

Centrum Aktywności Seniorów Stowarzyszenia Dobrej Nadziei

adres - ul. Batorego 5, 31-135 Kraków

kontakt - tel. 662 383 382

e-mail – sdn.cas@gmail.com**CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:**

poniedziałek	09:00-13:00
wtorek	09:00-13:00
środa	09:00-13:00
czwartek	09:00-13:00
piątek	09:00-13:00

OBOWIĄZUJE OD 21 STYCZNIA 2022**Harmonogram zajęć stałych – STYCZEŃ 2022**

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	09:00-10:00	Ciekawy Kraków	Zajęcia w formie online.
	10:15-11:15	Ciekawe kraje, ciekawe obyczaje	Zajęcia w formie online.
wtorek	09:00-10:00	Ćwiczenia rozciągająco-izometryczne	Zajęcia w formie online.
	11:00-12:00	Trening umysłu	Zajęcia w formie online.
środa	11:00-13:00	Kawiarenka CAS	Sala CAS dyżur informacyjny, pomoc w instalacji ZOOM
czwartek	09:30-10:30	Zdrowy Senior	Zajęcia w formie online.
	11:00-12:00	Ćwiczenia rozciągająco-izometryczne	Zajęcia w formie online.

piątek	11:00-12:00	Język angielski- podstawowy	Zajęcia w formie online. Uwaga: w dniu 21.01. zajęcia nie odbywają się.
	12:00-13:00	Język angielski- średni	Zajęcia w formie online. Uwaga: w dniu 21.01. zajęcia nie odbywają się.

Zajęcia dodatkowe w styczniu 2022:

Data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
19.01.2022	11:30-12:30	Dzień Babci i Dziadka	Sala CAS. Spotkanie towarzyskie, obowiązują zapisy.

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.

Aby dołączyć do zajęć online należy posłużyć się linkiem:

<https://us04web.zoom.us/j/3356260784?pwd=eWhqTk5abiRwZmh4RzZlBUGY4aDVudz09>

Możliwość korzystania z zajęć także poprzez smartfona:

ID: 3356260784

PASSCODE: 263620

Link jest stały, ten sam do wszystkich zajęć, aktywny tylko w czasie trwania zajęć.

W razie wystąpienia problemów proszę kontaktować się z koordynatorem CAS pod numerem: 662 383 382.