

Centrum Aktywności Seniorów CAS Kolorowe

adres - os. Kolorowe 11a

kontakt - tel. 666-971-585

e-mail: caskolorowe@gmail.com

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10.00-14.00
wtorek	10.00-14.00
środa	10.00-14.00
czwartek	10.00-14.00
piątek	10.00-14.00

OBOWIĄZUJE OD 6 grudnia 2024 r.

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – grudzień 2024

miesiąc

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.00 – 11.00	Autoterapia twarzy	
	11.00 – 12.00	SMOVEY -obręcze terapeutyczne	
	12.00 – 14.00	Zajęcia świetlicowo-towarzyskie	
wtorek	10.00 – 12.00	Zajęcia z florystyki	
	12.00 – 14.00	Zajęcia komputerowe	
środa	10.00 – 12.00	Zajęcia z rękodzieła artystycznego	
	12.00 – 13.00	Poradnia prawna dla seniora	w grudniu jeden dyżur 11.12.
	13.00 – 14.00	Zajęcia świetlicowo-towarzyskie	

czwartek	10.00 – 12.00	Poradnia psychologiczna dla seniora	
	12.00 – 14.00	Zajęcia świetlicowo-towarzyskie	
piątek	10.00-12.00	Zumba z ćwiczeniami rozciągającymi	
	12.00 – 14.00	Zajęcia świetlicowo-towarzyskie	

Zajęcia dodatkowe w grudniu 2024:

miesiąc

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
18.12.2024	12:00-14:00	Warsztaty międzypokoleniowe SMAKI TRADYCJI - DZIADKOWIE I WNUKI W KUCHNI – przygotowanie i dekorowanie pierniczków	
20.12.2024	12:00-14:00	Spotkanie świąteczne	

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.