



Fundusze Europejskie
dla Łódzkiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



SZCZEGÓŁOWY HARMONOGRAM WSPARCIA

Realizowanego w Klubie Seniora w ramach projektu pn. „Pogodna Jesień Życia”

LIPIEC 2025

Miejsce realizacji wsparcia:	Klub Seniora, ul. Wileńska 25
Godziny realizacji wsparcia:	pon. – pt.: 8:00-16:00

Rodzaj wsparcia		Termin realizacji
I	warsztaty rozwojowe w formie kółek tematycznych tj. rękodzieło, gimnastyka umysłu, zajęcia sportowo-rekreacyjne (łącznie 48 godzin zajęć miesięcznie)	1.07.2025- 31.07.2025
II	zajęcia prozdrowotne tj. zajęcia z fizjoterapeutami, spotkania edukacyjne z personelem medycznym (średnio 12 zajęć po 1 godzinie miesięcznie)	1.07.2025- 31.07.2025
III	warsztaty komputerowe – umożliwiające rozwój kompetencji cyfrowych (średnio 9 zajęć po 1 godzinie miesięcznie)	1.07.2025- 31.07.2025
IV	poradnictwo psychologiczne i prawne (średnio 2 dyżury każdego specjalisty miesięczne po 2 godziny dyżur)	1.07.2025- 31.07.2025
V	zajęcia tematyczne oraz spotkania integracyjne – realizowane w liczbie dostosowanej do bieżących potrzeb Uczestniczek/ Uczestników	1.07.2025- 31.07.2025
VI	aktywności poza siedzibą Klubu (wyjścia raz w miesiącu, dla średnio 20 osób każde)	1.07.2025- 31.07.2025