



NOWOSOLSKI UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU

ul. J. Matejki 29, 67-100 Nowa Sól
tel. 068 356 49 63 (środa, czwartek od 10 do 13-tej)

e-mail: nutw.nowasol@wp.pl

Adres strony internetowej: <http://nutw.nowasol.pl>

Polskie przysłowia ludowe na grudzień.

1. Mroźny grudzień, wiele śniegu, żyzny roczek będzie w biegu.
2. W pierwszym tygodniu grudnia, gdy pogoda stała, będzie zima długo biała.
3. Grudzień jaki, czerwiec taki.
4. Suchy grudzień stoi za to, że sucha wiosna i suche lato.
5. Jeśli w grudniu często dmucha, to w marcu wciąż plucha.
6. Grudzień zimny, śniegiem pokryty, daje rok w zboże obfity.



Zapamiętaj i sprawdź, czy to prawidłowa prognoza pogody.





PROGRAM ZAJĘĆ NA GRUDZIEŃ 2013 r.

WYKŁADY POWSZECHNE, KONFERENCJE, PRELEKCJE, SPOTKANIA, ZAJĘCIA:

Dzień	Godz.	Temat zajęć	Prowadzący	Miejsce
		<p>Od 15.10.2013r. do 31.12.2013r. realizujemy zadanie publiczne zlecone w ramach Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na 2013r pod tytułem:</p> <p>„Nowe oblicze seniora z edukacją i rekreacją w tle” zawarte między: Ministrem Pracy i Polityki Społecznej. Całkowity koszt zadania wynosi 30 700,00 zł z tego:</p> <ul style="list-style-type: none">• wysokość dotacji 20 000,00 zł• środki finansowe własne i wkład osobowy 8 100,00 zł.• wpłaty adresatów zadania publicznego 2 600,00 zł. <p><i>Opracowanie i koordynacja projektu Teresa Kamińska.</i></p>		
		<p>Od kwietnia realizujemy zadania publiczne: Gminy Nowa Sól – Miasto: „NUTW – najlepsza inwestycja edukacyjna seniora” <i>dotacja 5 000,00 zł</i> <i>Opracowanie i koordynacja projektu Teresa Kamińska;</i> „Sprawny senior NUTW” <i>dotacja 7 000,00 zł</i> <i>Opracowanie i koordynacja projektu Danuta Miczulska;</i></p>		
poniedziałek 2.12. 2013	10 ³⁰	<p>Realizacja projektu ASOS: „Nowe oblicze seniora z edukacją i rekreacją w tle” TURYSTYKA PIESZA „Wędrówki po lesie z kijkami lub bez” „DBAMY O KONDYCJĘ PRZED ŚWIĘTAMI” Spacerujemy leśnymi drogami za szpitalem. „STO LAT” urodzeni w grudniu</p>	<p>Grażyna Osypińska – Przodownik Turystyki Pieszej PTTK</p> <p>Danuta Miczulska instruktor Nordic Walking</p>	<p>pętla autobusowa za szpitalem</p>

poniedziałek 9.12.2013	10 ³⁰	Realizacja projektu ASOS: <i>„Nowe oblicze seniora z edukacją i rekreacją w tle”</i> TURYSTYKA PIESZA „Wędrówki po lesie z kijkami lub bez” „SPOTKANIE Z MIKOŁAJEM” Mikołajkowe wędrówki turystycznym szlakiem za szpitalem.	Grażyna Osypińska – Przodownik Turystyki Pieszej PTTK Danuta Miczulska instruktor Nordic Walking i Mikołaj	pętla autobusowa za szpitalem 
poniedziałek 02.12.2013 09.12.2013 10.12.2013	16 ⁰⁰ - 17 ³⁰	Realizacja projektu UM: <i>„NUTW – najlepsza inwestycja edukacyjna seniora”</i> WARSZTATY KOMPUTEROWE Grupa I -	mgr Elżbieta Matych	SP nr 8 Sala 112
	17 ³⁰ - 19 ⁰⁰	Realizacja projektu UM: <i>„NUTW – najlepsza inwestycja edukacyjna seniora”</i> WARSZTATY KOMPUTEROWE Grupa II	mgr Elżbieta Matych	SP nr 8 Sala 112
wtorek 03.12.2013 10.12.2013	10 ⁰⁰ - 11 ³⁰	Realizacja projektu UM: <i>„NUTW – najlepsza inwestycja edukacyjna seniora”</i> LEKTORAT JĘZYKA ROSYJSKIEGO Przy herbatce, w radosnym nastroju, mówimy i śpiewamy po rosyjsku	mgr Halina Pawłowska	SP nr 8 Biuro NUTW s.312
wtorek 03.12.2013 10.12.2013	12 ⁰⁰ - 13 ³⁰	Realizacja projektu : ASOS <i>„Nowe oblicze seniora z edukacją i rekreacją w tle”</i> GRAFIKA KOMPUTEROWA Warsztaty grafiki komputerowej. <u>Na zajęcia należy przyjść z własnym laptopem!</u>	 Leonard Mocek	SP nr 8 Biuro NUTW s.312
wtorek 03.12.2013 10.12.2013	16 ⁰⁰ - 17 ³⁰	Realizacja projektu UM: <i>„NUTW – najlepsza inwestycja edukacyjna seniora”</i> WARSZTATY KOMPUTEROWE Grupa III	mgr Joanna Czyżowicz	SP nr 8 Sala 112
wtorek 03.12.2013 10.12.2013	17 ⁰⁰ - 18 ³⁰	Realizacja projekt UM: <i>„NUTW – najlepsza inwestycja edukacyjna seniora”</i> DECOUPAGE Świat twórczych pasji, inspiracji. Technika zdobnicza polegająca na przyklejaniu na odpowiednio spreparowaną powierzchnię (praktycznie każda powierzchnia: drewno, metal, szkło, tkanina, plastik, ceramika) wzoru wyciętego z papieru lub serwetki papierowej (technika serwetkowa)	mgr Ludmiła Rudziakowicz	SP nr 8 Biuro NUTW s.312
wtorek 03.12.2013 10.12.2013	18 ⁵⁰ - 19 ⁵⁰	Realizacja projektu ASOS: <i>„Nowe oblicze seniora z edukacją i rekreacją w tle”</i> ZAJĘCIA TANECZNO – RUCHOWE Kontynuacja zajęć tanecznych w parach tańca towarzyskiego	Iwona Kmieć – dyplomowany nauczyciel tańca Studio Tańca Użytkowego „Wodzirej”	Klub Nowosolskiej Spółdzielni Mieszkaniowej ul. Matejki 18a
środa 04.12.2013 11.12.2013	9 ¹⁰ - 10 ⁴⁰	Realizacja projektu ASOS: <i>„Nowe oblicze seniora z edukacją i rekreacją w tle”</i> LEKTORAT JĘZYKA ANGIELSKIEGO Grupa podstawowa	mgr Grzegorz Baranowski	SP nr 8 Sala 311 <i>Blok C</i>
	10 ⁴⁵ - 12 ¹⁵	Realizacja projekt UM: <i>„NUTW – najlepsza inwestycja edukacyjna seniora”</i> LEKTORAT JĘZYKA ANGIELSKIEGO Grupa zaawansowana		
środa 04.12.2013 11.12.2013	15 ⁴⁰ - 17 ¹⁰	Realizacja projektu ASOS: <i>„Nowe oblicze seniora z edukacją i rekreacją w tle”</i> WARSZTATY KOMPUTEROWE Grupa V	mgr Joanna Czyżowicz	SP nr 8 Sala 112

środa 04.12.2013 11.12.2013	16 ⁰⁰ - 17 ³⁰	Realizacja projektu: <i>„Sprawny senior NUTW”</i> GIMNASTYKA REHABILITACYJNA Gimnastyka leczniczo - usprawniająca narządy ruchu Grupa I	rehabilitantka	SP nr 8 sala gimnastyczna
środa 11.12.2013	17 ⁰⁰	Realizacja projektu ASOS: <i>„Nowe oblicze seniora z edukacją i rekreacją w tle”</i> ZAJĘCIA KULINARNE „PIERNIKI” Zapraszamy wszystkich chętnych do udziału. Do dzieci po raz pierwszy przyszliśmy 15.10.2008r. i one dalej na nas czekają!	Krystyna Herzog i wolontariusze	światlica Osób Niepełnosprawnych „Tacy Sami” ul. Drzymały 4
czwartek 05.12.2013 12.12.2013	9 ⁰⁰ – 10 ³⁰	Realizacja projektu: <i>„Sprawny senior NUTW”</i> GIMNASTYKA REHABILITACYJNA Gimnastyka leczniczo - usprawniająca narządy ruchu Grupa III Zajęcia przeniesione z czwartku 16 ⁰⁰ - 17 ³⁰	rehabilitantka	SP nr 8 sala gimnastyczna
	10 ⁴⁵ - 12 ¹⁵	Realizacja projektu UM: <i>„Sprawny senior NUTW”</i> GIMNASTYKA REHABILITACYJNA Gimnastyka leczniczo - usprawniająca narządy ruchu Grupa II Zajęcia przeniesione ze środy 17 ⁴⁵ - 19 ¹⁵	rehabilitantka	SP nr 8 sala gimnastyczna
czwartek 12.12.2013	13 ⁰⁰	Realizacja projektu : ASOS <i>„Nowe oblicze seniora z edukacją i rekreacją w tle”</i> MEDYCYNĄ I PROFILAKTYKĄ ZDROWIA Wykład: Ciąg dalszy bardzo ciekawie zaprezentowanego wykładu z listopada pt. "Anatomia człowieka".	Lekarz dr Łukasz Banasiak	SP nr 8 Biuro NUTW s.311
czwartek 05.12.2013 12.12.2013	16 ⁰⁰ - 17 ⁰⁰	Realizacja projektu ASOS: <i>„Nowe oblicze seniora z edukacją i rekreacją w tle”</i> WARSZTATY FOTOGRAFICZNE Grupa I - podstawowa	 Zenon Siebert	SP nr 8 Biuro NUTW s.312
	17 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰	Realizacja projektu: <i>„Nowe oblicze seniora z edukacją i rekreacją w tle”</i> WARSZTATY FOTOGRAFICZNE Grupa II- zaawansowana		
czwartek 05.12.2013 12.12.2013	18 ⁰⁰ - 19 ³⁰	Realizacja projektu ASOS: <i>„Nowe oblicze seniora z edukacją i rekreacją w tle”</i> CHÓR NUTW Serdecznie zapraszamy wszystkich, którzy lubią śpiewać. Repertuar chóru będzie różnorodny.	mgr Joanna Sobczyk	Światlica SP8
czwartek 19.12.2013	17 ⁰⁰	Zarząd NUTW organizuje  WIECZÓR WIGILINY Koszt uczestnictwa 20,00 zł. Wpłaty i zapisy do dn. 12.12 w czasie dyżurów w Biurze NUTW – środa i czwartek godz. 10 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰ .	Zarząd NUTW	Restauracja „Polonia”

piątek 06.12.2013 13.12.2013	8 ⁰⁰ - 9 ³⁰	Realizacja projektu: „NUTW – najlepsza inwestycja edukacyjna seniora” WARSZTATY KOMPUTEROWE Grupa IV Zajęcia przeniesione z wtorku godz. 17 ³⁰ - 19 ⁰⁰	mgr Joanna Czyżowicz	SP nr 8 Sala 112
piątek 06.12.2013 13.12.2013	9 ⁰⁰	Wyjazd samochodami osobowymi na BASEN w Zielonej Górze Koszt przejazdu 10 zł Ulgowy bilet wstępu na basen w piątek 5,00 zł za 2 godz. <u>W celu zapewnienia transportu na basen każdy uczestnik indywidualnie umawia się do czwartku do godz. 20.00 poprzedzającego wyjazd w piątek z wymienionymi kierowcami samochodów</u>	Kierowcy samochodów osobowych Brunon Lemiesz Andrzej Wichman Andrzej Łusiewicz Zenon Siebert	parking przy Kauflandzie
piątek 06.12.2013 13.12.2013	13 ⁰⁰	Realizacja projektu ASOS: „Nowe oblicze seniora z edukacją i rekreacją w tle” „LATINO SOLO” Latino solo są to zajęcia stworzone szczególnie z myślą o kobietach. Specjalnie przygotowane choreografie, które zawierają elementy salsy, samby, rumbi i cha-chy oraz gorące rytmy muzyki latynoskiej, pozwolą każdej poczuć się wyjątkowo. A przy okazji – bezboleśnie zgubić zbędne kilogramy.	Iwona Kmieć – dyplomowany nauczyciel tańca Studio Tańca Użytkowego „Wodzirej”	Klub Nowosolskiej Spółdzielni Mieszkaniowej ul. Matejki 18a
piątek 13.12.2013	17 ⁴⁵	Realizacja projektu ASOS: „Nowe oblicze seniora z edukacją i rekreacją w tle” „VERDI GALA” „Verdi Gala” to przygotowany z rozmachem spektakl muzyczno-sceniczny łączący fragmenty z oper, które zna cały świat m.in.: La Traviata, Rigoletto, Aida, Nabucco. Muzyka Verdiego w mistrzowski sposób oddaje wszelkie ludzkie uczucia, emocje i namiętności. Na scenie jak w kalejdoskopie przewijają się obrazy z różnych epok od starożytnego Egiptu (Aida), poprzez dwory możnowładców (Rigoletto), obozy cygańskie (Trubadur) do saloników romantycznych (Traviata). Najwspanialsze arie, duety, ensemble i chóry ze słynnym Va pensiero w połączeniu z bogatą scenografią, bajecznymi kostiumami, oryginalną choreografią tworzą niepowtarzalne widowisko, które na długo zapadnie w pamięć.	Urszula Wardęga	Zielona Góra, Centrum Rekreacyjno-Sportowe przejazd autobusem wyjazd 17.45 1. przystanek na ul. Zielonogórskiej 2. przystanek koło Sanepidu ul. Woj.Polskiego 3. wejście na stadion MOSiR ul 1-Maja

Święta Bożego Narodzenia



Zdrowych, Wesółych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.

**Niech będą one okazją do zadumy, ale i radości z rodzinnego spotkania.
Niech przyniosą wytchnienie od codziennych zmagania i trosk.
Oby magia Bożego Narodzenia przetrwała w nas jak najdłużej!**

Magicznych Świąt Bożego Narodzenia życzy Zarząd NUTW

Zimowa przerwa świąteczna od 20.12.2013r. do 6.01.2014r.

Program opracowała i napisała:
Danuta Miczulska

Zajęcia Turystyki Pieszej
przygotowała:
Danuta Miczulska,
Grażyna Osypińska

Nowa Sól, 25.11.2013r.

KOMUNIKATY:

1. Prosimy słuchaczy NUTW, którzy zalegają ze składkami, o niezwłoczne uregulowanie opłaty semestralnej w kwocie 35,- zł. - za I semestr roku akademickiego 2013/2014r. Biuro czynne jest w środę i czwartek w godz. 10⁰⁰- 13⁰⁰.

- 2. Tylko opłacona składka członkowska za I semestr upoważnia do udziału we wszystkich zajęciach organizowanych przez NUTW w roku akademickim 2013/2014.**
3. Bieżące komunikaty umieszczone będą na stronie internetowej NUTW.