

Centrum Aktywności Seniorów Współpracujmy

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

kontakt – tel. 506497108

e-mail sylol@interia.pl

CAS Współpracujmy - 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

OBOWIĄZUJE OD 01.12.2021r.

Harmonogram zajęć stałych – grudzień 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	<u>Spotkania w grudniu wyjątkowo odbywają się w czwartki.</u>

			<p>09.12.2021 g.11.00 – 14.00</p> <p>Miejsce spotkania: pod pomnikiem – fontanną Żaka na Placu Mariackim „A może właśnie tutaj, w tym Krakowie, nareszcie moja przystań? Może tu się nad robotą pochylę [...]i rozłożę, rozśpiewam moją biblię, moją biblię z lipowego drzewa...”. Spacer wokół kościoła Mariackiego; otwarcie ołtarza Mariackiego (o 11.50); omówienie dzieła Mistrza Wita Stwosza we wnętrzu kościoła Mariackiego.</p> <p>16.12.2021 g. 9.20-12.20</p> <p>Miejsce spotkania: Muzeum Archeologiczne – wejście od ul. Poselskiej Wystawa „Bogowie starożytnego Egiptu”. Zobaczymy m. in. mumie ludzi, zwierząt oraz niezwykle rzadkie mumie zbożowe, obejrzymy figurki służących wkładane do egipskich grobów, przyjrzymy się dzbanuszkom na trzy płaczek i dzbanom na piwo...</p>
	18.00 – 19.00	Recepta na zdrowie	Zajęcia online
Wtorek	10.30 – 11.30	Warsztaty dziennikarskie	Zajęcia odwołane: 7.12, 14.12
	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: 01.12; 15.12
	16.30 – 17.30	Zajęcia komputerowe	
	17.30 – 18.30	Warsztaty poligraficzne	
Czwartek	9.50 – 12.20	Zajęcia artystyczne	Terminy zajęć: 2.12, 9.12,16.12, 30.12
	11.45 – 13.45	Senior w ruchu	

	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
3.12	15.30 – 18.00	Warsztaty mikołajowe	Uwaga! Zapisy na zajęcia do 26.11.2021 r.
8.12	11.00 – 13.00	Międzynarodowy Dzień Wolontariatu	Uwaga! Zapisy u koordynatora do 3.12.2021 r. Zapraszam wolontariuszy do międzypokoleniowego działania. Zajęcia z dwoma „Leśnikami” na temat: <ul style="list-style-type: none"> • zwierzęta (w mieście, w lesie, strategię przetrwania gatunków, ochrona, wykorzystanie zwierząt w gospodarce człowieka) • warsztaty z wykonywania kulek zimowych dla ptaków. Kontynuacja zajęć odbędzie się na wiosnę w terenie. W trakcie spotkania drobny poczęstunek.
14.12	15.00	Integracyjne Spotkanie Opłatkowe	Uwaga! Udział w spotkaniu należy zgłosić do koordynatora do 8.12. Planowane miejsce spotkania Młodzieżowym Domu Kultury Fort 49 Krzesławice os. Na Stoku
22.12	14.30	Wigilia pod chmurką	Spotkanie na zewnątrz (pod chmurką) Szkoły Podstawowej nr 106 w Krakowie. W trakcie imprezy występy uczniów oraz rozdanie nagród w ramach projektu na publikację wydawniczą finansowanego z Urzędu Miasta Krakowa.
29.12	10:00	Wyjazd studyjny w ramach wolontariatu.	Uwaga! Zapisy u koordynatora do 15.12.2021 r. Wizyta studyjna w Jeziorkowie (mini ZOO i alpaki). Szczegóły wyjazdu zostaną podane do 10.12.

Na wybrane zajęcia obowiązują zapisy u koordynatora.