

Centrum Aktywności Seniorów „Seniorzy nauczycielami życia”

adres - Kraków, os. Górali 23

kontakt – tel. 608 47 37 67

e-mail: cas@gaudiumetspes.pl

W związku z decyzją Nr 222/2021 Wojewody Małopolskiego odwieszona została działalność stacjonarna Centrów Aktywności Seniorów od dnia 17 maja 2021.

Zajęcia odbywają się w siedzibie CAS, w plenerze lub on-line przez aplikację wg harmonogramu miesięcznego.

Od poniedziałku do piątku w godzinach od 10:00 do 14:00 dyżur telefoniczny pod wskazanym numerem telefonu. Prowadzimy telefoniczne lub email udzielanie informacji i pomocy na miarę naszych możliwości. Możemy pomóc w zrobieniu zakupów i dostarczeniu ich przez wolontariuszy. Prosimy zgłaszać swoje potrzeby.

OBOWIĄZUJE od 25.05.2021 r. Harmonogram zajęć stałych – W MAJU 2021 r.

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 10,17,24,31	8,00 - 8,34 8,45 - 9,30	Zajęcia ruchowe nornic walking I grupa II grupa	Zbiórka Przed bud. Nowohuckiego Centrum Kultury
Wtorek 11,	8,30 – 9,30 9,30 – 10,30	kurs 2 języka angielskiego grupa początkowa I grupa początkująca II	zajęcia odbędą się on-line przez aplikację: https://zoom.us/download Kilka minut przed zajęciami prowadząca wysyła link do logowania. Osoby, chcące wziąć udział w zajęciach logują się do Zooma. Obecność zalicza się po zalogowaniu.
Wtorek 25,	9,30 – 10,15 10,15 – 11,00	Gry stolikowe, zadania usprawniające pamięć	Os. Górali 23 „Pod czołgiem”

Wtorek 18	10,00 – 11,00 11,00 – 12,00	Kurs wiedzy obywatelskiej (szczególnie dot. spraw samorząd.) Grupa I Grupa II	Os. Górali 23 „Pod czołgiem”
Wtorek 25,	11,00 – 11,45 11,45 – 12,30	Kurs wiedzy obywatelskiej (szczególnie dot. spraw samorząd.) Grupa I Grupa II	Os. Górali 23 „Pod czołgiem”
Wtorek 18	8,00 – 9,00 9,00 – 10,00	kurs nr 1 jęz. angielskiego grupa zaawansowana I grupa zaawansowana II	zajęcia odbędą się on-line przez aplikację: https://zoom.us/download Kilka minut przed zajęciami prowadząca wysyła link do logowania. Osoby, chcące wziąć udział w zajęciach logują się do Zooma. Obecność zalicza się po zalogowaniu.
Środa 5,12,19,26	10,00 -11,00 11,00 -12,00	Kurs plastyczny z elementami grafiki - I grupa kurs plastyczny z elementami grafiki - II grupa	zajęcia odbędą się on-line przez aplikację: https://zoom.us/download Kilka minut przed zajęciami prowadząca wysyła link do logowania. Osoby, chcące wziąć udział w zajęciach logują się do Zooma. Obecność zalicza się po zalogowaniu.
Czwartek 6,13,20,27	7,40 - 8,25 8,25 - 9,10	Zajęcia ruchowe – gimnastyka I grupa II grupa	zajęcia odbędą się online przez aplikację https://zoom.us/download Kilka minut przed zajęciami prowadząca wysyła link do logowania. Osoby, chcące wziąć udział w zajęciach logują się do Zooma. Obecność zalicza się po zalogowaniu.
Czwartek 13,20,27	8.30- 9.30 9.30-10.30 10.45 -11.45 11.45-12.45	kurs nr 1 jęz. angielskiego grupa początkująca I grupa początkująca II kurs nr 2 języka angielskiego grupa zaawansowana I grupa zaawansowana II	zajęcia odbędą się on-line przez aplikację: https://zoom.us/download Kilka minut przed zajęciami prowadząca wysyła link do logowania. Osoby, chcące wziąć udział w zajęciach logują się do Zooma. Obecność zalicza się po zalogowaniu. Za 6.05.zajęcia 11.05 i 18.05.

Zajęcia dodatkowe w maju 2021 r.

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
23.05	10,00 – 18,00	Święto Krakowskiej Rodziny	Błonia Krakowskie od strony ul. Focha
25.05	15,00	Straż Miejska Miasta Krakowa przedstawia znowelizowane przepisy kodeksu drogowego.	Zajęcia odbędą się on-line przez aplikację wysłaną w informacji od koordynatora
27.05	11,00	Straż Miejska Miasta Krakowa przedstawia znowelizowane przepisy kodeksu drogowego.	zajęcia odbędą się on-line przez aplikację wysłaną w informacji od koordynatora

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy