

## Centrum Aktywności Seniorów „Super Senior”

adres: os. Tysiąclecia 42

telefon: 664-662-276, 722 -102-173

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

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

poniedziałek	15:45 – 19:15
wtorek	8:00 – 14:15
Środa	12:30 – 13:30, 15:45 – 18:15
Czwartek	9:00- 12:00
Piątek	11:00 – 14:00

**OBOWIĄZUJE OD 1 kwietnia 2019**

### HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH marzec– 2019

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	16:00 – 18:00	Nowe technologie poziom podstawowy	początek 8 kwietnia
	18:00 – 19:00	Nowe technologie Konsultacje indywidualne	początek 8 kwietnia
	9:00 – 13:00	Zapisy do CAS	<b>1 kwietnia</b>
Wtorek	8:00 – 8:45	Gimnastyka usp. gr.I	wolontariat
	8:45 -9:30	Gimnastyka usp.gr.II	
	9:45 – 11:15	Spotkania z filozofią	
	11:15 -12:15	j. angielski podstawa	

Wtorek	12:15 – 13:15	j. angielski poziom średni	
	13:15 – 14:15	język hiszpański	
Środa	12:45 – 13:30	taniec w kręgu,	
	14:00 – 16:00	nowe technologie poziom średni	
Czwartek	9:00 – 10:00	Nordic walking	
	10:00 – 12:00	Spotkania integracyjne	
piątek	11:30 -12:15	Gimnastyka usprawniająca gr.I	
	12:15-13:00	Gimnastyka uspr. gr II	
	13:00 – 14:00	dyżur	wolontariat

### ZAJĘCIA DODATKOWE kwiecień 2019

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
29 poniedziałek	9:45-13:45	Wędrówka piesze Kirkut	Zbiórka godz. 9:45 CAS

11 czwartek	9:00 – 14:00	Przygotowanie paczek z żywnością	Bank Żywności ul. Zabłocie 20/22 Wolontariat seniorów
6. sobota	7.30 – powrót w godzinach popołudniowych	Wycieczka Jędrzejów,-Święty Krzyż - Chęciny	Informacja Odjazd autokaru 7:30, przystanek Dywizjonu 303. Zapisy

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy**