



**FUNDACJA  
UKRYTE  
SKRZYDŁA**



Zajęcia i wydarzenia w Centrum Aktywności Seniora na MAJ.

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 poniedziałek między godz. 16: 00 a 19: 00. 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.

### **Poniedziałek:**

11:00 – 13:00 – Opieka psychologa.

10:30 - 12:30 Zajęcia teatralne – Ruch sceniczny – miejsce zajęć Scena Stolarska Teatru Ludowego

16:00 - 19:00

Seniorski Punkt Informacyjno-Konsultacyjny

Robótki ręczne

Decoupage

Zajęcia fotograficzne

Otwarta pracownia komputerowa

### **Wtorek:**

11:00 – 15:30 - Klub Gier – tenis stołowy, szachy etc

11:00 – 12:30 – j. angielski

17:00 – 19:00 – j. rosyjski

### **Środa:**

11:00 – 12:00 – ABC Lidera (04.05.2016)

11:30 – 12:30 – Klub Książki

15:00 - 16:30 - Komputery gr. podstawowa

16:30 - 18.00 - Komputery gr. zaawansowana

**Czwartek:**

11:00 – 12:00 – Gimnastyka

12: 15 – 13:15 – Taniec

10:30 -12:30 – zajęcia teatralne - miejsce zajęć Scena Stolarnia Teatru Ludowego

11:00 – 13:00 - Decoupage

13:30-15:30 – Arteterapia

**Piątek:**

9:00 – 10:30 – Nordic walking – zapraszamy, jest możliwość wypożyczenia kijków z Centrum Senior

13:15 – 15:15 – Zajęcia filmowe

Dodatkowo zapraszamy na otwarte spotkania:

04 maja – Dyskusyjny Klub Filmowy – godzina 18:15

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