

Centrum Aktywności Seniorów Zielone

adres - os. Zielone 22

kontakt – tel. 733 956 640

koordynatorka - Pani Katarzyna

kontakt do koordynatorki – tel. 733 956 640

dyżur koordynatorki: wtorki godz. 9.00-13.00

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	10.00 - 14.00

OBOWIĄZUJE OD 22.08.2025

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – sierpień 2025

miesiąc

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	8.00 - 9.00	Gimnastyka I grupa	zajęcia 4.08., 11.08., 18.08., 25.08.
	9.00 - 10.00	Gimnastyka II grupa	zajęcia 4.08., 11.08., 18.08., 25.08.

	10.00 - 11.00	Kurs obsługi smartfonów	zajęcia 4.08., 11.08., 18.08., 25.08.
	16.00 - 18.00	Gry stolikowe, brydż	zajęcia 4.08., 11.08., 18.08., 25.08.
wtorek	9.00 - 10.00	Język angielski - grupa zaawansowana	zajęcia 5.08., 12.08., 19.08., 26.08.
	10.00 - 12.00	Zajęcia wokalne - Chór GospelSenior	zajęcia 19.08., 26.08. OŚRODEK IM. C.K. NORWIDA OS. GÓRALI 5
środa	9.00 - 11.00	Zajęcia florystyczne	zajęcia 20.08., 27.08.
	9.00 - 11.00	Zajęcia artystyczne	zajęcia 6.08., 13.08.
	11.00 - 13.00	Warsztaty plastyczne/robienie kukiełek	zajęcia 6.08., 13.08., 20.08., 27.08.
czwartek	8.00 - 9.00	Zajęcia rehabilitacyjno-ruchowe	zajęcia 7.08., 14.08., 21.08., 28.08.
	14.00 - 16.00	Warsztaty plastyczne/robienie kukiełek	zajęcia 7.08., 14.08., 21.08., 28.08.
piątek	10.00 - 12.00	Warsztaty aktywności obywatelskiej przy kawie	zajęcia: 1.08., 8.08., 22.08., 29.08.
	10.00 - 11.00	Haft matematyczny	zajęcia: 1.08., 8.08., 22.08., 29.08.

Zajęcia dodatkowe w sierpniu 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

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy