



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	09.15 – 11.15; 16.15 – 18.15
wtorek	8.25- 9.25; 11.00 – 14.00
środa	10.45 – 14.30; 15.00 – 18.00
czwartek	9.00 – 14.40; 16.30 – 18.30
piątek	8.45 – 9.45; 13.00 – 17.00

OBOWIĄZUJE OD 01.06.2024 r.

Harmonogram zajęć stałych – czerwiec 2024 r.

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	9.15 – 10.15	Emisja głosu – ćwiczenia oddechowe	
	10.15 – 11.15	Język włoski	
	16.00 – 17.00	Spotkanie wolontariatu	Termin 24.04
	16.15 – 18.15	Kinoteka	Wolontariat międzypokoleniowy w ramach projektu Działajmy razem ZSP nr 4 i SP36 w Krakowie
Wtorek	8.25 – 9.25	Język angielski grupa I	
	11.00 – 14.00	Klub Odkrywców Krakowa	

	11.00 – 13.00	Aqua aerobic	Zapisy u koordynatora
	16.00 – 17.00	Spotkanie wolontariatu	Termin 25.06
Środa	10.45 – 11.45	Senior w ruchu	
	13.30 – 14.30	Trening umysłu	
	15.00 – 16.00	Ślady Krakowa w Wielkich Głowach	Wolontariat międzypokoleniowy w ramach projektu Działajmy razem ZSP nr 4 i SP36 w Krakowie
	16.00 – 17.00	Spotkanie wolontariatu	Termin 26.06
	16.30 – 18.30	Makrama	Wolontariat międzypokoleniowy w ramach projektu Działajmy razem ZSP nr 4 i SP36 w Krakowie
	16.00 – 18.00	Joga	
Czwartek	9.00 – 12.20	Zajęcia artystyczne	Zajęcia odwołane 27.06
	13.40 – 14.40	Język angielski grupa II	
	13.40 – 14.40	Warsztaty rękodzielnicze	Wolontariat międzypokoleniowy w ramach projektu Działajmy razem ZSP nr 4 i SP36 w Krakowie Sala 36
	16.00 – 17.00	Spotkanie wolontariatu	Termin 27.06
	16.30 – 17.30	Zajęcia komputerowe dla początkujących	
	17.30 – 18.30	Zajęcia poligraficzno-fotograficzne	
Piątek	13.00 – 14.00	Techniczna gadanina	
	15.00 – 16.00	Dyżur koordynatora	
	17.00 – 18.00	Kawiarenka	
	16.00 – 17.00	Ekopokolenie	Termin 28.06

ZAJĘCIA DODATKOWE czerwiec 2024 rok

Data	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
13.06 – 31.07		Wystawa prac plastycznych i rzemieślniczych w Bibliotece na ul Rajskiej w Krakowie	
14.06	14.00 – 19.00	Piknik Rodzinny - wolontariat na stoiskach gier i zabaw - warsztaty plastyczne i rzemieślnicze - warsztaty fotograficzne	Szkoła Podstawowa nr 26 w Krakowie
15.06	10.00 – 16.00	Piknik Dzielnicy V na terenie Parku Jordana w Krakowie - zajęcia artystyczne - plener fotograficzny - warsztaty rzemieślnicze - działania ekologiczne	Wystawy prac które powstały w ramach Działajmy razem - Szkoły Podstawowej nr 36, Zespołu Szkolno-Przedszkolnego nr 4 i 18 w Krakowie
24.06	16.30	Warsztaty Ajurwedyjskie	

Na wybrane zajęcia obowiązują zapisy u koordynatora.