



## Centrum Aktywności Seniorów Współpracujmy

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

kontakt – tel. 506497108

e-mail [sylole@interia.pl](mailto:sylole@interia.pl)

### CAS Współpracujmy - czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10.00 – 17.00
wtorek	9.30 – 11.40; 14.00 – 17.00
środa	9.30 – 11.30; 14.00 – 18.00
czwartek	14.30 – 18.30
piątek	9.00 – 10.00; 11.40 – 17.40

**OBOWIAZUJE OD 08.05.2023 r.**

### Harmonogram zajęć stałych – maj 2023 r.

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	10.00 – 11.00	Język włoski	Zajęcia odwołane 01.05.2023
	12.00 – 13.00	Warsztaty żywieniowe	Zajęcia odwołane 01.05.2023
	13.45 – 14.45	Język angielski	Grupa I Zajęcia odwołane 01.05.2023
	15.00 – 16.00	Język angielski	Grupa II Zajęcia odwołane 01.05.2023
	16.10 – 17.10	Międzypokoleniowa makrama	Zajęcia odwołane 01.05.2023
Wtorek	9.30 – 10.30	Emisja głosu	
	10.40 – 11.40	Senior w ruchu	Zajęcia odwołane 02.05 i 23.05

	14.00 – 17.00	<b>Klub Odkrywców Krakowa</b>	2 maja - odwołany 9 maja – godz.13:00, wystawa "Nowosielski. W setną rocznicę urodzin". 16 maja – godz. 16:00 Muzeum Lotnictwa 23 maja – godz. 13:00, spacer po terenie krakowskiego getta, spotkanie na pl. Bohaterów Getta 18, pod Apteką pod Orłem 24 maja ŚRODA (zamiast 31 maja) – godz.13:00, muzeum Podgórze, ul. Limanowskiego 51
Środa	9.00 – 11.30	<b>Zajęcia artystyczne</b>	Zajęcia odwołane 03.05.2023
	14.00 – 15.00	<b>Techniczna gadanina</b>	Zajęcia odwołane 03.05.2023
	16.00 – 18.00	<b>Joga</b>	Zajęcia odwołane 03.05.2023
Czwartek	13.30 – 14.30	<b>Trening umysłu</b>	Zajęcia odwołane 11.05
	15.30 – 17.30	<b>Wolontariat</b> <b>1. Eko działania międzypokoleniowe</b> <b>2. Międzypokoleniowa kultura.</b>	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.
	16.30 – 17.30	<b>Zajęcia komputerowe dla początkujących</b>	
	17.30 – 18.30	<b>Zajęcia poligraficzno-fotograficzne</b>	
Piątek	9.00 – 10.00	<b>Świadomie i bezpiecznie</b>	<b>Zapraszamy w ostatni piątek miesiąca.</b> Program współpracy ze Strażą Miejską w Krakowie. Odwołane 26.05
	11.40 – 13.40	<b>Igłą i szydełkiem</b>	Co dwa tygodnie:12.05 i 26.05
	14.40 – 17.40	<b>Kawiarenka</b>	Zajęcia odwołane 12.05
	15.00 – 16.00	<b>Dyżur koordynatora</b>	Zajęcia odwołane 12.05

## ZAJĘCIA DODATKOWE maj 2023 rok

Data	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
25.05.2023	17.00	Warsztaty teatralne i emisji głosu	Warsztaty w ramach projektu pt. „Działajmy razem” Wydziału Polityki Społecznej i Zdrowia Urzędu Miasta Krakowa, realizowanego przez ZSP nr 4 w Krakowie.
21.05.2023 r.	19.00	Capella Cracoviensis w Teatrze im. Juliusza Słowackiego	Zapisy u koordynatora. Realizacja w ramach projektu pt. „Działajmy razem” Wydziału Polityki Społecznej i Zdrowia Urzędu Miasta Krakowa, realizowanego przez ZSP nr 4 w Krakowie.
22.05.2023 r.	11.00	Dom Utopii – zwiedzanie i warsztaty	Realizacja w ramach projektu pt. „Działajmy razem” Wydziału Polityki Społecznej i Zdrowia Urzędu Miasta Krakowa, realizowanego przez ZSP nr 4 w Krakowie.
26.05.2023 r.	całodzienna	Wycieczka do Żywca	Zapisy u koordynatora do 8.05.23 r.
26.05.2023 r.	godz.9.00 – 10.00	Akcja czytelnicza – Seniorzy czytają przedszkolakom w ZSP nr 18.	Zapisy u koordynatora. Miejsce zajęć – sala przedszkolna w ZSP nr 18 w Krakowie
01.05.2023 r. - 31.05.2023 r		Podsumowanie i ogłoszenie wyników konkursu na przepis kulinarny w ramach projektu Działajmy razem - Ekopokolenia; Wydziału Polityki Społecznej i Zdrowia Urzędu Miasta Krakowa	Regulamin w CAS Współpracujemy
01.05.2023 r. - 31.05.2023 r		Podsumowanie i ogłoszenie wyników konkursu na logo w ramach projektu Działajmy razem - Ekopokolenia Wydziału Polityki Społecznej i Zdrowia Urzędu Miasta Krakowa	Regulamin w CAS Współpracujemy

**Na wybrane zajęcia obowiązują zapisy u koordynatora.**