



Centrum Aktywności Seniorów Uskrzydleni Wiekem

adres: Rusznikarska 14 lokal użytkowy nr 16, wejście od strony placu zabaw

telefon: 511 200 011

e-mail: fundacja@uskrzydleniwiekem.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10.00-17.00
wtorek	10.00-14.00
środa	11.00-17.00
czwartek	10.00-14.00
piątek	10.30-18.30

O BOWIĄZUJE OD 13.02.2020

..... (data dzienna)

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – luty 2020

miesiąc

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.00-12.00	Warsztaty plastyczne- decoupage	
	12.30-14.00	Gimnastyka rehabilitacyjna	
	14.00 – 17.00	Sekcja brydżowa	
wtorek		Kurs języka angielskiego dla średnio zaawansowanych	04/02 o 17:45 11/02 o 10:00
	10.00-12.30	Kawiarenka seniora	

wtorek	12.30-14.00	Gimnastyka rehabilitacyjna	
środa	11.00-12.00	Kurs języka włoskiego dla średnio zaawansowanych	
	12.00-13.00 pierwsza grupa 13.00-14.00 druga grupa	Trening pamięci	05.02 nie będzie zajęć
	26/02 o 10:00	Kurs języka angielskiego dla średnio zaawansowanych	26/02 o 10:00
czwartek	10.00-12.30	Gry stolikowe	
	18.30-20.00	Kurs obsługi tabletów	
piątek	10.30-12.30	Warsztaty wokalne	
	12.30-14.00	Gimnastyka rehabilitacyjna	
	14.00-17.00	Gry stolikowe	
	17.00-18.30	Zumba-gimnastyka przy muzyce	Szkoła Podstawowa nr 21

ZAJĘCIA DODATKOWE – luty 2020

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
08.02.2020	18.30	Opera A.Dvořak, <i>Vanda</i>	Łaźnia Nowa

13.02.2020	12.00	„Problem bezpieczeństwa”- spotkanie z przedstawicielem Komendy Miejskiej Policji	
18.02.2020	16.00	Śledzik-ostatki	
28.02.2020	15.30	Muzeum Sukiennice	Zwiedzanie z przewodnikiem (Justyna Majewska).

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.