



Centrum Aktywności Seniorów „Tekla”

adres - Kraków, ul. Działowskiego 1

kontakt – tel. 885 538 450

e-mail ester@strusiowo.pl

Dyżur telefoniczny pon -pt w godz. 10.00 -14.00

Poniżej harmonogram zajęć na zewnątrz

Kontakt z koordynatorem telefoniczny

Od poniedziałku do piątku w godz. 10.00 -14.00

OBOWIĄZUJE OD 1 września 2020

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – wrzesień 2020

miesiąc

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	14.00 -17.00	Zajęcia teatralne	Zajęcia w ogródku kawiarni w CSiK Sidzina
	17.00 -19.00	Nordic walking	Zbiórka przy ogródku kawiarni
wtorek	12.00 -14.00	Obsługa urządzeń technologicznych – zajęcia indywidualne	Zajęcia w ogródku kawiarni w CSiK Sidzina
	10.00-14.00	Historia sztuki	15.09 – spotkanie Synagoga Stara ul. Szeroka 22.09 – spotkanie teatr Bagatela 29.09 – spotkanie przystanek MPK

			Muzeum Narodowe od. Ul. Piłsudskiego
	16.00 – 18.00	Zdrowe gotowanie i żywienie – spotkanie z dietetykiem	22.09,29.09 Zajęcia w ogródku kawiarni w CSiK Sidzina
środa	13.00- 15.00	Kawiarenka obywatelska	Zajęcia w ogródku kawiarni w CSiK Sidzina
	15.00 – 17.00	Bule	Zbiórka przy ogródku kawiarni
czwartek	15.00 -16.00	Spotkanie z koordynatorem	17.09 i 24.09 - w ogródku kawiarni w CSiK Sidzina
	10.00 -12.00	Przygotowanie do turystyki	3.09 – spotkanie w amfiteatrze na terenie parku przy Willi Decjusza 10.09 – spotkanie przed wejście do Ogrodu Botanicznego
	16.00 -17.00	Fitness	Zajęcia na boisku CSiK Sidzina
piątek	13.00 -15.00	Zajęcia – gry logiczne i karciane	Zajęcia w ogródku kawiarni w CSiK Sidzina
	15.00 -17.00	Obsługa urządzeń technologicznych – zajęcia indywidualne po wcześniejszym umówieniu	Zajęcia w ogródku kawiarni w CSiK Sidzina

Zajęcia dodatkowe w *wrzesień* 2020:

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.