


**Nazwa Beneficjenta:** Gmina Ińsko
**Realizator projektu:** OPS Ińsko
**Nr projektu:** FEPZ.06.20-IP.01-0003/25
**Nazwa projektu:** Poprawa aktywności i samodzielności seniorów poprzez wsparcie Klubu Seniora w Ińsku
**Za okres:** 01.11.2026 r. - 30.11.2026 r.

| Lp. | Nazwa udzielonego wsparcia | Miejsce ( dokładny adres ze wskazaniem nr Sali) | Data odbywania danego wsparcia | Godziny, w których przeprowadzane jest dane wsparcie | Imiona i nazwiska uczestników projektu, biorących udział w danym wsparciu* | Uwagi |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. | Warsztaty z rękodzieła "Jesienne Ozdoby" | Klub Seniora "Bezpieczna Przystań" w Ińsku, ul. Młynarska 18, 73-140 Ińsko | 02.11.2026 r. | 10:00-14:00 | | |
| 2. | Joga | Klub Seniora "Bezpieczna Przystań" w Ińsku, ul. Młynarska 18, 73-140 Ińsko | 03.11.2026 r. | 11:30-13:00 | | |
| 3. | Gimnastyka | Klub Seniora "Bezpieczna Przystań" w Ińsku, ul. Młynarska 18, 73-140 Ińsko | 04.11.2026 r. | 10:00-11:00 | | |
| 4. | Pilates | Klub Seniora "Bezpieczna Przystań" w Ińsku, ul. Młynarska 18, 73-140 Ińsko | 05.11.2026 r. | 10:00-11:00 | | |
| 5. | Joga | Klub Seniora "Bezpieczna Przystań" w Ińsku, ul. Młynarska 18, 73-140 Ińsko | 09.11.2026 r. | 11:30-13:00 | | |
| 6. | "Zobacz siebie innaczej" | Klub Seniora "Bezpieczna Przystań" w Ińsku, ul. Młynarska 18, 73-140 Ińsko | 10.11.2026 r. | 10:00-12:30 | | |
| 7. | Trening pamięci z elementami psychoedukacji | Klub Seniora "Bezpieczna Przystań" w Ińsku, ul. Młynarska 18, 73-140 Ińsko | 12.11.2026 r. | 9:00-14:00 | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 8. | Wydarzenie integracyjne "Dzień Seniora" | Ińskie Centrum Kultury ul. Przybrzeżna 1, 73-140 Ińsko | 13.11.2026 r. | 17:00-21:00 | | |
| 9. | Joga | Klub Seniora "Bezpieczna Przystań" w Ińsku, ul. Młynarska 18, 73-140 Ińsko | 16.11.2026 r. | 11:30-13:00 | | |
| 10. | Gimnastyka | Klub Seniora "Bezpieczna Przystań" w Ińsku, ul. Młynarska 18, 73-140 Ińsko | 18.11.2026 r. | 10:00-11:00 | | |
| 11. | Pilates | Klub Seniora "Bezpieczna Przystań" w Ińsku, ul. Młynarska 18, 73-140 Ińsko | 19.11.2026 r. | 10:00-11:00 | | |
| 15. | Joga | Klub Seniora "Bezpieczna Przystań" w Ińsku, ul. Młynarska 18, 73-140 Ińsko | 23.11.2026 r. | 11:30-13:00 | | |
| 13. | "Spokojnie to moje zdanie" | Klub Seniora "Bezpieczna Przystań" w Ińsku, ul. Młynarska 18, 73-140 Ińsko | 24.11.2026 r. | 10:00-12:30 | | |
| 14. | Fitnes | Klub Seniora "Bezpieczna Przystań" w Ińsku, ul. Młynarska 18, 73-140 Ińsko | 25.11.2026 r. | 10:00-11:00 | | |
| 16. | Pilates | Klub Seniora "Bezpieczna Przystań" w Ińsku, ul. Młynarska 18, 73-140 Ińsko | 26.11.2026 r. | 10:00-11:00 | | |
| 17. | Joga | Klub Seniora "Bezpieczna Przystań" w Ińsku, ul. Młynarska 18, 73-140 Ińsko | 30.11.2026 r. | 11:30-13:00 | | |

* nie dotyczy w przypadku zamieszczenia na stronie internetowej