

Centrum Aktywności Seniorów „Tekla

adres: Kraków, ul. Stanisława Działowskiego 1

telefon: 535 538 450

e-mail: ester@strusiowo.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	12.30 – 17.00
wtorek	14.00 – 18.30
środa	10.00 – 14.30
czwartek	12.00 – 17.30
piątek	09.00 – 13.00

OBOWIĄZUJE OD 19 maja 2023

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – maj 2023

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
poniedziałek	12.30 - 14.30	Korzystanie z siłowni	
	12.00-14.00	Edukacja obywatelska – spotkanie związane – Dzień Europy święto pokoju i jedności w Europie – 8.05 Edukacja obywatelska – spotkanie Tolerancja – w związku z Światowym Dniem Różnorodności Kulturowej w trosce o dialog i i rozwój - 22.05 Edukacja obywatelska – spotkanie związane z Dniem Samorządu Terytorialnego – 29.05	
	14.30 - 15.30	Spotkanie z koordynatorem	
	16.00 - 17.00	Fitness	
wtorek	10.00 -12.00	Nordic walking	
	14.30 -16.30	Edukacja obywatelska – spotkanie Jak możemy chronić środowisko – w związku z Światowym Dniem Ochrony Środowiska	

		Naturalnego – 23.05	
	15.30 -17.30	Proekologia	
	17.30 -18.30	Integracja – muzykowanie	
środa	10.30 – 12.30	Edukacja obywatelska – spotkanie dotyczące ONZ w związku z Międzynarodowym Dniem Uczestnictwa Misji Pokojowych ONZ – 24.05 Edukacja obywatelska – spotkanie w związku ze Światowym Dniem Rozwoju Kulturalnego – 31.05	
	12.30 -14.30	Wiedza obywatelska	
czwartek	9.15 – 10.45	Gimnastyka w wodzie	Zajęcia odbywają się na basenie Camena w Skawinie
czwartek	11.30 – 13.30	Edukacja obywatelska – spotkanie związane ze Świętem Flagi i Konstytucją III Maja – 4.05 Edukacja obywatelska – tematyka związana z Europejskim Dniem Parków Narodowych (wycieczka) – 25.05	
czwartek	13.30 - 15.30	Gry karciane i stolikowe	
czwartek	15.30 -17.30	Obsługa urzędzeń	11,18,25.05
czwartek	18.00 -19.00	Taniec	
piątek	10.30 -11.30	Prasa lokalna	
	11.00 – 13.00	Trening pamięci	
	13.00 -15.00	Zajęcia szycia i haftowania	

ZAJĘCIA DODATKOWE – maj 2023

DATA	GODZINA	WYDARZENIE	UWAGI
11.05.2023	Godz. 17.00	Projekcja filmu – <i>Tam gdzie musi być niebo</i> , reż. Elia Suleiman, Palestyna/Francja/Katar/Niemcy 2019, 97 min. poprzedzona	Miejsce CSW Solvay ul. Zakopiańska 62

		prelekcją i dyskusją po projekcji filmu	
12.05.2023	Godz. 9.30 - 14.00	Integracyjny Turniej Remika w ramach Tygodnia Osób Niepełnosprawnych „Kocham Kraków z wzajemnością”	Płyta Rynku Głównego w Krakowie
25.05.2023	Godz.8.00	Wyjazd edukacyjno – rekreacyjny do Zakopanego (Tatrzański Park Narodowy)	Obowiązują wcześniejsze zapisy Zbiórka ul. Lipińskiego