

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 KWIECIEŃ 2024 ROKU



*Wczesnym rankiem po cichutkę, wiosna przyszła pomalutką.
Ciepłe dzionki zamówiła, świeżą zieleni rozrzuciła.
Życzymy każdemu z Państwa, aby cały ten miesiąc był pełen szczęścia,
radości, dobroci i przede wszystkim pełen miłości. Trzymajcie się ciepło !*

Zarząd ZUTW
Zofia Banaszak, Prezes Zarządu

KOMUNIKATY – ZAPOWIEDZI

- ❖ Kasa ZUTW w kwietniu 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.
- ❖ Przerwa w zajęciach w ZUTW
od 29 kwietnia br./poniedziałek/ do 03 .05 2024/piątek/.

ZAPRASZAMY

- ❖ **W kwietniu br. zapraszamy także na spotkania i zajęcia** poza naszą siedzibą – inf. w programie zajęć, mediach społecznościowych i na tablicy ogłoszeń w ZUTW.
- ❖ **Kwiecień obfituje w ogrom zdarzeń:** wykłady, prelekcje, spotkania literackie, koncerty, wystawy, warsztaty, spotkania integracyjne... – wykorzystajcie Państwo ten czas dla siebie.
- ❖ **Zachęcamy do nabycia ostatniego numeru INSPIRACJI i naszej monografii.**

PODZIĘKOWANIA

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

1,5 % NA TWÓJ I NASZ ZIELONOGÓRSKI UNIwersytet TRZECIEGO WIEKU.

KRS: 0000013459

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 %. Zachęmy innych do tego działania.

Przeżyjmy 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.

ZAWIADOMIENIE

Zwyczajne Ogólne Zgromadzenie Członków Zielonogórskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku jako zebranie sprawozdawcze odbędzie się 23 kwietnia 2024 roku o godz. 16:00 w Wojewódzkiej i Miejskiej Bibliotece Publicznej im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze w Sali Wykładowej im. Grzegorza Chmielewskiego.

PORZĄDEK

Zwyczajnego Ogólnego Zgromadzenia Członków jako zebrania sprawozdawczego Zielonogórskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Zielonej Górze w dniu 23 kwietnia 2024 roku

1. Otwarcie Zwyczajnego Ogólnego Zgromadzenia Członków.
2. Wybór Przewodniczącego Zwyczajnego Ogólnego Zgromadzenia Członków.
3. Wybór Komisji Skrutacyjnej.
4. Wybór Sekretarza Zwyczajnego Ogólnego Zgromadzenia Członków.
5. Odczytanie porządku obrad i jego przyjęcie.
6. Stwierdzenie prawomocności Zwyczajnego Ogólnego Zgromadzenia Członków i jego zdolności do podejmowania uchwał.
7. Sprawozdanie Prezesa Zarządu ZUTW z działalności merytorycznej Zarządu za rok 2023.
8. Zatwierdzenie sprawozdania z działalności merytorycznej Zarządu ZUTW za rok 2023.
9. Sprawozdanie Komisji Rewizyjnej ZUTW z przeprowadzonych w 2023 r. kontroli wraz z oceną działalności Zarządu oraz przedstawienie wniosków.
10. Zatwierdzenie sprawozdania z działalności Komisji Rewizyjnej ZUTW za rok 2023.
11. Sprawozdanie Prezesa Zarządu z działalności finansowej ZUTW w 2023 roku.
12. Podjęcie uchwały zatwierdzającej sprawozdanie finansowe ZUTW za 2023 r.
13. Podjęcie uchwały zatwierdzającej wynik finansowy roku 2023r.
14. Udzielenie absolutorium Zarządowi ZUTW.
15. Przedstawienie głównych kierunków działania i rozwoju ZUTW.
16. Dyskusja i wolne wnioski.
17. Zamknięcie obrad.

Zielona Góra, 3.04.2024 r.

Zarząd ZUTW

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
środy 03.04.2024, 10.04.2024, 17.04.2024, 24.04.2024	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
środy 03.04.2024, 10.04.2024, 17.04.2024, 24.04.2024	09:30- 11:30	spotkania, warsztaty	KLUB HAFTU „ATŁASEK” Robótki ręczne – wiosna na szydełku i drutach.	Zapraszamy do KLUBU.	kier. Małgorzata Anna Bąkowska, Grażyna Borodynko słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa

czwartek 04.04.2024	10:00- 11:00	wykład, warsztaty	Pracownia Edukacji Fotograficznej. Temat miesiąca: Zielony 4 warsztat	Zajęcia odpłatne.	Paweł Janczaruk fotograf, Członek Honorowy ZUTW kier. Aldona Dudziak	ZUTW Sala Słoneczna
czwartek 04.04.2024	11:00- 12:00	warsztaty, ćwiczenia	EDUKACJA KOMPUTEROWA /KURS/ e-urząd	Zajęcia odpłatne.	Paweł Janczaruk fotograf, Członek Honorowy ZUTW kier. Maria Kołata	ZUTW Sala Zielona
czwartek 04.04.2024	12:00- 13:00	prelekcja	ZESPÓŁ „AWOKADO” 1. Zasady kuchni Pięciu Przemian oraz przykłady potraw– część 2. 2. Unikanie toksyn w odżywianiu i nie tylko.	Zapraszamy.	Maria Siatecka słuchaczka ZUTW kier. Edward Ciaś słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
czwartki 04.04.2024, 11.04.2024, 18.04.2024, 25.04.2024	13:00- 14:30	próby, warsztaty	TEATR „IMPRESJE” Próby do spektaklu: „Humor Polski” (satyra, fraszki, anegdoty, piosenki).	Zapraszamy nowych słuchaczy.	dr Teresa Samulczyk pedagog teatru słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
czwartek 04.04.2024	17:00	wystawa	KWIECIEŃ W NORWIDZIE DYPLOMY 2024 wystawa wybranych prac dyplomowych uczniów Zespołu Szkół Plastycznych w Zielonej Górze.	Zapraszamy.		Galeria łącznik Biblioteki Norwida (parter), al. Wojska Polskiego 9
czwartek 04.04.2024	18:00	wykład	CZwartkowe SPOTKANIA Z NAUKĄ Bakteryjna Odyseja Kosmiczna. Zostaną przedstawione zagadnienia dot. obecności bakterii w przestrzeni kosmicznej.	Skąd się wzięły bakterie na Ziemi? Czy można spotkać bakterie w kosmosie? A może w przestrzeni kosmicznej znajdzie się lek na superbakterie?	dr Sylwia Andrzejczak – Grządko Katedra Biotechnologii, Instytut Nauk Biologicznych Uniwersytet Zielonogórski	Centrum Nauki Keplera WENUS ul. Gen. Jarosława Dąbrowskiego 14
piątki 05.04.2024, 12.04.2024, 19.04.2024, 26.04.2024	09:00- 11:00	warsztaty, wykłady	ZESPÓŁ PLASTYCZNY „TERMOPILE” Surrealizm: *Kolaż, *Nierealny realizm.	Zagadnienia zostaną wykorzystane do stworzenia własnego obrazu. <i>Zajęcia odpłatne.</i>	Cezary Bednarczyk malarz kier. Grupy Zygmunt Jankowski słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
piątek 05.04.2024	wg inf.	plener	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTO X” Plener fotograficzny „Ogród Botaniczny”.	W przypadku niepogody spotkanie w ZUTW na temat: „Poznaj swój aparat fotograficzny”.	Kazimierz Błaszyński kier. KLUBU słuchacz ZUTW	Ogród Botaniczny ZG
piątek 05.04.2024	11:00- 12:00	edukacja	KWIECIEŃ W NORWIDZIE Wizyta ZUTW w MEDIATECE Góra Mediów. Lekcja biblioteczna o audiobookach i czytnikach	Spotkanie zamknięte. Zapisy w biurze ZUTW.	Prowadzenie: Natalia Dyjas - Szatkowska	WiMBP Mediateka Góra Mediów, al. Wojska Polskiego 9

piątki 05.04.2024, 12.04.2024, 19.04.2024, 26.04.2024	11:15- 13:15	warsztaty, wykłady	ZESPÓŁ PLASTYCZNY „ PASTELE ” Surrealizm: *Kolaż, *Nierealny realizm.	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
piątki 05.04.2024, 12.04.2024, 19.04.2024, 26.04.2024	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 05.04.2024, 12.04.2024, 19.04.2024, 26.04.2024	14:00- 18:00	rozgrywki brydżowe	KLUB BRYDŻOWY Rozgrywki.	Zapraszamy zainteresowanych słuchaczy.	kier. Anna Kwolek Miroslawa Mięsiak słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
piątek 05.04.2024	18:00- 21:00	film	KWIECIEŃ W NORWIDZIE <i>Dobry wieczór z filmem.</i> Projekcja filmowa poprzedzona prelekcją i dyskusją po seansie.	Zapraszamy.	Projekt realizowany w ramach programu ameryka@twojej bibliotece we współpracy z Ambasadą USA w Warszawie. Koordynacja i prowadzenie Magdalena Faron.	WiMBP Mediateka Góra Mediów, al. Wojska Polskiego 9
poniedziałki 08.04.2024, 15.04.2024, 22.04.2024, 29.04.2024	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
poniedziałek 08.04.2024	10:30- 12:00	wykład	KLUB FILOZOFII „ COGITO ” Antypody. O swojej podróży po Nowej Zelandii opowie dr Marek Kurzawa.	Zapraszamy.	dr Marek Kurzawa słuchacz ZUTW. kier. Jerzy Lewandowski Barbara Czarnecka słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
poniedziałki 08.04.2024, 15.04.2024, 22.04.2024, 29.04.2024	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 08.04.2024, 15.04.2024, 22.04.2024, 29.04.2024	16:30- 18:00	próby, warsztaty, koncerty	CHÓR „ 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 08.04.2024	18:00- 19:00	film	KWIECIEŃ W NORWIDZIE <i>Film</i> <i>a rzeczywistość,</i> <i>czyli ile mamy</i> <i>nauki w nauce w</i> <i>twórczości X Muzy.</i>	Zapraszamy.	Wykład dra Waldemara Grabowskiego. Koordynacja Magdalena Faron.	WiMBP Mediateka Góra Mediów, al. Wojska Polskiego 9

wtorek 09.04.2024	07:00	wycieczka	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOOKO” Wycieczka edukacyjna do Browaru w Witnicy.	Zapisy zakończono.	Organizator: Regina Pawliczak KLUB „FOTOOKO”	Parking Stara Gazownia ZG ul. Zamkowa
wtorek 09.04.2024	wg inf.	plener	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOOKO” Plener dla członków Klubu, którzy nie pojechali na wycieczkę.	Zapraszamy.	Spotkanie poprowadzi Krystyna Filmanowicz	Park Tysiąclecia ZG
wtorki 09.04.2024, 16.04.2024, 23.04.2024, 30.04.2024	12:45-14:45	warsztaty, próby	„ SPIEWNIK UNIWERSYTECKI ” „Piosenki naszej młodości”.	Zapraszamy.	kier. Mirosława Branicka – Polarczyk słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
środa 10.04.2024	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 10.04.2024	17:00-19:00	debata	KWIECIEŃ W NORWIDZIE Debata organizowana przez Stowarzyszenie <i>My zielonogórzanie.</i>	Zapraszamy.	Partnerem spotkania jest Mediateka Góra Mediów. Koordynacja Magdalena Faron.	WiMBP Mediateka Góra Mediów, al. Wojska Polskiego 9
czwartek 11.04.2024	10:00-11:00	wykład, warsztaty	Pracownia Edukacji Fotograficznej. Temat miesiąca: Zielony Teoria – parametry a zdjęcie.	Zajęcia odpłatne.	Paweł Janczaruk fotograf, Członek Honorowy ZUTW kier. Aldona Dudziak	ZUTW Sala Słoneczna
czwartek 11.04.2024	10:00-12:00	warsztaty	Zespół Plastyczny „Dekoratornia” Szycie małych poduszek w kształcie serca, pluszowe misie i bransoletki z koralikami.	Zajęcia poprowadzą: Iga Bieniasz Mikołaj Ziomko zespół projektu „Serce dla Jutra” licealiści z 2 klasy z IV Liceum Ogólnokształcącego w Zielonej Górze, potocznie „Lotnik”. <i>Proszę przynieść nożyczki, reszta materiałów zapewniona przez uczniów.</i>	kier. Zespołu: Anna Barcka, Małgorzata Bąkowska słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 11.04.2024	11:00-12:00	warsztaty, ćwiczenia	EDUKACJA KOMPUTEROWA /KURS/ e-pacjent	<i>Zajęcia odpłatne.</i>	Paweł Janczaruk fotograf, Członek Honorowy ZUTW kier. Maria Kołata	ZUTW Sala Zielona
czwartek 11.04.2024	14:30-15:45	wykład	KLUB GEOLOGICZNY „Dewon – czas ryb i raf koralowych”.	Zapraszamy.	kier. Elżbieta Dąbrowska - Żurawik geolog słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa

czwartek 11.04.2024	16:30- 18:00	analiza tekstów, rozmowy, warsztaty	WARSZTATY LITERACKIE GRUPY „OKSYMORON” Program: - swoją twórczość zaprezentuje Halina Sędzińska /słuchaczka ZUTW/ - omówimy nowelę J. Fossego "Białość" - 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 i WiMBP kier. Alina Kruk słuchaczka ZUTW <i>Zajęcia bezpłatne.</i>	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 11.04.2024	17:00	wykład	Zielonogórskie Konwersatorium Filozoficzne zaprasza na wykład otwarty <i>Czy Lenin może udzielać dobrych rad filozofom ?</i>	Wykłady organizowane są przez Zielonogórski Oddział Polskiego Towarzystwa Filozoficznego przy współpracy z Instytutem Filozofii UZ.	dr hab. Krzysztof Kilian	Uniwersytet Zielonogórski Aula Biblioteki Uniwersyteckiej al. Wojska Polskiego 71
czwartek 11.04.2024	18:00	promocja książki	KWIECIEŃ W NORWIDZIE Czwartek Lubuski –spotkanie autorskie z Konradem Wojtyłą. połączone z promocją książki <i>Sherzofrenia.</i>	Konrad Wojtyła. poeta, dziennikarz, krytyk literacki i publicysta, laureat Lubuskiego Wawrzynu 2023.	prof. dr hab. Małgorzata Mikołajczak UZ	WiMBP Pro Libris Café im. Andrzeja Waśkiewicza (parter biblioteki), al. Wojska Polskiego 9
piątek 12.04.2024	10:00- 12:00	warsztaty	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTO X” Omówienie zdjęć z pleneru i praca w programie RawTherappe.	Na zajęciach związanych z ćwiczeniami klubowicze pracują na własnych komputerach.	Kazimierz Błaszyński kier. KLUBU słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
piątek 12.04.2024	10:00	Lubuskie Laboratorium Książki.	KWIECIEŃ W NORWIDZIE Czytanie performatywne dramatu <i>Balony Jolanty Fainstein.</i>	Czytanie z udziałem uczniów Liceum Ogólnokształcącego nr 7 w Zielonej Górze, połączone ze spotkaniem z autorką sztuki.	Koordynacja i prowadzenie: Anna Urbańska	WiMBP Sala im. Janusza Koniusza, al. Wojska Polskiego 9
piątek 12.04.2024	17:00	spotkanie	Centrum Przyrodnicze Cykl „Spotkania Przyrodników”. „Madagaskar – kierunek obowiązkowy”- spotkanie z prof. Bartłomiejem Najbarem.	dr hab. Bartłomiej Najbar prof. UZ; Instytut Nauk Biologicznych / UZ Zapraszamy.	Centrum Przyrodnicze.	Centrum Nauki Keplera- Centrum Przyrodnicze ul. Dąbrowskiego 14
sobota 13.04.2024	09:00	„Posadźmy Razem Las!”	WYDARZENIE z cyklu „Posadźmy Razem Las!” Zapraszamy słuchaczy z rodzinami i znajomymi.	To już VIII edycja wspólnego sadzenia. Zapisy chętnych w biurze ZUTW.	Zapraszamy !!! Będzie dużo atrakcji!!!! Warto przyjechać na rowerze.	Zielona Góra ulica Słubicka, obok zakładu Lumel S.A.

poniedziałek 15.04.2024	12:30	otwarcie wystawy	GRUPA FOTOGRAFICZNO – FILMOWA „KWADRAT” . Wystawa fotograficzna Jerzego Staszewskiego (1940-1923) pt. "WARSZAWA DA SIĘ LUBIĆ".	Po otwarciu wystawy w Sali Klubowej ZUTW, wspominać będziemy naszego śp kolegę Jerzego Staszewskiego.	Kurator wystawy: Bolesław Polarczyk	ZUTW Galeria M-kwadrat – hol
wtorek 16.04.2024	10:00-12:00	wykład	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOOKO” wykład „ <i>Portrety</i> ”	Zapraszamy	Kazimierz Błaszyński Słuchacz ZUTW	Sala Klubowa
wtorek 16.04.2024	w godz. otwarcia	otwarcie wystawy	KWIECIEŃ W NORWIDZIE <i>Pędzlem pisane</i> – wernisaż inaugurujący wystawę ikon autorstwa Joanny Rybińskiej	Joanna Rybińska , absolwentka malarstwa na Uniwersytecie Zielonogórskim (dyplom pod kierunkiem prof. Jana Gawrona), prezeska Lubuskiego Stowarzyszenia Twórców Rękodzieła Ludowego i Artystycznego.	Koordinator: Marcin Bogucki Czas trwania wystawy: 16.04.-28.05.2024.	WiMBP Filia nr 1, ul. Ptasia 32
środa 17.04.2024	09:15	koncert	ZESPÓŁ WOKALNO – ESTRADOWY „AKOLADA” „Wiosenny koncert”.	Koncert na zaproszenie.	Aleksandra Matusiak – Kujawska pedagog tańca i śpiewu kier. Barbara Ciorga-Kwiecień, Barbara Woroniecka	Hospicjum przy parafii św. Józefa Oblubieńca ZACISZE
środa 17.04.2024	10:00-12:00	wykład	KWIECIEŃ W NORWIDZIE Konwersatorium Bibliotekoznawcze <i>Inteligentne ekosystemy w bibliotece. Koncepcja projektowania cyfrowych usług.</i>	Koordinatorzy: dr Andrzej Buck, dr Przemysław Bartkowiak.	dr Stanisław Skórka (Biblioteka Główna Akademii Górniczo-Hutniczej im. Stanisława Staszica w Krakowie/ Uniwersytet Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie)	WiMBP Sala Wykładowa im. dr. Grzegorza Chmielewskiego, al. Wojska Polskiego 9
środa 17.04.2024	12:00	spotkanie	ZESPÓŁ POMOCY KOLEŻEŃSKIEJ Omówienie programu. Spotkanie z jubilatami	Zapraszamy do Zespołu.	Elżbieta Szcześniak słuchaczka ZUTW koordynator: Zofia Biniewska-Dobrzyńska członek Zarządu	ZUTW Sala Klubowa
środa 17.04.2024	w godz. otwarcia Filii	wystawa fotografii	KWIECIEŃ W NORWIDZIE <i>Nadbałtyckie klimaty</i> – wystawa fotografii Bogdana Springera.	Czas trwania wystawy: 17.04.-28.05.2024. Finisaż wystawy 28 maja 2024 r.	Bogdan Springer słuchacz ZUTW Koordynacja: Marcin Bogucki	WiMBP Filia nr 1, ul. Ptasia 32
środa 17.04.2024	16:30	fotorelacja	KWIECIEŃ W NORWIDZIE Cykl Spotkania z podróżnikami – fotorelacja z wyprawy do Australii i Nowej Zelandii.	Koordinatorka: Zofia Tomala	Gość spotkania: dr Marek Kurzawa, miłośnik podróży, działający w Klubie Filozoficznym <i>Cogito</i> przy ZUTW.	WiMBP Filia nr 12, ul. Morełowa 34 ZG
środa 17.04.2024	17:00	otwarcie wystawy	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOOKO” Wernisaż wystawy pt. „Klub Fotooko w akcji”.	Organizatorzy: członkowie Klubu „FOTOOKO” działającego przy ZUTW. Współpraca Muzeum Ziemi Lubuskiej	Obchody 30 - lecia KLUBU FOTOGRAFICZNEGO „FOTOOKO” .	Muzeum Ziemi Lubuskiej al. Niepodległości 15

środa 17.04.2024	17:00	wykład	ZAPROSZENIE WIEK XX BEZ TAJEMNIC Wykład pt. „I tak się trudno rozstać?” Ostatnie lata Układu Warszawskiego i początek postzimnowojennego ładu międzynarodowego	Podczas wykładu usłyszymy odpowiedzi na pytania, czy kraje NATO chciały szybkiego rozpadu Układu Warszawskiego, jak na proces rozpadu sojuszu patrzyli sami jego członkowie, a także jak wyglądała transformacja porządku międzynarodowego na przełomie lat 80. i 90. XX wieku.	prof. dr hab. Wanda Jarząbek z Instytutu Studiów Politycznych PAN ZAPRASZAJĄ Instytut Historii Uniwersytetu Zielonogórskiego i Polskie Towarzystwo Historyczne	Aula A Campus „B” Uniwersytet Zielonogórski al. Wojska Polskiego 69
czwartek 18.04.2024	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 wraz z opłatą w biurze ZUTW.</i>	Wyjazd o godz. 8:00 powrót ok. 18:00	Wyjazd przystanek CASTORAMA
czwartek 18.04.2024	10:00-11:00	wykład, warsztaty	Pracownia Edukacji Fotograficznej. Temat miesiąca: Zielony Komputery - dopasowanie	Zajęcia odpłatne.	Paweł Janczaruk fotograf, Członek Honorowy ZUTW kier. Aldona Dudziak	ZUTW Sala Słoneczna
czwartek 18.04.2024	11:00-12:00	warsztaty, ćwiczenia	EDUKACJA KOMPUTEROWA /KURS/ e-ZUS	Zajęcia odpłatne.	Paweł Janczaruk fotograf, Członek Honorowy ZUTW kier. Maria Kołata	ZUTW Sala Zielona
czwartek 18.04.2024	16:00-18:00	spotkanie	KLUB KAMIENI i MINERAŁÓW „KRYSTAŁ” Niebieskie kryształy i ich energia.	Zapraszamy.	kier. Maria Siatecka słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 18.04.2024	18:00	spotkanie	KWIECIEŃ W NORWIDZIE CZWARTEK LUBUSKI z Elżbietą Wozowczyk-Leszko - laureatką Lubuskiego Wawrzynu Dziennikarskiego 2023.	Elżbieta Wozowczyk-Leszko Dziennikarka Radia ZACHÓD	Spotkanie poprowadzi prezenter, konferansjer Mateusz Kasperczyk , który podczas Lubuskich Wawrzynów 2023 otrzymał wyróżnienie dla Młodego Dziennikarza.	WiMBP Pro Libris Café, im. Andrzeja K. Waśkiewiczza (parter Biblioteki)
piątek 19.04.2024	10:00	warsztaty	ZAPROSZENIE Projekt z zaprzyjaźnionym „Rozśpiewanym Przedszkolem” nr 34 Wspólne warsztaty pierwszej pomocy z ratownikiem medycznym.	Zapraszamy zainteresowanych słuchaczy.	Zajęcia prowadzą nauczycielki z Przedszkola nr 34.	Przedszkole nr 34 ul. Bohaterów Westerplatte 11
piątek 19.04.2024	wg inf.	plener	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTO X” Plener fotograficzny „H2Ochła”.	W przypadku niepogody spotkanie w ZUTW na temat: „Poznaj swój aparat fotograficzny”.	Kazimierz Błaszyński kier. KLUBU słuchacz ZUTW	Park Wodny „H2Ochła” ul. Botaniczna 78

piątek 19.04.2024	16:30	wykład	KWIECIEŃ W NORWIDZIE Przystanek Historia – <i>Armia czerwona w Wielkopolsce w latach 1945-1946 w świetle dokumentacji polskiej administracji.</i>	Zapraszamy.	Organizatorzy; Wojewódzka i Miejska Biblioteka Publiczna im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze, Instytut Pamięci Narodowej Oddział w Poznaniu – Punkt Zamiejscowy w Zielonej Górze.	WiMBP Pro Libris Café, im. Andrzeja K. Waśkiewicza (parter Biblioteki)
sobota 20.04.2024	07:30	wycieczka	KLUB KRAJOZNAWCZO-TURYSTYCZNY „CIEKAWI ŚWIATA” Zaproszenie na wycieczkę do Wrocławia W programie: Błękitna Wieża, Stare Miasto, Ogród Botaniczny, Ogród Japoński.	Spotkanie na dworcu PKP 07:30 peron 3 z wykupionymi biletami. Wyjazd z ZG godz. 07:44, powrót o godz. 18:20 /wyjazd z Wrocławia o godz. 15:00.	Henryka Frankiewicz pilot - przewodnik kierownik Klubu słuchaczka ZUTW	Zbiórka na dworcu PKP ZG.
poniedziałek 22.04.2024	10:30-12:00	wykład	KLUB FILOZOFII „COGITO” Marek Aureliusz „Rozmyślania”. Podsumowanie.	Zapraszamy.	dr Paweł Walczak UZ kier. Jerzy Lewandowski Barbara Czarnecka słuchacze ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
poniedziałek 22.04.2024	14:00	spotkanie	STUDENCI SEKCJI FRANCUSKIEJ zapraszają na spotkanie pt. „ Moja Normandia ”.	Obowiązują imienne zaproszenia.	Dwie grupy JĘZYKA FRANCUSKIEGO prowadzi od lat mgr Helena Krzyżanowska .	ZUTW Sala Słoneczna
poniedziałek 22.04.2024	18:00-19:00	otwarcie wystawy	KWIECIEŃ W NORWIDZIE Malarstwo – wernisaż prac zielonogórzanki, Katarzyny Sułkowskiej-Kulik.	Zapraszamy.	Kuratorka wystawy: Natalia Dyjas-Szatkowska. Zakończenie wystawy 22 maja 2024.	WiMBP Mediateka Góra Mediów, al. Wojska Polskiego 9
wtorek 23.04.2024	10:00	plener	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOOKO” Plener fotograficzny Stary Kisielin przy Pałacu.	Zapraszamy.	Kier. Ewa Kwaśniewicz, Roman Grobarski Słuchacze ZUTW	Stary Kisielin przy Pałacu. Dojazd autobusem MZK linii 25 lub 26.
wtorek 23.04.2024	16:00	Zwyczajne Ogólne Zgromadzenie Członków	Zwyczajne Ogólne Zgromadzenie Członków Zielonogórskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku jako zebranie sprawozdawcze.	Porządek Zgromadzenia – str. 2 programu.	Zarząd ZUTW	WiMBP im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze Sala Wykładowa im. Grzegorza Chmielewskiego.
wtorek 23.04.2024	17:00	spotkanie	KWIECIEŃ W NORWIDZIE Spotkanie z cyklu Rozmowy o Zielonej Górze – <i>Krajobraz kulturowy Zielonej Góry w twórczości wybranych pisarzy lubuskich po roku 1989.</i>	Gość spotkania prof. dr hab. Katarzyna Meller	Prowadzenie: Magdalena Faron.	WiMBP Pro Libris Café im. Andrzeja Waśkiewicza (parter biblioteki), al. Wojska Polskiego 9

środa 24.04.2024	9:15	koncert	ZESPÓŁ WOKALNO – ESTRADOWY „AKOLADA” „Wiosenny koncert”.	Koncert na zaproszenie.	Aleksandra Matusiak – Kujawska pedagog tańca i śpiewu kier. Barbara Ciorga- Kwiecień, Barbara Woroniecka	Dom Dziennego Pobytu, ul. Reja
środa 24.04.2024	10:00- 12:00	warsztaty	MARZEC W NORWIDZIE Akademia Wychowania Fotograficznego Warsztaty fotograficzne dla dorosłych.	Prowadzenie: Paweł Janczaruk fotograf	Obowiązują zapisy: goramediom@wi mbp.zgora.pl	WiMBP Mediateka Góra Mediów, al. Wojska Polskiego 9
czwartek 25.04.2024	10:00- 11:00	wykład, warsztaty	Pracownia Edukacji Fotograficznej. Temat miesiąca: Zielony Omówienie zdjęć.	Zajęcia odpłatne.	Paweł Janczaruk fotograf, Członek Honorowy ZUTW kier. Aldona Dudziak	ZUTW Sala Słoneczna
czwartek 25.04.2024	10:00- 12:00	warsztaty	Zespół Plastyczny „Dekoratornia” Ozdobne pudełka na biżuterię i drobiazgi.	Materiały: karton, nożyczki, ołówek, klej na gorąco, duży guzik, tkanina do oklejania, ozdobne tasiemki, wstążki, igła, nici.	kier. Zespołu: Anna Barcka, Małgorzata Bąkowska słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 25.04.2024	11:00- 12:00	warsztaty, ćwiczenia	EDUKACJA KOMPUTEROWA /KURS/ chat GPT - konwersacje	Zajęcia odpłatne.	Paweł Janczaruk fotograf, Członek Honorowy ZUTW kier. Maria Kołata	ZUTW Sala Zielona
czwartek 25.04.2024	14:30- 15:45	wykład	KLUB GEOLOGICZNY „Międzynarodowy Dzień Ziemi”.	Zapraszamy.	kier. Elżbieta Dąbrowska - Żurawik geolog słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 25.04.2024	17:00	wykład	Zielonogórskie Konwersatorium Filozoficzne zaprasza na wykład „W poszukiwaniu innego. Naród i nowoczesność”.	Wykłady organizowane są przez Zielonogórski Oddział Polskiego Towarzystwa Filozoficznego przy współpracy z Instytutem Filozofii UZ.	prof. zw. historii doktryn politycznych Daniele Stasi na Wydz. Ekonomii i Zarządzania Uniwersytetu w Foggii	Uniwersytet Zielonogórski Aula Biblioteki Uniwersyteckiej al. Wojska Polskiego 71
czwartek 25.04.2024	18:00	spotkanie, promocja książki	KWIECIEŃ W NORWIDZIE CZWARTEK LUBUSKI Spotkanie autorskie z dr Emilią Kledzik <i>Ficowskiego.</i>	dr Emilia Kledzik Pracownia Komparatystyki Literackiej i Kulturowej Wydział Filologii Polskiej i Klasycznej Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu).	Spotkanie połączone z promocją książki <i>Perspektywa poety: Cyganologia Jerzego</i>	Pro Libris Café, im. Andrzeja K. Waśkiewicza parter Biblioteki
piątek 26.04.2024	10:00- 12:00	warsztaty	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTO X” Omówienie zdjęć z pleneru i praca w programie RawTherapie.	Na zajęciach związanych z ćwiczeniami klubowicze pracują na własnych komputerach.	Kazimierz Błaszyński kier. KLUBU słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
piątek 26.04.2024	17:00	otwarcie wystawy	SPOTKANIA MUZEALNE Wernisaż wystawy poświęconej secesji ze zbiorów Muzeum w Płocku.	Secesja (fr. <i>sécession</i> z łac. <i>secessio</i> „odejście”) – styl w sztuce europejskiej ostatniego dziesięciolecia XIX wieku i pierwszego XX wieku.	Zapraszamy.	MZL al. Niepodległości 15

piątek 26.04.2024	19:00-	występ	Impreza Scena dla Tańca Teatr Tańca Con Passione występ	Teatr Tańca <i>Con Passione</i> tańczy do utworów: Ryuichi Sakamoto muzyka do filmu <i>Zjawa</i> oraz Hani Rani „ <i>Whispering House</i> ”	Organizator Marek Zadłużny	Dom Harcerza, ul. Wyszyńskiego 19a
poniedziałek 29.04.2024	17:00-18:00	spotkanie	KWIECIEŃ W NORWIDZIE Dyskusyjny Klub e-Książki. Spotkanie z dorosłymi miłośnikami audiobooków, książek cyfrowych i podcastów.	Rozmawiamy nie tylko o wątkach powieściowych, kryminalnych czy o literaturze faktu. Zainteresowania klubowiczów obejmują również film, teatr i sztuki wizualne.	Koordinacja i prowadzenie Magdalena Faron i Natalia Dyjas-Szatowska.	WIMBP Mediateka Góra Mediów, 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

poniedziałki 08,15,22. 04.2024	10:00-10:45	JĘZYK WŁOSKI podstawowa	Maria Chodzińska słuchaczka ZUTW kier. Maria Majewska	ZUTW SALA WRZOSOWA
poniedziałki 08,15,22. 04.2024	11:00-11:45	JĘZYK WŁOSKI podstawowa	Maria Chodzińska słuchaczka ZUTW kier. Henryka Frankiewicz	ZUTW SALA WRZOSOWA
poniedziałki 08,15,22. 04.2024	12:30-13:15	JĘZYK FRANCUSKI podstawowa	mgr Helena Krzyżanowska członek wspierający ZUTW kier. Jolanta Nenycz	ZUTW SALA WRZOSOWA
poniedziałki 08,15,22. 04.2024	13:30-14:15	JĘZYK FRANCUSKI średniozaawansowana	mgr Helena Krzyżanowska członek wspierający ZUTW kier. Janusz Mróz	ZUTW SALA WRZOSOWA
wtorki 09,16,23. 04.2024	9:00-9:45	ANGIELSKI A1	mgr Anna Polus kier. Barbara Rzepka	ZUTW SALA ZIELONA
wtorki 09,16,23. 04.2024	9:55-10:40	ANGIELSKI A 2	mgr Anna Polus kier. Jolanta Podlak	ZUTW SALA ZIELONA
wtorki 09,16,23. 04.2024	10:50-11:35	ANGIELSKI A 0 +	mgr Anna Polus kier. Elżbieta Starykiewicz	ZUTW SALA ZIELONA
wtorki 09,16,23. 04.2024	11:45-12:30	ANGIELSKI A 0 grupa od podstaw	mgr Anna Polus kier. Bożena Maria Niewiarowska	ZUTW SALA ZIELONA
środy 10,17,24. 04.2024	10:00-10:45	NIEMIECKI A1	mgr Beata Łapanowska kier. Janina Godziszewska	ZUTW SALA WRZOSOWA
środy 10,17,24. 04.2024	11:00-11:45	NIEMIECKI A2	mgr Beata Łapanowska kier. Henryka Frankiewicz	ZUTW SALA WRZOSOWA

środy 03,10,17,24. 04.2024	8:35-9:20	ANGIELSKI A0 grupa od podstaw	mgr Józef Kozanowski kier. Stanisław Misiuk	ZUTW SALA ZIELONA
środy 03,10,17,24. 04.2024	9:30-10:15	ANGIELSKI A1+	mgr Józef Kozanowski kier. Jerzy Kotarski	ZUTW SALA ZIELONA
środy 03,10,17,24. 04.2024	10:25-11:10	ANGIELSKI B1	mgr Józef Kozanowski kier. Jerzy Kotarski	ZUTW SALA ZIELONA
środy 03,10,17,24. 04.2024	11:20-12:05	ANGIELSKI B1+	mgr Józef Kozanowski kier. Maria Krystyna Kasprzyk	ZUTW SALA ZIELONA
środy 03,10,17,24. 04.2024	12:15-13:00	ANGIELSKI A2	mgr Józef Kozanowski kier. Krzysztof Subocz	ZUTW SALA ZIELONA
środy 03,10,17,24. 04.2024	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

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	PROWADZĄCY / KIEROWNICY to /słuchacze ZUTW /	MIEJSCE
poniedziałki 08,15,22. 04.2024	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 08,15,22. 04.2024	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 08,15,22. 04.2024	8:30 – 9:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Mirosława Sokołowska Jadwiga Polańska	ZUTW Sala Wesoła
poniedziałki 08,15,22. 04.2024	9:30 – 10:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Bronisława Irena Dobiecka	ZUTW Sala Wesoła
poniedziałki 08,15,22. 04.2024	10:30- 11:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Grażyna Nieczkowska	ZUTW Sala Wesoła
poniedziałki 08,15,22. 04.2024	11:30–12:15	ZDROWY KRĘGOSŁUP grupa średniozaawansowana	Grażyna Wyczałkowska instruktor rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Brygida Szymańska-Żyża, Zuzanna Puch	ZUTW Sala Wesoła
poniedziałki 08,15,22. 04.2024	12:30-13:15	PILATES grupa zaawansowana	Grażyna Wyczałkowska instruktor rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny, kier. Krystyna Łaszcz	ZUTW Sala Wesoła
poniedziałki 08,15,22. 04.2024	13:30-14:15	ZDROWY KRĘGOSŁUP grupa średniozaawansowana.	Grażyna Wyczałkowska instruktor rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Izabela Zalewska- Zakobielska	ZUTW Sala Wesoła
poniedziałki 08,15,22. 04.2024	14:30-15:15	NEUROBIK dla seniorów. Zajęcia ruchowe z przyborami przy muzyce skupione na bodźcowaniu naszego mózgu.	Grażyna Wyczałkowska instruktor rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Grażyna Borodyńko	ZUTW Sala Wesoła

wtorki 09,16,23. 04.2024	8:15- 9:00	Chińska gimnastyka zdrowotna TAI CHI	Józef Kozanowski instruktor kier. Jadwiga Polańska	NESSFIT Akademia Ruchu ul. Wiśniowa 19A
wtorki 09,16,23. 04.2024	9:15- 10:00	Chińska gimnastyka zdrowotna TAI CHI	Józef Kozanowski instruktor kier. Maria Ewa Iwanicka	NESSFIT Akademia Ruchu ul. Wiśniowa 19A
wtorki 09,16,23. 04.2024	10:15–11:00	Chińska gimnastyka zdrowotna TAI CHI	Józef Kozanowski instruktor kier. Bernadetta Skubiszewska	NESSFIT Akademia Ruchu ul. Wiśniowa 19A
wtorki 09,16,23. 04.2024	11:15–12:00	Chińska gimnastyka zdrowotna TAI CHI	Józef Kozanowski instruktor kier. Anna Kupniewska	NESSFIT Akademia Ruchu ul. Wiśniowa 19A
wtorki 09,16,23. 04.2024	8:30 – 9:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu grupa początkująca	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Grażyna Zimna - Nahorska	ZUTW Sala Wesola
wtorki 09,16,23. 04.2024	9:30 – 10:15	ZDROWY KRĘGOSŁUP ulga dla pleców	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Jolanta Różycka-Łacny	ZUTW Sala Wesola
wtorki 09,16,23. 04.2024	10:30- 11:15	ZDROWY KRĘGOSŁUP ulga dla pleców	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Grażyna Siadul	ZUTW Sala Wesola
wtorki 09,16,23. 04.2024	11:30–12:30	Teatr TAŃCA CON PASSIONE	Paweł Matyasik pedagog, tancerz, choreograf kier. Irena Furman	ZUTW Sala Wesola
wtorki 09,16,23. 04.2024	12:45-13:30	PROFILAKTYKA UKŁADU KRAŻENIA I WZMACNIANIE MIĘŚNI MIEDNICY	dr Natalia Rogaczewska spec. Fizjoterapii kier. Helena Haczowska	ZUTW Sala Wesola
wtorki 09,16,23. 04.2024	13:40-14:25	PROFILAKTYKA UKŁADU KRAŻENIA I WZMACNIANIE MIĘŚNI MIEDNICY	dr Natalia Rogaczewska spec. Fizjoterapii kier. Grażyna Cwojdzinska	ZUTW Sala Wesola
wtorki 09,16,23. 04.2024	14:35-15:20	PROFILAKTYKA UKŁADU KRAŻENIA I WZMACNIANIE MIĘŚNI MIEDNICY	dr Natalia Rogaczewska spec. Fizjoterapii kier. Anna Stankowska	ZUTW Sala Wesola
środy 09,16,23. 04.2024	8:30 – 9:30	JOGA – ćwiczenia i metody doskonalenia ciała i umysłu	Danuta Styś - Wierzchołowska nauczyciel kier. Krystyna Gryc	ZUTW Sala Wesola
środy 03,10,17,24. 04.2024	9:45 – 10:45	JOGA – ćwiczenia i metody doskonalenia ciała i umysłu	Danuta Styś - Wierzchołowska nauczyciel kier. Maria Nalewajek	ZUTW Sala Wesola
środy 03,10,17,24. 04.2024	11:00–11:45	RADOŚĆ TAŃCZENIA	Aleksandra Matusiak- Kujawska pedagog tańca i śpiewu kier. Albina Bryll	ZUTW Sala Wesola
środy 03,10,17,24. 04.2024	12:00–12:45	RADOŚĆ TAŃCZENIA	Aleksandra Matusiak- Kujawska pedagog tańca i śpiewu kier. Krystyna Łaszcz	ZUTW Sala Wesola
środy 03,10,17,24. 04.2024	13:00–13:45	GIMNASTYKA USPRAWNIAJĄCA z muzyką	Irena Karnicka nauczyciel kier. Maria Jolanta Lorens, Genowefa Szklarz	ZUTW Sala Wesola
czwartki 04,11,18,25. 04.2024	8:30- 9:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Janina Krawczyk	ZUTW Sala Wesola
czwartki 04,11,18,25. 04.2024	9:30- 10:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Ewa Puczko	ZUTW Sala Wesola

czwartki 04,11,18,25. 04.2024	10:30–11:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Helena Haczowska	ZUTW Sala Wesola
czwartki 04,11,18,25. 04.2024	11:30–12:15	ZDROWY KRĘGOSŁUP grupa średniozaawansowana	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Wanda Maciejewska	ZUTW Sala Wesola
czwartki 04,11,18,25. 04.2024	12:30-13:15	PILATES grupa zaawansowana	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Małgorzata Barańska	ZUTW Sala Wesola
czwartki 04,11,18,25. 04.2024	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 Wesola
czwartki 04,11,18,25. 04.2024	14.30-15.15	ZDROWY KRĘGOSŁUP grupa średniozaawansowana	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Zuzanna Puch Elżbieta Pawlak	ZUTW Sala Wesola
piątki 05,12,19,26. 04.2024	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 Szczęśniak	NESSFIT Akademia Ruchu - Ewa Skorupka ul. Wiśniowa 19A
piątki 05,12,19,26. 04.2024	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 05,12,19,26. 04.2024	8:30-9:30	JOGA dla średniozaawansowanych	dr Ewa Jędrzejowska dyplomowany instruktor jogi kier. Edward Ciaś	ZUTW Sala Wesola
piątki 05,12,19,26. 04.2024	9:40- 10:40	JOGA średniozaawansowanych	dr Ewa Jędrzejowska dyplomowany instruktor jogi kier. Jolanta Kwaśniewska	ZUTW Sala Wesola
piątki 05,12,19,26. 04.2024	10:50 -11:35	GRUPA TANECZNA "BARWY TAŃCA"3 zaawansowana	Krzysztof Kociński pedagog, tancerz, choreograf kier. Henryka Frankiewicz	ZUTW Sala Wesola
piątki 05,12,19,26. 04.2024	11:45 -12:30	GRUPA TANECZNA "BARWY TAŃCA"1	Krzysztof Kociński pedagog, tancerz, choreograf kier. Maria Nalewajek	ZUTW Sala Wesola
piątki 05,12,19,26. 04.2024	12:40-13:25	GRUPA TANECZNA "BARWY TAŃCA" 2	Krzysztof Kociński pedagog, tancerz, choreograf kier. Teresa Fitas	ZUTW Sala Wesola
piątki 05,12,19,26. 04.2024	16:00-17:00	GRUPA TANECZNA „SENIOR PERFECT”	Aneta Ostrówka międzynarodowy prezenter i instruktor fitness	Centrum Tańca i Fitness MY WAY CENTER ul. Morełowa 34

BASENY. ZDROWY STYL ŻYCIA Uwaga! Zajęcia odpłatne.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	PROWADZĄCY	MIJESCE
poniedziałki 08,15,22. 04.2024	13:00 - 15:00	Aqua Aerobik – ćwiczenia w wodzie.	Uprawnieni do zajęć pracownicy CRS	Centrum Rekreacyjno – Sportowe ul. Sulechowska 41
piątki 05,12,19,26. 04.2024	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 KWIETNIU 2024 r.

"Mój pierwszy smartfon"

- ❖ **Zapraszamy do udziału w bezpłatnym kursie online pt: "Mój pierwszy smartfon – jak zacząć korzystać ze smartfonu i wykorzystywać jego funkcjonalności na co dzień".** Zajęcia zarówno dla osób, które rozpoczynają przygodę ze smartfonem, jak i również osób, które już go od dawna używają. Zajęcia prowadzone są przez trenerów, którzy w prosty sposób pokazują, jak można wykorzystać różne, nawet mało znane funkcje smartfonów! Uczestnicy i uczestniczki korzystają ze swoich telefonów, dzięki czemu mogą od razu przećwiczyć pokazywane funkcjonalności. W trakcie wszystkich zajęć można zadawać prowadzącym pytania na czacie.

Zajęcia odbywają się w poniedziałki o godzinie 09:30. **ZAPISY** na stronie www.ABCSenior.com
Czas trwania: 60 minut

Plan zajęć: Najbliższe zajęcia na ABCsenior.com

8.04.2024

(poniedziałek - 9:30)

Mój pierwszy smartfon

Temat: Montaż filmików

15.04.2024

(poniedziałek - 9:30)

Mój pierwszy smartfon

Temat: Komunikatory

22.04.2024

(poniedziałek - 9:30)

Mój pierwszy smartfon

Temat: Przydatne aplikacje

ZAPROSZENIA

Wojewódzka i Miejska Biblioteka Publiczna im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze zaprasza na drugą część specjalnej edycji Zielonogórskiego Salonu Poezji online pt. **"O Wielkim Piątku i dyngusie"** na podstawie pamiętników ks. Jędrzeja Kitowicza, "Opis obyczajów za panowania Augusta III".
Gospodarz Salonu, scenariusz: Andrzej Buck Występują: Andrzej Buck, ks. Andrzej Draguła, Bartosz Czerniawski, Agnieszka Ginko, Aleksandra Kucza, Janusz Łastowiecki, Marcin Radwański, Hanna Rak, Sandra Stempniewska, Anna Urbańska Produkcja: Wojewódzka i Miejska Biblioteka Publiczna im. Cypriana Norwida w Zielonej Górze <http://www.wimbp.zgora.pl/> kwiecień 2021

URZĄD MARSZAŁKOWSKI - Departament Ochrony Zdrowia, Wydział Organizacji i Promocji Zdrowia w Zielonej Górze zaprasza na Światowy Dzień Zdrowia pod hasłem **"Zbadaj się na mieście "**. 4 kwietnia 2024 r., godz. 12.00 - 17.00/czwartek/. Zielonogórski Deptak przy Bachusie.

KLAN MACHALICÓW I PRZYJACIELE ZAPRASZAJA

3. Zielonogórskie Spotkania Artystyczne 2. Konkurs Piosenki Literackiej im. Piotra Machalicy

6 kwietnia - sobota

Piekarnia Cichej Kobiety, godz. 20.00

Rozpoczęcie Festiwalu Klan Machaliców i Przyjaciele

Gazeta festiwalowa – *Magazyn Machaliców*

Koncert Shandy & Eva *Tylko Ty*

Shandrelica Casper /Karaiby/ - perkusja, wokół

Ewa Żmijewska - gitara akustyczna, wokół

Julia Przybysz - gitara basowa

Wiktoria Deredas – klawisze

Koncert promuje nowy album *Tylko Ty* zespołu Shandy & Eva. Mimo, że nie jest to debiutancki krążek duetu to zdecydowanie stanowi nowy początek i oferuje świeże brzmienia powstałe we współpracy z producentami Agnieszką Burcan i Pawłem Radziszewskim.

9 kwietnia – wtorek

Zielonogórska Palmiarnia godz. 12.00

Otwarcie wystawy zdjęć Piotra Machalicy autorstwa Grażyny Gudejko z udziałem Krzysztofa Machalicy.

12 kwietnia – piątek

Piekarnia Cichej Kobiety, godz. 20.00

Koncert Arbenz X Osby / Barradas / Moutin *Conversation*

Greg Osby/ USA- saksofon

João Barradas/ Portugalia - akordeon

François Moutin/ Francja: bas

Florian Arbenz/ Szwajcaria: perkusja

W ramach nowej, międzykontynentalnej współpracy uznany szwajcarski perkusista Florian Arbenz dołącza do legendy amerykańskiego saksofonu Grega Osby'ego, sensacyjnego portugalskiego czarodzieja akordeonu João Barradasa i francuskiego basistę François Moutina, aby wydać „Conversation”.

18 kwietnia – czwartek

Teatr Lubuski, godz. 18.00

Spektakl *Strefa Zero*, reżyseria André Hübner-Ochodlo, występują: Teresa Dzielska, Adam Machalica

The Mercy Seat Neil LaBute, przekład: Hanna Szczerkowska, scenografia: André Hübner-Ochodlo, Stanisław

Kulczyk, muzyka: Adam Żuchowski

Premiera odbyła się w rocznicę zamachów na WTC: 11 IX 2021 r.

Rzecz rozgrywa się w Nowym Jorku, niecałą dobę po ataku terrorystycznym na WTC. To apokaliptyczne wydarzenie jest tłem do opowiedzenia o intymnej i skomplikowanej relacji łączącej Abby i Bena.

Planetarium Wenus - Centrum Nauki Keplera, godz. 20.15

Koncert *Wiersz mój w księdze niebiosów zapisze twe imię*

Włodek Pawlik -piano

Łukasz Pawlik - wiolonczela

Aleksander Machalica - narrator

Opowieść o miłości pierwszej i tej ostatniej, o tęsknocie za miłością wieczną a wreszcie o przemijaniu tej miłości, która nigdy nie miała się skończyć. Opowiedziana słowami poetów angielskich i amerykańskich w przekładzie Stanisława Barańczaka a zapisana w nutach przez Włodka Pawlika.

19 kwietnia – piątek

Zielonogórska Palmiarnia, godz. 17.00

Wernisaż wystawy zdjęć Piotra Machalicy autorstwa Grażyny Gudejko. Spotkanie z artystką.

Planetarium Wenus - Centrum Nauki Keplera, godz. 18.00

Poemat jazzowy *Bona Sforza D'Aragona, czyli jak zaczęła i skończyła polska królowa*.

Scenariusz i reżyseria Michał Zabłocki, muzyka Kuba Stankiewicz.

Ewa Żmijewska - Bona Sforza

Artur Żmijewski - narrator

Kuba Stankiewicz- fortepian

Wojciech Pulcyn – kontrabas

Krzysztof Szmańda- perkusja

Spektakl muzyczny o Bonie Sforzy powstał z okazji 500-lecia jej zaślubin z Zygmuntem Starym. Przedstawienie jest pokazem wirtuozerii aktorskiej, wokalne i instrumentalnej.

Piekarnia Cichej Kobiety, godz.20.30

Uroczyste otwarcie festiwalu z udziałem Prezydenta Miasta, Aleksandra, Krzysztofa, Adama Machaliców i Aleksandry Sosnowskiej-Machalicy oraz zaproszonych gości: Magdy Umer, Jana Wołka, Artura Żmijewskiego, Grażyny i Jerzego Gudejko.

Recital fortepianowy Kuby Stankiewicza *Polscy kompozytorzy: Young-Kaper-Wars-Komeda*.

Piosenki w wykonaniu Krzysztofa Machalicy, Wojciech Pruszyński – aranżacje, fortepian

Projekcja filmu TVN „Kulisty Sławy”. Rozmowa z gośćmi festiwalowymi.

20 kwietnia – sobota

Lubuski Teatr, godz. 16.30 i 20.00

MY WAY

Tekst, koncepcja, reżyseria i wykonanie: Krystyna Janda

Reżyseria światła: Rafał Piotrowski, Waldemar Zatorski

Kostium: Tomasz Ossoliński

Asystentka ds. Scenografii i kostiumu: Małgorzata Domańska

Konsultacja muzyczna Janusz Bogacki

Realizacja dźwięku: Michał Cacko

Producent wykonawczy: Rafał Rossa

Wykonanie utworu *My Way* na trąbce: Jerzy Małek

Obsada:

Krystyna Janda

MY WAY to wieczór przygotowany przez Krystynę Jandę z okazji jej 70. urodzin.

Opowieść o wczesnych latach, początkach kariery, przyjaciółach, budowie Teatru Polonia i Och -Teatru.

Wspomnienia i aktualności w formie monologu scenicznego.

Piekarnia Cichej Kobiety, godz. 9.00-17.00

Warsztaty dla uczestników konkursu Piosenki Literackiej im. Piotra Machalicy, prowadzenie: Magda Umer, Jan Wołek, Robert Czechowski z udziałem kapeli konkursowej.

Wojciech Pruszyński – aranżacje, fortepian,

Darek Herbasz – saksofon,

Kacper Skolik – perkusja,

Michał Nienadowski – kontrabas

Piekarnia Cichej Kobiety, godz. 20.00

Koncert finalistów konkursu – Próba Generalna.

Recital Magdaleny Smalary *Kobieta do zjedzenia*

Jacek Subociałło - piano

Wojciech Gumiński - kontrabas

Marcin Słomiński – perkusja

Kompozycje, aranżacje, kierownictwo muzyczne Urszula Borkowska, scenariusz Magdalena Smalara, oprawa wizualna: Marta Jachnik

Magdalena Smalara w recitalu „Kobieta do zjedzenia” opowie o jednej z największych namiętności świata, czyli o jedzeniu. Usłyszymy piosenki napisane specjalnie do tego spektaklu oraz szlagiery w nowych aranżacjach.

21 kwietnia – niedziela

Lubuski Teatr, godz. 16.00

Koncert finałowy Konkursu Piosenki Literackiej im. Piotra Machalicy, prowadzenie Magda Umer

Recital Uli Zubek – ubiegłorocznej laureatki konkursu

Wojciech Pruszyński – aranżacje, fortepian,

Darek Herbasz – saksofon,

Kacper Skolik – perkusja,

Michał Nienadowski – kontrabas

Koncert Andre Ochodlo & TrioMania *Pięć Miłości*

Andre Ochodlo - śpiew

Piotr Mania – fortepian

Adam Żuchowski – kontrabas, aranżacje, kierownictwo muzyczne

Luis Mora Matus – perkusja

Program przygotowany z okazji 30. Lata Teatralnego w Teatrze Atelier im. Agnieszki Osieckiej w Sopocie, którego Andre Ochodlo jest założycielem i dyrektorem.

W recitalu usłyszymy oryginalne interpretacje utworów Jacquesa Brela,

Bertolta Brechta, Kurta Weilla, Paula Anki, Bułata Okudźawy,

rarytasy jak słynny „Tomaszów” Juliana Tuwima i Zygmunta Koniecznego,

czy „Uciekaj moje serce” autorstwa Agnieszki Osieckiej i Seweryna Krajewskiego.

W tych czasach nie może również zabraknąć jednego z najważniejszych songów

antywojennych – „Gdzie są kwiaty z tamtych lat” („Sag mir, wo die Blumen sind”)

Pete’a Seegera. W programie pojawią się również wybrane ballady o miłości z kolekcji „Yiddishland”,

stworzonej przez André Ochodlo, zawierającej sto dwadzieścia nowych pieśni jidysz

do tekstów największych poetów żydowskich, do których muzykę stworzyli wybitni,

współcześni kompozytorzy polscy.

Ogłoszenie wyników konkursu, wręczenie nagród, zakończenie festiwalu.

Klub Festiwalowy – Piekarnia Cichej Kobiety otwarty w każdy dzień festiwalu

od godz.18.00 do ostatniego gościa

PODZIĘKOWANIA

Dziękujemy licealistom Idze Bieniasz i Mikołajowi Ziomko z 2 klasy z IV Liceum Ogólnokształcącego w Zielonej Górze, potocznie „Lotnik” za przeprowadzenie warsztatów dla słuchaczy ZUTW. Napisali do nas: *Jako świadoma młodzież problemów wśród osób starszych np. depresja, niedostatek czy osamotnienie wyszliśmy z inicjatywą stworzenia projektu „Serce dla Jutra”, w ramach którego poszerzamy zdolności manualne Seniorów poprzez warsztaty krawieckie. Sama Olimpiada nie przynosi nam żadnych korzyści materialnych oprócz certyfikatu z zarządzania projektami co da nam lepszy start w dorosłym życiu. Jednak dla nas liczy się to, że możemy wprowadzić w monotonne życie osób starszych trochę uśmiechu i radości. Na samych warsztatach planujemy szyć małe poduszki w kształcie serca, pluszowe misie czy bransoletki z koralikami.*

Link do naszego Instagrama:

<https://www.instagram.com/sercedlajutra?igsh=MTJ2ZGpkNzJuMTMzaw==>

I nasz Facebook: <https://www.facebook.com/profile.php?id=61555729614750>

WARTO WIEDZIEĆ!

O Parlamentarnym Zespole ds. Uniwersytetów Trzeciego Wieku

W Sejmie X kadencji nadal działa Parlamentarny Zespół ds. Uniwersytetów Trzeciego Wieku, który został utworzony z inicjatywy posła Michała Szczerby w 2012 roku.

Aktualny skład osobowy Parlamentarnego Zespołu ds. UTW: przewodniczący, poseł Michał Szczerba; wiceprzewodniczący, senator Krzysztof Kwiatkowski; wiceprzewodnicząca, posłanka Bożena Żelazowska; członkowie: Piotr Głowski, Piotr Kandyba, Henryka Krzywonos-Strycharska, Michał Jaros, Iwona Maria Kozłowska, Adrian Witczak.

14 lutego br. miało miejsce posiedzenie Zespołu, na którym omawiane były m.in.

- Program i kierunki działań Parlamentarnego Zespołu ds. UTW w obecnej kadencji Sejmu;
- Nowe usytuowanie polityki senioralnej w rządzie RP i jej główne kierunki;
- Zarys programu obchodów 50-lecia ruchu UTW; ramowy program oraz ważne projekty dla seniorów;
- Zaangażowanie Miasta st. Warszawy w realizację obchodów 50-lecia ruchu UTW, jubileuszu UTW im. Haliny Szwarc i projekty senioralne;
- Projekt inicjatywy uchwałodawczej sprawie ustanowienia Roku 2025 Rokiem UTW.

W posiedzeniu Zespołu uczestniczyli m.in. poseł Michał Szczerba, minister ds. polityki senioralnej Marzena Okła-Drewnowicz, prezes Fundacji Ogólnopolskie Porozumienie UTW Krystyna Lewkowicz, wiceprezydent m.st. Warszawy Aldona Machnowska-Góra.

Powyższe informacje ze strony:

<https://www.sejm.gov.pl/sejm10.nsf/agent.xsp?symbol=ZESPOL&Zesp=1014>

KONTAKT z parlamentarnym Zespołem ds. UTW:

Dorota Zielińska,

Tel. 22 694-17-56,

e-mail: dorota.zielinska@sejm.gov.pl

Polecamy ! Warto przeczytać !

Nasi w parlamencie

Rozmowa z posłem Michałem Szczerbą, inicjatorem utworzenia w 2012 roku Parlamentarnego Zespołu ds. Uniwersytetów Trzeciego Wieku, przeprowadzona przez Ewę Piłat, opublikowana na

<https://dziennikpolski24.pl/nasi-w-parlamencie/ar/3131400>

ZAPRASZAMY W KWIETNIU 2024 r. NA WYBRANE WYDARZENIA WiMBP

Czas ogarniam obydwoma garściami – wystawa prac malarstwa Jadwigi Sawickiej, zielonogórzanki, nauczycielki plastyki. Wielokrotnie nagradzanej: m.in. nagroda w 2008 roku Nagroda Animatora Kultury. Koordynator: Kornelia Waloch

Finisaż 23 kwietnia 2024.

Czas trwania wystawy od 2 kwietnia do 30 kwietnia 2024

2 kwietnia, godz. 10.00, Filie nr 4 i 9, ul. Podgórna 45

Wiersze na Kokosowej – spotkania dla poetów i tłumaczy w ramach Dyskusyjnego Klubu Książki.

Koordynacja i prowadzenie: Agnieszka Ginko. Zapisy: 68 45 44 754, a.ginko@biblioteka.zgora.pl

5 kwietnia, godz. 18.00-20.00, Filia nr 3, ul. Kokosowa 1

Bądź piękna na wiosnę! Wiosenne warsztaty tworzenia biżuterii.

Obowiązują zapisy: 68 45 26 334. Prowadzenie: Kornelia Waloch i Dana Ponomarenko

8 kwietnia, godz. 16.30-18.00, Filia nr 4, ul. Podgórna 45

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

8 kwietnia, godz. 17.30-18.30, Filia nr 3, ul. Kokosowa 1

Czytanie performatywne dramatu *Balony Jolanty Fainstein* z udziałem uczniów Liceum

Ogólnokształcącego nr 7 w Zielonej Górze, połączone ze spotkaniem z autorką sztuki.

Koordynacja i prowadzenie: Anna Urbańska

12 kwietnia, godz. 10.00, Lubuskie Laboratorium Książki (al. Wojska Polskiego 9) / miejsce wydarzenia: Sala im. Janusza Koniusza, 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

15 kwietnia, godz. 17.30-18.30, Filia nr 3, ul. Kokosowa 1

Spotkanie autorskie z Anną Falatyn, autorką książek z serii *Prawniczka Camorry* i *KodeX*.

Autorka opowie o swojej najnowszej książce pt. *Przypomnij mi, kim byłeś*.

Spotkanie poprowadzi: Kornelia Waloch

17 kwietnia, godz. 17.00-19.00, Filia nr 4, ul. Podgórna 45

Spotkanie Dyskusyjnego Klubu Kryminalnego dla dorosłych. Cykl comiesięcznych spotkań skupionych wokół literatury kryminalnej. Dyskusja na temat książki B. Spears *Kobieta, którą jestem*.

Zapisy na spotkanie pod nr tel. 68 45 17 424, mailowo: filia8@biblioteka.zgora.pl

Moderator: Joanna Wasąg

18 kwietnia, godz. 16.30-18.00, Filia nr 8, ul. Spawaczy 13a

Uzależnienia w pigułce – czyli wszystko co warto wiedzieć o nalogach

Warsztaty dla młodzieży, które poprowadzi Piotr Z. Kamrat, psychoterapeuta

psychodynamiczny, specjalista psychoterapii uzależnień. Warsztatom towarzyszyć będzie promocja literatury dotyczącej uzależnień, dostępnej w zbiorach Biblioteki. Koordynacja: Anna Urbańska

19 kwietnia, godz. 10.00, Lubuskie Laboratorium Książki (al. Wojska Polskiego 9)

Spotkanie Klubu Książki "Libro" dla dorosłych.

Dyskusja na temat książki Mariany Leky *Sen o Okapi*.

Obowiązują wcześniejsze zapisy pod nr tel. 68 45 17 424 lub mailowo: filia8@biblioteka.zgora.pl

Moderator: Joanna Wasąg

22 kwietnia, godz. 16.30-18.00, Filia nr 8, ul. Spawaczy 13a

WYSTAWA – XXV EDYCJI OTWARTEGO MIEDZYNARODOWEGO KONKURSU NA RYSUNEK SATYRYCZNY – 1986-2023 ZIELONA GÓRA/KOŻUCHÓW

22 kwietnia 2024, Muzeum Karykatury im. E. Lipińskiego, ul. Kozia 11, Warszawa

Okaż kulturę – chroń naturę. Dzień Ziemi z Norwidem

Wydarzenie we współpracy z Wydziałem Nauk Biologicznych Uniwersytetu Zielonogórskiego, Instytutem Nauk Biologicznych oraz Kołem Naukowym Biologów UZ.

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

22 kwietnia, godz. 17.30-18.30, Filia nr 3, ul. Kokosowa 1

Czas ogarniam obydwoma garściami – finisaż wystawy prac malarskich Jadwigi Sawickiej, zielonogórzanki, nauczycielki plastyki.

Koordynacja: Kornelia Waloch

23 kwietnia, godz. 17.00, Filie nr 4 i 9, ul. Podgórna 45

CZWARTEK LUBUSKI –

25 kwietnia, godz. 18.00, Pro Libris Café, im. Andrzeja K. Waśkiewicza, (parter Biblioteki)

Multicultural meeting / Spotkanie Wielokulturowe – spotkanie dla dorosłych obcokrajowców mieszkających na stałe w Zielonej Górze. Obowiązują zapisy: filia4@biblioteka.zgora.pl

68 45 26 334. Prowadzenie: Dana Ponomarenko

Warsztaty z okazji Międzynarodowego Dnia Tańca. Poprowadzi choreograf Kateryna Pogorielova.

27 kwietnia, godz. 15.00-16.30, 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

29 kwietnia, godz. 17.30-18.30, Filia nr 3, ul. Kokosowa 1

Wczasy nad morzem w Pustkowie.

Termin: od 26 maja do 6 czerwca 2024 r.

Oplaty

W Sali Słonecznej ZUTW w dniu **7.05.br.** (wtorek) od godz. 9:00 do 12:00 i **9.05.br.** (czwartek) od godz. 10:00 do 12:00 będzie pobierana opłata za ubezpieczenie i przejazd autokarem z Zielonej Góry do Pustkowa i na powrót.

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

Już dzisiaj życzymy miłego pobytu.
Organizatorki

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 KWIETNIU 2024

„Nie siedź 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
1	Pn	Olga Sikorska Przodownik turystyki pieszej PTTK	Okolice Zielonej Góry
7	Nd	Anna Szpręglewska Przodownik Turystyki Pieszej PTTK	Okolice Zielonej Góry
14	Nd	Zenon Wolniewicz Przodownik Turystyki Pieszej PTTK	Okolice Zielonej Góry
21	Nd	Beata Musiałowska Przewodnik turystyczny	Ze Starego Kisielina do Raculi
28	Nd	Andrzej Kizimowicz Przodownik turystyki pieszej PTTK	Do Łagowa Lubuskiego

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 60. JUBILATÓW urodzonych w kwietniu
Najstarsza słuchaczka ma lat 88, a najmłodsza 60 lat.

*Z okazji URODZIN, które są raz w roku,
Niechaj będą szczęśliwe i pełne uroku.
Składamy szczerze urodzinowe życzenia .
Aby się spełniły najskrytsze marzenia.*

Zarząd ZUTW

Zofia Banaszak Prezes Zarządu

Program napisała: Zofia Banaszak. Korekta: Teresa Błaszyńska, Bożenna Strączyńska

1,5%

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 damy 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 od 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 1,5%

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

Dziękujemy naszym darczyńcom !