



Fundusze Europejskie  
dla Śląskiego



Rzeczpospolita  
Polska

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



Województwo  
Śląskie

## Harmonogram Form Wsparcia HFW-FESL.07.04-IZ.01-05D4/23-2026-01-008

### Nazwa harmonogramu

styczeń 2026

### Nr projektu

FESL.07.04-IZ.01-05D4/23-007

### Tytuł projektu

Rozszerzenie oferty wsparcia o dodatkowe usługi realizowane w Środowiskowym Domu Samopomocy w Gliwicach

## 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 Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2 Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3 2026-01-02 13:30	4 2026-01-02 14:30	5 instruktor	6 1	7 Nie dotyczy
2	1 Warsztaty terapeutyczne - warsztaty z dietetykiem	2 Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3 2026-01-05 10:30	4 2026-01-05 12:00	5 dietetyk	6 10	7 Nie dotyczy
3	1 Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2 Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3 2026-01-05 11:00	4 2026-01-05 12:00	5 instruktor	6 1	7 Nie dotyczy
4	1 Warsztaty terapeutyczne - warsztaty z dietetykiem	2 Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3 2026-01-05 12:30	4 2026-01-05 14:00	5 dietetyk	6 10	7 Nie dotyczy
5	1 Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2 Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3 2026-01-05 13:30	4 2026-01-05 14:30	5 instruktor	6 1	7 Nie dotyczy
6	1 Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2 Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3 2026-01-07 10:00	4 2026-01-07 11:00	5 instruktor	6 1	7 Nie dotyczy
7	1 Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2 Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3 2026-01-07 12:30	4 2026-01-07 13:30	5 instruktor	6 1	7 Nie dotyczy
8	1 Zajęcia sportowe (na wynajmowanej sali gimnastycznej na zajęcia sportowe)	2 44-103 Gliwice, ul. Sikorskiego 130, Hala Widowiskowo - Sportowa „Sośnica” im. J. Wojewódzkiego	3 2026-01-07 12:40	4 2026-01-07 13:25	5 instruktor	6 10	7 Nie dotyczy
9	1 Zajęcia sportowe (na wynajmowanej sali gimnastycznej na zajęcia sportowe)	2 44-103 Gliwice, ul. Sikorskiego 130, Hala Widowiskowo - Sportowa „Sośnica” im. J. Wojewódzkiego	3 2026-01-07 13:30	4 2026-01-07 14:15	5 instruktor	6 15	7 Nie dotyczy
10	1 Zajęcia z psychologiem-psychoterapeutą	2 Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3 2026-01-07 13:45	4 2026-01-07 15:00	5 psycholog	6 1	7 Nie dotyczy
11	1 Warsztaty z fusingu	2 Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3 2026-01-08 07:30	4 2026-01-08 15:30	5 terapeuta	6 5	7 Nie dotyczy
12	1 Zajęcia z psychologiem-psychoterapeutą	2 Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3 2026-01-08 10:00	4 2026-01-08 14:00	5 psycholog	6 1	7 Nie dotyczy
13	1 Wyjście do teatru	2 Teatr Nowy, Plac Teatralny 1, 41-800 Zabrze	3 2026-01-08 10:20	4 2026-01-08 12:00	5 instruktor terapii zajęciowej	6 17	7 Spektakl: Opowieść wigilijna, spektakl godz. 11:30, wyjazd uczestników 10.30
14	1 Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2 Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3 2026-01-08 13:30	4 2026-01-08 15:30	5 instruktor	6 1	7 Nie dotyczy
15	1 Warsztaty hortiterapii	2 Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3 2026-01-09 10:00	4 2026-01-09 13:00	5 instruktor	6 5	7 Nie dotyczy

16	1	Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-09 11:00	4	2026-01-09 12:00	5	instruktor	6	1	7	Nie dotyczy
17	1	Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-09 13:30	4	2026-01-09 14:30	5	instruktor	6	1	7	Nie dotyczy
18	1	Warsztaty terapeutyczne - warsztaty z dietetykiem	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-12 10:30	4	2026-01-12 12:00	5	dietetyk	6	10	7	Nie dotyczy
19	1	Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-12 10:30	4	2026-01-12 11:30	5	instruktor	6	1	7	Nie dotyczy
20	1	Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-12 11:00	4	2026-01-12 12:00	5	instruktor	6	1	7	Nie dotyczy
21	1	Warsztaty terapeutyczne - warsztaty z dietetykiem	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-12 12:30	4	2026-01-12 14:00	5	dietetyk	6	10	7	Nie dotyczy
22	1	Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-12 13:30	4	2026-01-12 14:30	5	instruktor	6	1	7	Nie dotyczy
23	1	Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-13 11:00	4	2026-01-13 12:00	5	instruktor	6	1	7	Nie dotyczy
24	1	Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-13 13:30	4	2026-01-13 14:30	5	instruktor	6	1	7	Nie dotyczy
25	1	Zajęcia z psychologiem-psychotherapeutą	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-14 10:00	4	2026-01-14 14:00	5	psycholog	6	1	7	Nie dotyczy
26	1	Zajęcia sportowe (na wynajmowanej sali gimnastycznej na zajęcia sportowe)	2	44-103 Gliwice, ul. Sikorskiego 130, Hala Widowiskowo – Sportowa „Sośnica” im. J. Wojewódzkiego	3	2026-01-14 12:40	4	2026-01-14 13:25	5	instruktor	6	10	7	Nie dotyczy
27	1	Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-14 13:00	4	2026-01-14 15:00	5	instruktor	6	1	7	Nie dotyczy
28	1	Zajęcia sportowe (na wynajmowanej sali gimnastycznej na zajęcia sportowe)	2	44-103 Gliwice, ul. Sikorskiego 130, Hala Widowiskowo – Sportowa „Sośnica” im. J. Wojewódzkiego	3	2026-01-14 13:30	4	2026-01-14 14:15	5	instruktor	6	15	7	Nie dotyczy
29	1	Zajęcia z psychologiem-psychotherapeutą	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-15 10:00	4	2026-01-15 14:00	5	psycholog	6	1	7	Nie dotyczy
30	1	Warsztaty hortiterapii	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-15 10:00	4	2026-01-15 13:00	5	instruktor	6	5	7	Nie dotyczy
31	1	Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-15 14:00	4	2026-01-15 15:00	5	instruktor	6	1	7	Nie dotyczy
32	1	Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-16 13:30	4	2026-01-16 14:30	5	instruktor	6	1	7	Nie dotyczy

33	1	Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-19 13:30	4	2026-01-19 14:30	5	instruktor	6	1	7	Nie dotyczy
34	1	Zajęcia terapeutyczne ze zwierzętami - Dogoterapia	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-20 10:30	4	2026-01-20 12:30	5	instruktor	6	12	7	Nie dotyczy
35	1	Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-20 11:00	4	2026-01-20 12:00	5	instruktor	6	1	7	Nie dotyczy
36	1	Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-20 13:30	4	2026-01-20 15:30	5	instruktor	6	1	7	Nie dotyczy
37	1	Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-20 13:30	4	2026-01-20 14:30	5	instruktor	6	1	7	Nie dotyczy
38	1	Zajęcia z psychologiem-psychoterapeutą	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-21 10:00	4	2026-01-21 14:00	5	psycholog	6	1	7	Nie dotyczy
39	1	Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-21 10:30	4	2026-01-21 11:30	5	instruktor	6	1	7	Nie dotyczy
40	1	Zajęcia sportowe (na wynajmowanej sali gimnastycznej na zajęcia sportowe)	2	44-103 Gliwice, ul. Sikorskiego 130, Hala Widowiskowo – Sportowa „Sośnica” im. J. Wojewódzkiego	3	2026-01-21 12:40	4	2026-01-21 13:25	5	instruktor	6	10	7	Nie dotyczy
41	1	Zajęcia sportowe (na wynajmowanej sali gimnastycznej na zajęcia sportowe)	2	44-103 Gliwice, ul. Sikorskiego 130, Hala Widowiskowo – Sportowa „Sośnica” im. J. Wojewódzkiego	3	2026-01-21 13:30	4	2026-01-21 14:15	5	instruktor	6	15	7	Nie dotyczy
42	1	Warsztaty hortiterapii	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-22 10:00	4	2026-01-22 13:00	5	instruktor	6	5	7	Nie dotyczy
43	1	Zajęcia sportowe - zajęcia z jogi	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-22 10:00	4	2026-01-22 10:50	5	trener	6	12	7	Nie dotyczy
44	1	Zajęcia sportowe - zajęcia z jogi	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-22 11:00	4	2026-01-22 11:50	5	trener	6	12	7	Nie dotyczy
45	1	Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-23 10:30	4	2026-01-23 11:30	5	instruktor	6	1	7	Nie dotyczy
46	1	Zajęcia terapeutyczne ze zwierzętami - Alpakoterapia	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-23 11:00	4	2026-01-23 13:00	5	instruktor	6	6	7	Nie dotyczy
47	1	Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-23 13:30	4	2026-01-23 14:30	5	instruktor	6	1	7	Nie dotyczy
48	1	Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-26 11:00	4	2026-01-26 12:00	5	instruktor	6	1	7	Nie dotyczy
49	1	Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-26 13:30	4	2026-01-26 14:30	5	instruktor	6	1	7	Nie dotyczy

50	1	Zajęcia sportowe - zajęcia z jogi	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-27 11:00	4	2026-01-27 11:50	5	trener	6	12	7	Nie dotyczy
51	1	Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-27 11:00	4	2026-01-27 12:00	5	instruktor	6	1	7	Nie dotyczy
52	1	Zajęcia terapeutyczne ze zwierzętami - Dogoterapia	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-27 11:00	4	2026-01-27 13:00	5	instruktor	6	12	7	Nie dotyczy
53	1	Zajęcia sportowe - zajęcia z jogi	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-27 12:00	4	2026-01-27 12:50	5	trener	6	12	7	Nie dotyczy
54	1	Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-27 13:30	4	2026-01-27 14:30	5	instruktor	6	1	7	Nie dotyczy
55	1	Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-27 13:30	4	2026-01-27 15:30	5	instruktor	6	1	7	Nie dotyczy
56	1	Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-28 10:30	4	2026-01-28 11:30	5	instruktor	6	1	7	Nie dotyczy
57	1	Zajęcia terapeutyczne ze zwierzętami - Alpakoterapia	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-28 11:00	4	2026-01-28 13:00	5	instruktor	6	6	7	Nie dotyczy
58	1	Zajęcia sportowe (na wynajmowanej sali gimnastycznej na zajęcia sportowe)	2	44-103 Gliwice, ul. Sikorskiego 130, Hala Widowiskowo - Sportowa „Sośnica” im. J. Wojewódzkiego	3	2026-01-28 12:40	4	2026-01-28 13:25	5	instruktor	6	10	7	Nie dotyczy
59	1	Zajęcia sportowe (na wynajmowanej sali gimnastycznej na zajęcia sportowe)	2	44-103 Gliwice, ul. Sikorskiego 130, Hala Widowiskowo - Sportowa „Sośnica” im. J. Wojewódzkiego	3	2026-01-28 13:30	4	2026-01-28 14:15	5	instruktor	6	15	7	Nie dotyczy
60	1	Warsztaty z fusingu	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-29 07:30	4	2026-01-29 13:00	5	terapeuta	6	5	7	Nie dotyczy
61	1	Arteterapia - warsztaty fotograficzne	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-29 09:00	4	2026-01-29 12:00	5	instruktor	6	5	7	Nie dotyczy
62	1	Arteterapia - warsztaty fotograficzne	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-29 12:15	4	2026-01-29 15:15	5	instruktor	6	5	7	Nie dotyczy
63	1	Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-29 14:00	4	2026-01-29 15:00	5	instruktor	6	1	7	Nie dotyczy
64	1	Warsztaty hortiterapii	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-30 10:00	4	2026-01-30 13:00	5	instruktor	6	5	7	Nie dotyczy
65	1	Zajęcia z instruktorem samodzielnego funkcjonowania	2	Środowiskowy Dom Samopomocy w Gliwicach, ul. W. Sikorskiego 134, 44-103 Gliwice,	3	2026-01-30 13:30	4	2026-01-30 14:30	5	instruktor	6	1	7	Nie dotyczy