

## Centrum Aktywności Seniorów „Uskrzydleni Wiekciem”

adres: Rusznikarska 14 lokal użytkowy nr 16

telefon: 798 139 099

e-mail: [cas.rusznikarska@gmail.com](mailto: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

### OBOWIĄZUJE OD 24.06.2021

#### 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](mailto:cas.rusznikarska@gmail.com)

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.**

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
<b><u>Poniedziałek</u></b>	9.15-10.15	Trening pamięci	Zajęcia online
	12:15- 12:45	Sprawy organizacyjne	CAS
	12:45-14:15	Nordic Walking/ Boule/ Molky 14.06 Nordic Walking 21.06 Boule/ Molky 28.06 Nordic Walking	Zajęcia plenerowe zbiórka na Rusznikarskiej zajęcia 7.06. odwołane
	14:15-18:15	Sekcja brydżowa	CAS
<b><u>Wtorek</u></b>	12:45- 14:15	Boule/ Molky	Zajęcia tylko 8.06
	16.15-18.15	Porady komputerowe	Zajęcia online

<b>Środa</b>	9.00-10.00	Kurs języka włoskiego	Zajęcia online zajęcia 23.06. odwołane
	11.15-12.15	Świat cyfrowej ekonomii	Zajęcia online
	13.00-14.30	Kawiarenka Seniora	CAS
	16:15-18:15	Porady komputerowe	Zajęcia online Zajęcia tylko 23.06
<b>Czwartek</b>	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
<b>Piątek</b>	9.00-10.00	Kurs języka angielskiego	Zajęcia online
	10.30-12.30	Warsztaty wokalne	CAS 18.06. zajęcia odwołane
	12:35-13.20	Gimnastyka dla Seniora	CAS zajęcia 25.06 odwołane

### 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
24.06	11.00	Warsztaty dla Ziemi- „Szyjemy woreczki z firanki”	Zgody 7- miejsce spotkań w Nowej Hucie
26.06	09.00	Wycieczka do Frankówki	Zbiórka: Kościół św. Jadwigi
30.06	17.00	„Inny, a przecież ten sam”- wieczór poezji Czesława Miłosza	Centrum Sztuki Współczesnej Solvey