



**Magiczny
Kraków**

Listopad w Nowym Centrum

2015-10-30

Nowe Centrum Aktywności Seniorów działające przy Fundacji Nowe Centrum na os. Zielonym 22 w ramach sieci Centrów Aktywności Seniorów zaprasza wszystkich zainteresowanych na następujące zajęcia w listopadzie:

PONIEDZIAŁKI

10.00 - 11.00 - gimnastyka - rozciąganie - **os. Zielone 22**

16.00 - 19.00 - warsztaty techniczne - **os. Zielone 22**

WTORKI

9.00 - 10.30 - kurs j. angielskiego - poziom średnio zaawansowany - **os. Zielone 22**

10.30 - 11.30 - kurs j. angielskiego - poziom podstawowy - **os. Zielone 22**

17.00 - 19.00 - kurs szycia i haftowania - **os. Zielone 22**

ŚRODY

10.00 - 11.00 - zajęcia ruchowe - fitness - **os. Zielone 22**

15.00 - 16.00 - warsztaty zdrowego żywienia - **os. Zielone 22**



18.30 – 19.30 – kurs obsługi komputera i nowych technologii – poziom średnio zaawansowany - **sala komputerowa - MOWIS, os. Centrum c 10**

CZWARTKI

12.00 – 13.00 - kurs obsługi komputera i nowych technologii – poziom podstawowy - **sala komputerowa - MOWIS, os. Centrum c 10**

18.00 – 20.00 – warsztaty plastyczne – **os. Zielone 22**

- 5 listopada - ozdoby z drewna - malowanie
- 12 listopada - bombki z cekinów cz.1
- 19 listopada - bombki z cekinów cz.2
- 26 listopada - bombki techniką decoupage

PIĄTKI

10.00 - 11.00 – zajęcia ruchowe - nordic walking/ w przypadku niesprzyjającej pogody - gimnastyka – **os. Zielone 22**

Osoby zainteresowane uczestnictwem w wybranych zajęciach prosimy o kontakt telefoniczny pod nr 733 956 640 lub osobisty – os. Zielone 22 w godz. 9.30 – 13.30, wypełnienie deklaracji i wpłacenie składki członkowskiej, która wynosi 5 zł miesięcznie.

Adres: **os. Zielone 22, 31-958 Kraków**

Najbliższy przystanek autobusowy: „ŻEROMSKIEGO”

Linie autobusowe: 110, 122, 139, 193, 422, 501



**Magiczny
Kraków**

Działania współfinansowane są ze środków Gminy Miejskiej Kraków, ze środków Województwa Małopolskiego, ze środków Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej w ramach Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020