

Centrum Aktywności Seniorów „Super Senior”

adres: os. Tysiąclecia 42

telefon: 664-662-276,

722 -102-173

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

Poniedziałek	10 – 18:00
Wtorek	8:00 – 13:00
Środa	12:30 – 16:00
Czwartek	10:00- 12:00
Piątek	11:30 – 15:30

OBOWIĄZUJE OD 2 stycznia 2020**HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH styczeń 2020**

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	10:00-11:30	Spotkania z filozofią Prof. Anna Pająk	Od 13 stycznia Wolontariat
	12:15 – 14:15	Plastyka/rękodzieło	Od 13 stycznia
	15:00 -17:00	Nowe technologie poziom podstawowy (laptopy)	Od 13 stycznia Zapisy na nowe grupy
	17:00-18:00	Nowe technologie - konsultacje indywidualne	Od 13 stycznia
Wtorek	8:00 – 8:45	Gimnastyka usp. gr.I	Od 7 stycznia
	8:45 -9:30	Gimnastyka usp.gr.II	

	10:15 -11:15	j. angielski podstawa	Od 7 stycznia
	11:15 – 12:15	j. angielski poziom średni	Od 7 stycznia
	12:15 – 13:15	język hiszpański	Od 7 stycznia
Środa	12:30 – 13:15	taniec w kręgu,	Od 8 stycznia
	13:15-14:00	taniec towarzyski	
	14:00 – 16:00	nowe technologie poziom średni (laptopy)	Od 8 stycznia zapisy na nowe grupy
Czwartek	10:00 – 12:00	Czas seniorów- spotkania integracyjne	Scrabble, brydż, dyskusje Od 9 stycznia
	10:00-12:00	Dyżur	2.01 wolontariat seniorów
piątek	11:30 -12:15	Gimnastyka pilates gr.I	Od 10 stycznia
	12:15-13:00	Gimnastyka pilates gr II	Od 10 stycznia
	13:00 – 14:00	Spotkania integracyjne	Od 3 stycznia Gry planszowe, gra w karty itp.

ZAJĘCIA DODATKOWE styczeń 2020

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
26 stycznia niedziela	10:45-14:45	Wędrówki piesze Muzeum Czartoryskich	Zbiórka godz. 10 45 Barbakan Liczba miejsc ograniczona- zapisy u Ryszarda tel. 515771067
Środa 15,22,29	14:00-15:00	Odwiedziny u seniorki -byłego żołnierza AK	Wolontariat seniorów

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy