

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

OBOWIĄZUJE OD 1 PAŹDZIERNIKA 2024

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – październik 2024

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
poniedziałek	10.00-14.00	Zajęcia plastyczne	7,21.10
poniedziałek	13.00 -14.00	Spotkanie z koordynatorem	
poniedziałek	14.00 -15.00	Porady indywidualne	
poniedziałek	16.00 -17.00	Fitness	
wtorek	10.00 -11.30	Gimnastyka w wodzie	basen Camena w Skawinie
środa	9.30 – 11.00	Taniec w kręgu	
środa	10.30 -12.30	Proekologia	
środa	12.30 -14.30	Wiedza obywatelska	
czwartek	13.30 - 15.30	Gry karciane i stolikowe	
czwartek	15.30 -17.30	Obsługa urządzeń	17.10
czwartek	17.00 -18.00	Taniec	
piątek	11.00-13.00	Trening pamięci	11,18,25.10
	12.00 -14.00	Muzykowanie	

ZAJĘCIA DODATKOWE – październik 2024

DATA	GODZINA	WYDARZENIE	UWAGI
10.10.2024	17.00	Senioralny Klub Filmowy Intruz / El prófugo , reż. Natalia Meta, Argentyna/Meksyk 2020, 90'– projekcja filmu poprzedzona prelekcją i dyskusją po projekcji filmu	Miejsce CSW Solvay ul. Zakopiańska 62
16.10.2024	8.15	Spacer do Doliny Kobylańskiej	Zbiórka przystanek pod hotelem Cracovia autobus 310
17.10.2024	8.00	Wyjazd edukacyjno – rekreacyjny do Gorlic i okolicy	Miejsce wyjazdu ul. Lipińskiego
23.10.2024	8.15	Spacer po Ojcowie	Zbiórka przystanek pod hotelem Cracovia autobus 310
24.10.2024	7.30	Wyjazd edukacyjny do Krynicy Górskiej	Miejsce wyjazdu ul. Lipińskiego