

- [Przejdź do menu głównego ALT + 0](#)
- [Przejdź do treści ALT + 1](#)
- [Mapa strony ALT + 2](#)
- [panel WCAG ALT + 3](#)
- [Przejdź do wyszukiwarki ALT + 4](#)
- [Deklaracja Dostępności ALT + 5](#)



Urząd Miasta Ciechanów

https://www.umciechanow.pl//dla_mieszkanow/seniorzy/Rozwoj-poprzez-ruch-bezplatne-zajecia-dla-seniorow/idn:5963/printpdf

Drukuj grafikę : [tak](#) / [nie](#)

Seniorzy

- [Rada Seniorów](#)
- [Karta Seniora](#)
- [mLegitymacja](#)
- [Informacje w plikach do pobrania](#)
- [Wiadomości](#)
- [Ankieta dla Seniorów](#)
- [Strategia Polityki Senioralnej 2024-2028](#)
- [Regulamin projektu pod nazwą „Złota Rączka dla Seniora”](#)
- [Dofinansowanie do wycieczek i spotkań](#)