



## Centrum Aktywności Seniorów Współpracujmy

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

kontakt – tel. 506497108

e-mail [sylole@interia.pl](mailto:sylole@interia.pl)

### CAS Współpracujmy - czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9.00 – 12.00; 16.30 – 18.30
wtorek	10.00 – 15.15
środa	9.00 – 10.00; 16.30 – 19.30
czwartek	10.00 – 13.45; 16.00 – 18.00
piątek	10.00 – 13.00; 15.00 – 16.00

### OBOWIĄZUJE OD 10.01.2022r.

### Harmonogram zajęć stałych – styczeń 2022 r.

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	09.00 – 10.00	Język angielski początkujący	
	10.15 – 11.15	Warsztaty dietetyczne	Rozmowy o żywieniu.
	10.00 – 12.00	Senior w ruchu	Termin zajęć: 17.01
	16.30 – 18.30	Kawiarenka	Dyżur odwołany 17.01
Wtorek	10.00 – 11.00	Dyżur koordynatora	Termin zajęć: 25.01
	11.45 – 12.45	Język angielski zaawansowany	
	13.00 – 15.00	Techniczna gadanina	Zajęcia stacjonarne w Muzeum Elektroniki ul. Wrocławska 8 Kraków tel. 532 798 799

	14.15 – 15.15	<b>Trening umyśtu</b>	
Środa	9.00 – 10.00	<b>Język włoski</b>	
	16.30 – 18.00	<b>Zajęcia komputerowe</b>	
	18.00 – 19.30	<b>Warsztaty poligraficzne</b>	
Czwartek	10:00 – 12.00	<b>Zajęcia artystyczne</b>	
	11.45 – 13.45	<b>Senior w ruchu</b>	Termin zajęć: 13.01; 20.01
	16.00 – 18.00	<b>Joga. Trening mięśni dna miednicy.</b>	
Piątek	10.00 – 13.00	<b>Klub Odkrywców Krakowa</b>	14.01 – Muzeum Stanisława Wyspiańskiego pl. Sikorskiego 6 21.01. - Galeria Sztuki Polskiej XIX wiek Sukiennice (osoby zainteresowane proszone są o zgłoszenie informacji do prowadzącego lub koordynatora)
	10.00 – 14.00	<b>Dyżur Koordynatora</b>	Termin 28.01.2021
	15.00 – 16.00	<b>Wolontariat</b>	Dyżur odwołany 21.01

**Na wybrane zajęcia obowiązują zapisy u koordynatora.**