

**Centrum Aktywności Seniorów - Artystyczny CaS WARSZTATOWA5**

adres - ul. Dunajewskiego 5, II i III piętro klatka C/D

kontakt – tel. **730 685 606**

e-mail : [biuro@fundacjazawszesilni.pl](mailto:biuro@fundacjazawszesilni.pl)

strona internetowa: <https://www.cas.warsztatowa5.pl>

**CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:**

poniedziałek	12:00 do 16:00
wtorek	10:00 do 14:00
środa	10:00 do 14:00
czwartek	10:00 do 14:00
piątek	10:00 do 14:00

**OBOWIĄZUJE OD 1.04.2025**

*data dzienna*

**Harmonogram zajęć stałych – Kwiecień 2025**

*miesiąc*

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 7,14,28.04	13:40 do 14:40 14:40 do 16:40	Spotkanie z psychologiem	„Złoty Wiek Szarych Komórek” psychopogawędki dla Seniorów
Wtorek 1,15,29.04	10:30 do 11:30	Taniec Towarzyski	
Wtorek 8,22.03	10:30 do 11:30 11:30 do 12:30	Taniec Towarzyski	

Wtorek 1,8,15,22,29.04	12:00 do 12:30	Nordic walking /boule	Odbiór sprzętu w dniach ul. Dunajewskiego 5, III piętro, klatka C i D
Wtorek 1,8,15,22,29.04	16:45 do 17:45	Zajęcia sportowo- ruchowe	Gimnastyka rehabilitacyjna
Środa 2,9,16,23,30.04	8:30 do 9:15	Zajęcia sportowo- ruchowe	Zajęcia ruchowe – propriocepcja – ćwiczenia na stabilność i równowagę
Środa 2,9,16,23,30.04	11:15 do 12:00	J. angielski – poziom podstawowy	
Czwartek 3,17.04	10:30 do 11:30 11:30 do 12:30	Tango argentyńskie (preferowane zapis parami)	
Czwartek 10,24.04	10:30 do 11:30	Tango argentyńskie (preferowane zapis parami)	
Czwartek 3,10,17,24.04	14:30 do 15:15	Nowe technologie	
Czwartek 3,10,17,24.04	15:15 do 16:00	SOS technologiczne	

Piątek 11,25.04	12:30 do 13:30	Prelekcja	Prelekcje z Aleksandrą Kolobiusz prowadzona przez Katarzynę Annę Małachowską 11.04 pt. „Furiaci i dziwacy czyli co wolno artyście” i 25.04 „Zbieracze i kolekcjonerzy oraz zbieractwo w randze sztuki”
Piątek 11,25.04	10:00 do 11:00 11:00 do 12:00	Warsztaty artystyczne	Artystyczne rękodzieło
Piątek 4.04	10:00 do 11:00 11:00 do 12:00	Warsztaty artystyczne	Zajęcia plastyczne

**Informacja i zapisy w CAS lub pod numerem 730 685 606**

### Zajęcia dodatkowe w marcu 2025:

*miesiąc*

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Środa 2,9,16,23,30.04	14:30 do 15:30	J. angielski – poziom podstawowy	Wolontariat, zajęcia prowadzone przez wolontariuszkę
Środa 9,16,23,30.04	16:00 do 17:00	Kaligrafia- kursywa przedwojenna	Wolontariat, zajęcia prowadzone przez wolontariuszkę

Środa 2.04	19:30 do 20:15	Wyjście do teatru	Teatr Słowackiego : <b>Dom Machin (Scena Miniatura)</b> Spektakl „Spotkanie, które przejdzie do historii jako istotne” Zbiórka 19:15 ul. Plac Świętego Ducha 2
Czwartek 10.04	16:00 do 18:00	Zajęcia dodatkowe: DKFS – dyskusyjny klub filmowy seniora	ul. Dunajewskiego 5, III piętro, klatka C i D
Piątek 25.04	19:00 do 20:30	Koncert: Muzyczna podróż sentymentalna	Zajęcia wolontaryjne ul. Dunajewskiego 5, III piętro, klatka C i D Godzina 19:00

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*