

**Centrum Aktywności Seniorów Zielone**

adres - os. Zielone 22

kontakt – tel. 733 956 640.

e-mail [fundacja@nowecentrum.org](mailto:fundacja@nowecentrum.org)

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

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

**OBOWIĄZUJE OD 01.08.2024**

*data dzienna*

**Harmonogram zajęć stałych – sierpień 2024**

*miesiąc*

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	8.00 - 9.00	Joga dla początkujących <i>zajęcia 5.08., 12.08., 19.08., 26.08.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	9.00 - 10.00	Gimnastyka I grupa <i>zajęcia 5.08., 12.08., 19.08., 26.08.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	10.00 - 11.00	Gimnastyka II grupa <i>zajęcia 5.08., 12.08., 19.08., 26.08.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE

	11.00 - 12.00	Kurs obsługi smartfonów - grupa od podstaw <i>zajęcia 5.08., 12.08., 19.08., 26.08.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	16.00 - 18.00	Gry stolikowe <i>zajęcia 5.08., 12.08., 19.08., 26.08.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
wtorek	9.00 - 10.00	Język angielski - grupa zaawansowana <i>zajęcia 6.08., 20.08., 27.08.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	10.00 - 12.00	Zajęcia wokalne - Chór GospelSenior <i>zajęcia 20.08., 27.08.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE OŚRODEK IM. C.K. NORWIDA OS. GÓRALI 5
środa	9.00 - 11.00	Zajęcia florystyczne <i>zajęcia 21.08., 28.08.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	9.00 - 11.00	Zajęcia artystyczne <i>zajęcia 7.08., 14.08.,</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	11.00 - 13.00	Warsztaty plastyczne <i>zajęcia 7.08., 14.08., 21.08., 28.08.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
czwartek	8.00 - 9.00	Zajęcia ruchowe ogólnorozwojowe gr. I <i>zajęcia 1.08., 8.08., 22.08., 29.08.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	9.00 - 10.00	Zajęcia ruchowe ogólnorozwojowe gr. II <i>zajęcia 1.08., 8.08., 22.08., 29.08.</i>	

piątek	10.00 - 11.00	Haft matematyczny <i>zajęcia 2.08., 9.08., 16.08., 23.08., 30.08.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	11.00 - 13.00	Warsztaty plastyczne <i>zajęcia 2.08., 9.08., 16.08., 23.08., 30.08.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE

### Zajęcia dodatkowe w sierpniu 2024:

*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
13.08.2024	9.00-10.30	Zwiedzanie wystawy stałej w Małopolskim Centrum Nauki Cogiteon	Informacje w CAS

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy*