

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	12.30 – 17.00
wtorek	14.00 – 18.30
środa	10.00 – 14.30
czwartek	12.00 – 17.30
piątek	09.00 – 13.30

OBOWIAZUJE OD 2 listopada 2022

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – listopad 2022

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
poniedziałek	12.30 - 14.30	Korzystanie z siłowni	
	14.30 - 15.30	Spotkanie z koordynatorem	
	16.00 - 17.00	Fitness	
wtorek	10.00 -12.00	Edukacja obywatelska	8.11 – spotkanie z policją 29.11 – spotkanie z Miejskim Rzecznikiem Konsumenta
	13.30 -15.30	Zajęcia szycia i haftowania	
	15.30 -17.30	Proekologia	
	17.30 -18.30	Integracja – muzykowanie	
środa	10.00 -12.00	Nordic walking	
środa	10.00 -12.00	Edukacja obywatelska	16.11 – spotkanie z pracownikiem

			NFZ 23.11 – spotkanie z pracownikiem ZUS
środa	12.30 - 14.30	Wiedza obywatelska	
czwartek	12.00 - 13.00	Prasa lokalna	
	13.00 - 15.00	Gry karciane i stolikowe	
	15.30 -17.30	Obsługa urzędzeń	
piątek	9.45 -11.45	Zajęcia na basenie	basen Camena w Skawinie, obowiązują zapisy
	11.30 - 13.30	Trening pamięci	

ZAJĘCIA DODATKOWE – listopad 2022

DATA	GODZINA	WYDARZENIE	
17.11.2022	Godz.16.00	V Festiwal Przetworów Domowych	Miejsce CAS Trefle i Piki ul. Reymonta 20
17.11.2022	Godz. 17.00	Projekcja filmu– <i>Konstytucja</i> , reż. Rajko Grlić, Chorwacja 2016, 90 min.poprzedzona pre- lekcją i dyskusją po projekcji filmu	Miejsce CSW Solvay ul. Zakopiańska 62