



# 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](mailto:nutw.nowasol@wp.pl)  
Adres strony internetowej: <http://nutw.nowasol.pl>

## PROGRAM ZAJĘĆ NA KWIECIEŃ 2013 r.

*„Wiosno, Wiosno, gdzie Ty jesteś...”*

*My Seniorzy wołamy Cię...*



*Echo...echo...echo...*

*Jestem, jestem w sercach Waszych....*

*Wiosna... Wiosna... Wiosna...”*

*(Zimowa Wielkanoc - 2013r)*

### WYKŁADY POWSZECHNE, KONFERENCJE, PRELEKCJE, SPOTKANIA, ZAJĘCIA:

Dzień	Godz.	Temat zajęć	Prowadzący	Miejsce
		<p>Realizujemy dwuletni projekt I edycji otwartego <b>Konkursu na najlepsze projekty dofinansowywane ze środków Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2012-2013 (ASOS)</b>, Podział środków z dotacji na poszczególne lata przedstawia się następująco: w 2012: 10 000 złotych, w 2013: 10 000 złotych.</p> <p>Koszt całkowity przyjętej oferty to 46 460 złotych z czego przypada: na 2012r: 18 800 złotych na 2013r 27 660 złotych</p> <p><i>Opracowanie, koordynacja i rozliczenie projektu: Teresa Kamińska</i></p>	<p>Projekt pt. <i>„POZYTYWNE ZAKRĘCONY STUDENT NUTW”</i></p> <p>będzie realizowany w okresie od <b>1 października 2012r.</b> do <b>30 czerwca 2013r.</b></p> <p>W FORMIE WSPIERANIA REALIZACJI ZADANIA PUBLICZNEGO PRZEZ</p> <p> Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej</p>	
		<p><b>Od kwietnia realizujemy zadania publiczne:</b> <b>Gminy Nowa Sól – Miasto:</b> <b>„NUTW – najlepsza inwestycja edukacyjna seniora”</b> <i>dotacja 5 000,00 zł</i> <i>opracowanie i koordynacja projektu Teresa Kamińska;</i> <b>„Sprawny senior NUTW”</b> <i>dotacja 7 000,00 zł,</i> <i>opracowanie i koordynacja projektu Danuta Miczulska;</i> <b>Zarządu Powiatu Nowosolskiego:</b> <b>„Aktywność seniorów nad Odrą”</b> <i>dotacja 2 000,00 zł</i> <i>opracowanie i koordynacja projektu Danuta Miczulska;</i></p>		
poniedziałek 08.04. 2013	10 <sup>00</sup>	<p style="text-align: center;"><b>TURYSTYKA PIESZA</b> „Wędrówki po lesie z kijkami lub bez” <b>„ ŚLADAMI WIOSNY W LESIE ”</b> Szlakiem turystycznym w kierunku Niedoradza Realizacja projektu: <i>„Pozytywnie zakręcony student NUTW” w ramach wolontariatu</i></p>	<p>Grażyna Osypińska – Przodownik Turystyki Pieszej PTTK</p> <p>mgr inż. Danuta Miczulska instruktor Nordic Walking</p>	<p>pętla autobusowa za szpitalem</p> <p></p>
poniedziałek 15.04.2013	9 <sup>30</sup> - 13 <sup>30</sup>	<p style="text-align: center;"><b>TURYSTYKA PIESZA</b> „Wędrówki po lesie z kijkami lub bez” <b>„ WIELKA PISANKA PO WIELKANOCY ”</b> Jajecznicza z jednego takiego jajka to śniadanie dla 10</p>	<p>Grażyna Osypińska – Przodownik Turystyki Pieszej PTTK</p> <p>Brunon Lemiesz</p>	<p>przejazd autobusem</p> <p><b>wyjazd 9.30</b></p> <p>dworzec PKP i</p>

		osób, a pisanka z trudem zmieści się do wielkanocnego koszyka – ferma strusi w Stypułowie pod Kożuchowem <u>Koszty wycieczki 12,00 zł. w tym zwiedzanie fermy.</u> <b>Zapisy i wpłaty w biurze do 04.04.2013r.</b> Realizacja projektu: <i>„Pozytywnie zakrecony student NUTW” w ramach wolontariatu</i>		wejście na stadion MOSiR ul 1-Maja
poniedziałek 22.04.2013	10 <sup>00</sup>	<b>TURYSTYKA PIESZA</b> „Wędrówki po lesie z kijkami lub bez” <b>„SPACER NA ORIENTACJĘ”</b> Spacer po lesie z kijkami i kompasem. Realizacja projektu: <i>„Pozytywnie zakrecony student NUTW” w ramach wolontariatu</i>	Grażyna Osypińska – Przodownik Turystyki Pieszej PTTK  mgr inż. Danuta Miczulska instruktor Nordic Walking	pętla autobusowa za szpitalem 
poniedziałek 29.04.2013	10 <sup>00</sup>	<b>TURYSTYKA PIESZA</b> „Wędrówki po lesie z kijkami lub bez” <b>„ KWIECIEŃ PLECIEŃ ”</b> Szlakiem turystycznym w kierunku Czaśławia. STO LAT” urodzeni w kwietniu Realizacja projektu: <i>„Pozytywnie zakrecony student NUTW” w ramach wolontariatu</i>	Grażyna Osypińska – Przodownik Turystyki Pieszej PTTK  mgr inż. Danuta Miczulska instruktor Nordic Walking	pętla autobusowa za szpitalem
poniedziałek 08.04.2013	9 <sup>30</sup> do 11 <sup>00</sup>	Realizacja projektu: <i>„NUTW – najlepsza inwestycja edukacyjna seniora”</i> <b>Warsztaty komputerowe grupa I</b>		
15.04.2013	14 <sup>00</sup> do 15 <sup>30</sup>	<b>Warsztaty komputerowe grupa II</b>	mgr Joanna Czyżowicz	SP nr 8 Sala 112
22.04.2013	15 <sup>45</sup> do 17 <sup>15</sup>	<b>Warsztaty komputerowe grupa III</b>		
poniedziałek 08.04.2013 15.04.2013 22.04.2013 29.04.2013	18 <sup>00</sup>	Realizacja projektu: <i>„Sprawny senior NUTW”</i> <b>Zajęcia taneczno – ruchowe – 3 rok</b>	Iwona Kmieć – dyplomowany nauczyciel tańca Studio Tańca Użytkowego „Wodzirej”	Klub Nowosolskiej Spółdzielni Mieszkaniowej ul. Matejki 18a
<b>wtorek</b> 09.04.2013 16.04.2013 23.04.2013 30.04.2013	9 <sup>00</sup>	Realizacja projektu: <i>„Pozytywnie zakrecony student NUTW”:</i> <b>LEKTORAT JĘZYKA NIEMIECKIEGO</b> dla średniozaawansowanych	mgr Angelika Mackiewicz	SP nr 8 Sala 309 <i>Blok C</i>
<b>wtorek</b> 09.04.2013 16.04.2013 23.04.2013 30.04.2013	11 <sup>00</sup> do 12 <sup>30</sup>	Realizacja projektu: <i>„Pozytywnie zakrecony student NUTW”:</i> <b>LEKTORAT JĘZYKA ANGIELSKIEGO</b>	mgr Katarzyna Patelka	SP nr 8 Sala 309 <i>Blok C</i>
<b>wtorek</b> 09.04.2013 16.04.2013 23.04.2013 30.04.2013	12 <sup>30</sup>	<b>GRAFIKA KOMPUTEROWA</b> <b>Warsztaty grafiki komputerowej.</b> <i>Na zajęcia należy przynieść z własnym laptopem!</i> Realizacja projektu: <i>„Pozytywnie zakrecony student NUTW”:</i>	Leonard Moeck prowadzi zajęcia w ramach wolontariatu 	Biuro NUTW SP nr 8 s. 312
<b>wtorek</b> 09.04.2013	14 <sup>45</sup> do 16 <sup>15</sup>	Realizacja projektu: <i>„NUTW – najlepsza inwestycja edukacyjna seniora”</i> <b>Warsztaty komputerowe grupa I</b>	mgr Elżbieta Matych	SP nr 8 Sala 112


16.04.2013 23.04.2013 30.04.2013	16 <sup>20</sup> do 18 <sup>05</sup>	Realizacja projektu: j.w. <b>Warsztaty komputerowe grupa II</b>		
	17 <sup>00</sup>	Realizacja projektu: <b>„Pozytywnie zakręcony student NUTW”: GIMNASTYKA</b> lecniczo - usprawniająca narządy ruchu	mgr Eugenia Abramczyk	SP nr 1 Sala gimnastyczna
wtorek 02.04.2013	17 <sup>00</sup>	<b>Kawiarenka językowa Русские Кафе</b> MBP zaprasza każdego, bez względu na stopień znajomości języka, mieszkańca miasta Nowa Sól Przy kawie prowadzona będzie konwersacja w języku rosyjskim, do której każda z obecnych osób włączy się, kiedy będzie miała ochotę i na ile pozwoli jej znajomość języka.	Konwersację poprowadzi mgr Halina Pawłowska wykładowca lektoratu j. rosyjskiego w NUTW Galeria pod Tekstem, ul. Bankowa Wstęp wolny!!!	Miejska Biblioteka Publiczna 
wtorek 09.04.2013	17 <sup>00</sup>	<b>Walne Zebranie Sprawozdawcze</b> z działalności finansowej i merytorycznej NUTW za 2012r. <i>porządek obrad w gablocie NUTW i na stronie internetowej NUTW</i> Wszystkich słuchaczy Uniwersytetu uprzejmie prosimy o niezawodne i punktualne przybycie.	<b>Zarząd NUTW</b>	Stołówka SP nr 8
środa 10.04.2013	<b>UWAGA!</b> zmiana godz. wyjazdu autobusu  8 <sup>30</sup> 16 <sup>00</sup>	<b>WARTO ZOBACZYĆ Krosno Odrz. - Dychów</b> Krosno Odrzańskie - Zamek Piastowski w Krośnie Odrzańskim jest najbardziej na północ wysuniętym zamkiem średnio- wiecznego Śląska. W lutym 2010 roku Zamek Piastowski stał się także siedzibą Centrum Artystyczno – Kulturalnego „Zamek”. Dychów - zaporą wodną i największą w woj. lubuskim elektrownia wodna z wspaniałą panoramą na rzekę Bóbr i widokiem na sztuczne jezioro, wokół którego znajduje się spacerowo-rowerowa droga. <u>Koszt wycieczki 10,00 zł. w tym bilet wstępu na zamek, przewodnik.</u> <b>Zapisy i wpłaty w biurze do 21.03.2013r.</b>	Urszula Wardęga i Danuta Miczulska	przejazd autobusem  <b>wyjazd 8.30</b> wejście na stadion MOSiR ul 1-Maja
środa 03.04.2013 10.04.2013 17.04.2013 24.04.2013	12 <sup>45</sup>	Realizacja projektu: <b>„NUTW – najlepsza inwestycja edukacyjna seniora”</b>  <b>LEKTORAT JĘZYKA ANGIELSKIEGO</b> dla zaawansowanych	mgr Grzegorz Baranowski	SP nr 8 Sala 310 Blok C
środa 03.04.2013	17.00	<b>Kawiarenka językowa Sprache Café.</b> MBP zaprasza każdego, bez względu na stopień znajomości języka, mieszkańca miasta Nowa Sól i powiatu w każdą pierwszą środę miesiąca. Przy kawie prowadzona będzie konwersacja w języku niemieckim, do której każda z obecnych osób włączy się, kiedy będzie miała ochotę i na ile pozwoli jej znajomość języka.	Konwersację poprowadzi Karl Heinecke, nauczyciel z Berlina. Galeria pod Tekstem, ul. Bankowa 3  Wstęp wolny!!!	Miejska Biblioteka Publiczna 
środa 3.04.2013	17 <sup>00</sup>	<b>ZAJĘCIA KULINARNE „PIEROGARNIA”</b> w ramach wolontariatu Realizacja projektu: <b>„Pozytywnie zakręcony student NUTW</b> Zapraszamy wszystkich chętnych do udziału. Do dzieci po raz pierwszy przyszliśmy 15.10.2008r. i one dalej na nas czekają!	Krystyna Herzog i wolontariusze	świetlica Osób Niepełnosprawnych „Tacy Sami” ul. Drzymały 4
środa 17.04.2013	17 <sup>00</sup>	<b>Wieczór poezji i prozy Nowosolskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku</b>	prowadząca Wanda Ilnicka	restauracja „Oaza” ul. Kościuszki obok Urzędu Skarbowego
czwartek 24.04.2013	17 <sup>00</sup> - 22 <sup>00</sup>	<b>"ZABAWA TANECZNA PO POŚCIE".</b> Planowana jest zabawa taneczna dla słuchaczy NUTW. Wpłaty i zapisy do dn. <b>18.04.2013.</b> w Biurze NUTW w dniach dyżurów od godz. 10.00 - 13.00 / środa i czwartek/, Proszę rozpowszechnić tą wiadomość wśród swoich	Muzyka: Józef Krajewski Śpiew: Krystyna Krajewska	Klub Seniora (dawny Klub Nauczyciela) ul. Szarych Szeregów

		znajomych.		
czwartek 25.04.2013	13 <sup>00</sup>	<p style="text-align: center;"><b>MEDYCYNĄ</b> <b>I PROFILAKTYKA ZDROWIA</b> Wykład: <b>Choroba Parkinsona – objawy, profilaktyka, diagnostyka i leczenie</b></p> <p>Światowy Dzień Choroby Parkinsona (ang. World Parkinson's Disease Day, World PD Day) – święto obchodzone corocznie</p> <p><b>11 kwietnia od 1997 roku</b>, upamiętniające urodziny Jamesa Parkinsona, który jako pierwszy opisał objawy choroby neurodegeneracyjnej nazwanej od jego nazwiska (PD).</p> <p>Realizacja projektu: <b>„Pozytywnie zakrecony student NUTW”</b></p>	Lekarz med. Jan Lis  <i>Wykład prowadzony w ramach wolontariatu</i>	Biuro NUTW
czwartek 04.04.2013 11.04.2013 18.04.2013 25.04.2013	9 <sup>00</sup>	Realizacja projektu: <b>„Pozytywnie zakrecony student NUTW”: GIMNASTYKA</b> lecniczo - usprawniająca narządy ruchu	mgr E. Abramczyk	SP nr 8 Mała sala gimnastyczna
	17 <sup>00</sup>	Realizacja projektu: <b>„Pozytywnie zakrecony student NUTW”: WARSZTATY FOTOGRAFICZNE</b> 	Zenon Siebert <i>zajęcia prowadzone w ramach wolontariatu</i>	Biuro NUTW SP nr 8 s. 312
piątek 05.04.2013 19.04.2013	9 <sup>00</sup>	Wyjazd samochodami osobowymi na <b>BASEN w Zielonej Górze</b> <i>koszt przejazdu 10 zł ulgowy bilet wstępu na basen 5 zł</i>	Brunon Lemiesz Andrzej Wichman Andrzej Łusiewicz	Plac przy Kauflandzie
piątek 05.04.2013 12.04.2013 19.04.2013 22.04.2013	10 <sup>00</sup>	Realizacja projektu: <b>„Pozytywnie zakrecony student NUTW”: LEKTORAT JĘZYKA ROSYJSKIEGO</b>	mgr Halina Pawłowska	SP nr 8 Biuro NUTW
piątek 05.04.2013 12.04.2013 19.04.2013 26.04.2013	I grupa 12 <sup>30</sup> II grupa 13 <sup>40</sup>	Realizacja projektu: <b>„Pozytywnie zakrecony student NUTW”: „Latino Solo”</b> 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 05.04.2013 12.04.2013 19.04.2013 26.04.2013	17 <sup>00</sup>	Realizacja projektu: <b>„Pozytywnie zakrecony student NUTW”: GIMNASTYKA</b> lecniczo - usprawniająca narządy ruchu	mgr Eugenia Abramczyk	SP nr 1 Sala gimnastyczna
piątek 05.04.2013	17 <sup>00</sup>	<p style="text-align: center;"><i>Miejska Biblioteka Publiczna zaprasza</i></p>  <p><i>osoby zainteresowane konwersacją w języku angielskim na otwarcie Language Café prowadzenie: Rafał Bilski</i></p> <p><i>wstęp wolny</i></p> <p><i>Przy kawie prowadzona będzie konwersacja w języku angielskim, do której każda z obecnych osób włączy się, kiedy będzie miała ochotę i na ile pozwoli jej znajomość języka.</i></p>	Spotkania prowadzi Rafał Bilski – anglista, na co dzień pracujący w Liceum Ogólnokształcącym w Nowej Soli.	Miejska Biblioteka Publiczna ul. Bankowa 3

		 <b>ZAPRASZAJĄ NAS:</b>		
niedziela 07.04.2013	11 <sup>00</sup>	<b>BAJKOWA NIEDZIELA</b> Przedstawienie „ <i>Marzenia do spełnienia</i> ” widowisko pełne humoru, tańca i muzyki w wykonaniu aktorów Wrocławskiej Sceny Młodego Widza <b>Cena biletu 10 zł</b>	Dyrektor NDK Krzysztof Piotrowiak zaprasza Rodziców z Dziećmi i Dziadków z Wnukami	Nowosolski Dom Kultury ul. Piłsudskiego
niedziela 21.04.2013	16 <sup>00</sup>	<b>O HISTORII PRZY MUZYCE</b> - multimedialna historia Nowej Soli - koncert laureatów Szkoły Muzycznej	<i>Dyrektor Muzeum Miejskiego Dr Tomasz Andrzejewski</i>	Muzeum Miejskie
		<b>Zapowiedź na maj 2013</b>		
		<b>Od 01. 05. 2013r do 05.05.2013</b> szkoła zamknięta Zajęcia w NUTW odwołane		
		<b>PLANOWANE WYCIECZKI W MAJU</b>		
poniedziałek 13.05.2013	8 <sup>30</sup> - 13 <sup>30</sup>	TURYSTYKA PIESZA „Wędrówki po lesie z kijkami lub bez” <b>JEDZIEMY NAD „ŚLĄSKIE MORZE”</b> Spacer z kijkami nad jeziorem w Sławie Śl. Posiłek weź z sobą lub szukaj na miejscu. <b>Koszt uczestnictwa 10,00 zł.</b> w tym koszt wynajmu autobusu i ubezpieczenie. <b><u>Zapisy i wpłaty w biurze do 25.04.2013r.</u></b>	Grażyna Osypińska – Przodownik Turystyki Pieszej i Danuta Miczulska	przejazd autobusem wyjazd 8.30 wejście na stadion MOSiR ul 1-Maja
środa 22.05.2013	10 <sup>00</sup> - 14 <sup>00</sup>	Realizacja zadania publicznego: „ <b>AKTYWNOŚĆ SENIORA NAD ODRĄ</b> ” wspieranego przez <b>Zarząd Powiatu Nowosolskiego.</b> Zadanie to realizowane jest przez NUTW wspólnie z seniorami ze Zw.ERiI Z Bytomia Odrz.. <b><u>Zapisy i wpłaty w biurze do 09.05.2013r.</u></b> <b><u>Koszt uczestnictwa 10,00 zł.</u></b>	koordynator zadania publicznego Danuta Miczulska	Szczegółowy program imprezy na końcu programu
		<i>Program opracowała i napisała: Teresa Kamińska</i>	<i>Zajęcia turystyki pieszej przygotowała: Danuta Miczulska, Grażyna Osypińska</i>	<i>Nowa Sól, 02.04.2013r.</i>

#### KOMUNIKATY:

1. Rozpoczął się II semestr roku akademickiego 2012/2013. Zapominalskim przypominamy o opłacie semestralnej 35 zł
2. Czy wypełniliście już swoje PIT-y, jeśli macie z tym problemy, proszę przyjść do biura w godzinach urzędowania w środę lub czwartek, pomożemy wypełnić!

**ODPISZ 1% SWOJEGO PODATKU**

Nowosolski Uniwersytet Trzeciego Wieku jest organizacją pożytku publicznego, status OPP posiada od 2010 roku, który uprawnia nas m. in. do pozyskiwania 1% podatku.

TWÓJ 1% pozwoli nam na realizację wielu oczekiwań związanych z działalnością naszego Uniwersytetu.  
**DZIĘKUJEMY !**

**NOWOSOLSKI UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU**  
**Numer KRS: 0000274854**

Podmioty uprawnione do przekazania 1% podatku:



- podatnik podatku dochodowego od osób fizycznych,
- podatnik opodatkowany ryczałtem od przychodów ewidencjonowanych,
- podatnik objęty liniową, 19 - procentową stawką podatku,

Mamy nadzieję, że zaszczerpie Państwo tę ideę także członkom Waszych rodzin i znajomym.

**Pomóżcie tworzyć świat, w którym ludzie z pasją działają dla siebie i dla innych – świat aktywnego i twórczego seniora.  
Wdzięczni będziemy za każdą darowiznę.**

3. **Walne Zebranie Członków odbędzie się 9 kwietnia 2013r. o godz. 17<sup>00</sup> w stołówce Szkoły nr 8. Szczegółowy porządek obrad podamy jest w gablocie i na stronie internetowej NUTW.**



## PROGRAM REALIZACJI ZADANIA PUBLICZNEGO:

# „AKTYWNOŚĆ SENIORÓW NAD ODRĄ”

w d n . 2 2 . 0 5 . 2 0 1 2 r

wspieranego przez **Zarząd Powiatu Nowosolskiego w Nowej Soli.**

Zadanie publiczne realizowane jest przez NUTW wspólnie z seniorami ze Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów z Bytomia Odrzańskiego. Zadanie to ma celu organizowanie imprez wspierających rozwój aktywności fizycznej seniorów nad wspólną rzeką Odrą.

**Pierwsze spotkanie odbędzie się w dn 22.05.2013r. o godz. 10.00 – 14.00 nad Odrą i w Parku Krasnala w Nowej Soli.**

**Drugie spotkanie odbędzie się w dn 18.06.2013r. o godz. 16.00 – 20.00 nad Odrą i w Domu Kultury w Bytomiu Odrzańskim.**

Koszty uczestnictwa będą podane w osobnym komunikacie.

## ZAPRASZAMY DO AKTYWNOŚCI SENIORÓW NAD NASZĄ WSPÓLNA RZEKĄ

**Pierwsze spotkanie** nad Odrą i w Parku Krasnala w Nowej Soli.

godz. 10.00 - spotkanie seniorów z NUTW i ZERiI z Bytomia Odrzańskiego na parkingu od strony przystani kajakowej Marina,

rozpoczęcie zadania i podział na grupy:

Opiekunowie grup :grupa spacerowa – Grażyna Osypińska,  
grupa Nordic Walking – Danuta Miczulska  
spływ łodzią po Odrze – Kazimierz Zieliński

godz. 10.15 – 11.45 wyjście w teren;

godz. 12.00 – 13.30 spotkanie integracyjne uczestników zadania przy grillu

godz. 13.45 – pożegnanie seniorów ZERiI z Bytomia Odrzańskiego.