



## 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	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 21.06.2024 r.**

### Harmonogram zajęć stałych – czerwiec 2024 r.

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	9.15 – 10.15	Emisja głosu – ćwiczenia oddechowe	
	14.15 – 16.15	Zajęcia sportowe	Wykorzystanie sprzętu sportowego SMOVEY Termin 24.04
	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	<p><b>11.06.2023 godz. 10.00</b></p> <p>Miejsce spotkania: <b>PRACOWNIA I MUZEUM WITRAŻU</b>, al. Zygmunta Krasińskiego 23</p> <p>Pracownia i wystawa stała <b>GALERIA MŁODOPOLSKICH MISTRZÓW WITRAŻU</b> oraz wystawa czasowa pt. <b>CAŁA W KWIATACH. KRAKOWSKA SZKOŁA WITRAŻU</b></p> <p><b>18.06.2024 godz. 11.00</b></p> <p>Miejsce spotkania: <b>Hol MUZEUM FOTOGRAFII MuFo</b>, ul. Rakowicka 22 A</p> <p>Wystawa czasowa <b>BYĆ JAK ADAM KARAŚ</b></p> <p><b>25.06.2024 godz. 10.00</b></p> <p>Miejsce spotkania: <b>Muzeum Sztuki i Techniki Japońskiej Manggha</b> – budynek po lewej stronie od głównego wejścia, ul. M. Konopnickiej 26</p> <p>Wystawa interaktywna <b>HIROSHIGE. PODRÓŻ W GŁĄB DRZEWORYTU</b></p>
	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 18 w Krakowie
	16.00 – 18.00	Joga	

Czwartek	9.00 – 12.20	<b>Zajęcia artystyczne</b>	Zajęcia odwołane 27.06
	13.40 – 14.40	<b>Język angielski grupa II</b>	
	13.40 – 14.40	<b>Warsztaty rękodzielnicze</b>	Wolontariat międzypokoleniowy w ramach projektu Działajmy razem ZSP nr 18 w Krakowie Sala 36
	16.00 – 17.00	<b>Spotkanie wolontariatu</b>	Termin 27.06
	16.30 – 17.30	<b>Zajęcia komputerowe dla początkujących</b>	
	17.30 – 18.30	<b>Zajęcia poligraficzno-fotograficzne</b>	
Piątek	13.00 – 14.00	<b>Techniczna gadanina</b>	
	15.00 – 16.00	<b>Dyżur koordynatora</b>	
	17.00 – 18.00	<b>Kawiarenka</b>	
	16.00 – 17.00	<b>Ekopokolenie</b>	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	Wystawy prac które powstały w ramach Działajmy razem - Szkoły Podstawowej nr 36, Zespołu

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- plener fotograficzny</li> <li>- warsztaty rzemieślnicze</li> <li>- działania ekologiczne</li> </ul>	Szkolno-Przedszkolnego nr 4 i 18 w Krakowie
18.06	11.00	Film pt. „Chłopiec i czapla” w Kinie Agraftka, w Krakowie	Zapisy u koordynatora. Bilety finansowane w ramach projektu Działajmy razem ZSP nr 18 w Krakowie
20.06	16.30	Warsztaty Ajurwedyjskie	

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