

**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>

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 1.11.2025**

*data dzienna*

**Harmonogram zajęć stałych – Listopad 2025**

*miesiąc*

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Wtorek 4,18,25.11	10:30 do 11:30 11:30 do 12:30	Taniec Towarzyski	
Wtorek 18,25.11	16:00 do 17:00	Zajęcia sportowo- ruchowe	Gimnastyka - ćwiczenia na stabilność i równowagę

Czwartek 6,20.11	10:30 do 11:30 11:30 do 12:30	Tango argentyńskie (preferowane zapis parami)	
Czwartek 13,27.11	10:30 do 11:30	Tango argentyńskie (preferowane zapis parami)	
Czwartek 6,13,20,27.11	14:30 do 15:15	Nowe technologie	
Czwartek 6,13,20,27.11	15:15 do 16:00	SOS technologiczne	
Czwartek 20,27.11	11:30 do 12:30 12:30 do 13:30 13:30 do 14:30	Warsztaty artystyczne: warsztaty malarskie	Tematem warsztatów jest „IMPRESJA” inspirowana dwoma wyjątkowymi nurtami w sztuce – <b>impresjonizmem</b> oraz <b>ekspresjonizmem</b> . Praca ołówkiem, węglem i tuszem
Czwartek 6,13.11	12:30 do 13:30 13:30 do 14:30	Warsztaty artystyczne: warsztaty malarskie	Tematem warsztatów jest „IMPRESJA” inspirowana dwoma wyjątkowymi nurtami w sztuce – <b>impresjonizmem</b> oraz <b>ekspresjonizmem</b> . Praca ołówkiem, węglem i tuszem
Piątek 7,14,21,28.11	Spotkanie przy grach	10:00 do 11:00 11:00 do 12:00 12:00 do 13:00	Spotkanie przy grach planszowych Zajęcia prowadzone przez wolontariusza Fundacji Zawsze Silni

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



## Zajęcia dodatkowe w Listopadzie 2025:

*miesiąc*

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 3,10,17,24.11	14:15 do 15:15	Zajęcia wolontaryjne Język angielski	
Wtorek 4.11	12:30 do 13:30	Zajęcia dodatkowe: automasaż	ul. Dunajewskiego 5, III piętro, klatka C i D
Wtorek 18.10	14:00 do 16:00	Zajęcia dodatkowe: DKFS – dyskusyjny klub filmowy seniora	ul. Dunajewskiego 5, III piętro, klatka C i D
Środy 19.11	10:00 do 11:00	Zajęcia dodatkowe: Zajęcia sceniczne	„Gest w teatrze” ul. Dunajewskiego 5, III piętro, klatka C i D
Środa 19.11	11:00 do 12:00	Zajęcia dodatkowe: Zajęcia sceniczne	„Ruch w Teatrze” ul. Dunajewskiego 5, III piętro, klatka C i D
Piątek 14.11	18:00 do 19:00	Zajęcia dodatkowe: Warsztaty z poezji w Teatrze na podstawie twórczości Juliana Tuwima	ul. Dunajewskiego 5, III piętro, klatka C i D
Piątek 14.10	19:00 do 20:00	Zajęcia dodatkowe: Warsztaty z poezji w Teatrze na podstawie poezji Wisławy Szymborskiej	ul. Dunajewskiego 5, III piętro, klatka C i D
Piątek 28.11	15:00 do 17:00	Impreza okolicznościowa: Andrzejki	ul. Dunajewskiego 5, III piętro, klatka C i D

***Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.***