



Centrum Aktywności Seniora Współpracujmy

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

kontakt CAS/ koordynator Pani Sylwia – tel. 506 497 108

Dyżur koordynatora – piątek 14.00 – 16.00

e-mail sylole@interia.pl

poniedziałek	9.50 – 16.00
wtorek	8.00 – 10.00, 13.00 - 15.00
środa	8.00 – 10.30, 16.00 – 18.00
czwartek	14.30 – 19.00
piątek	13.00 – 17.00

O B O W I A Z U J E O D 09.01.2026 r.

Harmonogram zajęć stałych – styczeń 2026 r.

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	9.50 – 10.50	Język włoski	Zajęcia odwołane 05.01.
	11.00 – 12.00	Warsztaty żywieniowe	Zajęcia odwołane 05.01.
	12.30 – 14.30	Artystyczny miszmasz	Zajęcia odwołane 05.01.
	14.00 – 16.00	Zajęcia sportowe	Zajęcia odwołane 05.01.
	10.00 – 14.00	Wolontariat	Termin zajęć 5.01
Wtorek	8.15 – 9.15	Język angielski	Zajęcia odwołane 06.01
	13.00 - 15.00	Klub Odkrywców Krakowa	Zajęcia odwołane 06.01

Środa	8.00 – 10.00	Wolontariat	
	16.00 – 18.00	Joga	Zajęcia odwołane 14.01
Czwartek	14.30 – 15.30	Senior w ruchu	Zajęcia odwołane 01.01
	16.45 – 18.45	Zajęcia psychologiczne	Zajęcia co dwa tygodnie – 15.01 i 29.01 Zajęcia odwołane 01.01
	16.00 – 17.00	Kawiarenka	Zajęcia co dwa tygodnie – 8.01 i 22.01 Zajęcia odwołane 01.01
	17.00 – 18.00	Zajęcia komputerowe dla początkujących	Zajęcia odwołane 01.01
	18.00 – 19.00	Zajęcia poligraficzno-fotograficzne	Zajęcia odwołane 01.01
Piątek	10.00 – 14.00	Dyżur koordynatora	Termin zajęć 02.01
	13.00 – 14.00	Techniczna gadanina	Zajęcia odwołane 02.01 i 9.01
	14.00 – 17.00	Dyżur koordynatora	Zajęcia odwołane 02.01

ZAJĘCIA DODATKOWE styczeń 2026 rok

Data	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
20.01.25 r	16.00 – 18.00	Warsztaty Ajurwedy	Zapisy u koordynatora
22.01.25 r	16.30 – 18.30	Spotkanie z Panią Sylwią - Chiny	Zapisy u koordynatora

Zapisy u koordynatora.