



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	14.30 – 18.30
wtorek	10.00 – 12.00; 14.30 – 16.30
środa	14.30 – 18.30
czwartek	14.30 – 18.30
piątek	14.30 – 18.30

OBYWIAZUJE OD 01.09.2026 r.

Harmonogram zajęć stałych – wrzesień 2026 r.

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	14.30 – 15.30	Język włoski	
	15.30 – 16.00	Wolontariat	
	16.00 – 18.00	Zajęcia sportowe	
Wtorek	10.00 - 12.00	Klub Odkrywców Krakowa	Zajęcia od 8.09.2026 r.
	12.00 – 16.00	Kawiarenka	Termin 1.09.2026 r.
	14.30 – 16.30	Warsztaty żywieniowe	Co dwa tygodnie 8.09 i 22.09
	14.30 – 16.30	Wolontariat	Termin 29.09

Środa	14.30 – 18.30	Kawiarenka	Termin 02.09.26 r.
	14.00 – 16.00	Wolontariat	Zajęcia od 09.09.26 r.
	16.00 – 18.00	Joga	Zajęcia od 09.09.26 r.
Czwartek	14.30 – 18.30	Kawiarenka	Termin 03.09.26 r.
	16.45 – 18.45	Zajęcia psychologiczne	Co dwa tygodnie
	17.00 – 18.00	Zajęcia komputerowe dla początkujących	Zajęcia od 10.09.2026 r.
	18.00 – 19.00	Zajęcia poligraficzno-fotograficzne	Zajęcia od 10.09.2026 r.
Piątek	14.30 – 15.30	Dyżur koordynatora	Termin 04.09.2026 r.
	14.30 – 15.30	Techniczna gadanina	Zajęcia od 11.09.2026 r.
	15.30 – 18.30	Dyżur koordynatora	Zajęcia od 11.09.2026 r.

ZAJĘCIA DODATKOWE maj 2026 rok

Data	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
15.09.26. r	16.00 – 18.00	Warsztaty Ajurwedy	
25.09.26 r	16.00 – 19.00	Piknik Międzypokoleniowy pt. Zadbaj o Siebie na jesień.	

Zapisy u koordynatora.