

## Centrum Aktywności Seniorów Parafia Tonie

adres - ul. Maciejkowa 3

e-mail casparafiatonie@gmail.com

### CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	15:00-19:00
wtorek	16:00-20:00
środa	11:00-16:00
czwartek	16:00-19:00
piątek	11:00-16:00

### OBOWIĄZUJE OD 1 września 2018

#### Harmonogram zajęć stałych – Wrzesień 2018

Dzień tygodnia	Godzina od - do	Rodzaj zajęć	Uwagi
poniedziałek	10:00-11:00	Zajęcia szachowe	Zajęcia odbywają się na ul. Blachnickiego 10
	15:00-16:00	Mediacje	
	16:00-17:00	Zajęcia florystyczne	
	17:00-19:00	Zajęcia teatralne	
wtorek	16:30-17:30	Robótki ręczne	
	17:30-18:00	Spotkanie organizacyjne	
	18:00-19:00	Gimnastyka i rehabilitacja	
	19:00-20:00	Kawiarenka obywatelska	
środa	11:00-13:00	Kurs zdrowego gotowania	
	13:00-15:00	Pielęgnacja tradycji	Zajęcia mogą odbywać się poza siedzibą CAS
	15:00-16:00	Zajęcia wiedzy samorządowej	
czwartek	16:00-17:00	Gry stolikowe	

	17:00-18:00	Zajęcia plastyczne	
	18:00-19:00	Zajęcia ruchowe	
piątek	9:00-10:00	Zajęcia brydżowe	Zajęcia odbywają się na ul. Blachnickiego 10
	11:00-13:00	Nordic Walking	Zajęcia w plenerze
	13:00-14:00	Wspólne gotowanie- Różne kuchnie świata	
	14:00-16:00	Kurs Pierwsza Pomoc	

### Zajęcia dodatkowe – Wrzesień 2018:

Data	Godzina od - do	Rodzaj zajęć	Uwagi