

## 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	10.00 -14.00
wtorek	10.00 -14.00
środa	10.00 -14.00
czwartek	10.00 -14.00
piątek	10.00 -14.00

**OBOWIAZUJE OD 1 grudnia 2023**

### HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – grudzień 2023

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
poniedziałek	10.00-14.00	Zajęcia plastyczne	<b>11.12</b>
poniedziałek	12.00 -13.00	Spotkanie z koordynatorem	
poniedziałek	13.00 -14.00	Porady indywidualne	
wtorek	9.00 -11.00	Nordic walking	
wtorek	11.00 -12.00	Fitness	
środa	10.30 -12.30	Proekologia	
środa	12.30 -14.30	Wiedza obywatelska	
czwartek	11.30-13.30	Porady indywidualne	
czwartek	13.30 - 15.30	Gry karciane i stolikowe	
czwartek	18.00 -19.00	Taniec	<b>7,28.12</b>
piątek	11.00-13.00	Trening pamięci	<b>1,8.12</b>
	12.00 -14.00	Muzykowanie	

## ZAJĘCIA DODATKOWE – grudzień 2023

DATA	GODZINA	WYDARZENIE	UWAGI
11.12	Godz.12.00	Międzypokoleniowe spotkanie – wspólne robienie stroików z wnukami i opowieści o zwyczajach świątecznych	
14.12	Godz.13.00	Wyjście do Centrum Nauki i Zmysłów ul. Pawia 34 w Krakowie	Obowiązują wcześniejsze zapisy
18.12	Godz. 12.00	Spotkanie wigilijne	Obowiązują wcześniejsze zapisy
27.12	Godz.10.00	Świąteczny Turniej Remika – CAS -ów Lajkonikowych	Obowiązują wcześniejsze zapisy