



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie

Harmonogram Form Wsparcia HFW-FESL.07.04-IZ.01-05E6/23-2026-08-001

Nazwa harmonogramu

Harmonogram wsparcia Sierpień 2026

Nr projektu

FESL.07.04-IZ.01-05E6/23-004

Tytuł projektu

Bo RAZEM mamy tę SUPERMOC SENIORÓW

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 Trening funkcji poznawczych	2 Katowice, ul. Panewnicka 13A, przybudówka przy VII L.O.	3 2026-08-01 09:30	4 2026-08-01 13:30	5 trener	6 30	7 brak uwag
2	1 Śniadanie SUPERMOCY"; od 12:30-13:30 gimnastyka ze specjalistką terapeutką, sala MOSiR	2 Katowice, Panewnicka 13A, przybudówka przy VII L.O., sala MOSiR ul. Asnyka 27	3 2026-08-03 08:30	4 2026-08-03 12:30	5 opiekun klubu, fizjoterapeuta	6 30	7 brak uwag
3	1 Zajęcia kreatywne, tworzenie autorskich Przepiśników, część 1	2 Katowice, ul. Panewnicka 13A, przybudówka przy VII L.O.	3 2026-08-04 09:30	4 2026-08-04 13:30	5 trener	6 30	7 brak uwag
4	1 Trening funkcji poznawczych	2 Katowice, ul. Panewnicka 13A, przybudówka przy VII L.O.	3 2026-08-05 09:30	4 2026-08-05 13:30	5 trener	6 30	7 brak uwag
5	1 Zajęcia filmowe z kulturoznawcą	2 Katowice, ul. Panewnicka 13A, przybudówka przy VII L.O.	3 2026-08-06 09:30	4 2026-08-06 13:30	5 kulturoznawca, trener	6 30	7 brak uwag
6	1 Śniadanie SUPERMOCY"; od 12:30-13:30 gimnastyka ze specjalistką terapeutką, sala MOSiR	2 Katowice, Panewnicka 13A, przybudówka przy VII L.O., sala MOSiR ul. Asnyka 27	3 2026-08-10 08:30	4 2026-08-10 12:30	5 opiekun klubu, fizjoterapeuta	6 30	7 brak uwag
7	1 Warsztaty komputerowo smartphonowe, przy współpracy z ING - "Warsztat z cyberbezpieczeństwa"	2 Katowice, ul. Panewnicka 13A, przybudówka przy VII L.O.	3 2026-08-11 09:30	4 2026-08-11 13:30	5 opiekun klubu, wolontariusz ING	6 30	7 brak uwag
8	1 Grupa wsparcia dla seniorów	2 Katowice, ul. Panewnicka 13A, przybudówka przy VII L.O.	3 2026-08-13 09:30	4 2026-08-13 13:30	5 trener	6 30	7 brak uwag
9	1 Zajęcia kreatywne: szkło artystyczne (wykonywanie ozdób - witraży metodą Tiffany'ego- różne formy)	2 Świątchłowice, ul. Kubiny 5	3 2026-08-13 10:00	4 2026-08-13 12:00	5 arteterapeuta	6 6	7 brak uwag
10	1 „Śniadanie SUPERMOCY"; od 12:30-13:30 gimnastyka ze specjalistką terapeutką, sala MOSiR	2 Katowice, Panewnicka 13A, przybudówka przy VII L.O., sala MOSiR ul. Asnyka 27	3 2026-08-17 08:30	4 2026-08-17 12:30	5 opiekun klubu, fizjoterapeuta	6 30	7 brak uwag
11	1 Zajęcia kreatywne, warsztaty zielarskie połączone ze spacerem	2 Katowice, ul. Panewnicka 13A, przybudówka przy VII L.O.	3 2026-08-18 09:30	4 2026-08-18 13:30	5 opiekun klubu	6 30	7 brak uwag
12	1 Zajęcia kreatywne - ceramika (wykonywanie ozdób z ceramiki, różne formy)	2 Świątchłowice, ul. Kubiny 5	3 2026-08-18 10:00	4 2026-08-18 12:00	5 arteterapeuta	6 6	7 brak uwag
13	1 Trening funkcji poznawczych	2 Katowice, ul. Panewnicka 13A, przybudówka przy VII L.O.	3 2026-08-19 09:30	4 2026-08-19 13:30	5 trener	6 30	7 brak uwag
14	1 Zajęcia kreatywne/Wyjście do instytucji kultury	2 Katowice	3 2026-08-20 09:30	4 2026-08-20 13:30	5 opiekun klubu	6 30	7 brak uwag

15	¹ „Śniadanie SUPERMOCY”; od 12:00-13:30 gimnastyka ze specjalistką terapeutką, sala MOSiR	² Katowice, ul. Panewnicka 13A, przybudówka przy VII L.O., sala MOSiR, ul. Asnyka 27	³ 2026-08-24 09:30	⁴ 2026-08-24 13:30	⁵ opiekun klubu, fizjoterapeuta	⁶ 30	⁷ brak uwag
16	¹ Całodniowa wycieczka krajoznawcza do Skansenu w Wygiełzowie	² Województwo małopolskie, Wygiełzów	³ 2026-08-25 08:00	⁴ 2026-08-25 19:00	⁵ opiekun klubu	⁶ 30	⁷ brak uwag
17	¹ Trening funkcji poznawczych	² Katowice, ul. Panewnicka 13A, przybudówka przy VII L.O.	³ 2026-08-26 09:30	⁴ 2026-08-26 13:30	⁵ trener	⁶ 30	⁷ brak uwag
18	¹ Grupa wsparcia dla seniorów, relaksacja	² Katowice, ul. Panewnicka 13A, przybudówka przy VII L.O.	³ 2026-08-27 09:30	⁴ 2026-08-27 13:30	⁵ trener	⁶ 30	⁷ brak uwag
19	¹ Edukacja ekonomiczna - (O inteligencji finansowej i przekonaniach ograniczających w temacie pieniędzy.)	² Świętochłowice, ul. Kubiny 5	³ 2026-08-28 10:00	⁴ 2026-08-28 12:00	⁵ ekonomista	⁶ 18	⁷ brak uwag
20	¹ Warsztaty muzyczne	² Katowice, ul. Panewnicka 13A, przybudówka przy VII L.O.	³ 2026-08-28 17:00	⁴ 2026-08-28 19:00	⁵ muzykolog, kulturoznawca	⁶ 30	⁷ brak uwag
21	¹ Grupa wsparcia dla opiekunów faktycznych	² Katowice, ul. Panewnicka 13A, przybudówka przy VII L.O.	³ 2026-08-28 17:00	⁴ 2026-08-28 20:00	⁵ trener	⁶ 30	⁷ brak uwag
22	¹ „Śniadanie SUPERMOCY”; od 12:00-13:30 gimnastyka ze specjalistką terapeutką, sala MOSiR	² Katowice, ul. Panewnicka 13A, przybudówka przy VII L.O., sala MOSiR, ul. Asnyka 27	³ 2026-08-31 08:30	⁴ 2026-08-31 12:30	⁵ opiekun klubu, fizjoterapeuta	⁶ 30	⁷ brak uwag