

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=QWFWRERLVEVEMvaDJJemw5U1ppTEQrZz09>

Język angielski i hiszpański

<https://us04web.zoom.us/j/77165615718?pwd=K2xMYzkyTDN1MEp5VThqMzV5KzZRZz09>**OBOWIAZUJE OD 01 kwietnia 2022****HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH kwiecień 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
Poniedziałek 11	10:30 -13:30	Wędrówki piesze Zalew Zesławice	Zbiórka 10:30 CAS Zabrać kijki
Wtorek	11:00 – 11:45	Gimnastyka	CAS

Wtorek	9:30 -11:00	Czas seniora- gra w scrable, karty itp., rozmowy	CAS
Wtorek 5,12,19	13:00 -14:00	Plastyka	CAS
Wtorek 26	13:00 -14:00	Szycie, haft	CAS
Wtorek 5	17:30 -18:30 18:30 -19:30 19:30 -20:30	j. angielski podstawa j. angielski średni hiszpański	Na ZOOM Zajęcia za 1.04
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 CAS
Środa 17	16:00 -19:00	Spotkanie uczestników CAS „Jajeczko”	Organizacja w wolontariacie
Czwartek	9:00 – 9:45	Gimnastyka	CAS
Czwartek 14,21	8:00 -9:00	Zajęcia proekologiczne Z ekologią za pan brat	CAS
Czwartek	10:00-11:30	Czas seniora – gry planszowe	CAS
Piątek	9:00-10:30	Nordic walking	Zbiórka w parku kolo wodociągów. 15 nie ma zajęć

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 1.04 zajęcia odwołane odrabiamy 5.04 15.04 nie ma zajęć
-----------------------------	--	---	--

Zajęcia dodatkowe kwiecień 2022

Sobota	12:45-13:30	Basen	Handlowe 4 16 basen odwołany
Sobota 2	10:30 -21:00	Zbiórka żywności z Bankiem Żywności	M1 – wolontariat seniorów
Poniedziałek 4	10:00-15:00	Przygotowanie wystawy rękodziela	Biblioteka Rajska 1 Wolontariat
Czwartek 14	7:30-8:30 10:00 -13:00 13:00-14:00	Przyjęcie paczek żywnościowych Wydawanie paczek Sprzątanie CAS	Wolontariat
Sobota 9	18:00	Koncert kameralny W programie: Bach, Bowen, Clarke, Enescu, Hoffmeister	Muzeum Erazma Ciołka ul. Kanonicza 17 Wstęp wolny
Niedziela 10	16:00	Koncert wiosenny w programie Utwory Mozarta, Schumana, Bahara	j.w

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy