



Centrum Aktywności Seniorów Współpracujmy

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

kontakt – tel. 506497108

e-mail sylole@interia.pl

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9.00 – 12.15; 17.30 – 19.30
wtorek	11.45 – 16.00
środa	9.00 – 12.15; 16.30 – 18.30
czwartek	9.20 – 13.45; 16.00 – 18.00
piątek	10.00 – 13.00; 15.00 – 17.00

O BOWIAŻUJE OD 05.04.2022r.

Harmonogram zajęć stałych – kwiecień 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 04.04.2022
	17.30 – 19.30	Kawiarenka	Odwołane 04.04.2022
Wtorek	11.45 – 12.45	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	
	10.15 – 12.15	Zajęcia taneczne	
	16.30 – 18.30	Zajęcia komputerowe	
Czwartek	9:20 – 12.20	Zajęcia artystyczne	Zmiana godziny na 10.20 od 14.04
	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>08.04.2022 PIĄTEK g. 10.00 Miejsce spotkania: przed katedrą na Wawelu</p> <p>15.04.2022 PIĄTEK g. 10.15 Miejsce spotkania: Muzeum im. E. Hutten-Czapskiego i Pawilon Józefa Czapskiego, ul. Piłsudskiego 12, 31-109 Kraków</p> <p>22.04.2022 PIĄTEK g. 10.00 Miejsce spotkania: Muzeum Etnograficzne, Plac Wolnica 1, 31-066 Kraków</p> <p>29.04.2022 PIĄTEK g. 11.30 Miejsce spotkania: Muzeum Interaktywne/Centrum Edukacji Teatralnej (MICET), budynek Starego Teatru, pl. Szczepański, wejście od ulicy Jagiellońskiej / Jagiellońska 1</p>
	14.30 – 16.00	Spotkanie z TVP Kraków	Nagranie telewizyjne – zapisy u koordynatora. Termin 8.04
	14.30 – 15.30	Zajęcia artystyczne	Termin 8.04
	15.00 – 16.00	Dyżur Koordynatora	Odwołane 01.04. i 8.04 Zmiana godziny 15.04 na 10.00
	16.00 – 17.00	Wolontariat	Odwołane 01.04. Zmiana godziny 15.04 na 11.00

ZAJĘCIA DODATKOWE kwiecień 2022 rok

Data	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
23.04.2022	8.00 – 15.00	Wolontariat biegowy	Zapisy u koordynatora
24.04.2022	8.00 – 15.00	Wolontariat biegowy	Zapisy 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.