

## Fundacja Uskrzydleni Wiekami zaprasza do

**Centrum Aktywności Seniorów ulica Rusznikarska 14 lokal XVI  
(wejście od strony placu zabaw) tel. 511 2000 11**

### **Maj 2017**

#### **Poniedziałek**

10.00 -11.00 – lekka gimnastyka rehabilitacyjna

11.00 -12.00 – lekka gimnastyka rehabilitacyjna

12.00 -13.00 - tai-chi

13.00 -17.00 - gry stolikowe - sekcja brydżowa

#### **Wtorek**

10.00 -12.00 - gry stolikowe –Scrabble, szachy, Monopoly

13.00-14.00 – bule, ringo – boisko przy kościele św. Jadwigi

16.45 -17.45 - kurs tańca (Szkoła Podstawowa nr 21)

#### **Środa**

10.00 -12.00 - zajęcia- wiklina papierowa

12.00 -14.00 - warsztaty plastyczne – decoupage

16.00 -18.00 - zdrowy tryb życia

18.00-19.00 - chór „Cecylia”

#### **Czwartek**

10.00 - 12.00 –origami; nowe techniki plastyczne

12.00-15.00 – Spotkania – edukacja obywatelska (11, 18, 25)

#### **Piątek**

9.45 -11.00 – trening pamięci

11.00 -12.00 - gimnastyka rehabilitacyjna

12.00 -13.00 - gimnastyka rehabilitacyjna

13.00 -14.00 - tai-chi

14.00 -15.00 -porady komputerowe

#### **Sobota**

14.00 -15.00 - kurs języka angielskiego dla początkujących

15.00 -16.00 - kurs języka angielskiego dla zaawansowanych

#### **Ponadto w maju:**

**10.05.** zapraszamy na zlot w Wygiełzowie - Majówka Seniorów

**18.05.** godz.19.00 wyjście na przedstawienie *Miód albo jak chciałam się bzykać z Tomaszem Schimscheinerem* (Scena pod Ratuszem)

**20.05.** (sobota) zapraszamy na nordic walking w Lasku Wolskim (Pętla Krowodrza Górka godz.9.40, autobus 102)



**Kraków**

Projekt jest współfinansowany ze środków Gminy Miejskiej Kraków.