

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	10.00-14.00	
wtorek	9.00 – 14.00	
środa	10.00-14.00	
czwartek	9.00 – 11.00	16.00- 18.00
piątek	11.00 – 15.00	16.00 – 18.00

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH –NA MARZEC 2020

Obowiązuje od 10.03.2020

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10-12	Kawiarenka seniora	
	12-14	Warsztaty kulinarne	
wtorek	10.00- 12.00	Gry stolikowe	
	12.00-14.00	Zajęcia plastyczne decoupage	
środa	10.00-12.00	Kawiarenka seniora	
	12.00 -14.00	Papierowa wiklina	
czwartek	9.00 -11.00	Trening pamięci	
czwartek	16.00-18.00	Gimnastyka przy muzyce	Zajęcia w SP 98
piątek	11.00-13.00	Gimnastyka rehabilitacyjna	
	13.00-15.00	Warsztaty wokalne	
	16.00-18.00	Kurs obsługi laptopów	

ZAJĘCIA DODATKOWE –NA MARZEC 2020

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
wtorki	Gr. I 9.00-10.30 Gr. II 10.30-12.00	Kurs komunikatywnego języka angielskiego dla seniorów. Grupy początkujących.	Zajęcia finansowane z Budżetu Obywatelskiego Nabór otwarty dla mieszkańców Dzielnicy XVII
czwartki	11.00-12.30	Kurs komunikatywnego języka angielskiego dla seniorów. Grupa średnio zaawansowanych.	Zajęcia finansowane z Budżetu obywatelskiego Nabór otwarty dla mieszkańców Dzielnicy XVII
1.03	18.00	Wyjście do opery na spektakl „Traviata”	
4.03	10-12	Spotkanie z kosmetolożką	
7.03	19.00	KFK Monodram : Miałem wielkie szczęście- Andrzej Wajda.	
9.03	18.00	Wyjście do kina Sfinx	
27.03	7.00	Wycieczka do Solca i Buska Zdroju	

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.