

Centrum Aktywności Seniorów Współpracujmy

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

kontakt – tel. 506497108

e-mail sylole@interia.pl

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	09.00 – 14.00; 18.00 – 19.00
wtorek	10.30 – 15.15
środa	10.15 – 12.00; 16.30 – 17.30
czwartek	10.00 – 13.45; 16.00 – 18.00
piątek	14.45 – 18.45

OBOWIAZUJE OD 16.09.2021r.

Harmonogram zajęć stałych – wrzesień 2021 r.

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	09.00 – 10.00	Język angielski początkujący	
	11.30 – 12.30	Zajęcia szachowe	Projekt Fundacji „LOTTO” Prowadzone przez profesjonalnego trenera KSz Dwie Wieże Kraków
	11.00 – 14.00	Klub Odkrywców Krakowa	6.09 - Wizyta w katedrze na Wawelu. Spotkanie o 11:00 pod pomnikiem Jana Pawła II, na wprost wejścia do katedry. 13.09 - okolice placu św. Ducha. Spotkanie o 11:00 pod teatrem Słowackiego. 20.09 - okolice placu Szczepańskiego. Spotkanie o 11:00 pod teatrem Starym. 27.09 - Chrześcijański Kazimierz. Spotkanie o 11:00 na pl. Wolnica pod fontanną "Trzej grajkowie"

	18.00 – 19.00	Recepta na zdrowie	Zajęcia online
Wtorek	10.30 – 11.30	Warsztaty dziennikarskie	Terminy zajęć: 08.09 i 14.09
	11.45 – 12.45	Język angielski zaawansowany	
	13.00 – 14.00	Techniczna gadanina	Zajęcia stacjonarne w Muzeum Elektroniki ul. Wrocławska 8 Kraków tel. 532 798 799
	14.15 – 15.15	Trening umysłu	
Środa	10.00 – 12.00	Salsa	Terminy zajęć: 08.09 i 22.09
	16.30 – 17.30	Zajęcia komputerowe	Termin zajęć: 15.09
	16.30 – 18.30	Warsztaty fotograficzne	Terminy 22.09 i 29.09 w ramach projektu dofinansowanego z ofert realizacji zadania publicznego
Czwartek	10.15 – 12.15	Zajęcia artystyczne	
	11.45 – 13.45	Senior w ruchu	
	16.00 – 18.00	Warsztaty dziennikarskie	Terminy: 23.09 i 30.09 w ramach projektu dofinansowanego z ofert realizacji zadania publicznego
	16.00 – 18.00	Joga. Trening mięśni dna miednicy.	
Piątek	14.45 – 15.30	Kawiarenka	
	15.30 – 16.30	Wolontariat	
	16.30 – 18.45	Dyżur koordynatora	

ZAJĘCIA DODATKOWE 2021 rok

Data	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
09.09 14.09	15.00 11.00	Spotkanie ze Strażą Miejską	Spotkanie w związku ze zmianami przepisów ruchu drogowego, które wejdą w życie od 1 czerwca 2021 r. (online)
11.09	całodzienna	Wycieczka - LUSŁAWICE-CENTRUM PENDERECKIEGO-WINNICA JANOWICE	Uwaga. Zapisy u koordynatora.
15.09 – 16.09		VIII Międzynarodowe Senioralia w Krakowie	15.09.2021 r – 18.00 – 21.00 Kino dla Seniora 16.09.2021 r – 9.00 – 21.00 Imprezy okolicznościowe w Parku Jordana Dodatkowe informacje na plakacie w CAS Współpracujmy lub na stronie www.glosseniora.pl
19.09	całodzienna	IV Zawody Wędkarskie Polskiego Związku Wędkarstwa	Uwaga! Uczestnicy muszą należeć do Polskiego Związku Wędkarstwa
25.09	całodzienna	Wycieczka do Suchej Beskidzkiej i Zubrzycy	Uwaga! Dodatkowe informacje oraz potwierdzenie udziału u koordynatora
29.09 – 30.09		VI Mistrzostwa Krakowa Seniorów 65+ o Puchar Prezydenta Miasta Krakowa	VI Mistrzostwa Krakowa Seniorów 65+ , 70+ , 75+ 80+ zostaną rozegrane na obiektach KS „Bronowianka” w Krakowie, ul. Zarzecze 124A 29.09.2021 r – 9.00 – 17.00 30.09.2021 r – 9.00 – 15.00 Dodatkowe informacje na plakacie w CAS Współpracujmy w Krakowie.

Na wybrane zajęcia obowiązują zapisy u koordynatora.