



## **Listopad w Centrum Senior**

2015-10-30

**Zapraszamy na zajęcia oraz wydarzenia na os. Na Skarpie 35. Zajęcia prowadzone są przez osoby doświadczone i przygotowane merytorycznie, specjalistów w swoich dziedzinach. Gwarantujemy miłą i otwartą atmosferę. Chętnych do uczestnictwa w zajęciach zapraszamy na herbatkę i ciastko, w każdy wtorek między godz. 16: 00 a 20: 00 w celu wypełnienia stosownej deklaracji. Tych, którzy nie mogą nas odwiedzić, prosimy o kontakt telefoniczny z biurem fundacji w godz. 9: 00 - 14: 00, nr tel. 12 680 21 56**

Zajęcia i wydarzenia zaplanowane na listopad.

Poniedziałek:

9:00 - 10.:00 oraz 12:30 - 13:00 - dyżur psychologa. Prosimy o wcześniejsze potwierdzenie wizyty mailowo: [j.samolinska@ukryteskrzydla.pl](mailto:j.samolinska@ukryteskrzydla.pl) lub telefonicznie w godz. 9:00 - 14:00 pod numerem 12 680 21 56

14:00 - 15:00 - Gimnastyka - brak miejsc

15: 15 - 16:15 - Taniec - brak miejsc

Wtorek:

16:00 - 20:00 - zajęcia otwarte bez wcześniejszej rezerwacji miejsca

- Klub Gier - tenis stołowy

- Otwarta Pracownia Komputerowa

- Seniorski Punkt Informacyjno-Konsultacyjny

Środa:

10:00 - 12:15 - Zajęcia komputerowe - zapraszamy, jest kilka wolnych miejsc

Czwartek:

10: 30 - 12:15 - Filmowy reportaż społeczny - zapraszamy, jest kilka wolnych miejsc

13: 30-15:45 - Arteterapia - zapraszamy, jest kilka wolnych miejsc

16: 00 - 17:00 - Zajęcia komputerowe - brak miejsc

17: 15 - 18:15 - Zajęcia komputerowe - brak miejsc

Piątek:

9:30 - 11:00 - Nordic walking - zapraszamy, jest kilka wolnych miejsc, możliwość wypożyczenia kijków z Centrum Senior

10:30 - 12:15 - Filmowy reportaż społeczny - zapraszamy, jest kilka wolnych miejsc

16:00 - 18:00 - Aranżacja przestrzeni - zapraszamy, jest kilka wolnych miejsc

Dodatkowo zapraszamy na otwarte spotkania

3.11.2015 - 16.00-19.00 - Warsztaty z robienia dekoracji świątecznych

10.11.2015 - 16.00 - 19.00 - Warsztaty kulinarne - Zdrowa Żywność

17.11.2015 - 16.00-19.00 - Warsztaty mydlarskie

24.11.2015 - 17.00 - Kurs pierwszej pomocy

28.11.2015 - Zabawa Andrzejkowa

30.11.2015 - 18.00 - Seniorska grupa teatralna U-lotki wystawia spektakl „Klocki” na głównej



**Magiczny  
Kraków**

scenie Teatru Ludowego – wstęp wolny

Dane kontaktowe: Os. Na Skarpie 35, 31-910 Kraków, [biuro@ukryteskrzydla.pl](mailto:biuro@ukryteskrzydla.pl), tel. 12 680 21 56 [www.ukryteskrzydla.pl](http://www.ukryteskrzydla.pl)