

## Centrum Aktywności Seniorów Stowarzyszenia Dobrej Nadziei

adres - ul. Batorego 5, 31-135 Kraków

kontakt - tel. 662 383 382

e-mail – [sdn.cas@gmail.com](mailto: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 16 LUTEGO 2022

### Harmonogram zajęć stałych – LUTY 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 dniach 04.02., 11.02., 18.02., 25.02. zajęcia odwołane.

	12:00-13:00	Język angielski- średni	Zajęcia w formie online. Uwaga: w dniach 04.02., 11.02., 18.02., 25.02. zajęcia odwołane.
--	-------------	----------------------------	---

### Zajęcia dodatkowe w lutym 2022:

Data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*

**Aby dołączyć do zajęć online należy posłużyć się linkiem:**

<https://us04web.zoom.us/j/3356260784?pwd=eWhqTk5abjRwZmh4RzlBUGY4aDVudz09>

**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.**