

Centrum Aktywności Seniorów „Super Senior”

adres: os. Tysiąclecia 42

telefon: 722 102 173

e-mail: lokomotywa@gmail.com

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

Poniedziałek	9:30 -14:00
Wtorek	9:00 – 13:30
Środa	8:30 -13:30
Czwartek	8:00- 12:30
Piątek	8:00 -12:00

Zajęcia częściowo odbywają się w plenerze lub w CAS, częściowo online

Poniżej podajemy stałe linki do zajęć odbywających się on -line:

nowe technologie, cyfrowe SOS,

<https://us02web.zoom.us/j/2575287264?pwd=QWFWRERLVEVmaDJKemw5U1ppTEQrZz09>

Język angielski i hiszpański

<https://us04web.zoom.us/j/77165615718?pwd=K2xMYzkyTDN1MEp5VThqMzV5KzZRZz09>

OBOWIĄZUJE OD 01 grudnia 2021

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH

grudzień 2021

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 6,13,20	12:00 -14:00	Nowe technologie Zakres zajęć wg potrzeb aktualnych	Zajęcia on-line na platformie ZOOM Robert tel. 506 830 649

Wtorek 14,21	11:00 – 11:45	Gimnastyka	CAS
Wtorek 7,14,21	10:15: -11:00	Czas seniora- gra w scrable, karty itp., rozmowy	CAS
Wtorek 7,14,21	12:00- -13:00	Cyfrowe SOS	Zajęcia on-line ZOOM Robert Tel. 506 830 649
Środa 1,8,15,22	9:00 -11:00	Nowe technologie Zakres zajęć wg aktualnych potrzeb Uczestników	Zajęcia on-line na ZOOM
Środa 1,8,15	12:00-13:30	Taniec w kręgu, taniec liniowy	Zajęcia on-line ZOOM
Czwartek 2,9,16,23	9:00 – 9:45	Gimnastyka	CAS
Czwartek 2,9,16,23	10:00-10:45	Czas seniora – gry planszowe	CAS
Piątek 3,10,17	12:30 -13:30 13:30 -14:30 14:30 -15:30	j. angielski podstawa j. angielski średni j. hiszpański	Zajęcia na ZOOM
Piątek 17	15:00-17:00 14:00-15:00	Spotkanie oplatkowe seniorów CAS Przygotowania do spotkania	CAS organizacja w wolontariacie

Zajęcia dodatkowe

Wtorek 7	12:00	Koncert dla seniorów + wernisaż prac malarskich	Centrum Kongresowe ICE
Środa 1	19:00	Spektakl L do L	Teatr Stu zapisy na bilety ze zniżką 50% u koordynatora
Środa 8	19:00	Spektakl „Stroiciel grzebieni”	Teatr KTO ul. Zamojskiego 50 Zapisy na bilety zniżkowe u koordynatora

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy