

Centrum Aktywności Seniorów „Tekla

adres: Kraków, ul. Stanisława Działowskiego 1

telefon: 885 538 450

e-mail: suzana@onet.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

Poniedziałek	10.00 – 17.30
Wtorek	14.00 – 18.00
Środa	12.00 – 16.00
Czwartek	13.00 – 19.00
Piątek	10.00 – 14.00

OBOWIĄZUJE OD 3 września 2021

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – wrzesień 2021

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
poniedziałek	10:00 – 12:00	Nordic walking	
	12.30 - 13.30	Zajęcia wokalne	
	13.30 - 14.30	Zajęcia teatralne	
	14.30 - 15.30	Akceptacja siebie w starości	
	15.30 - 17.30	Obsługa urządzeń związanych z nowymi technologiami	Oprócz 20.09 i 27.09
wtorek	14.00 -18.00	Historia sztuki	07.09 Hotel Royal 14.09 przystanek Teatr Ludowy 21.09 przystanek Sieroszewskiego 28.09 przystanek Teatr Bagatela
środa	12.00 - 14.00	Zajęcia sportowe (Bule)	
	14.00 - 16.00	Gry logiczne i karciane	
czwartek	13.00 - 15.00	Działania proekologiczne	02.09 przystanek Lipska 09.09 przystanek Czerwone Maki 16.09 przystanek Bulwarowa n/ż 23.09 przystanek Borek Fałęcki 30.09 przystanek Park Decjusza

	16.00 - 18.00	Spotkanie z koordynatorem	
	18.00 - 19.00	Fitness	
piątek	10.00 - 12.00	Gimnastyka w wodzie	Basen w Skawinie
	12.00 - 14.00	Kawiarenka Obywatelska	

ZAJĘCIA DODATKOWE – wrzesień 2021

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
08.09.2021	9:00	Wyjazd edukacyjno – rekreacyjny do Jaworzna – polskie Malediwy	Obowiązują wcześniejsze zapisy
15.09.2021	9:00	Wyjazd edukacyjno - historyczny do zamku Tenczyn w Rudnie, muzeum agatu	Obowiązują wcześniejsze zapisy