

Zajęcia i aktywności dla seniorów

19 października 2022

kategoria:

Aktualności



Zajęcia i aktywności dla seniorów

Serdecznie zapraszamy czeladzkich seniorów i seniorki na:

- **Zumba dla Seniora!** - zajęcia, które będą stanowić taneczno-ruchowe układy dostosowane do potrzeb danej grupy. Celem zajęć jest poprawa jakości życia uczestników oraz poprawa zdrowia psychicznego i fizycznego.
Zumba będzie organizowana **w każdą środę począwszy od 19 października 2022 roku o godzinie 12:00** w sali baletowej Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Czeladzi przy ul. Sportowej 2.
Na zajęcia prosimy wziąć ręcznik, wodę, wygodny strój, sportowe obuwie i pozytywne nastawienie.
- **Komputer i smartfon bez tajemnic!** - cykl zajęć poświęcony podstawowej obsłudze komputera oraz smartfonu. W trakcie warsztatów seniorzy dowiedzą m.in. jak zakładać konto e-mail i jak je obsługiwać na komputerze i smartfonie, na czym polega zakładanie profilu zaufanego i jak poruszać się po Internetowym Koncie Pacjenta, a także jak korzystać z Facebook'a.
Pierwsze zajęcia odbędą się **24 października 2022 roku o godzinie 12:00** w Centrum Usług Społecznościowych i Aktywności Lokalnej „Saturn” w Czeladzi przy ul. Biedermanna 2. Spotkania będą organizowane co dwa tygodnie.
- **Dwunasta w południe - salon gier!** - cykl spotkań integracyjnych przy grach i planszówkach!
„Dwunasta w południe – salon gier!” to godzinne spotkania dla seniorów podczas których uczestnicy będą integrować się w najróżniejszych grach, takich jak: kalambury, państwa i miasta czy gry karciane.
Na zajęcia zapraszamy **5 listopada 2022 roku o godzinie 12:00** w Centrum Usług Społecznościowych i Aktywności Lokalnej „Saturn” w Czeladzi przy ul. Biedermanna 2. Spotkania organizowane będą co dwa tygodnie.

UWAGA!!! Na wszystkie powyższe zajęcia, z uwagi na ograniczoną liczbę miejsc obowiązują zapisy

telefoniczne pod numerem: 32 763 79 76.

Wydział Edukacji i Polityki Społecznej zaprasza czeladzkich seniorów i seniorki na zajęcia!

Zajęcia FIT Senior

każdy piątek
o godzinie 10:00

Sala baletowa w MOSiR Czeladź

"12 W POŁUDNIE" - Salon Gier

9 listopada,
21 listopada,
5 grudnia.

CUSiAL "Saturn"
ul. Biedermanna 2
godz. 12:00

Zumba dla Seniora!

Od 19 października w każdą środę
o godzinie 12:00

Sala baletowa w MOSiR Czeladź

Komputer i smartfon bez tajemnic

24 października,
14 listopada,
28 listopada,

CUSiAL "Saturn"
ul. Biedermanna 2
godz. 12:00

Na zajęcia obowiązują telefoniczne zapisy: 32 763 79 76

Zajęcia i aktywności dla seniorów

Źródło: Wydział Edukacji i Polityki Społecznej