

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	13.30 – 18.30
wtorek	13.30 – 18.30
środa	13.30 – 18.30
czwartek	13.30 – 19.00
piątek	10.00 – 16.00

OBOWIĄZUJE OD 01 czerwca 2022

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – czerwiec 2022

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
poniedziałek	13.30 - 16.30	Zajęcia szycia, haftowania	
	16.00 - 17.00	Tańce	
	17.00 - 18.30	Wiedza obywatelska	
wtorek	13.30 - 15.30	Gry karciane i stolikowe	
	15.30 - 17.30	Przygotowanie do turystyki	
	17.30 - 18.30	Integracja – muzykowanie	
środa	13.30 - 15.30	Kawiarenka obywatelska	
	15.30 - 18.30	Obsługa urządzeń - nowe technologie	
czwartek	13.30 - 15.30	Historia sztuki	09.06 pętla Czerwone Maki, 23.06 kościół św. Józefa w Rynku Podgórskim
	15.30 - 16.30	Prasa lokalna	

	16.30 - 17.30	Spotkanie z koordynatorem	
	18.00 - 19.00	Fitness	
piątek	10.00 - 12.00	Nordic walking	
	12.00 - 14.00	Trening pamięci	
	14.00 - 16.00	Korzystanie z siłowni	

ZAJĘCIA DODATKOWE – czerwiec 2022

DATA	GODZINA	WYDARZENIE	
09.06.2022	17:00	Film w Solvayu "Ostatnie prosecco hrabiego Ancillotto"	
25.06.2022	10:00 – 14:00	Aktywny udział w festynie międzypokoleniowo - sportowym w Sidzinie	