

PLAN ORGANIZOWANIA SPOŁECZNOŚCI LOKALNEJ – GRUDZIEŃ 2025 ROKU

DATA	GODZINA	RODZAJ DZIAŁAŃ/USŁUGA	ZAKRES DZIAŁAŃ	MIEJSCE REALIZACJI	Rejestracja (jeżeli jest wymagana)
01.12.2025r . poniedziałek	8.00 – 13.00	Klub Seniora	- Spotkanie urodzinowe, solenizanci z listopada	Klub Seniora Dzięgielów ul. Lipowa 2 (inne wskazane w harmonogramie miejsca)	Uczestnicy Klubu
03.12.2025 r. środa	8.00 – 18.00		- Wycieczka do fabryki bombek		
04.12.2025r. czwartek	8.00 – 13.00		- Gimnastyka - krzyżówki		
05.12.2025r. piątek	1 godz. do ustalenia		- Basen		
08.12.2025r. poniedziałek	8.00 – 13.00		Spotkanie z Psychologiem -Gry planszowe		
09.12.2025r. wtorek	8.00 – 13.00		- Warsztaty kulinarne		
10.12.2025r. środa	8.00 – 13.00		- Joga -zajęcia plastyczne		
11.12.2025r. czwartek	8.00 – 12.00		- Gimnastyka - Kolorowanki dla dorosłych		
12.12.2025r. piątek	1 godz. do ustalenia		- Basen		
15.12.2025r. poniedziałek	8.00 – 13.00		- Spotkanie z dietetyczką , zajęcia praktyczne w kuchni		
16.12.2025r. wtorek	8.00 – 13.00		- Warsztaty manualne		
17.12.2025r. środa	8.00 – 13.00		- Joga - Zajęcia plastyczne		
18.12.2025r. czwartek	8.00 – 13.00		- Gimnastyka - Warsztaty manualne		
19.12.2025r. piątek	1 godz. do ustalenia		- Basen		

22.12.2025 r. poniedziałek	8.00 – 13.00		- Spotkanie z psychologiem - Gry planszowe		
23.12.2025 r. wtorek	8.00 – 13.00		- Spotkanie z psychologiem - gry planszowe		
29.12.2025r. poniedziałek	8.00 – 13.00		- Warsztaty manualne		
30.12.2025r. wtorek	8.00 – 13.00		- Warsztaty manualne		
31.12.2025r środa	8.00 – 13.00		-Spotkanie w klubie		
01.12.2025 r. poniedziałek	14.00 – 19.00	Klub seniora	- Joga - Spotkanie urodzinowe, solenizanci z listopada	Klub seniora Goleszów ul. Osiedlowa 13 (inne wskazane miejsce w harmonogramie)	
02.12.2025 r. wtorek	14.00 – 19.00		- Gimnastyka - gry planszowe		
03.12.2025 r. środa	14.00 – 18.00		- Wycieczka do fabryki bombek		
05.12.2025 r piątek	1 godz. do ustalenia		-Basen		
08.12.2025r poniedziałek	14.00 – 19.00		- Joga - Krzyżówki		
09.12.2025 r wtorek	14.00 – 19.00		- Gimnastyka - gry karciane		
10.12.2025 r środa	14.00 – 19.00		-Spotkanie z psychologiem -Spacer nordic walking		
11.12.2025r. czwartek	14.00 – 18.00		- Warsztaty manualne		
12.12.2025 r piątek	1 godz. do ustalenia		- basen		
15.12.2025 r poniedziałek	14.00 – 19.00		- Joga - Turniej szachowy		
16.12.2025 r wtorek	14.00 -19.00		-Gimnastyka - Kolorowanki dla dorosłych		
17.12.2025 r środa	14.00 – 19.00		- Spotkanie z dietetyczką, zajęcia praktyczne w kuchni		

18.12.2025r czwartek	14.00 – 18.00		-Spotkanie z Psychologiem - Oglądamy film		
19.12.2025 r piątek	1 godz. do ustalenia		- Basen		
22.12.2025 r poniedziałek	14.00 – 19.00		- Joga - Warsztaty manualne		
23.12.2025 r wtorek	14.00 – 19.00		- Gimnastyka - Warsztaty manualne		
29.12.2025r poniedziałek	14.00 – 19.00		- Joga - Gry planszowe		
30.12.2025 r wtorek	14.00 – 19.00		- Gimnastyka - gry planszowe		
31.12.2025r środa	14.00 – 19.00		- warsztaty kulinarne		
01.12.2025r. poniedziałek	14:00 – 19:00	Klub Seniora	-Spotkanie w klubie , rozmowy przy kawie i herbacie - Kącik filmowy- Historia Świętego Mikołaja – film edukacyjny	Klub Seniora Bażanowice ul. Cieszyńska 17 (inne wskazane w harmonogramie miejsca)	Uczestnicy Klubu
02.12.2025r. wtorek	14:00 – 19:00		- wycieczka do fabryki bombek - warsztaty manualne- tworzymy bombki według		
03.12.2025r. środa	14:00 – 18:00		-mikołajkowy czas – quiz o tematyce świątecznej -spotkanie integracyjne w klubie, rozmowy przy kawie i herbacie		
04.12.2025r. czwartek	14.00 – 19.00		- zajęcia z psychologiem -gimnastyka		
05.12.2025r. piątek	1 godz. do ustalenia		- Basen		
08.12.2025r. poniedziałek	14.00 – 19.00		-spotkanie integracyjne w klubie, rozmowy przy kawie i herbacie - kącik kulinarny – pierniczki i inne ciasteczka		
09.12.2025 r. wtorek	14.00 – 19.00		- zajęcia z dietetykiem -joga		
10.12.2025r. środa	14.00 – 19.00		- spotkanie integracyjne w klubie, rozmowy przy kawie i herbacie - kącik ogrodniczy – jak pielęgnować gwiazdę betlejemską		
11.12.2025r. czwartek	14.00 – 19.00		- spotkanie integracyjne w klubie, rozmowy przy kawie i herbacie - wspólne śpiewanie kolęd -gimnastyka		
15.12.2025r.	14.00 – 19.00		- Spotkanie integracyjne w Klubie, wspólne rozmowy		

poniedziałek			- kącik kulinarny – jak przygotować dobry bigos		
16.12.2025r.	14:00 – 19:00		- zajęcia z prawnikiem		
wtorek			- joga		
17.12.2025r.	14:00 – 18:00		- spotkanie integracyjne w klubie, rozmowy przy kawie i herbacie		
środa			- szukamy inspiracji jak udekorować świąteczny stół		
18.12.2025r.c	14.00 – 19.00		- zajęcia z psychologiem		
czwartek			- gimnastyka		
19.12.2025r.	1 godz. do		- Basen		
piątek	ustalenia				
22.12.2025r.	14.00 – 19.00		- Spotkanie integracyjne w klubie, rozmowy przy kawie i herbacie		
poniedziałek			- warsztaty manualne- ozdoby świąteczne		
23.12.2025 r.	14.00 – 19.00		- zajęcia muzyczno - ruchowe		
wtorek			-joga		
29.12.2025 r.	14.00 – 19.00		-spotkanie integracyjne w klubie , rozmowy przy kawie i herbacie		
poniedziałek			-gry karciane i planszowe na zimowe wieczory		
30.12.2025 r.	14.00 – 19.00		- spotkanie w klubie, rozmowy przy kawie i herbacie		
wtorek			- refleksje i wspomnienia w związku z kończącym się rokiem		
			-joga		
01.12.2025r.	8.45 – 13.45		- zajęcia z psychologiem		
poniedziałek			- gimnastyka		
02.12.2025r .	8.45 – 13.45		-wycieczka do fabryki bombek		
wtorek		Klub Seniora	- warsztaty manualne – tworzenie bombek wg własnego projektu	Klub Seniora Cisownica, ul. Cisowa 122	Uczestnicy Klubu
03.12.2025r.	8.45 – 13.45		- spotkanie integracyjne w klubie, rozmowy przy kawie i herbacie	(inne wskazane w harmonogramie miejsca)	
środa			-joga		
04.12.2025r.	8.45 – 12.45		- Spotkanie towarzyskie w klubie		
czwartek			-mikołajkowy czas – quiz o tematyce świątecznej		
			- gry planszowe		
8.12.2025r.	8.45 – 13.45		- warsztaty manualne- tworzymy kotyliony karnawałowe i inne		
poniedziałek			ozdoby świąteczne		
			- gimnastyka		
09.12.2025r.	8.45 – 13.45		- spotkanie integracyjne w klubie , wspólne rozmowy		
wtorek			- kącik kulinarny – pierniczki i inne ciasteczka świąteczne		
			- joga		
10.12.2025r.	8.45 – 13.45		- zajęcia z dietetykiem		

środa			- joga		
11.12.2025r. czwartek	8.45 – 13.45		- spotkanie integracyjne w klubie , wspólne rozmowy -kącik ogrodniczy – jak pielęgnować gwiazdę betlejemską		
12.12.2025r. piątek	1 godz. do ustalenia		- Basen		
15.12.2025r. poniedziałek	8.45 – 13.45		- zajęcia z psychologiem -gimnastyka		
16.12.2025r. wtorek	8.45 – 13.45		- Spotkanie integracyjne w Klubie, wspólne rozmowy - szukamy inspiracji jak udekorować wigilijny stół		
17.12.2025r. środa	8.45 – 13.45		- spotkanie towarzyskie – wigilijka w klubie - wspólne śpiewanie kolęd		
18.12.2025 r. czwartek	8.45 – 13.45		- Spotkanie integracyjne w Klubie, wspólne rozmowy - zimowe herbaty rozgrzewające		
22.12.2025r. poniedziałek	8.45 – 13.45		- warsztaty manualne – tworzymy kotyliony karnawałowe - gimnastyka		
23.12.2025r. wtorek	8.45 – 13.45		spotkanie integracyjne w klubie, rozmowy przy kawie herbacie - gry karciane na zimowe wieczory – makao brydż - joga		
29.12.2025r poniedziałek	8.45 – 13.45		- zajęcia muzyczno - ruchowej - trening na rowerkach stacjonarnych		
30.12.2025r. wtorek	8.45 – 13.45		- spotkanie integracyjne w klubie , rozmowy przy kawie i herbacie -refleksje i wspomnienia w związku z kończącym się rokiem		

* Odbiorcami usług są mieszkańcy gminy Goleiszów. Szczegóły dotyczące kwalifikacji osób zawarte są w Regulaminie usług społecznych

* W przypadku, gdy usługi będą realizowane w oparciu o odrębne przepisy, zastosowanie będzie miało tryb i warunki kwalifikowania określone w odrębnych przepisach

* liczba miejsc w ramach organizowanych usług jest ograniczona

* **w harmonogramie mogą nastąpić zmiany ze względów organizacyjnych**

* usługi oferowane przez CUS są bezpłatne

OPIS DZIAŁAŃ W RAMACH USŁUG

Kluby Seniora	Celem Klubu jest zapewnienie wsparcia seniorom – osobom nieaktywnym zawodowo w wieku 60 lat i więcej – poprzez
----------------------	--

- Dzięgielów - Bażanowice - Cisownica - Golezów	umożliwienie im korzystania z oferty na rzecz społecznej aktywności, a także obejmującej usługi w zakresie aktywności ruchowej lub kinezyterapii, oferty edukacyjnej, kulturalnej, rekreacyjnej i opiekuńczej – w zależności od potrzeb stwierdzonych w środowisku lokalnym. Poza tym, aktywizacja społeczna, integracja, włączanie społeczne osób starszych do społeczności lokalnej oraz organizacja wspólnego spędzania czasu wolnego przez seniorów. Cele szczegółowe Klubu to: poprawa stanu psychofizycznego uczestników, zapewnienie wsparcia i stworzenie odpowiednich warunków do różnych form aktywności i integracji seniorów, zapewnienie wsparcia i stworzenie warunków do samopomocy i aktywności seniorów jako liderów społeczności lokalnej, rozwój systemu pomocy środowiskowej dla seniorów. W ramach działalności Klubu organizowane są różnorodne zajęcia aktywizujące seniorów, np. poradnictwo psychologiczne, zajęcia sportowe: gimnastyki i joga, zajęcia z dietetykiem, wyjścia kulturalne, wycieczki oraz wiele innych.
--	---

DZIAŁANIA WSPIERAJĄCE

Bon żłobkowy	Golezowski bon żłobkowy, to świadczenie mające na celu wspomóc rodziców w zapewnieniu opieki nad dziećmi do lat 3. Świadczenie przysługuje rodzicom dzieci w wieku do lat 3, mieszkającym na terenie gminy Golezów, którzy są zatrudnieni lub wykonują inną pracę zarobkową i w ramach zapewnienia opieki nad swoim dzieckiem zawarli umowę z publicznym lub niepublicznym żłobkiem, klubem dziecięcym, punktem opieki dziennej lub nianią. Świadczenie przysługuje również rodzicom, którzy między innymi z powodu ciężkiej choroby lub niepełnosprawności, kontynuowania nauki w systemie dziennym, odbywania stażu lub szkolenia zawodowego nie są zatrudnieni i nie wykonują pracy zarobkowej. Maksymalna wartość bonu żłobkowego wynosić będzie 400 zł miesięcznie. Golezowski Bon Żłobkowy będzie przyznawany na wniosek rodzica na okres od 1 września do 31 sierpnia następnego roku. Przed złożeniem wniosku należy zawrzeć umowę o świadczenie opieki nad dzieckiem do lat 3.
Placówka wsparcia dziennego	W Dzięgielowie funkcjonuje Środowiskowe Ognisko Wychowawcze prowadzone przez Towarzystwo Przyjaciół Dzieci Oddział Powiatowy w Cieszynie. Placówka oferuje: - pomoc w pokonywaniu trudności w nauce i uzyskiwaniu promocji do wyższej klasy, - wspieranie rozwoju dziecka, rozwijanie zainteresowań i uzdolnień, organizację czasu wolnego, - wdrażanie wychowanków do przestrzegania zasad współżycia społecznego, kształtowanie właściwego stosunku i motywacji do

	nauki i pracy, podnoszenie kultury osobistej wychowanków, eliminowanie zaburzeń zachowania, agresji, przemocy, wulgarności, - promowanie zdrowego życia, w tym działania profilaktyczne, - współpracę z rodziną wychowanka, pomoc w rozwiązywaniu problemów wychowawczych, podtrzymywanie emocjonalnych więzi dziecka z rodziną, - organizowanie pomocy materialnej dla wychowanków ognisk, w tym dożywiania. Dzieci z oferty ogniska korzystają dobrowolnie, mogą być kierowane do placówki również przez pedagoga szkolnego. Objęte wsparciem są, m.in.: dzieci z rodzin niewydolnych wychowawczo, zagrożonych bezrobociem, uzależnieniami, przemocą, o niskim statusie materialnym. Ognisko Wychowawcze TPD nr 7 działa od poniedziałku do piątku w godzinach popołudniowych (14.00 - 18.00 i czasami w soboty) przez 10 miesięcy w roku. W placówce można organizowane są działania, takie jak: - pomoc w nauce (douczenie (od poniedziałku do piątku), - zajęcia sportowo – rekreacyjne, - zajęcia kulturotwórcze, - zajęcia plastyczne, - współprace ze środowiskiem rodzinnym dziecka – konsultacje pedagogiczne dla rodziców, - współpraca ze szkołą – konsultacje z pedagogiem szkolnym według potrzeb, - imprezy okolicznościowe.
Zajęcia profilaktyczne w szkołach	W ramach składanego zapotrzebowania, dostępnych terminów realizowane są działania profilaktyczne, informacyjno edukacyjne w szkołach na terenie gminy Goleśzów. Zajęcia profilaktyczne w szkołach mają na celu działalność informacyjną i edukacyjną w zakresie rozwiązywania problemów alkoholowych i przeciwdziałania narkomanii oraz ograniczanie zachowań ryzykownych wśród dzieci i młodzieży. Wyróżniamy trzy rodzaje profilaktyki: • profilaktykę uniwersalną - to działania adresowane do całych grup bez względu na stopień ryzyka występowania problemów związanych z używaniem środków odurzających, alkoholu, substancji psychotropowych, środków zastępczych,

	uzależnień behawioralnych oraz nowych substancji psychoaktywnych. Działania te mające na celu zmniejszanie lub eliminowanie czynników ryzyka, które sprzyjają rozwojowi problemów w danej populacji oraz wzmocnienie czynników wspierających prawidłowy rozwój, • Profilaktyka selektywna jest ukierunkowana na jednostki i grupy zwiększonego ryzyka, tzn. takie, które ze względu na sytuację rodzinną, społeczną, środowiskową czy uwarunkowania biologiczne narażone są na większe ryzyko wystąpienia problemów. • profilaktyka wskazująca jest ukierunkowana na jednostki i grupy wysokiego ryzyka, które przejawiają wczesne symptomy problemów związanych z używaniem różnego rodzaju środków i substancji uzależniających ale nie spełniają jeszcze kryteriów diagnostycznych uzależnienia. W ramach bezpłatnych warsztatów/wykładów szkoły otrzymują propozycję zajęć z zakresu: • bezpieczna droga do szkoły, bezpieczeństwo dzieci i młodzieży w różnych sytuacjach – bezpieczny kontakt z obcymi, • cyberprzemoc – cyberzagrożenia – patostreamerzy zagrożenia z YouTube’a, kradzieże danych, stalking, szantaż, groźby, odpowiedzialność za naruszenie dóbr osobistych, znieważenie, zniesławienie, hejt, • dopalacze, substancje psychoaktywne, nowoczesne socjotechniki sprzedaży, • przeciwdziałanie narkomanii, • trzeźwy kierowca - bezpiecznie na drodze, • DRUGSTOP - walizka narkotykowa, • przeciwdziałanie mowie nienawiści „Stop Hejt”.
--	--

Poradnictwo psychologiczne	środy i czwartki	Umawiane indywidualnie	Z porad psychologicznych mogą korzystać dorośli oraz młodzież mieszkający na terenie gminy Goleszów. Porady dotyczą działań profilaktycznych i pomocy w związku
-----------------------------------	------------------	------------------------	---

			z zagrożeniem uzależnieniem, współuzależnieniem, stresem oraz innymi sytuacjami wymagającymi pomocy. Psycholog przyjmuje w budynku CUS, ul. Cieszyńska 29. Zapisy indywidualnie pod nr telefonu 33 4790517, bądź osobiście w siedzibie CUS.
Poradnictwo prawne	poniedziałki i piątki	9.00 - 14.00	Z nieodpłatnej pomocy prawnej mogą skorzystać osoby, które nie są w stanie ponieść kosztów za usługi prawnicze. Przed udzieleniem pomocy należy złożyć stosowne oświadczenie. Pomoc prawna obejmuje informacje z zakresu: • prawa pracy, • przygotowania do rozpoczęcia działalności gospodarczej, • prawa cywilnego, • prawa karnego, • prawa administracyjnego, • prawa ubezpieczeń społecznych, • prawa rodzinnego, • praw podatkowego, • prawa celnego, • prawa dewizowanego, • prawa handlowego. Forma udzielonej nieodpłatnej pomocy prawnej: • poinformowanie osoby o obowiązujący stan prawny, jej uprawnieniach, obowiązkach, w tym w związku z toczącym się postępowaniem przygotowawczym, administracyjnym, sądowym lub sądowno administracyjnym, • wskazanie osobie uprawnionej sposobu rozwiązania jej problemu prawnego, • sporządzenie projektu pisma w sprawach ww.

			• nieodpłatną mediację, • sporządzenie projektu pisma o zwolnienie od kosztów sądowych lub ustanowienie pełnomocnika z urzędu. Poradnictwo koordynowane jest przez Starostwo Powiatowe w Cieszynie, udzielane jest bezpłatnie, po wcześniejszym uzgodnieniu terminu pod nr telefonu 33 47 77 239.
Poradnictwo terapeutyczne	Raz w miesiącu 4 grudzień	12.30- 14.30	Udzielanie poradnictwa terapeuty uzależnień

Asystent Osobisty Osoby Niepełnosprawnej	W wrześniu 2025 roku ruszył nabór na kolejną edycję programu Asystent Osobisty Osoby Niepełnosprawnej na rok 2026. Celem programu jest zwiększenie szans osób niepełnosprawnych na prowadzenie bardziej samodzielnego i aktywnego życia poprzez wsparcie w wykonywaniu codziennych czynności oraz funkcjonowaniu w życiu społecznym. Przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu i dyskryminacji osób niepełnosprawnych poprzez umożliwienie im uczestnictwa w wydarzeniach społecznych, kulturalnych czy sportowych. (Przyznawany na wniosek w ramach dostępnych środków przeznaczonych na ten cel).
Zespół Pieśni i Tańca Golezów (dla dzieci od 5r.ż., młodzieży i dorosłych)	Gminny Ośrodek Kultury zaprasza na zajęcia taneczne organizowane bezpłatnie. Zajęcia odbywają się we wtorki i czwartki – gr. I 15:30 – 16:45, gr. II 16:00 – 18:15, dorośli -18.15 – 19.15– w siedzibie GOK
Zajęcia plastyczne	Organizowane dla dzieci w wieku od 5 do 10 lat. Odbywają się w środy oraz czwartki w godz. 15:00– 16:00. Zajęcia są bezpłatne. (dwie grupy wiekowe 4-6 ,od 7 lat)

Zabawa w programowanie	Organizowane dla dzieci od 8 roku życia . Zajęcia odbywają się we wtorki od godz. 15.00– 16.00.Zajęcia są bezpłatne.
Gminny Ośrodek Kultury w Goleszowie	Świąteczne warsztaty dla najmłodszych GOK zaprasza na Świąteczne Warsztaty Pieczenia Pierników dla Dzieci! Macie ochotę poczuć prawdziwą magię świąt? Wasze dzieci uwielbiają kreatywną zabawę i słodkości? Dołączcie do naszych wyjątkowych warsztatów, podczas których mali cukiernicy będą: wałkować ciasto i wykrawać kształty piernikowych ludzików, serc i gwiazdek, dekorować pierniczki kolorowym lukrem, zabierać do domu pachnący świąteczny zestaw! Data: 19.12.2025 Godzina: 16:00 – 18:00 Miejsce: GOK Goleszów – tymczasowa siedziba OSP Goleszów, ul. Szkolna 7 Cena: 20zł Liczba miejsc jest ograniczona — decyduje kolejność zapisów! Zapisy: 33 479 05 21 Półkolonie w GOKu ZIMOWE PÓŁKOLONIE 2026 Z GOK GOLESZÓW – ZAPISY RUSZYŁY! Ruszyły zapisy na Zimowe Półkolonie 2026 organizowane przez Gminny Ośrodek Kultury w Goleszowie! Przygotowaliśmy super program pełen atrakcji, przygód i niezapomnianych wrażeń! Termin półkolonii: 16.02 – 20.02.2026 Opieka w godzinach: 7:00 – 15:00 Zapewniamy: drugie śniadanie, dwudaniowy obiad, ubezpieczenie NNW oraz opiekę wykwalifikowanej kadry

6 grudnia 2025 rok	A oto, co czeka na Was w tym roku! Poniedziałek – Park trampolin Go Jump + Kino Helios w Bielsku-Białej Wtorek – Kopalnia Guido w Zabrze – niezwykła podziemna przygoda! Środa – Aquapark w Rudzie Śląskiej – wodne szaleństwo! Czwartek – Pixel Katowice – kreatywna zabawa w cyfrowym świecie! Piątek – Wisła + warsztaty czekolady – słodki finał pełen pyszności! Każdy dzień to nowa przygoda, aktywność i uśmiechy od ucha do ucha! Zapisy w Sekretariacie Gminnego Ośrodka Kultury w Goleszowie (obecnie w siedzibie OSP Goleszów, ul. Szkolna 7) Telefon: 33 479 05 21 Liczba miejsc ograniczona! Kto pierwszy – ten lepszy! Tradycyjne rozświetlenie choinki w gminie Goleszów i huczne otwarcie mobilnego lodowiska W sobotę 6 grudnia centrum gminy Goleszów zaplanowano tradycyjne rozświetlenie choinki . Kolorowe światełka ozdobią nie tylko choinki, lecz także liczne dekoracje świąteczne przygotowane specjalnie z myślą o nadchodzących Świątach Bożego Narodzenia. Wśród nich szczególną uwagę przyciąga goleszowskie lodowisko, które tego dnia po raz pierwszy w tym sezonie rozświetli się pełnym blaskiem, dając symboliczny sygnał do oficjalnego otwarcia. Goleszowskie lodowisko zlokalizowane jest w sąsiedztwie Urzędu Gminy w Goleszowie oraz strażnicy OSP (ul. Szkolna 7). Korzystanie z lodowiska oraz wypożyczalni łyżew jest bezpłatne. Lodowisko i wypożyczalnia czynne są od poniedziałku do piątku w godzinach 13:00–20:00, a w soboty i niedziele od 10:00 do 20:00. Wejścia odbywają się o pełnych godzinach, co zapewnia komfortowe i płynne korzystanie z obiektu. W ciągu dnia, w godzinach 16:00–17:00, zaplanowana jest również przerwa techniczna, podczas której tafla lodu jest odpowiednio przygotowywana. Wypożyczalnia łyżew i kasków dysponuje 100 parami łyżew, w tym specjalnymi płozami saneczkowymi dla najmłodszych. Początkujący łyżwiarze mogą korzystać ze stabilnych „pingwinów”, „delfinów” i „fok” ułatwiających naukę jazdy. Warunkiem korzystania z obiektu jest akceptacja regulaminu określającego zasady użytkowania oraz odpowiedzial-
----------------------------------	--

	ność za wypożyczony sprzęt.
--	-----------------------------

SŁOWNICZEK:

CUS - Centrum Usług Społecznych w Goleszowie

TPD – Towarzystwo Przyjaciół Dzieci – Oddział Powiatowy w Cieszynie