



**Centrum Aktywności Seniorów „Młodzi Starszym - Trefle i Piki”**

adres - Klub Studencki Żaczek al. 3 Maja 5

kontakt – Tel. 512 419 037

zapisy na zajęcia – Tel. 693 105 315

e-mail paula.ka@interia.pl

**CAS czynne od poniedziałku do soboty w godzinach:**

poniedziałek	14:00-20:00
wtorek	14:00-19:00
środa	14:00-20:00
czwartek	14:00-19:00
piątek	14:00-19:00

**OBOWIĄZUJE OD 05.10.2023**

**Harmonogram zajęć stałych – październik 2023**

dzień	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek 02,09,16,23	15:30-17:00	Tenis Stołowy Zajęcia ruchowe/integracyjne	
	17:00-17:45	Gry planszowe, szachy, brydż Zajęcia ruchowe/integracyjne	
	17:45-20:00	Turniej brydża	

Wtorek 03,10,17,23	14:00-15:00	Zajęcia taneczne/taniec solo	
	15:00-16:30	zajęcia ruchowe i integracyjne Nordic Walking Zajęcia ruchowe/integrujące	
	16:30 -19:00	Kawiarenka obywatelska wolontariat	
środa 04,11,18,25	15:30-17:00	Nauka gry w brydża zajęcia edukacyjne	
	17:00-20:00	Turniej brydża	
czwartek 05,12.19,26	14:00-15:30	Język hiszpański zajęcia edukacyjne	
	15:30-17:00	Język angielski zajęcia edukacyjne	
	17:00-19:00	Kawiarenka obywatelska Wolontariat	
piątek 06,13,20,27	15:30-17:00	Nauka obsługi komputera, tableta i smartfona zajęcia edukacyjne	
	17:00- 19:00	Kawiarenka obywatelska	

### Zajęcia dodatkowe we październiku 2023:

data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy telefoniczne 693 105 315 lub  
za pomocą poczty elektronicznej paula.ka@interia.pl**