

Centrum Aktywności Seniorów Uskrzydłone Wzgórza

adres: os. Na Stoku 1

telefon: 519 649 567

e-mail: hmikulska@poczta.onet.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10-14
wtorek	10-14
środa	10-14
czwartek	10-14
piątek	11-15

OBOWIĄZUJE OD 6 września 2019

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH –na wrzesień 2019

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10-12	Kawiarenka seniora	
	12-14	Gimnastyka rehabilitacyjna	
wtorek	10-12	Gry stolikowe	
	12-14	Zajęcia plastyczne decoupage	
środa	10-12	Kawiarenka seniora	
	12-14	Papierowa wiklina	
czwartek	10-11	Trening pamięci	
	11-14	05.09 wycieczka do Dworku Jana Matejki w Krzesławicach. Kurs obsługi smartfonów od 12.09	
piątek	11-13	Gimnastyka przy muzyce	
	13-15	Zajęcia wokalne	

ZAJĘCIA DODATKOWE – wrzesień 2019

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Niedziela 8.09	8-12	Wolontariat Kraków Busines Run	
Sobota 14.09	19.00	Muzyczne Pożegnanie Lata. Koncert piosenki poetyckiej w MDK Fort 49 Krzesławice	
Wtorek 17.09		V Mistrzostwa Krakowa Seniorów	
Sobota 21.09		Kartki z przeszłości - Spektakl teatru tańca w wykonaniu dzieci w MDK Fort 49	
Wtorek 24.09		Wyjazd do term w Chochołowie	
Sobota 28.09		III Targi Seniora Expo Kraków	

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.