

## 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

### **OBOWIAZUJE OD 14 KWIETNIA 2022**

### Harmonogram zajęć stałych – KWIECIEŃ 2022

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	09:00-10:00	Zajęcia Ciekawy Kraków	Zajęcia w formie online. <b>Uwaga: w dniu 18.04. zajęcia nie odbywają się</b>
	10:15-11:15	Zajęcia Ciekawe kraje, ciekawe obyczaje	Zajęcia w formie online. <b>Uwaga: w dniu 18.04. zajęcia nie odbywają się</b>
	12:00-13:00	Kurs obsługi smartfona	Sala CAS <b>Uwaga: w dniu 18.04. zajęcia nie odbywają się</b>
wtorek	09:00-10:00	Zajęcia Ćwiczenia rozciągająco-izometryczne	Zajęcia w formie online.
	11:00-12:00	Zajęcia Trening umysłu gr. I	Sala CAS Liczba miejsc ograniczona <b>Uwaga: w dniu 05.04. zajęcia odwołane</b>
	12:00-13:00	Zajęcia Trening umysłu gr. II	Sala CAS Liczba miejsc ograniczona <b>Uwaga: w dniu 05.04. zajęcia odwołane</b>
	17:30-18:30	Kurs Taniec w kręgu	Sala YMCA, ul. Krowoderska 8, parter <b>Uwaga: zajęcia od 12.04.</b>

<b>środa</b>	10:00-11:00	Zajęcia plastyczne- quilling	Sala CAS <b>Uwaga: w dniu 13.04. zajęcia nie odbywają się</b>
	11:00-13:00	Kawiarenka CAS	Sala CAS Uwaga: w dniach 13.04., 20.04., 27.04., kawiarenka odbywa się w sali na parterze
	17:15-18:15	Kurs Taniec w kręgu	Sala YMCA, ul. Krowoderska 8, parter <b>Uwaga: zajęcia tylko w dniu 06.04.</b>
<b>czwartek</b>	09:30-10:30	Zajęcia Zdrowy Senior	Sala CAS
	11:00-12:00	Zajęcia Ćwiczenia rozciągająco-izometryczne	Sala CAS
<b>piątek</b>	10:00-11:00	Kurs hiszpańskiego	Sala CAS <b>Uwaga: zajęcia tylko w dniu 08.04.</b>
	11:15-12:15	Zajęcia Język angielski- podstawowy	Sala CAS <b>Uwaga: zajęcia tylko w dniu 08.04.</b>
	12:30-13:30	Zajęcia Język angielski- średni	Sala CAS <b>Uwaga: zajęcia tylko w dniu 08.04.</b>

### Zajęcia dodatkowe w kwietniu 2022:

Data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
07.04.2022	15:30	Wyjście do Kina pod Baranami- film "Belfast"	Seans odbywa się w sali kinowej Małopolskiego Ogrodu Sztuki, ul. Rajska 12 Bilety do odbioru u koordynatora CAS w dniach 04-07.04. w godz. 09:00-13:00
13.04.2022	11:30-12:30	Spotkanie Wielkanocne- gr. I	Sala CAS. Spotkanie towarzyskie, obowiązują zapisy.
13.04.2022	12:45-13:45	Spotkanie Wielkanocne- gr. II	Sala CAS. Spotkanie towarzyskie, obowiązują zapisy.
20.04.2022	11:15-12:15	Spotkanie z językiem migowym	Sala CAS. Spotkanie edukacyjno-towarzyskie. Obowiązują zapisy.
21.04.2022	12:00-13:00	Wyjście do Wojewódzkiej Biblioteki Publicznej na wstawę "Rękodziało moja	Zbiórka o 12:00 w lokalu CAS

		pasja”	
27.04.2022	11:15-12:15	Spotkanie z językiem migowym II	Sala CAS. Spotkanie edukacyjno-towarzyskie. Obowiązują zapisy.
28.04.2022	14:00	Zwiedzanie Muzeum Narodowego- wystawa Jacek Malczewski Romantyczny	Zwiedzanie wystawy z przewodnikiem. Obowiązują zapisy. Zbiórka 13:45 przed wejściem do Muzeum.

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*

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

<https://us04web.zoom.us/j/3356260784?pwd=eWhqTk5abjRwZmh4RzZlBUZlY4aDVudz09>

**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.**