

Centrum Aktywności Seniora RAJSKO

prowadzone przez Fundację Pomocy Potrzebującym Nasz Dom im. Św. Brata Alberta

Harmonogram zajęć zaplanowany na m-c marzec 2018 r.

Data		Rodzaj zajęć	Miejsce zajęć
1.	czwartek 17.00 - 19.00	Zajęcia rekreacyjno - sportowe (aerobik) w sali gimnastycznej	Szkoła Podstawowa, ul. Tuchowska 113
2.	piątek 18.00-20.00	ZAJĘCIA OBYWATELSKIE: Poradnia Obywatelska i Samopomocy Społecznej	Szkoła Podstawowa, ul. Tuchowska 113
3.	sobota		
4.	niedziela		
5.	poniedziałek 17.00-20.00	Warsztaty kulinarne z elementami wiedzy o zdrowym żywnieniu i higienie - zajęcia ze specjalistą ds. żywienia	ul. Nad Fosą 32
6.	wtorek 17.00 - 20.00	ZAJĘCIA KOMPUTEROWE ORAZ Z OBSŁUGI NOWYCH TECHNOLOGII: Warsztaty komputerowe – wariant podstawowy	Szkoła Podstawowa, ul. Tuchowska 113
7.	środa 17.00 - 20.00	Warsztaty plastyczne z elementami rękodzieła	ul. Nad Fosą 32
8.	czwartek 17.00 - 19.00	Zajęcia rekreacyjno - sportowe (aerobik) w sali gimnastycznej	Szkoła Podstawowa, ul. Tuchowska 113
9.	piątek 18.00-20.00	ZAJĘCIA OBYWATELSKIE: Poradnia Obywatelska i Samopomocy Społecznej	ul. Nad Fosą 32
10.	sobota		
11.	niedziela		
12.	poniedziałek 18.00-20.00	Warsztaty kulinarne z elementami wiedzy o zdrowym żywnieniu i higienie - zajęcia z kucharzem	ul. Nad Fosą 32
13.	wtorek 17.00 - 20.00	ZAJĘCIA KOMPUTEROWE ORAZ Z OBSŁUGI NOWYCH TECHNOLOGII: Warsztaty komputerowe – wariant podstawowy	Szkoła Podstawowa, ul. Tuchowska 113
14.	środa 17.00 - 21.00	Warsztaty plastyczne z elementami rękodzieła	ul. Nad Fosą 32
15.	czwartek 17.00 - 19.00	Zajęcia rekreacyjno - sportowe (aerobik) w sali gimnastycznej	Szkoła Podstawowa, ul. Tuchowska 113
16.	piątek 18.00 - 20.00	ZAJĘCIA OBYWATELSKIE: Poradnia Obywatelska i Samopomocy Społecznej	ul. Nad Fosą 32
17.	sobota		
18.	niedziela		
19.	poniedziałek 18.00-20.00	Warsztaty kulinarne z elementami wiedzy o zdrowym żywnieniu i higienie - zajęcia z kucharzem	ul. Nad Fosą 32



20.	wtorek	17.00 - 20.00	ZAJĘCIA KOMPUTEROWE ORAZ Z OBSŁUGI NOWYCH TECHNOLOGII: Warsztaty komputerowe – wariant podstawowy	Szkoła Podstawowa, ul. Tuchowska 113
21.	środa	17.00 - 21.00	Warsztaty plastyczne z elementami rękodzieła	ul. Nad Fosą 32
22.	czwartek	17.00 - 19.00	Zajęcia rekreacyjno - sportowe (aerobik) w sali gimnastycznej	Szkoła Podstawowa, ul. Tuchowska 113
23.	piątek	18.00 - 20.00	ZAJĘCIA OBYWATELSKIE: Poradnia Obywatelska i Samopomocy Społecznej	ul. Nad Fosą 32
24.	sobota			
25.	niedziela			
26.	poniedziałek	17.00-21.00	Warsztaty plastyczne z elementami rękodzieła	ul. Nad Fosą 32
27.	wtorek	18.00 - 20.00	Warsztaty kulinarne z elementami wiedzy o zdrowym żywieniu i higienie - zajęcia z kucharzem	ul. Nad Fosą 32
28.	środa	18.00 - 20.00	ZAJĘCIA OBYWATELSKIE: Poradnia Obywatelska i Samopomocy Społecznej	ul. Nad Fosą 32
29.	czwartek			
30.	piątek			
31.	sobota			

**KAWIARENKA SENIORA RAJSKO CZYNNNA OD PONIEDZIAŁU DO PIĄTKU W GODZ 9:00 – 16:00
ZAPRASZAMY!**

W razie pytań prosimy o kontakt: Mieczysława Tomaszewska - 511971797, e-mail: casrajsko@o2.pl