



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie

Harmonogram Form Wsparcia HFW-FESL.07.04-IZ.01-05F1/23-2026-02-004

Nazwa harmonogramu

LUTY 2026

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 schorzeń	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2026-02-02 10:00	⁴ 2026-02-02 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 2026-02-03 09:15	⁴ 2026-02-03 11:15	⁵ specjalista	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 2026-02-03 11:30	⁴ 2026-02-03 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 2026-02-04 11:00	⁴ 2026-02-04 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 2026-02-05 09:30	⁴ 2026-02-05 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 2026-02-05 12:00	⁴ 2026-02-05 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 2026-02-06 09:30	⁴ 2026-02-06 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 2026-02-06 12:00	⁴ 2026-02-06 14:00	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ -
9	¹ Fitoterapia - naturalne wsparcie organizmu w profilaktyce schorzeń	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2026-02-09 10:00	⁴ 2026-02-09 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 2026-02-10 09:15	⁴ 2026-02-10 11:15	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
11	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 2026-02-11 11:30	⁴ 2026-02-11 14:30	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
12	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 2026-02-12 10:30	⁴ 2026-02-12 12:30	⁵ specjalista	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 2026-02-12 12:30	⁴ 2026-02-12 14:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
14	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 2026-02-13 09:30	⁴ 2026-02-13 11:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
15	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 2026-02-13 12:00	⁴ 2026-02-13 14:00	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ -
16	¹ Fitoterapia - naturalne wsparcie organizmu w profilaktyce schorzeń	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2026-02-16 10:00	⁴ 2026-02-16 12:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
17	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 2026-02-17 09:15	⁴ 2026-02-17 11:15	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
18	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 2026-02-17 11:30	⁴ 2026-02-17 13:30	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ -
19	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 2026-02-18 09:00	⁴ 2026-02-18 11:00	⁵ fizjoterapeuta	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 2026-02-18 11:00	⁴ 2026-02-18 13:00	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 2026-02-19 09:15	⁴ 2026-02-19 12:15	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
22	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 2026-02-19 12:30	⁴ 2026-02-19 14:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
23	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 2026-02-20 09:30	⁴ 2026-02-20 11:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -
24	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 2026-02-20 12:00	⁴ 2026-02-20 14:00	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ -
25	¹ Fitoterapia - naturalne wsparcie organizmu w profilaktyce schorzeń	² Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	³ 2026-02-23 10:00	⁴ 2026-02-23 12:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -

26	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 2026-02-24 09:15	⁴ 2026-02-24 11:15	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
27	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 2026-02-25 11:00	⁴ 2026-02-25 13:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
28	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 2026-02-26 09:30	⁴ 2026-02-26 11:30	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ -
29	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 2026-02-26 12:00	⁴ 2026-02-26 14:00	⁵ informatyk	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 2026-02-27 09:30	⁴ 2026-02-27 11:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ -