



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie

HARMONOGRAM ZAJĘĆ TWIERDZY SENIORA NA MIESIĄC LUTY 2026 ROKU

Organizowanych w ramach projektu „Bo RAZEM mamy tę SUPERMOC SENIOROW” realizowanego przez Fundację Index do Przyszłości oraz Fundację Rodzin Polskich im. św. Jana Pawła II w ramach Programu Fundusze Europejskie dla Śląskiego 2021-2027 współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus.

02.02.2026 (poniedziałek), godz. 9:30 – 13:30 Śniadanie SUPERMOCY, Caffe Senior 11.30

03.02.2026 (wtorek), 10.00-13.30 BINGO i gry planszowe

04.02.2026 (środa), 9.00-13.00, od 10:00 Trening funkcji poznawczych

05.02.2026 (czwartek), wyjście do kina Helios w Galerii Libero, **zbiórka godz. 10.45,** pokaz filmu „Hamnet”

09.02.2026 (poniedziałek), 9.30 – 13.30 „Śniadanie SUPERMOCY”; **od 12:30-13:30** gimnastyka ze specjalistką terapeutką, sala MOSIR

10.02.2026 (wtorek), 9.30-13.30, od 10.00 Zajęcia rozwojowe z elementami opowieści oraz ćwiczeń poznawczych, czytanie poezji z okazji Walentynek

11.02.2026 (środa), 9.00-13.00, od 10:00 Trening funkcji poznawczych

12.02.2026 (czwartek), 9.00 – 13.00, od 11.00 Grupa wsparcia, relaksacja

16.02.2026 (poniedziałek), godz. 9:30 – 13:30 Śniadanie SUPERMOC, Gimnastyka ze specjalistką terapeutką, sala MOSIR

17.02.2026 (wtorek), 9.30-13.30, od 10.00 Warsztaty komputerowo-smartphonowe

18.02.2026 (środa) 8.30-12.30, od 10:00 Trening funkcji poznawczych

19.02.2026 (czwartek) godz. 8:30 – 12:30, od 10:00 Zajęcia kreatywne, grupa wsparcia

23.02.2026 (poniedziałek), godz. 9:30 – 13:30 Śniadanie SUPERMOCY **12.30-13.30** Gimnastyka ze specjalistką terapeutką, sala MOSIR

24.02.2026 (wtorek) 9.30-13.30, od 10.00 Zajęcia rozwojowe z elementami opowieści oraz ćwiczeń poznawczych

25.02.2026 (środa) 8.30-12.30, od 10:00 Trening funkcji poznawczych, grupa wsparcia

26.02.2026 (czwartek), 9.30-13.30, 10.00 Caffe Senior, zajęcia kreatywne

