

**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=QWFWRERLVEMvaDJJemw5U1ppTEQrZz09>

**Język angielski i hiszpański**

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

**OBOWIĄZUJE OD 13 grudnia 2021**

**HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH**

**grudzień 2021**

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

<b>Wtorek</b> <b>14,21</b>	<b>11:00 – 11:45</b>	<b>Gimnastyka</b>	<b>CAS</b>
<b>Wtorek</b> <b>7,14,21</b>	<b>10:15: -11:00</b>	<b>Czas seniora- gra w scrable, karty itp., rozmowy</b>	<b>CAS</b>
<b>Wtorek</b> <b>7,14,21</b>	<b>12:00- -13:00</b>	<b>Cyfrowe SOS</b>	<b>Zajęcia on-line ZOOM Robert Tel. 506 830 649</b>
<b>Środa</b> <b>1,8,15,22</b>	<b>9:00 -11:00</b>	<b>Nowe technologie Zakres zajęć wg aktualnych potrzeb Uczestników</b>	<b>Zajęcia on-line na ZOOM</b>
<b>Środa</b> <b>1,8,15</b>	<b>12:00-13:30</b>	<b>Taniec w kręgu, taniec liniowy</b>	<b>Zajęcia on-line ZOOM</b>
<b>Środa</b> <b>29</b>	<b>8:30-12:30</b>	<b>dyżur</b>	<b>CAS wolontariat</b>
<b>Czwartek</b> <b>2,9,16,23</b>	<b>9:00 – 9:45</b>	<b>Gimnastyka</b>	<b>CAS</b>
<b>Czwartek</b> <b>2,9,16,23</b>	<b>10:00-10:45</b>	<b>Czas seniora – gry planszowe</b>	<b>CAS</b>
<b>Czwartek</b> <b>30</b>	<b>8:30 – 12:30</b>	<b>Dyżur, prace porządkowe</b>	<b>CAS, wolontariat</b>
<b>Piątek</b> <b>3,10,17</b>	<b>12:30 -13:30</b> <b>13:30 -14:30</b> <b>14:30 -15:30</b>	<b>j. angielski podstawa</b> <b>j. angielski średni</b> <b>j. hiszpański</b>	<b>Zajęcia na ZOOM</b>

<b>Piątek</b> <b>17</b>	<b>15:00-17:00</b>	<b>Spotkanie oplatkowe seniorów CAS</b>	<b>CAS organizacja w wolontariacie, zapisy</b>
	<b>14:00-15:00</b>	<b>Przygotowania do spotkania</b>	

### Zajęcia dodatkowe

<b>Wtorek</b> <b>7</b>	<b>12:00</b>	<b>Koncert dla seniorów + wernisaż prac malarskich</b>	<b>Centrum Kongresowe ICE</b>
<b>Środa</b> <b>1</b>	<b>19:00</b>	<b>Spektakl L do L</b>	<b>Teatr Stu zapisy na bilety ze zniżką 50% u koordynatora</b>
<b>Środa</b> <b>8</b>	<b>19:00</b>	<b>Spektakl „Stroiciel grzebieni”</b>	<b>Teatr KTO ul. Zamojskiego 50 Zapisy na bilety zniżkowe u koordynatora</b>
<b>Środa</b> <b>15</b>	<b>8:00 -13:00</b>	<b>Przygotowanie do wydania i wydanie paczek żywnościowych w ramach współpracy z BŻ</b>	<b>CAS - wolontariat</b>
<b>Czwartek</b> <b>23</b>	<b>10:00 – 15:00</b>	<b>Odbiór i wydawanie kolacji wigilijnych dla osób w trudnej sytuacji w ramach pomocy UMK</b>	<b>Odbiór z NCK, wolontariat</b>

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy*