

Nowe Centrum Aktywności Seniorów

adres - os. Zielone 22

kontakt – tel. 733 956 640

e-mail: fundacja@nowecentrum.org

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9.30 - 13.30
wtorek	9.30 - 13.30
środa	9.30 - 13.30
czwartek	9.30 - 13.30
piątek	9.30 - 13.30

OBOWIĄZUJE OD 25.10.2019

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – PAŹDZIERNIK 2019

miesiąc

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	9.00 - 10.00	zajęcia ruchowe – gimnastyka I grupa	
	10.00 - 11.00	zajęcia ruchowe – gimnastyka II grupa	
	11.30 - 13.30	kurs obsługi komputera i nowych technologii, pogotowie komputerowo - smartfonowe - indywidualna pomoc w rozwiązywaniu problemów z komputerem lub smartfonem	Osoby chcące skorzystać z indywidualnej pomocy w zakresie obsługi komputera/smartfona proszone są o wcześniejszy kontakt

	17.30 - 19.00	warsztaty stolarskie	
wtorek	9.00 – 10.00	kurs j. angielskiego – poziom średnio-zaawansowany	
	10.00 – 11.00	kurs j. angielskiego – poziom podstawowy	
	10.00 – 12.00	zajęcia wokalne - Chór Gospel Senior	Ośrodek im. K. Norwida, os. Górali 5
środa	9.00 - 11.00	warsztaty artystyczne	zajęcia 2.10. odwołane
czwartek	9.00 - 10.00	zajęcia ruchowe – gimnastyka	
	12.00 - 13.00	trening pamięci	
piątek	9.00 - 10.00	zajęcia ruchowe – gimnastyka I grupa	
	10.00 - 11.00	zajęcia ruchowe – gimnastyka II grupa	

Zajęcia dodatkowe w październiku 2019:

miesiąc

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
24.10.2019	10.00	Spotkanie sekcji krajoznawczej - prezentacja filmu o atrakcjach Amsterdamu	
25.10.2019	12.30	Eko spacer po Plantach Bieńczyckich połączony ze sprzątaniem	
28.10.2019	9.30 - 11.30	Język angielski w plenerze - spacer po Kazimierzu (podczas zajęć komunikujemy się tylko w j.angielskim)	

29.10.2019	16.00	Spotkanie przy kawie połączone z prezentacją zdjęć z wycieczki do Jędrzejowa i okolic	
------------	-------	---	--

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.