

Wrzesień z Fifną!



We wrześniu Fundacja Serdecznik oraz Projekt Fifna zapraszają seniorki i seniorów do rozwijania swoich pasji i zdobywania nowych umiejętności oraz wiedzy. W programie m.in. spotkania eksperckie, literackie, kulinarne czy konsultacje informatyczne.

Spotkania dla seniorów odbywają się w siedzibie Projektu Fifna, przy ul. Sienkiewicza 20a (wejście z ulicy). Lokal znajduje się na poziomie zerowym i jest przystosowany dla osób z niepełnosprawnością ruchową (toaleta nie jest przystosowana).

Harmonogram wrześniowych wydarzeń:

Warsztat Ceramiczny

- 9 września, godz. 11.00
- wstęp: 120 zł
- obowiązują zapisy: tel. 533 488 550

Na początku będzie krótki wstęp teoretyczny o specyfice pracy z gliną, zależnościach i niespodziankach, jakie mogą się pojawić w trakcie tworzenia. Następnie uczestnicy będą mogli wykonać wymarzone naczynie lub przedmiot. Zostanie omówiony proces powstawania poszczególnych naczyń – jak formować talerze, jak lepić wyższe naczynia typu kubek, wazon. Instruktor będzie służył pomocą i wsparciem.

Ulepione naczynia, po chwili będą gotowe do wykończenia za pomocą specjalnych farb ceramicznych, którymi maluje się na mokrej glinie. Jest to bardzo wdzięczna technika, ponieważ poza malowaniem można również stosować technikę wydrapywania wzorów w nałożonej warstwie farby.

Warsztat Twórczego Pisania

- 11 września, godz. 11.00
- wstęp: 10 zł

Tym razem spotkanie odbędzie się pod tytułem „Piszemy lepiej. Jak porównać zjawiska w groteskowy sposób?”. Uczestnicy dowiedzą się więcej na temat tego gatunku, a także spróbują napisać swój własny lepiej.

Spotkanie ze stylistką w ramach projektu Poznańscy Kinomani

- 13 września, godz. 11.00
- wstęp bezpłatny
- obowiązują zapisy: tel. 533 488 550

Moda nie zna wieku. Wyraź siebie poprzez ubranie. To, co definiuje styl, nie jest wcale związane z metryką, ale z osobowością. Doskonałym tego przykładem byli Państwo Kalinowscy. Moda to nie tylko wygląd to sposób na wyrażenie siebie, swojej osobowości i swojego nastroju. Organizatorzy zapraszają na

warsztaty stylizacji ze stylistką, Moniką Sekułą. Podczas spotkania uczestnicy porozmawiają z prowadzącą o tym, czym jest styl, jak go odnaleźć i wyrazić poprzez ubranie. Poznają moc dodatków i kolorów w stylizacji, a także dowiedzą się więcej o doborze ubrania do typów sylwetki, aby później wspólnie przygotować wspólnie kilka zestawów.

Twój Wieczór Literacki

- 14 września, godz. 16.00
- wstęp wolny

Twój Wieczór Literacki to comiesięczne spotkania, na których pisarze-amatorzy mogą przedstawić swoją twórczość. Tym razem naszą główną Gościnią będzie Krystyna Drewnicka. Po zaprezentowaniu przez nią jej dorobku będzie można przeczytać swój wiersz lub inny, krótki utwór literacki.

Joga dla seniorek i seniorów

- 18 września, godz. 13.30
- wstęp bezpłatny
- obowiązują zapisy: tel. 533 488 550

Joga na krześle dla Seniorów to jej specjalny program ćwiczeń, który został dostosowany do potrzeb osób starszych lub tych, którzy mają ograniczenia ruchowe. Ćwiczenia są tak przemyślane, aby zawierały elementy funkcjonalne i medyczne (fizjoterapeutyczne). Zajęcia skoncentrowane są na wykonywaniu różnorodnych ćwiczeń, które można łatwo wykonywać, siedząc na krześle.

Warsztaty Ceramiczne – Lepimy kubek (część I, część II: 5 października)

- 21 września, godz. 11.00
- wstęp: 100 zł
- obowiązują zapisy: tel. 533 488 550

W czasie warsztatu uczestnicy zaprojektują i ulepią z gliny naczynie, które cieszy się największą popularnością w trakcie wszystkich warsztatów – kubek. Naczynie zostanie wykonane samodzielnie od A do Z: począwszy od wymyślenia kształtu i wykonania go, aż po szkliwienie, czyli nadanie mu koloru. Kubek będzie w pełni użytkowy i bezpieczny. Nie trzeba mieć umiejętności ani wiedzy w zakresie ceramiki.

Feng Shui

- 23 września, godz. 11.00
- wstęp: 10 zł

Co to Feng Shui? Jakimi zasadami się kieruje? Jak wykorzystać Feng Shui w planowaniu swojej przestrzeni? O tym wszystkim będzie można dowiedzieć się na spotkaniu.

Moje ciekawe życie

- 25 września, godz. 11.00

- wstęp: 10 zł

Gościem będzie Wiesław Dżendzera, który opowie o swoim pobycie, doświadczeniach i obserwacjach z Iraku i Jordanii.

Poezja śpiewana w Fifnej: koncert Tomasza Bateńczuka

- 28 września, godz. 16.00
- wstęp: 20 zł

Tomasz Bateńczuk jest laureatem Złotej Liry na przeglądzie piosenki w Koszalinie w 1990 r. W 2011 roku rozpoczął współpracę ze znaną poznańską poetką Kaliną Izabelą Ziołą, której wynikiem było nagranie płyty pt. „Magia” w 2012 roku, na której zaśpiewał 16 piosenek własnej kompozycji do wierszy Kaliny. W Poznaniu, Mosinie i Swarzędzu grywa liczne koncerty, zapraszany jest także na wieczory poetyckie oraz międzynarodowe festiwale poetyckie. W 2015 r. został uhonorowany Nagrodą Ludzi Życzliwych Dobre Serce, a roku 2016 medalem Jerzego Sulimy Kamińskiego w uznaniu zasług dla kultury Wielkopolski, Pomorza i Kujaw.

Projekt Fifna w dalszym ciągu poszukuje Panów, którzy chcieliby wystąpić w amatorskim teatrze. Organizatorzy gwarantujemy miłą atmosferę, dużo dobrej zabawy i niepowtarzalne przeżycia.

Szczegóły:

- Kontakt: Fundacja Serdecznik, ul. Podolska 24, tel. 533 488 550
| [Fundacja Serdecznik: strona internetowa](#) | [Projekt Fifna: Facebook](#)