

# 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](http://www.utw.zgora.pl)  
Polub nas: [www.facebook.com/utw.zgora](https://www.facebook.com/utw.zgora)  
e-mail: [kontakt@utw.zgora.pl](mailto: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 CZERWIEC 2024 ROKU



Drodzy Słuchacze ZUTW !  
Życzymy Wam przerwy wakacyjnej,  
która będzie pełna wrażeń bez względu na to,  
czy spędzicie czas nad morzem, w górach, pod namiotem,  
czy w przydomowym ogródku.

Po bezpiecznych, udanych wakacjach,  
wracajcie na nowy rok akademicki wszyscy zdrowi,  
wypoczęci, z zapasem sił i w doskonałych humorach.

Zofia Banaszak  
PREZES ZARZĄDU  
WRAZ Z CAŁYM ZARZĄDEM

### KOMUNIKATY – ZAPOWIEDZI

- ❖ **Kasa ZUTW w czerwcu** czynna od poniedziałku do czwartku od 09:00-14:00. W piątek kasa nieczynna.
- ❖ **Biuro ZUTW w czerwcu** czynne od poniedziałku do piątku od 08:00 -15:00.
- ❖ **Podczas wakacji od 1 lipca do 12 sierpnia** br. członkowie Zarządu pełnić będą dyżury we wtorki i czwartki w godzinach od 10:00 do 12:00.
- ❖ **Przyjęcia nowych słuchaczy** do ZUTW odbędą się w dniach 24, 25, 26 i 27 czerwca br. w godz. 10:00 – 13:00. W dniu przyjęcia nowym słuchaczom będą wypisywane legitymacje członkowskie. **Prosimy przed spotkaniem o zapoznanie się z informacjami ze strony Internetowej: [www.utw.zgora.pl](http://www.utw.zgora.pl) / zakładka - Dla słuchaczy – Dla nowicjuszy/.**
- ❖ **Zajęcia odpłatne w ZUTW w I semestrze w roku akademickim 2024/2025 rozpoczną się od 16 września br.** Warunkiem zapisu na te zajęcia jest uregulowanie składki semestralnej. **Oplatę** za zajęcia będzie można uregulować w kasie **od 20 sierpnia do 9 września br. od poniedziałku do czwartku w godz. od 9:00 do 14:00.** Oplatę za zajęcia należy uiszczać tylko w kasie ZUTW.
- ❖ Pozostałe zajęcia klubowe i inne nieodpłatne rozpoczną się od początku września br.
- ❖ **Wczasy w Pustkowie** od 26 maja do 6 czerwca br. Wyjeżdża 134 słuchaczy z rodzinami, znajomymi. Zapewniony program rekreacyjny i kulturalny.

## ZAPRASZAMY

- ❖ **W czerwcu, lipcu i sierpniu br. zapraszamy także na spotkania i zajęcia** poza naszą siedzibą – inf. w programie zajęć, mediach społecznościowych i na tablicy ogłoszeń w ZUTW.
- ❖ **Czerwiec obfituje w ogrom zdarzeń:** wykłady, prelekcje, spotkania literackie, koncerty, wystawy, warsztaty, spotkania integracyjne – wykorzystajcie Państwo ten czas dla siebie.
- ❖ **ZAPROSZENIE do wzięcia udziału w badaniu naukowym** prowadzonym przez naukowców z Collegium Medicum Uniwersytetu Zielonogórskiego w Zielonej Górze przy współpracy z Uniwersytetem Przyrodniczym w Poznaniu, Pomorskim Uniwersytetem Medycznym w Szczecinie oraz Uniwersytetem Kaliskim. **Na badania zapraszamy 60 słuchaczy ZUTW.** Więcej inf. na dalszych stronach programu.
- ❖ **10 czerwca 2024 roku zapraszamy na koncert chóru „MODERATO” z okazji jubileuszu 25 – lecia,** który odbędzie się w Centrum Nauki Keplera Planetarium Wenus w Zielonej Górze. W części drugiej koncertu wystąpi solistka **Aleksandra Matusiak-Kujawska**, której występ dedykowany będzie naszemu JUBILATOWI.
- ❖ **Zachęcamy do nabycia nowego numeru INSPIRACJI i naszej monografii.**

## ZAPROSZENIA DO ODBIORU W ZUTW



Nazwa imprezy: Zakończenie Roku Akademickiego 2023/2024 - Sportowe ZUTW

**Termin: 18 czerwca 2024 r.**

Organizator: Zielonogórski **Uniwersytet Trzeciego Wieku, Wojewódzki Ośrodek Sportu i Rekreacji im. Zbigniewa Majewskiego** w Drzonkowie

 **drzonków** WOSiR

**Miejsce:** Plac piknikowy, plac rekreacyjny, duża i mała wiata  
Wojewódzki Ośrodek Sportu i Rekreacji im. Zbigniewa Majewskiego w Drzonkowie,  
ul. Drzonków-Olimpijska 20, 66-004 Zielona Góra.

**Obowiązuje strój sportowy.**

**PROGRAM:**

Godzina	Nazwa atrakcji	Miejsce
11.00	Uroczyste rozpoczęcie, integracyjny fitness z Grażyną Wyczałkowską i Dorotą Awramski	Plac rekreacyjny
13:00-16:00	Strzelanie laserowe	Strzelnica- basen kryty
13:00-15:00	Prowadzenie animacji - rzut do kosza	Plac rekreacyjny
13.00-15.00	Prowadzenie animacji – drewniane „kręgle”	Plac rekreacyjny
13:00-15:00	Prowadzenie animacji - strzelanie z łuku	Plac rekreacyjny
13:00-15:00	Prowadzenie animacji – badminton	Plac rekreacyjny
13.00-15.00	Prowadzenie animacji – bule (zasady Bocci)	Plac rekreacyjny
13.00-15.00	Strefa aktywnej rekreacji fitness – Grażyna Wyczałkowska	Plac rekreacyjny
13.00-15.00	Prowadzenie animacji - tor przeszkód – indywidualnie na czas	Plac rekreacyjny
14:00- 15:30	Przejażdżki bryczką	Plac rekreacyjny
15.30	Prowadzenie animacji – konkurs przeciągania liny (zespoły 6 osobowe: 3 kobiety + 3 mężczyzn)	Plac rekreacyjny
16:00	<b>Konkurs na strój sportowy.</b> Zakończenie, podsumowanie części sportowej, wręczenie nagród	Plac piknikowy – duża wiata
16:30-20:00	Integracja we własnym zakresie	Plac piknikowy – duża wiata

***Życzymy MIŁEGO POBYTU w Drzonkowie***




Zostanie przygotowane drewno i kije do kielbasek oraz zapewniony grill (Dodatkowe atrakcje:11:00-20:00- wędkowanie - 15 zł od osoby).

**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
sobota 01.06.2024	15:00	koncert	<b>ZAPROSZENIE</b> Dzień dziecka w Filharmonii Zielonogórskiej – koncert rodzinny.	Dawid Pajdzik – dyrygent Orkiestra Symfoniczna Filharmonii Zielonogórskiej.	Prowadzenie: Natalia Makuch	Filharmonia Zielonogórska im. Tadeusza Bairda Sala MCM
niedziela 02.06.2024	17:00	koncert	<b>ZAPROSZENIE</b> na koncert <b>MUSICA SACRA</b> Wolfgang Amadeus Mozart Missa brevis in B -dur	Utwory kompozytorów: J. Gallus, L. Abaris, J. Busto, M. Jasiński, O. Gjeilo, K. Nystedt  <i>Wstęp wolny.</i>	Wykonawcy: Marzanna Rudnicka – sopran Bogumiła Tarasiewicz – mezzosopran Jakub Ostaszewski – tenor, Maciej Straburzyński – bas Chór Mieszany Instytutu Muzyki UZ Słowo wiążące Aleksandra Nowak	Kościół św. Józefa Oblubieńca Najświętszej Maryi Panny Zielona Góra
poniedziałki 03.06.2024 10.06.2024	10:00- 12:00	próby, warsztaty, występy	<b>KABARET</b> „MONTE VERDE” Próby, warsztaty, przygotowanie nowych programów, występy.	Zapraszamy zainteresowanych. Zajęcia odpłatne.	Prowadząca: aktorka Lubuskiego Teatru Elżbieta Donimirska	ZUTW Sala Klubowa
poniedziałek 03.06.2024	10:30	film	<b>KLUB FILOZOFICZNY</b> „COGITO” <i>Szwedzka teoria miłości.</i> Film – po filmie dyskusja.	Zapraszamy.	dr Paweł Walczak UZ kier. Jerzy Lewandowski Barbara Czarnecka słuchacze ZUTW	Instytut Filozofii Uniwersytet Zielonogórski al. Wojska Polskiego 71A Sala nr 8.
poniedziałki 03.06.2024, 10.06.2024, 17.06.2024	12:00- 14:00	warsztaty, wykłady, plenery	<b>GRUPA FOTOGRAFICZNO – FILMOWA</b> „KWADRAT”	GRUPA obsługująca spotkania i wydarzenia w ZUTW.	kier. Bolesław Polarczyk słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
poniedziałek 03.06.2024	12:00	spotkanie	<b>ZESPÓŁ ASYSTENT</b> Przydział zadań.	Wspomaganie działań Zarządu, obsługa słuchaczy. <i>Zapraszamy do Zespołu.</i>	Maria Wróblewska Grażyna Bogusławska kier. Zespołu słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
środa 05.06.2024	17:00	spektakl	<b>TEATR „IMPRESJE”</b> Próby do spektaklu: „Humor Polski” (satyra, fraszki, anegdota, piosenki).	Zapraszamy.	dr Teresa Samulczyk pedagog teatru słuchaczka ZUTW	ZOK Hydro(zagadka ul. Festiwalowa
poniedziałek 03.06.2024	16:30- 18:00	próby, warsztaty, koncerty	<b>CHÓR „MODERATO”</b> Przygotowanie do jubileuszowego koncertu.	<i>Zajęcia odpłatne.</i> Zapraszamy zainteresowanych słuchaczy.	Dyrygent: <b>Jakub Gościński</b> kier. Maria Jolanta Lorens, Teresa Tropak	Szkoła Podstawowa nr 18 ZG
wtorek 04.06.2024	10:00- 12:00	szkolenie	<b>KLUB FOTOGRAFICZNY</b> „FOTOOKO” 1. Przegląd zdjęć z plenerów. 2. Szkolenie z programu Fast Stone.	Zapraszamy	Szkolenie – Krzysztof Subocz członek Klubu	ZUTW Sala Klubowa

wtorek 04.06.2024	11:00	spotkanie	<b>„SPIEWNIK UNIWERSYTECKI”</b> Spotkanie integracyjne w Ogrodzie Botanicznym.	Zapraszamy.	kier. Mirosława Branicka – Polarczyk słuchaczka ZUTW	Ogród Botaniczny UZ ul. Botaniczna 50A ZG
środy 05.06.2024, 12.06.2024, 19.06.2024, 26.06.2024	09:30- 11:30	spotkania, warsztaty	<b>KLUB HAFTU „AŁASEK”</b> Robótki ręczne na szydełku i na drutach – nerka-saszetka, przydatna na spacerze i w podróży robiona na szydełku.	Zapraszamy do KLUBU.	kier. Małgorzata Anna Bąkowska, Grażyna Borodynko słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
środy 05.06.2024, 12.06.2024	09:00- 12:30	wykłady, warsztaty	<b>ZESPÓŁ PLASTYCZNY „KONTRAPOST”</b> <i>Zapraszamy na zajęcia zainteresowanych malarstwem nowych słuchaczy.</i>	Przygotowanie do wystaw. Plenery. <b>Zajęcia bezpłatne.</b>	Leopold Kolbierz malarz Członek Honorowy ZUTW kier. Helena Lebiecka słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
środy 05.06.2024	09:15	występ	<b>ZESPÓŁ WOKALNO – ESTRADOWY „AKOLADA”</b> Koncert „Tchnienie wiosny”.	Dziękujemy za zaproszenie.	Aleksandra Matusiak – Kujawska pedagog tańca i śpiewu kier. Barbara Ciorga- Kwiecień, Barbara Woroniecka	Klub „Wrzos” ul. Moniuszki
środa 05.06.2024	18:00  19:30  21:00	inauguracja Festiwalu	<b>CZERWIEC W NORWIDZIE INAUGURACJA KOZZI FILM FESTIWAL:</b> Filmowo, tanecznie i teatralnie. Maciej Kozłowski. Tak zapamiętamy... Debata. Film otwarcia: <i>Lęk</i> reż. Sławomir Fabicki	Koncert studentów kierunku Edukacja muzyczna w zakresie sztuki muzycznej UZ oraz członków Koła naukowego Felice Cantando, pod opieką artystyczną dr hab. Marzanny Rudnickiej	Wydarzenie w ramach <b>FORPOCZTY 10(13). KOZZI FILM FESTIWAL. KOZZI NOWICKI HŁASKO</b>	<b>KINO NORWID WIMBP</b> Sala im. Janusza Koniusza, (parter Biblioteki)
czwartek 06.06.2024	10:00- 11:00	wykład, warsztaty	<b>Pracownia Edukacji Fotograficznej.</b> Omówienie zdjęć /należy przynieść zdjęcia z zadań wysoko na PenDrivach minimum 4/.	Zajęcia odpłatne.	Paweł Janczaruk fotograf, Członek Honorowy ZUTW kier. Aldona Dudziak	ZUTW Sala Słoneczna
czwartek 06.06.2024, 20.06.2024	10:00- 12:00	warsztaty	<b>Zespół Plastyczny „Dekoratornia”</b> Stoperzy do drzwi.	Zapraszamy.	kier. Zespołu: Anna Barcka, Małgorzata Bąkowska słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 06.06.2024	11:00- 12:00	warsztaty, ćwiczenia	<b>EDUKACJA KOMPUTEROWA /KURS/</b> Wyszukiwanie noclegów.	<i>Zajęcia odpłatne.</i>	Paweł Janczaruk fotograf, Członek Honorowy ZUTW kier. Maria Kołata	ZUTW Sala Zielona
czwartek 06.06.2024	12:00	uroczystość	<b>ZAPROSZENIE</b> Prezydent Miasta zaprasza na uroczystości z okazji 79. Rocznicy Powrotu Zielonej Góry do Macierzy.	Gospodarzem uroczystości jest Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego nr1 „Budowlanka” w Zielonej Górze.	<b>Rozpoczęcie uroczystości o godz. 12:00 na deptaku przy Ratuszu.</b>	Deptak przy Ratuszu ZG



piątki 07.06.2024, 14.06.2024	09.00- 11:00	warsztaty, wykłady	<b>ZESPÓŁ PLASTYCZNY TERMOPILE</b> Akwarela: *Prezentacja malarstwa akwarelowego. *Technika mokre na mokre.	Zagadnienia zostaną wykorzystane do stworzenia własnego obrazu. <i>Zajęcia odpłatne.</i>	Cezary Bednarczyk malarz kier. Zespołu Zygmunt Jankowski słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
piątek 07.06.2024	10:00- 12:00	warsztaty	<b>KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOX”</b> Otwarcie wystawy „Martwa Natura”.	Zapraszamy członków Klubu i zaproszonych gości.	Kazimierz Błaszyński kier. KLUBU słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
piątki 07.06.2024, 14.06.2024	11:15- 13:15	warsztaty, wykłady	<b>ZESPÓŁ PLASTYCZNY „PASTELE”.</b> Akwarela: *Prezentacja malarstwa akwarelowego. *Technika mokre na mokre.	Zagadnienia zostaną wykorzystane do stworzenia własnego obrazu. <i>Zajęcia odpłatne.</i>	Cezary Bednarczyk malarz kier. Zespołu Teresa Klossowska- Lubos, Halina Bohdanowicz słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
piątek 07.06.2024	12:00	spotkanie	<b>ZESPÓŁ POMOCY KOLEŻEŃSKIEJ</b> Zakończenie roku akademickiego 2023/2024.	Zapraszamy do Zespołu.	Elżbieta Szcześniak słuchaczka ZUTW koordynator: Zofia Biniewska-Dobrzyńska członek Zarządu	Restauracja „RETRO” ul. Dworcowa ZG
piątki 07.06.2024	13:30- 15:30	gry	<b>KLUB SZACHOWY</b> Gry usprawniające pamięć (szachy, warcaby i różne gry planszowe).	Zapraszamy nowych słuchaczy.	kier. Stanisław Jeżowski słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
piątki 07.06.2024, 14.06.2024, 21.06.2024, 28.06.2024	14:00- 18:00	rozgrywki brydżowe	<b>KLUB BRYDŻOWY</b> Rozgrywki.	Zapraszamy zainteresowanych słuchaczy.	kier. Anna Kwolek Mirosława Mięsiak słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
sobota 08.06.2024	7:40	wycieczka	<b>KLUB KRAJOZNAWCZO- TURYSTYCZNY „CIEKAWI ŚWIATA”</b> Wycieczka do Bojadła.	W programie zwiedzanie pałacu, spacer po parku w miejscowości Bojadła.	Henryka Frankiewicz pilot - przewodnik kierownik Klubu słuchaczka ZUTW.	Autobus przy Placu Kolejarza Odjazd godz. 10:30
niedziela 09.06.2024	19:00	monodram	<b>CZERWIEC W NORWIDZIE</b> <i>Życie Pani Pomsel</i> – spektakl z udziałem <b>Anny Seniuk.</b> Monodram na podstawie pamiętników sekretarki Josepha Goebbelsa.	Wydarzenie w ramach 10(13). KOZZI FILM FESTIWAL. <b>KOZZI NOWICKI HŁASKO</b>	<b>Obsada: Anna Seniuk,</b> w materiałach filmowych Justyna Kowalska jako Eva Löwenthal Reżyseria: <b>Grzegorz Małecki.</b> <b>BILETY DOSTĘPNE NA ABILET.PL</b>	RCAK – CENTRUM KREATYWNEJ KULTURY, ul. Sienkiewicza 11
poniedziałek 10.06.2024	11:00	warsztaty	<b>TEATR „IMPRESJE”</b> Warsztaty dla SP nr 13.	Zapraszamy.	dr Teresa Samulczyk pedagog teatru słuchaczka ZUTW	Dom Kultury „NOWITA” ul. Żołnierzy 2 Armii 30-40 ZG

poniedziałek 10.06.2024	08:00	badania	<b>PROJEKT BADAWCZY</b> „Sposób żywienia i stan odżywienia seniorów – w województwie lubuskim”.	Badania prowadzą: Collegium Medicum Uniwersytetu Zielonogórskiego przy współpracy z Uniwersytetem Przyrodniczym w Poznaniu, Pomorskim Uniwersytetem Medycznym w Szczecinie oraz Uniwersytetem Kaliskim.	Badania krwi: dr hab. Jolanta Chmielowiec mgr Bogna Galant pielęgniarka <i>Uwaga! Należy przyjść na czczo.</i>	ZUTW
poniedziałek 10.06.2024	17:00	koncert	<b>ZAPROSZENIE KONCERT JUBILEUSZOWY CHÓRU ZUTW „MODERATO” p/d JAKUBA GOŚCINIAKA</b> w drugiej części koncertu wystąpi z recitalem <b>Aleksandra Matusiak-Kujawska.</b>	 Współorganizator:  <b>Patronat medialny:</b> 	Program na tablicy ogłoszeń w ZUTW i na dalszych stronach programu.  <b>Obowiązują Zaproszenia – wejściówki.</b>	Planetarium WENUS ul. Generała Sikorskiego 10 ZG
poniedziałek 10.06.2024	17:00	spektakl	<b>CZERWIEC W NORWIDZIE PRZYSTANEK TEATRALNY</b> <i>Terapia, Teatr z za Boru.</i>	Tekst: Ewa Kujawska, Ewa Bator, reż. Jan Andrzej Fręś	Kino NORWID Wydarzenie w ramach 10(13). KOZZI FILM FESTIWAL. KOZZI NOWICKI HŁASKO	WiMBP Sala im. Janusza Koniusza, (parter Biblioteki)
poniedziałek 10.06.2024	18:45	koncert	<b>ZAPROSZENIE</b> na koncert muzyki sakralnej „Cantate Domino”. Wykonawcy: Julia Kidawa - sopran Piotr Czaplicki - tenor Jakub Ostaszewski - tenor Maciej Straburzyński – bas	W programie znajdują się utwory na kwartet wokalny a cappella, m.in. Wolfganga Amadeusza Mozarta, Orlanda di Lasso i Giovanniego da Palestrina.	Zapraszają: dr hab. Maciej Straburzyński, prof. UZ, pedagogzy i studenci Instytutu Muzyki Uniwersytetu <b>Wstęp wolny .</b>	Konkatedra Zielonogórska pw. św. Jadwigi Śląskiej ZG
wtorek 11.06.2024	10:00-12:00	spotkanie	<b>KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOOKO”</b> Spotkanie w BWA z dyrektorem <b>Wojciechem Kozłowskim.</b> Omawianie i wybieranie zdjęć na wrześnieową wystawę.	Zapraszamy	kier. Klubu Ewa Kwaśniewicz, Roman Grobarski – słuchacze ZUTW	BWA al. Niepodległości 19
wtorek 11.06.2024	16:00	spotkanie	<b>CZERWIEC W NORWIDZIE</b> Spotkanie z cyklu <i>Bliskie i Nieznane GÓRALE</i> CZADECCY z Bukowiny. Ich losy i życie na ZIEMI LUBUSKIEJ.	Goście spotkania: dr hab. Joanna Gorzelana, prof. UZ oraz dr hab. Anastazja Seul, prof. UZ	Prowadzenie: prof. dr hab. Bogumiła Burda	WiMBP Sala Wykładowa im. dr. Grzegorza Chmielewskiego, al. Wojska Polskiego 9

wtorek 11.06.2024	18:00	spotkanie	<b>CZERWIEC W NORWIDZIE Lubuskie Laboratorium Książki Emocjonalny człowiek – spotkanie dla dorosłych z psychoterapeutą, Zbigniewem P. Kamratem.</b>	Podczas spotkania promocja książek z zakresu dojrzałości emocjonalnej, znajdujących się w zbiorach WiMBP.	Prowadzenie i koordynacja: Anna Urbańska.	WiMBP Pro Libris Café im. Andrzeja Waśkiewicza (parter biblioteki), al. Wojska Polskiego 9
wtorek 11.06.2024	19:00	Przystanek Teatralny	<b>CZERWIEC W NORWIDZIE POSTSCRIPTUM PRZYSTANEK TEATRALNY. CZYTELNIA DRAMATU DNI POWSZEDNIE, czyli materiał do zbudowania dramatu rozpisanego na dwa głosy.</b>	Autor: Alicja Łukasik-Ścigaj, reż. Lech Mackiewicz koordynacja:	Koordinatorka:  dr Janusz Łastowiecki	KINO NORWID WiMBP Sala im. Janusza Koniusza, (parter Biblioteki)
środa 12.06.2024	10:00- 12:00	wykład	<b>CZERWIEC W NORWIDZIE Konwersatorium Bibliotekoznawcze Efektywne komunikowanie się w pracy z ludźmi.</b>	Koordinatorki: dr Andrzej Buck, dr Przemysław Bartkowiak.	Wykład poprowadzi <b>dr Magdalena Cyrklaff- Gorczyca</b> (Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu).	WiMBP Sala Wykładowa im. dr. Grzegorza Chmielewskiego, al. Wojska Polskiego 9
środa 12.06.2024	13:00- 14:30	warsztaty	<b>ZESPÓŁ WOKALNO – ESTRADOWY „AKOLADA” Warsztaty, próby, koncerty.</b>	Zajęcia odpłatne.	Aleksandra Matusiak – Kujawska pedagog tańca i śpiewu kier. Barbara Ciorga- Kwiecień, Barbara Woroniecka	ZUTW Sala Słoneczna
środa 12.06.2024	17:00	spotkanie	<b>ZAPROSZENIE Salon Słowa Spotkanie z autorskiego cyklu "Wszyscy jesteśmy przechodniami". z prof. Bogumiłą Burdą.</b>	Historia zmian wprowadzanych w zielonogórskim szkolnictwie od średniowiecza do czasów współczesnych Jakiego rodzaju literaturą karmiono ówczesną młodzież? Czy istniał średniowieczny bibliotekarz ?	Prowadzenie: Maria J.Fraszewska  Zaprasza Związek Literatorów Polskich	Salon Słowa RCAK ul. Henryka Sienkiewicza 11
środa 12.06.2024	17:00 18:30	debata	<b>CZERWIEC W NORWIDZIE Spotkanie z cyklu Lubuskie 2.0 – cykliczne wykłady i dyskusje dotykające ważnych, społecznych tematów jak: transport publiczny, zdrowie psychiczne, związki zawodowe itd.</b>	Organizatorem jest stowarzyszenie <i>My Zielonogórzanie</i> , i Stowarzyszenie Leubuzzi, partnerem Mediateka <i>Góra Mediów</i> .	Koordinacja: Magdalena Faron. <i>Wstęp wolny.</i>	WiMBP Mediateka Góra Mediów, al. Wojska Polskiego 9
czwartek 13.06.2024	10:00- 11:00	wykład, warsztaty	<b>Pracownia Edukacji Fotograficznej. Warsztaty fotograficzne.</b>	Zajęcia odpłatne.	Paweł Janczaruk fotograf, Członek Honorowy ZUTW kier. Aldona Dudziak	ZUTW Sala Słoneczna
czwartek 13.06.2024	11:00- 12:00	warsztaty, ćwiczenia	<b>EDUKACJA KOMPUTEROWA /KURS/ Podróżowanie.</b>	Zajęcia odpłatne.	Paweł Janczaruk fotograf, Członek Honorowy ZUTW kier. Maria Kołata	ZUTW Sala Zielona

czwartek 13.06.2024	12:00- 13:00	rozmowy	<b>ZESPÓŁ „AWOKADO”</b> Dyskusja przy kawie lub herbacie.	Podsumowanie dotychczasowych spotkań. Przygotowanie programu na następny rok akademicki.	kier. Edward Ciaś słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 13.06.2024	14:30- 15:45	spotkanie	<b>KLUB GEOLOGICZNY</b> Spotkanie na zakończenie roku akademickiego.	Zapraszamy	kier. Elżbieta Dąbrowska - Żurawik geolog słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 13.06.2024	16:30- 18:00	analiza tekstów, rozmowy, warsztaty	<b>WARSZTATY LITERACKIE GRUPY „OKSYMORON”</b> Omówienie wybranych wierszy Tadeusza Dąbrowskiego - swoją twórczość zaprezentuje Władysław Edelman	Warsztaty kreatywnego pisania i nie tylko, to propozycja dla każdego studenta ZUTW. <i>Zapraszamy zainteresowanych</i>	Prowadzenie: <b>dr Mirosława Szott</b> Instytut Filologii Polskiej Uniwersytet Zielonogórski i WiMBP kier. Alina Kruk słuchaczka ZUTW <i>Zajęcia bezpłatne.</i>	ZUTW Sala Klubowa
piątek 14.06.2024	10:00- 12:00	spotkanie	<b>KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTO X”</b> Spotkanie kończące Rok Akademicki 2023/2024	Zapraszamy. Spotkanie kończące rok akademicki 2023/2024	Kazimierz Błaszyński kier. KLUBU słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
piątek 14.06.2024	17:00	otwarcie wystawy	<b>ZAPROSZENIE</b> Wernisaż wystawy „Opowiemy Wam...o Bronisławie Buglu i Czesławie Łuniewiczu”.	Centrum Przyrodnicze- zapraszamy.	Akademia Wychowania Fotograficznego prowadzona przez <b>Pawła Janczaruka</b>	Centrum Nauki Keplera- Centrum Przyrodnicze Dąbrowskiego 14
piątek 14.06.2024	18:00  20:00	Książka na festiwalu,  maraton filmowy	<b>CZERWIEC W NORWIDZIE</b> <b>KSIĄŻKA NA FESTIWALU</b> Wydarzenie w ramach 10(13). <b>KOZZI FILM FESTIWAL. KOZZI NOWICKI HŁASKO. PROJEKT HŁASCOVER – NOCNY MARATON. FILMÓW MARKA HŁASKI.</b>	Debata: Paulina Potasińska, <i>Kult, mit i kompleks. Figury autokreacji w twórczości Leopolda Tyrmanda, Marka Hłaski i Tadeusza Konwickiego.</i> Wydarzenie w ramach 10(13). <b>KOZZI FILM FESTIWAL. KOZZI NOWICKI HŁASKO</b>	Konrad Ludwicki, <i>Kino Marka Hłaski</i> Promocja Kwartalnika Literacko- Kulturalnego „Pro Libris”. Wydanie specjalne: <i>Patroni. Translokacje.</i> Moderator: ks. Andrzej Draguła	KINO NORWID WiMBP Sala im. Janusza Koniusza, (parter Biblioteki)
poniedziałek 17.06.2024	10:30	spotkanie	<b>KLUB FILOZOFICZNY „COGITO”</b> Filozofia przy kawie. Zakończenie roku akademickiego 2023/2024.	Zapraszamy.	kier. Jerzy Lewandowski Barbara Czarnecka słuchacze ZUTW	Sala Słoneczna ZUTW



poniedziałek 17.06.2024	17:00	promocja książki	<b>ZAPROSZENIE</b> <b>Salon Słowa</b> Promocja najnowszej książki <b>Hanny Bilińskiej –</b> <b>Stecyszyn</b> pt. „ <b>Serce nie</b> <b>siwieje</b> ”.	Zapraszamy.	Prowadzenie: Ewa Kwaśniewicz słuchaczka ZUTW	Salon Słowa RCAK ul. Henryka Sienkiewicza 11
<b>wtorek</b> <b>18.06.2024</b>	11:00	Zakończenie roku akademickiego	<b>Zakończenie Roku</b> <b>Akademickiego</b> <b>2023/2024</b> Zielonogórskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku <b>ph. „SPORTOWE</b> <b>ZUTW”.</b> Przebieg imprezy: 10:30 – 11:00 - rejestracja uczestników – Powitanie gości i uczestników 13:00-15:00 - animacje – różne konkurencje, rekreacja fitness – 13:00-16:00 - strzelanie laserowe 14:00 – 15:30 - przejażdżki bryczką - <b>Konkurs na</b> <b>pomysłowy strój</b> <b>sportowy</b> 16:00 -zakończenie imprezy, podsumowanie części sportowej, wręczenie nagród. 16:30 – 20:00 - integracja we własnym zakresie z muzyką w tle.	 Współorganizator:  „Dziś zrób coś, czego innym się nie chce, a jutro będziesz miał to, czego inni pragną”.  Prowadzenie: Zofia Banaszak, Grażyna Wyczałkowska, Dorota Awramski, pracownicy WOSiR	Obowiązują zaproszenia – do odbioru w ZUTW.  Szczegółowy program na tablicy ogłoszeń w ZUTW i na dalszych stronach programu.	WOSiR w Drzonkowie, ul. Drzonków- Olimpijska 20, Zielona Góra
wtorek 18.06.2024	18:00	spotkanie	<b>CZERWIEC W NORWIDZIE</b> <i>Na zdrowie! O tym jak aktywność fizyczna wpływa na umysł i ciało –</i> spotkanie z trenerem motywacyjnym, <b>dr Ewą Skorupką.</b>	dr Ewa Skorupka Katedra Sportu i Promocji Zdrowia Wydziału Lekarskiego i Nauk o Zdrowiu, Uniwersytetu Zielonogórskiego, właścicielka i trenerka w NESSFIT AKADEMIA RUCHU.	Wydarzenie w ramach projektu „ <b>Tam, gdzie oczy poniosą!</b> ”. Projekt współfinansowany z Urzędu Miasta Zielona Góra. Prowadzenie: Magdalena Faron.	WiMBP Mediateka Góra Mediów, al. Wojska Polskiego 9
wtorek 18.06.2024	19:00	spotkanie	<b>CZERWIEC W NORWIDZIE</b> <b>2.IMPROWIZOWANE</b> <b>SPOTKANIE</b> <b>AUTORSKIE</b>	Wykonanie: Wojtek Kamiński, Janusz Pietruszka.	Pomysł koordynacja: dr Janusz Łastowiecki	WiMBP Sala im. Janusza Koniusza, (parter Biblioteki)

środa 19.06.2024	07:00	Festyn Sportowy	<b>ZAPROSZENIE na FESTYN SPORTOWY</b> W programie: *10:00-12:00 – zajęcia sportowe *12:00 – obiad, napoje * po obiedzie wycieczka do ZOO	<b>Senior na Festiwalu w Centrum Sportowym.</b> Zaproszenie do wspólnego uprawiania sportu podczas Tygodnia Seniora w Cottbus. Dostępnych będzie ponad 15 różnych ofert, w których możesz wziąć udział i wypróbować je dla zabawy.	Organizator: Stadtsportbund Cottbus.  <b>Obowiązuje strój sportowy i nasza koszulka.</b> UNIWERSYTECKA.  Zapisy w ZUTW.	7:00 przystanek CASTORAMA ZG
czwartek 20.06.2024	16:00-18:00	spotkanie	<b>KLUB KAMIENI i MINERAŁÓW „KRYSZTAŁ”</b> „Klejnoty biblijne”.	Zapraszamy.	kier. Maria Siatecka słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 20.06.2025	18:00	promocja książki	<b>CZERWIEC W NORWIDZIE</b> Czwartek Lubuski – promocja książki <i>Milczenia słuchajcie. Wiersze zebrane Ireny Dowgielewicz</i> .	Zapraszamy.	Moderator spotkania: dr Mirosława Szott	WiMBP Pro Libris Café im. Andrzeja Waśkiewicza (parter biblioteki), al. Wojska Polskiego 9
poniedziałek 24.06.2024	18:00	rozmowy	<b>CZERWIEC W NORWIDZIE</b> <b>Jak jeżdżą Polacy?</b> – Wydarzenie jest okazją do rozmowy o przyzwyczajeniach transportowych Polaków.	Spotkanie z <b>Bartoszem Józefiakiem</b> , autorem książki „Wszyscy tak jeżdżą”.	Akcja organizowana w ramach projektu: „Tam, gdzie oczy poniosą!”. Projekt współfinansowany z Urzędu Miasta Zielona Góra. Prowadzenie <b>Natalia Dyjas-Szatowska</b> .	WiMBP Pro Libris Café im. Andrzeja Waśkiewicza (parter biblioteki), al. Wojska Polskiego 9
wtorek 25.06.2024	10:00-	spotkanie	<b>KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOOKO”</b> Zakończenie roku akademickiego Klubu w Parku w Kiełpinie.	Zapraszamy	kier. Klubu Ewa Kwaśniewicz, Roman Grobarski – słuchacze ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
wtorek 25.06.2024	12:45-14:45	próby	<b>„ŚPIEWNIK UNIWERSYTECKI”</b> Próby „Piosenki naszej młodości”.	Zapraszamy.	kier. Mirosława Branicka – Polarczyk słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
wtorek 25.06.2024	17:00	spotkanie	<b>CZERWIEC W NORWIDZIE</b> Rozmowy o Zielonej Górze. <i>Kultura nieprofesjonalna w Zielonej Górze.</i>	Goście wydarzenia: Wiesława Błachowiak, Mirosław Musioł	Moderator: dr hab. Bogdan Idzikowski, prof. UZ	WiMBP Pro Libris Café im. Andrzeja Waśkiewicza (parter biblioteki), al. Wojska Polskiego 9
środa 26.06.2024	10:00-12:00	fotografia	<b>CZERWIEC W NORWIDZIE</b> Akademia Wychowania <b>Fotograficznego</b> – zajęcia fotograficzne dla dorosłych prowadzone przez artystę <b>Pawła Janczaruka</b> .	Zapraszamy.	Wstęp wolny.	WiMBP Mediateka Góra Mediów, al. Wojska Polskiego 9

czwartek 27.06.2024	10:30	koncert	<b>„SPIEWNIK UNIWERSYTECKI”</b> Koncert dla Sekcji Emerytów i Rencistów ZNP.	Koncert dla seniorów z ZNP.	kier. Mirosława Branicka – Polarczyk słuchaczka ZUTW	MOPS ul. Długa 13
czwartek 27.06.2024	18:00	spotkanie	<b>CZERWIEC W NORWIDZIE CZWARTEK LUBUSKI</b> Spotkanie autorskie z zielonogórskim autorem powieści kryminalnych <b>Krzysztofem Koziołkiem</b> , połączone z premierą książki <i>Jej ostatnia prośba.</i>	Zapraszamy.	Organizator: WiMBP	WiMBP Pro Libris Café im. Andrzeja Waśkiewicza (parter biblioteki), al. Wojska Polskiego 9
piątek 28.06.2024	19:00- 21:00	film	<b>CZERWIEC W NORWIDZIE Dobry wieczór z filmem –</b> Temat spotkania: „Rozstania /pożegnania”.	Projekcja filmowa amerykańskiego filmu połączona z dyskusją po seansie. Projekt realizowany w ramach programu amerika@twojej bibliotece we współpracy z Ambasadą USA w Warszawie.	Projekcja dla widzów dorosłych. Obowiązują zapisy: 68 45 32 615/ goramediom@bi blioteka.zgora.pl	WiMBP Mediateka Góra Mediów, al. Wojska Polskiego 9
sobota 29.06.2024	12:00- 15:00	rozmowy	<b>CZERWIEC W NORWIDZIE</b> Spotkanie Zielonogórskiej Grupy Dziewiarskiej	Zapraszamy.	Koordinator: Katarzyna Poryszko.	WiMBP Pro Libris Café im. Andrzeja Waśkiewicza (parter biblioteki), al. Wojska Polskiego 9
wg inf.	wg inf.	wg inf.	<b>SPOTKANIA REDAKCJI „INSPIRACJI”</b> Omówienie wydania kolejnego numeru PISMA .	wg inf.	wg inf.	wg inf.
wg inf.	wg inf.	wg inf.	<b>ZESPÓŁ DS. ZIELENI „FIRLETKA”</b> spotkania wg inf. w ZESPOLE	wg inf.	Zapraszamy do współpracy.	ZUTW

**STUDIUM JĘZYKOWE**  
**II SEMESTR ROK AKADEMICKI 2023/2024**  
**Zajęcia odpłatne kończą się 14 czerwca br.**

poniedziałki 03,10.06.2024	10:00-10:45	JĘZYK WŁOSKI podstawowa	Maria Chodzińska słuchaczka ZUTW kier. Maria Majewska	ZUTW SALA WRZOSOWA
poniedziałki 03,10.06.2024	11:00-11:45	JĘZYK WŁOSKI podstawowa	Maria Chodzińska słuchaczka ZUTW kier. Henryka Frankiewicz	ZUTW SALA WRZOSOWA
poniedziałki 03,10.06.2024	12:30-13:15	JĘZYK FRANCUSKI podstawowa	mgr Helena Krzyżanowska członek wspierający ZUTW kier. Jolanta Nenycz	ZUTW SALA WRZOSOWA
poniedziałki 03,10.06.2024	13:30-14:15	JĘZYK FRANCUSKI średniozaawansowana	mgr Helena Krzyżanowska członek wspierający ZUTW kier. Janusz Mróz	ZUTW SALA WRZOSOWA

wtorki 04,11.06.2024	9:00-9:45	ANGIELSKI A1	mgr Anna Polus kier. Barbara Rzepka	ZUTW SALA ZIELONA
wtorki 04,11.06.2024	9:55-10:40	ANGIELSKI A 2	mgr Anna Polus kier. Jolanta Podlak	ZUTW SALA ZIELONA
wtorki 04,11.06.2024	10:50-11:35	ANGIELSKI A 0 +	mgr Anna Polus kier. Elżbieta Starykiewicz	ZUTW SALA ZIELONA
wtorki 04,11.06.2024	11:45-12:30	ANGIELSKI A 0 grupa od podstaw	mgr Anna Polus kier. Bożena Maria Niewiarowska	ZUTW SALA ZIELONA
środy 05,12.06.2024	10:00-10:45	NIEMIECKI A1	mgr Beata Łapanowska kier. Janina Godziszewska	ZUTW SALA WRZOSOWA
środy 05,12.06.2024	11:00-11:45	NIEMIECKI A2	mgr Beata Łapanowska kier. Henryka Frankiewicz	ZUTW SALA WRZOSOWA
środy 05,12.06.2024	8:35-9:20	ANGIELSKI A0 grupa od podstaw	mgr Józef Kozanowski kier. Stanisław Misiuk	ZUTW SALA ZIELONA
środy 05,12.06.2024	9:30-10:15	ANGIELSKI A1+	mgr Józef Kozanowski kier. Jerzy Kotarski	ZUTW SALA ZIELONA
środy 05,12.06.2024	10:25-11:10	ANGIELSKI B1	mgr Józef Kozanowski kier. Jerzy Kotarski	ZUTW SALA ZIELONA
środy 05,12.06.2024	11:20-12:05	ANGIELSKI B1+	mgr Józef Kozanowski kier. Maria Krystyna Kasprzyk	ZUTW SALA ZIELONA
środy 05,12.06.2024	12:15-13:00	ANGIELSKI A2	mgr Józef Kozanowski kier. Krzysztof Subocz	ZUTW SALA ZIELONA
środy 05,12.06.2024	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 AKA DEMICKI 2023/2024**  
**Zajęcia odpłatne kończą się 14 czerwca br.**

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	PROWADZĄCY / KIEROWNICY to /słuchacze ZUTW /	MIEJSCE
poniedziałki 03,10.06.2024	10:15-11:00	<b>PILATES MEDYCZNY</b> 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 03,10.06.2024	11:15- 12:00	<b>PILATES MEDYCZNY</b> 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 03,10.06.2024	8:30 – 9:15	<b>ĆWICZENIA</b> lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Mirosława Sokołowska Jadwiga Polańska	ZUTW Sala Wesola
poniedziałki 03,10.06.2024	9:30 – 10:15	<b>ĆWICZENIA</b> lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Bronisława Irena Dobiecka	ZUTW Sala Wesola
poniedziałki 03,10.06.2024	10:30- 11:15	<b>ĆWICZENIA</b> lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Grażyna Nieczkowska	ZUTW Sala Wesola
poniedziałki 03,10.06.2024	11:30–12:15	<b>ZDROWY KRĘGOSŁUP</b> grupa średniozaawansowana	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Brygida Szymańska-Żyża, Zuzanna Puch	ZUTW Sala Wesola

poniedziałki 03,10.06.2024	12:30-13:15	<b>PILATES</b> grupa zaawansowana	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny, kier. Krystyna Łaszcz	ZUTW Sala Wesoła
poniedziałki 03,10.06.2024	13:30-14:15	<b>ZDROWY KRĘGOSŁUP</b> grupa średniozaawansowana.	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Izabela Zalewska- Zakobielska	ZUTW Sala Wesoła
poniedziałki 03,10.06.2024	14:30-15:15	<b>NEUROBIK</b> dla seniorów. Zajęcia ruchowe z przyborami przy muzyce skupione na bodźcowaniu naszego mózgu.	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Grażyna Borodyńko	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 04,11.06.2024	8:15- 9:00	Chińska gimnastyka zdrowotna <b>TAI CHI</b>	Józef Kozanowski instruktor kier. Jadwiga Polańska	NESSFIT Akademia Ruchu ul. Wiśniowa 19A
wtorki 04,11.06.2024	9:15- 10:00	Chińska gimnastyka zdrowotna <b>TAI CHI</b>	Józef Kozanowski instruktor kier. Maria Ewa Iwanicka	NESSFIT Akademia Ruchu ul. Wiśniowa 19A
wtorki 04,11.06.2024	10:15–11:00	Chińska gimnastyka zdrowotna <b>TAI CHI</b>	Józef Kozanowski instruktor kier. Bernadetta Skubiszewska	NESSFIT Akademia Ruchu ul. Wiśniowa 19A
wtorki 04,11.06.2024	11:15–12:00	Chińska gimnastyka zdrowotna <b>TAI CHI</b>	Józef Kozanowski instruktor kier. Anna Kupniewska	NESSFIT Akademia Ruchu ul. Wiśniowa 19A
wtorki 04,11.06.2024	8:30 – 9:15	<b>ĆWICZENIA</b> lecniczo-usprawniająca narządy ruchu grupa początkująca	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Grażyna Zimna - Nahorska	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 04,11.06.2024	9:30 – 10:15	<b>ZDROWY KRĘGOSŁUP</b> ulga dla pleców	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Jolanta Różycka-Łacny	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 04,11.06.2024	10:30- 11:15	<b>ZDROWY KRĘGOSŁUP</b> ulga dla pleców	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Grażyna Siadul	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 04,11.06.2024	11:30–12:30	<b>Teatr TAŃCA</b> CON PASSIONE	Paweł Matyasik pedagog, tancerz, choreograf kier. Irena Furman	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 04,11.06.2024	12:45-13:30	<b>PROFILAKTYKA UKŁADU KRAŻENIA i WZMACNIANIE MIĘŚNI MIEDNICY</b>	dr Natalia Rogaczewska spec. Fizjoterapii kier. Helena Haczkowska	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 04,11.06.2024	13:40-14:25	<b>PROFILAKTYKA UKŁADU KRAŻENIA i WZMACNIANIE MIĘŚNI MIEDNICY</b>	dr Natalia Rogaczewska spec. Fizjoterapii kier. Grażyna Cwojdzka	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 04,11.06.2024	14:35-15:20	<b>PROFILAKTYKA UKŁADU KRAŻENIA i WZMACNIANIE MIĘŚNI MIEDNICY</b>	dr Natalia Rogaczewska spec. Fizjoterapii kier. Anna Stankowska	ZUTW Sala Wesoła
środa 05,12.06.2024	8:30 – 9:30	<b>JOGA</b> – ćwiczenia i metody doskonalenia ciała i umysłu	Danuta Styś - Wierzchołowska nauczyciel kier. Krystyna Gryc	ZUTW Sala Wesoła
środa 05,12.06.2024	9:45 – 10:45	<b>JOGA</b> – ćwiczenia i metody doskonalenia ciała i umysłu	Danuta Styś - Wierzchołowska nauczyciel kier. Maria Nalewajek	ZUTW Sala Wesoła
środa 05,12.06.2024	11:00–11:45	<b>RADOŚĆ TAŃCZENIA</b>	Aleksandra Matusiak- Kujawska pedagog tańca i śpiewu kier. Albina Bryll	ZUTW Sala Wesoła
środa 05,12.06.2024	12:00–12:45	<b>RADOŚĆ TAŃCZENIA</b>	Aleksandra Matusiak- Kujawska pedagog tańca i śpiewu kier. Krystyna Łaszcz	ZUTW Sala Wesoła
środa 05,12.06.2024	13:00–13:45	<b>GIMNASTYKA USPRAWNIAJĄCA</b> z muzyką	Irena Karnicka nauczyciel kier. Maria Jolanta Lorens, Genowefa Szklarz	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 06,13.06.2024	8:30- 9:15	<b>ĆWICZENIA</b> lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Janina Krawczyk	ZUTW Sala Wesoła

czwartki 06,13.06.2024	9:30- 10:15	<b>ĆWICZENIA</b> lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Ewa Puczko	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 06,13.06.2024	10:30–11:15	<b>ĆWICZENIA</b> lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	Monika Jabłońska instruktor rekreacji ruchowej kier. Helena Haczkowska	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 06,13.06.2024	11:30–12:15	<b>ZDROWY KRĘGOSŁUP</b> grupa średniozaawansowana	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Wanda Maciejewska	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 06,13.06.2024	12:30-13:15	<b>PILATES</b> grupa zaawansowana	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Małgorzata Barańska	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 06,13.06.2024	13:30-14:15	<b>NEUROBIK</b> 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 06,13.06.2024	14.30-15.15	<b>ZDROWY KRĘGOSŁUP</b> grupa średniozaawansowana	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Zuzanna Puch Elżbieta Pawlak	ZUTW Sala Wesoła
piątki 07,14.06.2024	10:15-11:00	<b>PILATES MEDYCZNY</b> 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 07,14.06.2024	11:15-12:00	<b>PILATES MEDYCZNY</b> 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 07,14.06.2024	8:30-9:30	<b>JOGA</b> dla średniozaawansowanych	dr Ewa Jędrzejowska dyplomowany instruktor jogi kier. Edward Ciaś	ZUTW Sala Wesoła
piątki 07,14.06.2024	9:40- 10:40	<b>JOGA</b> średniozaawansowanych	dr Ewa Jędrzejowska dyplomowany instruktor jogi kier. Jolanta Kwaśniewska	ZUTW Sala Wesoła
piątki 07,14.06.2024	10:50 -11:35	<b>GRUPA TANECZNA</b> "BARWY TAŃCA"3 zaawansowana	Krzysztof Kociński pedagog, tancerz, choreograf kier. Henryka Frankiewicz	ZUTW Sala Wesoła
piątki 07,14.06.2024	11:45 -12:30	<b>GRUPA TANECZNA</b> "BARWY TAŃCA"1	Krzysztof Kociński pedagog, tancerz, choreograf kier. Maria Nalewajek	ZUTW Sala Wesoła
piątki 07,14.06.2024	12:40-13:25	<b>GRUPA TANECZNA</b> "BARWY TAŃCA" 2	Krzysztof Kociński pedagog, tancerz, choreograf kier. Teresa Fitas	ZUTW Sala Wesoła
piątki 07,14.06.2024	16:00-17:00	<b>GRUPA TANECZNA</b> „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.**

Zakończenie zajęć. Zapraszamy w nowym roku akademickim 2024/2025.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	PROWADZĄCY	MIEJSCE
poniedziałki 03,10.06.2024	13:00 - 15:00	Aqua Aerobik – ćwiczenia w wodzie.	Uprawnieni do zajęć pracownicy CRS	Centrum Rekreacyjno – Sportowe ul. Sulechowska 41
piątki		Zajęcia zakończono. Aqua Aerobik. Gimnastyka usprawniająca.		Basen ul. Wyspiańskiego 17

## **KOMUNIKATY, OGŁOSZENIA ZUTW**

**Aktualne** informacje znajdują się na stronie Interntowej [www.utw.zgora.pl](http://www.utw.zgora.pl) i na FB

\*20 maja br. w KLUBIE FILOZOFICZNYM „COGITO” wykład pt. „**Liberalizm klasyczny**” wygłosił doktorant **Vadim Antsipau** z Uniwersytetu Zielonogórskiego. Dziękujemy.

\*Zastępca Prezydenta Miasta Zielona Góra Marek Kamiński zwrócił się z prośbą o wytypowanie 3 przedstawicieli z ZUTW do **reprezentowania środowiska w Zielonogórskiej Radzie Seniorów** w kadencji powołanej na lata 2024-2029,

Zgłoszono za zgodą zainteresowanych n/w 3 osoby :

1/Joanna Teresa Grabowska

2.Dorota Bartwińska

3/ Jolanta Małgorzata Kostecka

Zofia Banaszak Prezes Zarządu ZUTW

### **ZAPROSZONO NAS W MAJU - CZERWCU 2024 r.**

\*Na kolejny wykład z cyklu "**Wiek XX bez tajemnic**". Tym razem tematem była służba wojskowa Polaków w Wehrmachcie w czasie II wojny światowej. Wykład wygłosił **dr Ireneusz Wojewódzki**. **Spotkanie odbyło się 22 maja w auli A na kampusie B UZ al. Wojska Polskiego 69** Kwestia ta przez długi czas była tematem tabu. Już w czasach komunistycznych stała się przedmiotem politycznych manipulacji. O skomplikowanych losach mieszkańców ziem wcielonych do III Rzeszy przypomniła głośna sprawa Józefa Tuska, wykorzystana w kampanii wyborczej w 2005 r. Tymczasem w okresie wojny do Wehrmachtu powołano około pół miliona żołnierzy uznawanych za Polaków. Większość z nich pochodziła z terenów Pomorza i Śląska. dr Ireneusz Wojewódzki opowiedział historię żołnierzy, którzy wdzierając mundur, nie mieli wyboru. Przedstawi ich trudne położenie i kręte drogi, które często prowadziły z Wehrmachtu prosto w szeregi Polskich Sił Zbrojnych na Zachodzie.

\*Brydżowy Klub Seniora „IMPAS” i Lubuski Związek Brydża Sportowego zaprosili SENIORÓW 60+, (rocznik 1964 i starsi) na **Turniej Brydża o Puchar** Prezydenta Miasta Zielona Góra, który odbył się 26 maja 2024 r. o godz. 10.00 w restauracji TK (Kasyno) Zielona Góra ul. Mieszka I.

\*Prezydent Miasta Zielona Góra zaprosił nas **na uroczystości z okazji 64. Rocznicy Wydarzeń Zielonogórskich** w dn. 28 maja 2024 r. w Zielonej Górze.

\*Centrum Nauki Keplera – Centrum Przyrodnicze - 8-9.06.2024 na wystawę „**Egzotycznie-fantastycznie – kolekcja pajęczaków Pawła Piotrowskiego**” w godz. 10:00-18:00.

---

### **ZAPROSZENIE na badania dla 60 słuchaczy ZUTW**

**Zapisy badania na listę rezerwową w biurze Uniwersytetu po zapoznaniu się z poniższymi informacjami.**

**Termin badania: 10 czerwca 2024 od godz. 08:00**

**Do wzięcia udziału w badaniu naukowym** prowadzonym przez naukowców z Collegium Medicum Uniwersytetu Zielonogórskiego w Zielonej Górze przy współpracy z Uniwersytetem Przyrodniczym w Poznaniu, Pomorskim Uniwersytetem Medycznym w Szczecinie oraz Uniwersytetem Kaliskim.

**BADANIA DLA SŁUCHACZY ZUTW** przeprowadzą pracownicy naukowci **Collegium Medicum** z Uniwersytetu Zielonogórskiego: **dr hab. med. Magdalena Gibas - Dorna**, prof.UZ, Instytut Nauk o Zdrowiu / Katedra Anatomii i Histologii, Pradziekan ds. Studiów i Studentów oraz **doc.dr n. med. Jolanta Chmielowiec** Collegium Medicum/Instytut Nauk o Zdrowiu/Katedra Higieny i Epidemiologii.  
Tytuł badania: „**Sposób żywienia i stan odżywienia seniorów...**”

Badani też będą pensjonariusze zakładu opieki długoterminowej w województwie lubuskim.

**Wprowadzenie:** Powszechnie wiadomo, że stosowanie zbilansowanej diety, która wspiera utrzymanie zdrowia i dobrego samopoczucia oraz opóźnia procesy starzenia, odgrywa kluczową rolę w zapewnieniu dobrostanu osób w wieku starszym dając im szansę na samodzielność i minimalizację izolacji społecznej. Właściwe żywienie znacząco zmniejsza ryzyko chorób przewlekłych, które wpływają negatywnie na jakość życia osób starszych i zwiększają koszty ich leczenia oraz korzystnie wpływa na funkcje poznawcze.

**Cel badania:** badania mają na celu sprawdzenie **aktualnego** stanu odżywienia i sposobu żywienia oraz czynników wpływających na stan odżywienia w oparciu o ocenę:

- parametrów antropometrycznych (waga, wzrost)
- dzienniczek żywieniowych i standaryzowanych ankiet odnoszących się do tematyki badania
- surowiczego poziomu witaminy D oraz B12 (oznaczenia z krwi),
- profilu lipidowego (frakcje cholesterolu)
- surowicznych stężeń wybranych hormonów, które regulują łaknienie (oznaczenia z krwi – insulina, grelina, leptyna, adiponektyna),
- wybranych genów związanych z trawieniem i wchłanianiem składników pokarmowych, jak i z preferencjami żywieniowymi.

#### **Spodziewamy się uzyskać odpowiedź na pytania:**

- czy sposób żywienia i stan odżywienia słuchaczy UTW w Zielonej Górze (grupa kontrolna) oraz pensjonariuszy ZOL w Ciborzu (grupa badana) jest zgodny z rekomendacjami towarzystw naukowych?
- jak różni się stan odżywienia pomiędzy badanymi grupami (ZUTW vs. ZOL)?
- jaki jest związek pomiędzy sposobem żywienia i stanem odżywienia, a ekspresją genów odpowiedzialnych za trawienie, wchłanianie i preferencje żywieniowe uczestników badania?

Planujemy także wdrożyć odpowiednie działania w zakresie dietetyki i planowania żywienia w formie konsultacji dietetyka klinicznego, jeśli zaobserwowane zostaną niepokojące odchylenia od normy.

Do oznaczeń będziemy potrzebować ok. 10ml krwi żyłnej pobranej przez wykwalifikowany personel pielęgniarski. Oprócz ww. badanych parametrów wykonane zostaną oznaczenia z krwi żyłnej (morfologia, rozmaz, glukoza, żelazo, wapń, białko, białko CRP), za które Pani/Pan nie płaci. Oznaczenia z krwi będą przeprowadzone w Uniwersytecie Przyrodniczym w Poznaniu, w Pomorskim Uniwersytecie Medycznym w Szczecinie (oznaczenia genetyczne) oraz w laboratorium ZOL w Ciborzu.

**Możliwe efekty uboczne procedur medycznych** są minimalne, ponieważ nie wprowadzamy do organizmu żadnych substancji/leków i wiążą się jedynie z pobieraniem krwi (np. siniak w miejscu uklucia igłą).

**Prywatność oraz prawo do odmowy i wycofania się:** udział w badaniu jest dobrowolny, a dane osobowe uczestników badania pozostają poufne. Pani/Pana nazwisko, ani żadne inne dane osobowe nie zostaną użyte w publikacjach z tego badania. Z badania może się Pani/Pan wycofać na każdym etapie jego trwania bez jakichkolwiek konsekwencji.

**Odpowiedzialność za badanie:** badanie zostało zgłoszone do Komisji Bioetycznej działającej przy Uniwersytecie Zielonogórskim. Komisja ta jest zobowiązana do upewnienia się, że badanie z udziałem pacjentów spełnia odpowiednie wymagania oraz, że prawa pacjentów, jak i ich dobro są zabezpieczone. Komisja Bioetyczna zapoznała się również z zasadami tego badania.

**Warunki ubezpieczenia** na wypadek szkody odniesionej przez uczestnika badania wskutek pobierania materiału do badań (tu: krwi) określa polisa OC nr 1020707695 zawarta przez Powszechny Zakład Ubezpieczeń z Panią dr n.med. Jolantą Chmielowiec.

Ogólne warunki ubezpieczenia dostępne są na stronie internetowej PZU: <https://www.pzu.pl/filesserver/item/1549040> oraz do wglądu, w trakcie rekrutacji i trwania badania.



## Koncert „MODERATO”

### **Występują:**

Chór ZUTW *Moderato* p/d Jakuba Gościniaka  
Bogumiła Tarasiewicz-Ciesielska - mezzosopran

Anna Gościniak – śpiew

Danuta Kłos - śpiew

Jolanta Lorens - śpiew

Jakub Kotowski - skrzypce

\*\*\*\*\*

Martyna Ptaszyńska - skrzypce

Monika Zgórecka - altówka

Justyna Bernat - wiolonczela

Marek Siwka - perkusja

Paweł Słoniowski - gitara basowa

Jakub Gościniak – fortepian

\*\*\*\*\*

Gościnnie: Aleksandra Matusiak – Kujawska - śpiew

\*\*\*\*\*

**ZAPRASZAMY NA KONCERT  
JUBILEUSZOWY  
CHÓRU ZIELONOGÓRSKIEGO  
UNIwersYTETU TRZECIEGO WIEKU  
MODERATO p/d JAKUBA GOŚCINIAKA**

W drugiej części koncertu wystąpi  
**Aleksandra Matusiak – Kujawska**  
z recitalem dedykowanym **MODERATO**

**10 czerwca 2024 roku, godz. 17:00**  
**Centrum Nauki Keplera - Planetarium  
Wenus**

ul. Generała Władysława Sikorskiego 10  
Zielona Góra

### **ZAPROSZENIE**

Szanowni Państwo

Liderzy Uniwersytetów Trzeciego Wieku w Polsce

W uzgodnieniu z Biurem Rzecznika Praw Pacjenta zapraszamy na spotkania on-line organizowane przez Agencję Badań Medycznych we współpracy z Ambasadorami Badań Klinicznych.

Celem spotkania jest szerzenie i propagowanie wiedzy na temat badań klinicznych oraz budowanie świadomości na temat procesu powstawania nowych leków i technologii medycznych.

**Dedykowane jest wszystkim osobom zainteresowanym tematyką badań klinicznych, a w szczególności pacjentom.** Na spotkaniu pacjenci uzyskają odpowiedzi na najczęściej zadawane pytania:

- Co to są badania kliniczne?
- Czy są jakieś badania kliniczne dla mnie?
- Gdzie można znaleźć informacje o badaniach klinicznych?
- Czy udział w badaniu klinicznym jest bezpieczny?
- Jakie są prawa i obowiązki uczestnika badania klinicznego?
- Co się stanie, jak wezmę udział w badaniu klinicznym lub nie wezmę udziału?
- Czy mogę w każdej chwili zrezygnować z badania i jeśli tak co się wtedy stanie?
- Czy otrzymam wynagrodzenie za udział w badaniu klinicznym?

**Spotkanie odbędzie się 25 czerwca 2024 r. w godz. 17.00-18.30.**

W celu rejestracji na wydarzenie, należy uzupełnić formularz znajdujący się na stronie:

<https://abm.gov.pl/pl/trainings/77k111,Spotkanie-informacyjne-dla-pacjentow-z-Ambasadorami-Badan-Klinicznych.html?sid=63d94dbfbd0ec1fe67f743686d80463>

W razie jakichkolwiek pytań lub wątpliwości dotyczących rejestracji lub wydarzenia prosimy kontakt na adres e-mailowy szkolenia: [szkolenia@abm.gov.pl](mailto:szkolenia@abm.gov.pl)

Z poważaniem, Zespół Ogólnopolskiej Federacji Stowarzyszeń UTW

## **ZAPRASZAMY W CZERWCU 2024 r. NA WYBRANE WYDARZENIA WiMBP**

***Irysy w fotografii i hodowli***, wystawa fotograficzna Józefa Koncewicza.

Koordinator: Zofia Tomala.

**Wystawa czynna od 6 maja do 30 czerwca, w godzinach otwarcia, Filia nr 12, ul. Morelowa 34, tel. 45 38 744**

***Kwiaty*** – wystawa grafik uczestników zajęć z Pracowni Reklamy Wizualnej, pod kierownictwem p. Romana Frodymy z MCKiE „Dom Harcerza”. Koordynator: Natalia Kononowicz-Rogalska

**Wystawa czynna od 9 maja do 14 czerwca, w godzinach otwarcia, Filia nr 11, ul. Ptasia 32, tel. 68 45 10 892**

***Akwarele Joanny Lichockiej*** – otwarcie wystawy zielonogórskiej artystki. Prezentowane prace nie były nigdy wcześniej eksponowane. Koordynator: Kornelia Waloch i Dana Ponomarenko. Wystawa czynna od 3 do 28 czerwca br.

**Finisaż wystawy 24 czerwca, godz. 17.00 3 czerwca, godzina 12.00, Filie nr 4 i 9, ul. Podgórna 45, tel. 68 45 26 334, 68 45 32 661**

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, Koordynator Biblioteki

Obcojęzycznej. Lista

rezerwowa: tel. 68 45 32 638, [a.ginko@biblioteka.zgora.pl](mailto:a.ginko@biblioteka.zgora.pl). Organizacja: Biblioteka

Obcojęzyczna 3 czerwca 2024, godz. 17.00-18.00, **Pro Libris Café im. Andrzeja K.**

**Waśkiewicza, (parter Biblioteki), al. Wojska Polskiego 9**

**Nowoczesne technologie bez tajemnic** – Zajęcia z obsługi smartfonów dla seniorów.

Prowadzenie: Natalia Dyjas-Szatowska. Spotkanie zamknięte.

**5 czerwca, godz. 12.30, Mediateka Góra Mediów, al. Wojska Polskiego 9, tel. 68 45 32 615**

**10(13). KOZZI FILM FESTIWAL. KOZZI NOWICKI HŁASKO**

**6-9 czerwca, Zielona Góra / Kargowa / Zatonie**

**[www.facebook.com/festiwalzgora](https://www.facebook.com/festiwalzgora) , [www.festiwal.norwid.net.pl](http://www.festiwal.norwid.net.pl) ,**

**[festiwal@biblioteka.zgora.pl](mailto:festiwal@biblioteka.zgora.pl)**

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, Koordynator Biblioteki Obcojęzycznej.

Lista rezerwowa: tel. 68 4532638, [a.ginko@biblioteka.zgora.pl](mailto:a.ginko@biblioteka.zgora.pl). Organizacja: Biblioteka

Obcojęzyczna

10 czerwca, godz. 17.00-18.00, **Pro Libris Café im. Andrzeja K. Waśkiewicza, (parter**

**Biblioteki), al. Wojska Polskiego 9**

***Z grzybami pleśniowymi mieszkać nie wolno*** – wystawa fotografii prof. Marleny Piontek, naukowczynie z Wydziału Budownictwa, Architektury i Inżynierii Środowiska Uniwersytetu Zielonogórskiego. Koordynator: Marcin Bogucki, tel. 68 45 10 891

Czas trwania wystawy: od 11 czerwca do 30 sierpnia br.

**11 czerwca do 30 sierpnia, Filie nr 1 i 11, ul. Ptasia 32**

**Atrakcje turystyczne Zielonej Góry i ich dostępność rowerowa** – spotkanie dla młodzieży i dorosłych na temat ciekawych i wartych odwiedzenia miejsc na mapie Zielonej Góry, do których można bezpiecznie dotrzeć rowerem. Prowadzenie: członkowie Studenckiego Koła Naukowego Turystyki i ich opiekunka dr Iwona Miedzińska z Instytutu Sportu, Turystyki i Żywności Uniwersytetu Zielonogórskiego (Wydział Nauk Biologicznych)  
Wydarzenie w ramach projektu ph. **Tam, gdzie oczy poniosą! Poznaj Zieloną Górę na dwóch kółkach**. Projekt współfinansowany przez samorząd Miasta Zielona Góra.  
Koordynator: Marcin Bogucki, tel. 68 45 10 891  
**11 czerwca, godz. 17.00-18.00, Filie nr 1 i 11, ul. Ptasia 32**

**Cykl – Spotkania z podróżnikami, Brazylia to nie tylko karnawał**  
Gość spotkania: Grzegorz Woźniakowski, miłośnik podróży i wypraw rowerowych.  
Koordynator: Zofia Tomala  
**12 czerwca, godz. 16.30, Filia nr 12, ul. Morelowa 34, tel. 68 45 38 744**

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, Koordynator Biblioteki Obcojęzycznej.  
Lista rezerwowa: tel. 68 4532638, [a.ginko@biblioteka.zgora.pl](mailto:a.ginko@biblioteka.zgora.pl). Organizacja: Biblioteka Obcojęzyczna  
**13 czerwca, godz. 11.00-12.00, Pro Libris Café im. Andrzeja K. Waśkiewicza, (parter Biblioteki), al. Wojska Polskiego 9**

**Spotkanie Bibliotecznego Klubu Gier Planszowych** – cykl comiesięcznych spotkań dla osób dorosłych. Moderator: Joanna Wasąg  
Obowiązują zapisy: Filia nr 8: tel. 68 45 17 424, e-mail: [filia8@biblioteka.zgora.pl](mailto:filia8@biblioteka.zgora.pl)  
**13 czerwca, godz. 16.00, Filia nr 8, ul. Spawaczy 13a**

**Zróbmy sobie książkę! Rodzinne warsztaty tworzenia książki artystycznej z poezją Czesława Miłosza.** W jaki sposób, za pomocą dostępnych środków, stworzyć własną, niepowtarzalną książkę? Warsztaty skierowane do dzieci od 10 roku życia, młodzieży i dorosłych.  
**Prowadzenie:** Luiza Wróblewska, koordynator: Kornelia Waloch  
Obowiązują zapisy! Tel. 68 45 26 334, email: [filia4@biblioteka.zgora.pl](mailto:filia4@biblioteka.zgora.pl)  
**17 czerwca, godz. 16.30-18.00, Filia nr 4, ul. Podgórna 4**

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, Koordynator Biblioteki Obcojęzycznej. Lista rezerwowa: tel. 68 4532638, [a.ginko@biblioteka.zgora.pl](mailto:a.ginko@biblioteka.zgora.pl). Organizacja: Biblioteka Obcojęzyczna  
**17 czerwca 2024, godz. 17.00-18.00, Pro Libris Café im. Andrzeja K. Waśkiewicza, (parter Biblioteki), al. Wojska Polskiego 9**

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, Koordynator Biblioteki Obcojęzycznej. Lista rezerwowa: tel. 68 4532638, [a.ginko@biblioteka.zgora.pl](mailto:a.ginko@biblioteka.zgora.pl). Organizacja: Biblioteka Obcojęzyczna  
**20 czerwca 2024, godz. 10.00-11.00, Pro Libris Café im. Andrzeja K. Waśkiewicza, (parter Biblioteki), al. Wojska Polskiego 9**

**Spotkanie Dyskusyjnego Klubu Książki dla dorosłych przy Filii nr 1**  
Koordynator: Marcin Bogucki  
**20 czerwca, godz. 10.30, Filia nr 1, ul. Ptasia 3, tel. 68 45 10 891**

**Spotkanie autorskie z Kazimierzem Wysockim**, malarzem, poetą, podróżnikiem i satyrykiem  
Prowadzenie: Marcin Radwański  
Spotkanie otwarte, tel. 68 320 10 11, email: [filia2@biblioteka.zgora.pl](mailto:filia2@biblioteka.zgora.pl)  
**21 czerwca, godz. 18.00-20.00, Filia nr 2, os. Pomorskie 13 (Budynek Szkoły)**

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, Koordynator Biblioteki Obcojęzycznej.  
Lista rezerwowa: tel. 68 4532638, [a.ginko@biblioteka.zgora.pl](mailto:a.ginko@biblioteka.zgora.pl). Organizacja: Biblioteka Obcojęzyczna  
**24 czerwca, godz. 17.00-18.00, Mediateka Góra Mediów, al. Wojska Polskiego 9**

Finisaż wystawy prac – akwareli Joanny Lichockiej. Koordynator: Kornelia Waloch i Dana Ponomarenko. Wystawa czynna od 3 do 28 czerwca br.  
**27 czerwca, godz. 17.00-18.00, Filia nr 4, ul. Podgórna 45, tel. 68 45 26 334**

**Social Media Networking** – Jak tworzyć treści do internetu?, Jak wypromować swój mały biznes w sieci? **Rozmowy na temat mediów społecznościowych.**  
Prowadzenie: Karolina Zielska, Daria Żytyńska  
**25 czerwca, godz. 18, Mediateka Szklana Pułapka, ul. Wrocławska 12A, tel. 68 47 51 807**

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, Koordynator Biblioteki Obcojęzycznej.  
Lista rezerwowa: tel. 68 4532638, [a.ginko@biblioteka.zgora.pl](mailto:a.ginko@biblioteka.zgora.pl). Organizacja: Biblioteka Obcojęzyczna  
**27 czerwca 2024, godz. 10.00-11.00, Pro Libris Café, im. Andrzeja K. Waśkiewicza, (parter Biblioteki Norwida).**

**Spotkanie Dyskusyjnego Klubu Kryminału** – cykl comiesięcznych spotkań skupionych wokół literatury kryminalnej. Dyskusja na temat książki M. Mossa „Polana”.  
Moderacja: Joanna Wasąg. Obowiązują zapisy: tel. 68 45 17 4 24, e-mail: [filia8@biblioteka.zgora.pl](mailto:filia8@biblioteka.zgora.pl)  
**27 czerwca, godz. 16.00-18.00, Filia nr 8, ul. Spawaczy 13a**

**Rowerem ku przygodzie** – spotkanie z grupą Coffee Tea Trip, miłośników rowerowych wypraw oraz dobrej kawy i herbaty parzonej w terenie. ([coffeeteatrip.blogspot.com](http://coffeeteatrip.blogspot.com), [instagram.com/coffeeteatrip](https://www.instagram.com/coffeeteatrip)). Spotkanie w ramach projektu „Tam, gdzie oczy poniosą” współfinansowanego przez Urząd Miasta Zielona Góra. Koordynacja i prowadzenie: Kornelia Waloch  
**27 czerwca, godz. 18.00, Filia nr 4, ul. Podgórna 45, tel. 68 45 26 334**

Spotkanie dla poetów i tłumaczy. Przy kawie i herbacie czytamy i redagujemy swoje teksty, wymieniamy się uwagami i komentarzami, rozmawiamy o pisaniu, wspieramy się w procesie twórczym. Spotkania realizowane w ramach Dyskusyjnego Klubu Książki. Koordynacja i prowadzenie: Agnieszka Ginko, poetka i pisarka. Zapisy: 68 453 2638, [a.ginko@biblioteka.zgora.pl](mailto:a.ginko@biblioteka.zgora.pl)  
**28 czerwca 2024, godz. 18.00-20.00, Pro Libris Café, im. Andrzeja K. Waśkiewicza, (parter Biblioteki Norwida).**

## Wczasy nad morzem w Pustkowie

Termin: od 13 do 24 września 2024 r.

**Zapisy w biurze Uniwersytetu 11 czerwca br. (wtorek) w godzinach od 9:00 do 12:00.** Pierwszeństwo do wyjazdu mają słuchacze Uniwersytetu oraz członkowie wspierający. Należy spełnić następujące warunki: mieć **opłaconą składkę członkowską na I semestr** roku akademickiego 2024/2025. 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!

### Oplaty

W dniach **27 sierpnia** (wtorek) i **28 sierpnia** (środa) w godz. **od 9:00 do 11:00** pobierana będzie opłata za ubezpieczenie i przejazd autokarem z Zielonej Góry do Pustkowa i na powrót.

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 CZERWCU 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
2	Nd	Olga Sikorska Przodownik turystyki pieszej PTTK	Bieniów-Gorzupia-Nowogród Bobrzański
9	Nd	Anna Szpręglewska Przodownik Turystyki Pieszej PTTK	Okolice Zielonej Góry
15	Sb	Olga Sikorska Przodownik turystyki pieszej PTTK	Do Budachowa na „Święto pieroga”
16	Nd	Andrzej Kizimowicz Przodownik turystyki pieszej PTTK	Do Sławy
23	Nd	Andrzej Kizimowicz Przodownik turystyki pieszej PTTK	Do Pszczewa pociągiem
30	Nd	Konrad Majewski Przodownik turystyki pieszej PTTK	Na Wzgórza Dalkowskie

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 czerwcu /60 osób/, lipcu /65 osób/**  
**i sierpniu /54 osoby/**

Najstarszy słuchacz w czerwcu ma 89 lat,  
najmłodsza słuchaczka 62 lata,  
w lipcu najstarsza słuchaczka ma 96 lat, najmłodszy słuchacz 64 lata,  
w sierpniu najstarsza słuchaczka ma 91 lat, najmłodsza 62 lata.

W dniu Waszych urodzin życzymy Wam,  
abyście zawsze byli otoczeni przez ludzi,  
którzy Was kochają, i doświadczali chwil,  
które sprawiają, że życie jest wyjątkowe.  
Niech Wasze urodziny będą jak uśmiech losu,  
przynosząc radość, zdrowie i pomyślność na każdym kroku.  
Wszystkiego najlepszego !

**ŻYCZENIA WAKACYJNE**



Życzymy Wam, by te wakacje na zawsze pozostały w Waszej  
pamięci jako wyjątkowo udane.  
By tak było, niech słońce świeci jak najczęściej.  
Nowo odkryte miejsca i nowo poznani ludzie, niech sprawią, że  
poczujecie się jeszcze szczęśliwsi.

Zarząd ZUTW  
Zofia Banaszak Prezes Zarządu

Program napisała: Zofia Banaszak. Korekta: Teresa Błaszyńska