



**Magiczny
Kraków**

Centrum Aktywności Seniora Źródło w grudniu.

2015-12-01

Wykaz godzin zajęć Centrum Aktywności Seniora Źródło zaprasza w grudniu.

GRUDZIEŃ 2015

poniedziałek

godz. 8.30 – 10.30 – zajęcia językowe

godz. 10.30 – 12.30 – zajęcia szachowe

godz. 13.00 – 15.00 – szkolenie z obsługi urządzeń technologicznych

godz. 15.00 – 17.00 – pierwsza pomoc

wtorek

godz. 10.00 – 11.00 – zajęcia teatralne

godz. 13.00 – 14.00 kawiarenka obywatelska

godz. 14.30 – 16.30 – zajęcia brydżowe

środa

godz. 9.00 – 10.00 – nordic walking

godz. 10.00 – 11.00 – zajęcia ruchowe

godz. 12.00 – 14.00 – szkolenie z opieki nad osobą obłożnie chorą

czwartek

godz. 10.00 – 12.00 – zdrowe żywienie

godz. 13.30 – 14.30 – kawiarenka obywatelska

piątek

godz. 8.00 – 12.00 – praca biurowa, spotkania z seniorami – porady obywatelskie

dodatkowo: zajęcia z opieki nad osobą obłożnie chorą – wyjście do DPS na ul. Lanową

zajęcia z urządzeń technologicznych – 2 wyjścia do kawiarenki z wi-fi – zajęcia z ipadami.