



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie

Harmonogram Form Wsparcia HFW-FESL.07.04-IZ.01-05F2/23-2025-12-001

Nazwa harmonogramu

GRUDZIEŃ 2025

Nr projektu

FESL.07.04-IZ.01-05F2/23-007

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 Opieka domowa w miejscu zamieszkania - 1 indywidualny uczestnik	² miejsce zamieszkania uczestników	³ 2025-12-01 00:00	⁴ 2025-12-31 00:00	⁵ Opiekun 8	⁶	⁷ Szczegółowy harmonogram wsparcia ustalany jest na bieżąco i indywidualnie z każdym uczestnikiem. Dotyczy to zarówno dni jak i godzin pracy opiekuna. Planowo uczestnikowi przysługują 26h/m-c.
2	¹ Opieka domowa w miejscu zamieszkania - 2 indywidualnych uczestników	² miejsce zamieszkania uczestników	³ 2025-12-01 00:00	⁴ 2025-12-31 00:00	⁵ Opiekun 3	⁶	⁷ Szczegółowy harmonogram wsparcia ustalany jest na bieżąco i indywidualnie z każdym uczestnikiem. Dotyczy to zarówno dni jak i godzin pracy opiekuna. Planowo uczestnikowi przysługują 26h/m-c.
3	¹ Opieka domowa w miejscu zamieszkania - 2 indywidualnych uczestników	² miejsce zamieszkania uczestników	³ 2025-12-01 00:00	⁴ 2025-12-31 00:00	⁵ Opiekun 4	⁶	⁷ Szczegółowy harmonogram wsparcia ustalany jest na bieżąco i indywidualnie z każdym uczestnikiem. Dotyczy to zarówno dni jak i godzin pracy opiekuna. Planowo uczestnikowi przysługują 26h/m-c.
4	¹ Opieka domowa w miejscu zamieszkania - 2 indywidualnych uczestników	² miejsce zamieszkania uczestników	³ 2025-12-01 00:00	⁴ 2025-12-31 00:00	⁵ Opiekun 5	⁶	⁷ Szczegółowy harmonogram wsparcia ustalany jest na bieżąco i indywidualnie z każdym uczestnikiem. Dotyczy to zarówno dni jak i godzin pracy opiekuna. Planowo uczestnikowi przysługują 26h/m-c.
5	¹ Opieka domowa w miejscu zamieszkania - 2 indywidualnych uczestników	² miejsce zamieszkania uczestników	³ 2025-12-01 00:00	⁴ 2025-12-31 00:00	⁵ Opiekun 6	⁶	⁷ Szczegółowy harmonogram wsparcia ustalany jest na bieżąco i indywidualnie z każdym uczestnikiem. Dotyczy to zarówno dni jak i godzin pracy opiekuna. Planowo uczestnikowi przysługują 26h/m-c.
6	¹ Opieka domowa w miejscu zamieszkania - 2 indywidualnych uczestników	² miejsce zamieszkania uczestników	³ 2025-12-01 00:00	⁴ 2025-12-31 00:00	⁵ Opiekun 7	⁶	⁷ Szczegółowy harmonogram wsparcia ustalany jest na bieżąco i indywidualnie z każdym uczestnikiem. Dotyczy to zarówno dni jak i godzin pracy opiekuna. Planowo uczestnikowi przysługują 26h/m-c.
7	¹ Opieka domowa w miejscu zamieszkania - 2 indywidualnych uczestników	² miejsce zamieszkania uczestników	³ 2025-12-01 00:00	⁴ 2025-12-31 00:00	⁵ Opiekun 1	⁶	⁷ Szczegółowy harmonogram wsparcia ustalany jest na bieżąco i indywidualnie z każdym uczestnikiem. Dotyczy to zarówno dni jak i godzin pracy opiekuna. Planowo uczestnikowi przysługują 26h/m-c.

8	¹ Opieka domowa w miejscu zamieszkania - 2 indywidualnych uczestników	² miejsce zamieszkania uczestników	³ 2025-12-01 00:00	⁴ 2025-12-31 00:00	⁵ Opiekun 2	⁶ 2	⁷ Szczegółowy harmonogram wsparcia ustalany jest na bieżąco i indywidualnie z każdym uczestnikiem. Dotyczy to zarówno dni jak i godzin pracy opiekuna. Planowo uczestnikowi przysługują 26h/m-c.
9	¹ Zajęcia z opiekunem: kinezygerontoprofilaktyka	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-01 09:30	⁴ 2025-12-01 11:30	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
10	¹ Zajęcia z opiekunem: integracja przy stole	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-01 11:00	⁴ 2025-12-01 12:00	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
11	¹ Zajęcia z opiekunem: amatorskie zajęcia przy komputerach	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-01 12:30	⁴ 2025-12-01 14:00	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
12	¹ Zajęcia z opiekunem: relaks przy muzyce	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-01 14:00	⁴ 2025-12-01 15:30	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
13	¹ Zajęcia z opiekunem: ćwiczenia oddechowe	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-02 08:30	⁴ 2025-12-02 09:30	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
14	¹ Zajęcia z opiekunem: /warsztaty kulinarne	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-02 10:00	⁴ 2025-12-02 12:00	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
15	¹ Zajęcia tematyczne: malowanie	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-02 12:00	⁴ 2025-12-02 16:00	⁵ opiekun/trener	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
16	¹ Zajęcia tematyczne: ozdoby zimowo świąteczne	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-03 08:00	⁴ 2025-12-03 16:00	⁵ opiekun/trener	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
17	¹ Zajęcia z opiekunem: wsparcie komputerowe	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-03 12:00	⁴ 2025-12-03 16:00	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
18	¹ Zajęcia z opiekunem: ćwiczenia oddechowe	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-04 09:00	⁴ 2025-12-04 10:00	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
19	¹ Zajęcia z opiekunem: Barbórka - dzień wspomnień i celebracji	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-04 10:30	⁴ 2025-12-04 13:00	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
20	¹ Zajęcia z opiekunem: Domowy seans filmowy	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-04 13:30	⁴ 2025-12-04 15:30	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
21	¹ Zajęcia z opiekunem: poranna gimnastyka	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-05 09:00	⁴ 2025-12-05 11:00	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
22	¹ Zajęcia z opiekunem: kinezygerontoprofilaktyka	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-05 09:30	⁴ 2025-12-05 11:00	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
23	¹ Zajęcia z opiekunem: odpoczynek/ integracja przy stole	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-05 11:00	⁴ 2025-12-05 12:30	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
24	¹ Zajęcia z opiekunem: trening umysłu /karta pracy	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-05 13:00	⁴ 2025-12-05 15:30	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
25	¹ Zajęcia z opiekunem: integracja przy stole	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-08 11:00	⁴ 2025-12-08 11:30	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
26	¹ Spotkanie z Pełnomocnikiem Komendanta Wojewódzkiego Policji w Katowicach ds. Ochrony Praw Człowieka	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-08 11:30	⁴ 2025-12-08 14:00	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
27	¹ Zajęcia prozdrowotne: mini wykład - naturalne kosmetyki	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-09 08:00	⁴ 2025-12-09 09:00	⁵ opiekun/trener	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
28	¹ Zajęcia prozdrowotne: warsztaty z tworzenia naturalnych kosmetyków	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-09 09:00	⁴ 2025-12-09 13:00	⁵ opiekun/trener	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16

29	¹ Zajęcia prozdrowotne: Zajęcia relaksacyjne	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-09 13:00	⁴ 2025-12-09 14:30	⁵ opiekun/trener	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
30	¹ Zajęcia z opiekunem: Prace manualne z opiekunem	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-09 14:30	⁴ 2025-12-09 16:00	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
31	¹ Zajęcia tematyczne: wianki świąteczno-zimowe	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-10 08:00	⁴ 2025-12-10 16:00	⁵ opiekun/trener	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
32	¹ Zajęcia z opiekunem: wsparcie komputerowe	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-10 12:00	⁴ 2025-12-10 16:00	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
33	¹ Zajęcia prozdrowotne: wykład - czym jest podologia	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-11 08:00	⁴ 2025-12-11 09:00	⁵ opiekun/trener	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
34	¹ Zajęcia prozdrowotne: "Kiedy warto się zgłosić do podologa?"	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-11 09:00	⁴ 2025-12-11 10:00	⁵ opiekun/trener	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
35	¹ Zajęcia prozdrowotne: Joga i automasaż stóp	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-11 10:00	⁴ 2025-12-11 11:30	⁵ opiekun/trener	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
36	¹ Zajęcia prozdrowotne: Zdrowy kręgosłup	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-11 11:30	⁴ 2025-12-11 13:00	⁵ opiekun/trener	⁶ 30	⁷ -
37	¹ Zajęcia prozdrowotne: Zajęcia relaksacyjne	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-11 13:00	⁴ 2025-12-11 14:30	⁵ opiekun/trener	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
38	¹ Zajęcia z opiekunem: Domowy seans filmowy	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-11 14:30	⁴ 2025-12-11 16:00	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
39	¹ Zajęcia z opiekunem: poranna gimnastyka	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-12 09:30	⁴ 2025-12-12 11:30	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
40	¹ Zajęcia z opiekunem: Gry planszowe/ karty pracy	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-12 11:30	⁴ 2025-12-12 12:30	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
41	¹ Zajęcia z opiekunem: spacer i relaks przy muzyce	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-12 13:00	⁴ 2025-12-12 15:00	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
42	¹ Aktywność poza klubem - wyjazd do kopalni srebra	² -	³ 2025-12-15 10:00	⁴ 2025-12-15 16:00	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
43	¹ Zajęcia z opiekunem: ćwiczenia oddechowe	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-16 09:00	⁴ 2025-12-16 10:00	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ -
44	¹ Zajęcia z opiekunem: warsztaty kulinarne	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-16 10:00	⁴ 2025-12-16 12:00	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
45	¹ Zajęcia tematyczne: malarstwo	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-16 12:00	⁴ 2025-12-16 16:00	⁵ opiekun/trener	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
46	¹ Zajęcia tematyczne: autorska bombka lub/i stroik świąteczny	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-17 08:00	⁴ 2025-12-17 16:00	⁵ opiekun/trener	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
47	¹ Zajęcia z opiekunem: Wsparcie komputerowe	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-17 12:00	⁴ 2025-12-17 16:00	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
48	¹ Zajęcia prozdrowotne: zdrowotny panel dyskusyjny	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-18 08:00	⁴ 2025-12-18 09:00	⁵ opiekun/trener	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
49	¹ Zajęcia prozdrowotne: ćwiczenia oddechowe	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-18 09:00	⁴ 2025-12-18 10:00	⁵ opiekun/trener	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
50	¹ Zajęcia prozdrowotne: zdrowy kręgosłup	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-18 10:00	⁴ 2025-12-18 11:30	⁵ opiekun/trener	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
51	¹ Zajęcia prozdrowotne: zdrowotne konsultacje indywidualne	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-18 11:30	⁴ 2025-12-18 13:00	⁵ opiekun/trener	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16

52	¹ Zajęcia prozdrowotne: Zajęcia relaksacyjne	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-18 13:00	⁴ 2025-12-18 14:30	⁵ opiekun/trener	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
53	¹ Zajęcia z opiekunem: Domowy seans filmowy	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-18 14:30	⁴ 2025-12-18 16:00	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
54	¹ Zajęcia z opiekunem: kinezygerontoprofilaktyka	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-19 09:00	⁴ 2025-12-19 11:00	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
55	¹ Zajęcia tematyczne: zielony stroik świąteczny	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-19 11:00	⁴ 2025-12-19 16:00	⁵ opiekun/trener	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
56	¹ Zajęcia z opiekunem: poranny rozruch	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-22 09:30	⁴ 2025-12-22 11:30	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
57	¹ Zajęcia z opiekunem: spacer/odpoczynek przy muzyce	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-22 12:00	⁴ 2025-12-22 13:00	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
58	¹ Zajęcia z opiekunem: gry/kolorowanki/puzzle	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-22 13:00	⁴ 2025-12-22 16:00	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
59	¹ Zajęcia z opiekunem: ćwiczenia oddechowe	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-23 09:00	⁴ 2025-12-23 10:00	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
60	¹ Zajęcia z opiekunem: Uroczysty posiłek, rozmowy o tradycjach / wsparcie opiekunów dla osób potrzebujących	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-23 10:00	⁴ 2025-12-23 13:00	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
61	¹ Zajęcia z opiekunem: świąteczny seans filmowy	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-23 13:30	⁴ 2025-12-23 15:30	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
62	¹ Zajęcia z opiekunem: kinezygerontoprofilaktyka	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-29 09:30	⁴ 2025-12-29 11:30	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
63	¹ Zajęcia z opiekunem: integracja przy stole/animacje w grupie	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-29 11:30	⁴ 2025-12-29 13:30	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
64	¹ Zajęcia z opiekunem: spacer, relaksacja przy muzyce	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-29 14:00	⁴ 2025-12-29 16:00	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
65	¹ Zajęcia prozdrowotne: jak dbać o siebie w czasie świąteczno zimowym	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-30 08:00	⁴ 2025-12-30 09:00	⁵ opiekun/trener	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
66	¹ Zajęcia prozdrowotne: zdrowy kręgosłup	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-30 09:00	⁴ 2025-12-30 10:00	⁵ opiekun/trener	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
67	¹ Zajęcia prozdrowotne: zajęcia relaksacyjne	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-30 10:00	⁴ 2025-12-30 11:30	⁵ opiekun/trener	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
68	¹ Zajęcia prozdrowotne: zdrowotny panel dyskusyjny w temacie dbania o siebie w okresie zimowym	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-30 11:30	⁴ 2025-12-30 13:00	⁵ opiekun/trener	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
69	¹ Zajęcia prozdrowotne: ćwiczenia oddechowe	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-30 13:00	⁴ 2025-12-30 14:30	⁵ opiekun/trener	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
70	¹ Zajęcia z opiekunem: tworzenie przekąsek	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-30 14:30	⁴ 2025-12-30 16:00	⁵ opiekun	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
71	¹ Zajęcia tematyczne - maska karnawałowa	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-31 08:00	⁴ 2025-12-31 13:00	⁵ opiekun/trener	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16
72	¹ Pożegnanie roku 2025 - zabawa taneczna	² Amfiteatr, Rogożnik 42-582, ul Modrzewiowa 1	³ 2025-12-31 14:00	⁴ 2025-12-31 16:00	⁵ opiekun/trener	⁶ 30	⁷ Klub Seniora otwarty w godzinach 8-16