

## 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 28 SIERPANIA 2024**

### HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – sierpień 2024

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
poniedziałek	10.00-14.00	Zajęcia plastyczne	<b>12.08</b>
poniedziałek	13.00 -14.00	Spotkanie z koordynatorem	
poniedziałek	14.00 -15.00	Porady indywidualne	
poniedziałek	18.00 -19.00	Fitness	
wtorek	9.00 -11.00	Nordic walking	
wtorek	11.00 -13.00	Bule, molki	
środa	9.30 – 11.00	Taniec w kręgu	
środa	10.30 -12.30	Proekologia	<b>21.08</b>
środa	12.30 -14.30	Wiedza obywatelska	
środa	14.30 -16.30	Nauka gry w szachy/brydża	
czwartek	13.30 - 15.30	Gry karciane i stolikowe	
piątek	11.00-13.00	Trening pamięci	<b>2,9,23.08</b>
	12.00 -14.00	Muzykowanie	

## ZAJĘCIA DODATKOWE – sierpień 2024

DATA	GODZINA	WYDARZENIE	UWAGI
1.08.2024	7.00	Wyjazd edukacyjny do Kielc i Tokarni	Obowiązują wcześniejsze zapisy Miejsce wyjazdu ul. Lipińskiego
12.08.2024	8.00	Wyjazd rekreacyjny do Pienińskiego Parku Narodowego	Obowiązują wcześniejsze zapisy Miejsce wyjazdu ul. Lipińskiego
22.08.2024	7.00	Wyjazd edukacyjny do Krosna i okolic	Obowiązują wcześniejsze zapisy Miejsce wyjazdu ul. Lipińskiego
29.08.2024	8.00	Wyjazd edukacyjny do Świętokrzyskiego Parku Narodowego	Obowiązują wcześniejsze zapisy Miejsce wyjazdu ul. Lipińskiego