



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	grudzień: 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	grudzień: 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	grudzień: 1,5,7,12,14,19,21,28	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	grudzień: 8,15,22,29	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	grudzień: 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	grudzień: 1,5,8,12,15,19,22,29	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	grudzień: 2,5,6,7,8,9,12,13,14, 16,19,20,23,27,30	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	grudzień: 2,6,7,8,9,12,16,19,21,22,23,27, 28,29,30	Agnieszka Sochacka	25	30h/m-c

9.	Indywidualne poradnictwo prawne	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 2	grudzień: 5,6,7,8,12,13,14,15,19,20 teleporady: 9,	Katarzyna Małosek- Makarczuk	20	35h/m-c
10.	Poradnictwo prawne – zajęcia grupowe	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 3	grudzień: 5,19	Katarzyna Małosek- Makarczuk	20	4h/m-c
11.	Warsztaty psychologiczne	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 4	grudzień:14,21,28 teleporady: 16,	Martyna Agacińska- Młynarczyk	20	11h/m-c
12.	Warsztaty z pielęgniarką	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 5	grudzień: 13,20 teleporady 9,	Małgorzata Charyło	30	9h/m-c
13.	Warsztaty kulinarne	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 6	grudzień: 1,2	Dorota Pietruszyńska	8	4h/m-c
14.	Warsztaty z Lekarzem: okulista/diabetolog/internista/ kardiolog/alergolog	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 7	grudzień: 9,23	Dorota Małosek	25	9,00
15.	Warsztaty z Podologiem	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 8	grudzień: 6,27	Natalia Trawczyńska	25	4h/m-c
16.	Warsztaty z Kosmetologiem	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 9	grudzień: 13,20	Natalia Trawczyńska	25	4h/m-c
17.	Warsztaty z Dietetykiem	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 10	grudzień: 22,29	Agata Maziarz	25	2h/m-c
18.	Warsztaty z Fryzjerem	Klub Seniora przy PZN ul. J. Piłsudskiego 37 w Szczecinie sala:nr 11	grudzień: 5,12	Alina Bedorf	25	2h/m-c
19.	Wyjścia na basen		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		grudzień: 6,20	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