



## Centrum Aktywności Seniorów „Źródło”

adres - ul. Bandtkiego 19

kontakt – tel. 535 538 450

e-mail ester@strusiowo.pl

### CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9.00 -14.00
wtorek	9.00 -14.00
środa	9.00 -14.00
czwartek	9.00 -14.00
piątek	9.00 -14.00

### **OBOWIĄZUJE OD 8 października 2018**

*data dzienna*

### Harmonogram zajęć stałych – październik 2018

*miesiąc*

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.00 -14.00	zajęcia szachowe	
wtorek	10.00 -12.00	zajęcia teatralne	
	12.00 -14.00	kawiarenka obywatelska	
środa	9.00 – 10.00	nordic walking	
	10.00- 12.00	zajęcia ruchowe	
	12.00 – 14.00	zajęcia – zdrowy tryb życia	

czwartek	10.00 – 12.00	zdrowe gotowanie i żywienie	
	12.00 -14.00	obsługa urządzeń związanych z nowymi technologiami	
piątek	9.00 – 13.00	Zajęcia brydżowe – Szkoła Podstawowa nr 10 ul. Błachnickiego w Krakowie	

### **Zajęcia dodatkowe w październiku 2018:**

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
10.10.2018	7.30	Wyjazd do Orawic	Obowiązuje wcześniejsza rezerwacja

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.**