

Centrum Aktywności Seniorów IB Polska w Hucie

e-mail: cas@ib-polska.pl , adres: oś. Górali 24

kontakt CAS / koordynatora- tel.: 452-093-540

imię koordynatora: p.o. koordynatora Illia

dyżur koordynatora: od 09.08 2026, śr.- czw. 9:00-13:00.

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9:00-13:00
wtorek	9:00-13:00
środa	9:00-13:00
czwartek	9:00-13:00
piątek	9:00-13:00

OBOWIĄZUJE OD 03.08.2026

Harmonogram zajęć stałych – sierpień 2026

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	9:00-13:00	Kawiarenka- Spotkajmy się przy Kawie	
	10:45-12:45	Krok po kroku- konwersacje z j. polskiego A1/A2	
Wtorek	9:00-13:00	Kawiarenka- Spotkajmy się przy Kawie	
	10:00-12:00	Poranki dla umysłu z Maćkiem- warsztaty rozwojowo psychologiczne	wyłącznie 11.08
	10:00-11:30	Klub "Nordic Walking"	wyłącznie 11.08
	17:00-19:00	Szydełkowanie- warsztaty rękodzielnicze	wyłącznie 18,25.08
Środa	9:00-12:00	Gry planszowe- logiczne i karciane	
	12:00 14:00	Samoobrona dla seniorów- podstawowe zasady bezpiecznego zachowania w sytuacjach zagrożenia	wyłącznie 12,26.08 (15 miejsc)
Czwartek	9:00-13:00	Kawiarenka- Spotkajmy się przy Kawie	
	12:30-14:30	"Krok po kroku" - konwersacje z j. polskiego A1/A2	

	17:00-18:30	"Spotkanie z Książką na żywo" - Klub Książki z Adrianną	wyłącznie 06, 13.08
Piątek	10:00-12:00	Spotkania z Prawnikiem- Praktyczne warsztaty o tym, jak skutecznie załatwiać sprawy urzędowe i korzystać z praw obywatelskich	wyłącznie 14.08
	12:30-14:30	Klub Relaks – relaksacja, muzykoterapia i zajęcia plastyczne	

Zajęcia dodatkowe w sierpniu 2026:

data	godzina	rodzaj zajęć	
26.08.2026	11:00- 13:00	Zdobienie kafli ceramicznych metodą sgraffito (limit do 10 uczestników)	środa

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.

* Zapisy pod numerem 452 093 540 oraz osobiście w godzinach działania CAS` u