



## Centrum Aktywności Seniorów Uskrzydłone Wzgórza

adres: os Na Stoku 1

telefon: 519 649 567

e-mail: [hmikulska@poczta.onet.pl](mailto:hmikulska@poczta.onet.pl)

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

|              |                           |
|--------------|---------------------------|
| poniedziałek | 9.00 -13.00               |
| wtorek       | 9.00 -13.00               |
| środa        | 9.00-13.00    16.15-17.45 |
| czwartek     | 9.00-13.30    16.00-18.00 |
| piątek       | 9.00- 13.00               |

## HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH –LISTOPAD 2022

### OBOWIĄZUJE OD 24.11.2022

| dzień tygodnia             | godzina                   | rodzaj zajęć                    | uwagi |
|----------------------------|---------------------------|---------------------------------|-------|
| Poniedziałek               | 9.00-11.00<br>12.00-13.00 | Kawiarenka seniora              |       |
| Poniedziałek<br>7.11,21.10 | 11.00-12.00               | Spotkanie z<br>psychoterapeutką |       |
| Poniedziałek<br>28.11      | 11.00-13.00               | Florystyka                      |       |
| Wtorek                     | 9.00-10.00                | Kawiarenka seniora              |       |
| Wtorek                     | 10.00-11.00               | Zasady zdrowego<br>żywienia     |       |
| Wtorek                     | 11.00-13.00               | Rękodzieło                      |       |
| Środa                      | 9.00- 11.00               | Gry stolikowe                   |       |



## ZAJĘCIA DODATKOWE –LISTOPAD 2022

| Data, dzień     | godzina      | rodzaj zajęć   | Uwagi                    |
|-----------------|--------------|--|--------------------------|
| 8.11            | 16.00-18.00  | Międzypokoleniowe, patriotyczne śpiewanie z okazji Święta Niepodległości | Szkoła Podstawowa nr. 98 |
| 16.11           | 10.00        | Zwiedzanie wystawy malarstwa Tamary Łempickiej                           |                          |
| 9.11            | 11.00- 17.00 | Wycieczka do Nowego Wiśnicza   |                          |
| 18.11-<br>20.11 |              | Integracyjna wycieczka do Gołkowic                                       |                          |
| 26.11           | 9.00-17.00   | Wielopokoleniowe warsztaty w Kopalni soli w Bochni                       |                          |
| 14.11           | 11.00-13.00  | Warsztaty kulinarne  |                          |

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy