



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 - 13.00
środa	8.00 – 10.00, 16.00 – 18.00
czwartek	14.30 – 19.00
piątek	13.00 – 17.00

OBOWIAZUJE OD 01.02.2026 r.

Harmonogram zajęć stałych – luty 2026 r.

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	9.50 – 10.50	Język włoski	
	11.00 – 12.00	Warsztaty żywieniowe	
	12.30 – 14.30	Artystyczny miszmasz	
	14.00 – 16.00	Zajęcia sportowe	
Wtorek	8.15 – 9.15	Język angielski	
	16.00 – 17.00	Kawiarenka	
	11.00 - 13.00	Klub Odkrywców Krakowa	

Środa	8.00 – 10.00	Wolontariat	
	16.00 – 18.00	Joga	
Czwartek	14.30 – 15.30	Senior w ruchu	
	16.45 – 18.45	Zajęcia psychologiczne	Terminy zajęć: 12.02; 26.02
	16.00 – 17.00	Kawiarenka	
	17.00 – 18.00	Zajęcia komputerowe dla początkujących	
	18.00 – 19.00	Zajęcia poligraficzno-fotograficzne	
Piątek	13.00 – 14.00	Techniczna gadanina	
	14.00 – 17.00	Dyżur koordynatora	

ZAJĘCIA DODATKOWE luty 2026 rok

Data	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
01.02.26 r	18.00	Speaking Concert – Hofmann Redivivus	Zapisy u koordynatora
17.02.26. r	16.00 – 18.00	Warsztaty Ajurwedy	
05.03.26 r	16.30 – 18.30	Spotkanie z Panią Sylwią - Chiny	Zapisy u koordynatora

Zapisy u koordynatora.