



Wykaz godzin zajęć Centrum Aktywności Seniora Źródło w październiku

2015-10-30

Centrum Aktywności Seniora Źródło zaprasza w październiku.

PONIEDZIAŁEK

godz. 9.00 - 10.00 - język hiszpański - Lena Szabowska

godz. 9.45 - 12.30 - zajęcia szachowe - Szymon Sanetra

WTOREK

godz. 10.00 - 12.00 - warsztaty teatralne - Anna Gajlikowska, Danuta Sanetra

ŚRODA

godz. 9.00 - 10.00 - nordic walking - Barbara Juskiewicz

godz. 10.00 - 11.00 - zajęcia ruchowe - Barbara Juskiewicz

godz. 11.00 - 12.00 - kawiarenka obywatelska - Andrzej Żugaj

godz. 13.00 - 14.00 - szkolenie z opieki nad osobą obłożnie chorą - Urszula

Rusinek

Godz. 14.30 - 16.00 - pierwsza pomoc - Grzegorz Kot

CZWARTEK

godz. 09.00 - 11.00 - zdrowe żywienie - Małgorzata Kolarska, Jan Kożuch

godz. 11.00 - 12.00 - kawiarenka obywatelska - Andrzej Żugaj

godz. 14.30 - 15.30 - obsługa urządzeń technologicznych - Grzegorz Kot

PIĄTEK



**Magiczny
Kraków**

godz. 9.00 - 13.00 - zajęcia brydżowe - Andrzej Żugaj