



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 – 16.15
wtorek	8.25- 10.30; 12.00 – 14.00
środa	8.00 – 13.00;
czwartek	9.00 – 16.00;
piątek	9.30 – 14.00

OBOWIĄZUJE OD 14.08.2024 r.

Harmonogram zajęć stałych – sierpień 2024 r.

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	10.15 – 11.15	Język włoski	
	12.30 – 13.30	Dyżur koordynatora	
	14.15 – 16.15	Zajęcia sportowe	Wykorzystanie sprzętu sportowego SMOVEY
Wtorek	8.25 – 9.25	Język angielski grupa I	
	9.30 – 10.30	Senior w ruchu	
	12.00 – 14.00	Spotkania przy kawie	

Środa	9.00 – 11.00	Emisja głosu – ćwiczenia oddechowe	Termin zajęć: 07.08
	8.00 – 11.00	Kawiarenka	
	12.00 – 13.00	Trening umysłu	
Czwartek	9.00 – 12.00	Zajęcia artystyczne	Terminy zajęć: 01.08, 08.08, 22.08
	12.00 – 14.00	Wolontariat	
	14.00 – 16.00	Gry stolikowe	
Piątek	9.30 – 12.30	Ekopokolenia	
	13.00 – 14.00	Techniczna gadanina	

ZAJĘCIA DODATKOWE sierpień 2024 rok

Data	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
18.08.24	15.00 – 22.00	IV Nowohuckie Senioralia	Scena plenerowa przed NCK al. Jana Pawła II 232

Na wybrane zajęcia obowiązują zapisy u koordynatora.