

Centrum Aktywności Seniora Parafia Tonie

ul. Maciejkowa Kraków

Listopad 2017

PONIEDZIAŁEK

14:00-15:00 mediacje

15:00-16:00 zajęcia plastyczne

16:00-17:00 zajęcia teatralne

17:00-18:00 zajęcia teatralne

18:00-19:00 różne kuchnie świata

WTOREK

15:00-16:00 robótki ręczne

16:00-17:00 zajęcia teatralne

17:00-18:00 zajęcia teatralne

18:00-19:00 gimnastyka

19:00-20:00 kurs tańca

ŚRODA

11:00-12:00 kurs zdrowego gotowania

12:00-13:00 kurs zdrowego gotowania

13:00-15:00 zajęcia szachowe

15:00-16:00 kawiarenka obywatelska / pielęgnacja tradycji (zajęcia w plenerze)

16:00-18:00 zajęcia wiedzy samorządowej

CZWARTEK

14:00-15:00 rozmowy integracyjne przy kawie dla seniorów

15:00-16:00 rozmowy integracyjne przy kawie dla seniorów

16:00-17:00 zajęcia florystyczne

17:00-18:00 kurs tańca

18:00-19:00 kurs tańca

PIĄTEK

11:00- 14:00 nordic walking (zajęcia w plenerze)

14:00-16:00 Szkolenie Pierwsza Pomoc

16:00-18:00 Zajęcia brydżowe

Dodatkowo

Wycieczki i wyjazdy (informacje u Koordynatora)

Wszelkie informacje dostępne u koordynatora CAS pod numerem tel. 512012094



Projekt jest współfinansowany ze środków Gminy Miejskiej Kraków