



## **Lipiec w Uskrzydłonym Centrum**

2016-07-15

**Fundacja Uskrzydleni Wiekiem zaprasza do Centrum Aktywności Seniorów ulica Rusznikarska 14 lokal 16**

[Do pobrania harmonogram](#)

[Harmonogram uzupełnienie](#)

### **LIPIEC 2016**

W Centrum będą prowadzone dyżury - od poniedziałku do piątku w godzinach: 9.00-13.00.

Podczas dyżuru trenerzy ( przy odpowiedniej frekwencji) organizują Seniorom zajęcia.

Zaplanowane zajęcia tematyczne:

- **1 lipca, godzina 15.00**- Uskrzydłone Centrum Aktywności Seniorów- ul. Rusznikarska 14 lokal 16 ( wejście od placu zabaw) wykład prowadzony przez dietetyka- wstęp wolny. Temat wykładu : "Apteka na talerzu"- rady dietetyka- jakie produkty spożywcze wybierać, by służyły Naszemu zdrowiu.

Osoba prowadząca wykład:  
mgr Maria Przyborowska-Sapek  
Poradnia Leczenia Otyłości  
KSS im. Jana Pawła II w Krakowie  
ul. Prądnicka 80

- **4-8 lipca**- zajęcia plastyczne
- **11-15 lipca**- trening rozwoju osobistego, relaksacja, zajęcia z kaligrafii oraz filmowy klub dyskusyjny
- **18-20 lipca** godz. 9.00 – 11.00 warsztaty psychologiczne - w ramach projektu: „Promocja zdrowia” oraz 11.00-13.00 zajęcia typu: origami, szycie, haft, itp.
- **21-22 lipca** -godz. 9.00-13.00 wiklina papierowa
- **25-29 lipca**- w związku ze Światowymi Dniami Młodzieży nie planujemy



**Magiczny  
Kraków**

**konkretnych zajęć**

---

**Adres: ul. Rusznikarska 14 lokal 16, Kraków; tel. 511 200 011**