

ZIELONOGÓRSKI UNIwersytet TRZECIEGO WIEKU

Kontakt: al. Wojska Polskiego 9 65 - 077 Zielona Góra tel. 68 453-26-51	Kontakt: e - mail: kontakt@utw.zgora.pl www.utw.zgora.pl Polub nas: facebook.com/ZUTW.ZGORA
Organizacja Pożytku Publicznego wpisana do Krajowego Rejestru Sądowego pod numerem 0000013459 NIP: 929-131-63-84 REGON: 970397673 Bank BGŻ BNP Paribas S.A. Oddział w Zielonej Górze 55 2030 0045 1110 0000 0256 3310	

PROGRAM ZAJĘĆ NA LUTY 2018 ROKU

*„Miłość jest dawaniem, nie braniem, naprawianiem nie niszczeniem,
zaufaniem, nigdy zwodzeniem,
cierpliwym znośnięciem i wiernym dzieleniem każdej radości i każdego smutku”.*

*Zarządu ZUTW
Zofia Banaszak*

Szanowni słuchacze ! Prosimy o odnotowanie.

- ❖ **1 lutego 2018 roku** rozpoczyna się II semestr w roku akademickim 2017/2018. Przypominamy Państwu, że **składki członkowskie** za II semestr **należało wnieść do końca stycznia br.** **Opłaty za zajęcia:** edukacja językowa, gimnastyki, taniec, grupa wokalnno- estradowa, edukacja fotograficzna, warsztaty plastyczne, basen i inne zajęcia odpłatne – **należało wnieść do 22 stycznia br.** Dziękujemy wszystkim za przestrzeganie w/w terminów. Dziękujemy **kierownikom** wszystkich grup zajęć, w których obowiązuje odpłatna działalność za pomoc w zebraniu opłat od uczestników.
- ❖ **Każdego słuchacza ZUTW obowiązują w II semestrze w roku akademickim 2017/2018 i kolejnych: aktualna legitymacja** (z opłaconą składką za bieżący semestr), **aktualne karnety** na zajęcia, dotyczy: basenu, gimnastyk, języków, edukacji komputerowej oraz innych odpłatnych zajęć organizowanych przez ZUTW.

1 % NA TWÓJ i NASZ ZIELONOGÓRSKI UNIwersytet TRZECIEGO WIEKU.
Zbliża się czas rozliczeń z fiskusem.

Prosimy Państwa o 1 % podatku na wsparcie naszych działań na rzecz seniorów
na Organizację Pożytku Publicznego.
Zielonogórski Uniwersytet Trzeciego Wieku
KRS: 0000013459

Polub nas: facebook.com/ZUTW.ZGORA
Nasza strona Internetowa: www.utw.zgora.pl

SZANOWNI SŁUCHACZE !

Od stycznia 2018 roku możemy znowu wspomóc Twój i nasz Zielonogórski Uniwersytet Trzeciego Wieku wpłatami z 1%. Zachęćmy innych do tego działania. Przekaż tę prośbę swoim dzieciom, wnukom, przyjaciółom i znajomym.

Pomagamy w wypełnianiu PIT – ów.
Wszystkim ofiarodawcom serdecznie dziękujemy.

KILKA REFLEKSJI

Stowarzyszenie nasze od 26 lat działa na wielu płaszczyznach, takich jak: edukacja ustawiczna dla osób starszych, promocja zdrowia, profilaktyka, integracja, edukacja i wolontariat. Jesteśmy wiarygodnymi partnerami dla wielu instytucji, stowarzyszeń w Zielonej Górze, województwie lubuskim, Polsce i za granicą. Swoją postawą pokazujemy, że można odnaleźć się na nowo w życiu na emeryturze, rencie lub gdy kończy się kariera zawodowa i jeszcze pomagać innym. Jesteśmy kreatorami wielu inicjatyw edukacyjnych. **Przedłużając życie naszych seniorów**, na pewno damy każdemu szansę na przeżywanie każdego dnia bardziej atrakcyjnie i zdrowo poprzez: aktywizację intelektualną, psychiczną, społeczną i fizyczną. Pomagamy zaangażowaniu się słuchaczy w aktywność na rzecz otaczającego ich środowiska, podtrzymywaniu więzi społecznych i komunikacji międzyludzkiej wśród seniorów. Przeciwdziałamy samotności: Bo nie ma nic gorszego niż samotność...i marginalizacja oraz wykluczenie. "Psychologia wyróżnia też „starość społeczną”. Przejawia się zmianą dotychczasowych ról (np. z aktywnego pracownika na emeryta bez pomysłu na czas wolny) i osłabieniem więzi społecznych. Ma to duży wpływ na styl życia, choroby...i jeżeli w zamian nie znajdziemy sobie satysfakcjonujących zajęć, nie będziemy mieli dobrych relacji z innymi ludźmi - nasza uwaga kierować się będzie na bezpośrednie kłopoty osobiste". **I po to właśnie jesteśmy i działamy społecznie od 26 lat.** Zielonogórski Uniwersytet Trzeciego Wieku liczy obecnie blisko 1000 słuchaczy. Warto inwestować w taką społeczność ludzi starszych.

WYKŁADY, SEMINARIA, KONFERENCJE, SPOTKANIA Z CIEKAWYMI LUDŹMI, WYSTAWY, KONCERTY, SPOTKANIA MUZYCZNE, TEATRALNE, SPOTKANIA KLUBOWE, WARSZTATY, WYJAZDY EDUKACYJNE, ZDROWOTNE, PRELEKCJE...

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	TEMAT ZAJĘĆ	PROWADZĄCY	MIEJSCE
czwartki 1,15,22. 02.2018	10.00-11.30 Grupa 1 11.30-13.00 Grupa 2	wykłady, warsztaty	PRACOWNIA EDUKACJI FOTOGRAFICZNEJ - głębia ostrości, rozmyte tło a obiektywy – Alfons Mucha – plener Park Poetów – omówienie zdjęć z pleneru	Paweł Janczaruk artysta fotograf Członek Honorowy ZUTW kier. Teresa Kaczmarek gr. 1 kier. Janina Czekala gr. 2 słuchacze ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
czwartki 1,8,15,22. 02.2018	13.00-14.15	warsztaty, próby	ZESPÓŁ „ŻYWEGO SŁOWA” warsztaty, próby.	kier. Danuta Filipowska słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
czwartki 1,8,15,22. 02.2018	16.00-18.00	warsztaty	ZESPÓŁ PLASTYCZNY „PASTELE” warsztaty	Katarzyna Filipowicz-Burchart artysta plastyk kier. Lucyna Charydczak słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
czwartek 1.02.2018	18.00	<i>Krakowski Salon Poezji w Zielonej Górze.</i>	LUTY w NORWIDZIE <i>Krakowski Salon Poezji w Zielonej Górze.</i> Wydarzenie połączone z uroczystym otwarciem zmodernizowanej sali widowiskowej oraz nadaniem jej imienia.	W programie: promocja zbioru <i>Wiersze ostatnie</i> J. Koniusza, pod red. Eugeniusza Kurzawy oraz otwarcie wystawy <i>Janusz Koniusz twórca i działacz.</i>	WiMBP Sala Dębowa imienia Janusza Koniusza

czwartek 1.02.2018	18.00	wernisaż wystawy	ZAPROSZENIE na wernisaż wystawy „OBIEKTY TEATRALNE” Teatru Rozrywki Trójkąt.	Wystawa będzie prezentowana do 5 marca br. Więcej na ostatnich stronach programu.	Salon Wystaw PGNiG Oddział w Zielonej Górze ul. Bohaterów Westerplatte 15
czwartek 1.02.2018	18.00	wykład	CYKL: „CZWARTKOWE SPOTKANIA Z NAUKĄ” KLUB ASTRONOMICZNY „KWAZAR” ZUTW zaprasza słuchaczy. na wykład „Ptasia mechanika kwantowa”.	prof. dr hab. Andrzej Drzewiński	Centrum Nauki Keplera – Planetarium Wenus Sala Projekcyjna <i>Wstęp wolny.</i>
piątki 2,9,16,23. 02.2018	9.30-11.30	warsztaty, plenery	ZESPÓŁ PLASTYCZNY „ALLA PRIMA” warsztaty plastyczne.	Zbigniew Szymoniak artysta malarz kier. Teresa Pasieczna słuchaczai ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
piątek 2.02.2018	10.00	otwarcie wystawy fotograficznej	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTO X” pt. „Wschody i zachody słońca”.	kier. Stanisław Matuszewski słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
piątki 2,9,16,23. 02.2018	11.45-13.45	warsztaty, plenery	ZESPÓŁ PLASTYCZNY „TERMOPILE” warsztaty plastyczne	Zbigniew Szymoniak artysta malarz kier. Zygmunt Jankowski słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
piątki 2,9,16,23. 02.2018	14.00-18.00	rozgrywki brydżowe	KLUB BRYDŻOWY Rozgrywki.	kier. Stefania Zawacka Anna Kozłowska słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
piątki 2,9,16,23. 02.2018	14.10-18.10	szkolenia, zawody brydżowe	KLUB BRYDŻOWY „IMPAS” Szkolenia, zawody brydżowe.	kier. Józef Bogdan słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
piątki 2,9,16,23. 02.2018	14.10-17.00	gry usprawniające pamięć	KLUB SZACHOWY Gry usprawniające pamięć (szachy, warcaby i różne gry planszowe...)	kier. Stanisław Jeżowski słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
sobota 3.02.2018	16.00	spotkanie karnawałowe	KLUB „WIERNI KWIATOM” Spotkanie karnawałowe.	kier. Dorota Łukaszewicz, Danuta Miłosz słuchaczki ZUTW	„Regionalne Smaki” Inf. w Klubie
poniedziałek 5.02.2018	10.00	spotkanie organizacyjne	SPOTKANIE ORGANIZACYJNE kierowników wszystkich grup gimnastycznych i tanecznych. <i>Obecność obowiązkowa</i>	Prowadzenie: przedstawiciele Zarządu ZUTW Elżbieta Józefowicz wiceprezes Barbara Miller skarbnik	ZUTW Sala Klubowa
poniedziałek 5.02.2018	10.00-11.30	wykład, dyskusja	KLUB FILOZOFII „COGITO” Jan Paweł II „Centesimus annus”.	dr Agnieszka Szczap Instytut Filozofii UZ kier. Jerzy Lewandowski słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
poniedziałki 5,12,19. 02.2018	10.00-12.00	próby, warsztaty, przygotowanie nowego programu	KABARET „MONTE VERDE” Próby, warsztaty, przygotowanie nowych programów, występy. Rada Zespołu: Miroslawa Branicka –Polarczyk, Maria Kozak, Danuta Kuleszyńska, Bożena Rudkiewicz, Nina Masternak, Irena Marciszonek słuchaczki ZUTW	Opiekun merytoryczny i artystyczny: Robert Czechowski Dyrektor Lubuskiego Teatru Prowadząca: aktorka Lubuskiego Teatru Elżbieta Donimirska (w dn. 5,12,19.02.br.) kier. Gracjan Grzesiewicz słuchacz ZUTW	Lubuski Teatr

poniedziałki 5,12,19,26. 02.2018	12.00-14.00	wykłady, prelekcje, warsztaty	GRUPA FOTOGRAFICZNO – FILMOWA „KWADRAT” Warsztaty fotograficzno – filmowe.	kier. Bolesław Polarczyk słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
poniedziałki 5,12,19,26. 02.2018	17.00-19.00	próby, warsztaty	CHÓR „MODERATO” próby, warsztaty... <i>Zapraszamy nowe osoby (nie tylko słuchaczy) do naszego Chóru.</i>	Bernard Grupa dyrygent kier. Kazimierz Bujnicki Rada Chóru: Eugeniusz Bryl, Teresa Klim, Jolanta Lorens	ZUTW Sala Klubowa
wtorek 6.02.2018	10.00-12.00	warsztaty	KLUB FOTOGRAFICZNY "FOTOOKO" Porządkowanie archiwum KLUBU.	Roman Grobarski Ewa Kwaśniewicz kier. słuchacze ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
wtorki 6,13,20. 02.2018	12.00-13.30	próby, warsztaty	ZESPÓŁ TEATRALNY „Te(a)tricy” Praca z tekstem autorskim Haliny Bohuty- Stapel. <i>„Monidło, czyli Romea i Julii tragedia prawdziwa”.</i>	kier. Irena Marciszonek słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
wtorki 6,13,20,27. 02.2018	13.30-15.30	próby, warsztaty, występy	SPIEWNIK UNIwersYTECKI Próby, warsztaty przygotowanie nowego programu pt. „Deszczowe piosenki”.	kier. Stefania Kozak Mirosława Branicka – Polarczyk opracowanie muzyczne słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
wtorek 6.02.2018	16.00	koncert	„W ZIMOWYM NASTROJU” koncert muzyczno – poetycki w wykonaniu ŚPIEWNIKA UNIwersYTECKIEGO.	Prowadzenie: Mirosława Branicka – Polarczyk słuchaczka ZUTW	WiMBP Sala Dębowa imienia Janusza Koniusza
środy 7,14,21,28. 02.2018	10.00-14.00	warsztaty, wykłady	ZESPÓŁ PLASTYCZNY "KONTRAPOST" Warsztaty plastyczne.	Leopold Kolbiarz artysta malarz Członek Honorowy ZUTW kier. Helena Lebiecka	ZUTW Sala Słoneczna
środy 7,14,21,28. 02.2018	13.15-14.45	warsztaty, próby, przygotowanie do występów	GRUPA WOKALNO-ESTRADOWA „AKOLADA” Rozwój umiejętności poprawnej emisji głosu, poznawanie repertuaru piosenek estradowych, ruch i zabawa.	Aleksandra Matusiak wokalistka Koordynator: Barbara Woroniecka Członek Zarządu, słuchaczka ZUTW.	ZUTW Sala Klubowa
środy 7,14,21,28. 02.2018	9.30 -11.30	warsztaty, spotkania integracyjne	KLUB HAFTU „ATŁASEK” Zapraszamy nowych słuchaczy, także na wystawę prac słuchaczek na każdych zajęciach.	kier. Krystyna Czajka Łucja Żabińska słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
środa 7.02.2018	16.00	program literacki	ZESPÓŁ „ŻYWEGO SŁOWA” Zapraszamy na program literacki pt. „Róbmy swoje” – zawsze aktualne teksty Wojciecha Młynarskiego.	kier. Danuta Filipowska słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
środa 7.02.2018	17.00	spotkanie	SPOTKANIA MUZEALNE z cyklu „Z pamiętnika podróżnika” spotkanie z dr Markiem Maciantowiczem pt. „Dzika Afryka okiem przyrodnika. Od delty Okavango po śniegi Kilimandżaro”.	spotkanie z dr Markiem Maciantowiczem	MZL <i>Wstęp wolny.</i>

czwartek 8.02.2018	9.30	warsztaty kulinarne	PROJEKT "Od Przedszkola - do Seniora" warsztaty kulinarne "Tłusty czwartek".	Projekt realizowany jest z Przedszkolem Nr 34 "Rozśpiewane Przedszkole". Koordynator: Karolina Michalska nauczycielka	Przedszkole nr 34 "Rozśpiewane Przedszkole". ul. Bohaterów Westerplatte 11
czwartek 8.02.2018	14.30-15.45	wykład	KLUB GEOLOGICZNY „ Praktyczne wykorzystanie fal sejsmicznych”.	kier. Elżbieta Dąbrowska-Żurawik słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 8.02.2018	16.00	wernisaż	Centrum Nauki Keplera - Centrum Przyrodnicze zaprasza wystawę gobelinów Klubu Tkaniny Artystycznej <i>Anna „Skrawek nieba”.</i>		Centrum Nauki Keplera – Centrum Przyrodnicze ul. Dąbrowskiego 14 Zielona Góra <i>Wstęp wolny.</i>
czwartek 8.02.2018	18.00	spotkanie autorskie połączone z zabawą literacką	LUTY w NORWIDZIE Promocja tomiku „Krucze” Agnieszki Ginko, poetki i pisarki, laureatki ogólnopolskich konkursów poetyckich, autorki książek dla dzieci i publikacji edukacyjnych.	Prowadzenie: Mirosława Szott	WiMBP Klub Pro Libris im. Andrzeja K. Waśkiewicza
piątek 9.02.2018	10.00	wernisaż wystawy plastycznej	ZESPÓŁ PLASTYCZNY „ALLA PRIMA” Otwarcie wystawy pt. „Ulotne”.	Kurator: Zbigniew Szymoniak artysta malarz kier. Teresa Pasieczna słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
piątek 9.02.2018	10.00-12.00	warsztaty	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTO X” „Ekspozycja”.	kier. Stanisław Matuszewski słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
piątek 9.02.2018	11.00-15.00	turniej kręglarski	V AMATORSKI TURNIEJ KRĘGLARSKI W KROŚNIE ODRZAŃSKIM Uczestnictwo 10 zawodników z ZUTW. Turniej bowlingu z utw woj. lubuskiego o puchar Burmistrza Krosna Odrzańskiego. W programie: koncert zespołu wokalnego „Nadodrze”	Koordinator wyjazdu i pobytu: Roman Grobarski słuchacz ZUTW	Krosno Odrzańskie Kręgielnia OSiR ul. Pocztowa <i>Dojazd we własnym zakresie.</i>
piątek 9.02.2018	17.00-22.00	zabawa KARNAWAŁOWA przebierana	ZAPROSZENIE na zabawę KARNAWAŁOWĄ ph. KARNAWAŁ WENECKI w ZAMECZKU NA KRUSZYNIE w Sulechowie.	Organizator: Opiekuńczych i Socjalnych w Sulechowie Katarzyna Konkiewicz Instruktor terapii zajęciowej <i>Udział przedstawicieli grupy taneczno-śpiewaczej z ZUTW: AKOLADA</i>	Centrum usług Opiekuńczych i Socjalnych w Sulechowie ZAMECZEK NA KRUSZYNIE ul. Kruszyna 53 A <i>Wstęp dla słuchaczy bezpłatny.</i>
piątek 9.02.2018	17.00	promocja książki	SPOTKANIA MUZEALNE Promocja książki „Lubuski palimpsest. W kręgu historii, kultury i literatury polsko- niemieckiego pogranicza” pod red. dr Marty J. Bąkiewicz.	Moderatorem spotkania będzie dr hab. Tomasz Nodzyński, prof. UZ.	MZL <i>Wstęp wolny.</i>
sobota 10.02.2018	16.00	prelekcja	CENTRUM PRZYRODNICZE Akademia Młodego Biologa „Jak chronimy przyrodę w parkach krajobrazowych?”	prelekcja Krzysztofa Gajdy	Centrum Nauki Keplera – Centrum Przyrodnicze ul. Dąbrowskiego 14 Zielona Góra <i>Wstęp wolny.</i>

sobota 10.02.2018	18.00	koncert WALENTYNKOWY	ZOK zaprasza Koncert Walentynkowy w wykonaniu Orkiestry Dętej <i>Zastal.</i>		ZOK Hydro(za) gadka ul. Festiwalowa AMFITEATR <i>Bilety w ZUTW.</i>
niedziela 11.02.2018	10.00 Grupa 1 11.30 Grupa 2	warsztaty plener	PRACOWNIA EDUKACJI Plener w Parku Piastowskim. Zbiórka obu grup na końcu parkingu przy amfiteatrze.	Paweł Janczaruk artysta fotograf Członek Honorowy ZUTW kier. Teresa Kaczmarek gr. 1 kier. Janina Czekala gr. 2 słuchacze ZUTW	Park Piastowski
poniedziałek 12.02.2018	10.00	spotkanie organizacyjne	SPOTKANIE ORGANIZACYJNE kierowników wszystkich grup językowych. <u>Obecność obowiązkowa</u>	Prowadzenie: przedstawiciele Zarządu ZUTW Bożenna Strączyńska Zofia Biniewska- Dobrzyńska członkowie Zarządu	ZUTW Sala Klubowa
poniedziałek 12.02.2018	12.30-14.30	warsztaty	GRUPA LITERACKA „OKSYMORON” Warsztaty literackie.	Barbara Konarska Członek Honorowy ZUTW kier. „Oksymoronu” Alina Kruk, Ewa Kwaśniewicz słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
wtorek 13.02.2018	10.00-12.00	prelekcja, warsztaty	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOOKO” Wybór zdjęć na wystawę „Przegląd Roku”	Wojciech Kozłowski dyrektor BWA Roman Grobarski Ewa Kwaśniewicz słuchacze ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
wtorek 13.02.2018	10.00-11.30	wykład oraz bezpłatne badanie analizatorem kwantowym	ZESPÓŁ „ŻYJMY ZDROWIEJ” 1. Ziola, witaminy, mikroelementy-naturalne wspomaganie organizmu. 2. Badanie na zawartość w organizmie mikroelementów, witamin oraz zakwaszenie	Brygida Janowska specjalista ds. ziółolecznictwa i suplementacji Zielarstwo Medyczne „Cztery pory roku” kier. Halina Sawa, Jadwiga Jarowicz słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
wtorek 13.02.2018	16.00	wykład	CYKL: ODRADZAJĄCE SIĘ TRADYCJE WINIARSKIE REGIONU. 1/ Winiarstwo rodzinne – powrót do tradycji regionu na przykładzie winnicy <i>Cantina</i> w Mozowie.	dr Mariusz Pacholak	WiMBP Sala Dębowa im. Janusza Koniusza
środa 14.02.2018	9.30	wykład	LUTY w NORWIDZIE „Encyklopedia Książki – dzieje i realizacja projektu”.	prof. dr hab. Anna Żbikowska-Migoń, dr hab. Marta Skalska- Złat z Uniwersytetu Wrocławskiego	WiMBP Sala Wykładowa im. dra Grzegorza Chmielewskiego
środa 14.02.2018	11.45-13.00	spotkanie, sprawy bieżące	ZESPÓŁ POMOCY KOLEŻEŃSKIEJ - „Walentynki” - Sprawy bieżące.	kier. Halina Ksepko Elżbieta Szcześniak koordynatorka: Zofia Biniewska-Dobrzyńska Członek Zarządu ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
środa 14.02.2018	17.00	otwarcie wystawy	SPOTKANIA MUZEALNE Otwarcie wystawy „Łowiectwo na ziemi zielonogórskiej. 95 lat Polskiego Związku Łowieckiego”		MZL <i>Wstęp wolny.</i>

czwartek 15.02.2018	11.00-12.30	spotkania z piosenką	SPOTKANIA Z PIOSENKĄ „Śpiewać każdy może... a nawet powinien”. pt. Piosenki góralско-cygańskie.	Prowadzenie: Eugeniusz Czerwiński Anna Kozłowska Aleksandra Hedzielska słuchacze ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 15.02.2018	16.00	otwarcie wystawy	ZAPROSZENIE na otwarcie wystawy malarstwa Sekcji Plastyki Uniwersytetu Trzeciego Wiek w Gorzowie Wlkp. pt. „ Emocje kolorem zapisane ”. W programie także: wcześniejsze zwiedzanie z gośćmi z Gorzowa Wlkp. WOSiR w Drzonkowie połączone z prezentacją medialną.	Kurator wystawy: Eugeniusz Jaszkuł Otwarcie wystawy towarzyszyć będą występy grup taneczno- śpiewaczych ZUTW AKOLADA i RADOŚĆ TAŃCZENIA Prowadzenie: Aleksandra Matusiak	Centrum Nauki Keplera - Centrum Przyrodnicze ul. Dąbrowskiego 14 Zielona Góra, Sala Wystaw Czasowych
czwartek 15.02.2018	17.30	prelekcja	LUTY w NORWIDZIE „Sen na Javie” – wspomnienia z podróży po Indonezji Małgorzaty Seńków.	Współorganizatorem cyklu jest Lubuskie Stowarzyszenie Przewodników Turystycznych w Zielonej Górze.	WiMBP PALMIARNIA MEDIATEKA Szkłana Pułapka
czwartek 15.02.2018	18.00	spotkanie	ZAPROSZENIE na spotkanie z dziennikarką Dominiką Wielowieyską nt. <i>Media i polityka.</i>	Moderatorem spotkania będzie Konrad Stanglewicz Bożena Ostrowska - koordynatorka Klubu TP w Zielonej Górze	<i>Piekarnia Cichej Kobiety</i> ul. Fabryczna 13 w Zielonej Górze
czwartek 15.02.2018	19.00	Jazzujące Muzeum	SPOTKANIA MUZEALNE KONCERT z CYKLU JAZZUJĄCE MUZEUM – recital fortepianowy Agi Derlak.	Program wieczoru: -wprowadzenie: Leszek Kania i Jerzy Nowak -prezentacja obrazu	Muzeum Ziemi Lubuskiej Sala Witrażowa <i>Bilety ulgowe w ZUTW.</i>
piątek 16.02.2018	10.00-12.00	plener	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTO X” Wyjście w plener	kier. Stanisław Matuszewski słuchacz ZUTW	Inf. w Klubie
piątek 16.02.2018	11.00-13.00	LUBUSKIE OBCHODY DNIA WALKI Z RAKIEM	ZAPROSZENIE pragniemy zaprosić Państwa do udziału w lubuskich obchodach światowego dnia walki z rakiem. Warsztaty artystyczne - arteterapię poprowadzi Fundacja Ewy Minge , warsztaty kulinarne itd. Planujemy wykład jednego lekarza ze szpitala, psychoonkologa i prof. Zbigniewa Izdebskiego , a także krótki występ artystyczny i mały poczęstunek	Organizatorzy: Departament Ochrony Zdrowia Urzędu Marszałkowskiego, Fundacja Ewy Minge Black Batterfly, Szpital Uniwersytecki w Zielonej Górze. <i>Jak najmniej wykładów i straszenia rakiem, a bardziej stawiamy na to, jak się wzmocnić w lub po chorobie nowotworowej i każdej innej – psychicznie.</i>	Sala Kolumnowa Sejmiku Województwa Lubuskiego Urzędu Marszałkowskiego w Zielonej Górze ul. Podgórna 7

sobota 17.02.2017	17.00	koncert	Cykl: POD SCENĄ Z OKAZJI URODZIN ANNY GERMAN Zaproszenie na koncert Białoruskiego Zespołu PIĄTKA	Plakat na tablicy ogłoszeń w ZUTW.	ZOK Hydro(za)gadka ul. Festiwalowa <i>Bilety w ZUTW.</i>
poniedziałek 19.02.2018	10.00-11.30	wykład, dyskusja	KLUB FILOZOFII „COGITO” F. Fukuyama "Koniec historii".	dr Agnieszka Szczap Instytut Filozofii UZ kier. Jerzy Lewandowski słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
poniedziałek 19.02.2018	11.30-12.30	spotkanie informacyjne	ZESPÓŁ „ASYSTENT” spotkanie informacyjne, przydział zadań. W spotkaniu uczestniczą przedstawiciele Zarządu.	Maria Wróblewska kier. Zespołu słuchaczka ZUTW <i>Zapraszamy nowych słuchaczy.</i>	ZUTW Sala Klubowa
poniedziałek 19.02.2018	15.00-16.00	spotkanie	KLUB „WIERNI KWIATOM” „Serduszka”	kier. Dorota Łukaszewicz, Danuta Miłosz słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
wtorek 20.02.2018	10.00-12.00	plener	KLUB FOTOGRAFICZNY "FOTOOKO" Plener – okolice Zielonej Góry.	kier. Roman Grobarski i Ewa Kwaśniewicz słuchacze ZUTW	spotkanie przed ZUTW
wtorek 20.02.2018	16.00	wykład	CYKL: CHRONOBIOLOGIA Rytm w biologicznym życiu człowieka.	dr hab. prof. nadzw. Józef Tatarczuk	WiMBP Sala Dębowa imienia Janusza Koniusza
środa 21.02.2017	10.30	spacer	KLUB KRAJOZNAWCZO- TURYSTYCZNY „CIEKAWI ŚWIATA” Spacer po Parku Piaśtowskim. Szukamy WIOSNY.	kier. Henryka Frankiewicz słuchaczka ZUTW	Spotkanie <i>Biedronka</i> ul. Ptasia Dojazd autobusem MZK 8,44,80
środa 21.02.2018	15.30	spotkanie autorskie	GRUPA LITERACKA „OKSYMORON” Spotkanie autorskie z Haliną Sędzińską połączone z prezentacją Jej prac fotograficznych.	Barbara Konarska Członek Honorowy ZUTW kier. „Oksymoronu” Prowadzenie: Roman Czarnecki Słuchacz ZUTW	Biblioteka Gminna w Sulechowie ul. Jana Pawła II /2/
środa 21.02.2018	17.00	otwarcie wystawy	SPOTKANIA MUZEALNE Otwarcie wystawy pt. „Drogi do Niepodległej”.		MZL <i>Wstęp wolny.</i>
środa 21.02.2018	18.00	spotkanie autorskie	LUTY w NORWIDZIE Spotkanie z Tomaszem Sekielskim, dziennikarzem, pisarzem, reporterem, specjalistą od thrillerów politycznych, jurorem <i>Lubuskiego Wawrzynu</i> Dziennikarskiego 2017.		WiMBP Sala Dębowa imienia Janusza Koniusza
czwartek 22.02.2018	14.30-15.45	wykład	KLUB GEOLOGICZNY „Ziemia Lubuska – ery, epoki, bogactwa naturalne”.	kier. Elżbieta Dąbrowska-Żurawik słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa

czwartek 22.02.2018	16.00-17.00	prelekcja, spotkanie	KLUB KAMIENI i MINERAŁÓW „KRYSZTAŁ” 1. "Kamienne kręgi". 2. Medytacja z ulubionym kryształem.	Erika Pawelska kier. Maria Siatecka słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 22.02.2018	16.00-17.00	prelekcja	KLUB „MAGICZNY ŚWIAT WOKÓŁ NAS” „Medytacja i kolory”.	kier. Anna Blacha słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Zielona
czwartek 22.02.2018	18.00	Lubuskie Wawrzyny	LUTY w NORWIDZIE Gala Wręczenia Lubuskich Wawrzynów 2017. Rozstrzygnięcie 24. edycji Lubuskiego Wawrzynu Literackiego, 13. edycji Lubuskiego Wawrzynu Naukowego i 5. edycji Lubuskiego Wawrzynu Dziennikarskiego.		WiMBP Sala Dębowa imienia Janusza Koniusza
piątek 23.02.2018	10.00-12.00	warsztaty	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTO X” „Dlaczego RAW”.	kier. Stanisław Matuszewski słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
piątek 23.02.2018	18.00	spotkanie autorskie	LUTY w NORWIDZIE Spotkanie z Konradem Wojtyłą, poetą dziennikarzem, krytykiem literackim, jurorem Lubuskiego Wawrzynu Literackiego 2017.		WiMBP Sala Dębowa imienia Janusza Koniusza
sobota 24.02.2018	10.30-21.30	otwarcie wystawy	WERNISAŻ WYSTAWY pt. „PO GODZINACH” grup plastycznych ZUTW <i>KONTRAPOST, ALLA PRIMA, PASTELE, TERMOPILE</i> w Galerii UTW w Gorzowie Wlkp.	W programie: obiad dla uczestników, zwiedzanie miasta, otwarcie wystawy, wyjście na premierę przedstawienia „ Hamlet we wsi Giucha Dolna ” do Teatru im. J. Osterwy w Gorzowie Wlkp. Duża Scena im. I. T. Byrskich.	Gorzów Wlkp. ul. Jagiełły SUTW Wyjazd uczestników godz. 10.30 parking CASTORAMA
poniedziałek 26.02.2018	8.00	wyjazd po zdrowie BURG /SPREEWALD/ TERMY	TERAPIA, REHABILITACJA w ciepłych źródłach i wodach termalnych w Burgu – Spreewald <i>4 – godzinna kąpiel w zespołach basenów z wodą solankową.</i>	Organizator: Biuro EXODUS Zapisy w ZUTW.	Wyjazd zorganizowany z parkingu obok CASTORAMY o godz.8.00 powrót ok. 17.00
poniedziałek 26.02.2018	10.00-12.00	próby, warsztaty,	KABARET „MONTE VERDE” Próby, warsztaty, przygotowanie nowych programów, występy.	Rada Zespołu: Mirosława Branicka –Polarczyk, Maria Kozak, Danuta Kuleszyńska, Bożena Rudkiewicz, Nina Masternak, Irena Marciszonek słuchaczki ZUTW kier. Gracjan Grzesiewicz słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
poniedziałek 26.02.2018	12.30-14.30	promocja książki	GRUPA LITERACKA „OKSYMORON” Promocja książki – wspomnienia Jadwigi Lidki Engel pt. „Z Podola na Ziemię Lubuską”.	Barbara Konarska Członek Honorowy ZUTW kier. „Oksymoronu” Jadwiga Lidka Engel Słuchaczka ZUTW Prowadzenie: Ewa Kwaśniewicz słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa

wtorek 27.02.2018	10.00-12.00	prezentacje	KLUB FOTOGRAFICZNY "FOTOOKO" Prezentacje własnych zdjęć.	kier. Roman Grobarski i Ewa Kwaśniewicz słuchacze ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
wtorek 27.02.2018	16.00	wykład	CYKL: PSYCHOLOGIA Seniorzy a agresja. W tak ujętym temacie zmieści się zarówno agresja wobec osób starszych, jak agresja ich samych.	dr hab. Grażyna Miłkowska, prof. UZ Zakład Profilaktyki Społecznej Instytut Psychologii Wydziału Pedagogiki, Psychologii i Socjologii UZ	WiMBP Sala Dębowa imienia Janusza Koniusza
wtorek 27.02.2018	16.30-18.00	próby, warsztaty	ZESPÓŁ TEATRALNY „Te(a)trycy” Praca z tekstem autorskim Haliny Bohuty-Stapel. „ <i>Monidło, czyli Romea i Julii tragedia prawdziwa</i> ”.	Reżyseria i przygotowanie: Halina Bohuta-Stapel kier. Irena Marciszonek słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
wtorek 27.02.2018	18.00	spotkanie autorskie	LUTY w NORWIDZIE Spotkanie z Cezarym Łazarewiczem, dziennikarzem prasowym, publicystą, pisarzem, laureatem Nagrody Literackiej "Nike" 2017.		WiMBP Sala Dębowa imienia Janusza Koniusza
wtorek 27.02.2018	13.30-16.30	bezpłatna pomoc prawna	POMOC PRAWNA DLA SENIORÓW - PORADY PRAWNE Porady z zakresu prawa cywilnego: prawa spadkowe, długi, alimenty na rzecz seniorów, funkcjonowanie rodziny, w tym w kontekście problemu alkoholowego i uzależnień, podziały majątku, kontakty z wnukami. Ponadto pomoc osobom pokrzywdzonym przestępstwem.	Radca Prawny Marcin Pawlina	ZUTW Sala Zielona 6 miejsc
środa 28.02.2018	13.30-16.30	bezpłatna pomoc prawna	POMOC PRAWNA DLA SENIORÓW - PORADY PRAWNE j.w.	Radca Prawny Marcin Pawlina	ZUTW Sala Zielona 6 miejsc
			Zapowiedzi na marzec		
poniedziałek 5.03.2018	17.00	cabaret	ZAPROSZENIE Występ Kabaretu MONTE VERDE " Życie podróżą jest".		ZOK Hydro(za)gadka Wstęp bezpłatny.

WYSTAWY BIEŻĄCE NASZYCH SŁUCHACZY

DATA	ZESPÓŁ, KLUB	AUTOR, TYTUŁ	MIEJSCE
od 14 grudnia 2017	PRACOWNIA EDUKACJI FOTOGRAFICZNEJ	Wystawa zbiorowa „PARK SOWIŃSKIEGO”	Galeria Magazyn F ZUTW
otwarcie wystawy 2.02.2018 godz.10.00	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTO X”	Wystawa zbiorowa "WSCHODY I ZACHODY SŁOŃCA"	ZUTW Sala Klubowa i hol
wernisaż wystawy 9 lutego 2018 godz.10.00	ZESPÓŁ PLASTYCZNY „ALLA PRIMA”	Wystawa zbiorowa „ULOTNE”	ZUTW Sala Słoneczna i hol

ZAPOWIEDZI WYSTAW PLASTYCZNYCH NASZYCH SŁUCHACZY.

TERMIN	ZESPOŁY I KLUBY	WYSTAWY	MIEJSCE WYSTAWY
23 marca 2018	ZESPÓŁ PLASTYCZNY „TERMOPILE”	Wystawa zbiorowa	ZUTW Sala Słoneczna i hol
9 maja 2018	ZESPÓŁ PLASTYCZNY „KONTRAPOST”	Wystawa zbiorowa	ZUTW Sala Słoneczna i hol
7 czerwca 2018	ZESPÓŁ PLASTYCZNY „PASTELE”	Wystawa zbiorowa	ZUTW Sala Słoneczna i hol

ZAJĘCIA KOMPUTEROWE (ZAPISY ZAKOŃCZONO)

Zajęcia bezpłatne. Nauka trwa 4 semestry.

Zajęcia będą odbywać się w sali komputerowej w Szkole ŻAK, ul. Fryderyka Chopina 19 A.

Szczegółowe inf. otrzymują słuchacze na zajęciach.

Grupa A – podstawowa: (środy - czwartki) w godz. 13.30 -15.00 - (co drugi tydzień)

Grupa B – średniozaawansowana:(środy - czwartki) w godz.13.30 -15.00 - (co drugi tydzień)

STUDIUM JĘZYKOWE - miejsce zajęć : SALA WRZOSOWA i ZIELONA ZUTW.

DZIEŃ	GODZINA	JĘZYK GRUPA	PROWADZĄCY KIEROWNICY GRUP	MIEJSCE
poniedziałki 5,12,19,26.02.2018	8.30 - 9.15	NIEMIECKI podstawowa 1	mgr Beata Łapanowska kier. Henryka Frankiewicz	ZUTW SALA ZIELONA
poniedziałki 5,12,19,26.02.2018	9.25 - 10.10	NIEMIECKI konwersacja podstawowa	mgr Beata Łapanowska kier. Henryka Frankiewicz	ZUTW SALA ZIELONA
poniedziałki 5,12,19,26.02.2018	10.20 - 11.05	NIEMIECKI podstawowa 2	mgr Beata Łapanowska kier. Jadwiga Wnęk	ZUTW SALA ZIELONA
poniedziałki 5,12,19,26.02.2018	11.15 - 12.00	NIEMIECKI średniozaawansowana	mgr Beata Łapanowska kier. Małgorzata Mężyńska	ZUTW SALA ZIELONA
poniedziałki 5,12,19,26.02.2018	12.10 - 12.55	NIEMIECKI konwersacja średniozaawansowana	mgr Beata Łapanowska kier. Małgorzata Mężyńska	ZUTW SALA ZIELONA
poniedziałki 5,12,19,26.02.2018	14.00 - 15.00	JĘZYK FRANCUSKI grupa kontynuująca	mgr Helena Krzyżanowska członek wspierający ZUTW kier. Anna Badacz	ZUTW SALA WRZOSOWA
poniedziałki 5,12,19,26.02.2018	15.00 - 16.00	JĘZYK FRANCUSKI średnia	mgr Helena Krzyżanowska członek wspierający ZUTW kier. Halina Jakubowska	ZUTW SALA WRZOSOWA
wtorki 6,13,20,27.02.2018	9.25 - 10.10	NIEMIECKI nowa	mgr Beata Łapanowska kier. Teresa Błaszyńska	ZUTW SALA WRZOSOWA
wtorki 6,13,20,27.02.2018	10.20 - 11.05	NIEMIECKI zaawansowana	mgr Beata Łapanowska kier. Agnieszka Majewska	ZUTW SALA WRZOSOWA
wtorki 6,13,20,27.02.2018	11.15 - 12.00	NIEMIECKI konwersacja zaawansowana	mgr Beata Łapanowska kier. Krystyna Rogozińska	ZUTW SALA WRZOSOWA
wtorki 6,13,20,27.02.2018	8.30 - 9.15	ANGIELSKI kontynuująca	mgr Marcela Karbowska kier. Grażyna Woźniak	ZUTW SALA ZIELONA
wtorki 6,13,20,27.02.2018	9.20 - 10.05	ANGIELSKI średniozaawansowana	mgr Marcela Karbowska kier. Grażyna Siadul	ZUTW SALA ZIELONA
wtorki 6,13,20,27.02.2018	10.10 - 10.55	ANGIELSKI podstawowa nowa <i>są wolne miejsca</i>	mgr Marcela Karbowska kier. Elżbieta Karczewska	ZUTW SALA ZIELONA
wtorki 6,13,20,27.02.2018	11.00 - 11.45	ANGIELSKI podstawowa nowa <i>są wolne miejsca</i>	mgr Marcela Karbowska kier. Krystyna Konrad	ZUTW SALA ZIELONA

wtorki 6,13,20,27.02.2018	11.50 - 12.35	ANGIELSKI konwersacja	mgr Józef Kozanowski kier. Józef Rogoziński	ZUTW SALA ZIELONA
wtorki 6,13,20,27.02.2018	12.40 - 13.25	ANGIELSKI podstawowa nowa	mgr Józef Kozanowski kier. Helena Haczkowska	ZUTW SALA ZIELONA
wtorki 13,20,27.02.2018	13.30 – 14.15	ANGIELSKI nowa konwersacyjna <i>trwają zapisy</i>	mgr Józef Kozanowski	ZUTW SALA ZIELONA
środy 7,14,21,28.02.2018	8.30 - 9.15	ANGIELSKI konwersacja	mgr Marcela Karbowska kier. Grażyna Siadul	ZUTW SALA ZIELONA
środy 7,14,21,28.02.2018	9.20 - 10.05	ANGIELSKI średniozaawansowana	mgr Marcela Karbowska kier. Stefan Szczęsny	ZUTW SALA ZIELONA
środy 7,14,21,28.02.2018	10.10 - 10.55	ANGIELSKI konwersacja	mgr Marcela Karbowska kier. Jadwiga Probużańska	ZUTW SALA ZIELONA
środy 7,14,21,28.02.2018	11.00 - 11.45	ANGIELSKI średniozaawansowana	mgr Marcela Karbowska kier. Jadwiga Probużańska	ZUTW SALA ZIELONA
środy 7,14,21,28.02.2018	11.50 - 12.35	ANGIELSKI konwersacja nowa grupa	mgr Marcela Karbowska kier. Eugenia Rosołek	ZUTW SALA ZIELONA
środy 7,14,21,28.02.2018	8.30 - 9.15	ANGIELSKI konwersacja	mgr Józef Kozanowski kier. Stefan Sułecki	ZUTW SALA WRZOSOWA
środy 7,14,21,28.02.2018	9.25 - 10.10	ANGIELSKI podstawowa	mgr Józef Kozanowski kier. Ewa Szczygło	ZUTW SALA WRZOSOWA
środy 7,14,21,28.02.2018	10.20 - 11.05	ANGIELSKI podstawowa	mgr Józef Kozanowski kier. Dorota Ciechocińska	ZUTW SALA WRZOSOWA
środy 7,14,21,28.02.2018	11.15 - 12.00	ANGIELSKI podstawowa	mgr Józef Kozanowski kier. Elżbieta Kurowska	ZUTW SALA WRZOSOWA
środy wg inf. w grupie	12.15 - 13.00	JĘZYK ROSYJSKI <i>(zajęcia co drugi tydzień)</i>	mgr Maria Zjawińska słuchaczka ZUTW kier. Maria Krystyna Rutkowska	ZUTW SALA WRZOSOWA
czwartki 1,8,15,22.02.2018	8.30 - 9.15	ANGIELSKI podstawowa	mgr Marcela Karbowska kier. Aleksander Jakubowski	ZUTW SALA ZIELONA
czwartki 1,8,15,22.02.2018	9.20 - 10.05	ANGIELSKI średniozaawansowana	mgr Marcela Karbowska kier. Józef Sozański	ZUTW SALA ZIELONA
czwartki 1,8,15,22.02.2018	10.10 - 10.55	ANGIELSKI konwersacja	mgr Marcela Karbowska kier. Bogumiła Kolasińska	ZUTW SALA ZIELONA
czwartki 1,8,15,22.02.2018	11.05 - 11.50	ANGIELSKI zaawansowana	mgr Marcela Karbowska kier. Maria Kacprzyk	ZUTW SALA ZIELONA
czwartki 1,8,15,22.02.2018	11.55 - 12.40	ANGIELSKI średniozaawansowana	mgr Marcela Karbowska kier. Tadeusz Słonina	ZUTW SALA ZIELONA

GIMNASTYKI, TANIEC, ZDROWY STYL ŻYCIA W ZUTW. Miejsce zajęć: **SALA WESOŁA.**

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	PROWADZĄCY KIEROWNICY GRUP / słuchacze ZUTW /
poniedziałki 5,12,19,26.02.2018	8.05 - 8.50	GIMNASTYKA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Elżbieta Adamczyk - rehabilitantka kier. Maria Jarmolińska
poniedziałki 5,12,19,26.02.2018	9.00 - 9.45	GIMNASTYKA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Elżbieta Adamczyk - rehabilitantka kier. Małgorzata Barancewicz
poniedziałki 5,12,19,26.02.2018	9.55 - 10.40	GIMNASTYKA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Elżbieta Adamczyk - rehabilitantka kier. Elżbieta Szcześniak
poniedziałki 5,12,19,26.02.2018	10.50 - 11.35	GIMNASTYKA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Elżbieta Adamczyk - rehabilitantka kier. Janina Skrynkowska
poniedziałki 5,12,19,26.02.2018	11.45 - 12.30	ZDROWY KRĘGOSŁUP	Grażyna Wyczałkowska - instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny, kier. Ewa Piwowska
poniedziałki 5,12,19,26.02.2018	12.40 - 13.25	GIMNASTYKA 50+ Ćwicz. z gumami. Pilates (rozciąg.) proste układy choreograficzne	Grażyna Wyczałkowska - instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny, kier. Roma Sobolewska

poniedziałki 5,12,19,26.02.2018	14.15 - 15.00	GIMNASTYKA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Ewa Kolańska - rehabilitantka kier. Krystyna Frąckowiak
poniedziałki 5,12,19,26.02.2018	15.15 - 16.15	JOGA - ćwiczenia i metody doskonalenia ciała i umysłu	Ewa Kubiszewska kier. Teodozja Czechowska
poniedziałki 5,12,19,26.02.2018	16.30 - 18.00	TENIS STOŁOWY , ćwiczenia na sprzęcie usprawniającym	kier. Marek Kozłowski słuchacz ZUTW
wtorki 6,13,20,27.02.2018	8.15 - 9.00	Chińska gimnastyka zdrowotna TAI CHI	mgr Józef Kozanowski – instruktor kier. Zofia Tumilewicz
wtorki 6,13,20,27.02.2018	9.05 - 9.50	Chińska gimnastyka zdrowotna TAI CHI	mgr Józef Kozanowski - instruktor kier. Grażyna Tylzon
wtorki 6,13,20,27.02.2018	9.55 - 10.40	Chińska gimnastyka zdrowotna TAI CHI	mgr Józef Kozanowski - instruktor kier. Bogumiła Kolańska
wtorki 6,13,20,27.02.2018	10.45 - 11.30	Chińska gimnastyka zdrowotna TAI CHI	mgr Józef Kozanowski - instruktor kier. Marianna Baraniak
wtorki 6,13,20,27.02.2018	11.45 - 12.30	PILATES	Grażyna Wyczałkowska - instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny, kier. Krystyna Łaszcz
wtorki 6,13,20,27.02.2018	12.40 - 13.25	Profilaktyka układu krążenia i wzmacnianie mięśni KEGLA	mgr Marlena Antoń Instruktorka nowoczesnych form gimnastyki i profilaktyki zdrowia kier. Ewa Iwanicka
wtorki 6,13,20,27.02.2018	13.35 - 14.20	Profilaktyka układu krążenia i wzmacnianie mięśni KEGLA	mgr Marlena Antoń Instruktorka nowoczesnych form gimnastyki i profilaktyki zdrowia kier. Anna Wozińska
wtorki 6,13,20,27.02.2018	14.30 - 15.30	JOGA - ćwiczenia i metody doskonalenia ciała i umysłu	Ewa Kubiszewska kier. Anna Kwolek
wtorki 6,13,20,27.02.2018	16.00 - 18.00	TENIS STOŁOWY , ćwiczenia na sprzęcie usprawniającym.	kier. Andrzej Strączyński słuchacz ZUTW
środy 7,14,21,28.02.2018	8.05 - 9.05	JOGA - ćwiczenia i metody doskonalenia ciała i umysłu	dr Danuta Styś – Wierchołowska nauczyciel kier. Krystyna Gryc
środy 7,14,21,28.02.2018	9.15 - 10.15	JOGA - ćwiczenia i metody doskonalenia ciała i umysłu	dr Danuta Styś – Wierchołowska nauczyciel kier. Danuta Krystyna Iwanowska
środy 7,14,21,28.02.2018	10.25 - 11.10	RADOŚĆ TAŃCZENIA tańce i zabawy grupowe przy muzyce	mgr Aleksandra Matusiak kier. Mirosława Sokołowska
środy 7,14,21,28.02.2018	11.20 - 12.05	RADOŚĆ TAŃCZENIA tańce i zabawy grupowe przy muzyce	mgr Aleksandra Matusiak kier. Mirosława Piacko
środy 7,14,21,28.02.2018	12.15 - 13.00	RADOŚĆ TAŃCZENIA tańce i zabawy grupowe przy muzyce	mgr Aleksandra Matusiak kier. Albina Bryl
środy 7,14,21,28.02.2018	13.15 - 14.00	GIMNASTYKA USPRAWNIAJĄCA z muzyką	mgr Irena Karnicka kier. Maria Jolanta Lorens
środy 7,14,21,28.02.2018	14.10 - 14.55	Profilaktyka układu krążenia i wzmacnianie mięśni KEGLA	mgr Marlena Antoń Instruktorka nowoczesnych form gimnastyki i profilaktyki zdrowia kier. Elżbieta Olejnik
środy 7,14,21,28.02.2018	15.10 - 15.55	Profilaktyka układu krążenia i wzmacnianie mięśni KEGLA	mgr Marlena Antoń Instruktorka nowoczesnych form gimnastyki i profilaktyki zdrowia kier. Alicja Zboralska
środy 7,14,21,28.02.2018	16.10 - 16.55	ĆWICZENIA „ZDROWY KRĘGOSŁUP“ SPIRALNA STABILIZACJA MIĘŚNIOWA	Joanna Skibińska studentka UZ kier. Stefan Szczęsny
środy 7,14,21,28.02.2018	17.05 - 17.50	ĆWICZENIA „ZDROWY KRĘGOSŁUP“ SPIRALNA STABILIZACJA MIĘŚNIOWA	Joanna Skibińska studentka UZ kier. Jadwiga Polańska
czwartki 1,8,15,22.02.2018	8.05 - 8.50	GIMNASTYKA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Elżbieta Adamczyk-rehabilitantka kier. Maria Jarmolińska

czwartki 1,8,15,22.02.2018	9.00 - 9.45	GIMNASTYKA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Elżbieta Adamczyk-rehabilitantka kier. Ewa Kwaśniewicz
czwartki 1,8,15,22.02.2018	9.55 - 10.40	GIMNASTYKA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Elżbieta Adamczyk- rehabilitantka kier. Józefa Stefania Wojtaszek
czwartki 1,8,15,22.02.2018	10.50 - 11.35	GIMNASTYKA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Elżbieta Adamczyk- rehabilitantka kier. Olga Juszczał
czwartki 1,8,15,22.02.2018	11.45 - 12.30	GIMNASTYKA 50+ Ćwicz. z gumami. Pilates (rozciąg.) proste układy choreograficzne	mgr Grażyna Wyczałkowska - instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny, kier. Grażyna Siadul
czwartki 1,8,15,22.02.2018	12.40 - 13.25	GIMNASTYKA 50+ Ćwicz. z gumami. Pilates (rozciąg.) proste układy choreograficzne	mgr Grażyna Wyczałkowska - instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny, kier. Maria Nalewajek
czwartki 1,8,15,22.02.2018	13.35 - 14.20	ZDROWY KRĘGOSŁUP	mgr Grażyna Wyczałkowska - instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny, kier. Ewa Stencel
czwartki 1,8,15,22.02.2018	14.30 - 15.15	GIMNASTYKA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Ewa Kolasińska - rehabilitantka kier. Stefania Walewska
czwartki 1,8,15,22.02.2018	15.25 - 16.10	GIMNASTYKA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Ewa Kolasińska-rehabilitantka kier. Mirosława Sokołowska
czwartki 1,8,15,22.02.2018	16.20 - 17.20	TENIS STOŁOWY Rozgrywki	kier. Zbigniew Sokołowski słuchacz ZUTW
piątki 2,9,16,23.02.2018	8.05 - 9.05	JOGA - ćwiczenia i metody doskonalenia ciała i umysłu	dr Danuta Styś – Wierchołowska nauczyciel kier. Krystyna Gryc
piątki 2,9,16,23.02.2018	9.15 - 10.15	JOGA - ćwiczenia i metody doskonalenia ciała i umysłu	dr Danuta Styś – Wierchołowska nauczyciel kier. Teresa Złotek
piątki 2,9,16,23.02.2018	10.25-11.10	GIMNASTYKA 50+ Ćwicz. z gumami. Pilates (rozciąg.) proste układy choreograficzne	mgr Grażyna Wyczałkowska - instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny,
piątki 2,9,16,23.02.2018	11.20 - 12.20	Teatr TAŃCA CON PASSIONE	mgr Paweł Matyasik pedagog, tancerz, choreograf kier. Irena Furman
piątki 2,9,16,23.02.2018	12.30 - 13.30	TEATR TAŃCA	mgr Paweł Matyasik pedagog, tancerz, choreograf kier. Bogumiła Matuszak
piątki 2,9,16,23.02.2018	13.40 - 14.40	JOGA - ćwiczenia i metody doskonalenia ciała i umysłu	Ewa Kubiszewska kier. Teresa Wiszniewska
piątki	14 50 – 15.50	JOGA - ćwiczenia i metody doskonalenia ciała i umysłu <i>Otwieramy nabór do nowej grupy.</i>	Ewa Kubiszewska
piątki 2,9,16,23.02.2018	16.00 - 18.00	TENIS STOŁOWY rozgrywki	kier. Andrzej Strączyński słuchacz ZUTW

BASENY. ZDROWY STYL ŻYCIA.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	PROWADZĄCY	MIEJSCE
poniedziałki 5,12,19,26.02.2018	13.15 -15.15	Nauka pływania, doskonalenie pływania, Aqua Aerobik – ćwiczenia w wodzie.	Uprawnieni do zajęć pracownicy CRS.	Centrum Rekreacyjno – Sportowe ul. Sulechowska 41
piątki 2,9,16,23. 02.2018	11.15 - 12.00	Pływanie. Aqua Aerobik Gimnastyka usprawniająca.	mgr Irena Karnicka prowadzenie zajęć kier. Ewa Hippman- Wielgosz	Basen ul. Wyspiańskiego

PLAN WYCIECZEK PIESZYCH - LUTY 2018 r.
z cyklu „**Nie siedź w domu wędruj z nami**”.

Dzień		Prowadzący	Trasa – cel wycieczki
4	Nd	Olga Sikorska Przodownik turystyki pieszej PTTK	Z Zaboru do Jan
11	Nd	Zenon Wolniewicz Przodownik turystyki pieszej PTTK	Okolice Zielonej Góry
18	Nd	Konrad Majewski Przodownik Turystyki Pieszej PTTK	Z Letnicy do Zielonej Góry
25	Nd	Józef Stański Przodownik Turystyki Pieszej PTTK	Z Czerwieńska przez Wysokie do Zielonej Góry

Zapraszamy do udziału wszystkich amatorów turystyki pieszej i tej formy aktywnej rekreacji, w tym także zamierzających dopiero rozpocząć jej uprawianie ! **Uczestnictwo jest bezpłatne !** Uczestnik ponosi tylko koszt przejazdów, jeśli takie przewiduje plan wycieczki.

Udział w tych wycieczkach ma miejsce na wyłączne ryzyko uczestnika! Organizator nie ubezpiecza uczestników od następstw ewentualnych nieszczęśliwych wypadków podczas wycieczki! - Organizacja i prowadzenie tych wycieczek jest bezinteresowną pracą społeczną zaangażowanych w nią osób. Bliższe informacje o wycieczce, takie jak; trasa i jej długość, miejsce i czas zbiórki, koszt ewentualnych przejazdów, czas powrotu itp. zamieszczane są zwykle na stronie miejskiej piątkowego lub sobotniego wydania **GAZETY LUBUSKIEJ**, w Internecie na stronie: www.omzgora.pttk.pl, na tablicy ogłoszeń na placu Powstańców Wlkp oraz wywieszane w oknie biura naszego Oddziału przy ulicy Kupieckiej 17.

Sporządził: Wojciech Kasprzak

OGÓLNE UWAGI REGULAMINOWE

Każdego słuchacza ZUTW obowiązują: aktualna legitymacja (z opłaconą składką za bieżący semestr), aktualne karnety na zajęcia (dotyczy: basenu, gimnastyki, języków, edukacji komputerowej oraz innych odpłatnych zajęć organizowanych przez ZUTW).
Każdego słuchacza obowiązuje zapoznanie się z REGULAMINEM przeciwpożarowym, który wywieszony jest w widocznym miejscu w ZUTW (dodatkowo w Sali Wesolej).
NA BASENACH obowiązuje REGULAMIN PŁYWAŁNI oraz przestrzeganie godzin wejścia i wyjścia. Obowiązuje aktualny karnet wraz z legitymacją słuchacza. Odstąpienie imiennego karnetu osobie nieupoważnionej spowoduje jego utratę, bez możliwości dalszego korzystania z basenu.
GIMNASTYKA – ZAJĘCIA RUCHOWE, TANIEC - udział w zajęciach na wyłączne ryzyko i odpowiedzialność uczestnika po ewentualnej konsultacji z lekarzem. Każdy z uczestników zobowiązany jest podpisać oświadczenie o braku przeciwwskazań do korzystania z w/w zajęć.

KOMUNIKATY, OGŁOSZENIA

Biuro ZUTW czynne 8.00 - 16.00 - od poniedziałku do piątku.
Kasa ZUTW czynna codziennie 9.00 - 15.00 - od poniedziałku do czwartku. W piątek kasa nieczynna.
FILHARMONIA ZIELONOGÓRSKA - szczegółowy program i informacje na plakatach są dostępne w holu ZUTW. Na niektóre koncerty są bilety ulgowe dla Słuchaczy, dostępne w kasie Filharmonii po okazaniu aktualnej legitymacji Słuchacza ZUTW.
LUBUSKI TEATR – zaproszenia informacje o programie na tablicy ogłoszeń w holu ZUTW. Istnieje możliwość kupienia ulgowych biletów na niektóre spektakle w kasie Teatru po okazaniu aktualnej legitymacji Słuchacza ZUTW. Bilety w kasie Teatru.
W Sali Wesolej ZUTW dostępny jest sprzęt usprawniający dla słuchaczy . Zapraszamy do korzystania ze sprzętu podczas przerw w zajęciach w uzgodnieniu z Biurem ZUTW - na własną odpowiedzialność i ew. za zgodą lekarza.

Aktualne informacje i komunikaty znajdują się na tablicy ogłoszeń i w biurze ZUTW oraz na stronie Internetowej www.utw.zgora.pl

Zapraszamy do korzystania w miarę swoich możliwości czasowych i zdrowotnych z oferty edukacyjnej i programowej ZUTW. Szanowni Państwo na naszej stronie: www.utw.zgora.pl znajdziecie większość interesujących wiadomości związanych z naszą działalnością.

ZAPOWIEDZI WYJAZDÓW - WYJAZDY EDUKACYJNE, ZDROWOTNE, TURYSTYCZNE, WZASY... (DALSZE I BLIŻSZE).

Prosimy o zainteresowanie proponowanymi wyjazdami, wycieczkami, wczasami - także leczniczymi w roku 2018 i wpisanie się na listy wyjazdów w biurze ZUTW oraz u Organizatorów - w Biurach Podróży. O pozostałych wyjazdach – informować będziemy Państwa w comiesięcznych programach.

LP	MIEJSCE	TERMINY	UWAGI
1.	BURG/SPREEWALD 26.02.2018 /poniedziałek/	TERAPIA, REHABILITACJA w ciepłych źródłach i wodach termalnych w Burgu – Spreewald <i>4 – godzinna kąpiel w zespołach basenów z wodą solankową.</i> Organizator: BIURO PODRÓŻY EXODUS	Zapisy w biurze ZUTW.
2.	BELGIA I HOLANDIA 23 - 26 KWIETNIA 2018 ROKU	BELGIA I HOLANDIA BRUKSELA - PARLAMENT EUROPEJSKI - HOLANDIA - OGRODY KEUKEHOF - AMSTERDAM - REJS STATKIEM TURYSTYCZNYM PO KANAŁACH ZAANSE SCHANS - EDAM	Organizator: BIURO PODRÓŻY EXODUS oraz ZUTW
3.	TERMY - WĘGRY 19.05.-26.05.2018	WĘGRY - HAJDUSZOBOSZŁO (NAJWIĘKSZE UZDROWISKO TERMALNE) Organizator: BIURO PODRÓŻY EXODUS	Zapisy w biurze ZUTW. Inf. szczegółowe na tablicy ogłoszeń.
4.	MORZE ŚRÓDZIEMNE DLA SENIORÓW: Rejs statkiem MSC ORCHESTRA 9.09.- 15.09.2018	MORZE ŚRÓDZIEMNE DLA SENIORÓW: MAJORKA, BARCELONA, MARSYLIA, GENUA Organizator: BIURO PODRÓŻY EXODUS	Inf. na tablicy ogłoszeń w ZUTW. Zapisy tylko w BIURZE EXODUS.
5.	WCZASY NAD MORZEM BAŁTYCKIM PUSTKOWO Terminy: MAJ 22 – 31.05.2018 WRZESIEŃ 13 – 22.09.2018	PUSTKOWO Zapisy chętnych od lutego 2018 r. tylko u organizatorki: Janiny Skrynkowskiej – słuchaczki ZUTW. Organizator pobytu: PUSTKOWO, Willa „ALEX” ul. Nadmorska 14. Wł. Hagaj	PUSTKOWO, Willa „ALEX” ul.Nadmorska 14 Właścicielka: Wł. Hagaj
6.	DOKOŁA SKANDYNAWII-SŁOŃCE W NOCY ZA KOŁEM POLARNYM-WYSPY LOFOTY-ŚW. MIKOŁAJ W ROVANIEMI LIPIEC 10.07 – 20.07.2018	NORWEGIA i NIE TYLKO na prośbę wielu słuchaczy. Organizator: BIURO PODRÓŻY EXODUS	Zapisy zainteresowanych w Biurze EXODUS.
5	KARPACZ od 28 grudnia 2018 roku do 2 stycznia 2019 r.	KARPACZ 2018/2019 Wyjazd na pobyt POŚWIĄTECZNY, SYLWESTROWY I NOWOROCZNY od 28 grudnia 2018 r. do 2 stycznia 2018 r. Zapisy tylko w ZUTW. Informacje szczegółowe w kwietniu br.	Miejsce: Ośrodek KRUCZE SKAŁY 58-540 Karpacz, ul. Wilcza 1 www.krucze-skały.pl

INFORMACJE RÓŻNE

- **Prosimy słuchaczy** o zapoznanie się z pismem Dyrektora Wojewódzkiej i Miejskiej Biblioteki Publicznej im. C. Norwida dr Andrzeja Bucka dotyczącego korzystania z Sali Dębowej Biblioteki im. Janusza Koniusza po jej modernizacji. Pismo jest wywieszane na tablicy ogłoszeń w ZUTW.
- **BEZPŁATNE SPOTKANIA WSPIERAJĄCO - TERAPEUTYCZNE** dla słuchaczy ZUTW prowadzone przez Monikę Górską – psychoterapeutę, pedagoga, terapeutę uzależnień. Informacje szczegółowe na tablicy ogłoszeń w ZUTW. Zgłoszenia indywidualne i grupowe.

FILHARMONIA ZIELONGÓRSKA - zaproszenia na koncerty FZ. Plakat na tablicy ogłoszeń w ZUTW.

ZAPROSZENIA RÓŻNE

- **Klub „TYGODNIKA POWSZECHNEGO” TP ZIELONA GÓRA** zaprosił nas na spotkanie 17 stycznia br. do Piekarni Cichej Kobiety *Niech pozna brat brata swego*. Gośćmi spotkania byli teolog ks. Dr Eligiusz Piotrowski. Andrzej Kirmiel – historyk, badacz historii i kultury Żydów na Środkowym Nadodrzu.
- **Z okazji** przypadającego w tym roku 30 rocznicy premiery filmu „Dirty Dancing” zostaliśmy zaproszeni na wielkie muzyczno- taneczne przedstawienie, koncert 17 stycznia br. do Sali CRS. Wystąpił Zespół taneczny Art. Of Move oraz Dirty Band.
- **„Ruch u seniorów jest bardzo ważny !** dlatego z okazji **DNIA BABCI I DZIADKA** Aneta Ostrówka, FITNES MANAGER, zaprosiła nas w niedzielę 21 stycznia br. do **Everest Fitness** na ćwiczenia pod okiem profesjonalnych trenerów. Był: FIT SENIOR, GymBall - zajęcia z dużymi piłkami, senior DANCE - zajęcia taneczne. Po zajęciach goście zostali zaproszeni goście na pyszną kawkę lub herbatkę. Dziękujemy !
- **Instytut Pamięci Narodowej** oraz WiMBP im. C. Norwida zaprosili nas na wykład prof. Piotra Okulewicza (IH UAM) **SOCJALISTYCZNA IRREDENTA BOJOWCY** - 29 stycznia br. z okazji 100. Rocznicy odrodzenia **RZECZYPOSOŁITEJ POLSKIEJ**.
- **„ŚPIEWNIK UNIWERSYTECKI” ZUTW** został zaproszony do Domu Pomocy Społecznej **KOMBATANT** 30 stycznia br. Wystąpił dla mieszkańców Domu z koncertem pt. "Piosenki zimowe".
- Na wernisaż wystawy **„OBIEKTY TEATRALNE”** Teatru Rozrywki Trójkąt 1.02.2018 godz. 18.00 Salon Wystaw PGNiG Oddział w Zielonej Górze ul. Bohaterów Westerplatte 15. Wystawa będzie prezentowana do 5 marca br. **Teatr Rozrywki Trójkąt z Zielonej Góry istnieje od 2010 roku. Założycielami teatru są Beata i Artur Belingowie, Do realizacji spektakli zaproszeni są również inni aktorzy i muzycy. Od początku działalności do 2018 roku powstały 23 spektakle o bardzo zróżnicowanym charakterze i formach wyrazu, skierowane zarówno do dzieci, jak i dorosłych. TRT jest jedyną zawodową formacją w Polsce programowo tworzącą także szczególne przedstawienia, bazujące na tradycji średniowiecznej i inspirowane średniowieczem. Teatr gra przez cały rok na terenie Polski, na scenach domów kultury i teatrów, biorąc udział również w przeglądach i festiwalach teatralnych.**
Na wystawie „OBIEKTY TEATRALNE” Teatru Rozrywki Trójkąt możemy zobaczyć wybrane elementy scenograficzne, lalki, kostiumy i inne przedmioty wykorzystywane w spektaklach. Obiekty te są różnorodne - od rekwizytów i małych teatralnych lalek, do kilkumetrowych form animowanych od wewnątrz, od skromnych kostiumów do bogato

zdobionych, rekonstrukcyjnych szat. Zróżnicowanie to wynika z bogactwa propozycji stylistycznych poszczególnych spektakli, z których jedne są interaktywnymi, oszczędnymi w formie spektaklami dla dzieci, inne - pełnymi detali, bogatymi rekonstrukcjami historycznymi. Jedne, kameralne, operują środkami wyrazu w mikroskali lalkowego teatryku, te plenerowe zaś, często wypełniają przestrzeń miejskiego rynku czy ulicy.

➤ **Wojewódzka i Miejska Biblioteka im. C. Norwida zaprasza w lutym br.:**

1 lutego, czwartek, 17⁰⁰ *W moim ogrodzie barw* wystawa Mateusza Gregorczyka ucznia Publicznej Szkoły Podstawowej nr 7, instruktor Jadwiga Sawicka Zielonogórski Ośrodek Kultury (Galeria Młodych WiMBP).

Inne spojrzenie – wystawa malarstwa oraz ręcznie wykonanej biżuterii Katarzyny Warmuz, licealistki, prezentującej w swoich pracach przedmioty codziennego użytku w niezwyklej sposób. 1 lutego, w godzinach otwarcia Filia nr 4, ul. Podgórna 45.

Samolot – lotnisko – latanie – pokonkursowa wystawa prac XIV Otwartego Międzynarodowego Konkursu na Rysunek Satyryczny. 1-19 lutego, w godzinach otwarcia Filia nr 1, ul. Ptasia 32.

Alaska: piękno dzikiej natury/Alaska-the Beauty of the Wild – wystawa fotograficzna stanu Alaska, we współpracy z Ambasadą USA w ramach programu "Ameryka@twojej bibliotece". 1-24 lutego, wystawa czynna w godzinach otwarcia biblioteki, hol Biblioteki Norwida.

6 lutego, wtorek 17⁰⁰ Wystawa malarstwa Apoloni Obuchowicz - wernisaż Zielonogórski Ośrodek Kultury (Hydrogaleria.)

Pora na vintage – szkło artystyczne połowy XX wieku – wystawa wyrobów ze szkła znanych hut różnych krajów m.in. Żelazny Brod, Riihimäki, Bohemia czy Murano z prywatnej kolekcji Marii Radziszewskiej. 12 lutego do 30 marca, w godzinach otwarcia Filia nr 1, ul. Ptasia 32.

Tęsknoty – wystawa malarstwa Wioletty Cepkowskiej, plastyka i teologa. 19 lutego do 19 marca, w godzinach otwarcia Filia nr 1, ul. Ptasia 32.

WSPÓŁPRACA ZUTW Z...

- **Uczennice** Liceum Ogólnokształcącego nr 3 w Zielonej Górze: Eliza Dąbrowska, Patrycja Ungrat, Hanna Mąkowska pod kierunkiem nauczycielki Justyny Cencory nagrywały film w styczniu br. w siedzibie Uniwersytetu z udziałem słuchaczy ZUTW na Olimpiadę Wiedzy o Rodzinie pt. „Starość nie radość” – czy na pewno? Powodzenia.

PODZIĘKOWANIA

- **Redakcji** pisma UNIWERSYTETY TRZECIEGO WIEKU. OGÓLNOPOLSKI BIULETYN UTW, Nr 4/2017(17).
- **Redakcji** wydawnictwa WOLONTARIAT SENIORÓW I DLA SENIORÓW-POTRZEBY, BARIERY, PRAKTYKA. Materiały pokonferencyjne pod redakcją Wiesławy Borczyk, Nowy Sącz, 2017.
- **Redakcji** wydawnictwa za przekazaną pięknie wydaną książkę pt. „Ty żyje się sztuką”. Wydanie poświęcone jest 35 EDYCJI INTERDYSCYPLINARNYCH WARSZTATÓW ARTYSTYCZNYCH ROBOTNICZEGO STOWARZYSZENIA TWÓRCÓW KULTURY W GOZROWIE WIELKOPOLSKIM. Gorzów Wlkp. 2017.

- **Redakcji** wydawnictwa UNIWERSYTET ZIELONOGÓRSKI. MIESIĘCZNIK SPOŁECZNOŚCI KADEMICKIEJ. GRUDZIEŃ 2017 – STYCZEŃ 2018, 9-1/248-249/.
- **Dziękujemy** słuchaczom z warsztatów plastycznych **KONTRAPOST** za przekazanie prac malarskich Szkole Podstawowej w Otyniu na **AUKCJĘ WIELKIEJ ORKIESTRY ŚWIĄTECZNEJ POMOCY**: Jadwidze Kopij, Stanisławie Widzickiej–Chmiel, Kazimierzowi Dziadoszowi. Przekazano także pracę /haft/ nieżyjącej naszej słuchaczki Marii Gaszewskiej-Parśniak.
- **Redakcji GŁOSU SENIORA** za przesłanie kolejnych numerów: NR 36 GRUDZIEŃ 2017/ STYCZEŃ 2018.
- **Na adres ZUTW** wpłynęły podziękowania od Dyrekcji Zespołu Edukacyjnego nr 2 w Zielonej Górze Ilony Puchowicz za współorganizację KONCERTU GALOWGO i KONKURSU dla Babć i dziadków z województwa lubuskiego. Gala odbyła się 25 stycznia br. w ZOK-u. Dziękujemy przy tej okazji Annie Woźnińskiej – słuchaczce ZUTW za udział w Jury Konkursu. Gratulujemy nagrodzonym i wyróżnionym, także naszym słuchaczom: Stefanii Kozak i Zofii Mrowińskiej.

WSPÓŁPRACA Z UNIWERSYTEM ZIELONOGÓRSKIM

- **Zakład Historii Najnowszej IH UZ** zaprosił słuchaczy na kolejny wykład z cyklu **Wiek XX bez tajemnic**, w ramach którego prof. Tomasz Nodzyński wygłosił wykład pt. *Niemcy wobec kwestii niepodległości Polski między listopadem 1916 a listopadem 1918*. Wykład odbył się 26 stycznia br. w auli B (budynek A-16) Uniwersytetu Zielonogórskiego.

NOWY PROJEKT REALIZOWANY WSPÓLNIE Z WYDZIAŁEM LEKARSKIM I NAUK O ZDROWIU UZ

Projekt pt. „ Oddziaływanie wysiłku fizycznego na mechanizmy molekularne procesu starzenia się”.

Projekt nr 2016/21/N/NZ7/03329 finansowany przez Narodowe Centrum Nauki.

Hasło projektu: „My z takim zasobem wiedzy, zrobmy wszystko, by być przykładem dla innych, by być szczęśliwym...”

WYDZIAŁ LEKARSKI I NAUK O ZDROWIU UNIWERSYTETU ZIELONOGÓRSKIEGO przygotował pod kierunkiem prof. dr hab. Agnieszki Zembroń - Łacny, Dziekana Wydziału projekt o prozdrowotnym charakterze dla słuchaczy Zielonogórskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Projekt ma wymiar długofalowy.

Dalsze badania rozpoczną się w marcu 2018 r.

Każdego miesiąca przewidziane są wykłady z lekarzami oraz pracownikami naukowymi Uniwersytetu Zielonogórskiego.

BADANIA BĘDĄ PROWADZONE W OBECNOŚCI LEKARZY RÓŻNYCH SPECJALNOŚCI, W TYM KARDIOLOGÓW WRAZ Z KONSULTACJAMI.

Droga Basiu !

W związku z zakończeniem Twojej wieloletniej pracy nad kolejnymi wydaniem INSPIRACJI, za redakcję i bycia NACZELNĄ, pragniemy podziękować Ci jak najpiękniej umiemy. Dziękujemy za wieloletnią współpracę z członkami Redakcji i piszącymi, za profesjonalizm.

Dziękujemy za pełen przemyśleń i refleksji wstęp do ostatniego numeru **INSPIRACJI** NR 2(54)2017 pt. **IDZIEMY**.

Zarząd ZUTW
Zofia Banaszak
Prezes

Barbara Konarska

Idziemy

Idziemy. Ktoś tanecznym krokiem, ktoś wspierając się o kule. Ktoś ze świeżym blejtrmem, ktoś z kajecikiem niedawno napisanych wierszy. Ktoś opowiada o koszu prawdziwków, jakie przyniósł do domu, kto inny częstuje kiścią wyhodowanych przez siebie winogron. Idziemy ku sobie, idziemy na SPOTKANIE. Chcemy być razem i dzielić się radością, jaka bywa naszym udziałem w latach seniorskich. Dar spotkania jest tym najpiękniejszym, co nam się przydarzyło.

Wśród nas pojawiali się i pojawiają ludzie, którzy mają w sobie bogactwo wiedzy, oryginalnych pomysłów, ciekawych pasji. Proponują stworzenie grupy seminaryjnej, klubu, pracowni artystycznej. Dzięki nim i własnej pracy poszerzamy horyzonty, zdobywamy umiejętności. Wchodzimy w świat pogłębionego uczestnictwa w życiu.

O twórczyni seminarium literackiego Danucie Wierzchołowskiej Ada Witkowska napisała: *Nade wszystko jest osobą robiącą wiele dobrych rzeczy, rozumiejącą - jak nikt - złożoność naszego życia. Przekazuje wiedzę o nieprzemijających wartościach, jakie daje obcowanie z literaturą. Ponadto pomaga nam, słuchaczom, znajdować w literaturze recepty na niesłuchanie trudne zawitości naszego tu, na ziemi, bytowania.*

Dziesiąta rocznica śmierci Ryszarda Kapuścińskiego zainspirowała Danutę Wierzchołowską do wyłowienia z jego spuścizny literackiej wątków związanych ze spotkaniem INNEGO i skomentowania ich. To niezwykle ważki głos naszej wykładowczyni w czasach narastającej ksenofobii.

Elżbieta Dąbrowska-Żurawik wymyśliła przed laty klub geologiczny. Prowadzi go metodycznie, wykłady przeplatając wyprawami w atrakcyjne – z punktu widzenia wiedzy geologicznej – miejsca. W gronie członków klubu wciąż pojawiają się nowi słuchacze, zainteresowani wiedzą, jakiej okrucyza zaledwie wynieśli ze szkoły. Klub, jedyny taki wśród uniwersytetów trzeciego wieku, działa nieprzerwanie od dziesięciu lat. Redakcja „Inspiracji” życzy wielu następnym latom równie owocnej działalności.

Kluby, grupy twórcze, seminaria... Czasami wyczerpuje się formuła, czasami osoba prowadząca nie jest już w stanie, po wielu latach, prowadzić nadal działalności. Pojawia się ktoś nowy, kieruje myśli na nowe tory, zmienia się formuła. Bywa, że my – lekko konserwatywni – wzdychamy, że to już nie to, co ulubiliśmy, że spotkania nie takie, na jakie z ochotą biegaliśmy co tydzień. Bywa jednak i tak, że nowa formuła zdobywa aplauz.

Bardzo trudno mi o tym napisać, a przecież muszę. Stan zdrowia uniemożliwia mi dalszą pracę na stanowisku redaktor naczelnej „Inspiracji”. Tym numerem żegnam się z Czytelnikami. Nie będzie więc zwyczajowego omówienia atrakcji, jakie pragnę polecić czytelnikom. Nie chcę też powtarzać informacji o osiągnięciach pisma, które czytaliście Państwo stosunkowo niedawno z okazji wydania 50 numeru „Inspiracji”.

Praca redakcyjna przy „Inspiracjach” była budowaniem kształtu każdego numeru z różnorodnych cegiełek: artykułów, wierszy, wspomnień, fotografii, obrazów. Pragnęliśmy zainteresować różnych czytelników czy to piękną formą artystyczną, czy ciekawą, mało znaną dziedziną wiedzy, czy pełnymi emocjami opowieściami o zdarzeniach z życia, w których przeglądał się trudny XX wiek. O wszystkim, czym żyją ludzie w naszych społecznościach. Staraliśmy się, żeby publikowane teksty miały w sobie wewnętrzną prawdę i mogły stanowić kanwę dla poważnej lub żartobliwej refleksji, odślonić nieprzewidzianą perspektywę poznawczą lub emocjonalną. Piszący formułowali myśli bez sztucznych koturnów, z poczuciem wewnętrznej wolności. Otwarta formuła pisma i głęboko praktykowana tolerancja były drogowskazem. Wiele znaczących postaci życia kulturalnego i naukowego było naszymi gośćmi dzięki wywiadom, jakich zgodzili się udzielić.

Wokół pisma powstał krąg wspólnych współpracowników. W każdym numerze publikowało ok. pięćdziesięciu autorów, bez mała drugie tyle osób prezentowało swoje fotografie i – rzadziej – dzieła malarskie. Pismo, które wyewoluowało z grupy literackiej „Oksymoron”, samo stało się inspiracją twórczości dziennikarskiej, jak również literackiej. Nastąpiło podwójne wzmocnienie bodźców.

Atrakcyjną formę plastyczną zawdzięczaliśmy Paniom Lucynie Andrzejewskiej (okładki) i Emilii Ćwilińskiej (skład całego numeru) oraz starannemu, profesjonalnemu drukowi w Drukarni Uniwersytetu Zielonogórskiego. Mozaikowa wręcz różnorodność treści i bogata szata wizualna sprawiły, że oprócz naturalnie zainteresowanych czytelników z kręgu ZUTW pismo wędrowało do przyjaciół i krewnych do różnych regionów Polski i za granicę. Wyrazy uznania, a nawet podziwu krzepiły, dodawały sił, sprawiały, że rośło i umacniało się poczucie sensu podejmowanej pracy. To przynosiło radość.

Zespół redakcyjny pracował przez minione lata w zmieniającym się składzie, z różnym natężeniem działania poszczególnych osób. Należy podziękowanie za opiekę organizacyjną i starania o środki finansowe należą się pani prezes Zofii Banaszak. Kiedy w 2011 roku moja choroba rozpoczęła się silnym bólem prawego barku, Ewa Kwaśniewicz zażartowała, że będzie odtąd moją prawą ręką i... stała się nią, za co dziś serdecznie Ewie dziękuję. Inne osoby włączały się w większym lub mniejszym stopniu, w zależności np. od stanu zdrowia – choroba na dłuższy czas

wyłączyła z pracy redakcyjnej Adrianę Witkowską, która jednak, jak tylko stanęła na nogi, chwyciła za pióro. Do zespołu dołączyła Marzena Tomczak, osoba obdarzona niezbędną w pracy dziennikarskiej ciekawością świata, staranna i pomysłowa w budowaniu artykułów. Niedawno akces do zespołu redakcyjnego zgłosiła Elżbieta Plucińska ze Szprotawy, świetna pisarka, doskonała dziennikarka, której znakomite teksty goszczą na naszych łamach. Przeczytałam oficjalne pismo ze wzruszeniem i z żalem.

Idziemy. Dla tych, którzy już z nami nie idą, mamy ciepłe wspomnienie i znicz na cmentarzu. My – ludzie, którzyśmy na szczęście doświadczyli daru spotkania – nieustępliwie idziemy. Z kijkami do nordic walking i o laseczce, z uśmiechem i powagą, z pieśnią i w ciszy, kiedy wchodzimy do świątyni lasu. Idziemy w stronę jesiennego słońca. Idziemy. Żyjemy.

MYŚLI URODZINOWE

dla Jubilatów urodzonych w LUTYM
Składajmy sobie życzenia, nie zapominajmy o sobie.

JUBILACI URODZENI w LUTYM

Najmłodsza w tej grupie słuchaczka – 61 lat, dwoje najstarszych słuchaczy – 88 lat

*„Jest jedno słówko małe, i czasem wystarczy na życie całe,
ono rozjaśni życia zawiłość, ślemy Ci to słowo, brzmi ono "miłość".*

Zarząd ZUTW
Zofia Banaszak
Prezes Zarządu

LP	NAZWISKO	IMIĘ	DZIEŃ URODZIN
1.	Czapla	Ryszard	01 lutego
2.	Górska	Władysława	01 lutego
3.	Kłodnicka	Maria	02 lutego
4.	Matysik	Jadwiga	02 lutego
5.	Michalewicz	Rozalia, Wiesława	02 lutego
6.	Mięsiak	Miroslawa	02 lutego
7.	Hołowiak	Olga	03 lutego
8.	Nowicka	Hanna	03 lutego
9.	Ślusarczyk	Anna Bożena	03 lutego
10.	Smolich	Eugenia	03 lutego
11.	Matuszkiewicz	Halina Ewa	03 lutego
12.	Pułkownik	Józef	03 lutego
13.	Baranowska	Sylvia	04 lutego
14.	Matuszewski	Stanisław	04 lutego
15.	Jędrzejczak	Ewa Aleksandra	04 lutego
16.	Nowakowska	Irena Leokadia	04 lutego

17.	Wojcieszek	Janina	04 lutego
18.	Ludwiczak	Kazimierz	04 lutego
19.	Rudnicki	Tadeusz, Ryszard	05 lutego
20.	Jankowska	Urszula, Grażyna	05 lutego
21.	Kobus	Barbara	05 lutego
22.	Olejniak	Elżbieta Grażyna	05 lutego
23.	Szajek	Alicja	06 lutego
24.	Ślipek	Zofia	06 lutego
25.	Żegleń	Ignacy	06 lutego
26.	Sidorkiewicz	Stanisława	07 lutego
27.	Bieleń	Elżbieta Maria	07 lutego
28.	Wawrzyniak	Janina	08 lutego
29.	Branicka-Polarczyk	Mirosława	09 lutego
30.	Markiewicz	Maria Krystyna	09 lutego
31.	Sałasińska	Zofia Urszula	10 lutego
32.	Wierzbicka	Danuta Halina	10 lutego
33.	Charczuk	Urszula Teresa	10 lutego
34.	Syrkiewicz	Kazimiera	10 lutego
35.	Witkowska	Maria Adriana	11 lutego
36.	Leszczyńska	Maria Irena	11 lutego
37.	Siennicka	Marianna	11 lutego
38.	Komorowska	Janina	12 lutego
39.	Łukaszewicz	Dorota	12 lutego
40.	Jaworska	Bożena	12 lutego
41.	Obińska	Wanda	12 lutego
42.	Hirnl-Więskowicz	Aleksandra Zofia	12 lutego
43.	Nowak	Zofia	13 lutego
44.	Żak	Teresa Katarzyna	13 lutego
45.	Sobczak	Ryszard Krzysztof	13 lutego
46.	Grzesińska	Elena	14 lutego
47.	Płomińska	Kazimiera	14 lutego
48.	Fiedorowicz-Czarnecka	Dorota	14 lutego
49.	Żurawska	Wanda	15 lutego
50.	Polowczyk	Bożena	16 lutego
51.	Opiatowska	Grażyna	17 lutego
52.	Dittrich	Aleksandra	17 lutego
53.	Wolniakowska	Elżbieta	17 lutego
54.	Nowak	Ewa, Irena	17 lutego
55.	Lisiak	Ewa	17 lutego
56.	Głód	Bożena Teresa	18 lutego
57.	Kopij	Jadwiga	18 lutego
58.	Grabińska	Krystyna	18 lutego
59.	Udycz-Czernichenko	Maria	18 lutego
60.	Semaniak	Teodor	19 lutego

61.	Szłęczak	Lucyna Lilianna	19 lutego
62.	Grajczak	Anastazja	20 lutego
63.	Bigos	Henryk Marian	20 lutego
64.	Janiak	Teresa	20 lutego
65.	Drozd	Jolanta	21 lutego
66.	Stańczyk	Jan	21 lutego
67.	Olszak	Zofia Maria	21 lutego
68.	Mańdziak	Stanisława Kazimiera	21 lutego
69.	Charydczak	Lucyna Barbara	22 lutego
70.	Kwaśnicki	Albin	22 lutego
71.	Paprzycka	Irena	22 lutego
72.	Hudziak-Dressler	Monika	23 lutego
73.	Samborowska-Kordas	Grażyna Ilona	23 lutego
74.	Grycuk	Teresa	23 lutego
75.	Kasperczak	Roman	23 lutego
76.	Wróbel	Irena	23 lutego
77.	Raczyńska	Alicja	23 lutego
78.	Stencel	Ewa	24 lutego
79.	Frąckiewicz	Krystyna	25 lutego
80.	Toczewska	Joanna	25 lutego
81.	Brandyk	Teresa	25 lutego
82.	Patalas-Fanajło	Elżbieta Anna	25 lutego
83.	Hęćka	Halina	26 lutego
84.	Lemańska- Malicka	Teresa	26 lutego
85.	Wojniusz	Danuta Apolonia	26 lutego
86.	Piotrowska	Christiana	26 lutego
87.	Filmanowicz	Krystyna	27 lutego
88.	Poprawska	Teresa	28 lutego
89.	Skrobisz	Maria	28 lutego
90.	Abramowicz	Iwona Urszula	28 lutego
91.	Jeżowski	Stanisław Leon	28 lutego
92.	Sługocka	Helena	28 lutego
93.	Kaczanowska-Rzeczowska	Zofia	28 lutego
94.	Lebiecka	Helena	28 lutego

Nie wystarczy pokochać, trzeba jeszcze umieć wziąć tę miłość w ręce
i przenieść ją przez całe życie -

Konstanty Idefons Gałczyński

*Program opracowały i napisały: Zofia Banaszak – Prezes Zarządu ZUTW
Maria Jankowska – członek Zarządu*