

Centrum Aktywności Seniorów

przy Fundacji Małopolska Izba Samorządowa

31-534 Kraków, al. I. Daszyńskiego 16, tel. 12 200 29 26, e-mail: cas@fundacjamis.org.pl

Decyzją Urzędu Miasta Krakowa, od dnia 12 marca 2020 roku zajęcia stacjonarne w CAS zostają zwieszane do odwołania.

CAS pełni dyżur telefoniczny od poniedziałku do piątku w godzinach 10:00 – 14:00, w tym czasie można dzwonić z pytaniami, służymy także pomocą w zrobieniu zakupów artykułów spożywczych, leków i in. Państwa potrzeby w tym zakresie zostaną przekazane wolontariuszom.

Wybrane zajęcia prowadzimy zdalnie z wykorzystaniem platform internetowych. Link umożliwiający skorzystanie z zajęć udostępniamy osobom, które zgłoszą swój udział telefonicznie (12 200 29 26 lub 537 999 506) lub za pomocą poczty elektronicznej (e-mail: cas@fundacjamis.org.pl).

Harmonogram zajęć prowadzonych **zdalnie w kwietniu 2021 r.
obowiązuje od 1 kwietnia 2021 r.**

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10:30 – 11:30	Trening zapamiętywania (zajęcia rozwojowe)	w kwietniu 2021 r. od 12.04.2021 r.
	13:30 – 14:30	Gimnastyka dla Seniorów (zajęcia rozwojowe)	w kwietniu 2021 r. od 12.04.2021 r.
	14:45 – 16:15	Rozwój inteligencji emocjonalnej (Szkolenie dla Babć i Dziadków) (zajęcia edukacyjne)	w kwietniu 2021 r. od 12.04.2021 r.
wtorek	10:00 – 12:00	Zapanuj nad chmurą danych (zajęcia edukacyjne)	
	12:15 – 13:15	Język angielski Poziom podstawowy (zajęcia edukacyjne)	w kwietniu 2021 r. tylko 20.04.2021 r. (zajęcia za 18.03.2021 r.)
	13:30 – 14:30	Język angielski Poziom średniozaawansowany (zajęcia edukacyjne)	w kwietniu 2021 r. tylko 20.04.2021 r. (zajęcia za 18.03.2021 r.)
	14:45 – 15:45	Język angielski Poziom „0” (zajęcia edukacyjne)	w kwietniu 2021 r. tylko 20.04.2021 r. (zajęcia za 18.03.2021 r.)

środa	10:00 – 12:00	X muza opowiada o życiu i prosi o komentarz (zajęcia edukacyjne)	
	12:15 – 13:15	Gimnastyka dla Seniorów (zajęcia rozwojowe)	w kwietniu 2021 r. tylko 7.04.2021 r. (zajęcia za 29.03.2021 r.)
czwartek	10:00 – 11:00	Język angielski Poziom podstawowy (zajęcia edukacyjne)	
	11:15 – 12:15	Język angielski Poziom średniozaawansowany (zajęcia edukacyjne)	
	12:30 – 13:30	Język angielski Poziom „0” (zajęcia edukacyjne)	
	13:45 – 15:45	Wprowadzenie do występów publicznych (zajęcia edukacyjne)	
piątek	9:00 – 11:00	Rozwijanie umiejętności twórczych (zajęcia rozwojowe)	w kwietniu 2021 r. tylko 16 i 23.04.2021 r. 16.04 – recykling – wykonanie koszta z rolek po papierze toaletowym 23.04 – recykling – wykonanie dywanu z pomponów z resztek włóczki
	12:00 – 14:00	Wirtualne wycieczki po Krakowie (zajęcia edukacyjne)	w kwietniu 2021 r. od 9.04.2021 r.