

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 13 LISTOPADA 2024

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – listopad 2024

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
poniedziałek	10.00-14.00	Zajęcia plastyczne	18.11
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	17.00 -18.00	Taniec	7,14.11
piątek	11.00-13.00	Trening pamięci	8,15,22,29.11
	12.00 -14.00	Muzykowanie	

ZAJĘCIA DODATKOWE – listopad 2024

DATA	GODZINA	WYDARZENIE	UWAGI
4.11.2024	11.00	Jak być piękną i zadbaną seniorkom - warsztaty	Obowiązują wcześniejsze zapisy
5.11.2024	7.30	Wyjazd na grzybobranie	Obowiązują wcześniejsze zapisy, miejsce zbiórki ul. Lipińskiego
14.11.2024	7.30	Wyjazd edukacyjny do Bielska - Białej	Obowiązują wcześniejsze zapisy, miejsce zbiórki ul. Lipińskiego
20.11.2024	10.00	Wyjazd do Latoszyna – baseny siarkowe	Obowiązują wcześniejsze zapisy, miejsce zbiórki ul. Lipińskiego
21.11.2024	17.00	Senioralny Klub Filmowy– Dziedziczki / Las herederas, reż. Marcelo Martinessi, Paragwaj/Urugwaj 2018, 95'projekcja filmu poprzedzona prelekcją i dyskusją po projekcji filmu	Miejsce CSW Solvay ul. Zakopiańska 62
25.11.2024	10.00 -14.00	Międzycasowy turniej remika	Miejsce CAS Borsuczek
26.11.2024	10.00	Szaleństwo andrzejkowe – Koniusza, Zielone Wzgórze	Obowiązują wcześniejsze zapisy, miejsce zbiórki ul. Lipińskiego
30.11.2024	15.00	Międzypokoleniowa zabawa andrzejkowa	Obowiązują wcześniejsze zapisy. Miejsce CAS Tekla ul. Działowskiego 1

