


ZIELONOGÓRSKI UNIwersYTET TRZECIEGO WIEKU



Kontakt: al. Wojska Polskiego 9 65 - 077 Zielona Góra tel. 68 453-26-51 tel. kom. +48 727 018 099	Kontakt: www.utw.zgora.pl Polub nas: www.facebook.com/utw.zgora e-mail: kontakt@utw.zgora.pl
Organizacja Pożytku Publicznego wpisana do Krajowego Rejestru Sądowego pod numerem 0000013459 NIP: 929-131-63-84 REGON: 970397673 Bank BGŻ BNP Paribas S.A. Oddział w Zielonej Górze 55 2030 0045 1110 0000 0256 3310	

PROGRAM ZAJĘĆ NA MARZEC 2026 ROKU

	<p>Drogie Panie</p> <p>z Zielonogórskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku, z okazji Dnia Kobiet życzymy Wam zdrowia, pogody ducha, wielu pięknych chwil oraz nieustającej energii do rozwijania pasji i spełniania marzeń. Niech każdy dzień przynosi Wam radość, życzliwość ludzi i powody do dumy z tego, jak wiele wnosicie w życie innych.</p> <p>Z serdecznymi pozdrowieniami</p> <p>Panowie z ZUTW</p>
--	---

KOMUNIKATY. PROSIMY O ODNOTOWANIE.

- ❖ **Sekretariat i biuro ZUTW czynne** od poniedziałku do piątku w godz. 8:00 do 15:00.
- ❖ **Kasa czynna** od poniedziałku do czwartku w godz. 9:00 do 14:00. W piątki kasa nieczynna.
- ❖ **Prosimy o odnotowanie** wydarzeń i skorzystanie z zaproszeń w marcu br. Więcej inf. na tablicy ogłoszeń w ZUTW, na stronie Internetowej: www.utw.zgora.pl oraz na FB oraz na kolejnych stronach programu.

	<p><u>1,5 % NA TWÓJ I NASZ ZIELONOGÓRSKI UNIwersYTET TRZECIEGO WIEKU.</u> KRS: 0000013459 <u>To czas rozliczeń z fiskusem.</u></p> <p><u>SZANOWNI SŁUCHACZE !</u> Od stycznia 2026 roku możemy znowu wspomóc Twój i nasz Zielonogórski Uniwersytet Trzeciego Wieku wpłatami z 1,5 %. Zachęćmy innych do tego działania. Przekażmy tę prośbę swoim dzieciom, wnukom, przyjaciółom i znajomym. Prosimy Państwa o 1,5 % podatku na wsparcie naszych działań na rzecz seniorów: - na Zielonogórski Uniwersytet Trzeciego Wieku - Organizację Pożytku Publicznego. Pomagamy w wypełnianiu PIT – ów.</p>
	<p>SŁUCHACZE – SŁUCHACZOM</p> <p>„Pomagając innym, uczymy się razem, poznajemy się lepiej” Jeśli potrafisz korzystać z technologii – pomóż innym. Jeśli chcesz się nauczyć – skorzystaj z pomocy kolegów i koleżanek. Zapraszamy słuchaczy ZUTW do wzajemnej pomocy w nauce obsługi telefonu, tabletu, laptopa i Internetu. Zapraszamy osoby, które:</p> <ul style="list-style-type: none">• chcą pomagać innym w nauce w przyjaznej i spokojnej atmosferze,• dobrze radzą sobie z telefonem, tabletem lub Internetem,• lubią dzielić się swoimi umiejętnościami i doświadczeniem. <p>Terminy do wspólnego ustalenia. Zapisy w sekretariacie ZUTW. Więcej informacji na tablicy ogłoszeń w siedzibie Uniwersytetu.</p>

WYKŁADY, SEMINARIA, KONFERENCJE, PRELEKCJE, SPOTKANIE W ZESPOŁACH, KLUBACH, SPOTKANIA MUZYCZNE, TEATRALNE, WARSZTATY, WYJAZDY EDUKACYJNE, ZDROWOTNE, JEZYKI, GIMNASTYKI, ZAPOWIEDZI, GRATULACJE, PODZIĘKOWANIA, PROJEKTY I INNE.

DZIEŃ	GODZ.	RODZAJ	TEMAT ZAJĘĆ	OPIS	PROWADZĄCY	MIEJSCE
poniedziałki 02.03.2026, 09.03.2026, 16.03.2026, 23.03.2026, 30.03.2026	10:00- 12:00	próby, warsztaty	KABARET „MONTE VERDE” Próby, warsztaty, przygotowanie nowych programów, występy..	Zapraszamy zainteresowanych. słuchaczy. Zajęcia odpłatne.	Jarosław Marek Sobański kabareciarz kier. Teresa Kurowska, Maria Wywiat-Jahn słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
poniedziałek 02.03.2026	11:15	spektakl	ZAPROSZENIE na spektakl Teatru „Impuls” pt. „Ostre cięcie”.	Zapraszamy do kabaretu „RETRO”, który prowadzi dr Teresa Samulczyk. Inf. w ZUTW	dr Teresa Samulczyk pedagog teatru słuchaczka ZUTW	Spółdzielczy Dom Kultury Nowita ul. II Armii 30-40
poniedziałki 02.03.2026, 09.03.2026, 16.03.2026, 23.03.2026, 30.03.2026	12:15- 14:00	warsztaty, wykłady, ćwiczenia	GRUPA FOTOGRAFICZNO – FILMOWA „KWADRAT” Warsztaty, wykłady, ćwiczenia.	GRUPA obsługująca spotkania i wydarzenia w ZUTW. Zapraszamy do KLUBU nowych słuchaczy.	kier. Bolesław Polarczyk słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
poniedziałki 02.03.2026, 09.03.2026, 16.03.2026, 23.03.2026, 30.03.2026	13:30- 15:30	gry	KLUB SZACHOWY Gry usprawniające pamięć (szachy, warcaby i różne gry planszowe).	Zapraszamy.	kier. Stanisław Jeżowski słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
poniedziałki 02.03.2026, 09.03.2026, 16.03.2026, 23.03.2026, 30.03.2026	16:30- 18:00	próby, warsztaty, koncerty	CHÓR „MODERATO” Przygotowanie do koncertów, koncerty.	<i>Zajęcia odpłatne.</i>	Dyrygent: Jakub Gościński kier. Maria Jolanta Lorens, Teresa Tropak	ZUTW Sala Klubowa
wtorek 03.03.2026	10:00	plener	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOOKO” Plener fotograficzny: „Osiedle Morelowa i Słowackiego”.	Zapraszamy członków KLUBU.	Regina Pawliczak kier. KLUBU słuchaczka ZUTW	Spotkanie przy ul. Partyzantów 40.
wtorek 03.03.2026	12:00	montaż wystawy	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOOKO” Przygotowanie ekspozycji „Cztery pory roku w Ogrodzie Botanicznym”.	Instalacja wystawy fotograficznej w Filii WiMBP nr 12.	Regina Pawliczak kier. KLUBU słuchaczka ZUTW, słuchacze z KLUBU „FOTOOKO”.	Filia WiMBP nr 12 ul. Morelowa 34 ZG
wtorek 03.03.2026, 10.03.2026, 17.03.2026, 24.03.2026.	12:45- 14:45	próby, przygotowanie do koncertów	SPIEWNIK UNIWEKSYTECKI „Być kobietą... w piosence”.	Zapraszamy do zespołu.	kier. Mirosława Branicka – Polarczyk, Wanda Rejman słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa

wtorek 03.03.2026	17:00	Zielonogórski Big-Beat	MARZEC W NORWIDZIE Rozmowy o Zielonej Górze- Zielonogórski Big-Beat .	Udział: Edmund Witzak, Adam Rajchel, Bogdan Springer	Nad całością cyklu czuwa prof. Ryszard Zaradny, a spotkanie organizuje Towarzystwo Miłośników Zielonej Góry "Winnica" przy współorganizacji WiMBP im. C. Norwida w Zielonej Górze.	WiMBP Pro Libris Café im. Andrzeja K. Waśkiewiczza
wtorek 03.03.2026	18:00	program TVP3	KALEJDOSKOP SENIORA „Srebrny Wiek”. „SZALONE SENIORKI – kobiety z pasją”.	Program dla seniorów. Zapraszamy do wysłuchania audycji oraz udział w rozmowach telefonicznych.	Prowadzenie: Jan Bitka, Władysław Edelman słuchacze ZUTW	Telewizja TVP3 Gorzów Wielkopolski
środy 04.03.2026, 11.03.2026, 18.03.2026, 25.03.2026	09:30- 11:30	spotkania, warsztaty	KLUB RĘKODZIEŁA „ATŁASEK” „Budzenie kolorów”.	*Wiosenne kwiaty 3D /broszki/. *Kolorowe podkładki i serwetki w kształcie kwiatów. *Opaski na głowę w pastelowych barwach.	kier. Dorota Jarmińska, Małgorzata Dębińska słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
środa 04.03.2026	09:30	zajęcia kreatywne	ZAPROSZENIE Partnerskie Miejskie Przedszkole Nr 34 „Rozśpiewane Przedszkole” w Zielonej Górze zaprasza słuchaczy na zajęcia kreatywne w BWA.	<i>Międzypokoleniowe spotkania.</i>	Zapraszamy słuchaczy. Zapisy w ZUTW.	BWA al. Niepodległości 19 ZG
środy 04.03.2026, 11.03.2026, 18.03.2026, 25.03.2026	10:00- 12:30	wykłady, warsztaty	ZESPÓŁ PLASTYCZNY „KONTRAPOST” Zapraszamy na zajęcia zainteresowanych malarstwem słuchaczy.	Przygotowanie do wystaw, plenery. <i>Zajęcia bezpłatne.</i> <i>Zapraszamy nowych słuchaczy.</i>	Leopold Kolbiarz malarz Członek Honorowy ZUTW kier. Helena Lebiecka słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
środy 04.03.2026, 11.03.2026, 18.03.2026, 25.03.2026	13:00- 14:30	warsztaty próby	ZESPÓŁ WOKALNO – ESTRADOWY „AKOLADA” warsztaty, próby, koncerty.	<i>Zajęcia odpłatne.</i> Zapraszamy do Zespołu.	Tomasz Pilecki opiekun muzyczny, aranżer utworów kier. Estera Dolińska Barbara Ciorga- Kwiecień słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
czwartek 05.03.2026	10:00	plener	PRACOWNIA EDUKACJI FOTOGRAFICZNEJ Plener – „Plac Słowiański”.	<i>Zajęcia odpłatne.</i>	Paweł Janczaruk fotograf Członek Honorowy ZUTW kier. Teresa Gradzik słuchaczka ZUTW	Plac Słowiański ZG
czwartek 05.03.2026	10:30	koncert	ŚPIEWNIK UNIERSYTECKI „Być kobietą...” Koncert dla nauczycieli – emerytów SE ZNP.	Zapraszamy członków „Śpiewnika Uniwersyteckiego”.	Prowadzenie: Miroslawa Branicka – Polarczyk słuchaczka ZUTW	MOPS ul. Długa 5 ZG
czwartek 05.03.2026	14:30: 15:45	wykład	KLUB GEOLOGICZNY „Przyczyny i skutki zmian klimatu”.	Zapraszamy członków KLUBU.	kier. Elżbieta Dąbrowska - Żurawik geolog słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa

czwartek 05.03.2026	18:00	spotkanie, promocja książek	MARZEC W NORWIDZIE CZWARTEK LUBUSKI z Elżbietą Hossą- Lenglain.	Spotkanie połączone z promocją książek „Chwila, która zmienia” oraz „Komnata czasu”.		WiMBP Pro Libris Café im. Andrzeja K. Waśkiewicza
piątki 06.03.2026, 13.03.2026, 20.03.2026, 27.03.2026	09:00- 11:00	warsztaty, wykłady, wystawy	ZESPÓŁ PLASTYCZNY TERMOPILE Tematy zajęć podawane z wyprzedzeniem na zajęciach.	<i>Zajęcia odpłatne.</i>	Cezary Bednarczyk malarz kier. Zygmunt Jankowski słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
piątek 06.03.2026	10:00- 10:45	smartfon – narzędzie edukacyjne	OBSŁUGA SMARTFONOWYCH APLIKACJI ChatGPT pierwsze kroki	<i>Zajęcia odpłatne</i>	Paweł Janczaruk fotograf Członek Honorowy ZUTW kier. Anna Przybylak słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Zielona
piątek 06.03.2026	10:00- 12:00	wykład, warsztaty	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOX” Poznajemy funkcje i zasady funkcjonowania aparatu fotograficznego i obiektywów – Ćwiczenia.	Zapraszamy członków KLUBU.	Kazimierz Błaszyński słuchacz ZUTW kier. Klubu	ZUTW Sala Klubowa
piątki 06.03.2026, 13.03.2026, 20.03.2026, 27.03.2026.	11:15- 13:15	warsztaty, wykłady, wystawy	ZESPÓŁ PLASTYCZNY „PASTELE Tematy zajęć podawane z wyprzedzeniem na zajęciach.	<i>Zajęcia odpłatne.</i>	Cezary Bednarczyk malarz kier. Teresa Kłossowska-Lubos, Halina Bohdanowicz słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
piątki 06.03.2026, 13.03.2026, 20.03.2026, 27.03.2026	13:00- 17:00	rozgrywki brydżowe	KLUB BRYDŻOWY Rozgrywki.	Zapraszamy zapisanych słuchaczy.	kier. Anna Kwolek, Mirosława Mięsiak słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
poniedziałek 09.03.2026	10:30- 12:00	wykład	KLUB FILOZOFICZNY „COGITO” „Filozofia dialogu” - cd.	Zapraszamy.	dr Paweł Walczak UZ kier. Jerzy Lewandowski, Anna Barbara Czarnecka słuchacze ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
wtorek 10.03.2026	10:00- 12:00	przeгляд zdjęć	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOOKO” Wybór zdjęć na wystawę „Przeгляд Roku”.	Zapraszamy członków KLUBU.	Regina Pawliczak kier. KLUBU słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
wtorek 10.03.2026	12:00- 13:30	wykład	KLUB HISTORYCZNY „Zielonogórski Wehikuł Czasu”. „Aleja Niepodległości najpiękniejsza ulica”.	Zapowiedź wystawy i rodzinnych opowieści. Jak tworzyć domową kronikę.	Prowadzenie: Tomasz Czyżniewski regionalista, dziennikarz	ZUTW Sala Słoneczna

wtorek 10.03.2026	18:00	program TVP3	KALEJDOSKOP SENIORA „Srebrny Wiek”. „SZALENI SENIORZY – mężczyźni z pasją”.	Program dla seniorów. Zapraszamy do wysłuchania audycji oraz udział w rozmowach telefonicznych.	Prowadzenie: Małgorzata Barska Jolanta Lorens słuchaczki ZUTW	Telewizja TVP3 Gorzów Wielkopolski
wtorek 10.03.2026	19:00	spotkanie	ZAPROSZENIE „O filozofii przy winie”. „Wino, wolność i odrobina chaosu”. Czy lepiej być wolnym i niepewnym, czy bezpiecznym ale zniewolonym?	Zapraszamy.	dr Paweł Walczak Instytut Filozofii UZ	Spotkania odbywają się w SKRZYNCE WINA Wine Bar & Sklep ul. Sobieskiego 11
wtorek 10.03.2026	19:00	koncert	ZAPROSZENIE na koncert pt. „Moje serce to jest muzyka” z okazji Dnia Kobiet w wykonaniu BIG BANDU pod dyrekcją prof. dra. hab. Jerzego Szymaniuka i solistów z UZ.	Zapraszają: Rektor oraz BIG BAND UZ z okazji Dnia Kobiet. Wykonawcy: soliści studenci i wykładowcy UZ z Instytutu Muzyki.	Prowadzenie: Leszek Jenek (Kabaret Ciach) <i>Wstęp wolny.</i>	Aula Uniwersytetu Zielonogórskiego ul. Podgórna 50
środa 11.03.2026	18:00	promocja książki	SPOTKANIA MUZEALNE Promocja książki „Zielona Góra w relacjach podróżniczych i prasowych. Antologia tekstów źródłowych”.	Zapraszamy.	Spotkanie poprowadzi Wojciech Kozłowski. Fragmenty książki podczas wydarzenia przeczytają także Natalia Dyjas-Szatkowska i Halinka Bohuta-Stapel.	MZL al. Niepodległości 15 ZG
czwartek 12.03.2026	10:00-10:45	edukacja fotograficzna	PRACOWNIA EDUKACJI FOTOGRAFICZNEJ Komputery obróbka.	<i>Zajęcia odpłatne.</i>	Paweł Janczaruk fotograf Członek Honorowy ZUTW kier. Teresa Gradzik słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Zielona
czwartek 12.03.2026	10:00	spacer	KLUB KRAJOZNAWCZO-TURYSTYCZNY „CIEKAWI ŚWIATA” Spacer po Ogrodzie Botanicznym z wizytą w „Mini ZOO”. Poznamy małą Ursonkę amerykańską!	Spotkanie przed wejściem do Ogrodu Botanicznego o godz. 10:00. Zapraszamy słuchaczy.	Henryka Frankiewicz pilot - przewodnik kierownik Klubu słuchaczka ZUTW.	Ogród Botaniczny UZ ul. Botaniczna 50 A
czwartek 12.03.2026	10:00-12:00	warsztaty	ZESPÓŁ PLASTYCZNY DEKORATORIA Warsztaty WIELKANOCNE.	Wielkanocne ozdoby, stroiki, zajączki, jajka, itp. Zapraszamy do ZESPOŁU.	kier. Zespołu: Anna Barcka, Małgorzata Bąkowska słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Klubowa

czwartek 12.03.2026	11:00- 11:45	edukacja fotograficzna	PRACOWNIA EDUKACJI FOTOGRAFICZNEJ Komputery – obróbka.	<i>Zajęcia odpłatne.</i>	Paweł Janczaruk fotograf Członek Honorowy ZUTW kier. Teresa Gradzik słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Zielona
czwartek 12.03.2026	16:00	występ	ZESPÓŁ WOKALNO – ESTRADOWY „AKOLADA” .Koncert „AKOLADY” – Seniorzy Seniorom.	<i>Zajęcia odpłatne.</i> Zapraszamy do Zespołu.	Tomasz Pilecki opiekun muzyczny, aranżer utworów	Klub GRYMAS Osiedle Pomorskie 8A ZG
czwartek 12.03.2026	12:00- 14:00	prelekcja	KLUB AWOKADO NATTO , sposób na zdrowe życie część 2. Marek Kołodziejski opowie: - czym jest natto, - dlaczego warto, - jak spożywać, - z czym łączyć ?	Marek Kołodziejski, wytwórca NATTO w Zielonej Górze. Zapraszamy członków KLUBU i zainteresowanych słuchaczy.	Wykład: Marek Kołodziejski, wytwórca NATTO w Zielonej Górze, Prowadzenie: Edward Ciaś słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
piątek 13.03.2026	10:00- 10:45	smartfon – narzędzie edukacyjne	OBSŁUGA SMARTFONOWYCH APLIKACJI ChatGPT dyskusja	<i>Zajęcia odpłatne</i>	Paweł Janczaruk fotograf Członek Honorowy ZUTW kier. Anna Przybylak słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Zielona
piątek 13.03.2026	10:00- 12:00	warsztaty	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOX” Trójkąt ekspozycji – jak zrozumieć światło i ustawienia aparatu ?	Zapraszamy członków KLUBU.	Kazimierz Błaszyński słuchacz ZUTW kier. Klubu	ZUTW Sala Klubowa
piątek 13.03.2026	17:00	wystawa	SPOTKANIA MUZEALNE Design polskiej motoryzacji ze zbiorów prywatnych Sławomira Kaczorowskiego.	Zapraszamy.	Więcej na tablicy ogłoszeń w ZUTW.	MZL al. Niepodległości 15 ZG
sobota 14.03.2026	16:00	spotkanie	Centrum Przyrodnicze Duże podróże za pieniądze (nie)duże – spotkanie podróżnicze „Indie w wielu odślonach – od New Delhi do Mumbaju”.	Spotkanie z podróżnikiem Tomaszem Zygmuntowiczem.	Zapraszamy.	Centrum Przyrodnicze ZG ul. Dąbrowskiego 14
poniedziałek 16.03.2026	10:00- 11:30	seminarium	„STACJA: LITERATURA” Jak leci? Nienajlepiej, czyli o nowych zasadach polskiej ortografii.	Zapraszamy zainteresowanych słuchaczy.	dr Bożena Sicińska	ZUTW Sala Słoneczna

wtorek 17.03.2026	10:00	wykład, spotkanie	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOOKO” Spotkanie w BWA.	Zapraszamy.	dyr. BWA Wojciech Kozłowski	BWA al. Niepodległości 19
wtorek 17.03.2026	16:30	wykład	Cykl: „SIŁOWNIA DLA MÓZGU” 1/ „Pierwszy krok- od czego zacząć trening mózgu?”	Zapraszamy – zainteresowanych słuchaczy prosimy o zapisy w ZUTW.	Zbigniew Kamrat psycholog, psychoterapeuta, specjalista psychoterapii uzależnień, terapeuta Brainspotting (BSP) to innowacyjna, oparta na neurobiologii metoda terapeutyczna służąca do leczenia traumy, lęków i trudnych emocji.	WiMBP Sala im. Janusza Koniusza al. Wojska Polskiego 9
wtorek 17.03.2026	18:00	program TVP3	KALEJDOSKOP SENIORA „Srebrny Wiek”. „Kochajmy ptaki”.	Program dla seniorów. Zapraszamy do wysłuchania audycji oraz udział w rozmowach telefonicznych.	Prowadzenie: Jolanta Lorens słuchaczka ZUTW Jerzy Leszkowicz-Baczyński	Telewizja TVP3 Gorzów Wielkopolski
środa 18.03.2026	08:00	wyjazd po zdrowie BURG TERMY	TERMY - BURG TERAPIA, REHABILITACJA w ciepłych źródłanych wodach termalnych w Burgu – Spreewald.	Zapisy i opłaty w biurze ZUTW. Wyjazd o godz.08:00 powrót ok.18:00.	Organizator wyjazdu: Biuro EXODUS. <i>Proszę pamiętać o zabraniu dowodu osobistego lub paszportu.</i>	Wyjazd przystanek CASTORAMA
środa 18.03.2026	10:00	konwersatorium	MARZEC W NORWIDZIE KONWERSATORIUM BIBLIOTEKOZNAWCZE „Jerzy Giedroyc i „Kultura”.	W 80. rocznicę powstania Instytutu Literackiego w Paryżu.	Prof. dr hab. Iwona Hofman Wybitna polska medioznawczyni i politolożka UMCS w Lublinie.	WiMBP Sala wykładowa im. dr. Grzegorza Chmielewskiego
środa 18.03.2026	12:00- 14:00	opowieści - spotkanie	ZESPÓŁ POMOCY KOLEŻEŃSKIEJ Damą być ! Och...	Zapraszamy.	Elżbieta Szcześniak słuchaczka ZUTW koordynator: Zofia Biniewska-Dobrzyńska członek Zarządu	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 19.03.2026	12:00- 13:00	wykład	ADWOKACI SENIOROM „Jak działa wymiar sprawiedliwości w Polsce, pełnomocnictwa i opieka prawna”.	Zapraszamy.	adw. Michał Kawecki i adv. Mikołaj Wrzesiński	ZUTW Sala Słoneczna
czwartek 19.03.2026	12.10- 14.00	prelekcja, warsztaty	„Klub Odkrywców Sztucznej Inteligencji”(AI) Prezentacja najnowszych modeli i aplikacji AI w 2026 roku.	Zapraszamy członków KLUBU.	kier. Kazimierz Błaszyński słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 19.03.2026	14:30: 15:45	wykład	KLUB GEOLOGICZNY „Czy to człowiek zmienia klimat”?	Zapraszamy członków KLUBU.	kier. Elżbieta Dąbrowska - Żurawik geolog słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa

czwartek 19.03.2026	17:00	wystawa	SPOTKANIA MUZEALNE „Pod skórą mojego domu żyją dzikie pszczoły” wystawa Aleksandry Kubiak.	Aleksandra Kubiak polska artystka wizualna, twórczyni prac performatywnych, filmów i form przestrzennych	Wystawa przeznaczona tylko dla osób dorosłych.	MZL al. Niepodległości 15 ZG
piątek 20.03.2026	10:00	zabawy	ZAPROSZENIE Partnerskie Miejskie Przedszkole Nr 34 „Rozśpiewane Przedszkole” w Zielonej Górze zaprasza słuchaczy na „Powitanie wiosny” i zabawy muzyczne.	<i>Międzypokoleniowe spotkania.</i>	Zapraszamy słuchaczy. Zapisy w ZUTW.	Miejskie „Rozśpiewane Przedszkole” 34 ul. Boh. Westerplatte 11 a
piątek 20.03.2026	10:00- 12:00	warsztaty	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOX” Kompozycja i perspektywa – jak robić zdjęcia z „myślą” tzn.: jak celowo układać kadry (kompozycja) i świadomie wybierać punkt widzenia (perspektywa).	Zapraszamy członków KLUBU.	Kazimierz Błaszyński słuchacz ZUTW kier. Klubu	ZUTW Sala Klubowa
piątek 20.03.2026	16:30	finisaż wystawy	MARZEC W NORWIDZIE Wiosna, wiosna, wiosna, ach to TY! Finisaż wystawy Stanisławy Sidorkiewicz.	Finisaż połączony z wieczorkiem poetycko- muzycznym. Występują: Monika Wnęk, Anna Łobos, Elżbieta Zalewska	Stanisława Sidorkiewicz słuchaczka ZUTW	WiMBP Filia nr 5 ul. Żołnierzy 2 Armii 30-40 ZG
sobota 21.03.2026	16:00	wernisaż	Centrum Przyrodnicze Wernisaż czasowej wystawy fotograficznej „Portrety folkloru – Paweł Janczaruk & AWF oraz Paulina Łabońska.	Paweł Janczaruk fotograf Paulina Łabońska baletniczka	Zapraszamy.	Centrum Przyrodnicze ZG ul. Dąbrowskiego 14
poniedziałek 23.03.2026	10:30- 12:00	wykład	KLUB FILOZOFICZNY „COGITO” Filozofia dialogu” - cd.	Zapraszamy.	dr Paweł Walczak UZ kier. Jerzy Lewandowski, Anna Barbara Czarnecka słuchacze ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
poniedziałek 23.03.2026	16:30- 17:30	prelekcja	Centrum Przyrodnicze ZOOM na Naukę – „Ekstremalne zjawiska pogodowe”.	Spotkanie z dr. Grzegorzem Słowikiem.	Zapraszamy.	Centrum Przyrodnicze ZG ul. Dąbrowskiego 14

wtorek 24.03.2026	10:00- 12:00	przeгляд zdjęć	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOOKO” Sprawy organizacyjne. Prezentacja zdjęć z pleneru.	Zapraszamy członków KLUBU.	Regina Pawliczak kier KLUBU słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
wtorek 24.03.2026	12:00- 13:30	wykład	KLUB HISTORYCZNY „Zielonogórski Wehikuł Czasu”. „Palmiarnia – jak się zmieniała?”. Również wspomnienia.	Zapowiedź wystawy i rodzinnych opowieści. Jak tworzyć domową kronikę.	Prowadzenie: Tomasz Czyżniewski regionalista, dziennikarz	ZUTW Sala Słoneczna
wtorek 24.03.2026	15:00	spotkanie	PRZEDŚWIATECZNE SPOTKANIE ZESPOŁU „ASYSTENT” z Zarządem ZUTW.	Spotkanie ze słuchaczami.	Zarząd ZUTW, Maria Wróblewska kier. Zespołu słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
wtorek 24.03.2026	18:00	program TVP3	KALEJDOSKOP SENIORA „Srebrny Wiek”. „Gimnastyka umysłu”.	Program dla seniorów. Zapraszamy do wysłuchania audycji oraz udział w rozmowach telefonicznych.	Prowadzenie: Grażyna Miłkowska słuchaczka ZUTW Jerzy Leszkowicz- Baczyński	Telewizja TVP3 Gorzów Wielkopolski
środa 25.03.2026	10:00- 12:00	spotkanie w NBP	MIĘDZYNARODOWY PROJEKT EDUKACYJNY W RAMACH Światowego Tygodnia Pieniądza GMW /Global Money Week/ - ph. Rozmawiamy mądrze o pieniądzach.	*Rola NBP realiach finansowych społeczeństwa. *Odpowiedzialne oszczędzanie i pożyczanie, *Nauka rozpoznawania fałszywych pieniędzy oraz pokazanie, że gotówka cały czas jest ważna. *Atrakcje, niespodzianki.	Zajęcia przeprowadzi Przemysław Goździejewicz wraz z trenerem rozpoznawania autentyczności znaków pieniężnych. <i>Obowiązują zapisy /grupa 25 osób/.</i>	Narodowy Bank Polski Odd. Okręgowy Zielona Góra al. Wojska Polskiego 25
czwartek 26.03.2026	10:00- 10:45	edukacja fotograficzna	PRACOWNIA EDUKACJI FOTOGRAFICZNEJ Teoria. Omówienie zdjęć.	<i>Zajęcia odpłatne.</i>	Paweł Janczaruk fotograf Członek Honorowy ZUTW kier. Teresa Gradzik słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Zielona
czwartek 26.03.2026	10:00- 12:00	warsztaty	ZESPÓŁ PLASTYCZNY DEKORATORNIA Warsztaty WIELKANOCNE z PRZEDSZKOLAKAMI z Przedszkola nr 47.	Wielkanocne ozdoby, stroiki, zajaczki, jajka, itp.	kier. Zespołu: Anna Barcka, Małgorzata Bąkowska słuchaczki ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
czwartek 26.03.2026	10:00- 12:00	warsztaty	SPOTKANIA MIĘDZYPOKOLENIOWE „Wielkonoc łączy pokolenia” kolejne spotkanie z Przedszkolem nr 47 "Happy Days- Szczęśliwe Dni”. Grupa „Wilczki”.	Cele warsztatów *integracja międzypokoleniowa *poznanie tradycji wielkanocnych *rozwijanie kreatywności i sprawności manualnej *budowanie poczucia wspólnoty i współpracy	Nauczycielki: Paulina Kasperczyk i Kaja Muszyńska. Agnieszka Kusz Dyrektor Przedszkola nr 47 "Happy Days- Szczęśliwe Dni”.	ZUTW Sala Słoneczna

czwartek 26.03.2026	10:14	wycieczka	KLUB KRAJOZNAWCZO -TURYSTYCZNY „CIEKAWI ŚWIATA” Wycieczka do Zatonia do Zespołu Pałacowo- Parkowego „W poszukiwaniu śladów wiosny”.	Wyjazd MZK „30B” godz. 10:14 z Centrum Przeładkowego – kierunek Barcikowice. Zapraszamy słuchaczy.	Henryka Frankiewicz pilot - przewodnik kierownik Klubu słuchaczka ZUTW.	Zatonie Zespół Pałacowo - Parkowy ul. Księżnej Doroty 3 ZG
czwartek 26.03.2026	16:00- 18:00	prelekcja, spotkanie	KLUB KAMIENI i MINERAŁÓW „KRYSZTAŁ” Kryształ Dolnego Śląska znane i nieznane.	Zapraszamy.	kier. Maria Siatecka słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Zielona
czwartek 26.03.2026	16:30- 18:00	haiku, warsztaty	ZESPÓŁ LITERACKO- POETYCKI „OKSYMORON” - surrealizm Andrzeja Troca - opisujemy malarstwo - wokół haiku przygotowania do udziału w konkursach literackich.	Zapraszamy nowych członków i nowe członkinie ZUTW.	Prowadzenie: dr Mirosława Szott kier. Alina Kruk słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
czwartek 26.03.2026	18:00	spotkanie	MARZEC W NORWIDZIE CZWARTEK LUBUSKI ze Sławomirem Gowinem.	Spotkanie połączone z promocją tomiku „Łódź Dantego”.	Zapraszamy.	WiMBP Pro Libris Café im. Andrzeja K. Wańkiewicza
piątek 27.03.2026	09:00- 11:00	montaż wystawy	ZESPÓŁ PLASTYCZNY TERMOPILE Montaż wystawy. Otwarcie odbędzie się 10 kwietnia br.	<i>Zajęcia odpłatne.</i>	Cezary Bednarczyk malarz kier. Zygmunt Jankowski słuchacz ZUTW	ZUTW Sala Słoneczna
piątek 27.03.2026.	10:00- 10:45	smartfon – narzędzie edukacyjne	OBSŁUGA SMARTFONOWYCH APLIKACJI Profil zaufany	<i>Zajęcia odpłatne</i>	Paweł Janczaruk fotograf Członek Honorowy ZUTW kier. Anna Przybylak słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Zielona
piątek 27.03.2026	10:00- 12:00	warsztaty	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOX” Światło dobre i złe – jak wykorzystać porę dnia i oświetlenie z naturalnych źródeł.	Zapraszamy członków KLUBU.	Kazimierz Błaszyński słuchacz ZUTW kier. Klubu	ZUTW Sala Klubowa
piątek 27.03.2026.	11:00- 11:45	smartfon – narzędzie edukacyjne	OBSŁUGA SMARTFONOWYCH APLIKACJI eZUS i eUS	<i>Zajęcia odpłatne</i>	Paweł Janczaruk fotograf Członek Honorowy ZUTW kier. Anna Przybylak słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Zielona

wtorek 31.03.2026	10:00- 12:00	przeгляд zdjęć	KLUB FOTOGRAFICZNY „FOTOOKO” Sprawy organizacyjne. Przygotowanie wystawy fotografii pt. „Przeгляд Roku”.	Zapraszamy członków KLUBU.	Regina Pawliczak kier KLUBU słuchaczka ZUTW	ZUTW Sala Klubowa
wtorek 31.03.2024	18:00	program TVP3	KALEJDOSKOP SENIORA „Srebrny Wiek”. „Sztuczna inteligencja – czy może pomagać seniorom?”	Program dla seniorów. Zapraszamy do wysłuchania audycji oraz udział w rozmowach telefonicznych.	Prowadzenie: Małgorzata Barska Władysław Edelman słuchacze ZUTW	Telewizja TVP3 Gorzów Wielkopolski
wg inf.	wg inf.	Wg inf.	ZESPÓŁ DS. ZIELENI „FIRLETKA”	spotkania wg inf. w ZESPOLE	Zapraszamy do współpracy.	ZUTW

STUDIUM JEZYKOWE
II SEMESTR ROK AKADEMICKI 2025/2026
ZAJĘCIA ODPLATNE.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	PROWADZĄCY / KIEROWNICY to /słuchacze ZUTW /	MIEJSCE
poniedziałki 02,09,16,23,30. 03.2026	12:30-13:15	JĘZYK FRANCUSKI podstawowa	mgr Helena Krzyżanowska członek wspierający ZUTW kier. Jolanta Nenycz	ZUTW Sala Wrzosowa
poniedziałki 02,09,16,23,30. 03.2026	13:30-14:15	JĘZYK FRANCUSKI średniozaawansowana	mgr Helena Krzyżanowska członek wspierający ZUTW kier. Janusz Mróz	ZUTW Sala Wrzosowa
wtorki 03,10,17,24,31. 03.2026	11:15-12:00	ANGIELSKI A 1	mgr Marcin Zygmunt kier. Krystyna Biegała- Szymanowska	ZUTW Sala Zielona
wtorki 03,10,17,24,31. 03.2026	12:10-12:55	ANGIELSKI A 0+	mgr Marcin Zygmunt kier. Krzysztof Koperski	ZUTW Sala Zielona
wtorki 03,10,17,24,31. 03.2026	13:05-13:50	ANGIELSKI A 0 od podstaw	mgr Marcin Zygmunt kier. Wiesława Puchalska	ZUTW Sala Zielona
wtorki 03,10,17,24,31. 03.2026	14:00-14:45	ANGIELSKI A 0 od podstaw	mgr Marcin Zygmunt kier. Włodzimierz Hołubowski	ZUTW Sala Zielona
środy 04,11,18,25. 03.2026	10:00-10:45	NIEMIECKI A1	mgr Beata Łapanowska kier. Janina Godziszewska	ZUTW Sala Wrzosowa
środy 04,11,18,25. 03.2026	11:00-11:45	NIEMIECKI A2	mgr Beata Łapanowska kier. Henryka Frankiewicz	ZUTW Sala Wrzosowa
środy 04,11,18,25. 03.2026	12:00-12:45	NIEMIECKI A0+	mgr Beata Łapanowska kier. Jolanta Misiuk	ZUTW Sala Wrzosowa
środy 04,11,18,25. 03.2026	8:30-09:15	ANGIELSKI A0+	mgr Józef Kozanowski kier. Stanisław Misiuk	ZUTW Sala Wrzosowa
środy 04,11,18,25. 03.2026	9:25-10:10	ANGIELSKI A2	mgr Józef Kozanowski kier. Maria Kubczak	ZUTW Sala Zielona

środy 04,11,18,25. 03.2026	10:20-11:05	ANGIELSKI B1	mgr Józef Kozanowski kier. Jadwiga Szaląpata	ZUTW Sala Zielona
środy 04,11,18,25. 03.2026	11:15-12:00	ANGIELSKI B2	mgr Józef Kozanowski kier. Maria Kacprzyk	ZUTW Sala Zielona
środy 04,11,18,25. 03.2026	12:10-12:55	ANGIELSKI A2	mgr Józef Kozanowski kier. Krzysztof Subocz	ZUTW Sala Zielona
środy 04,11,18,25. 03.2026	13.05-13:50	ANGIELSKI A2+	mgr Józef Kozanowski kier. Krystyna Gała	ZUTW Sala Zielona
czwartki 05,12,19,26. 03.2026	10:00-10:45	JĘZYK WŁOSKI A0+	mgr Barbara Wrześniak nauczyciel akademicki UZ tłumacz przysięgły j. włoskiego i francuskiego kier. Sabina Mazuchowska	ZUTW Sala Wrzosowa
czwartki 05,12,19,26. 03.2026	11:00-11:45	JĘZYK WŁOSKI A1	mgr Barbara Wrześniak nauczyciel akademicki UZ tłumacz przysięgły j. włoskiego i francuskiego kier. Aurelia Szubert	ZUTW Sala Wrzosowa
czwartki 05,12,19,26. 03.2026	12:00-12:45	ANGIELSKI A1+	mgr Marcin Zygmunt kier. Joanna Nawojcka	ZUTW Sala Zielona
czwartki 05,12,19,26. 03.2026	12:55-13:40	ANGIELSKI A 2+	mgr Marcin Zygmunt kier. Małgorzata Dębińska	ZUTW Sala Zielona
czwartki 05,12,19,26. 03.2026	13:50-14:35	ANGIELSKI A 1+	mgr Marcin Zygmunt kier. Renata Podkowa	ZUTW Sala Zielona

GIMNASTYKI, NORDIC WALKING, TANIEC, ZDROWY STYL ŻYCIA w ZUTW

II SEMESTR ROK AKADEMICKI 2025/2026

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	PROWADZĄCY KIEROWNICY to słuchacze ZUTW	MIEJSCE
poniedziałki 02,09,16,23,30. 03.2026	8:30 – 9:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniające narządy ruchu	lic. Idalia Grad trenerka medyczna, personalna, instruktorka sportu – fitness i Nordic Walking kier. Mirosława Sokołowska	ZUTW Sala Wesoła
poniedziałki 02,09,16,23,30. 03.2026	9:30 – 10:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniające narządy ruchu	lic. Idalia Grad trenerka medyczna, personalna, instruktorka sportu – fitness i Nordic Walking kier. Ewa Pietrzak	ZUTW Sala Wesoła
poniedziałki 02,09,16,23,30. 03.2026	10:30- 11:15	ĆWICZENIA lecniczo-usprawniające narządy ruchu	lic. Idalia Grad trenerka medyczna, personalna, instruktorka sportu – fitness i Nordic Walking kier. Grażyna Nieczkowska	ZUTW Sala Wesoła
poniedziałki 02,09,16,23,30. 03.2026	11:30 -12:15	PILATES MEDYCZNY zajęcia oparte na nowych badaniach nad ruchem i biomechaniką kręgosłupa	Ewa Skorupka dr nauk o kulturze fizycznej mgr rehabilitacji ruchowej kier. Irena Solecka	NESSFIT Akademia Ruchu – Ewa Skorupka ul. Wiśniowa 19A
poniedziałki 02,09,16,23,30. 03.2026	12:30-13:15	PILATES MEDYCZNY zajęcia oparte na nowych badaniach nad ruchem i biomechaniką kręgosłupa	Ewa Skorupka dr nauk o kulturze fizycznej mgr rehabilitacji ruchowej kier. Danuta Zarzecka	NESSFIT Akademia Ruchu – Ewa Skorupka ul. Wiśniowa 19A
poniedziałki 02,09,16,23,30. 03.2026	11:25–12:10	ZDROWY KRĘGOSŁUP grupa zaawansowana	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Jagoda Gotlib	ZUTW Sala Wesoła

poniedziałki 02,09,16,23,30. 03.2026	12:20-13:05	DYNAMICZNY PILATES grupa zaawansowana	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Krystyna Łaszcz	ZUTW Sala Wesoła
poniedziałki 02,09,16,23,30. 03.2026	13:15-14:00	ZDROWY KRĘGOSŁUP grupa średniozaawansowana.	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Dorota Dębicka	ZUTW Sala Wesoła
poniedziałki 02,09,16,23,30. 03.2026	14:10-14:55	NEUROBIK grupa średniozaawansowana	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Dorota Dębicka	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 03,10,17,24,31. 03.2026	8:15-09:00	TAI CHI chińska gimnastyka zdrowotna	Józef Kozanowski instruktor kier. Jadwiga Polańska	NESSFIT Akademia Ruchu ul. Wiśniowa 19A
wtorki 03,10,17,24,31. 03.2026	9:15- 10:00	TAI CHI chińska gimnastyka zdrowotna	Józef Kozanowski instruktor kier. Maria Iwanicka	NESSFIT Akademia Ruchu ul. Wiśniowa 19A
wtorki 03,10,17,24,31. 03.2026	10:15- 11:00	TAI CHI chińska gimnastyka zdrowotna	Józef Kozanowski instruktor kier. Danuta Kłós	NESSFIT Akademia Ruchu ul. Wiśniowa 19A
wtorki 03,10,17,24,31. 03.2026	11:15–12:00	TAI CHI chińska gimnastyka zdrowotna	Józef Kozanowski instruktor kier. Anna Kupniewska	NESSFIT Akademia Ruchu ul. Wiśniowa 19A
wtorki 03,10,17,24,31. 03.2026	8:15- 09:00	AKTYWNA TERAPIA RUCHOWA „Moc i Równowaga-Trening dla Seniorów”	Joanna Szurowska INSTRUKTOR FITNESS kier. Elżbieta Józefowicz	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 03,10,17,24,31. 03.2026	9:15- 10:00	AKTYWNA TERAPIA RUCHOWA „Moc i Równowaga-Trening dla Seniorów”	Joanna Szurowska INSTRUKTOR FITNESS kier. Zofia Suchorska	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 03,10,17,24,31. 03.2026	10:15- 11:00	AKTYWNA TERAPIA RUCHOWA „Moc i Równowaga-Trening dla Seniorów”	Joanna Szurowska INSTRUKTOR FITNESS kier. Małgorzata Kramicz	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 03,10,17,24,31. 03.2026	11:30–12:30	Teatr TAŃCA CON PASSIONE	Paweł Matyasik pedagog, tancerz, choreograf kier. Irena Furman	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 03,10,17,24,31. 03.2026	12:50-13:35	PROFILAKTYKA UKŁADU KRAŻENIA I WZMACNIANIE MIĘŚNI MIEDNICY	dr Natalia Rogaczewska spec. Fizjoterapii kier. Helena Haczkowska	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 03,10,17,24,31. 03.2026	13:45-14:30	PROFILAKTYKA UKŁADU KRAŻENIA I WZMACNIANIE MIĘŚNI MIEDNICY	dr Natalia Rogaczewska spec. Fizjoterapii kier. Maria Kaczmarek	ZUTW Sala Wesoła
wtorki 03,10,17,24,31. 03.2026	14:00-16:00	KLUB PING PONGA Rozgrywki Uczestnicy grają w PING PONGA wyłącznie rekreacyjnie i na własną odpowiedzialność. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za ewentualne urazy lub szkody.	Została podpisana UMOWA prawna pomiędzy WOSiR a ZUTW obowiązująca do końca maja 2026 roku. Obowiązuje strój i obuwie sportowe zmiennie, własne rakiетки. kier. Janusz Mróz i Eugeniusz Józefowicz członek wspierający ZUTW	WOSiR Drzonków, ul. Olimpijska 20 Hala Sportowa
środy 04,11,18,25. 03.2026	8:30 – 9:20	JOGA – ćwiczenia i metody doskonalenia ciała i umysłu	Danuta Styś – Wierzchołowska nauczyciel kier. Krystyna Gryc	ZUTW Sala Wesoła
środy 04,11,18,25. 03.2026	9:30 – 10:20	JOGA – ćwiczenia i metody doskonalenia ciała i umysłu	Danuta Styś – Wierzchołowska nauczyciel kier. Maria Nalewajek	ZUTW Sala Wesoła
środy 04,11,18,25. 03.2026	10:30-11:15	ĆWICZENIA USPRAWNIAJĄCE dla początkujących	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny, kier. Ewa Malon	ZUTW Sala Wesoła

środy 04,11,18,25. 03.2026	11:25-12:10	ĆWICZENIA USPRAWNIAJĄCE dla początkujących	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny, kier. Jolanta Różycka-Łacny	ZUTW Sala Wesoła
środy 04,11,18,25. 03.2026	12:20-13:05	PILATES	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny, kier. Barbara Kalinowska	ZUTW Sala Wesoła
środy 04,11,18,25. 03.2026	13:15–14:00	GIMNASTYKA USPRAWNIAJĄCA z muzyką	mgr Irena Karnicka nauczyciel kier. Maria Jolanta Lorens	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 05,12,19,26. 03.2026	8:40 – 9:25	ZDROWY KRĘGOSŁUP ulga dla pleców gimnastyka lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	mgr Fizjoterapii Marlena Antoń instruktorka nowoczesnych form gimnastyki i profilaktyki zdrowia kier. Helena Milczarek	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 05,12,19,26. 03.2026	9:35 – 10:20	ZDROWY KRĘGOSŁUP ulga dla pleców gimnastyka lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	mgr Fizjoterapii Marlena Antoń instruktorka nowoczesnych form gimnastyki i profilaktyki zdrowia kier. Krystyna Drobka	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 05,12,19,26. 03.2026	10:30- 11:15	ZDROWY KRĘGOSŁUP ulga dla pleców gimnastyka lecniczo-usprawniająca narządy ruchu	mgr Fizjoterapii Marlena Antoń instruktorka nowoczesnych form gimnastyki i profilaktyki zdrowia kier. Grażyna Siadul	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 05,12,19,26. 03.2026	11:25-12:10	ZDROWY KRĘGOSŁUP grupa zaawansowana	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Wanda Maciejewska	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 05,12,19,26. 03.2026	12:20 - 13:05	PILATES grupa zaawansowana Pilates dynamiczny -	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny. kier. Małgorzata Barańska	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 05,12,19,26. 03.2026	13:15-14:00	ZDROWY KRĘGOSŁUP grupa średniozaawansowana	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Izabella Zalewska-Zakobielska	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 05,12,19,26. 03.2026	14:10-14:55	NEUROBIK grupa początkująca	Grażyna Wyczałkowska instruktorka rekreacji ruchowej i fitness, trener personalny kier. Teresa Mikołajska	ZUTW Sala Wesoła
czwartki 05,12,19,26. 03.2026	14:00-16:00	KLUB PING PONGA Rozgrywki Uczestnicy grają w PING PONGA wyłącznie rekreacyjnie i na własną odpowiedzialność. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za ewentualne urazy lub szkody.	Została podpisana UMOWA prawna pomiędzy WOSiR a ZUTW obowiązująca do końca maja2026 roku. Obowiązuje strój i obuwie sportowe zmienne, własne rakietki. kier. Waldemar Łukasz i Eugeniusz Józefowicz członek wspierający ZUTW	WOSiR Drzonków, ul. Olimpijska 20 Hala Sportowa
piątki 06,13,20,27. 03.2026	8:30 -9:30	JOGA dla średniozaawansowanych	dr Ewa Jędrzejowska dyplomowany instruktor jogi kier. Edward Ciaś	ZUTW Sala Wesoła
piątki 06,13,20,27. 03.2026	9:40- 10:40	JOGA dla średniozaawansowanych	dr Ewa Jędrzejowska dyplomowany instruktor jogi kier. Grażyna Baberowska	ZUTW Sala Wesoła
piątki 06,13,20,27. 03.2026	10:50 -11:35	GRUPA TANECZNA "BARWY TAŃCA"1 Zaawansowana	Krzysztof Kociński pedagog, tancerz, choreograf kier. Henryka Frankiewicz	ZUTW Sala Wesoła
piątki 06,13,20,27. 03.2026	11:45 -12:30	GRUPA TANECZNA "BARWY TAŃCA"2 średniozaawansowana	Krzysztof Kociński pedagog, tancerz, choreograf kier. Maria Nalewajek	ZUTW Sala Wesoła
piątki 06,13,20,27. 03.2026	12:40-13:25	GRUPA TANECZNA "BARWY TAŃCA"3 średniozaawansowana	Krzysztof Kociński pedagog, tancerz, choreograf kier. Joanna Grabowska	ZUTW Sala Wesoła

piątki 06,13,20,27. 03.2026	13:35-14:20	GRUPA TANECZNA "BARWY TAŃCA" 4 grupa początkująca	Krzysztof Kociński pedagog, tancerz, choreograf kier. Stanisława Wielebska	ZUTW Sala Wesola
piątki 06,13,20,27. 03.2026	11:30-12:15	PILATES MEDYCZNY	lic. Idalia Grad trenerka medyczna, personalna, instruktorka sportu – fitness i Nordic Walking kier. Elżbieta Szcześniak	NESSFIT Akademia Ruchu - Ewa Skorupka ul. Wiśniowa 19A
piątki 06,13,20,27. 03.2026	12:30-13:15	PILATES MEDYCZNY	lic. Idalia Grad trenerka medyczna, personalna, instruktorka sportu – fitness i Nordic Walking kier. Brygida Szymańska-Żyża	NESSFIT Akademia Ruchu - Ewa Skorupka ul. Wiśniowa 19A
piątki 06,13,20,27. 03.2026	14:30-15:15	AKTYWNA TERAPIA RUCHOWA „Moc i Równowaga-Trening dla Seniorów”	Joanna Szurowska INSTRUKTOR FITNESS	ZUTW Sala Wesola
piątki 06,13,20,27. 03.2026	15:30-16:15	AKTYWNA TERAPIA RUCHOWA „Moc i Równowaga-Trening dla Seniorów”	Joanna Szurowska INSTRUKTOR FITNESS	ZUTW Sala Wesola
piątki 06,13,20,27. 03.2026	16:30-17:30	GRUPA TANECZNA „SENIOR PERFECT”	Aneta Ostrówka międzynarodowy prezydent i instruktor fitness kier. Krystyna Łaszcz	Centrum Tańca i Fitness MY WAY CENTER ul. Morelowa 34
soboty 07,14,21,28. 03.2026	10:00	NORDIC WALKING Zapisy chętnych w sekretariacie ZUTW. Obowiązkowe obuwie sportowe	Joanna Nawojaska słuchaczka ZUTW. Uczestnictwo na własną odpowiedzialność. Zajęcia nieodpłatne.	Wyjście grupy z parkingu przy Amfiteatrze ul. Festiwalowa

BASENY. ZDROWY STYL ŻYCIA

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	PROWADZĄCY	MIEJSCE
poniedziałki 02,09,16,23,30. 03.2026	13:00-15:00	Aqua Aerobik – ćwiczenia w wodzie.	Uprawnieni do zajęć pracownicy CRS	Centrum Rekreacyjno – Sportowe ul. Sulechowska 41
piątki 06,13,20,27. 03.2026	11:15-12.00	Aqua Aerobik. Gimnastyka usprawniająca.	Irena Karnicka nauczyciel	Basen ul. Wyspiańskiego 17

ZAPROSZENIE

PLAN JEDNODNIOWYCH WYCIECZEK PIESZYCH MARZEC 2026 ROKU.

Informacja o wycieczkach na tablicy ogłoszeń w ZUTW i na FB

Polskie Towarzystwo Turystyczno – Krajoznawcze Oddział Zielonogórski

„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).

Informacja także w ZUTW na tablicy ogłoszeń oraz na FB.

Dzień		Prowadzący	Trasa – cel wycieczki
1	Nd	Olga Sikorska Przodownik turystyki pieszej PTTK	Okolice Zielonej Góry
8	Nd	Zenon Wolniewicz Przodownik Turystyki Pieszej PTTK	Z Cigacic do Krępy
15	Nd	Anna Szpręgiewska Przodownik Turystyki Pieszej PTTK	Okolice Zielonej Góry
22	Nd	Olga Sikorska Przodownik turystyki pieszej PTTK	Nad Odrę na topienie Marzanny
29	Nd	Beata Musiałowska Przewodnik turystyczny	Wiosna nad Odrą

WYJAZDY

Wczasy nad morzem w Pustkowie.

Termin: **od 26 maja do 6 czerwca 2026 r.**

Pierwszeństwo do wyjazdu mają słuchacze Uniwersytetu oraz członkowie wspierający. Należy spełnić następujące warunki: mieć **opłaconą składkę członkowską na II semestr** roku akademickiego 2025/2026. 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!

Opłaty

W maju br. pobierana będzie opłata za ubezpieczenie i przejazd autokarem z Zielonej Góry do Pustkowa i na powrót.

Już dzisiaj życzymy miłego pobytu. Organizatorki.

WIELKANOC W GOŚCIMIU

w dniach od 01 kwietnia do 09 kwietnia 2026 roku w Ośrodku Terapii **Grunwald** Stanisław Bojkowski Ośrodek Rehabilitacyjno - Wypoczynkowy im. prof. Wiktora Degi w Gościmiu.

Informacje szczegółowe w BIURZE ZARZĄDU ZUTW.

Dojazd własny.

Program ramowy:

- Przyjazd do Ośrodka 01 kwietnia / środa / 2026 roku.
- Zakwaterowanie w Ośrodku - przyjazd należy zaplanować pomiędzy godz. 8:00 a 10:00.
- W dniu przyjazdu będziecie Państwo przyjęci przez lekarza i pielęgniarkę. Każdemu z uczestników zostaną przepisane zabiegi zgodne ze schorzeniami, prozdrowotne lub relaksujące **/łącznie 5 lub 3 zabiegi dziennie** na cały okres pobytu, oprócz świąt/**Wyjeżdżający, którzy chcą skorzystać z 5 zabiegów muszą mieć skierowanie od lekarza na rehabilitację leczniczą /POZ lub specjalista/, przy skorzystaniu z trzech zabiegów nie trzeba mieć skierowania – możliwości wyboru zabiegów są wówczas ograniczone.**
- Codzienne propozycje kulturalne, rozrywki wg ustaleń w Ośrodku
- Wspólne śniadanie WIELKANOCNE.

***BURG -termy – wyjazd 18 marca 2026 r.**

ZAPROSZONO NAS

***Na wybrane wydarzenia w WiMBP** w marcu 2026. Propozycje na plakacie na tablicy ogłoszeń w ZUTW.

***Zielonogórski Ośrodek Kultury na otwarcie dorocznej wystawy** Grupy Twórców Nieprofesjonalnych „BABIE LATO”, 28 lutego do Pałacu w Starym Kisielinie – Filii ZOK-u.

*** Biuro Profilaktyki i Przeciwdziałania Uzależnieniom MOPS-u** w Zielonej Górze do wzięcia udziału w konkursie dla osób 60+ pt. „Kiedyś było inaczej...” - list do wnuka, wnuczki.

KOMUNIKATY

Zielonogórski Oddział Okręgowy Narodowego Banku Polskiego kolejny raz włączył się w międzynarodowy projekt edukacyjny w ramach Global Money Week, który jest coroczną międzynarodową kampanią z zakresu edukacji finansowej na rzecz dbania o to, by społeczeństwo zyskiwało świadomość finansową i rozwijało wiedzę, umiejętności, a także kształtowało postawy i zachowania niezbędne do podejmowania racjonalnych decyzji finansowych i w efekcie uzyskało finansowy dobrostan i finansową odporność

Spotkanie z okazji Światowego Tygodnia Pieniądza GMW /Global Money Week/ - ph.

Rozmawiajmy mądrze o pieniądzach. Spotkanie słuchaczy ZUTW w NBP odbędzie się 25 marca br. Więcej na poprzednich stronach programu.

WYDARZENIA



Ogólnopolska akcja „Polska na TAK!” – zaproszenie dla ZUTW

Telewizja Polska oraz Polskie Radio zaprosiło słuchaczki i słuchaczy Uniwersytetów Trzeciego Wieku z całej Polski do udziału w ogólnopolskiej akcji „**Polska na TAK!**” – projekcie promującym **aktywną postawę obywatelską, solidarność społeczną, współpracę międzypokoleniową oraz poczucie przynależności do wspólnoty narodowej**. Akcja została objęta Honorowym Patronatem Sekretarza Stanu w Kancelarii Prezesa Rady Ministrów **Marzeny Okły-Drewnowicz**.

WZIELIŚMY UDZIAŁ !

W ramach **AKCJI** zaprezentowaliśmy własną interpretację hasła „**Polska na TAK!**” poprzez szerokie spektrum kreatywnych form wyrazu. Tworzyliśmy krótkie filmy (do 3 minut), projekty fotograficzne, prace muzyczne, plastyczne oraz inne nasze autorskie wydawnictwa, które pozwoliły nam wyrazić nasze spojrzenie na współczesną Polskę i jej wartości.

Nasze działania nie ograniczały się jednak do twórczości artystycznej. Angażowaliśmy się także w **spotkania międzypokoleniowe**, które sprzyjały wymianie doświadczeń i budowaniu więzi społecznych między młodszymi i starszymi uczestnikami projektu. Podejmowaliśmy również liczne **inicjatywy proekologiczne i działania na rzecz ochrony środowiska**, pokazując, że odpowiedzialność za przyszłość naszego kraju jest równie ważna, co wyrażanie siebie przez sztukę.

Dzięki tym zróżnicowanym formom aktywności mogliśmy pokazać **ZUTW** w jego pełnym wymiarze – jako przestrzeń twórczej ekspresji, współpracy społecznej oraz zaangażowania obywatelskiego. Projekt stał się platformą, na której różnorodne działania artystyczne i społeczne wzajemnie się uzupełniały, tworząc inspirującą i wielowymiarową opowieść o tym, co oznacza mówić „**Polska na TAK!**”.

Udział w akcji to doskonała okazja, aby **aktywnie pokazać nasze zaangażowanie, kreatywność i pozytywne podejście do życia społecznego**.

WYDARZENIA

Rok 2026 w Zielonogórskim Uniwersytecie Trzeciego Wieku zostaje ogłoszony **Rokiem Muzyki, Tańca i Śpiewu**. Ogłoszenie roku **2026 Rokiem Muzyki, Tańca i Śpiewu** w Zielonogórskim Uniwersytecie Trzeciego Wieku **inauguruje jednocześnie rocznicowe obchody zbliżającego się 35-lecia działalności Uniwersytetu**, stanowiąc symboliczny początek jubileuszowego roku pełnego spotkań, wydarzeń artystycznych i wspólnego świętowania.

Rok Muzyki, Tańca i Śpiewu ma na celu:

1. promowanie aktywności artystycznej i integracji międzypokoleniowej,
2. rozwijanie umiejętności muzycznych, ruchowych i scenicznych słuchaczy,
3. organizowanie warsztatów, koncertów, zajęć tanecznych oraz spotkań artystycznych.

W PROGRAMIE NA MARZEC JEST MNÓSTWO TYCH PROPOZYCJI.

ŻYCZENIA OD MARSZAŁKA WOJEWÓDZTWA LUBUSKIEGO

Zielonogórski Uniwersytet Trzeciego Wieku,

Szanowni Państwo,
Przedstawicielki i Przedstawiciele
Lubuskich Organizacji Pozarządowych,
Drodzy Przyjaciele i Współpracownicy,

z okazji przypadającego 27 lutego Światowego Dnia Organizacji Pozarządowych, pragnę przekazać Państwu wyrazy najwyższego uznania oraz serdeczne podziękowania za codzienną pracę na rzecz mieszkańców województwa lubuskiego i całej Polski.

Tworzycie środowisko ponad 150 tysięcy polskich organizacji pozarządowych i macie ogromny wpływ na życie niemal każdej społeczności. W samym województwie lubuskim działa dziś ponad 4 tysiące NGO-sów, obejmujących swoim zaangażowaniem bardzo szerokie spektrum spraw społecznych – od edukacji, sportu i kultury, po pomoc społeczną, działania równościowe, wsparcie na rzecz seniorów czy inicjatywy klimatyczne. Każdego dnia niesiecie realną pomoc, inspirujecie, wspieracie i edukujecie, zmieniając swoją działalnością świat na lepsze.

Jesteście wszędzie tam, gdzie nie docierają inne formy aktywności publicznej. Trafnie diagnozujecie problemy i proponujecie skuteczne rozwiązania, a w sytuacjach kryzysowych jako pierwsi stajecie w gotowości do niesienia pomocy i mierzenia się z najtrudniejszymi wyzwaniami.

Ostatnie lata szczególnie wyraźnie pokazały, jak ogromną rolę pełni trzeci sektor w życiu społecznym. Zarówno w czasie epidemii COVID-19, jak i w obliczu wojny w Ukrainie, dzięki Państwa zaangażowaniu pomocą objęto ponad 23 miliony osób, a wartość Państwa wsparcia przekroczyła 2 miliardy złotych.

Z całego serca dziękuję Państwu za dotychczasowe zaangażowanie, współpracę i poświęcenie w realizacji różnorodnych, często bardzo wymagających projektów, które potrzebują nie tylko sił i kompetencji, ale także odporności i wytrwałości. Dziękuję za dobro, którym dzielicie się ze społecznościami lokalnymi oraz za odpowiedzialność, z jaką budujecie kapitał społeczny naszego regionu i kraju.

W dniu Państwa święta składam wyrazy szczerego uznania za profesjonalizm, determinację i wierność wartościom, które od lat przyświecają działalności trzeciego sektora. Życzę Państwu nieustającej energii, satysfakcji z podejmowanych działań oraz sprzyjających warunków do dalszego rozwoju i realizacji misji.

Z wyrazami szacunku

Marszałek Województwa Lubuskiego
Sebastian Ciemnoczołowski

GRATULACJE

Serdeczne gratulacje dla **Katarzyny Jarosz-Rabiej** — laureatki **Lubuskich Wawrzynów Literackich** za książkę *Ulica pachnąca lipami*. Kasiu Twoja twórczość została wysoko oceniona i nagrodzona, co stanowi piękne świadectwo literackiej wrażliwości i talentu. To niezwykle wyróżnienie dla tak pięknej i poruszającej opowieści — gratulujemy sukcesu i życzymy kolejnych literackich osiągnięć!

Wielkie brawa!

Katarzyna Jarosz-Rabiej - polska poetka, prozaiczka, redaktorka i działaczka kulturalna. Debiutowała w 1978 r. wierszem w czasopiśmie „Zastalowiec”, a od tamtej pory tworzy nieprzerwanie od ponad czterech dekad. Wydała kilkanaście tomików poezji i prozy, m.in. *Dedykacje, Noc nad miastem, Dorosnąć do bólu, Julia z ulicy Jeleniej* oraz najnowszą prozę *Ulica pachnąca lipami*, za którą otrzymała **Lubuski Wawrzyn Literacki 2025** w kategorii proza.

Jej teksty były publikowane w wielu czasopismach literackich oraz tłumaczone na języki obce – m.in. angielski, niemiecki, rosyjski, grecki i francuski. Autorka działa aktywnie w środowisku literackim: jest członkinią **Związku Literatów Polskich** (od 1997 r.) oraz Stowarzyszenia „Jeszcze Żywych Poetów”, organizatorką spotkań literackich oraz współinicjatorką Uniwersytetu Poezji w Zielonej Górze.

Poza działalnością pisarską, angażuje się w życie kulturalne regionu: występuje w kabarecie „**Monte Verde**” **Zielonogórskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku** oraz w amatorskim teatrze, a jej twórczość znalazła miejsce w licznych antologiach i zbiorach literackich. Wyróżniana była w wielu ogólnopolskich i międzynarodowych konkursach literackich oraz odznaczana za zasługi dla kultury, m.in. Nagrodą Kulturalną Prezydenta Zielonej Góry i odznaką „Zasłużony dla Kultury Polskiej”.

Dziękujemy Kasiu za twoją obecność w naszym Uniwersytecie.

WRACAMY DO WSPOMNIEŃ ZAPISANYCH W POPRZEDNICH WYDANIACH **„INSPIRACJI”**

„Kontynuujemy podróż w czasie z poprzednich wydań **Inspiracji**. Prezentujemy tekst **Barbary Nau „Aleja Niepodległości”** (Nr 1(65) 2025), który wzbogaci naszą wiedzę przed **wykładem red. Tomasza Czyżniewskiego** 10 marca br. – **„AL. Niepodległości najpiękniejsza ulica”.**”

Aleja Niepodległości

Niegdyś najpiękniejsza ulica miasta, a i dziś może konkurować o to miano. Zachowała wiele swego dawnego uroku, choć nie jest już tak bujnie otoczona zielenią drzew i krzewów, jak u swego zarania, kiedy Grünberg wpisywał się na listę miast-ogrodów.

Powstanie Alei wiąże się z datującym od początku lat 70. XIX w. intensywnym rozwojem miasta.

Doprowadzona tu w 1871 roku kolej sprawiła, że niepozorna dróżka wiodąca od dworca do centrum stała się Große Bahnhofstraße (ulicą Dworcową).

Tereny między stacją kolejową a centrum, zwane Nowym Miastem, na przestrzeni kilku dekad zabudowano wzdłuż niej reprezentacyjnymi willami rezydencjami bogatych mieszkańców i kilkoma okazałymi kamienicami pod wynajem. Druga wojna i armia radziecka obeszły się z miastem łagodnie i niewiele w nim odnotowano zniszczeń. Dawną ul. Dworcową powojenne władze przemianowały, na krótko, na ulicę Stalina, a potem stała się tętniącą życiem aleją Niepodległości. Opuszczone rezydencje i domy zaludnili nowi mieszkańcy, a przede wszystkim instytucje. Dziś, dzięki licznym wydawnictwom, internetowi i dokumentom w Archiwum Państwowym dotyczącym niemieckiej przeszłości miasta, możemy dotrzeć do informacji (do lat 90. ubiegłego wieku trudno dostępnych), kto, kiedy i dla kogo wybudował stojące tu, zdobne w architektoniczne detale, domy.

Przy alei Niepodległości, we wpisanych do rejestru zabytków budynkach, mieści się wiele ważnych dla kulturalnego życia miasta instytucji: Muzeum Ziemi Lubuskiej, Lubuski Teatr im. Leona Kruczkowskiego, redakcja „Gazety Lubuskiej”. Niektóre budynki przejęła niegdyś służba zdrowia, funkcjonowały w nich laboratoria, gabinety lekarskie, stomatologiczne i zabiegowe. W gmachu, który niedawno wynajął Urząd Miejski i umieścił Urząd Stanu Cywilnego w latach 50. ubiegłego wieku jakiś czas miało siedzibę Liceum Pedagogiczne. Na parterze było kino „Zuch”. Wielu dzisiejszych starszych wiekiem zielonogórczan prowadzano tam w dzieciństwie na niedzielne poranki filmowe - wielką atrakcję czasów beztelewizyjnych. Obok działało kino „Nysa”. Budynek od lat stoi niestety pusty i czeka na lepsze czasy. Ciekawe, czy znajdzie się jakiś pomysłodawca i przywróci mu życie.

Jako że Aleja była kiedyś ważną arterią miasta, bo miała jak na owe czasy szeroką jezdnię, stanowiła przez lata trasę pierwszomajowych pochodów i korowodów winobraniowych. Trybuny z działaczami Komitetu Wojewódzkiego PZPR i innymi oficjalami

stały przy redakcji, Gazety Zielonogórskiej, która była prasowym organem partii. W kamienicy naprzeciwko mieszkał Jan Lembas, ważna postać w historii miasta i województwa, więc zwano ją potocznie „lembasówką”. Pochody, sztandary, transparenty, gra zastalowskiej orkiestry wypełniały ulicę z okazji robotniczego święta czerwienia i gwarem. Później, gdy jej część przekształcono w deptak, gdy w miejscu dawnej jezdni pojawiła się fontanna, a przy kwadratowych trawnikach z rozłożystymi lipami postawiono ławki, różnego rodzaju imprezy kulturalne, raczej o charakterze „stacjonarnym”, odbywają się w tej części Alei, przy BWA i muzeum. Stała się ona czymś w rodzaju salonu miasta. Letnie ogródki przy lokalach gastronomicznych, które się tu pojawiły, tętnią gwarem do późnych wieczornych godzin. Ocalała jeszcze w niektórych fragmentach alei Niepodległości gładka granitowa kostka bruku lśni w deszczu jak za dawnych czasów.

ŻYCZENIA dla JUBILATÓW, słuchaczy ZUTW urodzonych w marcu.

Urodziny obchodzi 92. słuchaczy.

Najstarsza słuchaczka ma lat 90, najmłodsza słuchaczka ma 62 lata.

Drodzy Jubilaci!

Z okazji urodzin w tym pięknym, marcowym miesiącu,
życzymy Wam wielu chwil pełnych radości, zdrowia, pogody ducha
i niestąbnącej pasji do życia oraz nauki.

Niech każdy dzień przynosi uśmiech, inspiracje i przyjemne niespodzianki,
a wszystkie marzenia - te duże i te drobne - spełniają się z łatwością.

Niech wiosna w sercu rozkwita tak, jak w marcu budzi się przyroda!

Zarząd ZUTW

WŁADYSŁAW EDELMAN

Jest miłość

w błękitnej rapsodii
w czarnym głosie elli fitzgerald
melancholii obrazów edwarda hoppera

kiedy patrzę w rozgwieżdżone niebo
i śpiewam deszczową piosenkę
gdy mgła osiada na twoich włosach

jest też kiedy ciebie nie ma
(wtedy jest nawet bardziej...)

w chwilach zastygłej między nami ciszy
rodzi się muzyka
miłość
wiersz
życie

Program napisała: **Zofia Banaszak**. Korekta: **Teresa Błaszyńska, Bożenna Strączyńska**.
Program został opublikowany na stronie: www.utw.zgora.pl przez **Elżbietę Subocz**