

Centrum Aktywności Seniorów Mistrzejowice adres -
os. Piastów 41/6A

kontakt – tel. 732 994 087 e-mail:

cas mistrzejowice@gmail.com

FB: <https://www.facebook.com/groups/838852883186428>

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9.30 – 13.30
wtorek	8.00 - 12.00
środa	9.00 - 13.00
czwartek	13.00 - 17.00
piątek	8.00 - 12.00

Prowadzimy zajęcia stacjonarne i w plenerze.

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

OBOWIĄZUJE OD 01-06-2025

Harmonogram zajęć stałych – czerwiec 2025

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	11.30-12.30	Treningi pamięci – gr. 1 <i>2, 9, 16, 23, 30 czerwiec</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	12.30 – 13.30	Treningi pamięci – gr. 2 <i>2, 9, 16, 23, 30 czerwiec</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
Wtorek	8.00 – 10.00	Zajęcia ekoartystyczne <i>3, 10, 17, 24 czerwiec</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE

	11.00 – 12.00	Język angielski grupa średniozaawansowana <i>3, 10, 17, 24 czerwiec</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
Środa	9.00-10.00	Nordic Walking <i>4, 11, 18, 25 czerwiec</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE W CAS
	10.00-11.00	Nordic Walking <i>4, 11, 18, 25 czerwiec</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE W CAS
	11.00-12.00	Kurs obsługi smartfonów <i>4, 11, 18, 25 czerwiec</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
Czwartek	15.00-16.00	„Szalone nożyczki” – warsztaty edukacyjno-kreatywne <i>5, 12, 26 czerwiec</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	16.00-17.00	„Zajęcia upcyklingowe” – warsztaty edukacyjno-kreatywne <i>5, 12, 26 czerwiec</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	15.00-16.00	„Klub majsterkowy” - warsztaty praktyczno- techniczne <i>5, 12, 26 czerwiec</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	16.00-17.00	„Zrób to sam” - warsztaty praktyczno- techniczne <i>5, 12, 26 czerwiec</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
Piątek	10.00 - 12.00	Warsztaty aktywności społecznej <i>6, 13, 20, 27 czerwiec</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE

Zajęcia dodatkowe w czerwcu 2025:

miesiąc

data	godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
07-06-2025	11.00 – 12.30	Marsz Seniora - Mistrzejowicki Festiwal Biegowy	Scena na plantach Mistrzejowickich

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy