

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

Ponizej 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>

OBOWIĄZUJE OD 1 października 2022**HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH Październik 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
Poniedziałek 3,17	10:00 – 12:00	Dyżur , sprzątanie CAS	Wolontariat
Wtorek 4,18,25	11:00-11:45	Gimnastyka	CAS 11 nie ma zajęć
Wtorek	9:30 -10:15	Czas seniora- gra w scrabble, karty itp., rozmowy	CAS

Wtorek	12:00- -13:00	Cyfrowe SOS	Zajęcia on-line ZOOM
Wtorek 11	9:30-12:30	Wędrowki piesze zwiedzamy Muzeum Hutten-Czapskiego, spacer Park Jordana	Zbiórka 9:30 CAS Zapisy 515 771 067
Środa	9:00 -11:00	Nowe technologie smartfony	CAS
Środa	12:00-13:30	Tanec w kręgu, taniec liniowy	CAS
Czwartek	9:30- 10:15	Gimnastyka	CAS 6 nie ma zajęć
Czwartek	10:15 -11:00	Czas seniora – gry planszowe	CAS
Piątek	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 październik 2022

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Czwartek 6	10:30-17:00	III Przegląd Artystyczny Seniorów – występ grupy tańca Zumba	Solvay ul. Zakopiańska 62
Środa 19	12:30 -18:00	I Przegląd Senioralnych Chórów i Zespołów Śpiewaczych „Roztańczony Kraków”	ARTzona DK im. K. C. Norwida os. Górali 4

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy