

## Centrum Aktywności Seniorów KS Wróblowianka

adres - Kraków ul. Wróblowicka 58

kontakt – tel. 506-851-869

e-mail [halinaolech@wp.pl](mailto:halinaolech@wp.pl)

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

poniedziałek	10:00-14:00
wtorek	16:00-20:00
środa	10:00-14:00
czwartek	10:00-14:00
piątek	10:00-14:00

### OBOWIĄZUJE OD 5 Lipca 2021

*data dzienna*

### Harmonogram zajęć stałych – Lipiec 2021

*miesiąc*

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10:00-11:00	Nordin-Wolking	Budynek Ks
	11:00-12:00	Zajęcia plastyczne	Wróblowianka
	12:00-13:00	Zajęcia manualne	<b>Budynek KS</b>
	13:00-14:00	Zajęcia wg potrzeb-kawiarenka	<b>Wróblowianka</b>
wtorek	16:00-17:00	Wykłady na temat zdalnej pracy W czasie pandemii	Budynek KS Wróblowianka
	17:00-18:00	Asertywność-żyj w zgodzie samym sobą, czyli jak umiem powiedzieć „nie”	
	18:00-19:00	Zajęcia muzyczne	
	19:00-20:00	kawiarenka	

środa	10:00-11:00 11:00-12:00 12:00-13:00 13:00-14:00	Fitness- zajęcia sportowe Wędrowki piesze- spacer po lesie Zajęcia komputerowe Kawiarenka –gry planszowe	KS Wróblowianka
Czwartek 01.07.2021  8.07.2021  15,22,29 15,22,29  15,22,29	8:15-17:00 Zajęcia odwołane 9:00-13:00  10:00-11:00 11:00-13:00  13:00-14:00	Wycieczka  Wycieczka –zwiedzanie Krakowa,- ciekawych miejsc  Nordin Wolking Kawiarenka –przyjmowanie deklaracji Zdrowy tryb życia- techniki radzenia sobie	Ciężkowice K/Tarnowa Skamieniałe Miasto   KS Wróblowianka Budynek KS
piątek	10:00-11:00  11:00-12:00  12:00-14:00	Zajęcia komputerowe  Zajęcia komputerowe Dla początkujących Babcia Zosia czyta bajki dla Przedszkolaków zajęcia integracyjne	KS Wróblowianka

### Zajęcia dodatkowe w Lipcu 2021

*miesiąc*

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
07.07.2021	14:00-16:00	Wydawanie paczek żywnościowych	Wolontariat

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*