

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 – 14:00
Środa	8:30 -13:30
Czwartek	8:00- 15:00
Piątek	9:00 -12:30

Zajęcia częściowo odbywają się 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=QWFWRERLVEVvaDJJemw5U1ppTEQrZz09>

Język angielski i hiszpański

<https://us04web.zoom.us/j/77165615718?pwd=K2xMYzkyTDN1MEp5VThqMzV5KzZRZz09>**OBOWIĄZUJE OD 28 MARCA 2022****HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH MARZEC 2022**

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	12:00 -14:00	Nowe technologie Zakres zajęć wg potrzeb aktualnych	Zajęcia on-line na platformie ZOOM Robert tel. 506 830 649
Wtorek	11:00 – 11:45	Gimnastyka	CAS
Wtorek	9:30 -11:00	Czas seniora- gra w scrable, karty itp., rozmowy	CAS
Wtorek	13:00 -14:00	Plastyka	CAS

Wtorek	12:00- -13:00	Cyfrowe SOS	Zajęcia on-line ZOOM Robert Tel. 506 830 649
Środa	9:00 -11:00	Nowe technologie Zakres zajęć wg aktualnych potrzeb Uczestników	Zajęcia on-line na ZOOM
Środa	12:00-13:30	Taniec w kręgu, taniec liniowy	Zajęcia on-line ZOOM
Czwartek	9:00 – 9:45	Gimnastyka	CAS
Czwartek 24,31	8:00 -9:00	Zajęcia proekologiczne Z ekologią za pan brat	CAS
Czwartek	10:00-11:30	Czas seniora – gry planszowe	CAS
Piątek 18,25	9:00-10:30	Nordic walking	Zbiórka w parku koło wodociągów.
Piątek 4,11,18,25	12:30 -13:30 13:30 -14:30 14:30 -15:30	j. angielski podstawa j. angielski średni j. hiszpański	Zajęcia na ZOOM

Zajęcia dodatkowe marzec 2022

Sobota	12:45-13:30	Basen	Handlowe 4
Czwartek 17	7:30-8:30	Przyjęcie paczek żywnościowych	Wolontariat
	11:00 -13:00 13:00-14:00	Wydawanie paczek Sprzątanie CAS	
Czwartek 31	12:00-15:00	Odbiór prac rękodzielniczych na wystawę	Biblioteka ul. Rajska 1 wolontariat

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy