

ZIELONOGÓRSKI UNIwersYTET TRZECIEGO WIEKU

Kontakt:


al. Wojska Polskiego 9
65 - 077 Zielona Góra
tel. 68 453-26-51
tel. kom. +48 727 018 099

Kontakt:

www.utw.zgora.pl
Polub nas: www.facebook.com/utw.zgora
e - mail: kontakt@utw.zgora.pl

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 MARZEC 2023 ROKU

 <p>DZIEŃ KOBIEŃ 8 MARCA</p>	<p>Z okazji Waszego święta przesyłamy Wam serdeczności i życzliwości wokół, więcej czasu spokojnego tylko dla siebie, zdrowia i siły do spełniania marzeń. Wszystkim wspinałym Paniom z ZUTW życzą Panowie z Uniwersytetu.</p>
---	--

<p>WIELKANOC 2023 W GOŚCIMIU w dniach od 05 do 12 kwietnia 2023 w Ośrodku Terapii Grunwald Stanisław Bojkowski Ośrodek Rehabilitacyjno - Wypoczynkowy im. prof. Wiktora Degi Gościem 89 66-530 Drezdenko, tel. 95 762 42 38 Zapisy w SEKRETARIACIE ZUTW. Dojazd własny. Szczegółowy program pobytu na tablicy ogłoszeń w ZUTW.</p>
--

1,5 % NA TWÓJ i NASZ ZIELONOGÓRSKI UNIwersYTET TRZECIEGO WIEKU.

KRS: 0000013459

To czas rozliczeń z fiskusem.

SZANOWNI SŁUCHACZE !

Od stycznia 2023 roku możemy znowu wspomóc Twój i nasz Zielonogórski Uniwersytet Trzeciego Wieku wpłatami z 1,5 % podatku. Zachęćmy innych do tego działania. Przekażmy tę prośbę swoim dzieciom, wnukom, przyjaciółom i znajomym.

Prosimy Państwa o 1,5 % podatku na wsparcie naszych działań na rzecz seniorów na Organizację Pożytku Publicznego na Zielonogórski Uniwersytet Trzeciego Wieku. Więcej informacji na dalszych stronach programu.

Pomagamy w wypełnianiu PIT – ów.

To dla Państwa jesteśmy i działamy społecznie. Bądźcie szczęśliwi i czujcie się dobrze w WASZYM i NASZYM UNIwersYTECIE !

Zarząd ZUTW

WYSTAWY, KONCERTY, SPOTKANIA MUZYCZNE, TEATRALNE, SPOTKANIA KLUBOWE, WARSZTATY, WYJAZDY EDUKACYJNE, ZDROWOTNE, PRELEKCJE, JEZYKI, GIMNASTYKI, ZAPOWIEDZI, GRATULACJE, PODZIĘKOWANIA, PROJEKTY I INNE...

DZIEŃ	GODZ.	RODZAJ	TEMAT ZAJĘĆ	OPIS	PROWADZĄCY	MIEJSCE
środy 01.03.2023, 08.03.2023, 15.03.2023, 22.03.2023, 29.03.2023	9:00- 12:30	wykłady, warsztaty	ZESPÓŁ PLASTYCZNY „KONTRAPOST”	Przygotowanie do wystaw. Plenery.	Leopold Kolbiarz malarz Członek Honorowy ZUTW kier. Helena Lebiecka słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
środy 01.03.2023, 08.03.2023, 15.03.2023, 22.03.2023, 29.03.2023	9:30- 11:30	warsztaty	KLUB HAFTU „ATŁASEK” Warsztaty, spotkania integracyjne.	Zapraszamy do KLUBU.	kier. Krystyna Czajka Łucja Żabińska słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
środy 01.03.2023, 08.03.2023, 15.03.2023, 22.03.2023, 29.03.2023	13:00- 14:30	warsztaty	ZESPÓŁ WOKALNO- ESTRADOWY „AKOLADA” Warsztaty, koncerty.	Zajęcia odpłatne.	Aleksandra Matusiak- Kujawska pedagog tańca i śpiewu kier. Barbara Ciorga- Kwiecień	ZUTW Sala Słoneczna
środa 01.03.2023	16:00- 17:30	analiza tekstów, rozmowy, warsztaty	WARSZTATY LITERACKIE GRUPY „OKSYMORON” 1. Omówienie opowiadania Margaret Atwood "Szczęśliwe zakończenia". 2. Dyskusja wokół schematu Raymonda G. Frenshama. 3. Ćwiczenia warsztatowe.	Warsztaty kreatywnego pisanie i nie tylko, to propozycja dla każdego studenta ZUTW. <i>Zapraszamy zainteresowanych</i>	Prowadzenie: dr Mirosława Szott Instytut Filologii Polskiej Uniwersytet Zielonogórski WiMBP kier. Alina Kruk słuchaczka ZUTW <i>Zajęcia bezpłatne.</i>	ZUTW Sala Klubowa
środa 01.03.2023	16:30	wystawa	MARZEC W NORWIDZIE Do świata wystawa prac fotograficznych Krzysztofa Kubasiewicza.	Krzysztof Kubasiewicz członek Lubuskiego Towarzystwa Fotograficznego, laureat wielu konkursów i nagród.	Wystawa czynna do 31 marca br.	WiMBP Filia nr 1 ul. Ptasia 32
środa 01.03.2023	17:00- 19:00	spotkanie	ZAPROSZENIE Spotkanie nt. Czy inny katolicyzm jest możliwy?	Kapłaństwo kobiet, obowiązkowy celibat i kwestie seksualności to cały czas tematy budzące emocje i kontrowersje.	Klub „Tygodnika Powszechnego”	Piekarnia <i>Cichej Kobiety</i> ul. Fabryczna 13 Zielona Góra
czwartek 02.03.2023	10:00- 12:00	warsztaty	Zespół Plastyczny „Dekoratornia” Wielkanocne pomysły – ozdoby. Rękodzieło.	Nowy Zespół Plastyczny, do którego może się zapisać każdy zainteresowany słuchacz. Cel pracy „DEKORATORNI” to tworzenie szeroko rozumianej sztuki użytkowej, zapoznanie się z wieloma technikami plastycznymi i rękodzielniczymi.	Prowadzenie: Katarzyna Sułkowska- Kulik mgr wychowania plastycznego po ukończonym Uniwersytecie Mikołaja Kopernika w Toruniu Wydział Sztuk Pięknych. Zajęcia bezpłatne.	ZUTW Sala Klubowa

czwartek 02.03.2023	10:00- 11:30	kurs	EDUKACJA KOMPUTEROWA /KURS/ Profil zaufany.	Zajęcia odpłatne.	Paweł Janczaruk fotograf, Członek Honorowy ZUTW	ZUTW Sala Wrzosowa
czwartek 02.03.2023	11:00	PORO- ZUMIENIE	POROZUMIENIE Uroczyste podpisanie POROZUMIENIA pomiędzy: Zielonogórskim Uniwersytetem Trzeciego Wieku a Towarzystwem Miłośników Zielonej Góry WINNICA w celu wspólnych działań Uniwersytetu oraz Towarzystwa.	Podpisane POROZUMIENIE wspierać będzie działalność kulturalną, historyczną, artystyczną i naukową, przyczyniając się do rozwoju Zielonej Góry oraz Ziemi Lubuskiej.	Udział biorą: Zarząd ZUTW reprezentowany przez Prezesa Zarządu Zofię Banaszak oraz Zarząd Towarzystwa Miłośników Zielonej Góry WINNICA reprezentowany przez Prezesa Zarządu Ryszarda Błażyńskiego.	ZUTW Sala Słoneczna
czwartek 02.03.2023	12:00- 13:00	wystawa fotograficzna	PRACOWNIA EDUKACJI FOTOGRAFICZNEJ Spotkanie w BWA. Wystawa zbiorowa laureatów konkursu fotograficznego "Kształtowanie spójności - sąsiedztwo w Europie".	Wystawa w Galerii BWA w Zielonej Górze we współpracy z Fundacją Genshagen i Brandenburskim Muzeum Sztuki Współczesnej (BLMK) w Cottbus.	Paweł Janczaruk fotograf, Członek Honorowy ZUTW	BWA al. Niepodległości 19
piątek 03.03.2023	9:30- 11:00	warsztaty	ZESPÓŁ PLASTYCZNY „ALLA PRIMA” Warsztaty plastyczne.	Zapraszamy. Zajęcia odpłatne.	Cezary Bednarczyk malarz kier. Teresa Pasieczna słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
piątek 03.03.2023	10:00	wykład	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTO X” O fotografowaniu.	Zapraszamy.	Kazimierz Błaszyński słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
piątek 03.03.2023	11:00	finisaż wystawy	ZESPÓŁ PLASTYCZNY „ALLA PRIMA” Finisaż wystawy malarstwa pt. „Figura w obrazie”.	Wystawia 11 malarzy łącznie 29 obrazów. Zapraszamy.	Kurator wystawy: Cezary Bednarczyk malarz	ZUTW Sala Słoneczna
piątki 03.03.2023, 10.03.2023, 17.03.2023, 24.03.2023, 31.03.2023	11:45- 13:40	warsztaty	ZESPÓŁ PLASTYCZNY „TERMOPILE” Warsztaty plastyczne.	Zapraszamy. Zajęcia odpłatne.	Cezary Bednarczyk malarz kier. Zygmunt Jankowski słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
piątki 03.03.2023, 10.03.2023, 17.03.2023, 24.03.2023, 31.03.2023	13:00- 17:00	rozgrywki brydżowe	KLUB BRYDŻOWY Rozgrywki. Stefanii Zawackiej dziękujemy za wieloletnie kierowanie Klubem. Zarząd ZUTW.	Zapraszamy zainteresowanych słuchaczy.	kier. Anna Kwolek Anna Kozłowska słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
piątki 03.03.2023, 10.03.2023, 17.03.2023, 24.03.2023, 31.03.2023	13:45- 15:45	wykłady, warsztaty	ZESPÓŁ PLASTYCZNY „PASTELE” Warsztaty plastyczne.	Zapraszamy. Zajęcia odpłatne.	Cezary Bednarczyk malarz kier. Mirosława Sokołowska, Halina Bohdanowicz, słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna

poniedziałki 06.03.2023, 13.03.2023, 20.03.2023, 27.03.2023	10:00- 12:00	próby, warsztaty, występy	KABARET „MONTE VERDE” Próby, warsztaty, przygotowanie nowych programów, występy.	Zapraszamy zainteresowanych. Zajęcia odpłatne.	Prowadząca: aktorka Lubuskiego Teatru Elżbieta Donimirska	ZUTW Sala Klubowa
poniedziałek 06.03.2023	10:30- 12:00	wykład, dyskusja	KLUB FILOZOFII „COGITO” Etyka cd.	Zapraszamy zainteresowanych	dr Paweł Walczak Instytut Filozofii UZ kier. Jerzy Lewandowski słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
poniedziałki 06.03.2023, 13.03.2023, 20.03.2023, 27.03.2023	12:00- 14:00	warsztaty, wykłady	GRUPA FOTOGRAFICZNO – FILMOWA „KWADRAT” Zapraszamy do udziału.	GRUPA obsługująca spotkania i wydarzenia w ZUTW.	kier. Bolesław Polarczyk słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
poniedziałki 06.03.2023, 13.03.2023, 20.03.2023, 27.03.2023	13:00- 15:00	gry	KLUB SZACHOWY Gry usprawniające pamięć (szachy, warcaby i różne gry planszowe).	Zapraszamy zainteresowanych słuchaczy.	kier. Stanisław Jeżowski słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
poniedziałki 06.03.2023, 13.03.2023, 20.03.2023, 27.03.2023	17:00- 18:30	próby, warsztaty, koncerty	CHÓR „MODERATO” Przygotowanie do koncertów, koncerty.	Zajęcia odpłatne. Zapraszamy zainteresowanych słuchaczy.	Dyrygent: Jakub Gościński kier. Maria Jolanta Lorens, Teresa Tropak	ZUTW Sala Klubowa
wtorek 07.03.2023	10:00	plener	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOOKO” Plener w Parku Poetów.	Zapraszamy.	Ewa Kwaśniewicz, Roman Grobarski kier. Klubu	ZUTW Sala Klubowa
wtorki 07.03.2023, 14.03.2023, 21.03.2023, 28.03.2023	12:45- 14:45	warsztaty, próby	„ SPIEWNIAK UNIWERSYTECKI ” Piosenki lubuskie.	Zapraszamy.	kier. Mirosława Branicka – Polarczyk słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
środa 08.03.2023	10:00	Dzień Kobiet	DZIEŃ KOBIECI w zaprzyjaźnionym „Rozśpiewanym Przedszkolu” nr 34	Występy przedszkolaków oraz Zespołu Wokalnego „AKOLADA” z ZUTW.	Zespół „AKOLADA” prowadzi Aleksandra Matusiak	Przedszkole nr 34 ZG ul. Bohaterów Westerplatte 11
środa 08.03.2023	11:00	spotkanie w Dniu Kobiet	ZAPROSZENIE Marszałek Elżbiety Anny Polak na Spotkanie Kobiet.	Spotkanie w zorganizowanej strefie zdrowia, urody i relaksu. Bądźmy tego dnia razem!	Występ Zespołu GEDIA Blues Band <i>Zapisy</i> <i>zainteresowanych</i> <i>słuchaczek w</i> <i>ZUTW.</i>	Sala Kolumnowa Urzędu Marszałkowskiego ul. Podgórna 7
środa 08.03.2023	12:00- 17:00	Dzień Kobiet	Centrum Nauki Keplera – Centrum Przyrodnicze Dzień Kobiet.	Zapraszamy- będą niespodzianki.	Organizator: Centrum Przyrodnicze	Centrum Przyrodnicze ZG ul. Dąbrowskiego 14
środa 08.03.2023	17:00	otwarcie wystawy	SPOTKANIA MUZELANE Otwarcie wystawy polskiego rzeźbiarza Stanisława Wysockiego , pt. <i>Piękno jest kobietą.</i>	Stanisław Wysocki, to współczesny artysta – rzeźbiarz. Na ekspozycji zobaczymy rzeźby wykonane z brązu, które ukazują kobiece sylwetki.	Kurator wystawy: Leszek Kania	MZL al. Niepodległości 15

czwartek 09.03.2023	10:00- 11:00	wykłady, warsztaty	PRACOWNIA EDUKACJI FOTOGRAFICZNEJ Komponowanie kontrastów. Ustawienie linii.	Zajęcia odpłatne dla grupy zainteresowanej fotografią.	Paweł Janczaruk fotograf Członek Honorowy ZUTW	ZUTW Sala Wrzosowa
czwartek 09.03.2023	11:00- 12:30	kurs	EDUKACJA KOMPUTEROWA /KURS/ obywatel.gov.pl	Zajęcia odpłatne.	Paweł Janczaruk fotograf Członek Honorowy ZUTW	ZUTW Sala Wrzosowa
czwartek 09.03.2023	14:30- 15:45	wykład	KLUB GEOLOGICZNY „Rozpoznawanie skał i minerałów”.	Zapraszamy.	kier. Elżbieta Dąbrowska - Żurawik geolog słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 09.03.2023	18:00	wernisaż	MARZEC W NORWIDZIE Chocholy i inne, wernisaż wystawy malarstwa Tomasza Akusza.	Tomasz Akusz, jeden z najbardziej rozpoznawalnych i oryginalnych współczesnych polskich malarzy. Artysta, rzeźbiarz, scenarzysta i aktor teatralny.	Zapraszamy.	WiMBP Galeria Biblioteki, parter Biblioteki al. Wojska Polskiego 9
czwartek 09.03.2023	19:00	koncert	ZAPROSZENIE Zapraszamy na koncert Big Bandu Uniwersytetu Zielonogórskiego pod dyrekcją Jerzego Szymaniuka, pt. Bo to się zwykle tak zaczyna.	Koncert zorganizowany jest z okazji Dnia Kobiet, który otwiera cykl wydarzeń związanych z jubileuszem 25- lecia orkiestry. Wystąpią: Paulina Gołębiowska, Katarzyna Mirowska, Katarzyna Kucharz, Martyna Białko, Maja Kaczyńska, Lech Popławski, Wiktoria Kalarus, Alicja Stefańczyk oraz Big Band UZ.	Prowadzenie: Leszek Jenek z kabaretu „Ciach” Kierownictwo muzyczne: Jerzy Szymaniuk Patronat honorowy objął JM Rektor Uniwersytetu Zielonogórskiego prof. dr hab. Wojciech Strzyżewski. Zapraszamy. Wstęp wolny!	Uniwersytet Zielonogórski Aula ul. Podgórna 50
piątki 10.03.2023, 17.03.2023, 24.03.2023, 31.03.2023	9:30- 11:30	warsztaty	ZESPÓŁ PLASTYCZNY „ALLA PRIMA” Warsztaty plastyczne.	Zapraszamy. Zajęcia odpłatne.	Cezary Bednarczyk malarz kier. Teresa Pasieczna słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
piątek 10.03.2023	10:00- 12:00	pokaz zdjęć	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTO X” Pokaz zdjęć z podróży po Morzu Czerwonym.	Zapraszamy.	Zofia Biniewska- Dobrzyńska słuchaczka ZUTW członek Zarządu	ZUTW Sala Klubowa
piątek 10.03.2023	11:00	występ	KABARET „MONTE VERDE” Z programem „Trzydzieści lat czyli spóźnione wspomnienia dojrzałych kobiet i młodzieńców ZUTW”	Występ dla mieszkańców Domu Kombatanta	Spotkanie zamknięte.	Dom Pomocy Społecznej dla Kombatantów ZG ul. Lubuska 11

piątek 10.03.2023	17:30	koncert	DZIEŃ KOBIET W PAŁACU Wystąpi duet gitarowo – fortepianowy Aleksandra Popiołek – Walicki, Jakub Walicki. DUO-CLASSIC MUSIC.	Zapraszamy.	Wstęp wolny.	Pałac w Starym Kisielinie filia ZOK ul. Pionierów Lubuskich 53
piątek 10.03.2023	17:00	otwarcie wystawy	SPOTKANIA MUZELANE Otwarcie wystawy prac graficznych Maryny Mazur pt. <i>Czarne tło</i> .	Jak sama artystka wskazuje, interesuje ją gra z przestrzenią. Zaprezentowane prace oscylują wokół zagadnień związanych z wyznaczeniem granic przez człowieka – czy to w skali mikro (osiedla), czy makro (państwa), a jednocześnie wykraczaniem w przestrzeń kosmiczną.	Kurator wystawy: Leszek Kania	MZL al. Niepodległości 15
wtorek 14.03.2023	10:00	warsztaty	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOOKO” Omówienie zdjęć z pleneru.	Zapraszamy.	Ewa Kwaśniewicz, Roman Grobarski kier. Klubu słuchacze ZUTW	ZUTW zbiórka
wtorek 14.03.2023	16:00- 17:45	„Dzień liczby Pi”.	Centrum Nauki Keplera – Centrum Przyrodnicze „Dzień liczby Pi”.	Zapraszamy.	Organizator: Centrum Przyrodnicze	Centrum Przyrodnicze ZG ul. Dąbrowskiego 14
wtorek 14.03.2023	16:00	spotkanie	ZAPROSZENIE BLISKIE NIEZNANE <i>Naukowe spotkanie z tradycją i kulturą.</i> Tradycje i zwyczaje na Dolnych Łużycach. Troska o zachowanie kultury mniejszościowej. Spotkanie z Justyną Michniuk.	J. Michniuk opowie ogólnie o wszystkich zwyczajach w roku kalendarzowym, a także o innych ciekawostkach związanych z Serbołużyczanami. Przyjedzie w stroju i artefaktami związanymi z kulturą Serbołużyczan	J. Michniuk z domu Paulik - Serbołużyczanka ze wsi Rohne (górnoluzycyckie Rowno) w Niemczech. <i>Zapraszają: Lubuskie Towarzystwo Naukowe i WiMBP.</i> Prowadzenie: prof. dr hab. Bogumiła Burda	WiMBP Pro Libris /parter Biblioteki/ al. Wojska Polskiego 9
środa 15.03.2023	11:00	otwarcie wystawy	ZESPÓŁ PLASTYCZNY „KONTRAPOST” Otwarcie wystawy malarstwa KALEJDOSKOP (RETROSPEKTYWA KONTRAPOSTU).	Zapraszamy.	Kurator wystawy: Leopold Kolbiarz malarz Członek Honorowy ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
środa 15.03.2023	12:00 14:00-	spotkanie	ZESPÓŁ POMOCY KOLEŻEŃSKIEJ Portret kobiety.	Zapraszamy do Zespołu.	Elżbieta Szcześniak słuchaczka ZUTW koordynator: Zofia Biniewska-Dobrzyńska członek Zarządu	ZUTW Sala Klubowa
środa 15.03.2023	17:00	otwarcie wystawy	SPOTKANIA MUZEALNE Otwarcie wystawy pt. <i>Maszyna snów</i> Igora Myszkiewicza.	Ilustrator – Igor Myszkiewicz – poetyckie próby z czasów młodości. Wykorzystując do tego program, który dokonał syntezy obrazu na podstawie opisów, także tych metaforycznych, otrzymał wizję zaskakujące, przedziwne, a jednocześnie odnalazł w nich elementy swoich snów i emocji.	Na wystawę znajdują się wygenerowane obrazy za pomocą sztucznej inteligencji, a konkretnie narzędzia Stable Diffusion. Powstały grafiki niejednoznaczne, niedopowiedziane, pozostawiające pole dla wyobraźni odbiorcy. Kurator wystawy: Igor Myszkiewicz	MZL al. Niepodległości 15

czwartek 16.03.2023	10:00- 11:00	wykłady, warsztaty	PRACOWNIA EDUKACJI FOTOGRAFICZNEJ Trójkąty. Ruch po przekątnej. Linie krzywe.	Zajęcia odpłatne dla grupy zainteresowanej fotografią.	Paweł Janczaruk fotograf Członek Honorowy ZUTW	ZUTW Sala Wrzosowa
czwartek 16.03.2023	11:00- 12:30	kurs	EDUKACJA KOMPUTEROWA /KURS/ e-mail – kontakty, sortowanie wiadomości	Zajęcia odpłatne.	Paweł Janczaruk fotograf Członek Honorowy ZUTW	ZUTW Sala Wrzosowa
czwartek 16.03.2023	09:00- 12:30	forum	ZAPROSZENIE na forum pn. „Miejsce seniora w społeczności lokalnej w kontekście wyników NSP 2021”. Jakie wyzwania stoją przed województwem lubuskim w kontekście wyników NSP 2021 ? TYDZIEŃ STATYSTYCZNY.	W programie m.in. oferta ZUTW: „Eliksir przemian, czyli fenomen ZUTW” . wprowadzenie Zofia Banaszak- prezes Zarządu ZUTW prezentacja Prof. Grażyna Miłkowska – członek Zarządu ZUTW.	Organizator: Lubuski Ośrodek Badań Regionalnych, Urząd Statystyczny w Zielonej Górze. Zapraszamy słuchaczy ZUTW. Przebieg forum na dalszych stronach programu.	Sala Kolumnowa Urzędu Marszałkowskiego ul. Podgórna
czwartek 16.03.2023	11:00	Ogród Botaniczny	KLUB KRAJOZNAWCZO- TURYSTYCZNY „CIEKAWI ŚWIATA” Wyjście do Ogródu Botanicznego „W poszukiwaniu śladów wiosny” .	W programie; rozpoznanie kwitnących roślin/ klon mannowy, krokusy, tulipany.../ Przejsie do „Mini ZOO” i poznanie nowych lokatorów /lemury/	Henryka Frankiewicz pilot - przewodnik kierownik Klubu słuchaczka ZUTW Spotkanie w Ogrodzie – godz. 11:00	Dojazd: MZK – Linie: 0,27,44.
czwartek 16.03.2023	18:00	18:00	MARZEC W NORWIDZIE CZWARTEK LUBUSKI z Laureatem Lubuskiego Wawrzynu 2022		Zapraszamy.	WiMBP Pro Libris /parter Biblioteki/ al. Wojska Polskiego 9
piątek 17.03.2023	10:00- 12:00	przygotowanie programu wyjazdu	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTO X” Omówienie i przygotowanie programu wyjazdu do Wschowy.	Zapraszamy.	Uczestnicy KLUBU.	ZUTW Sala Klubowa
piątek 17.03.2023	18:30	kabaret	ZAPROSZENIE na Literacki Kabaret HALLO pt. „CZARY – MARY z PRL”.	WSZELKIM PRZEJAWOM PONURACTWA MÓWIMY NASZE ZDECYDOWANE NIE !	Reglamentacją ZAPROSZEŃ zajmie się w ramach czynu społecznego ZUTW.	„Tkalnia” ul. Fabryczna 13 w Zielonej Górze
poniedziałek 20.03.2023	10:30- 12:00	wykład, dyskusja	KLUB FILOZOFII „COGITO” Zagadnienia ETYKI.	Zapraszamy zainteresowanych	dr Paweł Walczak Instytut Filozofii UZ kier. Jerzy Lewandowski słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
wtorek 21.03.2023	10:00	Dzień Wiosny	DZIEŃ WIOSNY w zaprzyjaźnionym „Rozśpiewanym Przedszkolu” nr 34.	W programie przedstawienie „Trzy małe świnki” w wykonaniu nauczycieli.	Zapraszamy.	Przedszkole nr 34 ZG ul. Bohaterów Westerplatte 11

wtorek 21.03.2023	9:00- 11:00	zapisy na wczasy	Wczasy nad morzem w Pustkowie. Termin: od 26 maja do 6 czerwca 2023 roku Życzymy miłego pobytu. Organizatorzy !	Pierwszeństwo do wyjazdu mają słuchacze Uniwersytetu oraz członkowie wspierający.	Zapraszamy słuchaczy zajmujących się fotografią, malarstwem, rękodziełem, kabareciarzy, lubiących spacery, jazdę na rowerze i wszystkich pasjonatów działań twórczych w Uniwersytecie oraz tych, którzy chcą miło spędzać czas w towarzystwie znajomych i przyjaciół. <i>Będzie dużo atrakcji !</i>	ZUTW Sala Słoneczna
wtorek 21.03.2023	10:00	wykład	KLUB FOTOGRAFICZNY „ FOTOOKO ” Współczesna sztuka polska.	Zapraszamy.	Wojciech Kozłowski dyr. BWA	BWA al. Niepodległości 19
wtorek 21.03.2023	11:00	występ	KABARET „MONTE VERDE” Z programem „Trzydzieści lat czyli spóźnione wspomnienia dojrzałych kobiet i młodzieńców ZUTW”	Występ dla mieszkańców Starego Kisielina.	Spotkanie zamknięte.	Pałac w Starym Kisielinie Pionierów Lubuskich 53
środa 22.03.2023	9:00- 11:00	zapisy na wczasy	Wczasy nad morzem w Pustkowie. Termin: od 26 maja do 6 czerwca 2023 roku Życzymy miłego pobytu. Organizatorzy !	Pierwszeństwo do wyjazdu mają słuchacze Uniwersytetu oraz członkowie wspierający.	Zapraszamy słuchaczy zajmujących się fotografią, malarstwem, rękodziełem, kabareciarzy, lubiących spacery, jazdę na rowerze i wszystkich pasjonatów działań twórczych w Uniwersytecie oraz tych, którzy chcą miło spędzać czas w towarzystwie znajomych i przyjaciół. <i>Będzie dużo atrakcji !</i>	ZUTW
środa 22.03.2023	17:00	wykład i otwarcie wystawy	Spotkania Muzealne Studium Wiedzy o Sztuce i Historii Otwarcie wystawy pt. Józef Gielniak (1932-1972) Wirtuoz linorytu.	Wystawa z kolekcji Muzeum Karkonoskiego w Jeleniej Górze z cyklu <i>W kręgu twórców Złotego Grona.</i>	Zwiedzanie ekspozycji będzie połączone z wykładem , który poprowadzi Anna Szczodrak – kuratorka z Muzeum Karkonoskiego w Jeleniej Górze. Kurator: Anna Szczodrak, Marta Gawęda- Szymaniak.	MZL al. Niepodległości 15
środa 22.03.2023	10:30	występ	ZESPÓŁ WOKALNO- ESTRADOWY Zespół Taneczny „ RADOŚĆ TAŃCZENIA ”	Zapraszamy.	Aleksandra Matusiak- Kujawska pedagog tańca i śpiewu kier. Barbara Ciorga- Kwiecień	Pałac w Starym Kisielinie Pionierów Lubuskich 53
czwartek 23.03.2023	8:00	wyjazd na termy	TERMY - BURG WYJAZD PO ZDROWIE Terapia i rehabilitacja w ciepłych źródłach i wodach termalnych w Burgu/Spreewald.	Prosimy o zapisy wraz z wpłatami do 21.03. bm. w biurze ZUTW. Wjazd po zdrowie. 4 – godzinna kąpiel w zespołach basenów z wodą solankową.	Zapisy w biurze ZUTW ! Organizator: BIURO Podróży EXODUS.	Wjazd godz. 8.00 - PARKING CASTORAMA
czwartek 23.03.2023	10:00- 11:00	kurs	PRACOWNIA EDUKACJI FOTOGRAFICZNEJ /KURS/ Szeroki ką – zaangażowanie.	Zajęcia odpłatne.	Paweł Janczaruk fotograf Członek Honorowy ZUTW	ZUTW Sala Wrzosowa

czwartek 23.03.2023	10:00- 12:00	warsztaty	Zespół Plastyczny „Dekoratornia” Wielkanocne pomysły – ozdoby. Rękodzieło.	Nowy Zespół Plastyczny, do którego może się zapisać każdy zainteresowany słuchacz. Cel pracy „DEKORATORNI” to tworzenie szeroko rozumianej sztuki użytkowej, zapoznanie się z wieloma technikami plastycznymi i rękodzielniczymi.	Prowadzenie: Katarzyna Sułkowska-Kulik mgr wychowania plastycznego po ukończonym Uniwersytecie Mikołaja Kopernika w Toruniu Wydział Sztuk Pięknych. Zajęcia bezpłatne.	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 23.03.2023	11:00- 12:30	kurs	EDUKACJA KOMPUTEROWA /KURS/ Poszukiwanie informacji w Google.	Zajęcia odpłatne.	Paweł Janczaruk fotograf Członek Honorowy ZUTW	ZUTW Sala Wrzosowa
czwartek 23.03.2023	14:30- 15:45	wykład	KLUB GEOLOGICZNY „Surowce mineralne”.	Zapraszamy.	kier. Elżbieta Dąbrowska - Żurawik geolog słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 23.03.2023	16:00	finisaż wystawy	MARZEC W NORWIDZIE Finisaż wystawy malarskiej Moje koty Mirosławy Sokołowskiej.	Mirosława Sokołowska, członkini grup plastycznych: „Pastele” ZUTW oraz „Babie Lato” ZOK.	Zapraszamy.	WiMBP Filia nr 12 ul. Morelowa 34
czwartek 23.03.2023	16:00- 18:00	prelekcja, spotkanie	KLUB KAMIENI I MINERAŁÓW „KRYSZTAŁ” „Czakry i kamienie szlachetne”. Medytacja z minerałem.	Zapraszamy zainteresowanych nowych słuchaczy.	Prowadzenie: kier. Maria Siatecka słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 23.03.2023	18:00	spotkanie	MARZEC W NORWIDZIE Czwartek Lubuski z Anną Wojtachą, Stowarzyszenie Dziennikarzy Lubuskich	Anna Wojtacha, dziennikarka, korespondentka wojenna.	Zapraszamy.	WiMBP PRO Libris Cafe (Parter Biblioteki), al. Wojska Polskiego 9
piątek 24.03.2023	wg inf. w KLUBIE	plener	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTO X” Plener fotograficzny – Wschowa w fotografii.	Zapraszamy.	Zapraszamy.	wg inf. w KLUBIE
piątek 24.03.2023	16:00	wykład	Centrum Nauki Keplera – Centrum Przyrodnicze Akademia Biologa Chrońmy bioróżnorodność, czyli jak założyć oczko wodne dla płazów?”.	Zapraszamy.	Michał Szkudlarek Szkoła Doktorska Nauk Ścisłych i Technicznych UZ. Organizator: Centrum Przyrodnicze	Centrum Przyrodnicze ZG ul. Dąbrowskiego 14
niedziela 26.03.2023	16:00	spotkanie	Centrum Nauki Keplera – Centrum Przyrodnicze Duże podróże za pieniądze (nie)duże – spotkanie	Zapraszamy rodziców i dziadków.	Organizator: Centrum Przyrodnicze	Centrum Przyrodnicze ZG ul.

			autorskie/podróżnicze z Dariuszem Szumacherem „Rodzina w podróży - Jak podróżować z małymi dziećmi ?”			Dąbrowskiego 14
poniedziałek 27.03.2023	12:00- 12:30	spotkanie	ZESPÓŁ „ASYSTENT” Codzienne dyżury w ZUTW. Wspomaganie działań Zarządu, obsługa słuchaczy.	Zapraszamy do Zespołu.	Maria Wróblewska kier. Zespołu słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
poniedziałek 27.03.2023	18:00	otwarcie wystawy	MARZEC W NORWIDZIE <i>Rozkład, negacja, wartości,</i> wernisaż wystawy fotografii Zuzanny Mróz.	Zuzanna Mróz. studentka Politechniki Wrocławskiej. Uczestniczka wystaw zbiorowych. Dokumentuje projekt fotograficzny „Baletnica w mieście” Pawła Janczaruka.	Wystawa czynna do 25 kwietnia br.	WiMBP Mediateka Góra Mediów, al. Wojska Polskiego 9
wtorek 28.03.2023	10:00- 12:00	gawęda, warsztaty	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOOKO” 1/„Ciekawe miejsca w Polsce” 2/Warsztaty fotograficzne	Zapraszamy.	1/Alicja Zięta, 2/Kazimierz Błaszyński słuchacze ZUTW członkowie KLUBU	ZUTW Sala Klubowa
wtorek 28.03.2023	wg inf.	wg inf. podczas zapisów	KLUB KRAJOZNAWCZO- TURYSTYCZNY „CIEKAWI ŚWIATA” Propozycja wyjazdu do Berlina do Muzeum Historii Naturalnej im. A. Humbolda.	W programie także: Wizyta na Placu Poczdamskim oraz przy mauzoleum – Pomnik Pomordowanych Żydów w Europie Zapisy: 02,07,09.03. 2023 w godz. 10:00- 12:00	Henryka Frankiewicz pilot - przewodnik kierownik Klubu słuchaczka ZUTW	Zapisy w ZUTW.
wtorek 28.03.2023	17:00	spotkanie	MARZEC W NORWIDZIE Spotkanie z cyklu Rozmowy o Zielonej Górze.	Zapraszamy.	Organizator: Towarzystwo Miłośników Zielonej Góry WINNICA. Współorganizator; Wojewódzka i Miejska Biblioteka Publiczna im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze	WiMBP Pro Libris /parter Biblioteki/ al. Wojska Polskiego
wtorek 28.03.2023	18:00	spektakl	MARZEC W NORWIDZIE Spektakl <i>Taka, jak trzeba,</i> reż. Alicja Wróbel, Spektakl dla dorosłych.	Wykonanie: Teatr <i>Po Godzinach</i> z Żarskiego Domu Kultury. Obsada: Emilia Lipińska, Zuzanna Słowikowska, Milena Wroczyńska oraz gościnnie: Grzegorz Kowalczyk i Mirek Małachowski	Wydarzenie w ramach Międzynarodowego Dnia Teatru	WiMBP Sala im. Janusza Koniusza, al. Wojska Polskiego 9
środa 29.03.2023	10:00	warsztaty fotograficzne	MARZEC W NORWIDZIE Akademia Wychowania Fotograficznego. warsztaty fotograficzne.	Warsztaty fotograficzne prowadzone przez zielonogórskiego artystę.	Paweł Janczaruk fotograf Członek Honorowy ZUTW	WiMBP Mediateka Góra Mediów, al. Wojska Polskiego 9
czwartek 30.03.2023	10:00- 11:00	kurs	PRACOWNIA EDUKACJI FOTOGRAFICZNEJ /KURS/ Teleobiektyw – dystans.	Zajęcia odpłatne.	Paweł Janczaruk fotograf Członek Honorowy ZUTW	ZUTW Sala Wrzosowa

czwartek 30.03.2023	11:00- 12:30	kurs	EDUKACJA KOMPUTEROWA /KURS/ Teleobiektyw – dystans.	Zajęcia odpłatne.	Paweł Janczaruk fotograf Członek Honorowy ZUTW	ZUTW Sala Wrzosowa
czwartek 30.03.2023	18:00	spotkanie	MARZEC W NORWIDZIE Spotkanie autorskie z Izabelą Sumińską.	Izabela Sumińska, specjalista psychologii klinicznej, psychoterapeuta i terapeuta oraz autorka książki <i>Bajeczny wymiar psychoterapii.</i>	Zapraszamy.	WiMBP Pro Libris /parter Biblioteki/ al. Wojska Polskiego 9
piątek 31.03.2023	10:00- 12:00	plener	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTO X” Spotkanie poplenerowe – omówienie zdjęć.	Zapraszamy.	Uczestnicy KLUBU.	wg inf. w KLUBIE
zajęcia poza ZUTW	wg inf.	warsztaty, próby	Zespół TEATR „IMPRESJE”	wg inf	Prowadzenie: dr Teresa Samulczyk pedagog teatru	wg inf.
wg inf.	wg inf.	wg inf.	ZESPÓŁ DS. ZIELENI „FIRLETKA” spotkania wg inf. w ZESPOLE	wg inf.	kier. Maria Grzelczyk-Nowak słuchaczka ZUTW	ZUTW
wg inf.	wg inf.	spotkanie Redakcji „INSPIRACJI”	SPOTKANIA REDAKCJI „INSPIRACJI” Omówienie wydania kolejnego numeru PISMA .	Przydział zadań dziennikarskich do kolejnych numerów.		ZUTW Sala Klubowa

STUDIUM JEZYKOWE

II SEMESTR ROK AKADEMICKI 2022/2023

DZIEŃ	GODZINA	JEZYK GRUPA	PROWADZĄCY KIEROWNICY GRUP- słuchacze ZUTW	MIEJSCE
poniedziałki 06,13,20,27. 03.2023	12:45-13:30	JEZYK FRANCUSKI podstawowa	mgr Helena Krzyżanowska członek wspierający ZUTW kier. Maria Udycz-Czernichenko	ZUTW SALA WRZOSOWA
poniedziałki 06,13,20,27. 03.2023	13:45-14:30	JEZYK FRANCUSKI średniozaawansowana	mgr Helena Krzyżanowska członek wspierający ZUTW kier. Alicja Szajek	ZUTW SALA WRZOSOWA
wtorki 07,14,21,28. 03.2023	10:20-11:20	ANGIELSKI A1	mgr Beata Majnicz kier. Alicja Wojcieszewska	ZUTW SALA ZIELONA
wtorki 07,14,21,28. 03.2023	11:30-12:30	ANGIELSKI A 1	mgr Beata Majnicz kier. Jolanta Kostecka	ZUTW SALA ZIELONA
wtorki 07,14,21,28. 03.2023	12:40-13:25	ANGIELSKI A 0	mgr Beata Majnicz kier. Małgorzata Kowalczyk	ZUTW SALA ZIELONA
wtorki 07,14,21,28. 03.2023	13:35-14:35	ANGIELSKI A 0 +	mgr Beata Majnicz kier. Grażyna Miłkowska	ZUTW SALA ZIELONA

środy 01,08,15,22,29. 03.2023	10:00-10:45	NIEMIECKI A1	mgr Beata Łapanowska kier. Janina Godziszewska	ZUTW SALA WRZOSOWA
środy 01,08,15,22,29. 03.2023	11:00-12:00	NIEMIECKI A2	mgr Beata Łapanowska kier. Henryka Frankiewicz	ZUTW SALA WRZOSOWA
środy 01,08,15,22,29. 03.2023	9:30-10:15	ANGIELSKI A0+	mgr Józef Kozanowski kier. Irena Kaczmarek	ZUTW SALA ZIELONA
środy 01,08,15,22,29. 03.2023	10:25-11:10	ANGIELSKI B1	mgr Józef Kozanowski kier. Jerzy Kotarski	ZUTW SALA ZIELONA
środy 01,08,15,22,29. 03.2023	11:20-12:05	ANGIELSKI B1	mgr Józef Kozanowski kier. Józefa Katarzyna Kucharczyk	ZUTW SALA ZIELONA
środy 01,08,15,22,29. 03.2023	12:15-13:00	ANGIELSKI A2	mgr Józef Kozanowski kier. Alina Siwek	ZUTW SALA ZIELONA
środy 01,08,15,22,29. 03.2023	13.10-13:55	ANGIELSKI A1+	mgr Józef Kozanowski kier. Zalewska-Zakobielska Izabella Elżbieta	ZUTW SALA ZIELONA
czwartki 02,09,16,23,30. 03.2023	10:00-10:45	ANGIELSKI A2	mgr Beata Majnicz kier. Józef Sozański	ZUTW SALA ZIELONA
czwartki 02,09,16,2,30.. 03.2023	11:15-12:15	ANGIELSKI B1	mgr Beata Majnicz kier. Małgorzata Bielawa	ZUTW SALA ZIELONA
czwartki 02,09,16,23,30. 03.2023	12.25-13:10	ANGIELSKI A0+	mgr Beata Majnicz kier. Halina Bohdanowicz	ZUTW SALA ZIELONA

GIMNASTYKI, TANIEC, ZDROWY STYL ŻYCIA w ZUTW.
II SEMESTR ROK AKADEMICKI 2022/2023

Uwaga! Miejsce zajęć: SALA WESOŁA w ZUTW oraz przy ul. Wiśniowej /PILATES MEDYCZNY/ i GRUPA TANECZNA „SENIOR PERFECT” przy ul Morelowej 34.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	PROWADZĄCY/ KIEROWNICY/ /słuchacze ZUTW /	MIEJSCE
poniedziałki 06,13,20,27. 03.2023	10:15-11:00	PILATES MEDYCZNY zajęcia oparte na nowych badaniach nad ruchem i biomechaniką kręgosłupa	Ewa Skorupka dr nauk o kulturze fizycznej mgr rehabilitacji ruchowej kier. Ewa Puczeko	NESSFIT Akademia Ruchu – Ewa Skorupka ul. Wiśniowa 19A
poniedziałki 06,13,20,27. 03.2023	11:15-12:00	PILATES MEDYCZNY zajęcia oparte na nowych badaniach nad ruchem i biomechaniką kręgosłupa	Ewa Skorupka dr nauk o kulturze fizycznej mgr rehabilitacji ruchowej kier. Ewa Lisiak	NESSFIT Akademia Ruchu – Ewa Skorupka ul. Wiśniowa 19A
poniedziałki 06,13,20,27. 03.2023	8:30 – 9:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Mirosława Sokołowska	ZUTW Sala Wesola
poniedziałki 06,13,20,27. 03.2023	9:30 – 10:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Bronisława Dobeicka	ZUTW Sala Wesola
poniedziałki 06,13,20,27. 03.2023	10:30- 11:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowe kier. Elżbieta Czesława Szcześniak	ZUTW Sala Wesola

poniedziałki 06,13,20,27. 03.2023	11:30–12:15	ZDROWY KRĘGOSŁUP Ćwiczenia na zdrowy kręgosłup.	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny, kier. Brygida Szymańska- Żyża	ZUTW Sala Wesoła
poniedziałki 06,13,20,27. 03.2023	12:30-13:15	PILATES	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Krystyna Łaszcz	ZUTW Sala Wesoła
poniedziałki 06,13,20,27. 03.2023	13:30-14:15	ZDROWY KRĘGOSŁUP Ćwiczenia dla początkujących.	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Wanda Maciejewska	ZUTW Sala Wesoła
poniedziałki 06,13,20,27. 03.2023	14:30-15:15	PROFILAKTYKA UKŁADU KRAŻENIA i WZMACNIANIE MIĘŚNI KEGLA	Marlena Antoń fizjoterapeutka, instruktorka rekreacji ruchowej i profilaktyki zdrowia, trener personalny kier. Renata Podkowa, Ewa Pędzisz	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 07,14,21,28. 03.2023	8:30- 9:15	Chińska gimnastyka zdrowotna TAI CHI	Józef Kozanowski instruktor kier. Zofia Tumielewicz	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 07,14,21,28. 03.2023	9:30- 10:15	Chińska gimnastyka zdrowotna TAI CHI	Józef Kozanowski instruktor kier. Ewa Iwanicka	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 07,14,21,28. 03.2023	10:30–11:15	Chińska gimnastyka zdrowotna TAI CHI	Józef Kozanowski instruktor kier. Katarzyna Kucharczyk Józefa	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 07,14,21,28. 03.2023	11:30-12:15	Chińska gimnastyka zdrowotna TAI CHI	mgr Józef Kozanowski instruktor kier. Irena Drozd	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 07,14,21,28. 03.2023	12:30–13:30	Teatr TAŃCA CON PASSIONE	Paweł Matyasik pedagog, tancerz, choreograf kier. Irena Furman	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 07,14,21,28. 03.2023	13:45-14:30	PROFILAKTYKA UKŁADU KRAŻENIA i WZMACNIANIE MIĘŚNI KEGLA	Marlena Antoń fizjoterapeutka, instruktorka rekreacji ruchowej i profilaktyki zdrowia, trener personalny kier. Albina Bryl	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 07,14,21,28. 03.2023	14:35-15:20	PROFILAKTYKA UKŁADU KRAŻENIA i WZMACNIANIE MIĘŚNI KEGLA	Marlena Antoń fizjoterapeutka, instruktorka rekreacji ruchowej i profilaktyki zdrowia, trener personalny kier. Teresa Błaszyńska	ZUTW Sala Wesoła
środy 01,08,15,22,29. 03.2023	8:30 – 9:30	JOGA – ćwiczenia i metody doskonalenia ciała i umysłu	Danuta Styś - Wierzchołowska nauczyciel kier. Krystyna Gryc Anna Szorek	ZUTW Sala Wesoła
środy 01,08,15,22,29. 03.2023	9:45 – 10:45	JOGA – ćwiczenia i metody doskonalenia ciała i umysłu	Danuta Styś - Wierzchołowska nauczyciel kier. Maria Nalewajek	ZUTW Sala Wesoła
środy 01,08,15,22,29. 03.2023	11:00–11:45	RADOŚĆ TAŃCZENIA	Aleksandra Matusiak- Kujawska pedagog tańca kier. Alina Siwek	ZUTW Sala Wesoła
środy 01,08,15,22,29. 03.2023	12:00–12:45	RADOŚĆ TAŃCZENIA	Aleksandra Matusiak- Kujawska pedagog tańca kier. Krystyna Łaszcz	ZUTW Sala Wesoła
środy 01,08,15,22,29. 03.2023	13:00–13:45	GIMNASTYKA USPRAWNIAJĄCA z muzyką	Irena Karnicka nauczyciel kier. Jolanta Lorens	ZUTW Sala Wesoła

środy 01,08,15,22,29. 03.2023	15:00-15:45	ZDROWY KRĘGOSŁUP ULGA DLA PLECÓW	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Wanda Maciejewska	ZUTW Sala Wesoła
środy 01,08,15,22,29. 03.2023	16:00-16:45	ZDROWY KRĘGOSŁUP ULGA DLA PLECÓW	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Grażyna Siadul	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 02,09,16,23,30. 03.2023	8:30- 9:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Janina Krawczyk	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 02,09,16,23,30. 03.2023	9:30- 10:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Ewa Puczek	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 02,09,16,23,30. 03.2023	10:30–11:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Mirosława Piacko	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 02,09,16,23,30. 03.2023	11:30–12:15	ZDROWY KRĘGOSŁUP	Grażyna Wyczałkowska instruktor rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Zofia Mrozek	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 02,09,16,23,30. 03.2023	12:30-13:15	PILATES	Grażyna Wyczałkowska instruktor rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Helena Haczowska	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 02,09,16,23,30. 03.2023	13:30-14:15	FITNES	Grażyna Wyczałkowska instruktor rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Maria Nalewajek	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 02,09,16,23,30. 03.2023	14.30-15.15	PILATES	Grażyna Wyczałkowska instruktor rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Elżbieta Pawlak	ZUTW Sala Wesoła
piątki 03,10,17,24,31. 03.2023	9:00-9:45	PILATES MEDYCZNY zajęcia oparte na nowych badaniach nad ruchem i biomechaniką kręgosłupa	Ewa Skorupka dr nauk o kulturze fizycznej mgr rehabilitacji ruchowej kier. Robert Leszko Aleksander Czapla	NESSFIT Akademia Ruchu - Ewa Skorupka ul. Wiśniowa 19A
piątki 03,10,17,24,31. 03.2023	10:00-10:45	PILATES MEDYCZNY zajęcia oparte na nowych badaniach nad ruchem i biomechaniką kręgosłupa	Ewa Skorupka dr nauk o kulturze fizycznej mgr rehabilitacji ruchowej kier. Emilia Cupiał	NESSFIT Akademia Ruchu - Ewa Skorupka ul. Wiśniowa 19A
piątki 03,10,17,24,31. 03.2023	8:15-9:10	JOGA dla wszystkich	dr Ewa Jędrzejowska dyplomowany instruktor jogi kier. Edward Andrzej Ciał	ZUTW Sala Wesoła
piątki 03,10,17,24,31. 03.2023	9:15- 10:10	JOGA dla wszystkich	dr Ewa Jędrzejowska dyplomowany instruktor jogi kier. Anna Kwolek	ZUTW Sala Wesoła
piątki 03,10,17,24,31. 03.2023	10:15- 11:10	JOGA dla wszystkich	dr Ewa Jędrzejowska dyplomowany instruktor jogi kier. Urszula Sawczuk	ZUTW Sala Wesoła
piątki 03,10,17,24,31. 03.2023	11:30 -12:15	TANIEC GRUPA TANECZNA "BARWY TAŃCA" 1	Krzysztof Kociński pedagog, tancerz, choreograf kier. Albina Bryl	ZUTW Sala Wesoła
piątki 03,10,17,24,31. 03.2023	12:30-13:15	GRUPA TANECZNA "BARWY TAŃCA" 2 ESTRADOWA	Krzysztof Kociński pedagog, tancerz, choreograf kier. Henryka Frankiewicz	ZUTW Sala Wesoła
piątki 03,10,17,24,31. 03.2023	16:00-17:00	GRUPA TANECZNA „SENIOR PERFECT”	Aneta Ostrówka międzynarodowy prezenter i instruktor fitness kier. Krystyna Łaszcz	Centrum Tańca i Fitness MY WAY CENTER ul. Morelowa 34

BASENY. ZDROWY STYL ŻYCIA

Uwaga! Zajęcia odpłatne.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	PROWADZĄCY	MIEJSCE
poniedziałki 06,13,20,27. 03.2023	13:00 - 15:00	Nauka pływania, doskonalenie pływania, Aqua Aerobik – ćwiczenia w wodzie.	Uprawnieni do zajęć pracownicy CRS.	Centrum Rekreacyjno – Sportowe ul. Sulechowska 41
piątki 03,10,17,24,31. 03.2023	11:15– 12:00	Pływanie. Aqua Aerobik Gimnastyka usprawniająca.	mgr Irena Karnicka prowadzenie zajęć kier. Hippman-Wielgosz Ewa	Basen ul. Wyspiańskiego

ZAPROSZENIE

PLAN JEDNODNIOWYCH WYCIECZEK PIESZYCH

„Nie siedź w domu - wędruj z nami” w marcu 2023 roku

„Ruch jest w stanie zastąpić prawie każdy lek, ale wszystkie leki razem wzięte nie zastąpią ruchu!”

(prof. Akad. Med. dr Wiktor Dega)

Dzień		Prowadzący	Trasa – cel wycieczki
5	Nd	Mariola Szydło Przodownik Turystyki Pieszej PTTK	Krępa – Wysokie - Czerwieńsk
12	Nd	Anna Zmaczyńska Przodownik turystyki pieszej PTTK	Do sosny „Waligóra” koło Sulechowa
19	Nd	Olga Sikorska Przodownik turystyki pieszej PTTK	Na topienie Marzanny
26	Nd	Zenon Wolniewicz Przodownik Turystyki Pieszej PTTK	Z Cigacic do Zielonej Góry wzdłuż Odry

Zapraszamy do uczestnictwa wszystkich pasjonatów turystyki pieszej i tej formy aktywnej rekreacji - także zamierzających rozpocząć jej uprawianie, dysponujących odpowiednim obuwiem, plecakiem i stosownym do pogody ubiorem ! **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. Sporządził: Kasprzak, tel.: 533 299 823

KOMUNIKATY, OGŁOSZENIA ZUTW

Aktualne informacje znajdują się na stronie Internetowej www.utw.zgora.pl i na FB

Zapraszamy do korzystania w miarę swoich możliwości czasowych i zdrowotnych z oferty edukacyjnej znajdującej się w naszych programach. Szanowni Państwo na naszej stronie: www.utw.zgora.pl i FB znajdziecie większość interesujących wiadomości związanych z naszą działalnością i ofertą edukacyjną.

Biuro ZUTW czynne od poniedziałku do piątku w godz. 8:00 do 15:00. Kasa ZUTW czynna od poniedziałku do czwartku w godz. 9:00 -14:00

INFORMACJE BIEŻĄCE

FUNDACJA WIELKIEJ ORKIESTRY ŚWIĄTECZNEJ POMOCY 2023

Można było nabyć lub licytować: obrazy – malarstwo - zdjęcia Zielonej Góry, wygrywać fanty-gadżety i upominki codziennego użytku podarowane przez słuchaczy i ich rodziny ! DZIAŁO SIĘ ! Jesteście i jesteśmy WIELCY, także ZIELONOGÓRZANIE, którzy wzięli udział w licytacjach !!! Więcej na naszej stronie: www.utw.zgora.pl i na FB.

Zebraliśmy 8869,36 złotych.

Po 31. FINALE WOŚP W ZUTW – wzięliście Państwo udział w zabawie - „Kto najbliższej zebranej kwoty ?!”

Można było wziąć udział w zabawie i podać w komentarzu na FB oraz w ZUTW przewidywaną kwotę.

Osoba, która była najbliższej prawdy zebranej kwoty otrzymała w nagrodę upominek - była to Maria Nalewajek, która podała kwotę zbiórki – 8 650,00 zł. Wycofały się z zabawy 3 osoby z Zarządu ZUTW – jedna z nich była bliżej, bo podała kwotę 8 900,00 zł. Rozpiętość podawanych w zbiorce kwot była: od 1 600,00 zł do 70 000,00 zł - to byłoby marzenie !

ZAPRASZAMY W MARCU NA WYBRANE WYDARZENIA WiMBP

MARZEC 2023

Dusza pędzlem malowana, wystawa malarstwa Marii Koryckiej. Autorka jest osobą niedowidzącą i niedosłyszącą. Członkini Fundacji Szansa dla Niewidomych w Zielonej Górze, a także wolontariuszka w Polskim Związku Niewidomych, 1 marca, Filia nr 11, ul. Ptasia 32

Moje koty, wystawa malarstwa Mirosławy Sokołowskiej, członkini grup plastycznych – „Pastele” Zielonogórskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku oraz „Babie Lato” Zielonogórskiego Ośrodka Kultury, 1-23 marca, Filia nr 12, ul Morelowa 34

Spotkanie autorskie z Darią Pauliną Bączkiewicz, autorką debiutanckiej książki Uwikłana. Poznanianką, absolwentką dziennikarstwa i komunikacji społecznej, a także kulturoznawstwa na Uniwersytecie Szczecińskim. Ukończyła również Poznańską Szkołę Artystyczną ROE z tytułem: aktorka scen muzycznych, 6 marca, godz. 16.30, Filia nr 4, ul. Podgórna 45

Konwersacje w języku angielskim dla osób dorosłych na poziomie średnio zaawansowanymi zaawansowanym (dla osób, które znają już język i chcą poćwiczyć swobodną rozmowę). Prowadzenie: Agnieszka Ginko-Humphries, anglistka. Lista rezerwowa: tel. 68 45 44 754 a.ginko@biblioteka.zgora.pl, 6 marca, godz. 17.30-18.30, Filia nr 3, ul. Kokosowa 1

Nowoczesne technologie bez tajemnic. Zajęcia z obsługi smartfona i komputerów. Grupa podstawowa, 8 marca, godz. 12.30-13.25, Mediateka Góra Mediów, al. Wojska Polskiego 9

Nowoczesne technologie bez tajemnic. Zajęcia z obsługi smartfona i komputerów. Grupa uzupełniająca, 8 marca, godz. 13.30-14.30, Mediateka Góra Mediów, al. Wojska Polskiego 9

Kobieta jak poezja, popołudnie z wierszami o kobietach w różnych językach na Dzień Kobiet.j.ukraiński i j.rosyjski (Oksana Palii), j.polski i j.niemiecki (Jagoda Lipka), 8 marca, godz. 17.00-18.00, Pro Libris Cafe (parter Biblioteki), al. Wojska Polskiego 9

Konwersacje w języku angielskim dla osób dorosłych na poziomie średnio zaawansowanym i zaawansowanym (dla osób, które znają już język i chcą poćwiczyć swobodną rozmowę). Prowadzenie: Agnieszka Ginko-Humphries, anglistka. Lista rezerwowa: tel. 68 45 44 754, a.ginko@biblioteka.zgora.pl, 13 marca, godz. 17.30-18.30, Filia nr 3, ul. Kokosowa 1

Pora Seniora. Bingo i inne gry stolikowe. Zapraszamy wszystkich chętnych do spędzenia czasu przy grach Bingo i innych grach stolikowych, 14 marca, godz. 11.00-12.00, Filia nr 4, ul. Podgórna 45

Konwersatorium bibliotekoznawcze – dr hab. Agnieszka Chamera-Nowak (Uniwersytet Warszawski), *Zamiast reszty... Książka w czasach stalinizmu w Polsce*, 15 marca, godz. 10.00-11.30, Sala wykładowa im. dra Grzegorza Chmielewskiego, al. Wojska Polskiego 9

Nowoczesne technologie bez tajemnic. Zajęcia z obsługi smartfona i komputerów. Grupa podstawowa, 15 marca, godz. 12.30-13.25, Mediateka Góra Mediów, al. Wojska Polskiego 9
Nowoczesne technologie bez tajemnic. Zajęcia z obsługi smartfona i komputerów. Grupa uzupełniająca, 15 marca, godz. 13.30-14.30, Mediateka Góra Mediów, al. Wojska Polskiego 9

Spotkanie Klubu Książkowego "Libro", (spotkanie dla dorosłych), 20 marca, godz. 16.00-18.00, Filia nr 8, ul. Spawaczy 13a

Konwersacje w języku angielskim dla osób dorosłych na poziomie średniozaawansowanym i zaawansowanym (dla osób, które znają już język i chcą poćwiczyć swobodną rozmowę). Prowadzenie: Agnieszka Ginko-Humphries, anglistka. Lista rezerwowa: tel. 68 45 44 754, a.ginko@biblioteka.zgora.pl 20 marca, godz. 17.30-18.30, Filia nr 3, ul. Kokosowa 1

Słupki, oczka, pikotki. Wstęp do szydełkowania, warsztaty dla dorosłych. Obowiązują zapisy; tel. 68 45 26 334, 21 marca, godz. 16.00, Filia nr 4, ul. Podgórna 45

Słońcem malowane, wernisaż wystawy malarstwa Jadwigi Sawickiej, artystki, malarki, nauczycielki plastyki. Wielokrotnie nagradzana m.in. nagroda kuratora oświaty, prezydenta miasta Zielonej Góry, nagroda Animatora Kultury. Uczestniczka wielu wystaw zbiorowych m.in. w zamku w Kozuchowie, Galerii Zielonogórskiego Ośrodka Kultury i Ośrodka Kształcenia Nauczycieli w Zielonej Górze, 21 marca, godz. 17.00, Wystawa czynna do 19 kwietnia br., Mediateka Szklana Pułapka, ul. Wrocławska 12A

Nowoczesne technologie bez tajemnic. Zajęcia z obsługi smartfona i komputerów. Grupa podstawowa, 22 marca, godz. 12.30-13.25, Mediateka Góra Mediów, al. Wojska Polskiego 9
Nowoczesne technologie bez tajemnic. Zajęcia z obsługi smartfona i komputerów. Grupa uzupełniająca, 22 marca, godz. 13.30-14.30, Mediateka Góra Mediów, al. Wojska Polskiego 9

CZYTELNIA DRAMATU – TRZY ŚWINKI w reż. Artura Belinga, autora. Organizator; Lubuskie Laboratorium Książki Green Book, 22 marca, godz. 18.00-19.30, Pro Libris Cafe (parter biblioteki), al. Wojska Polskiego 9

Spotkanie Dyskusyjnego Klubu Kryminalnego, wokół powieści kryminalnej oraz jej odmian. Dyskusja na temat książki Olgi Rudnickiej pt. *Oddaj albo giń!* Zapisy na spotkanie; tel. 68 45 17 424, lub filia8@biblioteka.zgora.pl, 23 marca, godz. 16.00-18.00, Filia nr 8, ul. Spawaczy 13a

Norwid Literacko, kameralne spotkania poetów i prozaików. Czytanie swoich tekstów, komentarze, rozmowy o pisaniu. Spotkanie w grupie osób twórczych, które wymieniają się swoimi doświadczeniami, wiedzą i inspiracjami oraz wspierają się w procesie twórczym. Skupiamy się na konstruktywnej ocenie przedstawianych tekstów, uwagach merytorycznych i redakcyjnych, poleceniu ciekawej współczesnej poezji i prozy. Wymiana informacji o wydawnictwach, czasopismach, promocji książek, etc. Spotkania mają charakter warsztatowy. Obowiązkowe zapisy (ograniczona liczba miejsc). Tel.: 68 320 10 11. Moderator: Marcin Radwański. Światowy Dzień Czytania Tolkiena. W ramach wydarzenia m.in.: Głośne czytanie powieści Tolkiena, quiz, warsztaty plastyczne z wykorzystaniem długopisu 3D oraz programowanie Golluma – czyli robota Lego. Organizatorzy; Mediateka Góra Mediów, Filia nr 5

Konwersacje w języku angielskim dla osób dorosłych na poziomie średniozaawansowanym i zaawansowanym (dla osób, które znają już język i chcą poćwiczyć swobodną rozmowę). Prowadzenie: Agnieszka Ginko-Humphries, anglistka. Lista rezerwowa: tel. 68 45 44 754, a.ginko@biblioteka.zgora.pl 27 marca, godz. 17.30-18.30, Filia nr 3, ul. Kokosowa 1

Spotkanie Bibliotecznego Klubu Gier Planszowych, cykliczne, comiesięczne spotkanie dla osób dorosłych, które chcą miło spędzić czas. Obowiązują wcześniejsze zapisy, tel. 68 46 17 424 lub filia8@biblioteka.zgora.pl, 28 marca, godz. 16.00-18.00, Filia nr 8, ul. Spawaczy 13a

Pierwsze spotkanie z cyklu Spotkania z podróżnikami – gość Agnieszka Tomala: Ta sama Ziemia, inny świat - Patagonia, fotorelacja z wyprawy, 29 marca, godz. 16.00, Filia nr 12, ul. Morelowa 34

Dobry wieczór z filmem. Projekcja filmowa w Górze Mediów w ramach projektu "Amerykaw Twojej bibliotece". Oglądamy klasyki Sci-Fi, 31 marca, godz. 19.00, Mediateka Góra Mediów, al. Wojska Polskiego 9

ZAPROSZENIE

Zespół Plastyczny „Dekoratornia

Zapraszamy do nowego **Zespołu Plastycznego „Dekoratornia”**. Zespół prowadzi **Katarzyna Sułkowska-Kulik**, mgr wychowania plastycznego po ukończonym Uniwersytecie Mikołaja Kopernika w Toruniu Wydział Sztuk Pięknych, słuchaczka ZUTW. **Zajęcia bezpłatne.**

Cel pracy „DEKORATORNI” to tworzenie szeroko rozumianej sztuki użytkowej:

- zapoznanie się z wieloma technikami plastycznymi i rękodzielniczymi (np: kolaż, origami, decoupage, quilling, scrapbooking, iris folding, wycinanka, papieroplastyka przestrzenna, malarstwo na porcelanie, szkle i tkaninie, batik, malarstwo na jedwabiu, małe formy rzeźbiarskie, szycie dekoracyjnych drobiazgów,
- ozdabianie przedmiotów ze szkła, drewna i innych materiałów,
- wykonywanie ozdób i dekoracji świątecznych, organizacja kiermaszy,
- tworzenie elementów wystroju wnętrz, np. luster, ram, obrazów,
- tworzenie prac okolicznościowych, głównie kartek świątecznych, laurek, zaproszeń, pudełek i opakowań na prezenty,
- tworzenie prac, które stawać się będą prezentami na różne okazje i potrzeby ZUTW

Na zajęciach będziemy tworzyć dekoracje poznając poszczególne techniki, projektować i tworzyć swoje autorskie przedsięwzięcia rozwijając kreatywność i twórcze myślenie, doskonalić techniki, dobrać właściwe do odpowiednich materiałów i narzędzi, rozwijać nowe umiejętności.

Katarzyna Sułkowska-Kulik

ZAPROSZENIE

FORUM – UCZESTNICY - SENIORZY

„Miejsce seniora w społeczności lokalnej w kontekście wyników NSP 2021”

16 marca 2023 r. Urząd Marszałkowski, Sala Kolumnowa

Plan wydarzenia:

9.00 – 9.10 Otwarcie spotkania – Dyrektor Urzędu Statystycznego w Zielonej Górze

9.10 – 9.30 Sytuacja demograficzna województwa lubuskiego wg wyników NSP 2021 – Urząd Statystyczny w Zielonej Górze

9.30 – 9.50 Eliksir przemian, czyli fenomen Zielonogórskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku - wprowadzenie - **Zofia Banaszak**, prezes Zarządu ZUTW; prezentacja – **dr hab. Grażyna Miłkowska, prof. UZ**, członek Zarządu ZUTW

9.50 – 10.10 Społeczne lekarstwo na lepszą starość. Kilka sposobów na poprawę jakości życia seniorów w starzejącym się społeczeństwie – **dr hab. Dorota Szaban prof. UZ**, **dr hab. Beata Trzop prof. UZ**, Instytut Socjologii Uniwersytetu Zielonogórskiego

10.10 – 10.30 Nowe podejście do polityki społecznej województwa, w tym prowadzonej wobec osób starszych – Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Zielonej Górze

10.30 – 10.50 Wystąpienie – RONDO Chrześcijańska Fundacja Rozwoju Osobistego

10.50 – 11.10 Przerwa kawowa

11.10 – 11.30 Wystąpienie – Spółdzielnia Socjalna „Grupa Alivio Spn.s”

11.30 – 12.30 Dyskusja

ZAPROSZENIE

Zajęcia o tematyce zdrowotnej!

Już od 21 lutego 2023 r. rozpoczął się bezpłatny kurs - 10 nieodpłatnych spotkań ON-LINE na platformie ABCsenior.com, które będą odbywały się w każdy wtorek.

Serdecznie zapraszamy to wzięcia udziału oraz zachęcenia do udziału w zajęciach.

Zajęcia są ONLINE, na żywo w każdy wtorek o godzinie 10:00

Aby wziąć udział w zajęciach, wystarczy kliknąć w link poniżej i zapisać się:

<https://abcsenior.com/webinars/moja-krew/>

Tematem pierwszych zajęć było: Budowanie odporności – fakty i mity.

<https://abcsenior.com/akademia/plan-zajec/>

To tematy:

Plan zajęć:

21 lutego 2023 - godz. 10:00

Budowanie odporności – fakty i mity

28 lutego 2023 - godz. 10:00

Witamina D – reklama czy rzeczywista potrzeba

7 marca 2023 - godz. 10:00

Jak prawidłowo przygotować się do badań laboratoryjnych? Dlaczego przygotowanie pacjenta jest tak ważne?

14 marca 2023 - godz. 10:00

Suplementacja z głową – co zrobić, aby suplementacja była bezpieczna i skuteczna.

21 marca 2023 - godz. 10:00

Menopauza – ważny okres w życiu kobiety.

28 marca 2023 - godz. 10:00

Andropauza – ważny okres w życiu mężczyzny

4 kwietnia 2023 - godz. 10:00

Choroby reumatyczne, choroby z autoagresji – jakie badania laboratoryjne może zalecić lekarz i dlaczego?

11 kwietnia 2023 - godz. 10:00

Bóle brzucha, problemy jelitowe? Może to dysbioza?

18 kwietnia 2023 - godz. 10:00

Kim jest senior z medycznego punktu widzenia. Badania dla seniorów

25 kwietnia 2023 - godz. 10:00

Witamina B12 – znaczenie, niedobory, suplementacja z głową.

Prowadzące zajęcia:

Agata Strukow

Dyrektorka ds. marketingu medycznego ALAB laboratoria. Absolwentka Wydziału Lekarskiego Pomorskiej Akademii Medycznej oraz studiów podyplomowych Dietetyka w chorobach wewnętrznych i metabolicznych Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego i Psychologii biznesu dla menedżerów na Akademii Leona Koźmińskiego.

Agnieszka Kobiela-Mednis

Dyrektor ds. naukowych ALAB laboratoria, farmaceuta, diagnosta laboratoryjny z II st. specjalizacji z analityki klinicznej. Absolwentka Wydziału Farmaceutycznego w Akademii Medycznej w Warszawie.

**LUBUSKI TEATR, FILHARMONIA ZIELONOGÓRSKA MUZEUM ZIEMI LUBUSKIEJ ZIELONOGORSKI
OŚRODEK KULTURY ZAPRASZAJĄ**

Informacje na tablicy ogłoszeń w ZUTW.

nowy logotyp

Logo 1% zna cała Polska. Wiele lat temu portal ngo.pl podarował je organizacjom pożytku publicznego. Od 2023 roku OPP będą mogły ubiegać się już o 1,5% podatku dochodowego od osób fizycznych. Jeśli szukasz nowego logo z 1,5% – mamy je dla Ciebie. Zapraszamy! W rozliczeniu podatkowym za 2022 r., podatnicy i podatniczki będą mogli przekazać OPP 1,5%, a nie jak do tej pory 1% podatku dochodowego. Dla organizacji pożytku publicznego uprawnionych do ubiegania się o 1,5% oznacza to również zmianę logo używanego w komunikacji, promocji.

O ZUTW

Stowarzyszenie nasze od 31 lat działa na wielu płaszczyznach, takich jak: edukacja ustawiczna dla osób starszych, promocja zdrowia, profilaktyka, integracja, edukacja i wolontariat.

Jesteśmy wiarygodnym 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 w zaangażowaniu 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 o wielu lat.* Na dzień dzisiejszy Zielonogórski Uniwersytet Trzeciego Wieku liczy prawie 900 słuchaczy. Warto inwestować w taką społeczność ludzi starszych i zapewne w ich rodziny i najbliższych.

Wierzmy, że dostrzegając sens i celowość naszych wieloletnich działań na rzecz osób starszych, zdecydują się Państwo przekazać **1,5 % PODATKU DOCHODOWEGO** na nasze cele statutowe, umożliwi to nam jeszcze bardziej uatrakcyjnić nasze dalsze działania.

Wszystkie rozliczenia finansowe z 1% znajdziecie Państwa na stronie www.utw.zgora.pl w zakładce O ZUTW – ROZLICZENIE 1%

Wpływy z 1% w roku 2022 – 7 812,40 zł

Dziękujemy naszym darczyńcom !

ŻYCZENIA URODZINOWE

dla URODZONYCH W MARCU

Razem JUBILATÓW: 81 osób

Najstarsza słuchaczka ma lat 96, a najmłodszy słuchacz 61 lat .

*Aby wszystkie fajne dni w złotym tempie upływały,
by co dzień uśmiechał się do Ciebie świat cały,
by nigdy nie było porannej pobudki i wiał wiatr co rozwiewa smutki.*

Zarząd ZUTW

Zofia Banaszak Prezes Zarządu

Program napisała: Zofia Banaszak, korekta: Teresa Błaszyńska, Bożenna Strączyńska