Centrum Aktywności Seniora Źródło w grudniu.

2015-12-01

Wykaz godzin zajęć Centrum Aktywności Seniora Źródło zaprasza w grudniu.

GRUDZIEŃ 2015
poniedziałek
godz. 8.30 – 10.30 – zajęcia językowe
godz. 10.30 – 12.30 – zajęcia szachowe
godz. 13.00 – 15.00 – szkolenie z obsługi urządzeń technologicznych
godz. 15.00 – 17.00 – pierwsza pomoc
wtorek
godz. 10.00 – 11.00 – zajęcia teatralne
godz. 13.00 – 14.00 kawiarenka obywatelska
godz. 14.30 – 16.30 – zajęcia brydżowe
środa
godz. 9.00 – 10.00 – nordic walking
godz. 10.00 – 11.00 – zajęcia ruchowe
godz. 12.00 – 14.00 – szkolenie z opieki nad osobą obłożnie chorą
czwartek
godz. 10.00 – 12.00 – zdrowe żywienie
godz. 13.30 – 14.30 – kawiarenka obywatelska
piątek
godz. 8.00 – 12.00 – praca biurowa, spotkania z seniorami – porady obywatelskie
dodatkowo: zajęcia z opieki nad osobą obłożnie chorą – wyjście do DPS na ul. Lanową
zajęcia z urządzeń technologicznych – 2 wyjścia do kawiiarenki z wi-fi – zajęcia z ipadami.