



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	9.30 – 11.40; 13.00 – 16.00
środa	9.30 – 11.30; 14.00 – 18.00
czwartek	14.30 – 18.30
piątek	9.00 – 10.00; 11.40 – 17.40

OBOWIĄZUJE OD 12.12.2022r.

Harmonogram zajęć stałych – grudzień 2022 r.

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	10.00 – 11.00	Język włoski	Zajęcia odwołane 26.12.2022 r.
	12.00 – 13.00	Warsztaty żywieniowe	Zajęcia odwołane 26.12.2022 r.
	13.45 – 14.45	Język angielski	Zajęcia odwołane 26.12.2022 r. Grupa I
	15.00 – 16.00	Język angielski	Zajęcia odwołane 26.12.2022 r. Grupa II
Wtorek	9.30 – 10.30	Warsztaty muzyczne	Zajęcia odwołane 13.12 i 27.12.2022 r.
	10.40 – 11.40	Senior w ruchu	Zajęcia odwołane 27.12.2022 r.
	13.00 – 16.00	Klub Odkrywców Krakowa	Zajęcia odwołane 27.12.2022 07.12.2022 (ŚRODA - WYSTAWA JEST CZYNNY TYLKO OD ŚRODY DO NIEDZIELI) g. 12.30

			<p>Miejsce spotkania: Hol Domu pod Krzyżem przy ul. Szpitalnej 21</p> <p>MASZYNERIA TEATRU</p> <p>13.12.2022 WTOREK g. 13.00</p> <p>Miejsce spotkania: Hol Muzeum Fotografii MuFo, ul. Rakowicka 22A</p> <p>CO ROBI ZDJĘCIE?</p> <p>20.12.2022 WTOREK g. 14.00</p> <p>Miejsce spotkania: Przy kasach Pałacu Biskupa Erazma Ciołka, ul. Kanonicza 17</p> <p>SZTUKA CERKIEWNA DAWNEJ RZECZYPOSPOLITEJ</p> <p>28.12.2022 ŚRODA!!! g. 13.00</p> <p>Miejsce spotkania: Plac Wolnica 1, przed wejściem do Muzeum Etnograficznego</p> <p>WIGILIA I KOŁĘDOWANIE DAWNIEJ</p>
Środa	9.30 – 11.30	Zajęcia artystyczne	
	14.00 – 15.00	Techniczna gadanina	
	15.00 – 16.00	Trening umysłu	Odwołane 14.12.2022
	16.00 – 18.00	Joga	
Czwartek	14.30 – 17.30	<p>Wolontariat</p> <ol style="list-style-type: none"> Eko działania międzypokoleniowe Międzypokoleniowa kultura. 	<p>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.</p> <p>Specjalne warsztaty:</p> <p>8.12 – zajęcia recyklingowe – świąteczna wiklina</p> <p>8.12 – zajęcia międzykulturowe – fotograficzne</p>
	16.30 – 17.30	Zajęcia fotograficzne	Rozpoczęcie od 15.12.2022
	17.30 – 18.30	Zajęcia komputerowe	

Piątek	9.00 – 10.00	Świadomie i bezpiecznie	Zapraszamy 16.12.2022 r. Program współpracy ze Strażą Miejską w Krakowie.
	11.40 – 13.40	Igłą i szydełkiem	Co dwa tygodnie – 09.12 i 16.12
	14.40 – 17.40	Kawiarenka	Odwołane 02.12 i 23.12.2022 r. 30.12.2022 r. zmiana godz. 11.00 - 14.00

ZAJĘCIA DODATKOWE 2022 rok

Data	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
02.12.2022	całodzienna	Wycieczka międzypokoleniowa	Zapisy na wycieczkę do Miechowa (Muzeum Ziemi Miechowskiej, Bazylika, warsztaty w Fabryce Baniek, obiad) Zapisy u koordynatora. Pierwszeństwo mają osoby zaangażowane w działania wolontaryjne.
04.12.2022	Godz.17.00	Spektakl w Teatrze Ludowym pt. „Ballady i Romanse”	Realizacja projektu pt. „Działajmy razem” Wydziału Polityki Społecznej i Zdrowia Urzędu Miasta Krakowa, realizowanego przez ZSP nr 4 w Krakowie. Zapisy u koordynatora.
8.12.2022	godz. 15.00 – 17.00	Dzień Międzykulturowy	Zapraszam do działań wolontaryjnych i udziału w warsztatach. Tematy zajęć: <ul style="list-style-type: none"> • Warsztaty makramy • Warsztaty manualne • Warsztaty muzyczne • Warsztaty fotograficzne Zapisy u koordynatora.
12.12.2022	Godz.13.00	Zdrowe napary zimowe	Realizacja projektu pt. „Działajmy razem” Wydziału Polityki Społecznej i Zdrowia Urzędu Miasta Krakowa, realizowanego przez SP36 i ZSP nr 18 w Krakowie. Zapisy u koordynatora.
14.12.2022	Godz.10.45	Gwiazdka z przedszkolakiem	Zapisy u koordynatora
14.12.2022	godz. 11.00	Koncert dla Seniora	Zapisy u koordynatora.

15.12.2022	godz. 9.30	Warsztaty filmowe ze specjalnym pokazem filmu pt. „Johnny”	Realizacja projektu pt. „Działajmy razem” Wydziału Polityki Społecznej i Zdrowia Urzędu Miasta Krakowa, realizowanego przez ZSP nr 4 w Krakowie. Zapisy u koordynatora.
31.12.2022	godz. 8.00	Działania wolontaryjne podczas Biegu Sylwestrowego	

Na wybrane zajęcia obowiązują zapisy u koordynatora.