

Nowe Centrum Aktywności Seniorów działające przy Fundacji Nowe Centrum na **os. Słonecznym 14** w ramach sieci Centrów Aktywności Seniorów zaprasza wszystkich zainteresowanych na następujące zajęcia we **wrzeźniu**:

PONIEDZIAŁKI

10.00 - 11.00 – gimnastyka – rozciąganie – **os. Słoneczne 14**

17.00 – 19.00 – zajęcia twórczo-medialne – zajęcia z logopedą – **os. Słoneczne 14**

WTORKI – 4 sierpnia, 25 sierpnia

9.30 – 11.00 – kurs j. angielskiego – poziom średnio zaawansowany - **os. Słoneczne 14**

11.00 – 12.30 - kurs j. angielskiego – poziom podstawowy - **os. Słoneczne 14**

ŚRODY

10.00 - 11.00 – zajęcia ruchowe – fitness - **os. Słoneczne 14**

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. Słoneczne 14**

- 3 września – filcowa biżuteria,
- 10 września – ozdoby z soli – farbowanie i tworzenie kompozycji z wykorzystaniem soli,
- 17 września – papierowa biżuteria,
- 24 września – ozdoby z wykorzystaniem modeliny

PIĄTKI

10.00 - 11.00 – zajęcia ruchowe - nordic walking - **os. Słoneczne 14**

We wrzeźniu rozpoczną się także **warsztaty zdrowego żywienia, warsztaty szycia i haftowania, warsztaty techniczne, spotkania przy grach stolikowych**. Szczegóły zajęć zostaną udostępnione po przystosowaniu nowego lokalu, do którego zostanie przeniesiony CAS.

Osoby zainteresowane uczestnictwem w wybranych zajęciach prosimy o kontakt telefoniczny pod nr 733 956 640 lub osobisty – os. Słoneczne 14, wypełnienie deklaracji i wpłacenie składki członkowskiej, która wynosi 5 zł miesięcznie.

DZIAŁALNOŚĆ NOWEGO CENTRUM AKTYWNOŚCI SENIORÓW DOFINANSOWANA JEST ZE ŚRODKÓW GMINY MIEJSKIEJ KRAKÓW.

Adres: **os. Słoneczne 14, 31-958 Kraków**

Najbliższy przystanek autobusowy: „ŻEROMSKIEGO”

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

