



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie

Harmonogram wsparcia w ramach projektu „Klub Seniora - wsparcie osób 60+ z gminy Miasteczko Śląskie”,

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

KLUB SENIORA

1.06.- 5.06.2026

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	Korzenie i tradycje – warsztaty historyczne z dziejów Śląska	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	1.06.2026 Godz. 11.00	1.06.2026 Godz. 13.00	specjalista	10 osób	
2	Angielski krok po kroku – podstawy języka	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	2.06.2026 Godz. 9.00	2.06.2026 Godz. 11.00	filolog	10 osób	
3	Droga do lepszej sprawności - techniki rehabilitacyjne z elementami fizjoterapii	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	2.06.2026 Godz. 11.30	2.06.2026 Godz. 13.30	fizjoterapeuta	10 osób	



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie

4	Fitoterapia – naturalne wsparcie organizmu w profilaktyce i terapii schorzeń	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	3.06.2026 Godz. 10.00	3.06.2026 Godz. 12.00	specjalista	10 osób	
5	4.06.2026 Boże ciało – brak zajęć						
6	Komputer i smartfon bez tajemnic – bezpieczeństwo w internecie	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	5.06.2026 Godz. 9.30	5.06.2026 Godz. 11.30	informatyk	10 osób	
7	Bezpieczna aktywność w praktyce – trening ogólnousprawniający dla seniorów	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	5.06.2026 Godz. 12.00	5.06.2026 Godz. 14.00	fizjoterapeuta	10 osób	



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie

8.06.- 12.06.2026

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	Korzenie i tradycje – warsztaty historyczne z dziejów Śląska	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	8.06.2026 Godz. 11.00	8.06.2026 Godz. 13.00	specjalista	10 osób	
2	Angielski krok po kroku – podstawy języka	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	9.06.2026 Godz. 9.00	9.06.2026 Godz. 11.00	filolog	10 osób	
3	Droga do lepszej sprawności - techniki rehabilitacyjne z elementami fizjoterapii	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	9.06.2026 Godz. 11.30	9.06.2026 Godz. 13.30	fizjoterapeuta	10 osób	
4	Fitoterapia – naturalne wsparcie organizmu w profilaktyce i terapii schorzeń	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	10.06.2026 Godz. 10.00	10.06.2026 Godz. 12.00	specjalista	10 osób	



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie

5	Artystyczna przystań – miejsce twórczości i rękodziela	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	11.06.2026 Godz. 9.15	11.06.2026 Godz. 12.15	specjalista	10 osób	
6	Wprowadzenie do cyfrowego świata – podstawy obsługi komputera	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	11.06.2026 Godz. 12.30	11.06.2026 Godz. 14.30	informatyk	10 osób	
7	Komputer i smartfon bez tajemnic – bezpieczeństwo w internecie	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	12.06.2026 Godz. 9.30	12.06.2026 Godz. 11.30	informatyk	10 osób	
8	Bezpieczna aktywność w praktyce – trening ogólnousprawniający dla seniorów	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	12.06.2026 Godz. 12.00	12.06.2026 Godz. 14.00	fizjoterapeuta	10 osób	



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie

15.06.- 19.06.2026

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	Korzenie i tradycje – warsztaty historyczne z dziejów Śląska	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	15.06.2026 Godz. 11.00	15.06.2026 Godz. 13.00	specjalista	10 osób	
2	Angielski krok po kroku – podstawy języka	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	16.06.2026 Godz. 9.00	16.06.2026 Godz. 11.00	filolog	10 osób	
3	Droga do lepszej sprawności - techniki rehabilitacyjne z elementami fizjoterapii	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	16.06.2026 Godz. 11.30	16.06.2026 Godz. 13.30	fizjoterapeuta	10 osób	
4	Fitoterapia – naturalne wsparcie organizmu w profilaktyce i terapii schorzeń	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	17.06.2026 Godz. 10.00	17.06.2026 Godz. 12.00	specjalista	10 osób	



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie

5	Zielona Pracownia – sztuka florystyki i dekoracji wnętrz	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	18.06.2026 Godz. 9.30	18.06.2026 Godz. 11.30	specjalista	10 osób	
6	Wprowadzenie do cyfrowego świata – podstawy obsługi komputera	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	18.06.2026 Godz. 12.00	18.06.2026 Godz. 14.00	informatyk	10 osób	
7	Komputer i smartfon bez tajemnic – bezpieczeństwo w internecie	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	19.06.2026 Godz. 9.30	19.06.2026 Godz. 11.30	informatyk	10 osób	
8	Bezpieczna aktywność w praktyce – trening ogólnousprawniający dla seniorów	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	19.06.2026 Godz. 12.00	19.06.2026 Godz. 14.00	fizjoterapeuta	10 osób	



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie

22.06.- 26.06.2026

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	Fitoterapia – naturalne wsparcie organizmu w profilaktyce i terapii schorzeń	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	22.06.2026 Godz. 10.00	22.06.2026 Godz. 12.00	specjalista	10 osób	
2	Angielski krok po kroku – podstawy języka	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	23.06.2026 Godz. 9.00	23.06.2026 Godz. 11.00	filolog	10 osób	
3	Droga do lepszej sprawności - techniki rehabilitacyjne z elementami fizjoterapii	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	23.06.2026 Godz. 11.30	23.06.2026 Godz. 13.30	fizjoterapeuta	10 osób	
4	Korzenie i tradycje – warsztaty historyczne z dziejów Śląska - aktywność poza klubem w formie wycieczki do Zabytkowej stacji wodociągowej w Zawadzie	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	24.06.2026 Godz. 11.00	24.06.2026 Godz. 13.00	specjalista	10 osób	



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie

5	Artystyczna przystań – miejsce twórczości i rękodzieła	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	25.06.2026 Godz. 9.15	25.06.2026 Godz. 12.15	specjalista	10 osób	
6	Wprowadzenie do cyfrowego świata – podstawy obsługi komputera	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	25.06.2026 Godz. 12.30	25.06.2026 Godz. 14.30	informatyk	10 osób	
7	Komputer i smartfon bez tajemnic – bezpieczeństwo w internecie	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	26.06.2026 Godz. 9.30	26.06.2026 Godz. 11.30	informatyk	10 osób	



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie

29.06.- 30.06.2026

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	Korzenie i tradycje – warsztaty historyczne z dziejów Śląska	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	29.06.2026 Godz. 11.00	29.06.2026 Godz. 13.00	specjalista	10 osób	
2	Angielski krok po kroku – podstawy języka	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Miasteczku Śląskim, ul. Staromiejska 8, 42-610 Miasteczko Śląskie, sala nr 5	29.06.2026 Godz. 13.00	29.06.2026 Godz. 15.00	filolog	10 osób	