

### Centrum Aktywności Seniorów Uskrzydłone Wzgórza

adres: os. Na Stoku 1

telefon: 519 649 567

e-mail: hmikulska@poczta.onet.pl

#### CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10-14
wtorek	10-14
środa	10-14
czwartek	9 - 13      16- 18
piątek	11 -15      16-18

### HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH –NA MARZEC 2020

**Obowiązuje od 1.03.2020**

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10-12	Kawiarenka seniora	
	12-14	Warsztaty kulinarne	
wtorek	10-12	Gry stolikowe	
	12-14	Zajęcia plastyczne decoupage	
środa	10-12	Kawiarenka seniora	
	12-14	Papierowa wiklina	
czwartek	9 -11	Trening pamięci	
	11-13	Kurs języka angielskiego	
czwartek	15.30-17.30	Gimnastyka przy muzyce	Zajęcia w SP 98
piątek	11-13	Gimnastyka rehabilitacyjna	
	13-15	Warsztaty wokalne	
	16-18	Kurs obsługi laptopów	

## ZAJĘCIA DODATKOWE –NA MARZEC 2020

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
1.03	18.00	Wyjście do opery na spektakl „Traviata”	
4.03	10-12	Spotkanie z kosmetolożką	
9.03	18.00	Wyjście do kina Sfinx	
17.03	9.00	Wycieczka do term w Chochołowie	

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.**