

Centrum Aktywności Seniorów Mistrzejowice

adres - os. Piastów 41/6A

kontakt – tel. 732 994 087 e-mail:

casmistrzejowice@gmail.com

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9.00 - 13.00
wtorek	9.00 - 13.00
środa	10.30 - 14.30
czwartek	14.00 - 18.00
piątek	9.00 - 13.00

Prowadzimy zajęcia stacjonarne i w plenerze.

Osoby chcące dołączyć do grupy mogą zgłaszać się telefonicznie lub pod adresem casmistrzejowice@gmail.com

OBOWIĄZUJE OD 10-06-2022

Harmonogram zajęć stałych – czerwiec 2022

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	11.45 – 12.30	Gimnastyka mięśni twarzy <i>6, 13, 20, 27 czerwiec</i> <i>(w dn. 27-06-2022 zajęcia</i> <i>w godz. 11.45-13.15)</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	12.30 – 13.30	Treningi pamięci <i>6, 13, 20, 27 czerwiec</i> <i>(w dn. 27-06-2022 zajęcia</i> <i>w godz. 11.45-13.15)</i>	ZAJĘCIA ONLINE STACJONARNE

Wtorek	9.00 – 11.00	Zajęcia ekoartystyczne <i>7, 14, 21, 28 czerwiec</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	9.00 – 10.00	Nordic walking <i>7, 14, 21, 28 czerwiec</i>	ZAJĘCIA PLENEROWE <i>(zbiórka pod CAS)</i>
	12.00 – 13.00	Język angielski grupa początkująca <i>7, 14, 21, 28 czerwiec</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
Środa	10.30 – 11.30	Kurs obsługi smartfonów <i>1, 8, 15, 22, 29 czerwiec</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	11.30 – 12.30	Kurs komputerowy dla Początkujących <i>1, 8, 15, 22, 29 czerwiec</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
Czwartek	16.00-17.00	„Szalone nożyczki” – <i>warsztaty</i> <i>edukacyjno-kreatywne</i> <i>2, 9, 23, 30 czerwiec</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	17.00-18.00	„Zajęcia upcyklingowe” – <i>warsztaty</i> <i>edukacyjno-kreatywne</i> <i>2, 9, 23, 30 czerwiec</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	16.00-17.00	„Klub majsterkowy” <i>- warsztaty praktyczno-</i> <i>techniczne</i> <i>2, 9, 23, 30 czerwiec</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	17.00-18.00	„Zrób to sam” <i>- warsztaty praktyczno-</i> <i>techniczne</i> <i>2, 9, 23, 30 czerwiec</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE

	17.00-18.00	Zajęcia fitness <i>2, 9, 23, 30 czerwiec</i>	ZAJĘCIA w Szkole <u>Podstawowej nr 89 ul.</u> <u>Piastów 34 A</u>
Piątek	9.00 - 11.00	Warsztaty aktywności społecznej <i>3, 10, 17, 24 czerwiec</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.