

Centrum Aktywności Seniorów Współpracujmy

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

kontakt – tel. 506497108, e-mail sylole@interia.pl

Decyzją Urzędu Miasta Krakowa od dnia 16 października 2020 r. wszystkie zajęcia stacjonarne zostają zawieszane do odwołania.

Koordinator Centrum Aktywności Seniorów Współpracujmy pełni dyżur telefoniczny od poniedziałku do piątku w godzinach 10:00 – 14:00 (w miarę możliwości służyliśmy radą, pomocą oraz można zgłaszać potrzebę zrobienia zakupów, która zostanie przekazana wolontariuszom). Seniorze zostań w domu.

OBOWIĄZUJE OD 12.06.2021

Harmonogram zajęć online – czerwiec 2021 r.

Zajęcia online odbywają się platformie ZOOM.US a link do zajęć jest udostępniany po wcześniejszym kontakcie z koordynatorem przez mail

sylwiaos.sp@gmail.com

Osoby raz zapisane na zajęcia online nie muszą ponownie się zgłaszać.

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
<u>Poniedziałek</u>	10.00 – 12.00	Klub Odkrywców Krakowa	Zajęcia w formie stacjonarnej 14.06.2021 <u>„Pepek święta” – spacer po Rynku. Zbiórka Rynek Główny w Krakowie, obok Pomnika Adama Mickiewicza.</u> 21.06.2021 <u>Czy Bona uprawiała rośliny trujące, po co król kupował słomę, który monarcha grywał w piłkę – spacer po Ogrodach Królewskich na Wawelu</u>
	18.00 – 18.45	Recepta na zdrowie	Zajęcia online
<u>Wtorek</u>	13.00 – 14.00	Techniczna gadanina	Zajęcia stacjonarne w Muzeum Elektroniki ul. Wrocławska 8 Kraków Tel. 532 798 799
	16.00 – 16.45	Senior w ruchu	Zajęcia online

Środa	9.00 – 9.45	Język angielski dla początkujących	Zajęcia online
	10.00 – 10.45	Język angielski dla zaawansowanych	Zajęcia online
	10.00 – 12.00	Salsa	Co dwa tygodnie – 9.06; 23.06
	11.15 – 12.15	Świat cyfrowej ekonomii	Zajęcia online
	17.00 – 17.40	Warsztaty dziennikarskie	Zajęcia stacjonarne
Czwartek	10.00 – 10.45	Języka angielski	Zajęcia online
	9:15 – 11.15	Zajęcia artystyczne	Zajęcia stacjonarne
	12.35 – 13.20	Senior w ruchu	Zajęcia stacjonarne
	16.00 – 18.00	Joga wraz treningiem mięśni dna miednicy	Zajęcia stacjonarne
Piątek	14.30 – 15.30	Kawiarenka	Zajęcia stacjonarne
	18.00 – 18.45	Zajęcia komputerowe	Zajęcia online

ZAJĘCIA DODATKOWE 2021 rok

Data	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
11.06.2021	19:00	Spektakl teatralny w Krakowskim Teatrze Variete	
12.06.2021	9.00 – 13.00	Dzień Otwarty CAS Współpracujmy <i>Dodatkowe zajęcia:</i> - zajęcia sportowe – 10.30 – 11.30 - zajęcia artystyczne – 10.00 – 12.00 - konsultacje w ramach technicznej gadaniny - wolontaryjne działania w ramach współpracy międzypokoleniowej	
12.06.2021	18.00	Spektakl teatralny w Krakowskim Teatrze Variete	
26.06.2021	jednodniowa	Wycieczka jednodniowa do Lipnicy	

		Murowanej i warsztatami plenerowymi we Frankówce.	
10.06.2021	15.00	Spotkanie ze Strażą Miejską	Spotkanie w związku ze zmianami przepisów ruchu drogowego, które wejdą w życie od 1 czerwca 2021 r.
15.06.2021	11.00		

Na wybrane zajęcia obowiązują zapisy u koordynatora