

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

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

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

Koordynator: Karolina tel. 790 400 189

Dyżury stacjonarne koordynatora: poniedziałki, środy, czwartki

godziny 12:00 do 14:00

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 3.10.2025

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – Październik 2025

miesiąc

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Wtorek 7,21.10	10:30 do 11:30	Taniec Towarzyski	
Wtorek 14,28.10	10:30 do 11:30 11:30 do 12:30	Taniec Towarzyski	

Środa 1,8,15,22,29.10	11:15 do 12:00	J. angielski – poziom podstawowy	
Czwartek 2,9,16,30.10	10:30 do 11:30 11:30 do 12:30	Tango argentyńskie (preferowane zapis parami)	
Czwartek 23.10	10:30 do 11:30	Tango argentyńskie (preferowane zapis parami)	
Czwartek 2,9.10	10:45 do 12:05	Zajęcia sportowo-ruchowe	Zajęcia ruchowe – propriocepcja – ćwiczenia na stabilność i równowagę
Czwartek 2,9,16,23,30.10	14:30 do 15:15	Nowe technologie	
Czwartek 2,9,16,23,30.10	15:15 do 16:00	SOS technologiczne	
Czwartek 2,9.10	12:30 do 13:30 13:30 do 14:30	Warsztaty artystyczne: warsztaty malarskie	Tematem warsztatów jest „IMPRESJA” inspirowana dwoma wyjątkowymi nurtami w sztuce – impresjonizmem oraz ekspresjonizmem. Praca ołówkiem, węglem i tuszem

Piątek 17,24,31.10	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 Październiku 2025:

miesiąc

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 6,13,20,27.10	14:15 do 15:15	Zajęcia wolontaryjne Język angielski	
Wtorek 7,21.10	12:30 do 13:30	Zajęcia dodatkowe: automasaż	ul. Dunajewskiego 5, III piętro, klatka C i D
Wtorek 14.10	14:00 do 16:00	Zajęcia dodatkowe: DKFS – dyskusyjny klub filmowy seniora	ul. Dunajewskiego 5, III piętro, klatka C i D
Środy 15.10	14:00 do 15:00	Zajęcia dodatkowe: Zajęcia sceniczne	„Gest w teatrze” ul. Dunajewskiego 5, III piętro, klatka C i D
Środa 15.10	15:00 do 16:00	Zajęcia dodatkowe: Zajęcia sceniczne	„Ruch w Teatrze” ul. Dunajewskiego 5, III piętro, klatka C i D

Środa 22.10	14:30 do 17:00	Impreza okolicznościowa: Impreza integracyjna Festiwal Przetworów	ul. Dunajewskiego 5, III piętro, klatka C i D
Piątek 3.10	21:30	Wyjście do Teatru	Scena MOS Underground ul. Rajska 12/Józefa Szujskiego scena w kawiarni w podziemiu „SIADAP albo artystka z jajami” Autor: Maciej Wojtyszko
Sobota 4.10	21:30	Wyjście do Teatru	Scena MOS Underground ul. Rajska 12/Józefa Szujskiego scena w kawiarni w podziemiu „SIADAP albo artystka z jajami” Autor: Maciej Wojtyszko
Środa 8.10	13:30 do 16:00	Impreza okolicznościowa: Jesienna Potańcówka	ul. Dunajewskiego 5, III piętro, klatka C i D

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.