



Fundusze Europejskie
dla Śląskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Województwo
Śląskie

Harmonogram Form Wsparcia HFW-FESL.07.04-IZ.01-05B2/23-2026-07-011

Nazwa harmonogramu

Harmonogram Form Wsparcia lipiec 2026

Nr projektu

FESL.07.04-IZ.01-05B2/23-004

Tytuł projektu

Senior w wielkim mieście - rozwój usług świadczonych w społeczności lokalnej poprzez sieć Klubów Seniora

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 "Senior w działaniu"	2 MOPS Katowice, MDK ul. Franciszkańska 33, Katowice	3 2026-07-01 08:00	4 2026-07-01 11:00	5 opiekun	6 20	7 brak
2	1 Cykl zajęć "Na zdrowie", "Senior w działaniu", zajęcia z opiekunem	2 MDK ul. Tadeusza Boya Żeleńskiego 83, Katowice	3 2026-07-01 08:00	4 2026-07-01 12:00	5 Animator, trener	6 23	7 brak
3	1 Cykl zajęć "Senior w działaniu", zajęcia z opiekunem	2 MDK, ul. Tysiąclecia 5, Katowice	3 2026-07-01 09:00	4 2026-07-01 13:00	5 Animator	6 21	7 brak
4	1 Cykl zajęć "Senior w podróży"	2 poza terenem Klubu przy ul. Brynowska 16, Katowice	3 2026-07-01 09:00	4 2026-07-01 13:00	5 Animator	6 20	7 brak
5	1 Senior w ruchu	2 Katowice, MOPS - park Dąbrówka mała	3 2026-07-01 09:00	4 2026-07-01 10:00	5 Ekspert	6 20	7 -
6	1 "Senior w działaniu" Grill i rekreacja w Dolinie Ślepiotki	2 MOPS Katowice, Dolina Ślepiotki, Katowice	3 2026-07-01 12:00	4 2026-07-01 15:00	5 opiekun	6 20	7 brak
7	1 "Senior w ruchu" 1 h "Senior w działaniu" 2 h	2 MOPS Katowice, Dolina 3 Stawów	3 2026-07-02 08:00	4 2026-07-02 11:00	5 Opiekun/Ekspert	6 20	7 brak
8	1 Cykl zajęć "Senior w działaniu" - puzzlemy, gramy, rozmawiamy	2 TKKF "CZARNI" ul. Radosna 35c, Katowice	3 2026-07-02 09:00	4 2026-07-02 13:00	5 Ekspert	6 20	7 brak
9	1 Senior w działaniu	2 Katowice, Szewcenki 8 "Opal"	3 2026-07-02 11:30	4 2026-07-02 14:30	5 Opiekun Klubu Seniora	6 20	7 -
10	1 Cykl zajęć "Na Zdrowie", zajęcia z opiekunem	2 ul. Gen. Jankego 200, Katowice	3 2026-07-02 12:00	4 2026-07-02 16:00	5 Animator, trener	6 24	7 brak
11	1 "Senior w działaniu"	2 MOPS Katowice, Siedziba Fundacji "Patroni" ul. Mariacka 32, Katowice	3 2026-07-02 12:00	4 2026-07-02 15:00	5 opiekun	6 20	7 brak
12	1 Cykl zajęć "Senior w działaniu", zajęcia z opiekunem	2 MDK ul. Tadeusza Boya Żeleńskiego 83, Katowice	3 2026-07-03 08:00	4 2026-07-03 12:00	5 Animator	6 23	7 brak
13	1 Cykl zajęć "Senior w działaniu" - puzzlemy, gramy, rozmawiamy	2 Miejska Biblioteka Publiczna ul. Goetla 2, Katowice	3 2026-07-03 09:00	4 2026-07-03 13:00	5 Animator	6 20	7 brak
14	1 Senior w działaniu : Psychoedukacja	2 MOPS Katowice ul. Strzelców bytomskich 14	3 2026-07-03 11:30	4 2026-07-03 13:30	5 Opiekun KS	6 20	7 -
15	1 "Senior w działaniu"	2 MOPS Katowice, MDK ul. Franciszkańska 33, Katowice	3 2026-07-03 12:00	4 2026-07-03 15:00	5 opiekun	6 20	7 brak
16	1 Cykl zajęć "Senior w działaniu"	2 ul. Misjonarzy Oblatów 24 w Katowicach, Dzienny Dom Pomocy Społecznej	3 2026-07-04 08:00	4 2026-07-04 16:00	5 Animator	6 20	7 brak
17	1 Cykl zajęć "Na zdrowie"	2 Dzienny Dom Pomocy Społecznej ul. Świdnicka 35a	3 2026-07-04 10:00	4 2026-07-04 12:00	5 expert	6 20	7 brak

18	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu"	² Dzienny Dom Pomocy Społecznej ul. Świdnicka 35a	³ 2026-07-04 10:00	⁴ 2026-07-04 18:00	⁵ Animator	⁶ 20	⁷ brak
19	¹ Senior w działaniu : Warsztaty kulinarne (leczo)	² MOPS Katowice, Strzelców bytomskich 14	³ 2026-07-04 11:00	⁴ 2026-07-04 13:30	⁵ Opiekun KS	⁶ 20	⁷ -
20	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu", zajęcia z opiekunem	² MDK, ul. Tysiąclecia 5, Katowice	³ 2026-07-06 09:00	⁴ 2026-07-06 13:00	⁵ Animator	⁶ 21	⁷ brak
21	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu" - rysujemy, malujemy, wycinamy	² Miejska Biblioteka Publiczna ul. Goetla 2, Katowice	³ 2026-07-06 11:30	⁴ 2026-07-06 15:30	⁵ Animator	⁶ 20	⁷ brak
22	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu", zajęcia z opiekunem	² ul. Gen. Jankego 200, Katowice	³ 2026-07-06 12:00	⁴ 2026-07-06 16:00	⁵ Animator	⁶ 24	⁷ brak
23	¹ Senior w działaniu: Spotkanie integracyjne	² MOPS Katowice, MDK Bogucice ul. Markiefki 44a	³ 2026-07-06 16:00	⁴ 2026-07-06 20:30	⁵ Opiekun KS	⁶ 100	⁷ -
24	¹ "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, MDK os. Paderewskiego, ul. Graniczna 27, Katowice	³ 2026-07-07 08:00	⁴ 2026-07-07 12:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak
25	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu" - rysujemy, malujemy, wycinamy	² TKKF "CZARNI" ul. Radosna 35c, Katowice	³ 2026-07-07 09:00	⁴ 2026-07-07 13:00	⁵ Instruktor	⁶ 20	⁷ brak
26	¹ Cykl zajęć "Na zdrowie", "Senior w działaniu", zajęcia z opiekunem	² MDK ul. Tadeusza Boya Żeleńskiego 83, Katowice	³ 2026-07-08 08:00	⁴ 2026-07-08 12:00	⁵ Animator, trener	⁶ 23	⁷ brak
27	¹ "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, MDK ul. Franciszkańska 33, Katowice	³ 2026-07-08 08:00	⁴ 2026-07-08 11:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak
28	¹ Zajęcia z opiekunem	² MDK, ul. Tysiąclecia 5, Katowice	³ 2026-07-08 09:00	⁴ 2026-07-08 13:00	⁵ Animator	⁶ 21	⁷ brak
29	¹ "Senior w podróży"	² MOPS Katowice, Spacer do Parku Zadole, Teżnia, Katowice	³ 2026-07-08 12:00	⁴ 2026-07-08 15:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ KS Piotrowice
30	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu" - z cyklu "Spotkanie z książką"	² TKKF "CZARNI" ul. Radosna 35c, Katowice	³ 2026-07-09 09:00	⁴ 2026-07-09 11:00	⁵ Ekspert	⁶ 20	⁷ brak
31	¹ Cykl zajęć "Senior w ruchu" - Nordic Walking	² TKKF "CZARNI" ul. Radosna 35c, Katowice	³ 2026-07-09 11:00	⁴ 2026-07-09 13:00	⁵ Instruktor	⁶ 13	⁷ brak
32	¹ Cykl zajęć "Na Zdrowie", "Senior w ruchu", zajęcia z opiekunem	² ul. Gen. Jankego 200, Katowice	³ 2026-07-09 12:00	⁴ 2026-07-09 16:00	⁵ Animator, trener	⁶ 24	⁷ brak
33	¹ "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, Siedziba Fundacji "Patroni" ul. Mariacka 32, Katowice	³ 2026-07-09 12:00	⁴ 2026-07-09 15:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak
34	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu", zajęcia z opiekunem	² MDK ul. Tadeusza Boya Żeleńskiego 83, Katowice	³ 2026-07-10 08:00	⁴ 2026-07-10 12:00	⁵ Animator	⁶ 23	⁷ brak
35	¹ Senior w działaniu : "Zajęcia kreatywne, kartki z wakacji"	² MOPS Katowice, Strzelców bytomskich 14	³ 2026-07-10 08:30	⁴ 2026-07-10 10:30	⁵ Opiekun KS	⁶ 20	⁷ -

36	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu" - z cyklu "Spotkanie z książką"	² Miejska Biblioteka Publiczna ul. Goetla 2, Katowice	³ 2026-07-10 09:00	⁴ 2026-07-10 11:00	⁵ Ekspert	⁶ 20	⁷ brak
37	¹ Cykl zajęć "Senior w ruchu" - Nordic Walking	² Miejska Biblioteka Publiczna ul. Goetla 2, Katowice	³ 2026-07-10 11:00	⁴ 2026-07-10 13:00	⁵ Instruktor	⁶ 13	⁷ brak
38	¹ "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, MDK ul. Franciszkańska 33, Katowice	³ 2026-07-10 12:00	⁴ 2026-07-10 15:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak
39	¹ Cykl zajęć "Senior w podróży"	² poza terenem Klubu przy ul. Brynowska 16, Katowice	³ 2026-07-11 08:00	⁴ 2026-07-11 16:00	⁵ Animator	⁶ 20	⁷ brak
40	¹ Cykl zajęć "Na zdrowie"	² Dzienny Dom Pomocy Społecznej ul. Świdnicka 35a	³ 2026-07-11 10:00	⁴ 2026-07-11 12:00	⁵ expert	⁶ 20	⁷ brak
41	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu"	² Dzienny Dom Pomocy Społecznej ul. Świdnicka 35a	³ 2026-07-11 10:00	⁴ 2026-07-11 18:00	⁵ Animator	⁶ 20	⁷ brak
42	¹ Cykl zajęć "Na zdrowie", "Senior w działaniu", zajęcia z opiekunem	² MDK, ul. Tysiąclecia 5, Katowice	³ 2026-07-13 09:00	⁴ 2026-07-13 13:00	⁵ Animator, trener	⁶ 21	⁷ brak
43	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu" - z cyklu "Spotkanie z podróżnikiem"	² Miejska Biblioteka Publiczna ul. Goetla 2, Katowice	³ 2026-07-13 11:30	⁴ 2026-07-13 14:00	⁵ Ekspert	⁶ 20	⁷ brak
44	¹ Cykl zajęć "Na Zdrowie", zajęcia z opiekunem	² ul. Gen. Jankego 200, Katowice	³ 2026-07-13 12:00	⁴ 2026-07-13 16:00	⁵ Animator, trener	⁶ 24	⁷ brak
45	¹ "Senior w działaniu" poza klubem	² MOPS Katowice, Spotkanie w Parku Zadole, spacer, rekreacja przy tętni	³ 2026-07-13 12:00	⁴ 2026-07-13 16:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ KS Witosa, KS Załęże
46	¹ Cykl zajęć "Senior w ruchu" - ćwiczenia ogólnorozwojowe	² Miejska Biblioteka Publiczna ul. Goetla 2, Katowice	³ 2026-07-13 14:00	⁴ 2026-07-13 15:30	⁵ Instruktor	⁶ 13	⁷ brak
47	¹ "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, Siedziba Fundacji Patroni, ul. Mariacka 34, Katowice	³ 2026-07-14 08:00	⁴ 2026-07-14 12:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak
48	¹ "Senior w działaniu"2h "Senior w ruchu"1h	² MOPS Katowice, MDK os. Paderewskiego , ul. Graniczna 27, Katowice oraz Dolina Trzy Stawy	³ 2026-07-14 08:00	⁴ 2026-07-14 11:30	⁵ opiekun/ekspert	⁶ 20	⁷ Ks Paderewskiego
49	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu" - z cyklu "Spotkanie z podróżnikiem"	² TKKF "CZARNI" ul. Radosna 35c, Katowice	³ 2026-07-14 09:00	⁴ 2026-07-14 11:00	⁵ Animator	⁶ 20	⁷ brak
50	¹ "Senior w działaniu" Warsztaty ceramiczne cz. II	² MOPS Katowice, MDK os. Witosa, Kwiatkowskiego 32, Katowice	³ 2026-07-14 10:00	⁴ 2026-07-14 12:00	⁵ ekspert	⁶ 40	⁷ dla KS Witosa, Załęże
51	¹ Cykl zajęć "Senior w ruchu" - zajęcia ruchowe, wzmacniamy ręce i nogi !	² TKKF "CZARNI" ul. Radosna 35c, Katowice	³ 2026-07-14 11:00	⁴ 2026-07-14 13:00	⁵ Instruktor	⁶ 13	⁷ brak
52	¹ "Senior w działaniu" Warsztaty ceramiczne cz. II	² MOPS Katowice, MDK os. Witosa, Kwiatkowskiego 32, Katowice	³ 2026-07-14 12:00	⁴ 2026-07-14 14:00	⁵ ekspert	⁶ 40	⁷ dla KS Dąb, Dąbrówka

53	¹ Cykl zajęć "Senior w podróży"	² poza terenem Klubu przy ul. Brynowska 16, Katowice	³ 2026-07-14 14:00	⁴ 2026-07-14 18:00	⁵ Animator	⁶ 20	⁷ brak
54	¹ "Senior w działaniu" Gry stymulujące procesy poznawcze.	² MOPS Katowice, MDK ul. Franciszkańska 33, Katowice	³ 2026-07-15 08:00	⁴ 2026-07-15 11:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak
55	¹ Cykl zajęć "Na zdrowie", zajęcia z opiekunem	² MDK ul. Tadeusza Boya Żeleńskiego 83, Katowice	³ 2026-07-15 08:00	⁴ 2026-07-15 12:00	⁵ Animator, trener	⁶ 23	⁷ brak
56	¹ "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, ul. Strzelców Bytomskich 16, Katowice	³ 2026-07-15 08:00	⁴ 2026-07-15 11:30	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak
57	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu", zajęcia z opiekunem	² MDK, ul. Tysiąclecia 5, Katowice	³ 2026-07-15 09:00	⁴ 2026-07-15 13:00	⁵ Animator	⁶ 21	⁷ brak
58	¹ "Senior w podróży" Wycieczka do Kościoła Ewangelicko-Augsburskiego w Katowicach, zwiedzanie i koncert organowy.	² MOPS Katowice, Kościół Ewangelicko-Augsburski, ul. Warszawska 18 Katowice	³ 2026-07-15 12:00	⁴ 2026-07-15 15:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak
59	¹ "Senior w ruchu- nordic walking" 1h "Senior w działaniu" 2h	² MOPS Katowice, MDK Witosa, ul. Kwiatkowskiego 32, Katowice	³ 2026-07-15 13:00	⁴ 2026-07-15 16:00	⁵ ekspert/opiekun	⁶ 20	⁷ brak
60	¹ "senior w ruchu -nordic walking" 1h	² MOPS Katowice, MDK os. Witosa, ul. Kwiatkowskiego 32, Katowice	³ 2026-07-15 14:00	⁴ 2026-07-15 15:00	⁵ ekspert	⁶ 20	⁷ zajęcia w plenerze obok MDK Witosa
61	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu"	² Klub przy ul. Brynowska 16, Katowice	³ 2026-07-15 14:00	⁴ 2026-07-15 18:00	⁵ Animator	⁶ 20	⁷ brak
62	¹ "Senior w działaniu" Gry stymulujące procesy poznawcze.	² MOPS Katowice, MDK os. Paderewskiego, ul. Graniczna 27, Katowice	³ 2026-07-16 08:00	⁴ 2026-07-16 11:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak
63	¹ Senior w działaniu	² MOPS Katowice, Szewcenki 8 "Opal"	³ 2026-07-16 08:00	⁴ 2026-07-16 11:00	⁵ Opiekun Klubu Seniora	⁶ 20	⁷ -
64	¹ Cykl zajęć "Senior na zdrowie" - spotkanie z lekarzem rodzinnym z cyklu "Pytanie - Odpowiedź"	² TKKF "CZARNI" ul. Radosna 35c, Katowice	³ 2026-07-16 09:00	⁴ 2026-07-16 11:00	⁵ Ekspert	⁶ 15	⁷ brak
65	¹ Cykl zajęć "Senior w ruchu" - gimnastyka ogólnorozwojowa	² TKKF "CZARNI" ul. Radosna 35c, Katowice	³ 2026-07-16 11:00	⁴ 2026-07-16 13:00	⁵ Animator	⁶ 13	⁷ brak
66	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu", zajęcia z opiekunem	² ul. Gen. Jankego 200, Katowice	³ 2026-07-16 12:00	⁴ 2026-07-16 16:00	⁵ Animator	⁶ 24	⁷ brak
67	¹ "Senior w działaniu"zajęcia poza klubem	² MOPS Katowice, Spotkanie w Parku Zadole, spacer, rekreacja przy tętni	³ 2026-07-16 12:00	⁴ 2026-07-16 16:00	⁵ opiekun	⁶ 40	⁷ KS Śródmieście, KS Dąb
68	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu", zajęcia z opiekunem	² MDK ul. Tadeusza Boya Żeleńskiego 83, Katowice	³ 2026-07-17 08:00	⁴ 2026-07-17 12:00	⁵ Animator	⁶ 23	⁷ brak

69	¹ "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, SM "Silesianka" ul. Radockiego 282, Katowice	³ 2026-07-17 08:00	⁴ 2026-07-17 11:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak
70	¹ Cykl zajęć "Senior na zdrowie" - spotkanie z lekarzem rodzinnym z cyklu "Pytanie - Odpowiedź"	² Miejska Biblioteka Publiczna ul. Goetla 2, Katowice	³ 2026-07-17 09:00	⁴ 2026-07-17 11:00	⁵ Ekspert	⁶ 15	⁷ brak
71	¹ Cykl zajęć "Senior w ruchu" - Nordic Walking	² Miejska Biblioteka Publiczna ul. Goetla 2, Katowice	³ 2026-07-17 11:00	⁴ 2026-07-17 13:00	⁵ Instruktor	⁶ 13	⁷ brak
72	¹ "Senior w działaniu" Piknik w ogrodzie MDK	² MOPS Katowice, MDK ul. Franciszkańska 33, Katowice	³ 2026-07-17 12:00	⁴ 2026-07-17 15:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak
73	¹ "Senior w ruchu - nordic walking" 1h, "Senior w działaniu" 3h	² MOPS Katowice, ul. Strzelców Bytomskich 16, Katowice	³ 2026-07-17 12:00	⁴ 2026-07-17 16:00	⁵ ekspert/opiekun	⁶ 20	⁷ brak
74	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu"	² ul. Misjonarzy Oblatów 24 w Katowicach, Dzienny Dom Pomocy Społecznej	³ 2026-07-18 08:00	⁴ 2026-07-18 16:00	⁵ Animator	⁶ 20	⁷ brak
75	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu"	² Dzienny Dom Pomocy Społecznej ul. Świdnicka 35a	³ 2026-07-18 10:00	⁴ 2026-07-18 18:00	⁵ Animator	⁶ 20	⁷ brak
76	¹ wycieczka do Zamku w Mosznej	² Dzienny Dom Pomocy Społecznej ul. Świdnicka 35a	³ 2026-07-18 10:00	⁴ 2026-07-18 18:00	⁵ Animator	⁶ 20	⁷ brak
77	¹ "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, MDK Koszutka ul. Krzyżowa 1, Katowice	³ 2026-07-20 08:00	⁴ 2026-07-20 11:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak
78	¹ Zajęcia z opiekunem	² ul. Gen. Jankego 200, Katowice	³ 2026-07-20 09:00	⁴ 2026-07-20 16:00	⁵ Animator	⁶ 24	⁷ brak
79	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu" - puzzlejemy, gramy, rozmawiamy	² Miejska Biblioteka Publiczna ul. Goetla 2, Katowice	³ 2026-07-20 09:00	⁴ 2026-07-20 11:00	⁵ Animator	⁶ 20	⁷ brak
80	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu", zajęcia z opiekunem	² MDK, ul. Tysiąclecia 5, Katowice	³ 2026-07-20 09:00	⁴ 2026-07-20 13:00	⁵ Animator	⁶ 21	⁷ brak
81	¹ Cykl zajęć "Senior w ruchu" - Nordic Walking	² Miejska Biblioteka Publiczna ul. Goetla 2, Katowice	³ 2026-07-20 11:00	⁴ 2026-07-20 13:00	⁵ Instruktor	⁶ 13	⁷ brak
82	¹ "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, Szewczenki 8 "Opal"	³ 2026-07-20 12:00	⁴ 2026-07-20 16:00	⁵ Opiekun Klubu Seniora	⁶ 20	⁷ -
83	¹ "Senior w działaniu" Gry stymulujące procesy poznawcze	² MOPS Katowice, MDK Witosa, ul. Kwiatkowskiego 32, Katowice	³ 2026-07-20 12:00	⁴ 2026-07-20 15:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak
84	¹ "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, Siedziba Fundacji Patroni, ul. Mariacka 34, Katowice	³ 2026-07-21 08:00	⁴ 2026-07-21 12:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak
85	¹ "Senior w działaniu" zajęcia poza klubem	² MOPS Katowice, Spotkanie w Parku Zadole, spacer, rekreacja przy tętni	³ 2026-07-21 08:00	⁴ 2026-07-21 11:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ KS Paderewskiego

86	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu" - puzlujemy, gramy, rozmawiamy	² TKKF "CZARNI" ul. Radosna 35c, Katowice	³ 2026-07-21 09:00	⁴ 2026-07-21 13:00	⁵ Animator	⁶ 20	⁷ brak
87	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu"	² Klub przy ul. Brynowska 16, Katowice	³ 2026-07-21 14:00	⁴ 2026-07-21 18:00	⁵ Animator	⁶ 20	⁷ brak
88	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu"	² ul. Misjonarzy Oblatów 24 w Katowicach, Dzienny Dom Pomocy Społecznej	³ 2026-07-21 16:00	⁴ 2026-07-21 19:00	⁵ Animator	⁶ 20	⁷ brak
89	¹ Cykl zajęć "Na zdrowie", "Senior w działaniu", zajęcia z opiekunem	² MDK ul. Tadeusza Boya Żeleńskiego 83, Katowice	³ 2026-07-22 08:00	⁴ 2026-07-22 12:00	⁵ Animator, trener	⁶ 23	⁷ brak
90	¹ "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, MDK ul. Franciszkańska 33, Katowice	³ 2026-07-22 08:00	⁴ 2026-07-22 11:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak
91	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu", zajęcia z opiekunem	² MDK, ul. Tysiąclecia 5, Katowice	³ 2026-07-22 09:00	⁴ 2026-07-22 13:00	⁵ Animator	⁶ 21	⁷ brak
92	¹ "Senior w ruchu- nordic walking" 1h "Senior w działaniu" 2h	² MOPS Katowice, MDK Witosa, ul. Kwiatkowskiego 32, Katowice	³ 2026-07-22 12:00	⁴ 2026-07-22 16:00	⁵ ekspert/opiekun	⁶ 20	⁷ brak
93	¹ "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, SM "Silesianka" ul. Radockiego 282, Katowice	³ 2026-07-22 12:00	⁴ 2026-07-22 15:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak
94	¹ "senior w ruchu -nordic walking" 1h	² MOPS Katowice, MDK os. Witosa, ul. Kwiatkowskiego 32, Katowice	³ 2026-07-22 13:00	⁴ 2026-07-22 14:00	⁵ ekspert	⁶ 20	⁷ zajęcia w plenerze obok MDK Witosa dla ks Załęże
95	¹ Cykl zajęć "Senior w podróży"	² poza terenem Klubu przy ul. Brynowska 16, Katowice	³ 2026-07-22 14:00	⁴ 2026-07-22 18:00	⁵ Animator	⁶ 20	⁷ brak
96	¹ "senior w ruchu -nordic walking" 1h	² MOPS Katowice, MDK os. Witosa, ul. Kwiatkowskiego 32, Katowice	³ 2026-07-22 14:00	⁴ 2026-07-22 15:00	⁵ ekspert	⁶ 20	⁷ zajęcia w plenerze obok MDK Witosa
97	¹ "Senior w działaniu" 2h, "Senior w ruchu -nordic walking"	² MOPS Katowice, MDK os. Paderewskiego, ul. Graniczna 27, Katowice oraz Dolina Trzy Stawy	³ 2026-07-23 08:00	⁴ 2026-07-23 12:00	⁵ opiekun/ekspert	⁶ 20	⁷ brak
98	¹ "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, Szewczenki 8 "Opal"	³ 2026-07-23 08:00	⁴ 2026-07-23 10:00	⁵ Opiekun Klubu Seniora	⁶ 20	⁷ -
99	¹ Cykl zajęć "Smartsenior" - emotki i nie tylko - nowy rodzaj komunikacji społecznej	² TKKF "CZARNI" ul. Radosna 35c, Katowice	³ 2026-07-23 09:00	⁴ 2026-07-23 12:00	⁵ Ekspert	⁶ 15	⁷ brak
100	¹ "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, Siedziba Fundacji Patroni, ul. Mariacka 32, Katowice	³ 2026-07-23 12:00	⁴ 2026-07-23 15:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak
101	¹ "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, MDK Koszutka ul. Krzyżowa 1, Katowice	³ 2026-07-23 12:00	⁴ 2026-07-23 16:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak
102	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu", zajęcia z opiekunem	² ul. Gen. Jankego 200, Katowice	³ 2026-07-23 12:00	⁴ 2026-07-23 16:00	⁵ Animator	⁶ 24	⁷ brak

10 3	¹ Cykl zajęć "Senior w ruchu" - Nordic Walking	² TKKF "CZARNI" ul. Radosna 35c, Katowice	³ 2026-07-23 12:00	⁴ 2026-07-23 13:00	⁵ Animator	⁶ 13	⁷ brak
10 4	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu"	² ul. Misjonarzy Oblatów 24 w Katowicach, Dzienny Dom Pomocy Społecznej	³ 2026-07-23 16:00	⁴ 2026-07-23 19:00	⁵ Animator	⁶ 20	⁷ brak
10 5	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu", zajęcia z opiekunem	² MDK ul. Tadeusza Boya Żeleńskiego 83, Katowice	³ 2026-07-24 08:00	⁴ 2026-07-24 12:00	⁵ Animator	⁶ 23	⁷ brak
10 6	¹ Cykl zajęć "Smartsenior" - emotki i nie tylko - nowy rodzaj komunikacji społecznej	² Miejska Biblioteka Publiczna ul. Goetla 2, Katowice	³ 2026-07-24 09:00	⁴ 2026-07-24 12:00	⁵ Animator	⁶ 15	⁷ brak
10 7	¹ "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, ul. Strzelców Bytomskich 15, Katowice	³ 2026-07-24 12:00	⁴ 2026-07-24 16:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak
10 8	¹ "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, MDK ul. Franciszkańska 33, Katowice	³ 2026-07-24 12:00	⁴ 2026-07-24 15:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak
10 9	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu"	² ul. Misjonarzy Oblatów 24 w Katowicach, Dzienny Dom Pomocy Społecznej	³ 2026-07-25 08:00	⁴ 2026-07-25 16:00	⁵ Animator	⁶ 20	⁷ brak
11 0	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu"	² Dzienny Dom Pomocy Społecznej ul. Świdnicka 35a	³ 2026-07-25 10:00	⁴ 2026-07-25 18:00	⁵ Animator	⁶ 20	⁷ brak
11 1	¹ "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, MDK Koszutka ul. Krzyżowa 1, Katowice	³ 2026-07-27 08:00	⁴ 2026-07-27 11:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak
11 2	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu", zajęcia z opiekunem	² MDK, ul. Tysiąclecia 5, Katowice	³ 2026-07-27 09:00	⁴ 2026-07-27 13:00	⁵ Animator	⁶ 21	⁷ brak
11 3	¹ Cykl zajęć "Senior na zdrowie" - Uwaga zakażenie !	² Miejska Biblioteka Publiczna ul. Goetla 2, Katowice	³ 2026-07-27 09:00	⁴ 2026-07-27 11:00	⁵ Ekspert	⁶ 15	⁷ brak
11 4	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu" - z cyklu spotkanie z książką	² Miejska Biblioteka Publiczna ul. Goetla 2, Katowice	³ 2026-07-27 11:00	⁴ 2026-07-27 13:00	⁵ Animator	⁶ 20	⁷ brak
11 5	¹ "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, MDK Witosa, ul. Kwiatkowskiego 32, Katowice	³ 2026-07-27 12:00	⁴ 2026-07-27 15:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak
11 6	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu", zajęcia z opiekunem	² ul. Gen. Jankego 200, Katowice	³ 2026-07-27 12:00	⁴ 2026-07-27 16:00	⁵ Animator	⁶ 24	⁷ brak
11 7	¹ "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, Szewczenki 8 "Opal"	³ 2026-07-27 12:00	⁴ 2026-07-27 16:00	⁵ Opiekun Klubu Seniora	⁶ 20	⁷ -
11 8	¹ "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, Siedziba Fundacji Patroni, ul. Mariacka 34, Katowice	³ 2026-07-28 08:00	⁴ 2026-07-28 12:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak
11 9	¹ "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, MDK os. Paderewskiego, ul. Graniczna 27, Katowice	³ 2026-07-28 08:00	⁴ 2026-07-28 12:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak

12 0	¹ Cykl zajęć "Senior na zdrowie" - Uwaga zakażenie !	² TKKF "CZARNI" ul. Radosna 35c, Katowice	³ 2026-07-28 09:00	⁴ 2026-07-28 11:00	⁵ Ekspert	⁶ 20	⁷ brak
12 1	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu" - zajęcia plastyczne, modelina - plastelina	² TKKF "CZARNI" ul. Radosna 35c, Katowice	³ 2026-07-28 11:00	⁴ 2026-07-28 13:00	⁵ Animator	⁶ 20	⁷ brak
12 2	¹ Cykl zajęć "Senior w podróży"	² poza terenem Klubu przy ul. Brynowska 16, Katowice	³ 2026-07-28 14:00	⁴ 2026-07-28 18:00	⁵ Animator	⁶ 20	⁷ brak
12 3	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu"	² ul. Misjonarzy Oblatów 24 w Katowicach, Dzienny Dom Pomocy Społecznej	³ 2026-07-28 16:00	⁴ 2026-07-28 18:00	⁵ Animator	⁶ 20	⁷ brak
12 4	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu", zajęcia z opiekunem	² MDK ul. Tadeusza Boya Żeleńskiego 83, Katowice	³ 2026-07-29 08:00	⁴ 2026-07-29 12:00	⁵ Animator	⁶ 23	⁷ brak
12 5	¹ "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, MDK ul. Franciszkańska 33, Katowice	³ 2026-07-29 08:00	⁴ 2026-07-29 11:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak
12 6	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu", zajęcia z opiekunem	² MDK, ul. Tysiąclecia 5, Katowice	³ 2026-07-29 09:00	⁴ 2026-07-29 13:00	⁵ Animator	⁶ 21	⁷ brak
12 7	¹ "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, Dolina Ślepiotki Ochojec	³ 2026-07-29 12:00	⁴ 2026-07-29 16:00	⁵ opiekun KS	⁶ 55	⁷ spotkanie integracyjne przy grillu dla KS: Dąbrówka Mała, os. Witosa, Ligota
12 8	¹ "Senior w ruchu - nordic walking"	² MOPS Katowice, Dolina Ślepiotki Ochojec	³ 2026-07-29 12:00	⁴ 2026-07-29 13:00	⁵ ekspert	⁶ 20	⁷ brak
12 9	¹ Cykl zajęć "Senior w podróży"	² poza terenem Klubu przy ul. Brynowska 16, Katowice	³ 2026-07-29 14:00	⁴ 2026-07-29 18:00	⁵ Animator	⁶ 20	⁷ brak
13 0	¹ "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, MDK os. Paderewskiego, ul. Graniczna 27, Katowice	³ 2026-07-30 08:00	⁴ 2026-07-30 11:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak
13 1	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu", zajęcia z opiekunem	² ul. Gen. Jankego 200, Katowice	³ 2026-07-30 12:00	⁴ 2026-07-30 16:00	⁵ Animator	⁶ 24	⁷ brak
13 2	¹ (sklonowano) "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, Dolina Ślepiotki Ochojec	³ 2026-07-30 12:00	⁴ 2026-07-30 16:00	⁵ opiekun KS	⁶ 60	⁷ spotkanie integracyjne przy grillu dla KS: Dąb, Załęże, Śródmieście
13 3	¹ "Senior w działaniu"2h "Senior w ruchu - nordic walking"1h	² MOPS Katowice, SM "Silesianka"ul. Radockiego 282, Katowice	³ 2026-07-31 08:00	⁴ 2026-07-31 11:30	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak
13 4	¹ Cykl zajęć "Senior w działaniu", zajęcia z opiekunem	² MDK ul. Tadeusza Boya Żeleńskiego 83, Katowice	³ 2026-07-31 08:00	⁴ 2026-07-31 12:00	⁵ Animator	⁶ 23	⁷ brak
13 5	¹ "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, ul. Strzelców Bytomskich 15, Katowice	³ 2026-07-31 12:00	⁴ 2026-07-31 16:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak
13 6	¹ "Senior w działaniu"	² MOPS Katowice, MDK ul. Franciszkańska 33, Katowice	³ 2026-07-31 12:00	⁴ 2026-07-31 15:00	⁵ opiekun	⁶ 20	⁷ brak