



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie

Harmonogram Form Wsparcia HFW-FESL.07.04-IZ.01-05F2/23-2025-04-001

Nazwa harmonogramu

KWIECIEŃ 2025

Nr projektu

FESL.07.04-IZ.01-05F2/23-005

Tytuł projektu

Dobra Jesień Życia - usługi opiekuńcze na terenie gminy Bobrowniki

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 Rozruch poranny dla seniora, gimnastyka/zajęcia relaksacyjne/spacer terenowy	2 Amfiteatr, Rogoźnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	3 2025-04-07 09:30	4 2025-04-07 10:30	5 trener	6 30	7 -
2	1 Aktywności poza klubem	2 Amfiteatr, Rogoźnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	3 2025-04-08 10:00	4 2025-04-08 16:00	5 -	6 30	7 szczegółowe informacje po uzgodnieniu z uczestnikami
3	1 Wykład zdrowy kręgosłup	2 Amfiteatr, Rogoźnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	3 2025-04-09 10:00	4 2025-04-09 12:00	5 specjalista	6 30	7 -
4	1 Warsztaty artystyczne/malarskie/ wykonywanie ozdób sezonowych	2 Amfiteatr, Rogoźnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	3 2025-04-10 12:30	4 2025-04-10 14:45	5 specjalista	6 30	7 -
5	1 Zajęcia prozdrowotne sportowo-relaksacyjne. Poprawna postawa. Poprawny oddech.	2 Amfiteatr, Rogoźnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	3 2025-04-11 09:30	4 2025-04-11 14:45	5 specjalista	6 30	7 -
6	1 Konsultacje "zdrowy kręgosłup"	2 Amfiteatr, Rogoźnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	3 2025-04-14 09:30	4 2025-04-14 14:45	5 specjalista	6 30	7 -
7	1 Rozruch poranny dla seniora, gimnastyka/zajęcia relaksacyjne/spacer terenowy	2 Amfiteatr, Rogoźnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	3 2025-04-15 09:00	4 2025-04-15 10:00	5 trener	6 30	7 -
8	1 Zajęcia kulinarne. Prozdrowotne gotowanie	2 Amfiteatr, Rogoźnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	3 2025-04-16 10:00	4 2025-04-16 12:15	5 specjalista	6 30	7 -
9	1 Muzykoterapia	2 Amfiteatr, Rogoźnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	3 2025-04-17 16:00	4 2025-04-17 17:00	5 specjalista	6 30	7 -
10	1 Rozruch poranny dla seniora, gimnastyka/zajęcia relaksacyjne/spacer terenowy	2 Amfiteatr, Rogoźnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	3 2025-04-22 09:00	4 2025-04-22 10:00	5 trener	6 30	7 -
11	1 Joga dla seniora	2 Amfiteatr, Rogoźnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	3 2025-04-22 09:30	4 2025-04-22 11:45	5 instruktor	6 30	7 -
12	1 Aktywności poza klubem	2 Amfiteatr, Rogoźnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	3 2025-04-23 10:00	4 2025-04-23 16:00	5 -	6 30	7 szczegółowe informacje po uzgodnieniu z uczestnikami
13	1 Wykład zdrowy kręgosłup	2 Amfiteatr, Rogoźnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	3 2025-04-24 10:00	4 2025-04-24 12:00	5 specjalista	6 30	7 -
14	1 Warsztaty artystyczne/malarskie/ wykonywanie ozdób sezonowych	2 Amfiteatr, Rogoźnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	3 2025-04-25 12:30	4 2025-04-25 14:45	5 specjalista	6 30	7 -
15	1 Zajęcia prozdrowotne sportowo-relaksacyjne. Poprawna postawa. Poprawny oddech.	2 Amfiteatr, Rogoźnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	3 2025-04-28 09:30	4 2025-04-28 14:45	5 specjalista	6 30	7 -
16	1 Konsultacje "zdrowy kręgosłup"	2 Amfiteatr, Rogoźnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	3 2025-04-29 09:30	4 2025-04-29 14:45	5 specjalista	6 30	7 -
17	1 Aktywności poza klubem	2 Amfiteatr, Rogoźnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	3 2025-04-30 09:30	4 2025-04-30 14:45	5 -	6 30	7 szczegółowe informacje po uzgodnieniu z uczestnikami