



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie

Harmonogram Form Wsparcia HFW-FESL.07.04-IZ.01-05F1/23-2025-11-001

Nazwa harmonogramu

LISTOPAD 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 schorzeniach	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-11-03 10:00	⁴ 2025-11-03 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 2025-11-04 09:15	⁴ 2025-11-04 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 2025-11-04 11:30	⁴ 2025-11-04 13:30	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ -
4	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 2025-11-05 11:00	⁴ 2025-11-05 13:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
5	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 2025-11-06 09:30	⁴ 2025-11-06 11:30	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
6	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 2025-11-06 12:00	⁴ 2025-11-06 14:00	⁵ informatyk	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 2025-11-07 09:30	⁴ 2025-11-07 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 2025-11-07 12:00	⁴ 2025-11-07 14:00	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ -
9	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 2025-11-12 11:00	⁴ 2025-11-12 13:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
10	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 2025-11-13 09:30	⁴ 2025-11-13 11:30	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
11	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 2025-11-13 12:00	⁴ 2025-11-13 14:00	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
12	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 2025-11-14 09:30	⁴ 2025-11-14 11:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -

13	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 2025-11-14 12:00	⁴ 2025-11-14 14:00	⁵ fizjoterapeuta	⁶	¹⁰	⁷ -
14	¹ Fitoterapia - naturalne wsparcie organizmu w profilaktyce i schorzeniach	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-11-17 10:00	⁴ 2025-11-17 12:00	⁵ specjalista	⁶	¹⁰	⁷ -
15	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 2025-11-18 09:15	⁴ 2025-11-18 11:15	⁵ filolog	⁶	¹⁰	⁷ -
16	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 2025-11-18 11:30	⁴ 2025-11-18 13:30	⁵ fizjoterapeuta	⁶	¹⁰	⁷ -
17	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 2025-11-19 11:00	⁴ 2025-11-19 13:00	⁵ specjalista	⁶	¹⁰	⁷ -
18	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 2025-11-20 09:30	⁴ 2025-11-20 11:30	⁵ specjalista	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 2025-11-20 12:00	⁴ 2025-11-20 14:00	⁵ informatyk	⁶	¹⁰	⁷ -
20	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 2025-11-21 09:30	⁴ 2025-11-21 11:30	⁵ informatyk	⁶	¹⁰	⁷ -
21	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 2025-11-21 12:00	⁴ 2025-11-21 14:00	⁵ fizjoterapeuta	⁶	¹⁰	⁷ -
22	¹ Fitoterapia - naturalne wsparcie organizmu w profilaktyce i schorzeniach	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2025-11-24 10:00	⁴ 2025-11-24 12:00	⁵ specjalista	⁶	¹⁰	⁷ -
23	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 2025-11-25 09:15	⁴ 2025-11-25 11:15	⁵ filolog	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 2025-11-25 11:30	⁴ 2025-11-25 13:30	⁵ fizjoterapeuta	⁶	¹⁰	⁷ -
25	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 2025-11-26 11:00	⁴ 2025-11-26 13:00	⁵ specjalista	⁶	¹⁰	⁷ -

26	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 2025-11-27 09:30	⁴ 2025-11-27 11:30	⁵ specjalista	⁶ 10	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 2025-11-27 12:00	⁴ 2025-11-27 14:00	⁵ informatyk	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 2025-11-28 09:30	⁴ 2025-11-28 11:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
29	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 2025-11-28 12:00	⁴ 2025-11-28 14:00	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ -