

Nowe Centrum Aktywności Seniorów

adres - os. Zielone 22

kontakt – tel. 733 956 640

e-mail: fundacja@nowecentrum.org

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9.30 - 13.30
wtorek	9.30 - 13.30
środa	9.30 - 13.30
czwartek	9.30 - 13.30
piątek	9.30 - 13.30

OBOWIĄZUJE OD 02.01.2020

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – STYCZEŃ 2020

miesiąc

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	9.00 - 10.00	zajęcia ruchowe – gimnastyka I grupa	
	10.00 - 11.00	zajęcia ruchowe – gimnastyka II grupa	
	11.30 - 13.30	kurs obsługi komputera i nowych technologii, pogotowie komputerowo - smartfonowe - indywidualna pomoc w rozwiązywaniu problemów z komputerem lub smartfonem	Osoby chcące skorzystać z indywidualnej pomocy w zakresie obsługi komputera/smartfona proszone są o wcześniejszy kontakt
	15.30 - 17.30	gry stolikowe	

	17.30 - 19.00	warsztaty stolarskie	
wtorek	9.00 – 10.00	kurs j. angielskiego – poziom średnio-zaawansowany	
	10.00 – 11.00	kurs j. angielskiego – poziom podstawowy	
	10.00 – 12.00	zajęcia wokalne - Chór Gospel Senior 7.01.2020 - spotkanie otwarte, zapraszamy wszystkich zainteresowanych	Ośrodek im. K. Norwida, os. Górali 5
środa	9.00 - 11.00	warsztaty artystyczne	
czwartek	9.00 - 10.00	zajęcia ruchowe – gimnastyka	
	12.00 - 13.00	trening pamięci	Zajęcia rozpoczynają się 9.01.2020 r.
piątek	9.00 - 10.00	zajęcia ruchowe – gimnastyka I grupa	
	10.00 - 11.00	zajęcia ruchowe – gimnastyka II grupa	

Zajęcia dodatkowe w styczniu 2020:

miesiąc

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
10.01.2020	17.00	Kolędowanie	Zapisy w CAS
15.01.2020	12.30	Wycieczka do Radia Kraków	Zapisy w CAS
17.01.2019	17.00	Potańcówka	Zapisy w CAS
23.01.2019	10.00	Spotkanie sekcji krajoznawczej - Paryż	

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.