

Nowe Centrum Aktywności Seniorów

adres - os. Zielone 22

kontakt – tel. 733 956 640.

e-mail fundacja@nowecentrum.org

CAS czynne 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 | 9.00 - 13.00 |

OBOWIĄZUJE OD 28.12.2021

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – grudzień 2021

miesiąc

| dzień | godzina | rodzaj zajęć | uwagi |
|--------------|---------------|---|---------------------|
| poniedziałek | 9.00 - 10.00 | Gimnastyka I grupa | ZAJĘCIA STACJONARNE |
| | 10.00 - 11.00 | Gimnastyka II grupa | ZAJĘCIA STACJONARNE |
| | 12.00 - 13.00 | Kurs obsługi smartfonów - grupa od podstaw <i>zajęcia 6.12., 13.12. i 20.12.</i> | ZAJĘCIA STACJONARNE |

| | | | |
|----------|---------------|--|--|
| | 16.00 - 17.30 | Gry stolikowe <i>zajęcia 6.12. i 13.12.</i> | ZAJĘCIA STACJONARNE |
| wtorek | 9.00 - 10.00 | Język angielski - grupa zaawansowana zajęcia 28.12. odwołane | ZAJĘCIA STACJONARNE |
| | 10.15 - 11.15 | Język angielski - grupa podstawowa | ZAJĘCIA ONLINE |
| | 10.00 - 12.00 | Zajęcia wokalne - Chór GospelSenior <i>zajęcia 7.12., 14.12. i 21.12.</i> zajęcia 7.12. online | ZAJĘCIA STACJONARNE OŚRODEK IM. C.K. NORWIDA OS. GÓRALI 5 |
| środa | 9.00 - 11.00 | Zajęcia artystyczne <i>zajęcia 1.12., 8.12., 15.12. i 22.12.</i> | ZAJĘCIA STACJONARNE |
| czwartek | 9.00 - 10.00 | Zajęcia rehabilitacyjno- ruchowe | ZAJĘCIA STACJONARNE |
| | 11.30 - 12.15 | Joga twarzy <i>zajęcia 2.12., 9.12. i 16.12.</i> | ZAJĘCIA STACJONARNE |
| | 12.15- 13.15 | Trening pamięci <i>zajęcia 2.12., 9.12. i 16.12.</i> | ZAJĘCIA STACJONARNE |
| piątek | | | |

Zajęcia dodatkowe w grudniu 2021:

miesiąc

| data | godzina | rodzaj zajęć | uwagi |
|---|---------|---|--|
| Czwartki, piątki w godzinach funkcjonowania | | Indywidualne konsultacje z zakresu obsługi komputera lub smartfona | Osoby zainteresowane proszone są o |

| | | | |
|------------|--|-----------------------------------|---|
| CAS | | | wcześniejszy kontakt telefoniczny lub mailowy |
| 12.12.2021 | | Wyjście do Muzeum Etnograficznego | Informacje i zapisy w CAS-ie |
| | | | |

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.

W Wigilię, Święta i Sylwestra CAS nieczynny, w tych dniach zajęcia nie będą realizowane.