

**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 – 17:00
Wtorek	8:00 – 13:00
Środa	12:30 – 17:00
Czwartek	10:00- 12:00
Piątek	11:30 – 15:30

**OBOWIĄZUJE OD 1 lutego 2020****HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH luty2020**

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
<b>Poniedziałek</b>	<b>10:00-11:30</b>	<b>Spotkania z filozofią Prof. Anna Pająk</b>	<b>Wolontariat</b>
	<b>12:15 – 14:15</b>	<b>Plastyka/rękodzieło</b>	
	<b>15:00 -17:00</b>	<b>Nowe technologie poziom podstawowy (laptopy)</b>	
<b>Wtorek</b>	<b>8:00 – 8:45</b>	<b>Gimnastyka usp. gr.I</b>	
	<b>8:45 -9:30</b>	<b>Gimnastyka usp.gr.II</b>	
	<b>10:15 -11:15</b>	<b>j. angielski podstawa</b>	

	11:15 – 12:15	j. angielski poziom średni	
	12:15 – 13:15	język hiszpański	
<b>Środa</b>	12:30 – 13:15	taniec w kręgu,	
	13:15-14:00	taniec towarzyski	
	14:00 – 16:00	nowe technologie poziom średni (laptopy)	
	16:00 -17:00	Nowe technologie konsultacje indywidualne	
<b>Czwartek</b>	10:00 – 12:00	Czas seniorów- spotkania integracyjne	Scrabble, brydż, dyskusje, itp.
<b>piątek</b>	11:30 -12:15	Gimnastyka pilates gr.I	
	12:15-13:00	Gimnastyka pilates gr II	

	13:00 – 14:00	Spotkania integracyjne	Gry planszowe, gra w karty itp.
--	---------------	------------------------	---------------------------------

### ZAJĘCIA DODATKOWE luty 2020

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
9 lutego niedziela	13:45-17:45	Wędrówki piesze Muzeum Czartoryskich oraz Muzeum Narodowe Sukiennice – malarstwo polskie XIX wieku	Zbiórka godz. 13:45 Barbakan (II grupy) <b>Liczba miejsc ograniczona- zapisy u Ryszarda tel. 515771067</b>
24 poniedziałek	18:00-19:30	Klub Dziennikarzy "Pod Gruszą" spotkanie z prof. Bajka z cyklu Bajka o.. przypolakach. Goście: Brian Scott, Tytus Frernc, Sofia Rabati	Pl.ac Szczepański 1, sala Fontany Wstęp wolny, po spotkaniu poczęstunek.
Środa (każda)	<b>14:00-15:00</b>	Odwiedziny u seniorki -byłego żołnierza AK	Wolontariat seniorów
Sobota	<b>13:30 -14:15</b>	basen	Handlowe 4 Od 1 lutego

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy