

Centrum Aktywności Seniorów Współpracujmy

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

kontakt – tel. 506497108

e-mail sylole@interia.pl

CAS Współpracujmy - czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	09.00 – 14.00; 18.00 – 19.00
wtorek	10.30 – 15.15
środa	10.15 – 12.00; 16.30 – 17.30
czwartek	10.00 – 13.45; 16.00 – 18.00
piątek	14.30 – 18.30

OBOWIAZUJE OD 08.09.2021r.

Harmonogram zajęć stałych – wrzesień 2021 r.

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	09.00 – 10.00	Język angielski początkujący	
	11.30 – 12.30	Zajęcia szachowe	Projekt Fundacji „LOTTO” Prowadzone przez profesjonalnego trenera KSz Dwie Wieże Kraków
	11.00 – 14.00	Klub Odkrywców Krakowa	6.09 - Wizyta w katedrze na Wawelu. Spotkanie o 11:00 pod pomnikiem Jana Pawła II, na wprost wejścia do katedry. 13.09 - okolice placu św. Ducha. Spotkanie o 11:00 pod teatrem Słowackiego. 20.09 - okolice placu Szczyńskiego. Spotkanie o 11:00 pod teatrem Starym. 27.09 - Chrześcijański Kazimierz. Spotkanie o 11:00 na pl. Wolnica pod fontanną "Trzej grajkowie"

	18.00 – 19.00	Recepta na zdrowie	Zajęcia online
Wtorek	10.30 – 11.30	Warsztaty dziennikarskie	Terminy zajęć: 08.09 i 15.09
	11.45 – 12.45	Język angielski zaawansowany	
	13.00 – 14.00	Techniczna gadanina	Zajęcia stacjonarne w Muzeum Elektroniki ul. Wrocławska 8 Kraków tel. 532 798 799
	14.15 – 15.15	Trening umysłu	
Środa	10.00 – 12.00	Salsa	Terminy zajęć: 08.09 i 22.09
	16.30 – 17.30	Zajęcia komputerowe	Termin zajęć: 15.09
	16.30 – 18.30	Warsztaty fotograficzne	Terminy 22.09 i 29.09 w ramach projektu dofinansowanego z ofert realizacji zadania publicznego
Czwartek	10.15 – 12.15	Zajęcia artystyczne	
	11.45 – 13.45	Senior w ruchu	
	16.00 – 18.00	Warsztaty dziennikarskie	Terminy: 23.09 i 30.09 w ramach projektu dofinansowanego z ofert realizacji zadania publicznego
	16.00 – 18.00	Joga. Trening mięśni dna miednicy.	
Piątek	14.45 – 15.30	Kawiarenka	
	15.30 – 16.30	Wolontariat	
	16.30 – 18.30	Dyżur koordynatora	

ZAJĘCIA DODATKOWE 2021 rok

Data	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
09.09 14.09	15.00 11.00	Spotkanie ze Strażą Miejską	Spotkanie w związku ze zmianami przepisów ruchu drogowego, które wejdą w życie od 1 czerwca 2021 r. (online)
11.09	całodzienna	Wycieczka - LUSŁAWICE- CENTRUM PENDERECKIEGO- WINNICA JANOWICE	Uwaga. Zapisy u koordynatora.
15.09 – 16.09		VIII Międzynarodowe Senioralia w Krakowie	15.09.2021 r – 18.00 – 21.00 Kino dla Seniora 16.09.2021 r – 9.00 – 21.00 Imprezy okolicznościowe w Parku Jordana Dodatkowe informacje na plakacie w CAS Współpracujmy lub na stronie www.glosseniora.pl
19.09	całodzienna	IV Zawody Wędkarskie Polskiego Związku Wędkarstwa	Uwaga! Uczestnicy muszą należeć do Polskiego Związku Wędkarstwa
25.09	całodzienna	Wycieczka do Krynicy Zdrój	Uwaga! Dodatkowe informacje oraz potwierdzenie udziału u koordynatora do 10.09
29.09 – 30.09		VI Mistrzostwa Krakowa Seniorów 65+ o Puchar Prezydenta Miasta Krakowa	VI Mistrzostwa Krakowa Seniorów 65+ , 70+ , 75+ 80+ zostaną rozegrane na obiektach KS „Bronowianka” w Krakowie, ul. Zarzecze 124A 29.09.2021 r – 9.00 – 17.00 30.09.2021 r – 9.00 – 15.00 Dodatkowe informacje na plakacie w CAS Współpracujmy w Krakowie.

Na wybrane zajęcia obowiązują zapisy u koordynatora.