

**Centrum Aktywności Seniorów „Super Senior”**

adres: os. Tysiąclecia 42

telefon: 664-662-276,

722 -102-173

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

Poniedziałek	10 – 18:00
Wtorek	8:00 – 9:30, 11:00-16:00
Środa	11:45 – 13:30, 14:00 – 16:00
Czwartek	9:00- 12:00
Piątek	11:30 – 15:30

**OBOWIĄZUJE OD 2 grudnia 2019****HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH listopad 2019**

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	10:00-11:30	„Kim jest człowiek” spotkania z filozofią Prof. Anna Pająk	<b>Wolontariat</b> <b>2,9,16</b>
	12:15 – 14:15	Plastyka/rękodzieło	<b>2,9,16</b>
	15:00 -17:00	Nowe technologie poziom podstawowy (smartfony)	<b>2</b>
	15:00-17:00	Nowe technologie - konsultacje indywidualne	<b>9</b> <b>16 (15:00-16:00)</b>
	9-11	dyżur	<b>23,30</b>
Wtorek	8:00 – 8:45	Gimnastyka usp. gr.I	<b>3,10,17</b>
	8:45 -9:30	Gimnastyka usp.gr.II	<b>3,10,17</b>

	11:15 -12:15	j. angielski podstawa	<b>3,10,17</b>
	12:15 – 13:15	j. angielski poziom średni	<b>3,10,17</b>
	13:15 – 14:15	język hiszpański	<b>3,10</b>
Środa	12:00 – 13:30	taniec w kręgu, taniec towarzyski	<b>4,11, 18 (12:00-14:15)</b>
	14:00 – 16:00	nowe technologie poziom średni (smartfony)	<b>4</b>
	14:00-16:00	Nowe technologie- konsultacje indywidualne	<b>11</b>
Czwartek	10:00 – 12:00	Czas seniorów- spotkania integracyjne	Scrabble, brydż, dyskusje, 5,12,19
	12:00-15:00	Dekoracja sali na spotkanie opłatkowe	19 wolontariat seniorów
piątek	11:30 -12:15	Gimnastyka pilates gr.I	<b>6</b>
	12:15-13:00	Gimnastyka pilates gr II	<b>6</b>
	13:00 – 14:00	Spotkania integracyjne	<b>6</b> Gry planszowe, gra w karty itp.

## ZAJĘCIA DODATKOWE grudzień 2019

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
13 piątek	9:00-13:00	Wędrówki piesze Dzieła sztuki w Arce Pana	Zbiórka godz. 9:00 CAS
Środa (4,11)	14:00-15:00	Odwiedziny u byłych żołnierzy AK	Wolontariat seniorów
20 piątek	11:00-14:00 przygotowanie spotkania opłatkowego	Spotkanie opłatkowe 15:00-17:00	Wolontariat seniorów
5 czwartek	10:00 – 12:00 12:00 -14:00	Przygotowywanie paczek świątecznych Wydawanie paczek potrzebującym zgodnie z listą	Wolontariat Seniorów
5 czwartek	12:00	Koncert dla seniorów	ICE wejście za zaproszeniami
6 piątek	12:30-14:00	wydawanie paczek żywnościowych	Wolontariat seniorów

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy**