

Centrum Aktywności Seniorów „Super Senior”

adres: os. Tysiąclecia 42

telefon: 722 102 173

whatsapp 722 102 173

e-mail: mscasy@poczta.fm

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

Poniedziałek	10:00 -14:30, 17:30 -18:30
Wtorek	9:00 – 14:00
Środa	8:30 -13:30
Czwartek	9:30- 13:00
Piątek	12:30 -17:00

OBOWIĄZUJE OD 1 Marca 2023

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH Marzec 2023

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	12:00 -13:00	Nowe technologie	CAS
	13:00 – 14:00	poziom zaawansowany	
		Poziom podstawowy	
Poniedziałek 6,13	10:00 -11:30	Kawiarenka Seniora	CAS
		Gry planszowe	
Poniedziałek	17:45-18:30	Zumba	CAS
Poniedziałek 20 27	9:00 -11:00	Przygotowanie dekoracji	CAS
		wielkanocnych	Wolontariat
	9:00 -11:00	Dekorowanie Sali	
Wtorek	9:30 – 10:15	Gimnastyka I gr	CAS
	10:30-11:15	Gimnastyka II gr	

Wtorek	11:30 -12:30	Cyfrowe SOS	CAS
Wtorek	12:30 -14:00	Warsztaty wokalne, chór	CAS
Wtorek 21.03	11:00 -13:30	Wędrówki piesze – Bulwary Wiślane, Muzeum Manggha - wystawa kimon	Zbiórka 11:00 koło Muzeum Manggha
Środa	9:00 -11:00	Nowe technologie Smartfony	CAS
Środa	12:00-13:30	Tanec w kręgu, taniec liniowy	CAS
Czwartek	9:45-10:30 10:30 -11:15	Gimnastyka I grupa Gimnastyka II grupa	CAS
Czwartek 9	11:30-13:30	Dzień Kobiet Kawa. ciastka, muzyka	CAS Wolontariat
Czwartek	11:30 -13:00	Kawiarenka Seniora – gry planszowe	CAS 2,9 nie ma zajęć
Czwartek 2	11:15-13:15	III Turniej „Rusz Głową” rozgrywki w scrabble	CAS Wolontariat
Piątek 24	10:00 -12:00	Spotkania podróżnicze „Poznaj Świat”	CAS
Piątek	12:45 -13:45 13:45 -14:45 14:45 -15:45	j. angielski podstawa j. hiszpański j. angielski średni	CAS
Piątek	16:00 -17:00	Dyżur	CAS Wolontariat

Zajęcia dodatkowe Marzec 2023

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Sobota	12:45 -13:30	Basen	Handlowe 4
Sobota	10:00 -21:00	Zbiórka żywności z Bankiem Żywności	M1 Czyżyny Wolontariat

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy