



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	wrzesień: 1,	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	wrzesień: 15,	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	wrzesień: 6,14,19,21	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	wrzesień: 5,6,7,9,19,20,21	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	wrzesień: 1,5,7,8,20	Justyna Jastrzemska	20	10h/m-c

6.	<b>Usługa masażu</b>	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 2	wrzesień: 5,7,15,16,19,21,22,23	Justyna Jastrzebska	25	16h/m-c
7.	<b>Terapia zajęciowa z elementami terapii ręki</b>	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 3	wrzesień: 1,2,8,9,12,13,15,16,22,23,26,27,28,29,30	Dorota Pietruszyńska	25	30h/m-c
8.	<b>Warsztaty – Orientacja przestrzenna i usprawnianie funkcji motorycznych</b>	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 4	wrzesień: 5,6,7,8,9,12,13,14,16,19,20,21,28,29,30	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	wrzesień: 1,5,6,8,9,15,16	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	wrzesień: 5,8	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	wrzesień: 7,14,21 teleporady: 16,	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	wrzesień: 20,27 teleporady 26,	wakat	30	9h/m-c
13.	<b>Warsztaty kulinarne</b>	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 6	wrzesień: 2,23	Dorota Pietruszyńska	8	4h/m-c

14.	<b>Warsztaty z Lekarzem: okulista/diabetolog/internista/ kardiolog/alergolog</b>	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 7	wrzesień:	wakat	25	2h/m-c
15.	<b>Warsztaty z Podologiem</b>	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 8	wrzesień: 6,13	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	wrzesień: 7,28	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	wrzesień: 26,	Agata Maziarz	25	2h/m-c
18.	<b>Warsztaty z Fryzjerem</b>	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 11	wrzesień: 5, 26	Alina Bedorf	25	2h/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.	<b>Ćwiczenia ruchowe</b>		Indywidualny karnet dla uczestnika w okresie od dnia 01.01.2023 do dnia 31.07.2023	-	30	karnet
21.	<b>Wyjazdy integracyjno – edukacyjnych poza miasto Szczecin</b>		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		wrzesień:6,27	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