

## Centrum Aktywności Seniorów Stowarzyszenia Dobrej Nadziei

adres - ul. Batorego 5, 31-135 Kraków

kontakt - tel. 662 383 382

e-mail – [sdn.cas@gmail.com](mailto:sdn.cas@gmail.com)

### 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

### **OBOWIAZUJE OD 02 STYCZNIA 2020**

### Harmonogram zajęć stałych – STYCZEŃ 2020

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
<b>poniedziałek</b>	10:00-11:00	Kurs:Język angielski gr.I	06.01.2020 Święto Trzech Króli
	11:00-12:00	Kurs:Język angielski gr.II	
	12:00-13:00	Kurs:Język angielski gr.III	
<b>wtorek</b>	10:00-11:00	Wspólna Piosenka	7.01.2020 nie ma zajęć (kafejka CAS – zapisy na zajęcia)
	11:00-12:00	Trening umysłu gr I	
	12:00-13:00	Trening umysłu gr II	
	13:00-14:00	Zajęcia plastyczne	
<b>środa</b>	9:30-10:30	Ćwiczenia rozciągająco-izometryczne gr.I	01.01.2020 Nowy Rok
	10:45-11:45	Ćwiczenia rozciągająco-izometryczne gr.II	08.01.2020 zajęć nie ma (kafejka CAS – zapisy na zajęcia)
	12:00-13:00	Zdrowy tryb życia	

<b>czwartek</b>	10:00-11:00	Warsztaty dziennikarskie	02.01.2020 i 09.01.2020 zajęć nie ma (kafejka CAS – zapisy na zajęcia)
	11:00-12:00	Gry towarzyskie	
	12:00-13:00	Czas integracji / kafejka CAS	
<b>piątek</b>	09:00-10:00	Czas integracji/kafejka CAS	03.01.2020 i 10.01.2020 zajęć nie ma (kafejka CAS- zapisy na zajęcia)
	10:00-11:00	Podstawy rysunku	
	11:00-12:00	Warsztaty edukacyjne: Nasz Kraków	

### Zajęcia dodatkowe – styczeń 2020

Data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Do uzgodnienia	-	Wyjście do kina/muzeum/galerii/teatru	Ilość miejsc ograniczona. Szczegóły dostępne na bieżąco w CASie.

### Zapisy na zajęcia na rok 2020 w dniach 02.01-10.01.2020