



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie

Harmonogram Form Wsparcia HFW-FESL.07.04-IZ.01-05F1/23-2025-06-006

Nazwa harmonogramu

CZERWIEC 2025

Nr projektu

FESL.07.04-IZ.01-05F1/23-004

Tytuł projektu

Klub Seniora - wsparcie osób 60+ z gminy Miasteczko Śląskie

Harmonogram: zajęcia

Lp.	¹ Tytuł / rodzaj realizowanego wsparcia	² Miejsce (dokładny adres / nr sali / nazwa firmy / przedsiębiorstwa)	³ Data/godzina od	⁴ Data/godzina do	⁵ Prowadzący zajęcia / opiekun stażu	⁶ Liczba uczestników	⁷ Uwagi
1	¹ Telepieka	² zgodnie z miejscem zamieszkania uczestników	³ 2025-06-01 00:00	⁴ 2025-06-30 00:00	⁵ -	⁶ 23	⁷ wsparcie uzupełniające
2	¹ Fitoterapia – naturalne wsparcie organizmu w profilaktyce i terapii schorzeń	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-02 10:00	⁴ 2025-06-02 12:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
3	¹ Angielski krok po kroku - podstawy języka	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-03 09:30	⁴ 2025-06-03 11:30	⁵ lektor	⁶ 10	⁷ -
4	¹ Droga do lepszej sprawności - techniki rehabilitacyjne z elementami fizjoterapii	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-03 11:45	⁴ 2025-06-03 13:45	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ -
5	¹ Wprowadzenie do cyfrowego świata – podstawy obsługi komputera	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-04 09:30	⁴ 2025-06-04 11:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
6	¹ Korzenie i tradycje – warsztaty historyczne z dziejów Śląska	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-04 12:00	⁴ 2025-06-04 14:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
7	¹ Zielona Pracownia – sztuka florystyki i dekoracji wnętrz	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-05 11:00	⁴ 2025-06-05 14:30	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
8	¹ Komputer i smartfon bez tajemnic – bezpieczeństwo w internecie	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-06 09:30	⁴ 2025-06-06 11:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
9	¹ Bezpieczna aktywność w praktyce – trening ogólnousprawniający dla seniorów	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-06 12:00	⁴ 2025-06-06 14:00	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ -
10	¹ Fitoterapia – naturalne wsparcie organizmu w profilaktyce i terapii schorzeń	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-09 10:00	⁴ 2025-06-09 12:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -

11	¹ Angielski krok po kroku - podstawy języka	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-10 09:30	⁴ 2025-06-10 11:30	⁵ lektor	⁶ 10	⁷ -
12	¹ Droga do lepszej sprawności - techniki rehabilitacyjne z elementami fizjoterapii	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-10 11:45	⁴ 2025-06-10 13:45	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ -
13	¹ Wprowadzenie do cyfrowego świata - podstawy obsługi komputera	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-11 09:30	⁴ 2025-06-11 11:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
14	¹ Korzenie i tradycje - warsztaty historyczne z dziejów Śląska	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-11 12:00	⁴ 2025-06-11 14:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
15	¹ Fitoterapia - naturalne wsparcie organizmu w profilaktyce i terapii schorzeń	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-12 11:30	⁴ 2025-06-12 13:30	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
16	¹ Komputer i smartfon bez tajemnic - bezpieczeństwo w internecie	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-13 09:30	⁴ 2025-06-13 11:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
17	¹ Bezpieczna aktywność w praktyce - trening ogólnousprawniający dla seniorów	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-13 12:00	⁴ 2025-06-13 14:00	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ -
18	¹ Fitoterapia - naturalne wsparcie organizmu w profilaktyce i terapii schorzeń	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-16 10:00	⁴ 2025-06-16 12:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
19	¹ Angielski krok po kroku - podstawy języka	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-17 09:30	⁴ 2025-06-17 11:30	⁵ lektor	⁶ 10	⁷ -
20	¹ Droga do lepszej sprawności - techniki rehabilitacyjne z elementami fizjoterapii	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-17 11:45	⁴ 2025-06-17 13:45	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ -
21	¹ Wprowadzenie do cyfrowego świata - podstawy obsługi komputera	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-18 09:30	⁴ 2025-06-18 11:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -

22	¹ Korzenie i tradycje – warsztaty historyczne z dziejów Śląska	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-18 12:00	⁴ 2025-06-18 14:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
23	¹ Fitoterapia – naturalne wsparcie organizmu w profilaktyce i terapii schorzeń	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-23 10:00	⁴ 2025-06-23 12:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
24	¹ Droga do lepszej sprawności - techniki rehabilitacyjne z elementami fizjoterapii	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-24 11:45	⁴ 2025-06-24 13:45	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ -
25	¹ Wprowadzenie do cyfrowego świata – podstawy obsługi komputera	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-25 09:30	⁴ 2025-06-25 11:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
26	¹ Korzenie i tradycje – warsztaty historyczne z dziejów Śląska	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-25 12:00	⁴ 2025-06-25 14:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
27	¹ Angielski krok po kroku - podstawy języka	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-26 09:30	⁴ 2025-06-26 11:30	⁵ lektor	⁶ 10	⁷ -
28	¹ Komputer i smartfon bez tajemnic – bezpieczeństwo w internecie	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-26 11:30	⁴ 2025-06-26 13:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
29	¹ Fitoterapia – naturalne wsparcie organizmu w profilaktyce i terapii schorzeń	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-27 09:30	⁴ 2025-06-27 11:30	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
30	¹ Bezpieczna aktywność w praktyce – trening ogólnousprawniający dla seniorów	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-27 12:00	⁴ 2025-06-27 14:00	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ -
31	¹ Fitoterapia – naturalne wsparcie organizmu w profilaktyce i terapii schorzeń	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-06-30 10:00	⁴ 2025-06-30 12:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -