

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	10.00-17.00
środa	10.00-14.00
czwartek	10.00-19.00
piątek	10.00-17.00

OBOWIĄZUJE OD 01.12.2018

Harmonogram zajęć stałych – 12.2018

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	10.00-12.00	Warsztaty plastyczne- decoupage	
	12.30 -17.00	Sekcja brydżowa	
Wtorek	9.00-10.00	Kurs języka angielskiego dla średnio zaawansowanych	
	10.00-12.00	Warsztaty plastyczne-wiklina papierowa	
	15.00-17.00	Zdrowe odżywianie. Warsztaty z dietetykiem	
Środa	10.00-12.00	Gimnastyka rehabilitacyjna	
	12.00-13.00	Kurs języka włoskiego	
	13.00-14.45	Kurs obsługi tabletów	
Czwartek	10.00-12.00	Gimnastyka rehabilitacyjna	
	13.00-15.45	Kurs obsługi tabletów	
	17.00-19.00	Warsztaty fotograficzne	

Piątek	10.00-11.00	Gimnastyka rehabilitacyjna	
	11.00-12.00	Tai – chi	
	12.30-17.00	Gry stolikowe	

Zajęcia dodatkowe w listopadzie 2018:

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
5 XII	19.15	Teatr Stary, Scena Kameralna „Pierwiastek z minus jeden”	
5 XII	16.00	„Bezpieczeństwo na drodze”- spotkanie z przedstawicielem Wydziału Ruchu Drogowego Komendy Miejskiej Policji w Krakowie	
14 XII	16.00	Wigilijka w klubie	

Na wybrane zajęcia obowiązują zapisy.