

# SREBRZYSTE PODGÓRZE

od 11 stycznia 2018 r.

**ZAJĘCIA STAŁE (SP26, ul. Krasickiego 34):**

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
<b>10:00-11:00</b> ZDROWY KRĘGOSŁUP (gimnastyka dla seniora)		<b>10:00-11:00</b> MŁODOŚĆ TO STAN UMYSŁU (trening osobisty - warsztaty i zajęcia)		<b>10:00-11:00</b> CYFROWA ZERÓWKA (kurs obsługi współczesnych urządzeń i technologii cyfrowych)
<b>11:00-12:00</b> ZDROWY KRĘGOSŁUP (gimnastyka dla seniora)	<b>10:30-12:00</b> MOJE RĘCE MOGĄ WIĘCEJ (kreatywne zajęcia plastyczne)	<b>11:30-12:30</b> 07 ZGŁOŚ SIĘ (spotkania ze specjalistami od bezpieczeństwa)	<b>11:30-12:30</b> I AM YOUR GRANDPA (język angielski – nauka praktycznej komunikacji)	<b>11:00-14:00</b> KASYNO RETRO (klub gracza – szachy, gry, gry planszowe i plenerowe)
<b>12:30-14:00</b> KRAKÓW NA KIJACH (Nordic Walking)	<b>12:00-13:30</b> MOJE MIASTO MOJA DZIELNICA MOJA MAŁA OJCZYZNA (spotkania informacyjne i aktywizujące społecznie z udziałem gości)	<b>13:00-14:00</b> ŚWIATŁA RAMPY (zajęcia teatralne, wokalne i taneczne)		

## ZAJĘCIA DODATKOWE:

<b>27 stycznia 2018</b> <b>10:00-13:00</b>	<b>KLUB PASJONATA</b> (spotkania pasjonatów i hobbystów)
<b>26 stycznia 2018</b> <b>14:00-15:00</b>	<b>BAJKI BABCI I DZIADKA</b> (prezentacja bajek dla dzieci w wykonaniu uczestników CAS)
<b>26 stycznia 2018</b> <b>15:00-16:00</b>	<b>SENIOR NIE ZGRED JUNIOR NIE DIABEŁ</b> – stare i nowe zabawy wieku dziecięcego

### więcej informacji:

KOORDYNATOR: Anna Grabska, tel. 600 211 211, e-mail: fundacjaanma@gmail.com  
Adres biura Koordynatora (Fundacja ANMA): Kraków, ul. Celna 5  
[www.facebook.com/fundacja.anma](http://www.facebook.com/fundacja.anma)

