



Centrum Aktywności Seniorów „Seniorzy nauczycielami życia”

adres - Kraków, os. Górali 23

kontakt – tel. 608 47 37 67

e-mail: cas@gaudiumetspes.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

| | |
|--------------|---------------|
| poniedziałek | 10,00 – 14,00 |
| wtorek | 10,00 – 14,00 |
| środa | 10,00 – 14,00 |
| czwartek | 10,00 – 14,00 |
| piątek | 10,00 – 14,00 |

OBOWIĄZUJE OD 08.07.2021 r.

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – lipiec 2021

miesiąc

| dzień | godzina | rodzaj zajęć | uwagi |
|--------------|-------------------------------|---|---|
| poniedziałek | 7,30 – 8,15 8,15 – 9,00 | Zajęcia ruchowe nordic walking I grupa II grupa | Zbiórka Przed bud. Nowohuckiego Centrum Kultury |
| Wtorek | 9,00 – 10,00 10,00 – 11,00 | Kurs plastyczny z elementami grafiki grupa - I kurs plastyczny z elementami grafiki - II grupa | Os. Górali 23 „Pod czołgiem” Sala II piętro lub w plenerze w Parku Ratuszowym |
| | 9,30 – 10,15 10,15 – 11,00 | Gry stolikowe, zadania usprawniające pamięć | Os. Górali 23 „Pod czołgiem” |

| | | | |
|----------|---|--|---|
| Wtorek | 11,00 – 12,00 12,00 – 13,00 | Kurs wiedzy obywatelskiej (szczególnie dot. spraw samorząd.) Grupa I Grupa II | Os. Górali 23 „Pod czołgiem” |
| wtorek | 14,00 – 15,00 15,00 – 16,00 | Kurs obsługi nowych technologii Grupa początkowa Grupa zaawansowana | Os. Górali 23 „Pod czołgiem” |
| wtorek | 16,15 | Zajęcia na basenie | Basem Com Com Zoone ul. Ptaszyckiego |
| środa | 8,00 – 8,45 8,45 – 9,30 | Zajęcia ruchowe – gimnastyka I grupa II grupa | Os. Górali 23 „Pod czołgiem” |
| czwartek | 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 UWAGA 15.07 odbędą się zajęcia warsztatowe w Ogrodzie Botanicznym ul. Kopernika |

Zajęcia dodatkowe w lipcu 2021:

miesiąc

| data | godzina | rodzaj zajęć | uwagi |
|----------------|---------------|--|---|
| 08.07. | 10,00 – 17.00 | Piknik dla Seniora, | Park Bednarskiego |
| 08.07 13.07 | 15,00 | Straż Miejska Miasta Krakowa przedstawia znowelizowane przepisy kodeksu drogowego. | Po przestaniu zgłoszenia zajęcia odbędą się on-line przez aplikację |

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.