



Centrum Aktywności Seniorów Uskrzydłone Wzgórza

adres: os. Na Stoku 1

telefon: 519 649 567

e-mail: hmikulska@poczta.onet.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10-14
wtorek	10-14
środa	10-14
czwartek	9 - 13 16- 18
piątek	11 -15 16-18

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH –na styczeń 2020

Obowiązuje od 7.01.2020

02.01 i 03.01 2020 klub dostępny dla wszystkich chętnych.

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10-12	Kawiarenka seniora	
	12-14	Warsztaty kulinarne	
wtorek	10-12	Gry stolikowe	
	11- 13	Warsztaty fotograficzne	Zajęcia odbywają się w MDK Fort 49
	12-14	Zajęcia plastyczne decoupage	
środa	10-12	Kawiarenka seniora	
	12-14	Papierowa wiklina	
czwartek	9 -11	Trening pamięci	
	11-13	Kurs języka angielskiego	

czwartek	16.00-18.00	Gimnastyka przy muzyce	Zajęcia w SP 98
piątek	11-13	Gimnastyka rehabilitacyjna	
	13-15	Warsztaty wokalne	
	16-18	Kurs obsługi smartfonów	

ZAJĘCIA DODATKOWE –NA STYCZEŃ 2020

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
15. 01. 2020	15-16 16-19	Kolędowanie z uczniami ze SP 129 Urodziny CAS Uskrzydłone Wzgórza	

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.