



## Centrum Aktywności Seniorów Seniorzy nauczycielami życia

adres: os. Górali 23

koordynator : Barbara Zięba telefon: 608 473 767

e-mail: [cas@gaudiumetspes.pl](mailto:cas@gaudiumetspes.pl)

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

poniedziałek	9.00 - 13.00
wtorek	9.00 - 13.00
środa	9.00 - 13.00
czwartek	9.00 - 13.00
piątek	9.00 - 13.00

### OBOWIĄZUJE OD 1 lipca 2019 r.

(data dzienna)

### HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – lipiec 2019 rok

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
poniedziałek	9.15-10.00 10.00-10.45	kurs tańca towarzyskiego I grupa II grupa	zajęcia będą odbywały się w sali Zespołu Szkół Mechanicznych nr 3 os. Szkolne 37 w Krakowie
poniedziałek	15.45-16.30 16.30 - 17.15	zajęcia rozwojowe; nordic walking I i II gr	W razie niepogody zajęcia w sali Zespołu Szkół Mechanicznych nr 3 os. Szkolne 37 w Krakowie

Poniedziałek	11.00-12.00 12.00 -13.00	kurs z obsługi nowych technologii nowa grupa  grupa średnio zaawansowana	Os. Górali 23 „pod czołgiem”
wtorek	10.00-11.00 11.00 - 12.00	kurs n/t wiedzy obywatelskiej (szczególnie dot. spraw samorząd. I II grupa	Os. Górali 23 „pod czołgiem”
Środa	10.00 - 11.00 11.00-12.00	Kurs plastyczny z elementami grafiki - I grupa kurs plastyczny z elementami grafiki - II grupa	Os. Górali 23 „pod czołgiem”
Czwartek	15.45- 16.30 16.30-17.15	zajęcia rozwojowe zajęcia ruchowe I grupa II grupa	zajęcia będą odbywać się w sali Zespołu Szkół Mechanicznych nr 3 os. Szkolne 37 w Krakowie
Czwartek	8.30-9.30 9.30-10.30 10.30-11.30 11.30-12.30	kurs nr 1 jęz. angielskiego grupa początkująca I grupa początkująca II kurs nr 2 języka angielskiego grupa zaawansowana I grupa zaawansowana II	Os. Górali 23 „pod czołgiem”
Czwartek	12.30- 13.15 13.15-14.00	Kurs opieki nad osobą niepełnosprawną i obłożnie chorą	Os. Górali 23 „pod czołgiem”

### ZAJĘCIA DODATKOWE – lipiec 2019

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
3.07.2019 r.	9.00 -12,00 turniej 12,00 – 12,30 obiad 12,30 – 13,00 finał	Turniej Towarzyski Mokky, DPS ul. Kluzeka 6	Obowiązują wcześniejsze zgłoszenia u koordynatora

16.07.2019 r . (wtorek)	16,00 – 19,00	„Taniec łączy” Spotkanie integracyjne grupy kursu tańca towarzyskiego z seniorami i kołem gospodyń z Rząski	Wspólna nauka tańca, prezentacja osiągnięć grupy tanecznej. Przygotowanie wspólnego poczęstunku w świetlicy osiedlowej w Rząsce
----------------------------	---------------	---	--

Kawiarenka CAS – czynna od poniedziałku do piątku w godzinach 9.00-13.00  
w siedzibie CAS os. Górali 23

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.**