



Centrum Aktywności Seniorów Uskrzydleni Wiekem

adres: Rusznikarska 14 lokal użytkowy nr 16, wejście od strony placu zabaw

telefon: 511 200 011

e-mail: ...fundacja@uskrzydleniwiekem.pl...

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10.00-17.00.....
wtorek	10.30-14.30.....
środa	11.00-15.00.....
czwartek	10.00-14.00.....
piątek	10.30-18.30.....

OBYWIAZUJE OD ...02.12.2019..... (data dzienna)


HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH –grudzień...2019

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.00-12.00	Warsztaty plastyczne- decoupage	23.12.2019 Klub otwarty dla wszystkich chętnych
	12.30-14.00	Gimnastyka rehabilitacyjna	
	14.00 – 17.00	Sekcja brydżowa	
wtorek	10.30-12.30	Kurs języka angielskiego dla średnio zaawansowanych	2.12 godz. 17.45 9.12 godz. 17.00 16.12 godz. 17.00

	12.30-14.00	Gimnastyka rehabilitacyjna	
środa			
	11.00-12.00	Kurs języka włoskiego dla średnio zaawansowanych	Do 15 grudnia. Potem do końca – gry stolikowe
	12.00-13.00	Trening pamięci	Do 15 grudnia. Potem do końca – gry stolikowe
	13.00-15.00	Kawiarenka seniora	
czwartek	10.00-12.00	Gry stolikowe	
	12.00-14.00	Kawiarenka seniora	
piątek	10.30-12.30	Warsztaty wokalne	27.12.2019 Klub otwarty dla wszystkich chętnych
	12.30-14.00	Gimnastyka rehabilitacyjna	
	14.00-17.00	Gry stolikowe	
	17.00-18.30	Zumba-gimnastyka przy muzyce	Do 15 grudnia. Sala w Szkole Podstawowej nr 21

ZAJĘCIA DODATKOWE – grudzień..... 2019

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
02.12.2019	9.00	Wycieczka do Chochołowskich Term	Wyjazd spod kościoła św. Jadwigi
05.12.2019	12.00	Koncert dla Seniorów	Centrum Kongresowe ICE Kraków

12.12.2019	15.30	Muzeum Sukiennice	Wykład Justyny Majewskiej o sztuce Michałowskiego i Matejki
15.12.2019 r.	11.00	Wystawa szopek w Celestacie, Zbiórka na Rynku	Grant od International Paper INTERNATIONAL  PAPER <i>GLOBAL BUSINESS SERVICES CENTER</i>
16.12.2019	16.00	Świąteczne spotkanie	Sala w Centrum Obywatelskim, ul. Reymonta 20
18.12.2019	17.30	Balet „Dziadek do Orzechów”	Opera Krakowska

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.