

## Zapraszamy na Weekend seniora z kulturą do WOAK



## **Zapraszamy na Weekend seniora z kulturą do WOAK**

Data publikacji

19.09.2022 13:53

### **1. Opowieść z jednego zdjęcia.**

30 września 2022 r., w godzinach 10.00-15.00 i 1 października 2022 r., w godzinach 10.00-15.00.

WOAK zaprasza do dzielenia się zdjęciami i historiami ważnymi dla Seniorek i Seniorów. Opowieści zostaną ciekawie opracowane i nagrane na płyty DVD.

Informacje i zapisy: kamil [dot] hoffmann 📧 woak [dot] torun [dot] pl lub tel.: 56 652 27 55.

### **2. Muzyka ciała i dźwięku naturalnego z elementami Metody Feldenkraisa.**

30 września 2022 r., w godzinach 10.30-13.30 i 2 października 2022 r., w godzinach 13.00-16.00.

W trakcie spotkania uczestnicy nauczą się świadomie korzystać z ciała jako źródła dźwięku. Poznają proste ćwiczenia ruchowe, które pomogą zadbać o zdrowie, zwłaszcza układu kostno-stawowego. Nowo poznane ćwiczenia można wykonywać samodzielnie w domu.

Informacje i zapisy: erwin [dot] regosz 📧 woak [dot] torun [dot] pl lub tel.: 56 652 27 55.

### **3. Słuchowisko dla Seniorek i Seniorów.**

1 października 2022 r., w godzinach 10.00-14.00.

Informacje i zapisy: grzegorz [dot] kazmierski 📧 woak [dot] torun [dot] pl lub tel.: 56 652 27 55.

### **4. Pchli targ i aukcja dzieł sztuki Seniorów.**

1 października 2022 r., w godzinach 14.00 - 17.00.

Pchli targ odbędzie się przy ul. Szpitalnej. Od godziny 14.00 do 16.00 będzie można znaleźć wyjątkowe skarby produkowane przez seniorów. Zapisy dla osób chcących wystawić swoje przedmioty trwają do 25 września 2022 r. w siedzibie WOAKu.

Informacje i zapisy: katarzyna [dot] pagowska 📧 woak [dot] torun [dot] pl lub tel.: 56 652 27 55.

## 5. Spacer interaktywny dla Seniorek i Seniorów.

2 października 2022 r., w godzinach 11.00-12.30.

Wyprawa będzie miała charakter interaktywny. Uczestnicy będą nasłuchiwać, podglądać i przyglądać się rzeczom, których być może w codziennym pędzie nie zauważamy.

Więcej informacji i zapisy: [agnieszka \[dot\] zakrzewska \[dot\] woak \[dot\] torun \[dot\] pl](mailto:agnieszka@zakrzewska-woak.torun.pl) lub tel.: 56 652 27 55.



[Więcej informacji.](#)

Źródło: <http://mywtoruniu.pl/zapraszamy-na-weekend-seniora-z-kultura-do-woak/>

Grafika: <https://pl.freepik.com/>

- [PDF](#)
- [Drukuj](#)
- [Share](#)

- [Więcej aktualności](#)
- [Archiwum aktualności](#)