



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	10.00 – 16.00
wtorek	10.40 – 11.40; 13.00 – 16.00
środa	9.30 – 11.30; 14.00 – 18.00
czwartek	11.30 – 12.30; 14.45 – 18.30
piątek	9.00 – 10.00; 11.40 – 17.40

OBOWIAZUJE OD 07.11.2022r.

Harmonogram zajęć stałych – listopad 2022 r.

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	10.00 – 11.00	Język włoski	
	12.00 – 13.00	Warsztaty żywieniowe	
	13.45 – 14.45	Język angielski	Grupa I
	15.00 – 16.00	Język angielski	Grupa II
Wtorek	10.40 – 11.40	Senior w ruchu	Odwołane 01.11.2022
	13.00 – 16.00	Klub Odkrywców Krakowa	Odwołane 01.11.2022 8.11 - Gotyki i neogotyki w kościele Dominikanów, spotkanie o godzinie 13:00 pod kościołem Dominikanów przy ul. Stolarskiej 15.11 - Barok w kościele św. Anny, spotkanie o godzinie 13:00 na schodach pod kościołem św. Anny przy ul. św. Anny 22.11 - Krużganki Franciszkanów, spotkanie o godzinie 13:00 pod oknem papieskim 29.11 - Łempicka, spotkanie o godzinie 12:50 pod głównym gmachem Muzeum Narodowego

Środa	9.30 – 11.30	Zajęcia artystyczne	
	14.00 – 15.00	Techniczna gadanina	
	15.00 – 16.00	Trening umysłu	
	16.00 – 18.00	Joga	
Czwartek	11.30 – 12.30	Warsztaty muzyczne	
	14.45 – 16.45	Wolontariat 1. Eko działania międzypokoleniowe. 2. Międzypokoleniowa kultura.	Spotkania oraz warsztaty w ramach projektu pt. „Działajmy razem” Wydziału Polityki Społecznej i Zdrowia Urzędu Miasta Krakowa, realizowanego przez SP 36 i ZSP nr 4 w Krakowie. Odwołane 10.11.2022
	16.30 – 18.30	Zajęcia komputerowe	Odwołane 10.11.2022
Piątek	9.00 – 10.00	Świadomie i bezpiecznie	Zapraszamy na każdy ostatni piątek miesiąca. Program współpracy ze Strażą Miejską w Krakowie
	11.40 – 13.40	Iglą i szydełkiem	Odwołane 11.11.2022
	14.40 – 17.40	Kawiarenka	Odwołane 4.11 i 11.11.2022

ZAJĘCIA DODATKOWE Listopad 2022 rok

Data	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
9.11.2022	całodzienna	Wycieczka do Nowego Wiśnicza	Zapisy u koordynatora
10.11.2022	godz.10.00	Międzypokoleniowe śpiewanie pieśni patriotycznych	
23.11.2022	godz. 9.00	Warsztaty ekologiczne w Lamusowni	Warsztaty w ramach projektu pt. „Działajmy razem” Wydziału Polityki Społecznej i Zdrowia Urzędu Miasta Krakowa, realizowanego przez SP 36 Zapisy u koordynatora
24.11.2022	Godz.14.30	Warsztaty teatralne w MICET Teatru Starego w Karkowie	Warsztaty w ramach projektu pt. „Działajmy razem” Wydziału Polityki Społecznej i Zdrowia Urzędu Miasta Krakowa, realizowanego przez ZSP nr 4 w Krakowie. Zapisy u koordynatora

25.11.2022	godz.9.00	Akcja czytelnicza – Seniorzy czytają przedszkolakom w ZSP nr 18.	Zapisy u koordynatora
02.12.2022	całodzienna	Wycieczka międzypokoleniowa	Zapisy na wycieczkę do Miechowa (Muzeum Ziemi Miechowskiej, Bazylika, warsztaty w Fabryce Baniek, obiad) Zapisy u koordynatora do 25.11 Pierwszeństwo mają osoby zaangażowane w działania wolontaryjne.

Na wybrane zajęcia obowiązują zapisy u koordynatora.