



**HARMONOGRAM**

Projekt pt. „Pora na seniora” – działania zwiększające aktywność seniorów niepełnosprawnych wzrokowo z terenu województwa zachodniopomorskiego |  
projektu: RPZP.07.06.00-32-K002/21

Nr

Lp.	Nazwa działania	Miejsce szkolenia (dokładny adres ze wskazaniem nr sali)	Terminy realizacji	Imię i nazwisko prowadzącego	Ilość osób	Uwagi
1.	Warsztaty - Literacki Klub Dyskusyjny	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala: nr 2 lub nr 3	styczeń:12,	Józef Małosek	8	3h/m-c
2.	Warsztaty – Turystyka wirtualna	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 2 lub nr 3	styczeń:26,	Józef Małosek	10	3h/m-c
3.	Warsztaty - Dobór i metodologia posługiwania się sprzętem mechanicznym, elektronicznym i codziennego użytku przez osoby z dysfunkcją wzroku	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala: nr 1	styczeń: 5,9,12,16,19,23,26,30	Justyna Jastrzemska	15	8h/m-c
4.	Warsztaty – Nowoczesne technologie na urządzenia mobilne	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 3	styczeń:4,11,18,25	Justyna Jastrzemska	10	8h/m-c
5.	Warsztaty – Indywidualne zajęcia z zakresu użytkowania nowoczesnych technologii	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 3	styczeń:2,9,16,23,30	Justyna Jastrzemska	20	10h/m-c
6.	Usługa masażu	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 2	styczeń:5,12,19,26	Justyna Jastrzemska	25	16h/m-c
7.	Terapia zajęciowa z elementami terapii ręki	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 3	styczeń:2,3,4,9,10,13,16,17,18, ,20,23,24,27,30,31	Dorota Pietruszyńska	25	30h/m-c
8.	Warsztaty – Orientacja przestrzenna i usprawnianie funkcji motorycznych	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 4	styczeń:2,3,5,10,11,12,13,17,1 9,20,24,25,26,27,31	Agnieszka Sochacka	25	30h/m-c

9.	<b>Indywidualne poradnictwo prawne</b>	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 2	styczeń:2,3,4,9,10,11,16,17 teleporada: 13	Katarzyna Małosek- Makarczuk	20	35h/m-c
10.	<b>Poradnictwo prawne – zajęcia grupowe</b>	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 3	styczeń: 9,23	Katarzyna Małosek- Makarczuk	20	4h/m-c
11.	<b>Warsztaty psychologiczne</b>	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 4	styczeń:11,18,25 teleporada:13,	Martyna Agacińska- Młynarczyk	20	11h/m-c
12.	<b>Warsztaty z pielęgniarką</b>	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 5	styczeń: 3,5 teleporada: 27	Małgorzata Charyło	30	9h/m-c
13.	<b>Warsztaty kulinarne</b>	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 6	styczeń:20,27,	Dorota Pietruszyńska	8	4h/m-c
14.	<b>Warsztaty z Lekarzem: okulista/diabetolog/internista/ kardiolog/alerlog</b>	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 7	styczeń:13,20	Marek Rupa	25	4h/m-c
15.	<b>Warsztaty z Podologiem</b>	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 8	styczeń:17,31	Natalia Trawczyńska	25	4h/m-c
16.	<b>Warsztaty z Kosmetologiem</b>	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 9	styczeń:10,24	Natalia Trawczyńska	25	4h/m-c
17.	<b>Warsztaty z Dietetykiem</b>	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 10	styczeń:5,19	Agata Maziarz	25	4h/m-c
18.	<b>Warsztaty z Fryzjerem</b>	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 11	styczeń:16,30	Alina Bedorf	25	4h/m-c
19.	<b>Wyjścia na basen</b>		Indywidualny karnet dla uczestnika w okresie od dnia 01.09.2022 do dnia 31.03.2023	-	30	karnet

20.	Ćwiczenia ruchowe		Indywidualny karnet dla uczestnika w okresie od dnia 01.01.2023 do dnia 31.07.2023	-	30	karnet
21.	Wyjazdy integracyjno – edukacyjnych poza miasto Szczecin		Grupowy wyjazd zorganizowanym transportem autokarowym w okresie maj - wrzesień 2023 (4 wycieczki)	-	30 + 2 opiekunów	wyjazd grupowy
22.	Wyjścia kulturalno-rekreacyjno–krajoznawczych na terenie miasta Szczecina i/lub okolice		Indywidualne bilety dla uczestników w okresie od dnia 01.08.2022 do dnia 31.10.2023 (2 bilety w miesiącu)	-	30	2 bilety w miesiącu
23.	Wyjścia rekreacyjno-krajoznawcze z opiekunem		styczeń:17,31	Agnieszka Sochacka		2 wyjścia w miesiącu

**Klub Seniora czynny od poniedziałku do piątku w godzinach od 8-15.**

*„Pora na seniora” – działania zwiększające aktywność seniorów niepełnosprawnych wzrokowo z terenu województwa zachodniopomorskiego, realizowany przez Towarzystwo Wiedzy Powszechnej Oddział Regionalny w Szczecinie.*

*Projekt jest współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego – Regionalny Program Operacyjny Województwa Zachodniopomorskiego 2014-2020, Oś Priorytetowa VII Włączenie społeczne, Działanie 7.6 Wsparcie rozwoju usług społecznych świadczonych w interesie ogólnym, Priorytet 9iv Ułatwianie dostępu do przystępnych cenowo, trwałych oraz wysokiej jakości usług, w tym opieki zdrowotnej i usług socjalnych świadczonych w interesie ogólnym. Numer wniosku: RPZP.07.06.00-32-K002/21.*

*Biuro projektu: Towarzystwo Wiedzy Powszechnej OR w Szczecinie, ul. Potulicka 16, 70-234 Szczecin, tel. 91 44 80 021, e-mail: twp@twp.szczecin.pl*