

Nowe Centrum Aktywności Seniorów

adres - os. Zielone 22

kontakt – tel. 733 956 640

e-mail: fundacja@nowecentrum.org

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	8.00 - 12.00
wtorek	9.00 - 13.00
środa	9.00 - 13.00
czwartek	8.00 - 12.00
piątek	12.00 - 16.00

Prowadzimy zajęcia stacjonarne i online.

OBOWIĄZUJE OD 15.07.2021

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – lipiec 2021

miesiąc

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	8.00 - 9.00	Gimnastyka I grupa	ZAJĘCIA STACJONARNE
	9.00 - 10.00	Gimnastyka II grupa	ZAJĘCIA STACJONARNE
	12.00 - 13.00	Kurs obsługi smartfonów	ZAJĘCIA STACJONARNE
wtorek	9.00 - 10.00	Język angielski - grupa zaawansowana	ZAJĘCIA ONLINE
	10.15 - 11.15	Język angielski - grupa podstawowa	ZAJĘCIA ONLINE
	10.00 - 12.00	Zajęcia wokalne - Chór Gospel	ZAJĘCIA STACJONARNE OŚRODEK IM. K. NORWIDA OS. GÓRALI 5
środa	9.00 - 11.00	Zajęcia artystyczne	ZAJĘCIA STACJONARNE
czwartek	8.00 - 9.00	Zajęcia rehabilitacyjno- ruchowe	ZAJĘCIA STACJONARNE
	10.40 - 11.25	Joga twarzy	ZAJĘCIA ONLINE
	11.30 - 12.30	Trening pamięci	ZAJĘCIA ONLINE

piątek			
--------	--	--	--

Zajęcia dodatkowe w lipcu 2021:

miesiąc

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Od poniedziałku do piątku w godzinach funkcjonowania CAS		Indywidualne konsultacje z zakresu obsługi komputera lub smartfona, nauka obsługi platform internetowych, na których odbywają się zajęcia online	Osoby zainteresowane proszone są o kontakt telefoniczny lub mailowy
8.07.2021	10.00 - 17.00	Piknik dla Seniora	Impreza plenerowa w Parku Bednarskiego
20.07.2021	12.00	Wyjście do Muzeum Sztuki i Techniki Japońskiej Manggha	Zapisy w CAS-ie