



Centrum Aktywności Seniorów „Tekla”

adres - Kraków, ul. Działowskiego 1

kontakt – tel. 885 538 450

e-mail 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

O BOWIĄZUJE OD 6 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	06.10 – zbiórka ul. Św. Gertrudy koło delikatesów (dawne kino Wanda) 13.10 – zbiórka przy Poczcie Głównej 20.10 – zbiórka przy Barbakanie 27.10 – 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	8.10, 22.10
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
9.10. (piątek)	godz. 7.25 przystanek autobusowy ul. Wrony	Wyjazd edukacyjny do zamku Krzyżtopór w Ujeździe	Obowiązują wcześniejsze zapisy

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.