

**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	10:00 do 14:00
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 8.05.2026**

*data dzienna*

**Harmonogram zajęć stałych – Maj 2026**

*miesiąc*

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 4,11,18,25.05	11:15 do 12:15	Język angielski	

Wtorek 5,19.05	10:30 do 11:30	Taniec Towarzyski	
Wtorek 12,26.05	10:30 do 11:30 11:30 do 12:30	Taniec Towarzyski	
Wtorek 5,12,19,26.05	16:00 do 17:00	Zajęcia sportowo- ruchowe	Gimnastyka - ćwiczenia na stabilność i równowagę
Wtorek 5,12,19,26.05	12:30 do 13:30 13:30 do 14:30	Warsztaty Artystyczne	Pastele olejne na tapecie
Środa 6,13,20.05	12:00 do 13:00 13:00 do 14:00	Spotkanie przy grach	Spotkanie przy grach planszowych i karcianych
Czwartek 7,21.05	10:30 do 11:30 11:30 do 12:30	Tango argentyńskie (preferowane zapis parami)	
Czwartek 14,28.05	10:30 do 11:30	Tango argentyńskie (preferowane zapis parami)	
Czwartek 7,14,21,28.05	15:30 do 16:15	Nowe technologie	14,28.05 grupa zaawansowana 7,21.05 grupa początkująca

Czwartek 7,14,21,28.05	16:15 do 17:00	SOS technologiczne	
Piątek 8,15,22,29.05	10:00 do 11:00 11:00 do 12:00	Spotkanie z psychologiem	
Piątek 15,22,29.05	14:30 do 15:30	Język Hiszpański	Dla zaawansowanych
Piątek 8,15,22,29.05	12:00 do 13:00 13:00 do 14:00	Warsztaty Artystyczne	Zajęcia plastyczne

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

**Zajęcia dodatkowe w Maju 2026:**

*miesiąc*

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Środa 6.05	12:00 do 13:00	Zajęcia dodatkowe: automasaż	ul. Dunajewskiego 5, III piętro, klatka C i D

Środa 13.05	13:00 do 15:00	Zajęcia dodatkowe: DKFS- dyskusyjny klub filmowy seniora	ul. Dunajewskiego 5, III piętro, klatka C i D
Czwartek 21.05	19:00 do 21:00	Wyjście do Teatru	Teatr w Krakowie im. J. Słowackiego - Duża Scena  Tytuł: „Proszę Państwa, Wyspiański umiera”
Sobota 16.05	18:00 do 19:00 19:00 do 20:00	Prelekcja	Warsztaty z czytania performatywnego Prelekcja I: Wprowadzenie do ciszy kontrolowanej Prelekcja II: Studium dźwięku i jego konsekwencji

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*