



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie

Harmonogram Form Wsparcia HFW-FESL.07.04-IZ.01-05F1/23-2026-08-001

Nazwa harmonogramu

Harmonogram form wsparcia - sierpień 2026

Nr projektu

FESL.07.04-IZ.01-05F1/23-006

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 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 2026-08-03 11:00	⁴ 2026-08-03 13:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ .
2	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 2026-08-05 10:00	⁴ 2026-08-05 12:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ .
3	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 2026-08-05 12:00	⁴ 2026-08-05 14:00	⁵ filolog	⁶ 10	⁷ .
4	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 2026-08-06 09:15	⁴ 2026-08-06 12:15	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ .
5	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 2026-08-06 12:30	⁴ 2026-08-06 14:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ .
6	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 2026-08-07 09:30	⁴ 2026-08-07 11:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ .
7	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 2026-08-10 11:00	⁴ 2026-08-10 13:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ W ramach zajęć odbędzie się aktywność poza Klubem - wycieczka do schronu bojowego w Zbroslawicach.
8	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 2026-08-11 09:00	⁴ 2026-08-11 11:00	⁵ filolog	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 2026-08-12 10:00	⁴ 2026-08-12 12:00	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 2026-08-13 09:15	⁴ 2026-08-13 12:15	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 2026-08-13 12:30	⁴ 2026-08-13 14:30	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 2026-08-14 09:30	⁴ 2026-08-14 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 2026-08-14 12:00	⁴ 2026-08-14 14:00	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ .
14	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 2026-08-17 11:00	⁴ 2026-08-17 13:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ W ramach aktywności poza klubem zajęcia historyczne odbędą się w Bibliotece Miejskiej w Miasteczku Śląskim
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 2026-08-18 09:00	⁴ 2026-08-18 11:00	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 2026-08-18 11:30	⁴ 2026-08-18 13:30	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ .
17	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 2026-08-20 09:15	⁴ 2026-08-20 12:15	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ .

18	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 2026-08-21 12:00	⁴ 2026-08-21 14:00	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ .
19	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 2026-08-24 11:00	⁴ 2026-08-24 13:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ .
20	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 2026-08-25 09:00	⁴ 2026-08-25 11:00	⁵ filolog	⁶ 10	⁷ .
21	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 2026-08-25 11:30	⁴ 2026-08-25 13:30	⁵ fizjoterapeuta	⁶ 10	⁷ .
22	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 2026-08-26 10:00	⁴ 2026-08-26 12:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ .
23	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 2026-08-27 09:15	⁴ 2026-08-27 12:15	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ .
24	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 2026-08-27 12:30	⁴ 2026-08-27 14:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ .
25	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 2026-08-28 09:30	⁴ 2026-08-28 11:30	⁵ informatyk	⁶ 10	⁷ .
26	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 2026-08-28 12:00	⁴ 2026-08-28 14:00	⁵ fizjoterapeuta	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 2026-08-31 11:00	⁴ 2026-08-31 13:00	⁵ specjalista	⁶ 10	⁷ .
----	---	---	-------------------------------	-------------------------------	--------------------------	-----------------	----------------