

CENTRUM AKTYWNOŚCI SENIORÓW

Odkryj radość życia!

Masz już dość siedzenia w domu?



Dołącz do nas i ciesz się jesienią życia w pełni.

Potrzebujesz energii, nowych pasji dobrych rozmów?

Centrum Aktywności Seniorów **Victoria 303** to miejsce stworzone specjalnie dla Ciebie – to nasza wspólna przestrzeń, w której spotykają się ciekawe osobowości, a rutyna zmienia się w przygodę! U nas nie ma czasu na nudę. Czekają na Ciebie inspirujące zajęcia, profesjonalni instruktorzy i przede wszystkim – **fantastyczni ludzie**.

DOŁĄCZ JUŻ DZIŚ!

1. Przyjdź, zobacz, porozmawiaj

- **Kiedy:** we wtorek i środę, godz. 14:30 – 16:30
- **Co:** kawa, herbata, ciasteczka, spotkanie z instruktorami.
- **Za ile:** Jeśli skończyłeś 65 lat (kobiety 60) zajęcia są bezpłatne

2. Bezpłatna Konsultacja

Nie wiesz, od czego zacząć?

Zadzwoń do nas, a pomożemy Ci wybrać zajęcia dopasowane do Twoich zainteresowań i możliwości! Zobacz aktualny harmonogram zajęć na stronie www.fundacjapasja.org

CZEKAMY NA CIEBIE!

Godziny otwarcia: Pn. – Pt., 14:00 – 18:00

Victoria 303 – Aktywna Jesień Życia!



KONTAKT

ADRES

Telefon: 533 988 822

XXX LO w Krakowie os. Dywizjonu 303 bl. 66

Koordinator: Tomasz Stefaniak **e-mail:** tstefaniak@stamp.com.pl

DLACZEGO WARTO DOŁĄCZYĆ DO VICTORII 303?

OBSZAR	CO ZYSKASZ?	PLANOWANE ZAJĘCIA
ZDROWIE I KONDYCJA	Poprawa sprawności, elastyczności i równowagi. Energia na co dzień!	Gimnastyka dla Seniorów, Joga na Krzesłach, Nordic Walking, Zdrowy Kręgosłup.
ROZWÓJ UMYŚŁU	Ćwiczenie pamięci, koncentracji i logicznego myślenia. Bądź zawsze na bieżąco!	Warsztaty Komputerowe i Smartfona, Nauka Języków Obcych, Trening Pamięci, Dyskusyjne Kluby Książki.
KULTURA I PASJE	Odkrywanie talentów artystycznych i pogłębianie wiedzy. Uwolnij kreatywność!	Warsztaty Ceramiczne i Rękodzieła, Zajęcia Plastyczne, Lekcje Śpiewu, Wyjścia do Teatru i Muzeum.
RELACJE I SPOŁECZNOŚĆ	Nawiązanie nowych przyjaźni, wspólne świętowanie i poczucie przynależności.	Spotkania Integracyjne, Wieczorki Taneczne, Brydż i Gry Planszowe, Wspólne Wycieczki.

