

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	11.00 - 15.00
piątek	9.00 - 13.00

OBOWIĄZUJE OD 17.08.2022

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – sierpień 2022

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
	11.30 - 12.30	Kurs obsługi smartfonów - grupa od podstaw	ZAJĘCIA STACJONARNE
	16.00 - 18.00	Gry stolikowe	ZAJĘCIA STACJONARNE

wtorek	9.00 - 10.00	Język angielski - grupa zaawansowana <i>zajęcia 2.08., 23.08, 30.08</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	10.15 - 11.15	Język angielski - grupa podstawowa <i>zajęcia 2.08., 23.08, 30.08</i>	ZAJĘCIA ONLINE
	10.00 - 12.00	Zajęcia wokalne - Chór GospelSenior <i>zajęcia 16.08., 23.08., 30.08.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE OŚRODEK IM. C.K. NORWIDA OS. GÓRALI 5
środa	9.00 - 11.00	Zajęcia artystyczne	ZAJĘCIA STACJONARNE
	11.00 - 13.00	Warsztaty robienia kukielek	ZAJĘCIA STACJONARNE
czwartek		Zajęcia rehabilitacyjno- ruchowe <i>4.08., 11.08. - zajęcia w godz. 11.15 - 12.15</i> <i>18.08., 25.08. - zajęcia w godz. 13.30 - 14.30,</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	11.30 - 12.15	Joga twarzy <i>zajęcia 18.08., 25.08.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	12.15- 13.15	Trening pamięci <i>zajęcia 25.08.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
piątek	11.00 - 13.00	Warsztaty robienia kukielek	ZAJĘCIA STACJONARNE

Zajęcia dodatkowe w sierpniu 2022:

miesiąc

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Czwartki, piątki w godzinach funkcjonowania CAS		Indywidualne konsultacje z zakresu obsługi komputera lub smartfona	Osoby zainteresowane proszone są o wcześniejszy kontakt telefoniczny lub mailowy
23.08.2022	16.00	Spotkanie integracyjne przy grillu - Yacht Klub, Mogiła, Przystań Nad Wisłą	Informacje i zapisy w CAS

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.