

Styczeń w Centrum Senior

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

Wszelkie zajęcia w nowym roku zaczynamy od wspólnego spotkania 05.01.2016 roku, to jest we wtorek o godzinie 16.00. Zajęcia rozpoczynamy od 11.01.2016r

Zajęcia i wydarzenia zaplanowane na styczeń.

Poniedziałek:

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

14:00 – 15:00 – Gimnastyka

15: 15 – 16:15 – Taniec

Wtorek:

14:00 – 16:00 - Klub Gier – tenis stołowy, szachy etc

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

- Otwarta Pracownia Komputerowa
- Seniorski Punkt Informacyjno-Konsultacyjny

Czwartek:

10: 30 – 12:15 – Filmowy reportaż społeczny

13: 30-15:45 – Arteterapia

Piątek:

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

Dodatkowo zapraszamy na otwarte spotkania

I połowa stycznia – wyjście do teatru (liczba miejsc ograniczona)

Dane kontaktowe: Os. Na Skarpie 35, 31-910 Kraków, biuro@ukryteskrzydla.pl, tel. 12 680 21 56 www.ukryteskrzydla.pl