

## Centrum Aktywności Seniorów Uskrzydleni Wiekem

adres - Rusznikarska 14, lokal 16 (wejście od strony placu zabaw)

kontakt – tel. 511 200 011

e-mail [fundacja@uskrzydleniwiekem.pl](mailto:fundacja@uskrzydleniwiekem.pl)

### CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10.00-17.00
wtorek	10.00-14.00
środa	9.00-13.00
czwartek	10.00-15.45
piątek	12.30-18.30

### OBOWIĄZUJE OD 15.03.2019

### Harmonogram zajęć stałych – 03.2019

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	10.00-12.00	Warsztaty plastyczne- decoupage	
	12.30 -14.00	Gimnastyka rehabilitacyjna	
	14.00-17.00	Sekcja brydżowa	
Wtorek	10.00-12.30	Klub otwarty dla wszystkich chętnych	
	12.30-14.00	Gimnastyka rehabilitacyjna	
Środa	9.00-11.00	Klub otwarty dla wszystkich chętnych	
	11.00-13.00	Gry stolikowe	
Czwartek	10.00-12.00	Psychologia w praktyce- warsztaty z Sekcją Trenerską Flow studentów UJ	
Piątek	13.00-15.45	Kurs obsługi tabletów	
	12.30-14.00	Gimnastyka rehabilitacyjna	Sala w Szkole Podstawowej nr 21
	14.00-17.00	Gry stolikowe	
17.00-18.30	Zumba dla początkujących		

### Zajęcia dodatkowe w marcu 2019:

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
05.03	17.00	„Śledzik”	
19.03	19.00	Teatr Scena Pod Ratuszem, „Sarenki”	
28.03, od godz. 10.00	Od 10.00	Przeгляд Twórczości Artystycznej Seniorów, Dom Kultury Kolejarcz, ul. św. Filipa 6	

**Na wybrane zajęcia obowiązują zapisy.**