



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; 18.30 – 19.30
wtorek	13.00 – 16.00
środa	9.00 – 12.15; 16.30 – 18.30
czwartek	10.00 – 12.00; 16.00 – 18.00
piątek	9.50 – 12.50; 15.00 – 17.00

OBOWIĄZUJE OD 07.02.2022r.

Harmonogram zajęć stałych – luty 2022 r.

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	09.00 – 10.00	Język angielski początkujący	
	10.15 – 11.15	Warsztaty dietetyczne	
	11.15 – 12.15	Świadomie i bezpiecznie	Pilotażowy program współpracy ze Strażą Miejską w Krakowie Zajęcia odwołane: 14.02; 21.02
	18.30 – 19.30	Kawiarenka	
Wtorek	13.00 – 14.00	Język angielski dla zaawansowanych	
	14.00 – 16.00	Techniczna gadanina	Zajęcia stacjonarne w Muzeum Elektroniki ul. Wrocławska 8 Kraków tel. 532 798 799
	14.15 – 15.15	Trening umysłu	

Środa	9.00 – 10.00	Język włoski	Spotkania online
	10.15 – 12.15	Zajęcia taneczne	
	16.30 – 18.30	Zajęcia komputerowe	
Czwartek	10:20 – 12.20	Zajęcia artystyczne	
	11.45 – 13.45	Senior w ruchu	
	16.00 – 18.00	Joga. Trening mięśni dna miednicy.	
Piątek	10.00 – 13.00	Klub Odkrywców Krakowa	<p>04.02.2022 g. 09.50-12.50</p> <p>Miejsce spotkania: Muzeum Archeologiczne – wejście od ul. Poselskiej Wystawa „Pradzieje i wczesne średniowiecze Małopolski”.</p> <p>18.02.2022 g. 9.50-12.50</p> <p>Miejsce spotkania: Muzeum Archeologiczne – wejście od ul. Poselskiej Wystawa „Bogowie starożytnego Egiptu”.</p> <p>25.02.2022 g. 9.50-12.50</p> <p>Miejsce spotkania: Pałac Biskupa Erazma Ciołka – ul. Kanonicza 17. Galeria „Sztuka Dawnej Polski XII-XVIII wiek”.</p>
	15.00 – 16.00	Dyżur Koordynatora	
	16.00 – 17.00	Wolontariat	

ZAJĘCIA DODATKOWE 2022 rok

Data	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
11.02.2022	13.30	Dzień Pozytywnego Myślenia – międzypokoleniowy wolontariat.	Zapisy u koordynatora na warsztaty międzypokoleniowe do 04.02.2022

18.02.2022	15.30	Konsultacje do bezpłatnych badań.	Zapisy na spotkanie, indywidualnie u koordynatora.
od 01.02.2022 do 26.06.2022		Konkurs artystyczny pt. „Zobacz”	Regulamin w CAS Współpracujmy
od 01.02.2022 do 26.06.2022		Konkurs na pracę dziennikarską pt. „Moje otoczenie Nasza sprawa”	Regulamin w CAS Współpracujmy
od 01.02.2022 do 31.12.2022		Program pt. „Jestem zaangażowany”	Regulamin w CAS Współpracujmy

Na wybrane zajęcia obowiązują zapisy u koordynatora.