



## **Listopad w CAS Stowarzyszenia Dobrej Nadziei**

2015-11-02

**Program zajęć Centrum Aktywności Seniora Stowarzyszenia Dobrej Nadziei listopad 2015.**

**Poniedziałek** (2.11; 9.11; 16.11; 23.11; 30.11)

10:00 - 11:00 Gry

12:00 - 13:00 Nordic Walking

**Wtorek** (3.11; 10.11; 17.11; 24.11)

10:00 - 11:00 Kurs „Senior obywatel”

11:00 - 12:00 Konsultacje prawne

**Środa** (4.11; 18.11; 25.11)

11:00 - 12:00 Zajęcia teatralne

13:00 - 14:00 Zajęcia taneczne

**Czwartek** (5.11; 12.11; 19.11; 25.11)

12:45 - 13:45 Zajęcia Fitness

**Piątek** (6.11; 13.11; 20.11; 27.11)

10:00 - 11:00 Kurs „Senior Obywatel”

11:00 - 12:00 Konsultacje prawne

**Planowane wydarzenia w listopadzie:**

3.11, godz. 1300 Kulturalny Kraków przyjazny Seniorom - pogadanka na temat instytucji kultury dopasowanych do potrzeb seniorów.

10.11, godz. 1300 Spotkanie z piosenką patriotyczną - karaoke.

14.11, godz. 1200 (SOBOTA) Czas na sztukę. Artyści z Krakowa, MOCAK

23- 27.11 Tydzień Seniora w MOCAK-u

24.11, godz. 1300 W krainie czarów i wróżb - andrzejkowy zawrót głowy.