



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	10.15 – 11.15; 14.15 – 17.30
wtorek	8.30- 16.00
środa	13.30 – 18.00
czwartek	14.35 – 19.00
piątek	13.00 - 18.30

OBOWIĄZUJE OD 01.12.2024 r.

Harmonogram zajęć stałych – grudzień 2024 r.

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	10.15 – 11.15	Język włoski	Odwołane 23.12 i 30.12
	10.00 – 14.00	Kawiarenka	Termin: 23.12 i 30.12
	14.15 – 16.15	Zajęcia sportowe	Wykorzystanie sprzętu sportowego SMOVEY Odwołane 23.12 i 30.12
	16.30 – 17.30	Wolontariat	Wolontariat międzypokoleniowy w ramach projektu Działajmy razem SP nr 36 w Krakowie
Wtorek	8.30 – 9.30	Język angielski grupa	Odwołane 24.12 i 31.12
	10.00 – 14.00	Kawiarenka	Termin: 31.12

	10.00 – 11.00	Muzykoterapia	Odwołane 24.12 i 31.12
	11.30 – 13.30	Klub Odkrywców Krakowa	Odwołane 24.12 i 31.12
	14.00 – 15.00	Warsztaty żywieniowe	Odwołane 24.12 i 31.12
	15.00 – 16.00	Jak psychologia może ułatwić życie?	Odwołane 24.12 i 31.12
Środa	14.00 – 15.00	Trening umysłu i gry logiczne	Odwołane 25.12 i 01.01
	15.00 – 17.00	Rozgrywki Rummikub - gry	Wolontariat międzypokoleniowy w ramach projektu Działajmy razem w ZSP nr 4 w Krakowie Odwołane 25.12 i 01.01
	16.00 – 17.30	Joga	Odwołane 25.12 i 01.01
Czwartek	14.30 – 16.30	Artystyczny miszmasz	Odwołane 26.12
	13.35 – 14.35	Senior w ruchu	Odwołane 26.12
	17.00 – 18.00	Zajęcia komputerowe dla początkujących	Odwołane 26.12
	18.00 – 19.00	Zajęcia poligraficzno-fotograficzne	Odwołane 26.12
Piątek	13.00 – 14.00	Techniczna gadanina	Odwołane 27.12
	10.00 – 14.00	Dyżur koordynatora	Termin 27.12
	15.30 – 16.30	Dyżur koordynatora	
	16.30 – 18.30	Wolontariat	Wolontariat międzypokoleniowy w ramach projektu Działajmy razem ZSP nr 18 w Krakowie

ZAJĘCIA DODATKOWE grudzień 2024 rok

Data	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
01.12 – 31.12.24 r.		Realizacja projektu Działajmy razem pt. Życie na zielono – część I – Ogórek i truskawka	
02.12.24 r.	11.30 – 15.00	Realizacja projektu Działajmy razem pt. Lokalna ojczyzna – Rynek Podziemny	Zapisy u koordynatora
05.12.24 r.	14.30 – 16.30	Realizacja projektu Działajmy razem pt. Życie na zielono – warsztaty artystyczne	Zapisy u koordynatora
07.12.24 r.	10.00 – 16.00	Miasto Aniołów – Lanckorona – wycieczka z drobnym poczęstunkiem	Zapisy u koordynatora
11.12.24 r.	9.00	Realizacja projektu Działajmy razem pt. Życie na zielono – Małopolski Cogiteon	Zapisy u koordynatora
13.12.24 r.	12.00	Realizacja projektu Działajmy razem pt. Lokalna ojczyzna – debata wraz warsztatami	Zapisy u koordynatora
28.12.24 r.	18.00	Małopolskie Kolędowanie	Zapisy u koordynatora
31.12.24 r.	8.00 – 14.00	Bieg Sylwestrowy	Zapisy u koordynatora