



**FUNDACJA  
UKRYTE  
SKRZYDŁA**



Zajęcia i wydarzenia w Centrum Aktywności Seniora na miesiąc LISTOPAD.

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. 15: 00 a 18: 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:**

09:00 – 10:30 – Nordic walking – zapraszamy, jest możliwość nieodpłatnego wypożyczenia kijków z Centrum Senior

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

15:00 – 19:00 – Warsztaty kulinarne

15:00 - 18:00

Seniorski Punkt Informacyjno-Konsultacyjny

Rękodzieło

Fotografia

Otwarta pracownia komputerowa

**Wtorek:**

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

**Środa:**

09:00 - 10:00 - Komputery gr. podstawowa

10:00 - 11.00 - Komputery gr zaawansowana

11:15 – 13:15 – warsztaty filmowe

**Czwartek:**

11:00 -13:00 – zajęcia teatralne - miejsce zajęć Scena Stolarnia Teatru Ludowego

15:00-17:00 – Arteterapia

17:00 – 19:30 – ABC Lidera

**Piątek:**

10:00 – 11:00 – Gimnastyka

11:00 – 12:00 – Tańce

12:00 – 13:00 – Gimnastyka

12:15 – 13:45 – Dyżur psychologa

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)