

Fundusze Europejskie
dla ŚląskiegoRzeczpospolita
PolskaDofinansowane przez
Unię EuropejskąWojewództwo
Śląskie

Harmonogram Form Wsparcia

HFW-FESL.07.04-IZ.01-05F1/23-2025-10-003

Nazwa harmonogramu

PAŹDZIERNIK 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 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 2025-10-02 09:30	⁴ 2025-10-02 11:30	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
2	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 2025-10-02 12:00	⁴ 2025-10-02 14:00	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
3	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 2025-10-03 09:30	⁴ 2025-10-03 11:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
4	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 2025-10-03 12:00	⁴ 2025-10-03 14:00	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ -
5	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 2025-10-06 10:00	⁴ 2025-10-06 12:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
6	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 2025-10-07 09:15	⁴ 2025-10-07 11:15	⁵ lektor	⁶ 10	⁷ -
7	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 2025-10-07 11:30	⁴ 2025-10-07 13:30	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ -
8	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 2025-10-08 11:00	⁴ 2025-10-08 13:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
9	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 2025-10-09 11:30	⁴ 2025-10-09 13:30	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
10	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 2025-10-09 12:00	⁴ 2025-10-09 14:00	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -

11	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 2025-10-10 09:30	⁴ 2025-10-10 11:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
12	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 2025-10-10 12:00	⁴ 2025-10-10 14:00	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ -
13	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 2025-10-13 10:00	⁴ 2025-10-13 12:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
14	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 2025-10-14 09:15	⁴ 2025-10-14 11:15	⁵ lektor	⁶ 10	⁷ -
15	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 2025-10-14 11:30	⁴ 2025-10-14 13:30	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ -
16	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 2025-10-15 11:00	⁴ 2025-10-15 14:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
17	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 2025-10-16 09:30	⁴ 2025-10-16 11:30	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
18	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 2025-10-16 12:00	⁴ 2025-10-16 14:00	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
19	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 2025-10-17 09:30	⁴ 2025-10-17 11:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
20	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 2025-10-17 12:00	⁴ 2025-10-17 14:00	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ -
21	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 2025-10-20 10:00	⁴ 2025-10-20 12:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -

22	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 2025-10-21 09:15	⁴ 2025-10-21 11:15	⁵ lektor	⁶ 10	⁷ -
23	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 2025-10-21 11:30	⁴ 2025-10-21 13:30	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ -
24	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 2025-10-22 11:00	⁴ 2025-10-22 13:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
25	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 2025-10-23 09:30	⁴ 2025-10-23 11:30	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
26	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 2025-10-23 12:00	⁴ 2025-10-23 14:00	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
27	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 2025-10-24 09:30	⁴ 2025-10-24 11:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
28	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 2025-10-24 12:00	⁴ 2025-10-24 14:00	⁵ fizjoterapeuta	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 2025-10-27 10:00	⁴ 2025-10-27 12:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
30	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 2025-10-28 09:15	⁴ 2025-10-28 11:15	⁵ lektor	⁶ 10	⁷ -
31	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 2025-10-28 11:30	⁴ 2025-10-28 13:30	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ -
32	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 2025-10-29 11:00	⁴ 2025-10-29 13:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -

33	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 2025-10-30 09:30	⁴ 2025-10-30 11:30	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
34	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 2025-10-30 12:00	⁴ 2025-10-30 14:00	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
35	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 2025-10-31 09:30	⁴ 2025-10-31 11:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
36	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 2025-10-31 12:00	⁴ 2025-10-31 14:00	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ -