

Centrum Aktywności Seniorów Współpracujmy

adres – Szkoła Podstawowa nr 106, ul Litewska 34, 30-014 Kraków

kontakt – tel. 506497108

e-mail sylole@interia.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10.00 - 14.00
wtorek	10.00 - 14.00
środa	10.00 - 14.00
czwartek	10.00 - 14.00
piątek	10.00 - 14.00

OBOWIĄZUJE OD 22.08.2019 r.

Harmonogram zajęć stałych – SIERPIEŃ 2019 r

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	10.00 – 12.00	Gry stolikowe. Brydż	
	10.00 – 12.00	Język angielski zaawansowany.	Zajęcia 12.08.2019 roku.
	10.00 – 12.00	Senior w ruchu	Zajęcia 19.08.2019 roku.
	12.00 – 13.00	Trening pamięci.	Zajęcia rozpoczynają się od 19.08.2019 roku..
	12.00 – 13.00	Grupa początkująca – zajęcia taneczne.	MDK „Dom Harcerza”, ul Reymonta 18
	13.00 – 14.00	Taniec towarzyski w parach.	MDK „Dom Harcerza”, ul Reymonta 18
Wtorek	11.00 – 12.00	Zdrowy kręgosłup.	MDK „Dom Harcerza”, ul Reymonta 18
	10.00 – 12.00	Robótki ręczne.	Zajęcia 13.08.2019 roku
	10.00 – 12.00	Senior w ruchu.	Zajęcia 20.08.2019 roku.

	9.00 – 11.00	Język angielski dla zaawansowanych.	Zajęcia 27.08.2019 roku.
	15.00 – 17.00	Świat analogowo-cyfrowy	Zajęcia 27.08.2019 roku.
Środa	10.00 – 11.00	Latino fitness.	Zajęcia 14.08.2019 roku.
	11.00 – 12.00	Salsa solo.	Zajęcia 14.08.2019 roku.
	10.00 – 12.00	Senior w ruchu.	Zajęcia 20.08.2019 roku.
	12.00 – 13.00	Techniki zapamiętywania, strategie motywacji.	Zajęcia 14.08.2019 roku.
	13.00 – 14.00	Klub Współpracujmy - Działając	Zajęcia 28.08.2019 roku.
	12.00 – 14.00	Robótki ręczne.	Zajęcia 14.08.2019 roku
	15.00 – 17.00	Świat analogowo-cyfrowy	Zajęcia 28.08.2019 roku
Czwartek	13.00 – 14.00	Zdrowy kręgosłup.	MDK „Dom Harcerza”, ul Reymonta 18
	10.00 – 12.00	Senior w ruchu.	Zajęcia 22.08.2019 roku.
	16.00 – 18.00	Zajęcia artystyczne.	Zajęcia 29.08.2019 roku.
	15.00 – 17.00	Świat analogowo-cyfrowy	Zajęcia 29.08.2019 roku
Piątek	10.00 – 12.00	Język angielski dla początkujących.	Zajęcia 16.08.2019 roku.
	10.00 – 12.00	Senior w ruchu.	Zajęcia 23.08. i 30.08.2019 roku
	12.00 – 14.00	Klub Wolontariuszy Współpracujmy.	Zajęcia 30.08.2019 roku.

ZAJĘCIA DODATKOWE SIERPIEŃ 2019 rok

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
29.08.2019 rok czwartek	16.00 – 19.00	Garden Party Urbagardening – Koniec lata w ogrodzie.	Zapraszamy seniorów do zagospodarowania ogrodnika edukacyjnego w Szkole Podstawowej nr 106 w Krakowie. Spotkanie integracyjne przy sadzeniu roślin.

Na wybrane zajęcia obowiązują zapisy.