

**Centrum Aktywności Seniorów „Młodzi duchem”**

adres: os. Dywizjonu 303 (w XXX LO)

telefon: 722-102 173

e-mail: [lokomotywa@gmail.com](mailto:lokomotywa@gmail.com)

facebook: fundacjalokomotywa

**CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:**

Poniedziałek	9:00 – 13:00
Wtorek	9:00 -13:00, 17:00 -18:30
Środa	9:00 -13:00
Czwartek	8:30 – 12:30
Piątek	10:00 -11:00, 16:30 -18:30

**OBOWIAZUJE OD 27 grudnia 2022****HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH grudzień 2022**

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
<b>Poniedziałek</b> <b>5,12</b>	<b>16: 30 -17:15</b>	<b>Zumba zajęcia</b> <b>taneczne</b>	<b>CAS – korytarz szkolny</b>
<b>Poniedziałek</b> <b>19</b>	<b>17:00 -17:45 I gr</b> <b>17:45-18:30 II gr</b>	<b>Pilates</b>	
<b>Poniedziałek</b> <b>5</b>	<b>11:20 – 12:50</b>	<b>Język angielski</b> <b>Poziom średni</b>	<b>CAS</b>
<b>Poniedziałek</b> <b>5,12,19</b>	<b>9:00 -11:00</b>	<b>Prace w glinie,</b> <b>malarstwo</b>	<b>CAS</b>
<b>Poniedziałek</b> <b>12,19</b>	<b>11:00 -13:00</b>	<b>Dyżur, dekorowanie</b> <b>Sali</b>	<b>Wolontariat</b>
<b>Wtorek</b> <b>6,13,</b>	<b>10:00 -10:45</b>	<b>Gimnastyka</b>	<b>CAS</b>

<b>Wtorek</b> <b>20</b>	<b>10:00 – 12:00</b>	<b>Koncert chóru</b> <b>„Harfa”</b>	<b>DDPS</b> <b>Szkolne 20,</b>
<b>Wtorek</b> <b>6,13,20,27</b>	<b>11:00 -14:00</b>	<b>Dyżur</b>	<b>CAS</b>
<b>Środa</b> <b>7</b>	<b>10:20 -11:50</b> <b>11:20- 12:20</b>	<b>Angielski podstawa</b> <b>Hiszpański</b>	<b>CAS</b>
<b>Środa</b> <b>7,21</b>	<b>9:00 -9:45</b>	<b>Gimnastyka</b>	<b>CAS</b>
<b>Środa</b> <b>21,28</b>	<b>10:00-13:00</b>	<b>Dyżur, sprzątanie,</b>	<b>CAS</b> <b>Wolontariat</b>
<b>Czwartek</b> <b>1,8,22,</b>	<b>8:30-9:15</b>	<b>Gimnastyka</b>	<b>CAS</b>
<b>Czwartek</b> <b>8</b>	<b>12:15</b>	<b>Seans filmowy</b> <b>„Jednym głosem”</b>	<b>Kino pod Baranami sala</b> <b>Ul. Rajska 12</b> <b>Małopolski Ogród Sztuki</b> <b>Bilety koordynator</b>
<b>Czwartek</b> <b>1,8</b>	<b>12:45 -13,45</b>	<b>Nowe technologie</b> <b>Smartfony</b>	<b>CAS</b>
<b>Czwartek</b> <b>1,8</b>	<b>15:15 -16:45</b>	<b>Taniec w kręgu,</b> <b>taniec liniowy</b>	<b>CAS – korytarz szkolny</b>
<b>Czwartek</b> <b>15</b>	<b>12:00 -13:00</b>  <b>13:00 – 15:00</b>	<b>Przygotowania</b>  <b>Spotkanie oplatkowe</b>	<b>CAS Tysiąclecia 42</b> <b>Wolontariat</b> <b>+ koncert kolęd Chór</b> <b>„Harfa”</b>
<b>Czwartek</b> <b>22,29</b>	<b>8:00 -12:00</b>	<b>Dyżur</b>	<b>CAS Wolontariat</b>

Czwartek 15	17:00 -18:00	Koncert kolęd Chór „Harfa”	Rada Dzielnicy XIV
Czwartek 29	18:00 – 20:30	Spektakl „Halka”	Teatr Stary ul. Jagiellońska 1 Bilety - koordynator
Piątek 2,9 16	10:00 – 11:00  10:00 -11:00	Nowe technologie	CAS 16 zajęcia w wolontariacie
Piątek 2, 9  16	17:00 -17:45 I gr 17:45 -18:30 II gr  17:00 -17:45	Pilates	CAS
Piątek  30	8:30 – 11:30	Prace w CAS związane z naprawą ławek, sprzętu do gimnastyki itd	Wolontariat

### Zajęcia dodatkowe grudzień 2022

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Sobota 10	13:00 -15:00	Koncert chóru Harfa dla osób niedowidzących	Restauracja „ Piastowska”
Środa 14	12:00	Koncert dla Seniorów	ICE Bilety od 28.11 koordynator

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy*