

**Centrum Aktywności Seniorów „Młodzi duchem”**

adres: Dywizjonu 303/ 66 Zespół Szkół

Ogólnokształcących nr 14

kontakt: tel. 722 – 102 - 173

e-mail: [anna.pietras@poczta.fm](mailto:anna.pietras@poczta.fm)

**CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:**

Poniedziałek	9:00 – 13:30
Wtorek	8:30 – 12:30
Środa	15:00 – 17:30
Czwartek	10:00 – 11:30, 13:30 – 17:00
Piątek	13:00 – 17:00

**Harmonogram zajęć stałych – kwiecień 2018**

dzień	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
poniedziałek	9:30 – 10:30	Gimnastyka zdrowy kręgosłup	Grupa I
	10:30 – 11:00	Gimnastyka zdrowy kręgosłup	Grupa II
	11:15 – 12:15	Niemiecki podstawowy	Wolontariat
12:15 – 13:15	Niemiecki średni		
11:00 – 12:00	Dyżur koordynatora CAS		
wtorek	9:00– 10:00	Angielski podstawowy,	12:00-13:00 10/04, 17/ 04
	10:00-11:00	Angielski średni	11:00 –12:00 10/04; 17/04

	11:00 – 12:30	Kawiarenka seniora	Wolontariat seniorów
	11:00 – 12:00	Zajęcia z nauki nowych technologii, poziom średni	Centrum C bl.10 pokój 109, Andrzej
środa	9:00- 10:00	Nordic walking, park AWF	4.04 zajęcia odwołane
	11:00 – 12:00	Zajęcia na strzelnicy	Strzelnica LOK, Dywizjonu 303/66
	15:15 – 17:15	Zajęcia malarskie	
	10:00 -11:00	Zajęcia z nowych technologii poziom średni	Centrum C bl. 10, sala 109 Andrzej
czwartek	10:00 – 11:30	Zajęcia z nauki nowych technologii	Sala CAS, Robert
	14:00- 15:00	Tai chi	Zajęcia CAS Siódemki Centrum 12.04 w wolontariacie
	15:15 – 16:45	Taniec w kręgu, taniec liniowy	
piątek	13:30 – 14:30	Warsztaty fotograficzne	Wolontariat
	14:30 – 15:00	Warsztaty fotograficzne	
	15:00 – 16:00	Angielski poziom podstawowy	Nowa grupa
	16:00 – 17:00	Angielski poziom średni	

**Zajęcia dodatkowe w kwietniu 2018:**

data	Godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
od 14.04 sobota	11:15 – 12:00	Basen	oś. Handlowe 4 Wejście zgodnie z zapisami na liście
9.04	9:00 – 9:15 Maluchy gr. I 12:30 – 13:00 Starszaki gr. IV	Seniorzy czytają dzieciom Przedszkole nr 182 Przy Źródełku	Wolontariat seniorów
16.04	9:00 – 9:15 Maluchy gr. II 12:30 – 13:00 Starszaki gr. VIII		
15.04	9:30 – 12:30	Wędrówki z Ryszardem Zbiórka g. 9:30 Zwiedzanie drewnianego kościołka, kamienicy z XIX w oraz młyna	Centrum C koło apteki Ziko
19.04	10:00 – 10:30	Seniorzy czytają dzieciom Przedszkole Hop Kids Dywizjonu 21 c	Wolontariat seniorów

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.**