



FUNDACJA  
UKRYTE  
SKRZYDŁA

## Centrum Aktywności Seniorów **CAS KOPANIEC**

adres: Syrachowska 1; 31-997 Kraków

telefon: Koordynatora 789 660 514

e-mail: [biuro@ukryteskrzydla.pl](mailto:biuro@ukryteskrzydla.pl)

**CAS KOPANIEC** jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9-14
wtorek	12-17
środa	10-15
czwartek	12-17
piątek	9-14

**OBOWIĄZUJE OD 20.02.2025 r**

### **HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH –lutym 2025 roku**

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
<b>Poniedziałek -</b>	9-11	Zaj gimnastyczne dla seniorów	
	11.45-14	Język angielski	
<b>Wtorek -</b>	12-14	<u>Zaj Teatralne</u>	
	14-16	Spotkanie wolontariatu	
<b>Środa -</b>	10.30-12.30	Jak psychologia ułatwia życie	
	13-15	Obsługa internetu w komórce	
<b>Czwartek -</b>	12-14	Aktywny senior	
	14.15-17	Zaj taneczne	

<b>Piątek -</b>	10-12	smovey	
	12-14	Jak dobrze oddychać	<b>21 i 28 lutego prowadzone przez dr Mętel</b>
	14-15	Aqua aerobik	Zajęcia na basenie os Kolorowe

### **ZAJĘCIA DODATKOWE –w lutym 2025 roku**

**Kawiarenka otwarta jest od 9.00 z wyjątkiem wtorku i czwartku  
wtedy otwarta jest od 11.00**

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
27.02	10-18	Zakupy, zamówienia	Przygotowanie jedzenia i ciastek na spotkanie „OSTATKI”
28.02	16-21	wolontariat	„OSTATKI”

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*