

Centrum Aktywności Seniorów „Super Senior”

adres: os. Tysiąclecia 42
telefon: **722 102 173**
watchesaap 722 102 173
e-mail: mscasy@poczta.fm

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

Poniedziałek	8:00-9:30 11:30 -14:30;17:00 -18:30
Wtorek	8:30 – 10:00, 15:00 – 18:30
Środa	8:30 -13:30
Czwartek	8:00- 12:00
Piątek	12:00 -16:00,

OBOWIĄZUJE OD 1 Grudnia 2023

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH Grudzień 2023

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek 4,11,18	12:00 -13:00 13:00- 14:00	Nowe technologie poziom zaawansowany Poziom podstawowy	CAS
Poniedziałek 4,11,18	17:30-18:15	Zumba	CAS
Wtorek 5,19 12	15:00 -15:45 15:45-16:30 10:00 -10:45 10:45 -11:30	Gimnastyka I gr Gimnastyka II gr	CAS
Wtorek 5,12,19	12:00 -13:00	Cyfrowe SOS	CAS

Wtorek 5,19 12	16:45 -19:00 11:30 -13:00	Warsztaty wokalne, chór	CAS
Wtorek 12	14:00 -16:00 16:00 -18:00	Przygotowanie spotkania oplatkowego Spotkanie oplatkowe	CAS Organizacja w wolontariacie
Środa 6 13,20	9:00 - 11:00 9:00 – 10:00	Nowe technologie Smartfony	CAS
Środa 6	10:30 -12:00	Kawiarenka Seniora - n gry planszowe	CAS
Środa 6,13,20,27	12:00-13:30	Taniec w kręgu, taniec liniowy	CAS
Czwartek 7,14,21,28	8:30 -10:00	Kawiarenka Seniora - Gry planszowe	CAS
Czwartek 21	10:00 -12:00	Spotkania podróżnicze „Poznaj świat”	CAS
Czwartek 7,14	8:00 -10:00	Haft matematyczny – wykonujemy kartki święteczne dla Hospicjum św. Łazarza	CAS Zajęcia w wolontariacie.
Czwartek 7,14	10:00-10:45 10:45 -11:30	Gimnastyka I gr Gimnastyka II gr	CAS
Piątek 1,8,15,22	12:45 -13:45 13:45 -14:45 14:45 -15:45	j. angielski podstawa j. hiszpański j. angielski średni	CAS

Zajęcia dodatkowe grudzień 2023

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Sobota 9	13:30 - 14:30	Koncert chóru „Harfa” dla osób niewidomych	Restauracja Panorama DH Wanda
Czwartek 7	12:00	Koncert dla Seniorów	Centrum Kongresowe ICE Bezpłatne wejściówki od 24.XI Stary Pawilon Wyspiańskiego Pl. Wszystkich św. 2 10:00 - 18:00 oraz INFOKRAKÓW os. Zgody 7 10:00 – 18:00

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy