



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	9.00 – 12.00; 16.30 – 18.30
wtorek	10.00 – 15.15
środa	9.00 – 10.00; 16.30 – 19.30
czwartek	10.00 – 13.45; 16.00 – 18.00
piątek	10.00 – 13.00; 15.00 – 16.00

O BOWIAZUJE OD 24.01.2022r.

Harmonogram zajęć stałych – styczeń 2022 r.

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	09.00 – 10.00	Język angielski początkujący	od 31.01. zajęcia online
	10.15 – 11.15	Warsztaty dietetyczne	Rozmowy o żywieniu. od 31.01. zajęcia online
	10.00 – 12.00	Senior w ruchu	Termin zajęć: 17.01
	16.30 – 18.30	Kawiarenka	Dyżur odwołany 17.01 i 23.01
Wtorek	9.30 – 10.45	Dyżur koordynatora	Termin zajęć: 25.01
	11.45 – 12.45	Język angielski zaawansowany	
	13.00 – 15.00	Techniczna gadanina	Zajęcia stacjonarne w Muzeum Elektroniki ul. Wrocławska 8 Kraków tel. 532 798 799
	14.15 – 15.15	Trening umyśtu	Zajęcia odwołane 25.01.

Środa	9.00 – 10.00	Język włoski	Zajęcia 19.01 zostają przeniesione na 27.01 (godz.15.00 – 16.00)
	16.30 – 18.00	Zajęcia komputerowe	Zajęcia odwołane 26.01.
	18.00 – 19.30	Warsztaty poligraficzne	Zajęcia odwołane 26.01.
Czwartek	10:00 – 12.00	Zajęcia artystyczne	
	11.45 – 13.45	Senior w ruchu	Termin zajęć: 13.01; 20.01
	16.00 – 18.00	Joga. Trening mięśni dna miednicy.	
Piątek	10.00 – 13.00	Klub Odkrywców Krakowa	14.01 – Muzeum Stanisława Wyspiańskiego pl. Sikorskiego 6 (odwołane) 21.01. - Galeria Sztuki Polskiej XIX wiek Sukiennice (osoby zainteresowane proszone są o zgłoszenie informacji do prowadzącego lub koordynatora)
	10.00 – 14.00	Dyżur Koordynatora	Termin 28.01.2021
	15.00 – 16.00	Wolontariat	Dyżur odwołany 21.01

ZAJĘCIA DODATKOWE 2022 rok

Na wybrane zajęcia obowiązują zapisy u koordynatora.