



Nadchodzące Wydarzenia Kulturalne



Czerwiec - Lipiec '26

Indeks

<u>Wykłady</u>	2
<u>Warsztaty</u>	3
<u>Spacery</u>	5
<u>Koncerty</u>	6
<u>Teatr - Opera</u>	7
<u>Kino</u>	10
<u>Muzea, Wystawy</u>	12
<u>Zajęcia cykliczne</u>	14
<u>Przydatne strony www</u>	15

Opracowała: Ewa Cochal



projekt realizuje Fundacja Metamorfozy



projekt współfinansuje
miasto stołeczne
Warszawa



Nadchodzące Wydarzenia Kulturalne



Czerwiec - Lipiec '26

Wykłady

Czerwiec

Wt. – 02.06 – 13:00 – MNW – Bielizna – chroni, odmienia, kusi – wstęp wolny

Wt. – 09.06 – 13:00 – MNW – Sztuka na eksport. Co nam mówią i jak badać niderlandzkie nastawy ołtarzowe ?
- wstęp wolny

Śr. – 10.06 – 17:30 – Zamek Królewski – Jedwabni królowie – splendor renesansowej mody na dworze Zygmunta I i
Zygmunta Augusta – bilet 25,-pln

Cz. – 11.06 – 14:00 – Zamek Królewski – [Najdroższe, najtańsze, najbrzydsze, najpiękniejsze. Najdziwniejsze dzieła sztuki świata](#) (Loża czwartkowa)- bilet 25,-pln

Wt. – 23.06 – 13:00 – MNW – Ulotne piękno. Symbolika motyla w holenderskich martwych naturach
– wstęp wolny

Wt. – 30.06 – 13:00 – MNW – Przepis na katedrę – wstęp wolny

[POWRÓT](#)



projekt realizuje Fundacja Metamorfozy



projekt współfinansuje
miasto stołeczne
Warszawa



Nadchodzące Wydarzenia Kulturalne



Czerwiec - Lipiec '26

Warsztaty

Czerwiec

Śr. – 10.06 – 11:00 – Muzeum Warszawy - Warszawskie espresso. Spotkanie dla Seniorek i Seniorów.

[Amant przedwojennego kina -Aleksander Żabczyński](#) - bilet 10,-pln

Śr. – 10.06 – 14:30 – Muzeum Farmacji – [Pracownia zapachów](#) – bilet 8,-pln

Cz. – 11.06 – 11:00 – MNW – Projektowanie motywów na tkaninie (Sztuka i ruch) – bilet 15,-pln

Cz. – 11.06 – 11:00 – Muzeum Historii Polski ([Czwartki dla Seniora](#)) – Kuchnia w filmach A. Wajdy:

spotkanie z ł. Modelskim bilet: 15,- pln

Pt. – 12.06 – 12:00 – Muzeum Drukarstwa – [Otwarte warsztaty linorytu](#) – bilet 4,-pln

Sb. – 13.06 – 15:30 – Muzeum Warszawy – [Szkiecownik warszawski – warsztaty rysunku](#) – bilet 10,-pln

Sb. – 13.06 – 16:00 – MNW – Kulisy konserwacji tapiserii Radziwiłłowskiej – bilet 30,-pln

Śr. – 17.06 – 11:00 – Muzeum Warszawy -Warszawskie espresso. Spotkanie dla Seniorek i Seniorów.

[Warszawskie cechy rzemieślnicze](#) - bilet 10,-pln

Śr. – 17.06 – 14:30 – Muzeum Farmacji – [Pracownia zapachów](#) – bilet 8,-pln

Śr. – 17.06 – 15:00 – Muzeum Warszawskiej Pragi – [Manufaktura szewska – szyjemy sandały](#) – bilet 50,-pln

Pt. – 19.06 – 12:00 – Muzeum Drukarstwa – [Otwarte warsztaty linorytu](#) – bilet 4,-pln

Pt. – 19.06 – 17:00 – Muzeum Woli – [Warszawska szkoła haftu](#) – haftowania obrusa Ewy Cieniak – wstęp wolny

Śr. – 24.06 – 14:30 – Muzeum Farmacji – [Pracownia zapachów](#) – bilet 8,-pln

Cz. – 25.06 – 12:00 – MNW – Kiedy obraz chce wyjść z ram (Muzykoterapia dla seniorów) – bilet 2,-pln

Cz. – 25.06 – 12:00 – Muzeum Historii Polski ([Czwartki dla Seniora](#)) – Spotkanie Dyskusyjnego Klubu Książki

Historycznej „Zaczytani w Historii – wstęp wolny

Cz. – 25.06 – 14:00 – Muzeum Warszawskiej Pragi – [Punkt napraw kaletniczych](#) – bilet 10,-pln

Pt. – 26.06 – 12:00 – Muzeum Drukarstwa – [Otwarte warsztaty linorytu](#) – bilet 4,-pln

Sb. – 27.06 – 15:30 – Muzeum Warszawy – [Szkiecownik warszawski – warsztaty rysunku](#) – bilet 10,-pln

[POWRÓT](#)



projekt realizuje Fundacja Metamorfozy



projekt współfinansuje
miasto stołeczne
Warszawa



Nadchodzące Wydarzenia Kulturalne



Czerwiec - Lipiec '26

Warsztaty

Lipiec

Sb. – 04.07 – 15:30 – Muzeum Warszawy – [Szkicownik warszawski – warsztaty rysunku](#) – bilet 10,-pln

Sb. – 18.07 – 15:30 – Muzeum Warszawy – [Szkicownik warszawski – warsztaty rysunku](#) – bilet 10,-pln

[POWRÓT](#)



projekt realizuje Fundacja Metamorfozy



projekt współfinansuje
miasto stołeczne
Warszawa



Nadchodzące Wydarzenia Kulturalne



Czerwiec - Lipiec '26

Spacery

Wszystkie spacery po Warszawie są bezpłatne, mile widziany napiwek, jeśli podobał się spacer.

Czerwiec

- Pn. – 15.06 – 12:00 – **Złota Kaczka** – Dzikie brzegi Wisły – zbiórka: obok Syrenki nad Wisłą (metro CNK)
- Śr. – 19.06 – 17:00 – **Ach Stolica** – Saski z Prusem w tle – zbiórka: Ogród Saski grób Nieznanego Żołnierza
- Sb. – 20.06 – 12:00 – **Salon Literacki** – Przedwojenna filmowa Saska Kępa – zbiórka: ul. Walecznych 2
- Nd. – 21.06 – 12:00 – **Salon Literacki** – Śladami St. Żeromskiego – zbiórka: Ogród Saski pod fontanną
- Nd. – 21.06 – 14:00 – **Warszawski Zaulek** – Spacer wokół Cytadeli – zbiórka: ul. J. Jeziorańskiego 4
- Pn. – 22.06 – 12:00 – **Złota Kaczka** – Żoliborz dziennikarski – zbiórka: Plac Wilsona 2
- Wt. – 23.06 – 17:00 – **Złota Kaczka** – Żoliborz dziennikarski – zbiórka: Plac Wilsona 2
- Śr. – 24.06 – 12:00 – **Złota Kaczka** – Żoliborz dziennikarski – zbiórka: Plac Wilsona 2
- Śr. – 24.06 – 17:00 – **Ach Stolica** – Plac, pałac Ogród Krasińskich – zbiórka: Ogród Krasińskich; pomnik Powstańców

Lipiec

- Sb. – 04.07 – 12:00 – **Salon Literacki** – Spacer literacki po Cmentarzu w Laskach – zbiórka: Izabelin,
przystanek autobusu 210 „Sokołowskiego”

[POWRÓT](#)



projekt realizuje Fundacja Metamorfozy



projekt współfinansuje
miasto stołeczne
Warszawa



Nadchodzące Wydarzenia Kulturalne



Czerwiec - Lipiec'26

Koncerty

Narodowy Instytut Fryderyka Chopina – W każdą sobotę i niedzielę o godz.: 12:00; 15:00 & 17:00 odbywają się 30-minutowe koncerty fortepianowe. Na podstawie biletu wstępu do Muzeum F. Chopina cena: 25,-pln
https://muzeum.nifc.pl/pl/muzeum/koncerty/28_recitale-fortepianowe-w-muzeum-fryderyka-chopina

Czerwiec

Nd. - 14.06 – 18:00 – **Studio koncertowe Polskiego Radia im. Lutosławskiego** – 26. Festiwal

im. F. Wybrańczyka Sinfonia Varsovia Swojemu Miastu – Koncert zamknięcia.

Nd. 14; 21; 28 czerwiec 16:00 – **Muzeum Cypriana Norwida w Dębinkach** – Fortepian Szopena –
bezpłatny dojazd z Warszawy PKiN odjazd 14:30 – powrót 17:30.

28 czerwca – 5 lipca – XVII Letni festiwal im. Jerzego Waldorfa w Radziejowicach

Lipiec

POWRÓT



projekt realizuje **Fundacja Metamorfozy**



projekt współfinansuje
miasto stołeczne
Warszawa



Nadchodzące Wydarzenia Kulturalne



Czerwiec - Lipiec '26

Teatr – Opera

W większości teatrów w Lipcu i sierpniu przerwa wakacyjna.

Teatr Ateneum – Wybrane spektakle w cenie promocyjnej dla seniorów: 40,-pln

02.06 – 19:00 – „Pułapka na myszy” – Scena Główna, ul. Jaracza 2

17.06 – 19:00 – „Mój syn chodzi, tylko trochę wolniej” – Scena Główna, ul. Jaracza 2

19.06 – 17:00 – „Napis” – Scena 20 (ul. Wybrzeże Kościuszkowskie 35)

25.06 – 19:00 – „Belfer” – Scena 20 (ul. Wybrzeże Kościuszkowskie 35)

Teatr Dramatyczny – w każdym m-ce na wybrane spektakle teatr udostępnia pulę biletów w cenie 25,-pln

10.06 – 19:30 – „Muszenie” –Scena Mała, PKiN p. Defilad

01.07 – 19:30 – „Antygona w Molenbeek” –Scena Mała, PKiN p. Defilad

19.07 – 19:30 – „Muszenie” –Scena Mała, PKiN p. Defilad

[POWRÓT](#)



projekt realizuje **Fundacja Metamorfozy**



projekt współfinansuje
miasto stołeczne
Warszawa



Nadchodzące Wydarzenia Kulturalne



Czerwiec - Lipiec '26

Teatr – Opera

Teatr Narodowy – Wybrane spektakle w cenie promocyjnej dla seniorów: 30-45,- PLN

12.06 – 19:00 – „Tchnienie” – Scena Studio

13.06 – 19:00 – „Tchnienie” – Scena Studio

Teatr Powszechny – W każdym miesiącu są wyznaczone Dni Seniorskie (osoby 60+) bilet dla seniora 40,-pln

12.06 – 19:00 – „Kobieta samotna” – scena duża

19.06 – 19:00 – „Przypadkowa śmierć anarchisty” – scena duża

28.06 – 19:30 – „Ocalone” – scena mała

Teatr Polonia & Och- pula biletów dla seniora w cenie 50,-pln

Oh Teatr

29 i 30 czerwiec 19:00 – Słoneczni chłopcy

22 i 23 lipiec 19:00 – Okno na parlament

25 i 26 lipiec 19:00 – Coś tu nie gra

30 i 31 lipiec 19:00 – Czułe słówka

Teatr Polonia

27 i 28 czerwiec – 19:00 – Sztuka wywiadu

12 i 13 lipiec – 19:00 – Kto się boi Virginii Woolf

[POWRÓT](#)



projekt realizuje **Fundacja Metamorfozy**



projekt współfinansuje
miasto stołeczne
Warszawa



Nadchodzące Wydarzenia Kulturalne



Czerwiec - Lipiec '26

Teatr – Opera

Teatr Polski – Repertuar: <https://teatrpolski.waw.pl/repertuar>

W każdy pierwszy poniedziałek miesiąca można kupić bilety w specjalnej cenie dla seniora za 25 zł.

Teatr Syrena – Bilety ulgowe w cenie – 50 zł przysługują emerytom i rencistom na spektakle grane od poniedziałku do czwartku (pula 10 biletów senioralnych na każdy spektakl).

Teatr Nowy – Wybrane spektakle w cenie promocyjnej dla seniorów w cenie: 25,- PLN

Teatr Współczesny – wybrane spektakle pula biletów dla seniorów – w cenie 60,-pln

10.06 – 19:00 – „Kto chce być Żydem”

11.06 – 19:00 – „23 i pół godziny”

16.06 – 19:00 – „Pacyfiści”

16.06 – 19:00 – „Bracia Lehman”

17.06 – 19:00 – „Bracia Lehman”

[POWRÓT](#)



projekt realizuje Fundacja Metamorfozy



projekt współfinansuje
miasto stołeczne
Warszawa



Nadchodzące Wydarzenia Kulturalne



Czerwiec - Lipiec '26

Kino

KINOTEKA

Bilety dla seniorów pon. - czw. 16,-pln

Cykle filmowe i wydarzenia w Kinotece: <https://kinoteka.pl/wydarzenia/festiwale-filmowe/>

Cykle i przeglądy filmowe: <https://kinoteka.pl/wydarzenia/cykle-i-przeglady-filmowe/>

Kino Muranów

– Bilety dla Seniora: pon. i środy– 16,- PLN. oraz wt. i czw. 20,-pln <https://kinomuranow.pl/repertuar>

Środa dla seniora za 16,-pln – [Muranów dla seniorów | Kino Muranów \(kinomuranow.pl\)](#)

[Wielka sztuka w kinie Muranów](#) ; [Spektakle teatralne na ekranie](#)

Kino Iluzjon (Sala Mała Czarna) –

Wtorki godz. 17:00 – „Akademia Polskiego Filmu” – wykład i projekcja.

<https://www.iluzjon.fn.org.pl/static/3/119/seniorzy.html>

Bilety dla seniorów 15,-pln (na filmy ze zbiorów Filmoteki) i 20,-pln pozostałe.

Cykle filmowe: <https://www.iluzjon.fn.org.pl/cykle.html>

[Filmy nieoczywiste](#) – bilet 5,- PLN – Po projekcji spotkanie z Piotrem Dumą

Kino Atlantic & kino Wisła (Novekino)

– Bilety dla seniora: pon. – pt. do 16:59 – cena 16,- PLN – Dodatkowo tylko w kinie Atlantyk – w środę godz. 11:00

bilet dla seniora 14,- <https://www.novekino.pl/kina/atlantic/seniorzy.php>

[POWRÓT](#)



projekt realizuje Fundacja Metamorfozy



projekt współfinansuje
miasto stołeczne
Warszawa



Nadchodzące Wydarzenia Kulturalne



Czerwiec - Lipiec '26

Kino Kultura

- Tanie bilety: pon.: 15,-pln; wtorek – czwartek: bilet ulgowy 15,- PLN <https://www.kinokultura.pl/pl#repertuar>

Kina Plenerowe

Od 8 maja (piątki 20:30)- Kino Plenerowe w Browarach Warszawskich [Repertuar](#) – wstęp bezpłatny

Od 1 maja - Kino Plenerowe Poniatówka [Repertuar](#) – wstęp bezpłatny

Od 1 maja (wtorki – 17:30) - Kino Luna Klasyka Kina: Arcydzieła i odkrycia/Cykl Śródmiejska Klasyka Kina [Repertuar](#)
– wstęp bezpłatny

Od 5 maja (wtorki – 20:30) - Kino Plenerowe w Chono Lulu [Repertuar](#) – wstęp bezpłatny

Od 3 czerwca (wtorki, czwartki i soboty – 21:30) - Kino Plenerowe PKiN Kinoteka [Repertuar](#) – wstęp bezpłatny

Od Czerwca (piątki – 21:15) - Kino Plenerowe Park Szczęśliwiecki – [repertuar](#)

Od 4 lipca (piątek 21:30) - Ursynowskie Lato Filmowe (DOK Ursynów ul Kajakowa 12b i Kopa Cwila) – [repertuar](#)

Od 14 maja (czwartki – 20:00) - Ale Sztuka (Krakowskie Przedmieście) - [repertuar](#)

[POWRÓT](#)



projekt realizuje Fundacja Metamorfozy



projekt współfinansuje
miasto stołeczne
Warszawa



Nadchodzące Wydarzenia Kulturalne



Czerwiec - Lipiec '26

Muzea – Wystawy

Zamek Królewski – „Godzina ze sztuką” zwiedzanie z przewodnikiem bilet -40,-pln

Wykłady on-line towarzyszące wystawie: <https://www.zamek-krolewski.pl/wyklady-konferencje-naukowe-debaty>

Wystawy czasowe:

16.I – 27.IX.2026 – [Łukasz Stokłosa. Lśnienie](#)

27.III – 28.VI.2026 – [Ostatni zamek](#) Zamczyskość polska: od Wawelu do Stobnicy

17.IV – 19.VII.2026 – [Opera Władysława IV](#)

Muzeum Narodowe w Warszawie – Orowadzanie po Galeriach Stałych soboty – godz. 11:00 – Bilet 15,-
W każdy wtorek bezpłatne zwiedzanie MNW.

Wystawy czasowe:

10.IX.2025 – 05.VI.2026 – [Pokaz w galerii sztuki XIX wieku/Olga Boznańska](#)

17.IV – 13.IX.2026 – [Kolekcjoner. Ignacy Korwin-Milewski \(1846 – 1926\)](#)

Muzeum Etnograficzne –

Wystawy czasowe:

a) 17.01.26 30.06.2026 – [Formy obecności. Sztuka Łemków/Rusinów Karpackich](#)

b) 05.06.26 – 27.10.26 – [Wszystko się zmieni](#)

Niewidzialna wystawa – Al. Jerozolimskie 123a (Plac Zawiszy budynek Milenium Plaza). Bilety 35,-pln (pn.-pt.)

<https://niewidzialna.pl/>

[POWRÓT](#)



projekt realizuje **Fundacja Metamorfozy**



projekt współfinansuje
miasto stołeczne
Warszawa



Nadchodzące Wydarzenia Kulturalne



Czerwiec - Lipiec '26

Muzea – Wystawy

Muzeum POLIN – Akademia Senioralna POLIN – bezpłatne zajęcia.

Zapisy telefonicznie w godz. 10:00–15:00 pod numerem: [22 471 03 01](tel:224710301) wew. 2

1) „[Biografie](#)” - Grupa I - 07.V; 11.VI; Grupa II - 21.V; 18.VI

21.11.2025 – 08.06.2026 – Moc słów. O językach żydowskich.

13.04.2025 – 15.06.2026 – Kadr cierpienia. „Getto” Marka Oberlandera.

[Cytadela Warszawska](#) – Muzeum Wojska Polskiego, Muzeum Historii Polski, Muzeum Katyński
i Muzeum X Pawilonu Cytadeli Warszawskiej

Muzeum Azji i Pacyfiku – w czwartki wstęp bezpłatny.

09.04.2026 – 24.05.2026 – Impresje Turkmeńskie. Malarstwo Władimira i Ingi Pawłockich

02.06.2026 -30.06.2026 -[Palestyna – kultura i tożsamość](#)

Pałac w Wilanowie

Jest otwarty tylko Park 9:00 – 15:00

Od - 16.01 - [Kościół Ewangelicko Reformowany, Al. Solidarności 74](#) – Pokaz świetlny [EONARIUM](#) – bilet – od 40,-
hipnotyzujące widowisko światła i dźwięku inspirowane historią narodzin Wszechświata.

MSN – Muzeum Sztuki Nowoczesnej

23.03 – 26.06.2025 – Maria Jarema – Pęknięty modernizm

26.06 – otwarcie 2-ch nowych wystaw „[Jesteś w sercu zmian. Surrealizm i Antyfasyzm](#)”;

„[Drogi Czarnych wkraczają w Biały Łąd](#)” – 26.06 – wstęp bezpłatny.

[POWRÓT](#)



projekt realizuje **Fundacja Metamorfozy**



projekt współfinansuje
miasto stołeczne
Warszawa



Nadchodzące Wydarzenia Kulturalne



Czerwiec - Lipiec '26

Zajęcia cykliczne

Narodowy Instytut Fryderyka Chopina – W każdą sobotę i niedzielę o godz.: 12:00; 15:00 & 17:00 odbywają się 30-minutowe koncerty fortepianowe. Na podstawie biletu wstępu do Muzeum F. Chopina cena: 25,-pln
https://muzeum.nifc.pl/pl/muzeum/koncerty/28_recitale-fortepianowe-w-muzeum-fryderyka-chopina

Fundacja Age Hub organizuje bezpłatne kursy cyfrowe w Warszawie i całej Polsce, skierowane do osób 60+.

- **Stacjonarne kursy komputerowe** – na różnych poziomach zaawansowania
- **Stacjonarne kursy smartfonowe** – dopasowane do umiejętności uczestników
- **Zajęcia tematyczne** – np. dotyczące bezpieczeństwa w sieci
- **Poradnictwo indywidualne** – spotkania z trenerem jeden na jeden,
- **Webinary online** – dostępne bezpłatnie na różnych platformach

Ważne: w zakładce „Materiały edukacyjne” są umieszczone tutoriale tematyczne, które można pobrać i spokojnie w swoim czasie i tempie przeczytać.

Muzeum Historii Polski (Cytadela Warszawska) – [organizuje czwartki dla seniora](#) – cena biletu 10,-/15,-pln

Fundacja Dantian

[Qigong w Muzeum Narodowym](#) Środy 10:30 Dziedziniec Lorenza (Gmach Główny) – wstęp wolny

[Tai Chi](#) – 06; 13; 20; 27 czerwca 10:00 – 11:30 - w Parku Kultury w Powsinie (Polana przed amfiteatrem) – wstęp wolny

[Joga](#) – 04; 11; 18; 25 lipca 11:00 – 12:00 - w Parku Kultury w Powsinie (Polana przed amfiteatrem) – wstęp wolny

[Wakacje z Tai Chi](#) – soboty – 10:00 - bezpłatne zajęcia w Wilanowie - Instytut Sztuk Walki

[Tai Chi i Chi Kung dla seniorów](#) – cena 20,-pln/m-c. soboty, godz. 11:00 – [Centrum Kultury Wilanów, ul. Kolegiacka 3,](#)

Instytut Sztuk Walki

[Bezpłatne Tai Chi dla seniorów](#) – poniedziałki 10:30 - Galeria Północna

[POWRÓT](#)



projekt realizuje **Fundacja Metamorfozy**



projekt współfinansuje
miasto stołeczne
Warszawa



Nadchodzące Wydarzenia Kulturalne



Czerwiec - Lipiec'26

Przydatne strony www.

Centrum Interpretacji Zabytków- <https://ciz.muzeumwarszawy.pl/>

Centrum Sztuki Współczesnej U-jazdowski- <https://u-jazdowski.pl/wydarzenia>

Mediateca – Cyfrowe archiwum Centrum Sztuki Współczesnej Zamku Ujazdowskiego –
<https://mediateka.u-jazdowski.pl/o-mediatece>

Kino Syrena Muzeum Warszawa- <https://muzeumwarszawy.pl/kategoria/kino/>

Muzeum etnograficzne- <https://ethnomuseum.pl/>

Muzeum Farmacji- <https://muzeumfarmacji.muzeumwarszawy.pl>

Muzeum Narodowe- <https://www.mnw.art.pl/edukacja/>

Muzeum Warszawy- <https://muzeumwarszawy.pl/>

Muzeum Warszawskiej Pragi- <https://muzeumpragi.pl/>

Muzeum Woli- <https://muzeumwoli.muzeumwarszawy.pl/>

Ogród Botaniczny w Powsinie- <https://ogrodpan.pl/>

Opera Narodowa/Teatr Wielki- <https://teatr Wielki.pl/repertuar/kalendarium/data/2023/06/#/f/0/1-30>

Pałac w Wilanowie- [Muzeum Pałacu Króla Jana III w Wilanowie \(wilanow-palac.pl\)](https://muzeum Pałacu Króla Jana III w Wilanowie (wilanow-palac.pl))

Muzeum Azji i Pacyfiku- <https://www.muzeumazji.pl/>

Tvoja Akademia Trzeciego Wieku On-line- <https://abcseior.com/>

Dom Spotkań z Historią DSH- <https://dsh.waw.pl/>

Kluboteka Dojrzałego Człowieka- <https://kluboteka.info/plan-zajec/>

Fundacja AgeHub - <https://agehub.pl/category/aktualnosci/>

[POWRÓT](#)



projekt realizuje **Fundacja Metamorfozy**



projekt współfinansuje
miasto stołeczne
Warszawa