

**CAS „Seniorzy nauczycielami życia” prowadzone przez Stowarzyszenie Pomocy Socjalnej Gaudium et Spes zaprasza seniorów do udziału w następujących zajęciach od 1 marca 2018 roku w poniższych godzinach:**

**poniedziałek 9.00-14.00**

**wtorek 9.00-14.00**

**środa 9.00 – 15.00**

**czwartek 9.00-14.00**

**piątek 9.00- 14.00**

**os. Górali 23 w budynku muzeum „Pod czołgiem”**

### **Poniedziałek**

9.30-11.00	zajęcia rozwojowe; aktywność ruchowa I i II gr
11.00-11.00	kurs z obsługi nowych technologii grupa początkująca
12.00-13.00	kurs z obsługi nowych technologii grupa zaawansowana

### **Wtorek**

10.00-11.00	kurs n/t wiedzy obywatelskiej (szczególnie dot. spraw samorządowych) - I grupa
11.00-12.00	kurs n/t wiedzy obywatelskiej (szczególnie dot. spraw samorządowych) - II grupa

### **Środa**

9.30 -10.15	zajęcia rozwojowe nordic-walking I gr
10.15 -11.00	zajęcia rozwojowe nordic-walking II gr
W razie smogu, niesprzyjającej aury zajęcia rozwojowe – aktywność ruchowa w sali	
11.00-12.00	kurs małej poligrafii I gr
12.00-13.00	kurs małej poligrafii II gr

13.00-14.00 kurs zdrowego gotowania i odżywiania I gr  
14.00-15.00 kurs zdrowego gotowania i odżywiania II gr

### Czwartek

10.00-11.00 kurs języka angielskiego grupa początkowa  
11.00-12.00 kurs języka angielskiego grupa zaawansowana  
12.00-13.30 zajęcia wokalne- muzyczne I i II gr

### Piątek

9.00-9.45 kurs tańca towarzyskiego I gr  
9.45-10.30 kurs tańca towarzyskiego II gr

10.30-11.15 Gry stolikowe i ruchowe I gr  
11.15-12.00 Gry stolikowe i ruchowe II gr

kawiarenka CAS – czynna od poniedziałku do piątku w godzinach 9.00-14.00

Zapraszamy os. Górali 23 w budynku Muzeum „Pod czołgiem”

Koordynator: Wiesław Rączka tel. 662 191 024

e-mail: [wieslaw.raczka@vp.pl](mailto:wieslaw.raczka@vp.pl)