



## Centrum Aktywności Seniorów „Srebrzyste Podgórze”

HARMONOGRAM ZAJĘĆ 04.2018

### NA WSZYSTKIE ZAJĘCIA OBOWIĄZUJĄ ZAPISY!!!

Biuro i kawiarenka: (Fundacja ANMA): Kraków, ul. Celna 5

| PONIEDZIAŁEK                                                                                                                 | WTOREK                                                                                                                          | ŚRODA                                                                                                                                 | CZWARTEK                                                                                                                                                       | PIĄTEK                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>10:00-10:00</b><br>ZDROWY KRĘGOSŁUP<br>(gimnastyka dla seniora)<br><b>Active Woman</b><br>ul. Józefińska 11               |                                                                                                                                 | <b>10:00-11:30</b><br>MOJE RĘCE MOGĄ WIĘCEJ<br>(kreatywne zajęcia plastyczne)<br><b>Żywa Pracownia + Fundacja ANMA</b><br>ul. Celna 5 | <b>10:00-11:00</b><br>ŚWIATŁA RAMPY<br>(zajęcia teatralne)<br><b>Szkoła Podstawowa nr 26</b><br>ul. Krasickiego 34                                             | <b>10:00-13:00</b><br>KASYNO RETRO<br>(klub gracza – szachy, gry, gry planszowe i plenerowe)<br><b>PAL „Stare Podgórze/Zabłocie”</b><br>ul. Dąbrówki 7/3-4 |
| <b>11:00-12:00</b><br>ZDROWY KRĘGOSŁUP<br>(gimnastyka dla seniora)<br><b>Active Woman</b><br>ul. Józefińska 11               | <b>10:00-11:00</b> MŁODOŚĆ TO<br>STAN UMYŚŁU<br>(trening osobisty - warsztaty i zajęcia)<br><b>Fundacja Anma</b><br>ul. Celna 5 | <b>12:00-13:00</b><br>ŚWIATŁA RAMPY<br>(zajęcia taneczne)<br><b>Szkoła Podstawowa nr 26</b><br>ul. Krasickiego 34                     | <b>13:00-14:00</b><br>MOJE MIASTO MOJA DZIELNICA<br>MOJA MAŁA OJCZYZNA<br>(warsztaty obywatelskie)<br><b>Fundacja Anma</b><br>ul. Celna 5                      | <b>12:45-13:45</b><br>I AM YOUR GRANDPA<br>(język angielski – nauka praktycznej komunikacji)<br><b>Active Woman</b><br>ul. Józefińska 11                   |
| <b>12:30-14:00</b> KRAKÓW NA<br>KIJACH<br>(Nordic Walking)<br><b>Miejsce zbiórki:</b><br><b>Fundacja Anma</b><br>ul. Celna 5 |                                                                                                                                 |                                                                                                                                       | <b>16:30-17:30</b><br>CYFROWA ZERÓWKA<br>(kurs obsługi współczesnych urządzeń i technologii cyfrowych)<br><b>Szkoła Podstawowa nr 26</b><br>ul. Krasickiego 34 |                                                                                                                                                            |

### ZAJĘCIA DODATKOWE:

|                                     |                                                                                                                   |
|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>17 kwietnia 2018 godz.12:00</b>  | <b>KLUB PASJONATA</b> (spotkania pasjonatów i hobbystów) – Muzeum Sztuki Współczesnej MOCAR, ul. Lipowa 4         |
| <b>24 kwietnia 2018 godz. 12:00</b> | <b>SENIOR NIE ZGRED JUNIOR NIE DIABEŁ</b> – stare i nowe zabawy wieku dziecięcego – SP nr 26, ul. Krasickiego 34  |
| <b>17 kwietnia 2018 godz. 13.00</b> | <b>SPACER, NIE TYLKO HISTORYCZNY</b> – śladami Juliusza Leo – zbiórka: Krakowskie Forum Kultury, ul. Mikołajska 2 |

### więcej informacji:

KOORDYNATOR: Magdalena Kotula, tel. 883-593-999, e-mail: magda@fundacjaanma.org.pl, www.facebook.com/SrebrzystePodgorze, www.fundacjaanma.org.pl

