



## Centrum Aktywności Seniorów „Tekla”

adres - Kraków, ul. Działowskiego 1

kontakt – tel. 885 538 450

e-mail [ester@strusiowo.pl](mailto:ester@strusiowo.pl)

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

poniedziałek	11.00 -17.00
wtorek	12.00 -18.00
środa	13.00 -17.00
czwartek	14.00 -18.00
piątek	14.00 – 18.00

### **OBOWIĄZUJE OD 1 października 2020**

*data dzienna*

### Harmonogram zajęć stałych – *październik* 2020

*miesiąc*

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	11.00 -13.00	Gry karciane i logiczne	
	13.00 -15.00	Bule	
	14.00 -17.00	Zajęcia teatralne	
wtorek	12.00 -14.00	Przygotowanie do turystyki	
	14.00-18.00	Historia sztuki	<b>06.10</b> – zbiórka ul. Św. Gertrudy koło delikatesów (dawne kino Wanda) <b>13.10</b> – zbiórka przy Poczcie Głównej <b>20.10</b> – zbiórka przy Barbakanie <b>27.10</b> – zbiórka przy teatrze

			Bagatela
środa	13.00- 15.00	Kawiarenka obywatelska	
	15.00 -17.00	Nordic walking	
czwartek	15.00 -16.00	Spotkanie z koordynatorem	
	16.00 -18.00	Zdrowe gotowanie i żywienie - spotkanie z dietetyczką	<b>8.10, 22.10</b>
piątek	14.00 -16.00	Obsługa urządzeń związanych z nowymi technologiami – zajęcia indywidualne	Obowiązują zapisy
	16.00 – 18.00	Zajęcia plastyczne	
	17.30 – 18.30	Fitness	

**Zajęcia dodatkowe w październik 2020:**

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.**