

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	8.00 – 12.00
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 01-08-2025

Harmonogram zajęć stałych – sierpień 2025

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	8.00 – 12.00	Dyżur <i>4, 11, 18, 25 sierpnia</i>	
Wtorek	8.00 – 10.00	Zajęcia ekoartystyczne <i>5, 12, 19, 26 sierpnia</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	11.00 – 12.00	Język angielski grupa średniozaawansowana <i>5, 12, 19, 26 sierpnia</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE

Środa	10.00-11.00	Nordic Walking 6, 13, 20, 27 sierpnia	ZAJĘCIA PLENEROWE
	11.00-12.00	Gimnastyka rehabilitacyjna 6, 13, 20, 27 sierpnia	ZAJĘCIA PLENEROWE/ lub STACJONARNE
	12.00-13.00	Kurs obsługi smartfonów 6, 13, 20, 27 sierpnia	ZAJĘCIA STACJONARNE
Czwartek	15.00-16.00	„Szalone nożyczki” – warsztaty edukacyjno-kreatywne 7, 14, 21, 28 sierpnia	ZAJĘCIA STACJONARNE
	16.00-17.00	„Zajęcia upcyklingowe” – warsztaty edukacyjno-kreatywne 7, 14, 21, 28 sierpnia	ZAJĘCIA STACJONARNE
	15.00-16.00	„Klub majsterkowy” - warsztaty praktyczno- techniczne 7, 14, 21, 28 sierpnia	ZAJĘCIA STACJONARNE
	16.00-17.00	„Zrób to sam” - warsztaty praktyczno- techniczne 7, 14, 21, 28 sierpnia	ZAJĘCIA STACJONARNE
Piątek	10.00 - 12.00	Warsztaty aktywności społecznej 1, 8, 22, 29 sierpnia	ZAJĘCIA STACJONARNE

Zajęcia dodatkowe w sierpniu 2025:

miesiąc

data	godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
<i>Poniedziałek</i> <i>4, 11, 18, 25</i> <i>sierpnia</i>	15.30 – 17.30	„Seniorki dzieciom – warsztaty ekoartystyczne dla dzieci z Centralki” (spotkania międzypokoleniowe)	Placówka wsparcia dziennego „Centralka” ; Fundacja Nowe Centrum, os. Słoneczne 14

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy

W piątek 15-08-2025 CAS nieczynny