



## **Grudzień w Nowym Centrum**

2015-12-01

**Nowe Centrum Aktywności Seniorów działające przy Fundacji Nowe Centrum na os. Zielonym 22 (wcześniej na os. Słonecznym 14) w ramach sieci Centrów Aktywności Seniorów zaprasza wszystkich zainteresowanych na następujące zajęcia w grudniu:**

### PONIEDZIAŁKI

9.00 - 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

16.00 - 18.00 - kurs szycia i haftowania - os. Zielone 22

### ŚRODY

9.00 - 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

- 3 grudnia - stroik świąteczny - florystyka
- 10 grudnia - spotkanie przy choince - wspólne tworzenie ozdób i ubieranie choinki

### PIĄTKI

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

17 grudnia godz. 17.00 - spotkanie wigilijne - os. Zielone 22

Osoby zainteresowane uczestnictwem w wybranych zajęciach prosimy o kontakt telefoniczny



**Magiczny  
Kraków**

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