

## 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

**OBOWIĄZUJE OD 03 LUTEGO 2020**

### Harmonogram zajęć stałych – LUTY 2020

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10:00-11:00	Kurs: Język angielski gr.I	10.02. zajęcia odwołane
	11:00-12:00	Kurs: Język angielski gr.II	
	12:00-13:00	Kurs: Język angielski gr.III	
wtorek	10:00-11:00	Wspólna Piosenka	04.02. zajęcia odwołane
	11:00-12:00	Trening umysłu gr I	
	12:00-13:00	Trening umysłu gr II	
	13:00-14:00	Zajęcia plastyczne	
środa	9:30-10:30	Ćwiczenia rozciągająco-izometryczne gr.I	
	10:45-11:45	Ćwiczenia rozciągająco-izometryczne gr.II	
	12:00-13:00	Zdrowy tryb życia	

<b>czwartek</b>	10:00-11:00	Warsztaty dziennikarskie	
	11:00-12:00	Gry towarzyskie	
	12:00-13:00	Czas integracji / kafejka CAS	
	17:45-18:45	Zajęcia taneczne (ul. Krowoderska 8 YMCA)	
<b>piątek</b>	09:00-10:00	Czas integracji/kafejka CAS	
	10:00-11:00	Podstawy rysunku	
	11:00-12:00	Warsztaty edukacyjne: Nasz Kraków	

### Zajęcia dodatkowe – luty 2020

Data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Do uzgodnienia	-	Wyjście do kina/muzeum/galerii/teatru	Ilość miejsc ograniczona. Szczegóły dostępne na bieżąco w CASie.
04.02.	10.00-12.00	Zwiedzanie Celestatu	
10.02.	10.00-13.00	Klub Filmowy	Projekcja filmu w CAS.
14.02.	12.00-13.30	Spotkanie Walentynkowe	Spotkanie integracyjne w CAS.
21.02.	12.00-13.00	„Rozmowy o bezpieczeństwie”	Spotkanie z policją w CAS.
25.02.	17.00-20.00	Bal Karnawałowy	Ilość miejsc ograniczona. Szczegóły dostępne na bieżąco w CASie.