



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie

Harmonogram Form Wsparcia HFW-FESL.07.04-IZ.01-05F1/23-2025-09-003

Nazwa harmonogramu

WRZESIEŃ 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 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 2025-09-01 10:00	⁴ 2025-09-01 12:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
2	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 2025-09-02 09:15	⁴ 2025-09-02 11:15	⁵ filolog	⁶ 10	⁷ -
3	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 2025-09-02 11:30	⁴ 2025-09-02 13:30	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 30	⁷ -
4	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 2025-09-03 09:30	⁴ 2025-09-03 11:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
5	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 2025-09-03 12:00	⁴ 2025-09-03 14:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
6	¹ Artystyczna przystań - miejsce twórczości i rękodzieła	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-09-04 11:30	⁴ 2025-09-04 13:30	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
7	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 2025-09-05 09:30	⁴ 2025-09-05 11:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
8	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 2025-09-05 12:00	⁴ 2025-09-05 14:00	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ -
9	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 2025-09-08 10:00	⁴ 2025-09-08 12:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
10	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 2025-09-09 09:15	⁴ 2025-09-09 11:15	⁵ filolog	⁶ 10	⁷ -
11	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 2025-09-09 11:30	⁴ 2025-09-09 13:30	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ -
12	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 2025-09-10 09:30	⁴ 2025-09-10 11:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -

13	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 2025-09-11 09:30	⁴ 2025-09-11 11:30	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
14	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 2025-09-11 11:30	⁴ 2025-09-11 13:30	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
15	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 2025-09-12 09:30	⁴ 2025-09-12 12:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
16	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 2025-09-12 12:00	⁴ 2025-09-12 14:00	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ -
17	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 2025-09-15 10:00	⁴ 2025-09-15 12:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
18	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 2025-09-16 09:15	⁴ 2025-09-16 11:15	⁵ filolog	⁶ 10	⁷ -
19	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 2025-09-17 09:30	⁴ 2025-09-17 11:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
20	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 2025-09-17 12:00	⁴ 2025-09-17 14:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
21	¹ Artystyczna przystań - miejsce twórczości i rękodzieła	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-09-18 11:30	⁴ 2025-09-18 13:30	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
22	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 2025-09-19 09:30	⁴ 2025-09-19 11:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
23	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 2025-09-19 12:00	⁴ 2025-09-19 14:00	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ -
24	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 2025-09-22 10:00	⁴ 2025-09-22 12:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
25	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 2025-09-23 09:15	⁴ 2025-09-23 11:15	⁵ filolog	⁶ 10	⁷ -

26	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 2025-09-23 11:30	⁴ 2025-09-23 13:30	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 30	⁷ -
27	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 2025-09-24 09:30	⁴ 2025-09-24 11:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
28	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 2025-09-24 12:00	⁴ 2025-09-24 14:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
29	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 2025-09-25 11:30	⁴ 2025-09-25 13:30	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
30	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 2025-09-26 09:30	⁴ 2025-09-26 11:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
31	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 2025-09-26 12:00	⁴ 2025-09-26 14:00	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ -
32	¹ (sklonowano) 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 2025-09-29 10:00	⁴ 2025-09-29 12:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
33	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 2025-09-30 09:15	⁴ 2025-09-30 11:15	⁵ filolog	⁶ 10	⁷ -
34	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 2025-09-30 11:30	⁴ 2025-09-30 13:30	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 30	⁷ -