

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 LUTY 2024 ROKU



NA WALENTYNKI

Wyraży sympatii i życzliwości
dla wszystkich,
aby nikt dzisiaj nie czuł się samotny,
smutny i opuszczony.
Pamiętajcie, że miłość ma wiele imion!
Najważniejsze, to pokochać siebie,
wtedy łatwiej kochać bliźnich.

*Zarząd ZUTW
Zofia Banaszak
Prezes Zarządu*

KOMUNIKATY – ZAPOWIEDZI

Prosimy o odnotowanie

- ❖ Kasa ZUTW w lutym czynna od poniedziałku do czwartku od 09:00-14:00.
W piątek kasa nieczynna.
- ❖ Biuro ZUTW czynne od poniedziałku do piątku od 08:00 -15:00.

ZAPRASZAMY

- ❖ **W lutym br. zapraszamy także na spotkania i zajęcia** poza naszą siedzibą – inf. w programie zajęć, mediach społecznościowych i na tablicy ogłoszeń w ZUTW.
- ❖ **Luty obfituje w ogrom zdarzeń:** wykłady, prelekcje, spotkania literackie, koncerty, wystawy, warsztaty, spotkania integracyjne... – wykorzystajcie Państwo ten czas dla siebie.
- ❖ **Trwają zapisy** na pobyt WIELKANOCNY w Gościmiu, na wczasy do Pogorzeliczy oraz wg oddzielnej inf. na termy i wczasy nad morzem w Pustkowie. Więcej na dalszych stronach programu i na tablicy ogłoszeń w ZUTW.
- ❖ **Zachęcamy do nabycia ostatniego numeru INSPIRACJI i naszej monografii.**

PODZIĘKOWANIA

Dziękujemy WSZYSTKIM DARZYŃCOM za wpłaty 1,5 % na rzecz
ZIELONOGÓRSKIEGO UNIWERSYTEU TRZECIEGO WIEKU
Wpłynęło w 2023 roku 9 579,70 złotych.

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

KRS: 000013459

To czas rozliczeń z fiskusem.

SZANOWNI SŁUCHACZE !

Od stycznia 2024 roku możemy znowu wspomóc Twój i nasz Zielonogórski Uniwersytet Trzeciego Wieku wpłatami z 1,5 %. 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 Zielonogórski Uniwersytet Trzeciego Wieku - Organizację Pożytku Publicznego.

Więcej informacji na ostatnich stronach programu.

Pomagamy w wypełnianiu PIT – ów.

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

DZIEŃ	GODZ.	RODZAJ	TEMAT ZAJĘĆ	OPIS	PROWADZĄCY	MIEJSCE
czwartek 01.02.2024	10:00- 12:00	spotkanie	ZAPROSZENIE na spotkanie: <i>Porozmawiajmy o raku - profilaktyka onkologiczna Lubuszanek i Lubuszan.</i>	Będą prelekcje tematyczne, m.in. prof.dr.hab.n.med. Emiliana Snarskiego - hematologa, stoiska edukacyjne, badanie składu ciała, porady dietetyczne.	Spotkanie jest bezpłatne, a wiedza pozyskana zdecydowanie bezcenna. <i>Wstęp wolny.</i>	Sala Kolumnowa Urząd Marszałkowski Zielona Góra ul. Podgórna
czwartek 01.02.2024	10:00- 11:00	wykład, warsztaty	Pracownia Edukacji Fotograficznej. Omówienie zdjęć.	Zajęcia odpłatne.	Paweł Janczaruk fotograf, Członek Honorowy ZUTW kier. Aldona Dudziak	ZUTW Sala Słoneczna
czwartek 01.02.2024	11:00- 12:00	warsztaty, ćwiczenia	EDUKACJA KOMPUTEROWA /KURS/ Zapoznanie się z nowymi laptopami.	Nie przynosimy swoich laptopów. <i>Zajęcia odpłatne.</i>	Paweł Janczaruk fotograf, Członek Honorowy ZUTW kier. Maria Kołata	ZUTW Sala Zielona
czwartki 01.02.2024, 08.02.2024, 15.02.2024, 22.02.2024, 29.02.2024	13:00- 14:30	próby, warsztaty	Zespół TEATR „IMPRESJE” Praca nad scenariuszem „Poeci w anegdotach”.	Zapraszamy nowych słuchaczy.	dr Teresa Samulczyk pedagog teatru słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
czwartek 01.02.2024	18:00	promocja książki	LUTY W NORWIDZIE Czwartek Lubuski Promocja książki <i>Śliwki w czekoladzie</i> Roksany Bach.	Roksana Bach, zielonogórzanka, laureatka licznych konkursów o zasięgu regionalnym i krajowym	Prowadzenie: dr Mirosława Szott. Wiersze czyta: Marta Pohrebny Wydarzenie także online.	WiMBP Pro Libris Café im. Andrzeja Waśkiewicza(pa rter biblioteki), al. Wojska Polskiego 9

piątki 02.02.2024, 09.02.2024, 16.02.2024, 23.02.2024	09:00- 11:00	warsztaty, wykłady	ZESPÓŁ PLASTYCZNY „TERMOPILE” Symbolizm: Znaczenie symboli i wykorzystanie ich w malarstwie.	Zagadnienia zostaną wykorzystane do stworzenia własnego obrazu. <i>Zajęcia odpłatne.</i>	Cezary Bednarczyk malarz kier. Grupy Zygmunt Jankowski słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
piątki 02.02.2024, 09.02.2024, 16.02.2024, 23.02.2024	11:15- 13:15	warsztaty, wykłady	ZESPÓŁ PLASTYCZNY „PASTELE”. Symbolizm: Znaczenie symboli i wykorzystanie ich w malarstwie.	Zagadnienia zostaną wykorzystane do stworzenia własnego obrazu. <i>Zajęcia odpłatne.</i>	Cezary Bednarczyk malarz kier. Zespołu Teresa Kłossowska- Lubos, Halina Bohdanowicz słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
piątek 02.02.2024	10:00- 12:00	wykład	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTO X” „Portret” "Portret" – oraz cd. szkolenia z obsługi programu RAV oraz Therapee 5.9.	Prosimy przynieść laptopy z wgranym programem.	Kazimierz Błaszyński kier. KLUBU słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
piątki 02.02.2024, 09.02.2024, 16.02.2024, 23.02.2024	13:30- 15:30	gry	KLUB SZACHOWY Gry usprawniające pamięć (szachy, warcaby i różne gry planszowe).	Zapraszamy nowych słuchaczy.	kier. Stanisław Jeżowski słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
piątki 02.02.2024, 09.02.2024, 16.02.2024, 23.02.2024	14:00- 18:00	rozgrywki brydżowe	KLUB BRYDŻOWY Rozgrywki.	Zapraszamy zainteresowanych słuchaczy.	kier. Anna Kwolek Mirosława Mięsiak słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
piątek 02.02.2024	17:00	podwójny wernisaż	SPOTKANIA MUZEALNE zapraszamy na podwójny wernisaż wystaw: <i>Wszystko jest pejzażem. Serbołużycki malarz Jan Buck oraz Hommage à Jan Buck (IV): WSZĘDZIE – NIGDZIE – DOM.</i>	Na prezentację składa się pokaz wybranych dzieł Jana Buka/Bucka – nestora serbołużyckiej plastyki XX wieku – z kolekcji Muzeum Serbołużyckiego w Budziszynie oraz wystawa prac współczesnych artystów związanych z Instytutem Sztuk Wizualnych Uniwersytetu Zielonogórskiego – m.in. Cezarego Bednarczyka – naszego wykładowcę.	Kurator wystawy: Radosław Czarkowski Jest to <i>ostatnia, czwarta odsłona będąca wystawienniczym kontekstem dla projektu Hommage à Jan Buck</i> <i>Wstęp wolny.</i>	Muzeum Ziemi Lubuskiej w Zielonej Górze al. Niepodległości 15
poniedziałki 05.02.2024, 12.02.2024, 19.02.2024, 26.02.2024	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
poniedziałki 05.02.2024, 12.02.2024, 19.02.2024, 26.02.2024	12:00- 14:00	warsztaty, wykłady, plenery	GRUPA FOTOGRAFICZNO – FILMOWA „KWADRAT”.	GRUPA obsługująca spotkania i wydarzenia w ZUTW.	kier. Bolesław Polarczyk słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Klubowa

poniedziałki 05.02.2024, 12.02.2024, 19.02.2024, 26.02.2024	16:30- 18:00	próby, warsztaty, koncerty	CHOR „MODERATO” Przygotowanie do koncertów, koncerty.	<i>Zajęcia odpłatne.</i> Zapraszamy zainteresowanych słuchaczy.	Dyrygent: Jakub Gościński kier. Maria Jolanta Lorens, Teresa Tropak	ZUTW Sala Klubowa
poniedziałek 05.02.2024	17:00- 18:00	promocja	LUTY W NORWIDZIE Promocja publikacji 29 podejrzanych.	Spotkanie ze studentami Uniwersytetu Zielonogórskiego, autorami książki.	Prowadzenie: Magdalena Faron	WiMBP Mediateka Góra Mediów, al. Wojska Polskiego 9
wtorek 06.02.2024	10:00	wybór zdjęć, dyskusja	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOOKO” Przygotowania do jubileuszu 30-lecia KLUBU. Wybieranie zdjęć jubileuszowych i zdjęć na wystawę kolejową w Deszczynie.	Zapraszamy.	kier. Ewa Kwaśniewicz, Roman Grobarski słuchacze ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
wtorek 06.02.2024, 13.02.2024, 20.02.2024, 27.02.2024	12:45- 14:45	warsztaty, próby	„SPIEWNIK UNIWERSYTECKI” Piosenki zimowe.	Zapraszamy.	kier. Mirosława Branicka – Polarczyk słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
wtorek 06.02.2024	18:00	spotkanie, promocja książki	KLUB „TYGODNIKA POWSZECHNEGO” w Zielonej Górze zaprasza na spotkanie „Państwo Izraela w Ziemi zbyt Obiecanej” połączone z promocją książki „Pokój z widokiem na wojnę. Historia Izraela” Konstantego Geberta.	Konstanty Gebert (ur. 1953), psycholog, dziennikarz „Gazety Wyborczej” od jej powstania do 2022 roku, oraz innych mediów. Obecnie stały współpracownik „Kultury Liberalnej”. Autor ponad dwóch tysięcy artykułów w prasie polskiej i ponad dwustu w międzynarodowej, oraz kilkunastu książek. Twórca pierwszego polskiego podcastu o Izraelu: „Ziemia zbyt obiecana”.	Moderator: Konrad Stanglewicz <i>Wstęp wolny !</i>	Piekarnia <i>Cichej Kobiety,</i> ul. Fabryczna 13 ZG
środa 07.02.2024	09:30- 11:30	spotkania, warsztaty	KLUB HAFTU „AŁŁASEK” Szydełkowe serca dla całej rodziny. Wymiana wzorów i pomysłów.	Zapraszamy do KLUBU.	kier. Małgorzata Anna Bąkowska, Grażyna Borodynko słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
środy 07.02.2024, 14.02.2024, 21.02.2024, 28.02.2024	09:00- 12:30	wykłady, warsztaty	ZESPÓŁ PLASTYCZNY „KONTRAPOST” <i>Zapraszamy na zajęcia zainteresowanych malarstwem nowych słuchaczy.</i>	Przygotowanie do wystaw. Plenery. Zajęcia bezpłatne.	Leopold Kolbiarz malarz Członek Honorowy ZUTW kier. Helena Lebiecka słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
środa 07.02.2024	9:15	koncert	ZESPÓŁ WOKALNO – ESTRADOWY „AKOLADA” „Kolędy czas”.	Koncert dla seniorów	Aleksandra Matusiak – Kujawska pedagog tańca i śpiewu	Klub Seniora „Wrzos” ul. Stanisława Moniuszki 35

środy 07.02.2024, 14.02.2024, 21.02.2024, 28.02.2024	13:00- 14:30	warsztaty	ZESPÓŁ WOKALNO – ESTRADOWY „AKOLADA” Warsztaty, próby, koncerty.	Zajęcia odpłatne.	Aleksandra Matusiak – Kujawska pedagog tańca i śpiewu kier. Barbara Ciorga- Kwiecień, Barbara Woroniecka	ZUTW Sala Słoneczna
środa 07.02.2024	18:00- 19:00	wykład	LUTY W NORWIDZIE Wykład z cyklu: Lubuskie 2.0 Tematy społeczne: rynek pracy, zdrowie psychiczne, ekologia.	Zapraszamy.	Organizator: Stowarzyszenie My Zielonogórzanie. Partner: Wojewódzka i Miejska Biblioteka Publiczna im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze.	WiMBP Mediateka Góra Mediów, al. Wojska Polskiego 9
czwartek 08.02.2024	10:00- 12:00	warsztaty	Zespół Plastyczny „Dekoratornia” Walentynki.	Cel pracy „DEKORATORNI” to tworzenie szeroko rozumianej sztuki użytkowej, zapoznanie się z wieloma technikami plastycznymi i rękodzielniczymi.	kier. Zespołu: Anna Barcka, Małgorzata Bąkowska słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 08.02.2024	10:00- 11:00	wykład, warsztaty	Pracownia Edukacji Fotograficznej. Temat miesiąca: FIOLETOWY Komputery-pasek narzędzi	Zajęcia odpłatne.	Paweł Janczaruk fotograf, Członek Honorowy ZUTW kier. Aldona Dudziak	ZUTW Sala Słoneczna
czwartek 08.02.2024	11:00- 12:00	warsztaty, ćwiczenia	EDUKACJA KOMPUTEROWA /KURS/ chat GPT	Nie przynosimy swoich laptopów. <i>Zajęcia odpłatne.</i>	Paweł Janczaruk fotograf, Członek Honorowy ZUTW kier. Maria Kołata	ZUTW Sala Zielona
czwartek 08.02.2024	12:00- 13:00	prelekcja	ZESPÓŁ „AWOKADO” „Tłusty Czwartek INACZEJ” dla osób w słusznym wieku.	Zdrowe odżywianie dla osób w naszym „słusznym” wieku”.	kier. Edward Ciaś słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 08.02.2024	14:30- 15:45	wykład	KLUB GEOLOGICZNY „Kambryjska eksplozja życia”.	Zapraszamy.	kier. Elżbieta Dąbrowska - Żurawik geolog słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 08.02.2024	18:00	otwarcie wystawy	LUTY W NORWIDZIE Agata Buchalik Drzyzga 1940-2013 – WSPOMNIENIE – Wernisaż: Agata Buchalik Drzyzga 1940-2013 – WSPOMNIENIE –	Wystawa prac z wielu dziedzin i technik malarskich znakomitej, zielonogórskiej artystki z rodzinnych zbiorów w 10. rocznicę śmierci Artystki.	Kurator wystawy: Katarzyna Drzyzga- Gramacka. Po spotkaniu zapraszamy na wieczór wspomnień o Artystce	WiMBP Galeria oraz Łącznik Biblioteki Norwida al. Wojska Polskiego 9

piątek 09.02.2024	10:00-12:00	wykład	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTO X” Omówienie wykonanych przez słuchaczy portretów oraz dalszy ciąg szkolenia z obsługi programu RAV Therapee 5.9.	Prosimy przynieść laptopy z wgranym programem.	Kazimierz Błaszyński słuchacz ZUTW kier. KLUBU słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
piątek 09.02.2024	17:00	konkurs, wernisaż	LUTY W NORWIDZIE <i>Bo miłość to... – rozstrzygnięcie XXVI Miejskiego Konkursu Plastycznego 2024</i>	Konkurs połączony z wernisażem.	Organizator: Zielonogórski Ośrodek Kultury	WiMBP Sala im. Janusza Koniusza, al. Wojska Polskiego 9
sobota 10.02.2024	10:00-14:00	akcja dla zwierząt	LUTY W NORWIDZIE <i>Zimowa Paczka dla Bezdomniaczka.</i>	Akcja zbierania mokrej karmy dla bezdomnych kotów w zamian za książkę.	Organizator: Stowarzyszenie Inicjatywa dla Zwierząt. Współorganizator: Wojewódzka i Miejska Biblioteka Publiczna im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze	WiMBP Pro Libris Café im. Andrzeja Waśkiewicza (pater biblioteki), al. Wojska Polskiego 9
poniedziałek 12.02.2024	10:30-12:00	wykład	KLUB FILOZOFII „COGITO” Marek Aureliusz „Rozmyślania” Księga IV	Zapraszamy nowych słuchaczy.	dr Paweł Walczak UZ Instytut Filozofii kier. Jerzy Lewandowski słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
wtorek 13.02.2024	10:00	przygotowania do wystaw	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOOKO” Wybór zdjęć jubileuszowych i zdjęć na wystawę kolejową w Deszcznie.	Zapraszamy.	kier. Ewa Kwaśniewicz, Roman Grobarski słuchacze ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
wtorek 13.02.2024	15:30	spektakl	Zespół TEATR „IMPRESJE” Spektakl „Nad białą kartą”.	Zapraszamy nowych słuchaczy.	dr Teresa Samulczyk pedagog teatru słuchaczka ZUTW	Komenda Chorągwi ZHP ZG ul. Bohaterów Westerplatte 27
środy 14.02.2024, 21.02.2024, 28.02.2024	09:30-11:30	spotkania, warsztaty	KLUB HAFTU „ATLASEK” Wiosenne ożywienie: torby, sakiewki, czapeczki, serwetki.	Zapraszamy do KLUBU.	kier. Małgorzata Anna Bąkowska, Grażyna Borodynko słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
środa 14.02.2024	12:00	spotkanie	ZESPÓŁ POMOCY KOLEŻEŃSKIEJ „WALENTYŃKI”.	Zapraszamy do Zespołu.	Elżbieta Szcześniak słuchaczka ZUTW koordynator: Zofia Biniewska-Dobrzyńska członek Zarządu	ZUTW Sala Klubowa
środa 14.02.2024	16:30	spotkanie, prezentacja	LUTY W NORWIDZIE <i>Cykl spotkania z podróżnikami – Kenia – prezentacja.</i>	Karolina Haręza - gdynianka, podróżniczka, pasjonatka wędrowek górskich i wypraw rowerowych, działającej na misji w wiosce Kwademu w Kenii.	Prowadzenie: Zofia Tomala	WiMBP Filia nr 12, ul. Morelowa 34

środa 14.02.2024	17:00	promocja książki, spotkanie	LUTY W NORWIDZIE Promocja książki <i>Zielonogórski big-beat i film.</i> Spotkanie z autorem Ryszardem Łomskim.	Ryszard Łomski, zielonogórczanin, muzyk, na stałe mieszkającym w Finlandii.	Prowadzenie: red. Ewa Mielczarek	WiMBP Sala im. Janusza Koniusza, al. Wojska Polskiego 9
czwartek 15.02.2024	10:00-11:00	wykład, warsztaty	Pracownia Edukacji Fotograficznej. Omówienie zdjęć	Zajęcia odpłatne.	Paweł Janczaruk fotograf, Członek Honorowy ZUTW kier. Aldona Dudziak	ZUTW Sala Słoneczna
czwartek 15.02.2024	11:00-12:00	warsztaty, ćwiczenia	EDUKACJA KOMPUTEROWA /KURS/ Ustawienia indywidualne.	Nie przynosimy swoich laptopów. <i>Zajęcia odpłatne.</i>	Paweł Janczaruk fotograf, Członek Honorowy ZUTW kier. Maria Kołata	ZUTW Sala Zielona
czwartek 15.02.2024	10:10	spacer	KLUB KRAJOZNAWCZO-TURYSTYCZNY „CIEKAWI ŚWIATA” zaprasza na spacer po Zielonej Górze szlakiem „Zielonogórskiej secesji” z przełomu XIX i XX wieku.	Uwaga ! PTTK organizuje wyjazd do Cottbus na zakończenie karnawału w dn. 11 lutego br. Zapraszamy.	Henryka Frankiewicz pilot - przewodnik kierownik Klubu słuchaczka ZUTW	Zbiórka przy ZUTW.
czwartek 15.02.2024	14:00	spotkanie, rozmowy,	ZAPROSZENIE Spotkanie i rozmowy z Dyrektorem Filharmonii Zielonogórskiej Rafałem Kłoczko.	Zainteresowani słuchacze proszeni są o zapisy w biurze ZUTW.	Moderator spotkania: Zofia Banaszak	Filharmonia Zielonogórska Sala Kameralna Plac Powstańców 10
piątek 16.02.2024	wg inf. w Klubie	plener	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTO X” Plener "Dolina Gęśnika".	W razie niepogody zajęcia w ZUTW.	Kazimierz Błaszyński kier. KLUBU słuchacz ZUTW	wg inf. w Klubie
piątek 16.02.2024	16:00	otwarcie wystawy	Centrum Przyrodnicze Otwarcie wystawy malarstwa Patrycji Mrozik „Siła kolorów”.	Patrycja Mrozik Zajmuje się malarstwem olejnym, akwarelowym, suche pastele.	Organizator: Centrum Przyrodnicze.	Centrum Przyrodnicze ZG ul. Dąbrowskiego 14
piątek 16.02.2024	18:00-20:30	wykład, seans filmowy	LUTY W NORWIDZIE <i>Dobry wieczór z filmem</i> – seans filmowy oraz mini wykład.	Projekt realizowany z Ambasadą Amerykańską w Warszawie, ameryka@twojejbibliotece.	Prowadzenie: Natalia Dyjas-Szatkowska.	WiMBP Mediateka Góra Mediów, al. Wojska Polskiego 9
wtorek 20.02.2024	10:00	wykład	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOOKO” Sztuka współczesna.	Zapraszamy.	Wojciech Kozłowski dyr. BWA	BWA ZG al. Niepodległości

środa 21.02.2024	16:30- 18:00	analiza tekstów, rozmowy, warsztaty	<p>WARSZTATY LITERACKIE GRUPY „OKSYMORON”</p> <p>Program:</p> <ul style="list-style-type: none"> - swoją twórczość przedstawi Alina Kruk, - zostaniemy jeszcze przy gatunku BIOGRAFII, będziemy dyskutować o konstrukcji wybranych biografii, - omówimy dwa artykuły dotyczące tematu tworzenia biografii/tradycji biografistyki. 	<p>Warsztaty kreatywnego pisania i nie tylko, to propozycja dla każdego studenta ZUTW. <i>Zapraszamy zainteresowanych.</i></p>	<p>Prowadzenie: dr Mirosława Szott</p> <p>Instytut Filologii Polskiej Uniwersytet Zielonogórski i WiMBP</p> <p>kier. Alina Kruk słuchaczka ZUTW <i>Zajęcia bezpłatne.</i></p>	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 22.02.2024	10:00- 12:00	warsztaty	<p>Zespół Plastyczny „Dekoratornia” Wiosenne ozdoby.</p>	<p>Cel pracy „DEKORATORNI” to tworzenie szeroko rozumianej sztuki użytkowej, zapoznanie się z wieloma technikami plastycznymi i rękodzielniczymi.</p>	<p>kier. Zespołu: Anna Barcka, Małgorzata Bąkowska słuchaczki ZUTW</p>	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 22.02.2024	14:30- 15:45	wykład	<p>KLUB GEOLOGICZNY „Zjawiska krasowe – Jaskinia Niedźwiedzia”.</p>	Zapraszamy.	<p>kier. Elżbieta Dąbrowska - Żurawik geolog słuchaczka ZUTW</p>	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 22.02.2024	16:00- 18:00	spotkanie	<p>KLUB KAMIENI I MINERAŁÓW „KRYSZTAŁ” "Kamienie zodiakalne”.</p>	Zapraszamy.	<p>kier. Maria Siatecka słuchaczka ZUTW</p>	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 22.02.2024	18:00	promocja	<p>LUTY W NORWIDZIE Promocja tomiku <i>Przekonanie</i> Marii Jolanty Fraszewskiej.</p>	<p>Jolanta Fraszewska członkini Związku Literatów Polskich i Zarządu ZLP Zielona Góra.</p>	<p>Prowadzenie: Katarzyna Grabias-Banaszewska, czyta: Beata Beling.</p>	WiMBP Pro Libris Café im. Andrzeja Waśkiewicza (pater biblioteki), al. Wojska Polskiego 9
piątek 23.02.2024	10:00- 12:00	wykład	<p>KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTO X” Omówienie wykonanych na plenerze zdjęć oraz dalszy ciąg szkolenia z obsługi programu RAV Therapee 5.9. -</p>	<p>Prosimy przynieść laptopy z wgranym programem.</p>	<p>Kazimierz Błaszyński kier. KLUBU słuchacz ZUTW</p>	ZUTW Sala Klubowa
poniedziałek 26.02.2024	w godzinach otwarcia biblioteki	wystawa	<p>LUTY W NORWIDZIE <i>Lubuskie Wawrzyny 2023</i> – wystawa książek i publikacji zgłoszonych do konkursu.</p>	<p>Konkurs w trzech kategoriach – Lubuski Wawrzyn Literacki, Lubuski Wawrzyn Naukowy, Lubuski Wawrzyn Dziennikarski.</p>	Zapraszamy.	WiMBP Hol Biblioteki, al. Wojska Polskiego 9
poniedziałek 26.02.2024	10:00- 11:00	wykład, warsztaty	<p>Pracownia Edukacji Fotograficznej. Warsztaty.</p>	Zajęcia odpłatne.	<p>Paweł Janczaruk fotograf, Członek Honorowy ZUTW kier. Aldona Dudziak</p>	ZUTW Sala Słoneczna

poniedziałek 26.02.2024	10:30-12:00	wykład	KLUB FILOZOFII „COGITO” „Na antypodach i nie tylko”.	O swojej podróży do Australii i Nowej Zelandii opowie Marek Kurzawa. Zapraszamy nowych słuchaczy.	dr Marek Kurzawa słuchacz ZUTW kier. Jerzy Lewandowski Barbara Czarnecka słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
poniedziałek 26.02.2024	11:00-12:30	warsztaty, ćwiczenia	EDUKACJA KOMPUTEROWA /KURS/ Instalowanie oprogramowanie.	Nie przynosimy swoich laptopów. <i>Zajęcia odpłatne.</i>	Paweł Janczaruk fotograf, Członek Honorowy ZUTW kier. Maria Kolata	ZUTW Sala Zielona
poniedziałek 26.02.2024	12:00	spotkanie	Zarząd ZUTW ZESPÓŁ „ASYSTENT”	Wspomaganie działań Zarządu, obsługa słuchaczy. <i>Zapraszamy do Zespołu.</i>	Maria Wróblewska Grażyna Bogusławska kier. Zespołu słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
wtorek 27.02.2024	8:00	wyjazd po zdrowie BURG TERMY	TERMY - BURG TERAPIA, REHABILITACJA w ciepłych źródłach i wodach termalnych w Burgu – Spreewald.	Organizator: Biuro EXODUS <i>Zapisy i opłaty w biurze ZUTW.</i>	Wyjazd o godz.8:00 powrót ok. 18:00	Wyjazd przystanek CASTORAMA
wtorek 27.02.2024	10:00	wybór zdjęć	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOOKO” Wybieramy zdjęcia na Przegląd Roku 2023.	Przygotowanie do wystawy.	kier. Ewa Kwaśniewicz, Roman Grobarski słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
wtorek 27.02.2024	17:00	spotkanie, rozmowy	LUTY W NORWIDZIE Spotkanie z cyklu Rozmowy o Zielonej Górze. <i>Życie religijne w Zielonej Górze.</i>	Zapraszamy.	Prowadzenie: dr hab. Robert Kufel oraz dr hab. Daniel Koteluk.	WiMBP Pro Libris Café im. Andrzeja Waśkiewicza(pa- rter biblioteki), al. Wojska Polskiego 9
wtorek 27.02.2024	18:30	spotkanie, promocja książki	LUTY W NORWIDZIE Spotkanie autorskie z Joanną Kuciel-Frydryszak, połączone z promocją książki <i>Chłopki. Opowieść o naszych babkach.</i>	Joanną Kuciel-Frydryszak , dziennikarką, absolwentką polonistyki na Uniwersytecie Wrocławskim	Prowadzenie: Natalia Dyjas-Szatkowska	WiMBP Sala im. Janusza Koniusza, al. Wojska Polskiego 9
środa 28.02.2024	10:00-12:00	warsztaty	LUTY W NORWIDZIE Warsztaty fotograficzne Warsztaty fotograficzne dla dorosłych.	Prowadzenie: Paweł Janczaruk fotograf	Obowiązują zapisy: goramediow@wi mbp.zgora.pl	WiMBP Mediateka Góra Mediów, al. Wojska Polskiego 9
środa 28.02.2024	17:00	Lubuskie Dyktando	LUTY W NORWIDZIE <i>Połam pióro! – IV Lubuskie Dyktando Ortograficzne</i> z udziałem prof. Jerzego Bralczyka , wybitnego językoznawcy.	Jerzy Bralczyk, wybitny językoznawca.	Więcej na: www.biblioteka.zgora.pl	WiMBP Sala Wykładowa im. dr. Grzegorza Chmielewskiego, al. Wojska Polskiego 9

środa 28.02.2024	18:00	spotkanie	LUTY W NORWIDZIE Spotkanie z prof. Jerzym Bralczykiem, wybitnym językoznawcą, profesorem nauk humanistycznych.	Jerzy Bralczyk, wybitny językoznawca, profesor nauk humanistycznych.	Zapraszamy.	WiMBP Sala im. Janusza Koniusza, al. Wojska Polskiego 9
czwartek 29.02.2024	10:00-11:00	wykład, warsztaty	Pracownia Edukacji Fotograficznej. Teoria – głębia ostrości.	Zajęcia odpłatne.	Paweł Janczaruk fotograf, Członek Honorowy ZUTW kier. Aldona Dudziak	ZUTW Sala Słoneczna
czwartek 29.02.2024	11:00-12:00	warsztaty, ćwiczenia	EDUKACJA KOMPUTEROWA /KURS/ e-pit	Nie przynosimy swoich laptopów. Zajęcia odpłatne.	Paweł Janczaruk fotograf, Członek Honorowy ZUTW kier. Maria Kołata	ZUTW Sala Zielona
czwartek 29.02.2024	18:00	GALA	LUTY W NORWIDZIE Gala Lubuskich Wawrzynów 2023. Wręczenie nagród i wyróżnień laureatom.	Wręczenie nagród i wyróżnień laureatom 30. Lubuskiego Wawrzynu Literackich, 19. Lubuskiego Wawrzynu Naukowego i 10. Lubuskiego Wawrzynu Dziennikarskiego.	Prowadzenie: red. Karolina Kamińska	WiMBP Sala im. Janusza Koniusza, al. Wojska Polskiego 9
wg inf.	wg inf.	wg inf.	SPOTKANIA REDAKCJI „INSPIRACJI” Omówienie wydania kolejnego numeru PISMA .	wg inf.	wg inf.	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

STUDIUM JEZYKOWE
II SEMESTR ROK AKADEMICKI 2023/2024

DZIEŃ	GODZINA	JEZYK GRUPA	PROWADZĄCY/ KIEROWNICY GRUP to słuchacze ZUTW	MIEJSCE
poniedziałki 05,12,19,26.02.2024	10:00-10:45	JEZYK WŁOSKI podstawowa	Maria Chodzińska słuchaczka ZUTW kier. Maria Majewska	ZUTW SALA WRZOSOWA
poniedziałki 05,12,19,26.02.2024	11:00-11:45	JEZYK WŁOSKI podstawowa	Maria Chodzińska słuchaczka ZUTW kier. Henryka Frankiewicz	ZUTW SALA WRZOSOWA
poniedziałki 05,12,19,26.02.2024	12:30-13:15	JEZYK FRANCUSKI podstawowa	mgr Helena Krzyżanowska członek wspierający ZUTW kier. Jolanta Nenycz	ZUTW SALA WRZOSOWA
poniedziałki 05,12,19,26.02.2024	13:30-14:15	JEZYK FRANCUSKI średniozaawansowana	mgr Helena Krzyżanowska członek wspierający ZUTW kier. Janusz Mróz	ZUTW SALA WRZOSOWA

wtorki 06,13,20,27.02.2024	9:00-9:45	ANGIELSKI A1	mgr Anna Polus kier. Barbara Rzepka	ZUTW SALA ZIELONA
wtorki 06,13,20,27.02.2024	9:55-10:40	ANGIELSKI A 2	mgr Anna Polus kier. Jolanta Kozłowska	ZUTW SALA ZIELONA
wtorki 06,13,20,27.02.2024	10:50-11:35	ANGIELSKI A 0 +	mgr Anna Polus kier. Elżbieta Starykiewicz	ZUTW SALA ZIELONA
wtorki 06,13,20,27.02.2024	11:45-12:30	ANGIELSKI A 0 grupa od podstaw	mgr Anna Polus kier. Bożena Maria Niewiarowska	ZUTW SALA ZIELONA
środy 07,14,21,28.02.2024	10:00-10:45	NIEMIECKI A1	mgr Beata Łapanowska kier. Janina Godziszewska	ZUTW SALA WRZOSOWA
środy 07,14,21,28.02.2024	11:00-11:45	NIEMIECKI A2	mgr Beata Łapanowska kier. Henryka Frankiewicz	ZUTW SALA WRZOSOWA
środy 07,14,21,28.02.2024	8:35-9:20	ANGIELSKI A0 grupa od podstaw	mgr Józef Kozanowski kier. Stanisław Misiuk	ZUTW SALA ZIELONA
środy 07,14,21,28.02.2024	9:30-10:15	ANGIELSKI A1+	mgr Józef Kozanowski kier. Jerzy Kotarski	ZUTW SALA ZIELONA
środy 07,14,21,28.02.2024	10:25-11:10	ANGIELSKI B1	mgr Józef Kozanowski kier. Jerzy Kotarski	ZUTW SALA ZIELONA
środy 07,14,21,28.02.2024	11:20-12:05	ANGIELSKI B1+	mgr Józef Kozanowski kier. Maria Krystyna Kasprzyk	ZUTW SALA ZIELONA
środy 07,14,21,28.02.2024	12:15-13:00	ANGIELSKI A2	mgr Józef Kozanowski kier. Krzysztof Subocz	ZUTW SALA ZIELONA
środy 07,14,21,28.02.2024	13.10-13:55	ANGIELSKI A2	mgr Józef Kozanowski kier. Krystyna Liliana Gała	ZUTW SALA ZIELONA

GIMNASTYKI, TANIEC, ZDROWY STYL ŻYCIA w ZUTW

II SEMESTR ROK AKADEMICKI 2023/2024

ul. Wiśniowej /PILATES MEDYCZNY i TAI CHI / i GRUPA TANECZNA „SENIOR PERFECT”
przy ul Morelowej 34.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	PROWADZĄCY / KIEROWNICY to /słuchacze ZUTW /	MIEJSCE
poniedziałki 12,19,26. 02.2024	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 Puczko	NESSFIT Akademia Ruchu – Ewa Skorupka ul. Wiśniowa 19A
poniedziałki 12,19,26. 02.2024	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 05,12,19,26. 02.2024	8:30 – 9:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Mirosława Sokołowska Jadwiga Polańska	ZUTW Sala Wesola
poniedziałki 05,12,19,26. 02.2024	9:30 – 10:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Bronisława Irena Dobiecka	ZUTW Sala Wesola
poniedziałki 05,12,19,26. 02.2024	10:30- 11:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Grażyna Nieczkowska	ZUTW Sala Wesola

poniedziałki 05,12,19,26. 02.2024	11:30–12:15	ZDROWY KRĘGOSŁUP grupa średniozaawansowana	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Brygida Szymańska-Zyza, Zuzanna Puch	ZUTW Sala Wesoła
poniedziałki 05,12,19,26. 02.2024	12:30-13:15	PILATES grupa zaawansowana	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny, kier. Krystyna Łaszcz	ZUTW Sala Wesoła
poniedziałki 05,12,19,26. 02.2024	13:30-14:15	ZDROWY KRĘGOSŁUP grupa średniozaawansowana.	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Izabela Zalewska- Zakobielska	ZUTW Sala Wesoła
poniedziałki 05,12,19,26. 02.2024	14:30-15:15	NEUROBIK dla seniorów. Zajęcia ruchowe z przybarami przy muzyce skupione na bodźcowaniu naszego mózgu.	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Ewa Lisiak	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 06,13,20,27. 02.2024	8:15- 9:00	Chińska gimnastyka zdrowotna TAI CHI	Józef Kozanowski instruktor kier. Jadwiga Polańska	NESSFIT Akademia Ruchu ul. Wiśniowa 19A
wtorki 06,13,20,27. 02.2024	9:15- 10:00	Chińska gimnastyka zdrowotna TAI CHI	Józef Kozanowski instruktor kier. Maria Ewa Iwanicka	NESSFIT Akademia Ruchu ul. Wiśniowa 19A
wtorki 06,13,20,27. 02.2024	10:15–11:00	Chińska gimnastyka zdrowotna TAI CHI	Józef Kozanowski instruktor kier. Bernadetta Skubiszewska	NESSFIT Akademia Ruchu ul. Wiśniowa 19A
wtorki 06,13,20,27. 02.2024	11:15–12:00	Chińska gimnastyka zdrowotna TAI CHI	Józef Kozanowski instruktor kier. Anna Kupniewska	NESSFIT Akademia Ruchu ul. Wiśniowa 19A
wtorki 06,13,20,27. 02.2024	8:30 – 9:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu grupa początkująca	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Grażyna Zimna - Nahorska	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 06,13,20,27. 02.2024	9:30 – 10:15	ZDROWY KRĘGOSŁUP ulga dla pleców	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Jolanta Różycka-Łacny	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 06,13,20,27. 02.2024	10:30- 11:15	ZDROWY KRĘGOSŁUP ulga dla pleców	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Grażyna Siadul	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 06,13,20,27. 02.2024	11:30–12:30	Teatr TAŃCA CON PASSIONE	Paweł Matyasik pedagog, tancerz, choreograf kier. Irena Furman	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 06,20,27. 02.2024	12:45-13:30	PROFILAKTYKA UKŁADU KRAŻENIA i WZMACNIANIE MIĘŚNI MIEDNICY	dr Natalia Rogaczewska spec. Fizjoterapii kier. Helena Haczowska	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 06,20,27. 02.2024	13:40-14:25	PROFILAKTYKA UKŁADU KRAŻENIA i WZMACNIANIE MIĘŚNI MIEDNICY	dr Natalia Rogaczewska spec. Fizjoterapii kier. Grażyna Cwojdzńska	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 06,20,27. 02.2024	14:35-15:20	PROFILAKTYKA UKŁADU KRAŻENIA i WZMACNIANIE MIĘŚNI MIEDNICY	dr Natalia Rogaczewska spec. Fizjoterapii kier. Anna Stankowska	ZUTW Sala Wesoła
środy 07,14,21,28. 02.2024	8:30 – 9:30	JOGA – ćwiczenia i metody doskonalenia ciała i umysłu	Danuta Styś - Wierzchołowska nauczyciel kier. Krystyna Gryc	ZUTW Sala Wesoła
środy 07,14,21,28. 02.2024	9:45 – 10:45	JOGA – ćwiczenia i metody doskonalenia ciała i umysłu	Danuta Styś - Wierzchołowska nauczyciel kier. Maria Nalewajek	ZUTW Sala Wesoła

środy 07,14,21,28. 02.2024	11:00–11:45	RADOŚĆ TAŃCZENIA	Aleksandra Matusiak- Kujawska pedagog tańca i śpiewu kier. Albina Bryll	ZUTW Sala Wesoła
środy 07,14,21,28. 02.2024	12:00–12:45	RADOŚĆ TAŃCZENIA	Aleksandra Matusiak- Kujawska pedagog tańca i śpiewu kier. Krystyna Łaszc	ZUTW Sala Wesoła
sobota 17.02.2024	09:15-10:45	RADOŚĆ TAŃCZENIA	Aleksandra Matusiak- Kujawska pedagog tańca i śpiewu kier. Krystyna Łaszc	ZUTW Sala Wesoła
sobota 17.02.2024	11:00-12:30	RADOŚĆ TAŃCZENIA	Aleksandra Matusiak- Kujawska pedagog tańca i śpiewu kier. Albina Bryll	ZUTW Sala Wesoła
sobota 24.02.2024	09:15-10:45	RADOŚĆ TAŃCZENIA	Aleksandra Matusiak- Kujawska pedagog tańca i śpiewu kier. Krystyna Łaszc	ZUTW Sala Wesoła
sobota 24.02.2024	11:00-12:30	RADOŚĆ TAŃCZENIA	Aleksandra Matusiak- Kujawska pedagog tańca i śpiewu kier. Albina Bryll	ZUTW Sala Wesoła
środy 07,14,21,28. 02.2024	13:00–13:45	GIMNASTYKA USPRAWNIAJĄCA z muzyką	Irena Karnicka nauczyciel kier. Maria Jolanta Lorens	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 01,08,15,22,29. 02.2024	8:30- 9:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Janina Krawczyk	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 01,08,15,22,29. 02.2024	9:30- 10:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Ewa Puczek	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 01,08,15,22,29. 02.2024	10:30–11:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Helena Haczowska	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 01,08,15,22,29. 02.2024	11:30–12:15	ZDROWY KRĘGOSŁUP grupa średniozaawansowana	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Wanda Maciejewska	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 01,08,15,22,29. 02.2024	12:30-13:15	PILATES grupa zaawansowana	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Małgorzata Barańska	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 01,08,15,22,29. 02.2024	13:30-14:15	NEUROBIK dla seniorów. Zajęcia ruchowe z przyborami przy muzyce skupione na bodźcowaniu naszego mózgu.	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Teresa Mikołajska Maria Majewska	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 01,08,15,22,29. 02.2024	14.30-15.15	ZDROWY KRĘGOSŁUP grupa średniozaawansowana	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Zuzanna Puch Elżbieta Pawlak	ZUTW Sala Wesoła
piątki 02,16,23. 02.2024	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. Elżbieta Czesława Szcześniak	NESSFIT Akademia Ruchu - Ewa Skorupka ul. Wiśniowa 19A
piątki 02,16,23. 02.2024	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. Barbara Kusz	NESSFIT Akademia Ruchu - Ewa Skorupka ul. Wiśniowa 19A
piątki 02,09,16,23. 02.2024	8:30-9:30	JOGA dla średniozaawansowanych	dr Ewa Jędrzejowska dyplomowany instruktor jogi kier. Edward Ciał	ZUTW Sala Wesoła

piątki 02,09,16,23. 02.2024	9:40- 10:40	JOGA średniozaawansowanych	dr Ewa Jędrzejowska dyplomowany instruktor jogi kier. Jolanta Kwaśniewska	ZUTW Sala Wesola
piątki 02,09,16,23. 02.2024	10:50 -11:35	GRUPA TANECZNA "BARWY TAŃCA"3 zaawansowana	Krzysztof Kociński pedagog, tancerz, choreograf kier. Henryka Frankiewicz	ZUTW Sala Wesola
piątki 02,09,16,23. 02.2024	11:45 -12:30	GRUPA TANECZNA "BARWY TAŃCA"1	Krzysztof Kociński pedagog, tancerz, choreograf kier. Maria Nalewajek	ZUTW Sala Wesola
piątki 02,09,16,23. 02.2024	12:40-13:25	GRUPA TANECZNA "BARWY TAŃCA" 2	Krzysztof Kociński pedagog, tancerz, choreograf kier. Teresa Fitas	ZUTW Sala Wesola
piątki 02,09,16,23. 02.2024	16:00-17:00	GRUPA TANECZNA „SENIOR PERFECT”	Aneta Ostrówka międzynarodowy prezenter i instruktor fitness	Centrum Tańca i Fitness MY WAY CENTER ul. Morelowa 34

BASENY. ZDROWY STYL ŻYCIA

Uwaga! Zajęcia odpłatne.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	PROWADZĄCY	MIEJSCE
poniedziałki 05,12,19,26. 02.2024	13:00 - 15:00	Aqua Aerobik – ćwiczenia w wodzie.	Uprawnieni do zajęć pracownicy CRS	Centrum Rekreacyjno – Sportowe ul. Sulechowska 41
piątki 02,09,16,23. 02.2024	11:15– 12:00	Aqua Aerobik. Gimnastyka usprawniająca.	Irena Karnicka członek wspierający ZUTW	Basen ul. Wyspiańskiego 17

KOMUNIKATY, OGŁOSZENIA ZUTW

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

ZAPROSZONO NAS W STYCZNIU 2024 R.

- ❖ Instytut Historii UZ powrócił do idei cyklicznych wykładów z serii **WIEK XX BEZ TAJEMNIC** realizowanych przez Prof. UZ, dr hab. Radosław Domke. W styczniu odbył się wykład **prof. Roberta Skobelskiego**.pt. „*Wojciecha Jaruzelskiego życiorys przetrącony i...poprawiony*”. *Od katolickiej szkoły po wojskową dyktaturę*. Wykład odbył się 24 stycznia 2024 r.
- ❖ Prezydent Miasta Zielona Góra Janusz Kubicki na prezentację poświęconą przyszłości Zielonej Góry, podczas której zadano pytanie: „**Czy Zielona Góra może być miastem 200-tysięcznym**”? Spotkanie odbyło się 22 stycznia 2024 r. w Zielonogórskiej Palmiarni.
- ❖ **ZOK na Salon Zimowy** – na doroczną wystawę Grupy Twórców Nieprofesjonalnych „BABIE LATO” 30 stycznia 2024 r.

ZAPROSZONO NAS W LUTYM 2024

- **Otwarcie wystawy *Kolejny wiek z archeologią***. Badania archeologiczne w XXI wieku na terenie Gorzowa Wielkopolskiego. Otwarcie odbędzie się 7 lutego o godzinie 12.00 w Muzeum Archeologicznym Środkowego Nadodrza, ul Długa 27 w Świdnicy.

JUŻ W LUTYM ZAPRASZAMY NA:

➤ WIOSENNE IGrażki, czyli szukamy wiosny!!!

Termin: 21.03.2024 r. o godz. 16.30 - 18.00 Parking przy AMFITEATRZE.

Cel:

Wiosenny spacer z kijami na wesoło

Dla kogo?

Dla wszystkich, którzy lubią wiosnę, ruch i zagadki

Namawiamy, zapraszamy, szalejemy!

Spacer poprowadzi międzynarodowy instruktor NORDIC WALKING : Grażyna Wyczałkowska

PODZIĘKOWANIA

- **Dziękujemy Krystynie Jaworskiej** kierownik Klubu Fotograficznego „FOTOX” za społeczne prowadzenie KLUBU, integrację uczestników, za organizowanie wystaw i spotkań i współpracę z innymi KLUBAMI i Zespołami. Czekamy Krystyno za Twój powrót. Kierowanie Klubem przejął nasz słuchacz **Kazimierz Błaszyński**. Dziękujemy!.

ZAPRASZAMY W LUTYM 2024 r. NA WYBRANE WYDARZENIA WiMBP

Wiersze na Kokosowej – spotkania dla poetów i tłumaczy. Spotkanie realizowane w ramach Dyskusyjnego Klubu Książki. Obowiązują zapisy: tel. 68 45 44 754,

a.ginko@biblioteka.zgora.pl

Prowadzenie: Agnieszka Ginko

2 lutego, godz. 18:00-20:00, Filia nr 3, ul. Kokosowa 1

Konwersacje w języku angielskim dla dorosłych na poziomie średnio zaawansowanym i zaawansowanym (dla osób, które znają już język i chcą poćwiczyć swobodną rozmowę).

Lista rezerwowa: tel. 68 45 44 754, a.ginko@biblioteka.zgora.pl

Prowadzenie: Agnieszka Ginko-Humphries, anglistka.

5 lutego, godz. 17:30-18:30, Filia nr 3, ul. Kokosowa 1

Makramowe Love – ekowarsztaty dla dorosłych.

Obowiązują zapisy: tel. 68 45 26 334. Prowadzenie: Natalia Łacińska

12 lutego, godz. 16:30-18:00, Filia nr 4, ul. Podgórna 45

Konwersacje w języku angielskim dla dorosłych na poziomie średnio zaawansowanym i zaawansowanym (dla osób, które znają już język i chcą poćwiczyć swobodną rozmowę).

Lista rezerwowa: tel. 68 45 44 754, e-mail: a.ginko@biblioteka.zgora.pl

Prowadzenie: Agnieszka Ginko-Humphries, anglistka.

12 lutego, godz. 17:30-18:30, Filia nr 3, ul. Kokosowa 1

Spotkanie Dyskusyjnego Klubu Książki dla dorosłych.

15 lutego, godz. 10:30, Filia nr 1, ul. Ptasia 32

Multicultural meeting / Spotkanie wielokulturowe – spotkanie dla dorosłych, obcokrajowców mieszkających na stałe w Zielonej Górze. Rozmowy na tematy związane ze zrównoważonym stylem życia w poszczególnych krajach.

Prowadzenie: Dana Ponomarenko

19 lutego, godz. 17:00, Filia nr 4, ul. Podgórna 45

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
26 lutego, godz. 17:30-18:30, Filia nr 3, ul. Kokosowa 1

Międzynarodowy Dzień Języka Ojczystego – Poradnia Językowa – spotkanie z językoznawcą dr Irminą Kotlarską, wykładowcą akademickim Uniwersytetu Zielonogórskiego, członkinią towarzystw naukowych promujących wiedzę o języku. Koordynacja: Kornelia Waloch
29 lutego, godz. 11:00-12:30, Filia nr 4, ul. Podgórna 45

Zapraszamy do wspólnych GRUPOWYCH wyjazdów w roku 2023/2024

WIELKANOC W GOŚCIMIU w dniach od 27 marca do 04 kwietnia 2024 /8 noclegów – 9 dni/ w Ośrodku Grunwald Stanisław Bojkowski Ośrodek Rehabilitacyjno - Wypoczynkowy im. prof. Wiktora Degi. Zapisy w BIURZE ZARZĄDU ZUTW. Dojazd własny.

2023/2024 – WCZASY- zapisy

Terminy:

Nad Morze Bałtyckie – Pogorzelica – Ośrodek Wczasowy Komandor w Pogorzeliczy

*termin od 15 – 25 maja 2024 – z transportem – zapisy od początku stycznia 2024

*termin od 30.08 – 12.09 2024 – z transportem – zapisy od początku stycznia 2024

Wyjazdy dojdą do skutku jeśli spełnione zostaną warunki określone przez Organizatora - inf. na tablicy ogłoszeń w ZUTW.

Wczasy nad morzem w Pustkowie.

Termin: **od 26 maja do 6 czerwca 2024 r.**

Zapisy w biurze Uniwersytetu 26 i 27 marca br. (wtorek i środa) **w godzinach od 9:00 do 11:00.** Pierwszeństwo do wyjazdu mają słuchacze Uniwersytetu oraz członkowie wspierający. Należy spełnić następujące warunki: mieć **opłaconą składkę członkowską na II semestr** roku akademickiego 2023/2024. Zapraszamy słuchaczy zajmujących się fotografią, malarstwem, rękodziełem, kabareciarzy, lubiących spacerować, jazdę na rowerze i wszystkich pasjonatów działań twórczych w Uniwersytecie oraz tych, którzy chcą miło spędzać czas w towarzystwie znajomych i przyjaciół. Będzie dużo atrakcji !

Już dzisiaj życzymy miłego pobytu.

Organizatorki

*termin od 13 do 24 września 2024 r. – zapisy w czerwcu 2024 /wg inf. w programie na kwiecień 2024/

Wyjazdy na termy do Burqa – raz w miesiącu:

- 27 lutego 2024 – zapisy na listę rezerwową.
- 21 marca 2024 – zapisy od 28 lutego 2024.
- 18 kwietnia 2024 -zapisy od 22 marca 2024.

SYLWESTER i Nowy Rok w Ośrodku Terapii Grunwald Stanisław Bojkowski, Ośrodek Rehabilitacyjno - Wypoczynkowy im. prof. Wiktora Degi w Gościmiu.
Termin – **27 grudzień 2024 – 02 styczeń 2025** \podczas pobytu możliwość skorzystania z 5 zabiegów rehabilitacyjnych dziennie w cenie wyjazdu/. Zapisy od września 2024 r.

Uwaga ! Zapisy wg inf. na tablicy ogłoszeń i w programie zajęć.
ZAPRASZAMY

PLAN JEDNODNIOWYCH WYCIECZEK PIESZYCH W LUTYM 2024

„Nie siedz w domu - wędruj z nami”
„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
4	Nd	Anna Zmaczyńska Przodownik turystyki pieszej PTTK	Droszków – Ieśniczówka Stary Kisielin
11	Nd	Konrad Majewski Przodownik turystyki pieszej PTTK	Okolice Nowogrodu Bobrzańskiego
18	Nd	Anna Szpręglewska Przodownik Turystyki Pieszej PTTK	Okolice Zielonej Góry
25	Nd	Olga Sikorska Przodownik turystyki pieszej PTTK	Łężyca – Wysokie - Łężyca

Uczestnicy wycieczek, powinni mieć odpowiednie obuwie plecak i stosowny do pogody ubiór ! 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

Życzenia dla JUBILATÓW urodzonych w lutym.

Najstarsza słuchaczka ma lat 88, a najmłodsza 55 lat.

"Życzymy, aby nadchodzący rok był pełen inspirujących chwil, które przypominają, że każdy dzień jest cennym darem. Niech każdy dzień będzie wyjątkowy!"

"Niech Twoje urodziny będą jak uśmiech losu, przynosząc radość, zdrowie i pomyślność na każdym kroku. Wszystkiego najlepszego!"

"W dniu Twoich urodzin życzymy Ci, aby każdy dzień był pełen inspiracji, twórczej energii i momentów, które sprawiają, że życie jest piękne i niepowtarzalne."

Zarząd ZUTW
Zofia Banaszak
Prezes Zarządu

Program napisała: Zofia Banaszak. Korekta: Teresa Błaszyńska



nowy logotyp

W rozliczeniu podatkowym za 2023 r., podatnicy i podatniczki będą mogli nam przekazać OPP 1,5%.

O ZUTW

Stowarzyszenie nasze od ponad 32 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 dajemy każdemu szansę na przeżywanie każdego dnia bardziej atrakcyjnie i zdrowo poprzez: aktywizację intelektualną, psychiczną, społeczną i fizyczną. Pomagamy w 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 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.

Wierzymy, 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 1,5% znajdziecie Państwo na stronie www.utw.zgora.pl w zakładce O ZUTW – ROZLICZENIE 1%

Wpływy z 1,5% w roku 2023 – 9 579,70 złotych

Dziękujemy naszym darczyńcom !