

Centrum Aktywności Seniorów Zielone

adres - os. Zielone 22

kontakt – tel. 733 956 640.

e-mail fundacja@nowecentrum.org

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	8.00 - 12.00
wtorek	9.00 - 13.00
środa	8.00 - 12.00
czwartek	8.00 - 12.00
piątek	8.00 - 12.00

OBOWIĄZUJE OD 01.07.2025

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – lipiec 2025

miesiąc

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	9.00 - 10.00	Gimnastyka I grupa	zajęcia 7.07., 14.07., 21.07., 28.07.
	10.00 - 11.00	Gimnastyka II grupa	zajęcia 7.07., 14.07., 21.07., 28.07.
	11.00 - 12.00	Kurs obsługi smartfonów	zajęcia 7.07., 14.07., 21.07., 28.07.
	16.00 - 18.00	Gry stolikowe, brydż	zajęcia 7.07., 14.07., 21.07., 28.07.

wtorek	9.00 - 10.00	Język angielski - grupa zaawansowana	zajęcia 1.07., 15.07., 22.07., 29.07.
	10.00 - 12.00	Zajęcia wokalne - Chór GospelSenior	zajęcia 1.07., 8.07., 15.07., 22.07., 29.07. OŚRODEK IM. C.K. NORWIDA OS. GÓRALI 5
środa	9.00 - 11.00	Zajęcia florystyczne	zajęcia 22.07., 29.07.
	9.00 - 11.00	Zajęcia artystyczne	zajęcia 1.07., 8.07., 15.07.,
	11.00 - 13.00	Warsztaty plastyczne/robienie kukiełek	zajęcia 1.07., 8.07., 15.07., 22.07., 29.07.
czwartek	9.00 - 10.00	Zajęcia rehabilitacyjno-ruchowe	zajęcia 3.07., 10.07., 17.07., 24.07., 31.07.
	14.00 - 16.00	Warsztaty plastyczne/robienie kukiełek	zajęcia 3.07., 10.07., 17.07., 24.07., 31.07.
piątek	9.00 - 10.00	Warsztaty aktywności obywatelskiej przy kawie	zajęcia: 4.07., 11.07., 18.07., 25.07.
	10.00 - 11.00	Haft matematyczny	zajęcia: 4.07., 11.07., 18.07., 25.07.

Zajęcia dodatkowe w lipcu 2025:

miesiąc

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Czwartki, piątki w godzinach funkcjonowania CAS		Indywidualne konsultacje z zakresu obsługi komputera lub smartfona	Osoby zainteresowane proszone są o wcześniejszy kontakt telefoniczny
11.07.2025	10.45	Wyjście na wystawę „Miasto Zwierząt”	Pałac Krzysztofory Rynek Główny 35 <i>Informacje i zapisy w CAS</i>

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy