



Centrum Aktywności Seniorów Pracownia Kulturalna

adres - Ul. Bagrowa 80/43

kontakt – tel. 784 545 453

e-mail biuro@pracowniakulturalna.pl

Pełnimy dyżur od poniedziałku do piątku 10:00-14. Służymy w tym czasie radą, pomocą na miarę naszych możliwości, można zgłaszać potrzebę zrobienia zakupów, która zostanie przekazana wolontariuszom. Jesteśmy dostępni także telefonicznie, mailowo. [Zajęcia on-line prowadzone są na grupie <https://www.facebook.com/groups/PracowniaKulturalnaCAS/> oraz po przez aplikacje meet <https://meet.google.com/qjb-vfuu-dfu> lub komputerowe](https://www.facebook.com/groups/PracowniaKulturalnaCAS/)

OBOWIĄZUJE OD 01.04.2021

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – kwiecień 2021

miesiąc

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	09:00-10:00 12.04, 26.04	Wykłady specjalistyczne	https://meet.google.com/qjb-vfuu-dfu <i>wykład wprowadzenie do żeglarstwa</i>
	09:00-10:00 05.04, 19.04,	Wykłady specjalistyczne	https://www.facebook.com/groups/PracowniaKulturalnaCAS/ Ciało bez wieku – wykład, ćwiczenia,
poniedziałek	16:30 – 17:30	Latino	Tańce latynoamerykańskie. Zajęcia on-line prowadzone są na grupie https://www.facebook.com/groups/PracowniaKulturalnaCAS/ oraz meet https://meet.google.com/qjb-vfuu-dfu
wtorek	9:00-10:00	Spotkanie z historią /historią sztuki	Prelekcja z przewodnikiem. Zajęcia on-line prowadzone są na grupie https://www.facebook.com/groups/PracowniaKulturalnaCAS/
	16:00-17:00 13.04, 27.04	Joga śmiechu	https://meet.google.com/qjb-vfuu-dfu Joga śmiechu – ćwiczenia co dwa tygodnie- meet
	16-17:00 06.04, 20.04	Pilates krzesłkowy	<u>Pilates krzesłkowy co dwa tygodnie</u> Zajęcia on-line prowadzone są na grupie https://www.facebook.com/groups/PracowniaKulturalnaCAS/

środa	09:00-10:00	Warsztaty angielski dla początkujących	Angielski z lektorem https://meet.google.com/qjb-vfuu-dfu
	12:00-13:00	Miejsca mocy XXL	Spotkanie z przewodnikiem, miejsca i osoby tajemnicze, sztuka, historia. https://www.facebook.com/groups/PracowniaKulturalnaCAS
czwartek	9:00-10:00	Joga	Zajęcia prowadzi na podstawie metody Sivanandy https://www.facebook.com/groups/PracowniaKulturalnaCAS/
	16:00-17:00	Zajęcia informatyczne	Zajęcia on-line prowadzone są na grupie https://www.facebook.com/groups/PracowniaKulturalnaCAS/ + meet https://meet.google.com/dzb-ijuy-fjb
piątek	15:00-16:00	Otwarte spotkanie z koordynatorem (wolontariat)	Meet – link podany zapisanym oraz na fb. Zapraszam chętnych – wyślę także meil z linkiem- kontakt 784 545 453
	16:00-17:00	Pilates	Zajęcia on-line prowadzone są na grupie https://www.facebook.com/groups/PracowniaKulturalnaCAS/

Zajęcia dodatkowe w kwiecień 2021:

miesiąc

data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
05.04.2021 poniedziałek	16:00-17:00	Kręgi kobiet-mumscircle	Kręgi kobiet po angielsku - spotkanie dla mam, babć. Rozmowy, wsparcie kobiet po angielsku. Spotkanie prowadzi couch. Uwaga inny link https://meet.google.com/iov-prsh-rks
08.04.2021 czwartek	13:30-14:30	Budżet obywatelski narzędzie zmian	Spotkanie z przedstawicielem UMK https://meet.google.com/qjb-vfuu-dfu lub https://www.facebook.com/events/2774226292830422
16.04.2021 piątek	14:00-15:30	Spotkanie z prawnikiem	ZABEZPIECZENIA SOCJALNE + PRAWA OBYWATELSKIE (EMERYTURY, RENTY, POMOC SPOŁECZNA ITP., PRAWA OBYWATELSKIE- JAKIE NAM PRZYSŁUGUJĄ I CO ROBIĆ, GDY NASZE PRAWA SĄ ŁAMANE?) Współpraca z SDN. Zoom- zapisy biuro@pracowniakulturalna.pl lub 784 545 453
23.04.2021 piątek	12:00-13:30	Spotkanie z prawnikiem	PRAWO SPADKOWE I PRAWNE ASPEKTY TWORZENIA TESTAMENTÓW (PRAWO SPADKOWE, ZASADY DZIEDZICZENIA, PRZYJMOWANIE I ODRZUCANIE SPADKÓW, TESTAMENTY ITP.). Współpraca z SDN. Spotkanie na zoom- zapisy biuro@pracowniakulturalna.pl lub 784 545 453
26 .04.2021 poniedziałek	12:00-13:30	Dekady ze sztuką	„Gdy rozum śpi, budzą się demony”Dadaizm i surrealizm a doświadczenia pierwszej wojny światowej . Współpraca z MCK

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.