

**Centrum Aktywności Seniorów „Nie Dzieli Nas Wiek” Azory**  
**31-339 Kraków, ul. Weissa 8/21 tel: 727 430 999 [www.fundacjaniedzielinaswiek.pl](http://www.fundacjaniedzielinaswiek.pl)**

**Listopad 2017**

**Poniedziałek**

godz. 10.00 – 12.00

Warsztaty: Zdrowe gotowanie – zioła w kuchni.

**Miejsce spotkania: ul. Weissa 8/21**

godz. 14.00 – 15.00

Działania międzypokoleniowe – praca nad miniprojektem społecznym z użyciem nowoczesnych technologii.

**Miejsce spotkania: SP 119 lub Chatka Puchatka**

godz. 15.00 – 16.00

Gimnastyka rehabilitacyjna z elementami innych systemów ćwiczeń joga, pilates, stretching.

godz. 16.00 – 17.00

Dance aerobik - zajęcia ruchowe z elementami tańca.

**Miejsce spotkania: ZSO nr 5 ul. Chełmońskiego 24**

**Wtorek**

godz. 10.00 – 12.00

Zajęcia plastyczne z elementami rękodzieła.

godz. 16.00 – 18.00

Porozmawiamy o zdrowiu – zdrowy i aktywny senior.

**Miejsce spotkania: ul. Weissa 8/21**

**Środa**

godz. 10.00 – 12.00

Język rosyjski dla grupy średnio zaawansowanej (lista zamknięta).

**Miejsce spotkania: ul. Weissa 8/21**

godz. 14.00 – 15.00

Gimnastyka rehabilitacyjna z elementami innych systemów ćwiczeń joga, pilates, stretching.

godz. 15.00 – 16.00

Dance aerobik - zajęcia ruchowe z elementami tańca.

**Miejsce spotkań: ZSO nr 5 ul. Chełmońskiego 24**

**Czwartek**

godz. 14.00 – 15.00

Język włoski – dla początkujących.

godz. 15.00 – 16.00

Język angielski – dla początkujących.

**Miejsce spotkania: ul. Weissa 8/21**

godz. 15.00 – 16.00

Działania międzypokoleniowe – praca nad miniprojektem społecznym z użyciem nowoczesnych technologii.

godz. 16.00 – 18.00

Zajęcia teatralne.

**Miejsce spotkania: ZSO nr 5 ul. Chełmońskiego 24**

**Piątek**

Poznajmy Kraków (krótkie wycieczki, wykłady itp.):

godz. 10.00 – 14.00

- (Piątek) 3.11 godz. 10:00 (ul. 3 Maja 1) – Muzeum Narodowego (gmach główny) - wystawa #dziedzictwo (obowiązują zapisy),
- (Piątek) 10.11 – Turniej Strzelecki – Pomorska (bliższe informacje w terminie późniejszym, obowiązują zapisy),
- (Piątek) 17.11 godz. 10:00 – Zwiedzanie kościoła ojców dominikanów zbiórka przed wejściem do kościoła,
- (Piątek) 24.11 godz. 10:00 – Wystawa „[History Land w Krakowie](#)” w budynku Dworca Głównego (obowiązują zapisy).

godz. 16.00 – 18.00

Kawiarenka senioralna - prelekcje, pokazy multimedialne.

**Miejsce spotkania: ul. Weissa 8/21**

**Dodatkowo lub w zamian za zajęcia:**

1: 28.11.2017 (wtorek)

godz.17.00 – Wyjście do Muzeum PRL - spotkanie przy kawie i herbacie – wspomnienia z PRL – Festiwale Muzyczne.