

Centrum Aktywności Seniorów KS Wróblowianka

adres - Kraków ul. Wróblowicka 58

kontakt – tel. 506-851-869

e-mail halinaolech@wp.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10:00-14:00
wtorek	16:00-20:00
środa	10:00-14:00
czwartek	10:00-14:00
piątek	10:00-14:00

OBOWIĄZUJE OD 12 Sierpnia 2021

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – Sierpień 2021

miesiąc

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10:00-11:00	Nordin-Wolking	Budynek Ks
	11:00-12:00	Zajęcia plastyczne	Wróblowianka
	12:00-13:00	Zajęcia manualne	Budynek KS
	13:00-14:00	Zajęcia wg potrzeb-kawiarenka	Wróblowianka
wtorek	16:00-17:00	Wykłady na temat utrzymania Kondycji fizycznej Seniorów	Budynek KS Wróblowianka
	17:00-18:00	Asertywność-żyj w zgodzie samym sobą, czyli jak umiem powiedzieć „nie”	
	18:00-19:00	Zajęcia teatralne	
	19:00-20:00	Zajęcia muzyczne	

Środa 18,25.08.2021	10:00-11:00 11:00-12:00 12:00-13:00 13:00-14:00	Fitness- zajęcia sportowe Czas Seniora –spotkanie integracyjne Zajęcia manualne Kawiarenka –gry planszowe	KS Wróblowianka
Czwartek 12,19.08.2021 26.08.2021	10:00-11:00 11:00-12:00 12:15-14:00 10:00-14:00	Zajęcia – Udzielanie pierwszej Pomocy Nordin-Wolking Kawiarenka-przyjmowanie deklaracji,porządkowanie dokumentacji Spacer po Krakowie	KS Wróblowianka
Piątek 13.08.2021 20,27.08.2021	10:00-11:00 11:00-12:00 12:00-14:00 12:00-14:00 10:00-12:00 12:00-14:00	Zajęcia komputerowe Zajęcia komputerowe Dla początkujących Spotkanie z kosmetyczką-eko kosmetyki na lato Kawiarenka-wymiana odzieży między seniorami Spacery po okolicznych lasach	KS Wróblowianka

Zajęcia dodatkowe w sierpniu 2021

miesiąc

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
.19.08.2021	14:00-16:00	Spotkanie z Dzielnicowym naszego Osiedla Wróblowice	

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.