



Centrum Aktywności Seniorów „Młodzi Starszym - Trefle i Piki”

adres - Stadion Wisły ul. Reymonta 20 – wejście na teren stadionu od al. 3maja
(parking-Trybuna Zachodnia II piętro windą lokal po lewej stronie na końcu korytarza)

kontakt – Tel. 694-414-402

e-mail treflepiki@gmail.com

CAS czynne od poniedziałku do soboty w godzinach:

poniedziałek	9:00-13:00 17:00-19:00
wtorek	9:00-13:00
środa	11:00-15:00 16:15-17:15
czwartek	9:00-13:00
piątek	9:00-13:00
sobota	10:30-14:30

OBOWIĄZUJE OD 02.01.2023

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych –STYCZEŃ 2023

Miesiąc

dzień	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek 2,9,16,23,30	10:00-11:00	Gry planszowe, szachy Zajęcia ruchowe/integracyjne	
	11:00-12:00	Tenis Stołowy Zajęcia ruchowe/integracyjne	
	17:00-19:00	Turniej brydża	

Wtorek 3,10,17,24,31	11:00-12:00	Zdrowy tryb życia Zajęcia edukacyjne	
	12:00-13:00	Język hiszpański zajęcia edukacyjne	
środa 4,11,18,25	12:15-13:15	Kawiarenka obywatelska wolontariat	
	13:30-14:30	Język angielski zajęcia edukacyjne	
	16:15-17:15	Tenis Stołowy Zajęcia ruchowe/integracyjne	
czwartek 5,12,19,26	10:00-11:30	Nordic Walking Zajęcia ruchowe/integrujące	
	12:00-13:00	Kawiarenka obywatelska wolontariat	
piątek 13,20,27	10:00-11:00	Nauka obsługi komputera, tableta i smartfona zajęcia edukacyjne	+
	11:00-12:30	Nauka gry w brydża zajęcia edukacyjne	
sobota 7,14,21,28	10:30-14:30	Gra w brydża, szachy i gry planszowe Zajęcia ruchowe/integracyjne	

Zajęcia dodatkowe w STYCZNIU 2023:

data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
29.01.2023		WOŚP Mistrzostwa Seniorów w Brydżu	

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy telefoniczne 694-414-402 lub
za pomocą poczty elektronicznej treflepiki@gmail.com**