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 – 18.00
środa	12.40 –13.40; 15.00 - 18.00
czwartek	12.30 – 13.30, 17.00 – 20.00
piątek	10.00 – 15.30

OBOWIĄZUJE OD 01.11.2026 r.

Harmonogram zajęć stałych – listopad 2026 r.

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	14.30 – 15.30	**Język włoski**	
	15.30 – 16.00	**Kawiarenka**	
	16.00 – 18.00	**Zajęcia sportowe**	
Wtorek	10.00 - 12.00	**Klub Odkrywców Krakowa**	4.11.26 r. (zmiana dnia) - "Akitsushima. Wyspa Ważek", spotkanie o 10.00 w muzeum Manggha przy ul. Konopnickiej 26. 17.11.26 r. - Zwiedzanie willi profesora Estreichera. 24.11.26 r. - Spacer po nowej kładce na Ludwinów. Spotkanie o godzinie 10.00 przy moście Grunwaldzkim od strony Kazimierza.

Kraków
PROJEKT JEST FINANSOWANY ZE ŚRODKÓW MIASTA KRAKOWA

CENTRUM @KTYWNOŚCI SENIORÓW

PASIOS

	14.30 – 16.30	**Warsztaty żywieniowe**	Termin 17.11 i 24.11.26 r
	16.15 – 18.15	**Wolontariat**	Termin 03.11.26 r. i 10.11 26 r.
	16.00 – 18.00	**Warsztaty Ajuwerdy**	Termin 24.11.26 r.
Środa	12.40 – 13.40	**Język angielski**	Zajęcia 11.11 odwołane
	15.30 – 17.30	**Artystyczny miszmasz**	Zmiana terminu z 4.11 na 2.11 godz. 10.30 – 13.30 Zajęcia 11.11. odwołane
	16.00 – 18.00	**Joga**	Zajęcia 11.11 odwołane
Czwartek	12.30 – 13.30	**Senior w ruchu**	
	16.45 – 18.45	**Zajęcia psychologiczne**	Co dwa tygodnie 12.11 i 26.11.26 r.
	17.00 – 18.30	**Zajęcia komputerowe dla początkujących**	
	18.30 – 20.00	**Zajęcia poligraficzno-fotograficzne**	
Piątek	14.30 – 15.30	**Techniczna gadanina**	
	10.00 – 13.00	**Dyżur koordynatora**	Odwołany 06.11.26 r

ZAJĘCIA DODATKOWE listopad 2026 rok

Data	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
2.11 – 14.11.26 r		Realizacja akcji międzypokoleniowych w ramach projektu pt. Odblaskowa szkoła	
05.11.26 r		Teatr w Krakowie	Realizacji Budżetu Obywatelskiego Miasta Krakowa, tytuł: Bilety dla seniorów na wydarzenia kulturalne

Kraków
PROJEKT JEST FINANSOWANY ZE ŚRODKÓW MIASTA KRAKOWA
CENTRUM @KTYWNOŚCI SENIORÓW
PASIOS

29.11.26 r		Koncert w ciemności	Realizacji Budżetu Obywatelskiego Miasta Krakowa, tytuł: Bilety dla seniorów na wydarzenia kulturalne
12.12.26 r	całodzienna	Wycieczka pt. Anioł w Lanckoronie	Zapisy u koordynatora

Zapisy u koordynatora.

Kraków
PROJEKT JEST FINANSOWANY ZE ŚRODKÓW MIASTA KRAKOWA
CENTRUM @KTYWNOŚCI SENIORÓW
PASIOS