

Centrum Aktywności Seniorów „Uskrzydleni Wiekciem”

adres: Rusznikarska 14 lokal użytkowy nr 16

telefon: 798 139 099

e-mail: cas.rusznikarska@gmail.com

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	12:15-18:15
wtorek	-
środa	13:00-14:30
czwartek	9:00-11:00; 14:00-18:00
piątek	10:30-13:30

OBOWIAZUJE OD 01.06.2021

Harmonogram zajęć stałych- czerwiec 2021 r.

Zajęcia online odbywają się platformie ZOOM.US a link do zajęć jest udostępniany po wcześniejszym kontakcie z koordynatorem:

cas.rusznikarska@gmail.com

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
<u>Poniedziałek</u>	9.00-10.00	Trening pamięci	Zajęcia online
	12:15- 12:45	Sprawy organizacyjne	CAS
	12:45-14:15	Nordic Walking/ Boule/ Molky	7.06 odwołane Zajęcia plenerowe zbiórka na Rusznikarskiej
	14:15-18:15	Sekcja brydżowa	zajęcia 7.06. odwołane CAS
<u>Wtorek</u>	12:45- 14:15	Boule/ Molky	Zajęcia tylko 8.06
	16.15-18.15	Porady komputerowe	Zajęcia online

Środa	9.00-10.00	Kurs języka włoskiego	Zajęcia online
	11.15-12.15	Świat cyfrowej ekonomii	Zajęcia online
	13.00-14.30	Kawiarenka Seniora	CAS
Czwartek	9.00-11.00	Decoupage	CAS
	10.00-11.00	Język angielski – zajęcia dodatkowe	Zajęcia online
	14.00-18.00	Gry stolikowe	CAS
	16.15-18.15	Porady komputerowe	Zajęcia online
Piątek	9.00-10.00	Kurs języka angielskiego	Zajęcia online
	10.30-12.30	Warsztaty wokalne	CAS
	12:35-13.20	Gimnastyka dla Seniora	CAS

ZAJĘCIA DODATKOWE – czerwiec 2021---

Data	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
01.06	17.00	Zwiedzanie Krakowa online	Spotkanie na platformie ZOOM
07.06	10:15	„Prawo w codzienności gdy ma się 60+”	Spotkanie na platformie ZOOM
10.06	15.00	„Bezpieczny Kraków”- spotkanie ze Strażą Miejską	Zapisy przez podany e-Mail
10.06	15:00	„Wirtualny spacer po muzeum”	Spotkanie na platformie ZOOM
14.06	10:15	„Prawo w codzienności gdy ma się 60+”	Spotkanie na platformie ZOOM
15.06	15.00	„Bezpieczny Kraków”- spotkanie ze Strażą Miejską	Zapisy przez podany e-Mail
15.06	17.00	Zwiedzanie Krakowa online	Spotkanie na platformie ZOOM
22.06	15:30	Zwiedzanie Domu Józefa Mehoffera	ul. Krupnicza 26, Kraków
26.06	08.00	Wycieczka do Frankówki	Miejsce zbiórki zostanie wkrótce podane