



Centrum Aktywności Seniorów Uskrzydleni Wiekem

adres - Rusznikarska 14, lokal 16 (wejście od strony placu zabaw)

kontakt – tel. 511 200 011

e-mail fundacja@uskrzydleniwiekem.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10.00-17.00
wtorek	10.00-14.00;15.00-18.00
środa	10.00-13.00; 16.30-18.00
czwartek	10.00-12.00; 15.00-19.00
piątek	10.00-17.00

OBOWIĄZUJE OD 3.09.2018

Harmonogram zajęć stałych – 09.2018

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.00-12.00	Warsztaty plastyczne-decoupage	
	12.30 -17.00	Sekcja brydzowa	
wtorek	10.00-12.00	Warsztaty plastyczne-wiklina papierowa	
	12.00-14.00	Klub otwarty dla wszystkich chętnych	
	15.00-16.00	Warsztaty 18 tras edukacyjnych po ziemi krakowskiej dla dzieci,	

		młodzieży i seniorów	
	16.00-18.00	Zdrowy tryb życia	
środa	10.00-12.00	Gimnastyka rehabilitacyjna	
	12.00-13.00	Kurs języka włoskiego	
	16.30-18.00	Kurs obsługi smartfonów	
Czwartek	10.00-12.00	Gimnastyka rehabilitacyjna	
	15.00-17.00 17.00-19.00	„Pogotowie krawieckie” Warsztaty fotograficzne	
Piątek	10.00-11.00	Gimnastyka rehabilitacyjna	
	11.00-12.00	Tai – chi	
	12.30-17.00	Gry stolikowe	

Zajęcia dodatkowe we wrześniu 2018:

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
14 września		Wycieczka na Pustynię Błędowską	
17 września	17.00	Świętujemy trzecią rocznicę klubu	
18 września		Wyjście na wystawę „Wyspiański” do Muzeum Narodowego	
19 września	19.00	Wyjście do teatru: Scena Pod Ratuszem na przedstawienie: „Gdy przyjdzie sen”	
24-25 września		IV Mistrzostwa Krakowa Seniorów 60+	

Na wybrane zajęcia obowiązują zapisy.