



Sierpień „Optymista”

2015-08-04

Centrum Aktywności Seniorów „Optymista” Kraków ul. Sienkiewicza 2a, działające przy Polskim Komitecie Pomocy Społecznej zaprasza Seniorów na spotkania.

- poniedziałki , wtorki , czwartki w godzinach od 15.00 do 19.00

- piątki , soboty w godzinach od 10.00 do 14.00

Spotkania będą miały charakter integracyjny.

Przy napojach i ciasteczkach w grupach tematycznych odbywać się będą **gry stolikowe** , będzie można przeczytać bieżącą prasę oraz skorzystać z internetu.

Gimnastyka rehabilitacyjna:

- **poniedziałki w godzinach 17.00 do 18.00**

Spacer z kijkami Nordic Walking:

- **13.08.2015 r. (czwartek) w godzinach 16.00 do 17.30**
- **20.08.2015 r. (czwartek) w godzinach 16.00 do 17.30**

Wycieczki rowerowe - zbiórka chętnych koło „Smoczej Jamy” pod Wawelem

- **25.08.15 r. (wtorek) w godzinach 17.00 do 18.30**
- **27.08.15 r. (czwartek) w godzinach 17.00 do 18.30**

[Szczegóły oferty](#)