

Załącznik nr 7 Szczegółowy harmonogram udzielania wsparcia/działań w projekcie

SZCZEGÓŁOWY HARMONOGRAM UDZIELANIA WSPARCIA

Nazwa Beneficjenta: Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie

Nr Projektu: FEPK.07.19-IP.01-0001/23

Tytuł Projektu: Zwiększenie dostępu do usług wspierających funkcjonowanie dzieci, młodzieży, rodzin biologicznych i pieczy zastępczej

Za okres: 01-31.10.2025 r.

Lp.	Rodzaj wsparcia/ działania (w przypadku szkoleń – dokładna nazwa szkolenia) ¹	Data udzielania wsparcia/ działania	Godziny udzielania wsparcia/ działania	Dokładny adres realizacji wsparcia/ działania ²	Nazwa wykonawcy (np. w przypadku szkoleń, konferencji...) i numer telefonu trenera/ szkoleniowca lub opiekuna szkolenia/kursu oraz nazwa pracodawcy (w przypadku staży zawodowych)	Liczba uczestni ków	Strona internetowa, na której będzie dostępny harmonogram udzielania wsparcia. Należy podać adres strony www.
-----	---	--	--	--	--	---------------------------	---

¹ Dotyczy: szkoleń kwalifikacyjnych/kompetencyjnych, staży, doradztwa zawodowego grupowego, indywidualnego poradnictwa grupowego, pośrednictwa pracy, warsztatów, poradnictwa psychologicznego, spotkań informacyjno-edukacyjnych, funkcjonowania miejsc opieki żłobkowej, funkcjonowania placówek wsparcia dziennego dla dzieci i młodzieży, funkcjonowania podmiotów reintegracji społeczno-gospodarczej dla osób zagrożonych wykluczeniem społecznym, funkcjonowania dziennych lub całodobowych placówek dla osób potrzebujących wsparcia w życiu codziennym, działalności bieżącej przedszkola, zajęć dodatkowych dla dzieci przedszkolnych/uczniów, szkoleń/kursów dla nauczycieli przedszkola/szkoły, szkoleń językowych/TIK dla osób dorosłych, kursów/szkoleń zewnętrznych/zawodowych dla uczniów, staży/praktyk uczniów u pracodawców. Ponadto, dotyczy innych form wsparcia odbywających się w określonym miejscu i czasie według zaplanowanego przez Beneficjenta harmonogramu działań.

² Jeżeli nie jest możliwe precyzyjne wskazanie miejsca realizacji wsparcia/działania, to Beneficjent powinien podać obszar, na jakim jest ono udzielane.



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

1.	Funkcjonowanie Placówki Wsparcia Dziennego „Nasza Baza” w Ropczycach – opieka wychowawcza, zajęcia specjalistyczne, wsparcie psychologiczne, wyżywienie, transport, wsparcie wakacyjne realizowane przez Powiat Ropczycko-Sędziszowski/Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Ropczycach	01.10 - 31.10.2025	Godziny otwarcia Placówki: 08:00 - 17:00	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Ropczycach/ Placówka Wsparcia Dziennego „Nasza Baza” w Ropczycach, 39-100 Ropczyce ul. Konopnickiej 3	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Ropczycach tel. 17 86 52 545	30	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
2.	Realizacja zajęć edukacyjno-kompensacyjnych z języka angielskiego realizowane przez Powiat Ropczycko-Sędziszowski/Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Ropczycach	01.10.2025	14:00 - 16:00	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Ropczycach/ Placówka Wsparcia Dziennego „Nasza Baza” w Ropczycach, 39-100 Ropczyce ul. Konopnickiej 3	Patrycja Żegleń tel. 17 86 52 545	30	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		07.10.2025	14:00 - 16:00				
		08.10.2025	14:00 - 16:00				
		14.10.2025	14:00 - 16:00				
		15.10.2025	14:00 – 16:00				
		21.10.2025	14:00 – 16:00				
		22.10.2025	13:00 – 16:00				



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

3.	Warsztaty z zakresu profilaktyki uzależnień (alkohol, substancje psychoaktywne, uzależnienia behawioralne) realizowane przez Powiat Ropczycko-Sędziszowski/Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Ropczycach	01.10.2025	13:00 - 15:00	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Ropczycach/ Placówka Wsparcia Dziennego „Nasza Baza” w Ropczycach, 39-100 Ropczyce ul. Konopnickiej 3	Angelika Ziomek tel. 17 86 52 545	30	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
4.	Zajęcia socjoterapeutyczne realizowane przez Powiat Ropczycko-Sędziszowski/Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Ropczycach	08.10.2025	14:00 – 15:00		Angelika Ziomek tel. 17 86 52 545	30	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		22.10.2025	14:00 – 15:00				
5.	Trening umiejętności społecznych (TUS) realizowany przez Powiat Ropczycko-Sędziszowski/Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Ropczycach	01.10.2025	15:00 - 16:00		Angelika Ziomek tel. 17 86 52 545	30	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		07.10.2025	14:00 - 15:00				
		29.10.2025	14:00 – 15:00				
5.	Terapia ręki realizowana przez Powiat Ropczycko-Sędziszowski/Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	07.10.2025	13:00 - 14:00	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Ropczycach/ Placówka Wsparcia	Angelika Ziomek tel. 17 86 52 545	30	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE

przestrzeń otwarta

	w Ropczycach	08.10.2025	13:00 – 14:00	Dziennego „Nasza Baza” w Ropczycach, 39-100 Ropczyce ul. Konopnickiej 3				
		22.10.2025	13:00 – 14:00					
		29.10.2025	13:00 – 14:00					
7.	Trening skutecznego uczenia się realizowany przez Powiat Ropczycko-Sędziszowski/Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Ropczycach	07.10.2025	15:00 – 16:00		Angelika Ziomek tel. 17 86 52 545	30	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-	
		08.10.2025	15:00 – 16:00					
		22.10.2025	15:00 – 16:00					
		29.10.2025	15:00 – 16:00					
8.	Wsparcie psychologiczne realizowane przez Powiat Ropczycko-Sędziszowski/Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Ropczycach	02.10.2025	13:00 - 17:00		Barbara Brelik tel. 17 86 52 545	30	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-	
		06.10.2025	13:00 - 15:00					
		16.10.2025	13:00 - 15:00					
		20.10.2025	13:00 - 15:00					
		21.10.2025	13:00 - 17:00					
		23.10.2025	13:00 - 16:00					
		27.10.2025	13:00 - 17:00					
		30.10.2025	13:00 - 17:00					
9.	Funkcjonowanie Placówki Wsparcia Dziennego w Desznicy – opieka wychowawcza, wyżywienie, transport	01.10-12.10.2025	13:30 – 18:30	Placówka Wsparcia Dziennego w Desznicy, Desznica 35, 38-230 Nowy Żmigród	Gmina Nowy Żmigród/Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Nowym Żmigrodzie	15	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia- www.gopsnowyzmigrod.pl	
		13.10.2025	10:00 – 15:00					



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

	w Placówce realizowane przez Gminę Nowy Żmigród/Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Nowym Żmigrodzie	14.10 – 31.10.2025	13:30 – 18:30		ul. Mickiewicza 2 38-230 N. Żmigród tel. 13 448 26 21		
10.	Zajęcia z psychologiem realizowane przez Gminę Nowy Żmigród/Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Nowym Żmigrodzie	08.10.2025	15:00 – 18:30	Placówka Wsparcia Dziennego w Desznicy, Desznica 35, 38-230 Nowy Żmigród	Aleksandra Król tel. 570 373 042	15	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia- www.gopsnowyymigrod.pl
		15.10.2025	15:00 – 18:30				
		20.10.2025	15:00 – 18:30				
		27.10.2025	15:00 – 18:30				
11.	Zajęcia z arteterapii realizowane przez Gminę Nowy Żmigród/Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Nowym Żmigrodzie	03.10.2025	15:00 - 17:00	Placówka Wsparcia Dziennego w Desznicy, Desznica 35, 38-230 Nowy Żmigród	Joanna Mroczka tel. 570 373 042	15	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia- www.gopsnowyymigrod.pl
12.	Dogoterapia realizowana przez Gminę Nowy Żmigród/Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Nowym Żmigrodzie	10.10.2025	16:00 – 18:00	Placówka Wsparcia Dziennego w Desznicy, Desznica 35, 38-230 Nowy Żmigród	Jolanta Jaracz tel. 602 190 584	15	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia- www.gopsnowyymigrod.pl
		17.10.2025	16:00 – 18:00				
		27.10.2025	16:30 – 18:30				
13.	Trening kompetencji społecznych realizowany przez Gminę Nowy Żmigród/Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Nowym Żmigrodzie	06.10.2025	14:30 - 18:30	Placówka Wsparcia Dziennego w Desznicy, Desznica 35, 38-230 Nowy Żmigród	Małgorzata Rymarz tel. 515 098 568	15	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia- www.gopsnowyymigrod.pl

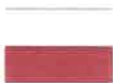
14.	Warsztaty psychologiczne dla rodziców uczestników PWD realizowane przez Gminę Nowy Żmigród/Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Nowym Żmigrodzie	06.10.2025	10:00 – 14:00	Urząd Gminy w Nowym Żmigrodzie, ul. Mickiewicza 2, 38 – 230 Nowy Żmigród	Małgorzata Rymarz tel. 515 098 568	10	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia- www.gopsnowyzmigrod.pl
15.	Wyjazd na spektakl realizowany przez Gminę Nowy Żmigród/Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Nowym Żmigrodzie	13.10.2025	10:00 – 15:00	Regionalne Centrum Kultur Pogranicza ul. Kolejowa 1, 38 – 400 Krosno	Regionalne Centrum Kultur Pogranicza ul. Kolejowa 1, 38 – 400 Krosno (Krakowski Teatr Stańczyk) 13/ 4321898	15	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia- www.gopsnowyzmigrod.pl
16.	Wyjazd do Stajni Galicja realizowany przez Gminę Nowy Żmigród/Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Nowym Żmigrodzie	24.10.2025	13:30 – 18:30	Stajnia Galicja Bieździedza 267, 38 – 214 Bieździedza	Stajnia Galicja Bieździedza 267, 38 – 214 Bieździedza tel. 698622717	15	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia- www.gopsnowyzmigrod.pl
17.	Funkcjonowanie mieszkania treningowego w Krośnie realizowane przez Gminę Miasto Krosno/Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Krośnie	01.10-31.10.2025	całodobowo	ul. Składowa 6/49 38-400 Krosno	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Krośnie tel. 13 432 04 59	3	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-

8.	Funkcjonowanie mieszkań treningowych w Górnicy (wsprcie wychowawcy, psychologa, pedagoga) realizowane przez Powiat Rzeszów/Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Rzeszowie	01.10-31.10.2025	całodobowo	ul. Rzeszowska 5, pawilon 9, 36-051 Górnica	Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Rzeszowie tel. 17/859 48 23	7	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
9.	Funkcjonowanie Placówki Wsparcia Dziennego „Zatoka” w Rzeszowie – opieka wychowawcza, wyżywienie realizowane przez Gminę Miasto Rzeszów/Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Rzeszowie	01.10-31.10.2025	10:00-18:00	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Rzeszowie/ Placówka Wsparcia Dziennego „Zatoka” w Rzeszowie, ul. Kraszewskiego 1/2, 35-016 Rzeszów	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Rzeszowie tel. 17 853 39 27	18	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
20.	Wsparcie psychologiczne dla wychowanków PWD „Zatoka” realizowane przez Gminę Miasto Rzeszów/Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Rzeszowie	08.10.2025	16:00-18:00	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Rzeszowie/ Placówka Wsparcia Dziennego „Zatoka” w Rzeszowie, ul. Kraszewskiego 1/2, 35-016 Rzeszów	Jakub Litwin tel. 509 810 851	18	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		22.10.2025	16:00-18:00				
21.	Trening skutecznego uczenia się dla wychowanków PWD	09.10.2025	16:00 – 18:00 Gr. 1	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Rzeszowie/	Beata Kwiecińska – Pintos tel. 795 074 444	18	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-

	„Zatoka” realizowane przez Gminę Miasto Rzeszów/Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Rzeszowie	16.10.2025	16:00 – 18:00 Gr. 2	Placówka Wsparcia Dziennego „Zatoka” w Rzeszowie, ul. Kraszewskiego 1/2, 35-016 Rzeszów			
22.	Trening zdrowego odżywiania wraz z warsztatami kulinarnymi dla wychowanków PWD „Zatoka” realizowane przez Gminę Miasto Rzeszów/Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Rzeszowie	06.10.2025	14:30 – 16:30	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Rzeszowie/ Placówka Wsparcia Dziennego „Zatoka” w Rzeszowie, ul. Kraszewskiego 1/2, 35-016 Rzeszów	Gabriela Babiarz tel. 662 880 803	18	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		20.10.2025	14:30 – 16:30				
		27.10.2025	14:30 – 16:30				
23.	Organizacja i przeprowadzenie wizyt studyjnych dla kadr ROPS/PCPR/OPS realizowane przez Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	20-21.10.2025	2 dni	województwo małopolskie	Spółdzielnia Socjalna „Dzień dobry” Duńkowice 76, 37 – 550 Radymno tel. 739 411 391	20	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
24.	Indywidualne wsparcie psychologiczne Województwo Podkarpackie/Regionalny	01.10.2025	16:30 – 19:30	ul. Szopena 51, 35 – 055 Rzeszów	Magdalena Buszta tel. 535 722 642	31	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		02.10.2025	16:30 – 19:30				
		04.10.2025	09:00 – 13:00				



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

	Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	08.10.2025	16:30 – 19:30				
		09.10.2025	16:30 – 19:30				
		11.10.2025	09:00 – 13:00				
		23.10.2025	16:30 – 19:30				
		25.10.2025	09:00 – 13:00				
		29.10.2025	16:30 – 19:30				
		30.10.2025	16:30 – 19:30				
25.	Indywidualne wsparcie psychologiczne Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	03.10.2025	15:00 – 18:00	ul. Wolska 35, 36 – 130 Ranizów	Magdalena Buszta tel. 535 722 642	12	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		10.10.2025	15:00 – 18:00				
		24.10.2025	15:00-18:00				
		31.10.2025	15:00-18:00				
26.	Indywidualne wsparcie psychologiczne Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	07.10.2025	16:30 – 19:30	Świlcza 164, 36 – 072 Świlcza	Magdalena Buszta tel. 535 722 642	7	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		28.10.2025	16:30 – 19:30				
27.	Indywidualne wsparcie psychologiczne Województwo	03.10.2025	11:00 -17:00	ul. Matejki 7, 39 – 200 Dębica	Weronika Kasprzyk tel. 510 531 542	32	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		07.10.2025	11:00 -17:00				



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

	Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	10.10.2025	11:00 -17:00				
		17.10.2025	11:00 -17:00				
		21.10.2025	11:00 -17:00				
		24.10.2025	11:00 -17:00				
		28.10.2025	11:00 -17:00				
		31.10.2025	11:00 -17:00				
28.	Indywidualne wsparcie psychologiczne Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	02.10.2025	11:00 -17:00	ul. Cmentarna 1, 39 – 200 Dębica	Oliwia Herduś tel. 607 526 932	46	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		03.10.2025	11:00 -17:00				
		07.10.2025	11:00 -17:00				
		09.10.2025	11:00 -17:00				
		10.10.2025	11:00 -17:00				
		14.10.2025	11:00 -17:00				
		16.10.2025	11:00 -17:00				
		17.10.2025	11:00 -17:00				
		21.10.2025	11:00 -17:00				
		23.10.2025	11:00 -17:00				
		24.10.2025	11:00 -17:00				
		28.10.2025	11:00 -17:00				
		30.10.2025	11:00 -17:00				



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE

przestrzeń otwarta

		31.10.2025	11:00 -17:00				
9.	Indywidualne wsparcie psychologiczne Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	03.10.2025	15:00 – 19:00	ul. Kościuszki 7, 37 – 100 Łańcut	Małgorzata Dąbal tel. 794 778 437	10	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		07.10.2025	16:00 – 19:00				
		10.10.2025	14:00 – 19:00				
		17.10.2025	14:00 – 19:00				
		24.10.2025	14:00 – 19:00				
		31.10.2025	14:00 – 19:00				
10.	Indywidualne wsparcie psychologiczne Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	08.10.2025	10:00 – 15:00	ul. Kościuszki 4, 37 – 530 Sieniawa	Marika Malisiewicz tel. 724 673 639	6	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		22.10.2025	08:00 – 15:00				
11.	Indywidualne wsparcie psychologiczne Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	03.10.2025	12:00 – 20:00	ul. Dmowskiego 11, 37 – 450 Stalowa Wola	Gabriela Rumak tel. 725 861 885	22	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		16.10.2025	15:00 – 20:00				
		17.10.2025	12:00 – 20:00				
		30.10.2025	12:00 – 20:00				
		31.10.2025	15:00 – 20:00				
12.	Indywidualne wsparcie psychologiczne Województwo Podkarpackie/Regionalny	01.10.2025	14:00 – 19:00	ul. Lewakowskiego 25/ 404 38 – 400 Krosno	Marta Dragan tel. 694 471 493	60	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie						
	02.10.2025	14:00 – 20:00				
	03.10.2025	11:30 – 18:30				
	08.10.2025	14:00 – 19:00				
	09.10.2025	14:00 – 20:00				
	10.10.2025	11:30 – 18:30				
	15.10.2025	14:00 – 19:00				
	16.10.2025	14:00 – 20:00				
	17.10.2025	11:30 – 18:30				
	22.10.2025	14:00 – 19:00				
	23.10.2025	14:00 – 20:00				
	24.10.2025	11:30 – 18:30				
	29.10.2025	14:00 – 19:00				
	30.10.2025	14:00 – 20:00				
31.10.2025	11:30 – 18:30					
33. Indywidualne wsparcie psychologiczne Województwo Podkarpackie/Regionalny	01.10.2025	15:00 – 18:00	ul. Cerkiewna 3, 37 – 500 Jarosław	Małgorzata Dąbal tel. 794 778 437	18	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
	02.10.2025	16:00 – 20:00				
	04.10.2025	09:00 – 14:00				

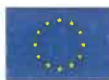


Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE

przestrzeń otwarta

	Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	08.10.2025	14:00 – 20:00				
		11.10.2025	09:00 – 14:00				
		16.10.2025	14:00 – 20:00				
		21.10.2025	14:00 – 20:00				
		29.10.2025	14:00 – 20:00				
		30.10.2025	14:00 – 20:00				
4.	Indywidualne wsparcie psychologiczne Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	01.10.2025	15:00 – 18:00	ul. Bohaterów Westerplatte 18A, 38-400 Krosno	Elżbieta Janicka, tel. 787 613 873	14	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		08.10.2025	15:00 – 18:00				
		11.10.2025	10:00 – 16:00				
		15.10.2025	15:00 – 18:00				
		22.10.2025	15:00 – 18:00				
		25.10.2025	10:00 – 16:00				
5.	Indywidualne wsparcie psychologiczne Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	24.10.2025	15:00 – 17:00	Świlcza 150B, 36 – 072 Świlcza	Karolina Pondo, tel. 666 603 564	1	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
6.	Wsparcie socjoterapeutyczne Województwo	07.10.2025	13:00 - 15:00	ul. Matejki 10, 39 – 201 Dębica	Magdalena Michalska tel. 790 306 208	4	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		14.10.2025	13:00 - 15:00				



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską

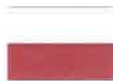


PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

	Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	21.10.2025	13:00 - 15:00				
		28.10.2025	13:00 - 15:00				
37.	Wsparcie socjoterapeutyczne Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	03.10.2025	12:00 - 15:00	ul. Kraszewskiego 90, 39 – 200 Dębica	Magdalena Michalska tel. 790 306 208	8	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		03.10.2025	15:00 - 17:00				
		10.10.2025	12:00 - 15:00				
		10.10.2025	15:00 - 17:00				
		17.10.2025	12:00 - 14:00				
		17.10.2025	14:00 - 17:00				
		24.10.2025	12:00 - 14:00				
		24.10.2025	14:00 - 17:00				
38.	Wsparcie socjoterapeutyczne Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	02.10.2025	12:00 – 15:00	Świlcza 150B, 36-072 Świlcza	Magdalena Michalska tel. 790 306 208	13	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		02.10.2025	15:00 – 17:00				
		06.10.2025	13:00 – 16:00				
		09.10.2025	12:00 – 15:00				
		09.10.2025	15:00 – 17:00				
		13.10.2025	13:00 – 16:00				
		16.10.2025	12:00 – 15:00				
		16.10.2025	15:00 – 17:00				



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

		20.10.2025	13:00 – 15:00				
		23.10.2025	12:00 – 14:00				
		23.10.2025	14:00 – 17:00				
		27.10.2025	13:00 – 15:00				
		30.10.2025	12:00 – 14:00				
		30.10.2025	14:00 – 17:00				
9.	Trening umiejętności społecznych realizowany przez Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	03.10.2025	13:00 – 16:00	ul. Świlcza 150 B, 36 – 072 Świlcza	Karolina Pondo tel. 666 603 564	10	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
	10.10.2025	13:00 – 16:00					
	24.10.2025	13:00 – 15:00					
10.	Trening umiejętności społecznych realizowany przez Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	04.10.2025	10:00 – 15:00	ul. Dmowskiego 11, 37 – 450 Stalowa Wola	Gabriela Rumak tel. 725 861 885	10	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
	18.10.2025	10:00 – 15:00					
11.	Trening umiejętności społecznych realizowany przez Województwo	11.10.2025	09:00 – 13:00	ul. Szopena 51, 35 – 959 Rzeszów	Gabriela Rumak tel. 725 861 885	7	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
	22.10.2025	16:00 – 18:00					



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską

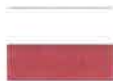


PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

	Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	25.10.2025	09:00 – 13:00				
42.	Trening umiejętności społecznych realizowany przez Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	09.10.2025	16:00 – 19:00	ul. Szopena 51, 35 – 959 Rzeszów	Karolina Pondo tel. 666 603 564	9	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
43.	Trening umiejętności społecznych realizowany przez Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	13.10.2025	16:00 – 20:00	ul. Wolska 35, 36-130 Ranizów	Paweł Smoleń Tel. 889 099 810	45	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		15.10.2025	16:00 – 20:00				
		20.10.2025	16:00 – 20:00				
		22.10.2025	16:00 – 20:00				
		27.10.2025	16:00 – 20:00				



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE

przestrzeń otwarta

14.	Trening umiejętności społecznych realizowany przez Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	28.10.2025	15:00 – 20:00	ul. Sadowa 21, 38-512 Sanok	Paweł Smoleń Tel. 889 099 810	16	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		29.10.2025	15:00 – 20:00				
15.	Trening umiejętności społecznych realizowany przez Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	23.10.2025	14:00 – 18:00	ul. Rzeszowska 33, 38 – 120 Czudec	Adriana Tarnacka-Oliwa	18	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		30.10.2025	14:00 – 18:00				
16.	Indywidualne konsultacje dietetyczne Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	06.10.2025	17:30 – 18:30	ul. Grunwaldzka 19/ 206 A, 35 – 068 Rzeszów	Ewelina Tabaczar tel. 696 091 783	3	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		20.10.2025	16:30 – 18:30				
17.	Indywidualne konsultacje dietetyczne Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	07.10.2025	15:00 – 20:00	ul. Kościuszki 26, 36 – 020 Tyczyn	Ewelina Tabaczar tel. 696 091 783	15	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		14.10.2025					
		21.10.2025					



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

48.	Trening zdrowego odżywiania Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	10.10.2025	18:00 – 20:00	ul. Kościuszki 26, 36 – 020 Tyczyn	Ewelina Tabaczar tel. 696 091 783	30	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		17.10.2025	18:00 – 20:00				
		24.10.2025	18:00 – 20:00				
49.	Trening zdrowego odżywiania Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	09.10.2025	15:30 – 18:30	ul. Grunwaldzka 19/206A, 35 – 068 Rzeszów	Ewelina Tabaczar tel. 696 091 783	13	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		13.10.2025	15:30 – 18:30				
		16.10.2025	15:30 – 18:30				
		23.10.2025	15:30 – 18:30				
		27.10.2025	15:30 – 18:30				
		30.10.2025	15:30 – 18:30				
50.	Trening zdrowego odżywiania Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	08.10.2025	13:00 – 16:00	Świlcza 150 B, 36 – 072 Świlcza	Ewelina Tabaczar tel. 696 091 783	35	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		15.10.2025	13:00 – 16:00				
		22.10.2025	12:30 – 16:30				
		29.10.2025	12:30 – 16:30				
51.	Trening zdrowego odżywiania Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki	18.10.2025	09:00 – 12:00	ul. Unii Lubelskiej 4, 35 – 016 Rzeszów	Ewelina Tabaczar tel. 696 091 783	10	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-

	Spółecznej w Rzeszowie						
2.	Trening zdrowego odżywiania Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	28.10.2025	15:00 – 18:00	ul. Lubelska 5, 36 – 050 Sokółów Małopolski	Ewelina Tabaczar tel. 696 091 783	5	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
3.	Trening zdrowego odżywiania Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	31.10.2025	15:00 – 17:00	ul. Sadowa 21 38 – 500 Sanok	Ewelina Tabaczar tel. 696 091 783	7	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
4.	Trening skutecznego uczenia się realizowany przez Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	03.10.2025	16:00 – 20:00	ul. Sokołowska 1, 36 – 130 Ranizów	Lidia Lech, tel. 782 790 578	64	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		04.10.2025	08:00 – 13:00				
		11.10.2025	08:00 – 13:00				
		17.10.2025	15:00 – 20:00				
		18.10.2025	7:30 – 13:30				
		24.10.2025	15:00 – 20:00				
		25.10.2025	7:30 – 13:30				
		31.10.2025	16:00 – 20:00				



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską

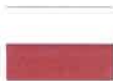


PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

55.	Trening skutecznego uczenia się realizowany przez Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	04.10.2025	14:00 – 20:00	ul. Sportowa 28, 39 – 200 Dębica	Lidia Lech, tel. 782 790 578	60	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		10.10.2025	16:00 – 20:00				
		11.10.2025	14:00 – 20:00				
		18.10.2025	14:00 – 20:00				
		25.10.2025	14:00 – 20:00				
56.	Trening skutecznego uczenia się realizowany przez Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	03.10.2025	16:00 – 20:00	al. T. Rejtana 53a, lokal 108 H 35 – 328 Rzeszów	Joanna Jakubczak tel. 723 080 371	8	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
57.	Trening skutecznego uczenia się realizowany przez Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	04.10.2025	07:30 – 13:30	Świlcza 146 P, 36 -072 Świlcza	Joanna Jakubczak tel. 723 080 371	66	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		04.10.2025	14:00 – 20:00				
		10.10.2025	16:00 – 20:00				
		11.10.2025	07:30 – 13:30				
		11.10.2025	14:00 – 20:00				
		17.10.2025	16:00 – 20:00				
		18.10.2025	07:30 – 13:30				
		18.10.2025	14:00 – 20:00				
		24.10.2025	16:00 – 20:00				



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

		25.10.2025	07:30 – 13:30				
		25.10.2025	14:00 – 20:00				
		31.10.2025	16:00 – 20:00				
58.	Trening skutecznego uczenia się realizowany przez Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	03.10.2025	16:00 – 20:00	Al. T. Rejtana 53a, lokal 108 H 35 – 328 Rzeszów	Anna Dejko tel. 667 530 046	48	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		04.10.2025	08:00 – 13:00				
		04.10.2025	14:00 – 19:00				
		10.10.2025	16:00 – 20:00				
		11.10.2025	08:00 – 13:00				
		11.10.2025	14:00 – 19:00				
59.	Trening skutecznego uczenia się realizowany przez Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	17.10.2025	16:00 – 20:00	Świlcza 146 P, 36 -072 Świlcza	Anna Dejko tel. 667 530 046	27	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		24.10.2025	16:00 – 20:00				
		31.10.2025	16:00 – 20:00				
50.	Trening biofeedback Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	03.10.2025	15:00 – 19:00	ul. Nizinna 30/1 35 – 303 Rzeszów	Justyna Małyk	5	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
51.	Trening biofeedback Województwo	06.10.2025	19:00 – 20:00	ul. Witolda 1 35 - 302 Rzeszów	Marlena Puskarewicz tel. 692 888 233	1	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską

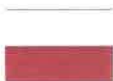


PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

	Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie						wsparcia-
62.	Trening biofeedback	01.10.2025	15:00 – 19:00	ul. Nizinna 30/1 35 – 303 Rzeszów	Marlena Puskarewicz tel. 692 888 233	10	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		02.10.2025	15:00 – 19:00				
	03.10.2025	15:00 – 19:00	Gabriela Gonet tel. 692 888 233				
	04.10.2025	15:00 – 19:00					
	06.10.2025	15:00 – 19:00					
	08.10.2025	15:00 – 19:00					
	10.10.2025	15:00 – 19:00					
	13.10.2025	15:00 – 19:00					
	15.10.2025	15:00 – 19:00					
	17.10.2025	15:00 – 19:00					
	20.10.2025	15:00 – 19:00					
	22.10.2025	15:00 – 19:00					
	24.10.2025	15:00 – 19:00					
	27.10.2025	15:00 – 19:00					
29.10.2025	15:00 – 19:00						
63.		01.10.2025	15:00 – 16:00		Halina Masłyk	10	



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE

przestrzeń otwarta

Trening biofeedback
Województwo
Podkarpackie/Regionalny
Ośrodek Polityki
Społecznej
w Rzeszowie

01.10.2025	16:00 – 17:00
01.10.2025	17:00 – 18:00
01.10.2025	18:00 – 19:00
01.10.2025	19:00 – 20:00
03.10.2025	15:00 – 16:00
03.10.2025	16:00 – 17:00
03.10.2025	17:00 – 18:00
03.10.2025	18:00 – 19:00
03.10.2025	19:00 – 20:00
03.10.2025	15:00 – 16:00
03.10.2025	16:00 – 17:00
03.10.2025	17:00 – 18:00
03.10.2025	18:00 – 19:00
03.10.2025	19:00 – 20:00
06.10.2025	15:00 – 16:00
06.10.2025	16:00 – 17:00
06.10.2025	17:00 – 18:00
06.10.2025	18:00 – 19:00
06.10.2025	19:00 – 20:00

ul. Nizinna 30/1
35 – 303 Rzeszów

tel. 607 526 932

Marlena Puskarewicz
tel. 692 888 233

<https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia->



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

08.10.2025	15:00 – 16:00
08.10.2025	16:00 – 17:00
08.10.2025	17:00 – 18:00
08.10.2025	18:00 – 19:00
08.10.2025	19:00 – 20:00
10.10.2025	15:00 – 16:00
10.10.2025	16:00 – 17:00
10.10.2025	17:00 – 18:00
10.10.2025	18:00 – 19:00
10.10.2025	19:00 – 20:00
13.10.2025	15:00 – 16:00
13.10.2025	16:00 – 17:00
13.10.2025	17:00 – 18:00
13.10.2025	18:00 – 19:00
13.10.2025	19:00 – 20:00
15.10.2025	15:00 – 16:00
15.10.2025	16:00 – 17:00
15.10.2025	17:00 – 18:00
15.10.2025	18:00 – 19:00



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



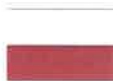
PODKARPACKIE

przestrzeń otwarta

15.10.2025	19:00 – 20:00
17.10.2025	15:00 – 16:00
17.10.2025	16:00 – 17:00
17.10.2025	17:00 – 18:00
17.10.2025	18:00 – 19:00
17.10.2025	19:00 – 20:00
20.10.2025	15:00 – 16:00
20.10.2025	16:00 – 17:00
20.10.2025	17:00 – 18:00
20.10.2025	18:00 – 19:00
20.10.2025	19:00 – 20:00
22.10.2025	15:00 – 16:00
22.10.2025	16:00 – 17:00
22.10.2025	17:00 – 18:00
22.10.2025	18:00 – 19:00
22.10.2025	19:00 – 20:00
24.10.2025	15:00 – 16:00
24.10.2025	16:00 – 17:00
24.10.2025	17:00 – 18:00



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

24.10.2025	18:00 – 19:00
24.10.2025	19:00 – 20:00
27.10.2025	15:00 – 16:00
27.10.2025	16:00 – 17:00
27.10.2025	17:00 – 18:00
27.10.2025	18:00 – 19:00
27.10.2025	19:00 – 20:00
29.10.2025	15:00 – 16:00
29.10.2025	16:00 – 17:00
29.10.2025	17:00 – 18:00
29.10.2025	18:00 – 19:00
29.10.2025	19:00 – 20:00
31.10.2025	15:00 – 16:00
31.10.2025	16:00 – 17:00
31.10.2025	17:00 – 18:00
31.10.2025	18:00 – 19:00
31.10.2025	19:00 – 20:00
01.10.2025	17:00 – 18:00
01.10.2025	18:00 – 19:00

64. Trening biofeedback
Województwo
Podkarpackie/Regionalny

ul. Wolności 43,
37-400 Nisko

Urszula Wróblewska -
Kubik
tel. 698 249 170

6

<https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia->



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

**Ośrodek Polityki
Społecznej
w Rzeszowie**

02.10.2025	14:00 -15:00
02.10.2025	15:00 – 16:00
03.10.2025	18:00 – 19:00
08.10.2025	17:00 – 18:00
08.10.2025	18:00 – 19:00
09.10.2025	14:00 -15:00
09.10.2025	15:00 – 16:00
15.10.2025	17:00 – 18:00
15.10.2025	18:00 – 19:00
16.10.2025	14:00 -15:00
16.10.2025	15:00 – 16:00
22.10.2025	14:00 – 18:00
22.10.2025	18:00 – 19:00
23.10.2025	14:00 -15:00
24.10.2025	18:00 – 19:00
29.10.2025	17:00 – 18:00
29.10.2025	18:00 – 19:00
30.10.2025	14:00 -15:00
01.10.2025	15:00 – 20:00

65.

Joanna Ciapała

50

<https://www.rops.rzeszow.pl>

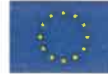


Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

Trening biofeedback
Województwo
Podkarpackie/Regionalny
Ośrodek Polityki
Społecznej
w Rzeszowie

03.10.2025	14:00 – 19:00
04.10.2025	08:00 – 09:00
06.10.2025	13:00 – 14:00
08.10.2025	13:00 – 14:00
10.10.2025	13:00 – 14:00
11.10.2025	08:00 – 09:00
13.10.2025	13:00 – 14:00
13.10.2025	14:00 – 15:00
13.10.2025	15:00 – 16:00
13.10.2025	16:00 – 17:00
13.10.2025	17:00 – 18:00
13.10.2025	18:00 – 19:00
13.10.2025	19:00 – 20:00
15.10.2025	12:00 – 13:00
15.10.2025	13:00 – 14:00
15.10.2025	14:00 – 15:00
15.10.2025	15:00 – 16:00
15.10.2025	16:00 – 17:00
15.10.2025	17:00 – 18:00

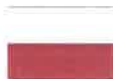
ul. Daszyńskiego 13/2,
37-100 Łańcut

tel. 669870678

/s-295-harmonogramy-
wsparcia-



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

15.10.2025	18:00 – 19:00
17.10.2025	12:00 – 13:00
17.10.2025	13:00 – 14:00
17.10.2025	14:00 – 15:00
17.10.2025	15:00 – 16:00
17.10.2025	16:00 – 17:00
17.10.2025	17:00 – 18:00
17.10.2025	18:00 – 19:00
18.10.2025	08:00 – 09:00
18.10.2025	09:00 – 10:00
18.10.2025	10:00 – 11:00
18.10.2025	11:00 – 12:00
18.10.2025	12:00 – 13:00
18.10.2025	13:00 – 14:00
20.10.2025	12:00 – 20:00
22.10.2025	12:00 – 20:00
24.10.2025	12:00 – 20:00
25.10.2025	08:00 – 16:00
27.10.2025	12:00 – 20:00



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską

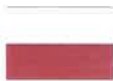


PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

		29.10.2025	12:00 – 20:00				
		30.10.2025	18:00 – 20:00				
		31.10.2025	18:00 – 20:00				
66.	Trening biofeedback Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	22.10.2025	11:00 – 19:00	ul. Sanocka 6, 38 – 100 Strzyżów	Agnieszka Andruch	8	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		23.10.2025	11:00 – 17:00				
		24.10.2025	11:00 – 20:00				
		27.10.2025	11:00 – 18:00				
		28.10.2025	11:00 – 19:00				
		29.10.2025	11:00 – 18:00				
		31.10.2025	11:00 – 19:00				
67.	Profilaktyka uzależnień realizowana przez Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	02.10.2025	16:30-18:30	ul. Gawrzyłowska 33, 39 – 200 Dębica	Paweł Koszarski tel. 883 999 548	11	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		09.10.2025	16:30-18:30				
		16.10.2025	16:30-18:30				
		23.10.2025	16:30-18:30				
68.	Profilaktyka uzależnień realizowana przez Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki	02.10.2025	16:30-18:30	ul. Unii Lubelskiej 4, 35 – 316 Rzeszów	Paulina Lula tel. 883 999 548	10	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		09.10.2025	16:30-18:30				
		16.10.2025	16:30-18:30				
		23.10.2025	16:30-18:30				



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

	Spółecznej w Rzeszowie	30.10.2025	16:30-18:30				
59.	Profilaktyka uzależnień realizowana przez Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	07.10.2025	16:30-18:30	ul. Grodzka 2, 38 – 400 Krosno	Renata Nowak tel. 883 999 548	10	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		14.10.2025	16:30-18:30				
		21.10.2025	16:30-18:30				
		28.10.2025	16:30-18:30				
70.	Profilaktyka uzależnień realizowana przez Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	07.10.2025	13:45 – 15:45	Świlcza 168, 36 – 072 Świlcza	Paulina Lula tel. 883 999 548	12	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		14.10.2025	13:45 – 15:45				
		21.10.2025	13:45 – 15:45				
		28.10.2025	13:45 – 15:45				
71.	Profilaktyka uzależnień realizowana przez Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	01.10.2025	16:00-20:00	ul. Leśna 2, 39 – 450 Skopanie	Maria Walczak tel. 883 999 548	19	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		08.10.2025	16:00-20:00				
		15.10.2025	16:00-20:00				
		22.10.2025	16:00-20:00				
		29.10.2025	16:00-20:00				
72.	Profilaktyka uzależnień realizowana przez Województwo Podkarpackie/Regionalny	02.10.2025	16:00-18:00	ul. ks. J. Popiełuszki 10 37-450 Stalowa Wola	Elżbieta Kochan tel. 883 999 548	7	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		09.10.2025	16:00-18:00				
		16.10.2025	16:00-18:00				



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską

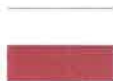


PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

	Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	23.10.2025	16:00-18:00				
		30.10.2025	16:00-18:00				
73.	Profilaktyka uzależnień realizowana przez Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	04.10.2025	10:00 – 13:00	ul. Kościuszki 26, 36-020 Tyczyn	Paulina Lula tel. 883 999 548	10	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		11.10.2025	10:00 – 13:00				
		18.10.2025	10:00 – 13:00				
		25.10.2025	10:00 – 13:00				
74.	Terapia ręki realizowana przez Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	02.10.2025	08:00- 09:00	ul. Boya Żeleńskiego 16 35 – 105 Rzeszów	Joanna Potoniec tel. 607 095 694	36	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		02.10.2025	13:00-14:00				
		06.10.2025	08:00- 09:00				
		06.10.2025	12:00 – 14:00				
		06.10.2025	16:00 – 18:00				
		07.10.2025	16:00 – 19:00				
		08.10.2025	08:00 – 11:00				
		09.10.2025	08:00 – 10:00				
		13.10.2025	08:00 – 10:00				
		14.10.2025	13:00 – 18:00				



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską

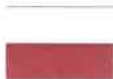


PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

		20.10.2025	08:00 – 10:00				
		21.10.2025	11:00 – 13:00				
		22.10.2025	08:00 – 10:00				
		23.10.2025	08:00 – 09:00				
		27.10.2025	08:00 – 10:00				
		28.10.2025	10.00 – 13.00				
		29.10.2025	08:00 – 10:00				
		30.10.2025	08:00 – 09:00				
75.	Terapia ręki realizowana przez Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	03.10.2025	13:00 - 18:00	Świlcza 164, 36 – 072 Świlcza	Joanna Potoniec tel. 607 095 694	24	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		10.10.2025	13:00 - 18:00				
		24.10.2025	13:00 - 18:00				
		31.10.2025	13:00 - 18:00				
76.	Terapia ręki realizowana przez Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	01.10.2025	16:00 - 17:00	ul. Łukasiewicza 16, 38 – 100 Strzyżów	Karolina Zaręba tel. 665 211 889	26	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		06.10.2025	19:00 – 20:00				
		07.10.2025	14:00 – 15:00				
		07.10.2025	15:00 – 16:00				
		07.10.2025	16:00 – 17:00				



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

08.10.2025	16:00 – 17:00
08.10.2025	17:00 – 18:00
08.10.2025	18:00 – 19:00
14.10.2025	14:00 – 15:00
14.10.2025	15:00 – 16:00
14.10.2025	16:00 – 17:00
15.10.2025	13:00 – 14:00
15.10.2025	16:00 – 17:00
15.10.2025	17:00 – 18:00
20.10.2025	14:00 – 15:00
20.10.2025	19:00 – 20:00
21.10.2025	14:00 – 15:00
21.10.2025	15:00 – 16:00
21.10.2025	16:00 – 17:00
22.10.2025	16:00 – 17:00
23.10.2025	16:00 – 17:00
01.10.2025	16:00 - 17:00
01.10.2025	17:00 - 18:00

77.

Terapia ręki realizowana
przez **Województwo
Podkarpackie/Regionalny**

ul. Łukasiewicza 16,
38 – 100 Strzyżów

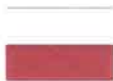
Joanna Bury
tel. 888 440 242

17

<https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia->



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

Ośrodek Polityki
Społecznej
w Rzeszowie

01.10.2025	18:00 - 19:00
07.10.2025	13:00 - 14:00
07.10.2025	14:00 - 15:00
07.10.2025	15:00 - 16:00
07.10.2025	16:00 - 17:00
08.10.2025	16:00 - 17:00
08.10.2025	17:00 - 18:00
08.10.2025	18:00 - 19:00
08.10.2025	19:00 - 20:00
14.10.2025	14:00 - 15:00
14.10.2025	18:00 - 19:00
15.10.2025	13:00 - 14:00
15.10.2025	16:00 - 17:00
15.10.2025	17:00 - 18:00
15.10.2025	18:00 - 19:00
16.10.2025	15:00 - 16:00
16.10.2025	16:00 - 17:00
20.10.2025	14:00 - 15:00
21.10.2025	14:00 - 15:00



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską

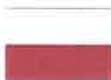


PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

		21.10.2025	18:00 – 19:00				
		22.10.2025	16:00 – 17:00				
		22.10.2025	17:00 – 18:00				
		22.10.2025	18:00 – 19:00				
		23.10.2025	15:00 – 16:00				
		23.10.2025	16:00 – 17:00				
78.	Terapia ręki realizowana przez Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	02.10.2025	14:00 – 19:00	al. Jana Pawła II 2A, 37-450 Stalowa Wola	Katarzyna Kunysz tel. 888 440 242	56	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		03.10.2025	13:00 – 17:00				
		04.10.2025	08:00 – 13:00				
		08.10.2025	14:00 – 19:00				
		10.10.2025	13:00 – 17:00				
		11.10.2025	08:00 – 13:00				
		15.10.2025	14:00 – 19:00				
		17.10.2025	13:00 – 17:00				
		18.10.2025	08:00 – 13:00				
		22.10.2025	14:00 – 19:00				
		24.10.2025	13:00 – 17:00				



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



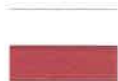
PODKARPACKIE

przestrzeń otwarta

	25.10.2025	08:00 – 13:00				
79. Terapia ręki realizowana przez Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	01.10.2025	15:00 – 17:00	ul. Grodzka 10, 3 8-400 Krosno	Justyna Kalinowska tel. 531131450	37	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
	02.10.2025	16:00 – 17:00				
	03.10.2025	15.30 – 17.30				
	07.10.2025	14.30 – 17.30				
	08.10.2025	15:00 – 17:00				
	09.10.2025	16:00 – 17:00				
	10.10.2025	15.30 – 17:30				
	14.10.2025	14.30 – 17:30				
	15.10.2025	15:00 – 17:00				
	16.10.2025	16:00 – 17:00				
	17.10.2025	15:30 – 17:30				
	21.10.2025	14.30 – 17.30				
	22.10.2025	15:00 – 17:00				
	23.10.2025	16:00 – 17:00				



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

		24.10.2025	15:30 – 17:30				
		28.10.2025	14:30 – 17:30				
		29.10.2025	15:00 – 17:00				
		30.10.2025	16:00 – 17:00				
		31.10.2025	15:30 – 17:30				
80.	Szkolenie „Metoda dialogu motywującego” realizowane przez Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	04.10.2025	09:00 – 17:00	ul. Kraszewskiego 1, 35-016 Rzeszów	Karina Król tel. 502 096 807	3	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		05.10.2025	09:00 – 17:00				
81.	Lokalne spotkania informacyjno-edukacyjne realizowane przez Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	01.10.2025	10:00 – 14:00	ul. Bełska 22, 38-700 Ustrzyki Dolne	Damian Szwagierczak tel. 794 790 305	8	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		03.10.2025	10:00 – 14:00	ul. Armii Krajowej 1, 36-200 Brzozów		8	
		06.10.2025	10:00 – 14:00	ul. 11-go Listopada 10 36-100 Kolbuszowa		8	
		10.10.2025	11:30 – 15:30	ul. 1 Maja 4, 39-400 Tarnobrzeg		8	
		13.10.2025	10:00 – 14:00	ul. Lwowska 16, 37-200 Przeworsk		8	



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

82.	Indywidualne doradztwo zawodowe realizowane przez Województwo Podkarpackie/Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie	18.10.2025	08:00 – 16:00	ul. Leśna 2, 39 – 450 Skopanie	Anna Nowacka tel. 795 559 909	8	https://www.rops.rzeszow.pl/s-295-harmonogramy-wsparcia-
		25.10.2025	08:00 – 16:00				

17.10.2025r. *Dwovali Anna*
.....
Data i podpis osoby sporządzającej

ZASTĘPCA DYREKTORA
Regionalnego Ośrodka
Polityki Społecznej w Rzeszowie
E. Bembenek
17.10.2025r. *Ewelina Bembenek*
.....
Data i podpis osoby upoważnionej

