



# 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>

## Prognoza pogody na marzec 2014r.

*Pogoda w lutym 2014* – ciepła zima, u nas bez jej silnych ataków i to się sprawdziło...

### A dalej...

Co przyniesie nam tegoroczny marzec, czy będzie prawdziwie zimowy ze śniegiem i mrozem, czy może wiosna nadejdzie wcześniej?

Jak będzie w tym roku? Amerykański model CFS, najbardziej wartościowy w kontekście prognoz sezonowych, pokazuje dla Polski ciepły marzec i kwiecień. Można, zatem mieć nadzieję na to, że zima rzeczywiście już do nas nie wróci (choć krótkie epizody są więcej niż prawdopodobne). Zaleca się jednak wszelką ostrożność odnośnie do jej całkowitego pożegnania.

### A może uwierzyć góralom?

- **Pikna będzie pogoda!** – mówią górale spod samiuśkich Tater! A jak wiadomo, przynajmniej w kwestii pogody oni nigdy się nie mylą.

*Pogodę bardzo łatwo rozpoznać po zachowaniu koni. Wiem, że będzie halny, gdy konie są, co raz bardziej niespokojne. One czują zmianę i od razu wierzgają kopytami bez powodu* – mówi Staszek Gąsienica (36 l.).






**Zapamiętaj i sprawdź, czy to prawidłowa prognoza pogody.**

## PROGRAM ZAJĘĆ NA MARZEC 2014 r.

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

Dzień	Godz.	Temat zajęć	Prowadzący	Miejsce
		W marcu realizujemy zadanie publiczne wspierane przez <b>Zarząd Powiatu Nowosolskiego:</b> <b>„EDUKACYJNY STYL ŻYCIA SENIORÓW NUTW”</b> dotacja 2000,00 zł.	opracowanie i koordynacja projektu Teresa Kamińska	
		Od marca realizujemy zadanie publiczne wspierane przez <b>Zarząd Powiatu Nowosolskiego:</b> <b>„REKREACJA SENIOROM UJMUJE LAT”</b> dotacja 1000,00 zł.	opracowanie i koordynacja projektu Danuta Miczulska	
		Od kwietnia do czerwca realizujemy zadania publiczne: <b>Gminy Nowa Sól – Miasto:</b> <b>„SENIOR W NUTW – ENTUZJASTA EDUKACJI ”</b> dotacja 5 000,00 zł.	opracowanie i koordynacja projektu Teresa Kamińska	
		Od marca realizujemy zadania publiczne: <b>Gminy Nowa Sól – Miasto:</b> <b>„AKTYWNOŚĆ SENIORA TO DOBRA LOKATA”</b> dotacja 7 000,00 zł.	opracowanie i koordynacja projektu Danuta Miczulska	
poniedziałek 3.03.2014	10 <sup>30</sup>	Realizacja projektu: <b>„Aktywność seniora to dobra lokata”</b> <b>TURYSTYKA PIESZA</b> „Wędrówki po lesie z kijkami lub bez” <b>„W MARCU JAK W GARNCU”</b> Marzec przynosi zwykle bardzo kapryśną pogodę: czasem jeszcze prószy śnieg, niespodziewanie robi się ciepło i słonecznie, to znów pada deszcz. O tej zmiennej aurze mówi się, że pogoda gotuje się....., ale dla nas nie ma złej pogody Spacer po lesie za szpitalem	Grażyna Osypińska – Przodownik Turystyki Pieszej PTTK  Danuta Miczulska instruktor Nordic Walking	pętla autobusowa za szpitalem 

poniedziałek 10.03.2014	9 <sup>30</sup>	Realizacja projektu: <b>„Aktywność seniora to dobra lokata”</b> <b>TURYSTYKA PIESZA</b> „Wędrówki po lesie z kijkami lub bez” <b>„DZIEŃ KOBIET”</b> „Żabi Dwór” miejsce stworze dla osób spragnionych kontaktu z naturą, pragnących zapomnieć o szybkim upływie czasu, oddalonym od zgiełku codzienności, oferujący swoim gościom wypoczynek w ciszy i otoczeniu zieleni. <b>Tylko dla wcześniej zapisanych uczestników wycieczki.</b>	Grażyna Osypińska – Przodownik Turystyki Pieszej PTTK  Danuta Miczulska instruktor Nordic Walking	<b>wyjazd autobusu o godz. 9.30</b> wejście na stadion MOSiR ul 1-Maja
poniedziałek 17.03.2014	10 <sup>30</sup>	Realizacja projektu: <b>„Aktywność seniora to dobra lokata”</b> <b>TURYSTYKA PIESZA</b> „Wędrówki po lesie z kijkami lub bez” <b>„POWRÓT DO PRZESZŁOŚCI”</b> Idziemy zobaczyć: - <i>NFN „Odra”</i> – to miejsce pracy przed laty wielu słuchaczy. - <i>Park „Odry”</i> - swoje najlepsze lata ma już dawno za sobą. O świetności tego miejsca przypomina dziś willa Gruschwitzów, którzy od początków XIX stulecia, aż do 1945 roku byli właścicielami fabryki nici, a opisywany tu park założyli jako ogród przy swojej posiadłości. - <i>„Polonia”</i> – to miejsce wielu spotkań.	Józef Herzog  Grażyna Osypińska – Przodownik Turystyki Pieszej PTTK  Danuta Miczulska instruktor Nordic Walking	przed wejściem do (niestety byłej już) NFN „Odra”
poniedziałek 24.03.2014	10 <sup>30</sup>	Realizacja projektu: <b>„Aktywność seniora to dobra lokata”</b> <b>TURYSTYKA PIESZA</b> „Wędrówki po lesie z kijkami lub bez” <b>„ŻEGNAMY ZIMĘ, WITAMY WIOSNĘ”</b> Szukamy wiosny w drodze do Czasławia.	Grażyna Osypińska – Przodownik Turystyki Pieszej PTTK  Danuta Miczulska instruktor Nordic Walking	pętla autobusowa za szpitalem 
poniedziałek 31.03.2014	10 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>	Realizacja projektu: <b>„Aktywność seniora to dobra lokata”</b> <b>TURYSTYKA PIESZA</b> „Wędrówki po lesie z kijkami lub bez” <b>„ŚLADAMI WIOSNY”</b> Szukamy wiosny - ognisko na Starorzeczu, „STO LAT” urodzeni w marcu	Grażyna Osypińska – Przodownik Turystyki Pieszej PTTK  Danuta Miczulska instruktor Nordic Walking	<b>UWAGA!</b> <b>godz.10.00</b> Kaufland samochody prywatne
poniedziałek 3.03.2014 10.03.2014 17.03.2014 24.03.2014 31.03.2014	14 <sup>00</sup> - 15 <sup>30</sup>	Realizacja projektu: <b>„Edukacyjny styl życia seniorów NUTW”</b> <b>WARSZTATY KOMPUTEROWE</b> <b>Grupa I</b>	mgr Elżbieta Matych	SP nr 8 sala 112
	15 <sup>30</sup> - 17 <sup>00</sup>	Realizacja projektu: <b>„Edukacyjny styl życia seniorów NUTW”</b> <b>WARSZTATY KOMPUTEROWE</b> <b>Grupa II</b>	mgr Elżbieta Matych	SP nr 8 sala 112
poniedziałek 17.03.2014	17 <sup>30</sup>	<b>ZEBRANIE Zarządu NUTW</b> Sprawy bieżące roku akademickiego 2013/2014	Prezes Ludmiła Rudziakowicz	SP nr 8 Biuro NUTW s.312
poniedziałek 24.03.2014	17 <sup>30</sup>	<b>POGADUCHY</b> <b>„Nowa Sól w naszych wspomnieniach”</b> Spotkania przy kawie/herbacie na tematy bardziej i mniej ważne.	prowadząca Krystyna Herzog	SP nr 8 Biuro NUTW s.312
wtorek 4.03.2014 11.03.2014 18.03.2014 25.03.2014	10 <sup>00</sup> - 11 <sup>30</sup>	Realizacja projektu: <b>„Edukacyjny styl życia seniorów NUTW”</b> <b>LEKTORAT JĘZYKA ROSYJSKIEGO</b> Przy herbatce, w radosnym nastroju, mówimy i śpiewamy po rosyjsku	mgr Halina Pawłowska	SP nr 8 Biuro NUTW s.312
wtorek 4.03.2014 11.03.2014 18.03.2014 25.03.2014	10 <sup>00</sup>	<b>TURYSTYKA ROWEROWA</b>	Zenon Siebert	parking przy Kauflandzie

wtorek 4.03.2014 11.03.2014 18.03.2014 25.03.2014	12 <sup>00</sup> - 13 <sup>30</sup>	<b>GRAFIKA KOMPUTEROWA</b> Warsztaty grafiki komputerowej. <u>Na zajęcia należy przynieść z własnym laptopem!</u>	 Leonard Mocek	SP nr 8 Biuro NUTW s.312
wtorek 4.03.2014 11.03.2014 18.03.2014 25.03.2014	16 <sup>00</sup> - 17 <sup>30</sup>	Realizacja projektu: <b>„Edukacyjny styl życia seniorów NUTW”</b> <b>WARSZTATY KOMPUTEROWE</b> Grupa III	mgr Joanna Czyżowicz	SP nr 8 Sala 112
wtorek 4.03.2014	17 <sup>00</sup> - 18 <sup>30</sup>	<b>DECOUPAGE</b> <b>Świat twórczych pasji, inspiracji.</b> 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 4.03.2014 11.03.2014 18.03.2014 25.03.2014	18 <sup>50</sup> - 19 <sup>50</sup>	Realizacja projektu: <b>„Aktywność seniora to dobra lokata”</b> <b>ZAJĘCIA TANECZNO – RUCHOWE</b> Kontynuacja zajęć tanecznych w parach tańca towarzyskiego	Iwona Kmieć – dyplomowany nauczyciel tańca Studio Tańca Użytkowego „Wodzirej”	Klub Nowosolskiej Spółdzielni Mieszkaniowej ul. Matejki 18a
środa 5.03.2014 12.03.2014 19.03.2014 26.03.2014	9 <sup>10</sup> - 10 <sup>40</sup>	Realizacja projektu: <b>„Edukacyjny styl życia seniorów NUTW”</b> <b>LEKTORAT JĘZYKA ANGIELSKIEGO</b> Grupa podstawowa	mgr Grzegorz Baranowski	SP nr 8 Sala 311 <i>Blok C</i>
	10 <sup>45</sup> - 12 <sup>15</sup>	Realizacja projektu: <b>„Edukacyjny styl życia seniorów NUTW”</b> <b>LEKTORAT JĘZYKA ANGIELSKIEGO</b> Grupa zaawansowana		
środa 5.03.2014 12.03.2014 19.03.2014 26.03.2014	11 <sup>40</sup> - 13 <sup>10</sup>	Realizacja projektu: <b>„Edukacyjny styl życia seniorów NUTW”</b> <b>WARSZTATY KOMPUTEROWE</b> Grupa IV	mgr Joanna Czyżowicz	SP nr 8 Sala 112
środa 5.03.2014 12.03.2014 19.03.2014 26.03.2014	12 <sup>30</sup> - 14 <sup>00</sup>	Realizacja projektu: <b>„Edukacyjny styl życia seniorów NUTW”</b> <b>LEKTORAT JĘZYKA NIEMIECKIEGO</b> Grupa podstawowa	mgr Anna Góral	SP nr 8 Sala 311 <i>Blok C</i>
środa 5.03.2014 12.03.2014 19.03.2014 26.03.2014	15 <sup>40</sup> - 17 <sup>10</sup>	Realizacja projektu: <b>„Edukacyjny styl życia seniorów NUTW”</b> <b>WARSZTATY KOMPUTEROWE</b> Grupa V	mgr Joanna Czyżowicz	SP nr 8 Sala 112
środa 5.03.2014 12.03.2014 19.03.2014 26.03.2014	16 <sup>00</sup> - 17 <sup>30</sup>	Realizacja projektu: <b>„Aktywność seniora to dobra lokata”</b> <b>GIMNASTYKA REHABILITACYJNA</b> Gimnastyka leczniczo - usprawniająca narządy ruchu Grupa I	rehabilitantka	SP nr 8 sala gimnastyczna
czwartek 6.03.2014 20.03.2014	13 <sup>00</sup> - 14 <sup>30</sup>	<b>LEKTORAT JĘZYKA CZESKIEGO</b> Szkola to zabawa – poznajemy Czechy, Czechów i troszeczkę język czeski.	Josef Šeda	SP nr 8 Biuro NUTW s.312
czwartek 6.03.2014 13.03.2014 20.03.2014 27.03.2014	16 <sup>00</sup> - 17 <sup>00</sup>	<b>WARSZTATY FOTOGRAFICZNE</b> Grupa I - podstawowa	 Zenon Siebert	SP nr 8 Biuro NUTW s.312
	17 <sup>00</sup> - 18 <sup>00</sup>	<b>WARSZTATY FOTOGRAFICZNE</b> Grupa II- zaawansowana		

czwartek 6.03.2014 13.03.2014 20.03.2014 27.03.2014	18 <sup>00</sup> - 19 <sup>30</sup>	Realizacja projektu: <b>„Edukacyjny styl życia seniorów NUTW”</b> <b>CHÓR NUTW</b> Serdecznie zapraszamy wszystkich, którzy lubią śpiewać. Repertuar chóru będzie różnorodny.	mgr Joanna Sobczyk	Świetlica SP8
piątek 7.03.2014 14.03.2014 21.03.2014	9 <sup>00</sup>	Wyjazd samochodami osobowymi na <b>BASEN w Zielonej Górze</b> <b>Koszt przejazdu 10 zł</b> <b>Ulgowy bilet wstępu na basen w piątek 5,00 zł za 2 godz.</b> 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	Kierowcy samochodów osobowych  Brunon Lemiesz Andrzej Wichman Andrzej Łusiewicz Zenon Siebert	parking przy Kauflandzie
piątek 7.03.2014 14.03.2014 21.03.2014 28.03.2014	9 <sup>00</sup> – 10 <sup>30</sup>	Realizacja projektu: <b>„Aktywność seniora to dobra lokata”</b> <b>GIMNASTYKA REHABILITACYJNA</b> Gimnastyka leczniczo - usprawniająca narządy ruchu <b>Grupa III</b> Zajęcia przeniesione z czwartku 16 <sup>00</sup> - 17 <sup>30</sup>	rehabilitantka	SP nr 8 sala gimnastyczna
piątek 7.03.2014 14.03.2014 21.03.2014 28.03.2014	10 <sup>45</sup> - 12 <sup>15</sup>	Realizacja projektu: <b>„Aktywność seniora to dobra lokata”</b> <b>GIMNASTYKA REHABILITACYJNA</b> Gimnastyka leczniczo - usprawniająca narządy ruchu <b>Grupa II</b> Zajęcia przeniesione ze środy 17 <sup>45</sup> - 19 <sup>15</sup>	rehabilitantka	SP nr 8 sala gimnastyczna
piątek 7.03.2014 14.03.2014 21.03.2014 28.03.2014	13 <sup>00</sup>	Realizacja projektu: <b>„Aktywność seniora to dobra lokata”</b> <b>„LATINO SOLO”</b> Latino solo są to zajęcia stworzone szczególnie z myślą o kobietach. Specjalnie przygotowane choreografie, które zawierają elementy salsy, samby, rumbly i cha-chy oraz gorące rytmy muzyki latynoskiej, pozwolą każdej poczuć się wyjątkowo. A przy okazji – bezboleśnie zgubić zbędne kilogramy.	Iwona Kmiec – dyplomowany nauczyciel tańca Studio Tańca Użytkowego „Wodzirej”	Klub Nowosolskiej Spółdzielni Mieszkaniowej ul. Matejki 18a

## P L A N O W A N E W Y C I E C Z K I

czwartek - piątek 8-9.05.2014	Realizacja projektu: <b>„Aktywność seniora to dobra lokata”</b> WYCIECZKA pt. <b>"KOTLINA KŁODZKA"</b>	Brunon Lemiesz	
	Koszt wycieczki: <ul style="list-style-type: none"> <li>• 115,00 zł. dla słuchaczy NUTW z opłaconą składką za drugi semestr 2014.</li> <li>• 155,00 zł. dla pozostałych uczestników wycieczki.</li> </ul> Różnica w cenie wycieczki wynika z dofinansowania zadania publicznego realizowanego przez NUTW. <b><u>Zaliczkę w kwocie 50 zł należy wpłacić do 6 marca 2014r.</u></b> <b><u>Resztę należy dopłacić do 6 kwietnia 2014r.</u></b> <b><u>Zapisy na wycieczkę od zaraz w biurze NUTW.</u></b>		
wtorek 17.06.2014	Realizacja projektu: <b>„Aktywność seniora to dobra lokata”</b> WYCIECZKA pt. <b>"MAGIA PRZESZŁOŚCI"</b>	Grażyna Osypińska – Przewodnik Turystyki Pieszej PTTK  Danuta Miczulska koordynator projektu	
	<b>Cichowo</b> to mała wieś w powiecie kościańskim. Słynie ona z jednego obiektu: skansenu filmowego „Soplicowo”. Po nakręceniu filmu w reżyserii Andrzeja Wajdy „Pan Tadeusz” (1999 rok), dzięki staraniom Marka Pinkowskiego i Pawła Buksalewicz, do Cichowa sprowadzono obiekty tworzące filmową scenografię, czyli <b>Soplicowo</b> . <b>Gostyń</b> uzyskał prawa miejskie 1 kwietnia 1278 roku. Miasto lokowane zostało z woli księcia wielkopolskiego Przemysława II na prawie magdeburskim. Swoją nazwę wzięło od pobliskiej wsi, obecnie Stary Gostyń.  Warto te miejsca zobaczyć!!!		



# N O W O S O L S K I D O M K U L T U R Y

piątek 07.03.2014	18 <sup>30</sup>	<p align="center"><b>SEX GURU</b></p> <p><b>Jak zostać Sex Guru w 247 łatwych krokach</b> to rozpusznie śmieszna interaktywna sztuka dla dorosłych, w której Tomasz Kot będzie naszym przewodnikiem po seksualnym labiryncie. Sex-Guru to pół wykład, pół terapia, która leczy problemy widzów związane z ich życiem seksualnym przy pomocy śmiechu. Jeżeli jednak jesteś jednym z niewielu szczęśliwców, którzy nie mają problemów ze swoim życiem seksualnym – nie rezygnuj z dobrej zabawy – przyjdź i poznaj sekrety innych!</p> <p align="center">bilety: 40 zł - NDK tel. 68 387 90 15</p>	sala widowiskowa NDK J. Piłsudskiego 49 67-100 Nowa Sól
piątek 14.03.2014	19.00	<p align="center"><b>„Urywki z Rozrywki” Piotr Bukartyk &amp; Krzysztof Kawalko</b></p> <p><b>Piotr Bukartyk</b> - łączy w swej twórczości wiele gatunków muzycznych, m.in. rock, blues, folk oraz reggae z elementami kabaretu i piosenki literackiej. Zapewniamy, że dzięki muzyce i niebanalnym tekstom Piotr Bukartyk wprowadzi słuchaczy w niepowtarzalny klimat humoru, energii i refleksji nad samym sobą.</p> <p>bilety: 20 zł</p>	sala widowiskowa NDK J. Piłsudskiego 49 67-100 Nowa Sól
Program opracowała i napisała: Danuta Miczulska		Zajęcia Turystyki Pieszej przygotowała: Danuta Miczulska i Grażyna Osypińska	Nowa Sól, 25.02.2014r.

## KOMUNIKATY:

1. Prosimy słuchaczy NUTW o niezwłoczne uregulowanie opłaty semestralnej w kwocie 35,- zł. za II semestr roku akademickiego 2013/2014r. Biuro czynne jest w środę i czwartek w godz. 10<sup>00</sup>- 13<sup>00</sup>.
2. Z dniem 3.03.2014r. niektóre zajęcia dydaktyczne dotowane są w ramach realizacji zadań publicznych z Urzędu Miasta. **Słuchacze, którzy nie opłacili składki za drugi semestr roku 2013/2014. nie będą mieli dotowanego uczestnictwa w zajęciach.** Muszą ponosić pełną odpłatność za korzystanie z wybranych przez siebie zajęć dydaktycznych i rekreacyjnych.
3. Bieżące komunikaty umieszczone będą na stronie internetowej NUTW.

## PROGRAM WYCIECZKI

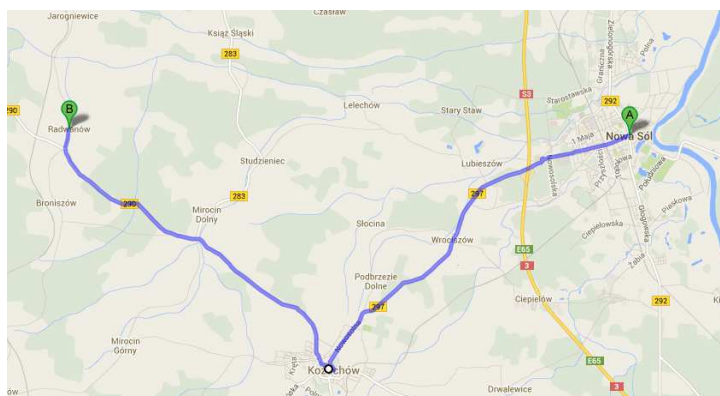
**w dn. 10.03.2014r.**

**pod hasłem**

# DZIEŃ KOBIECI

## „Żabi Dwór”

Posiadłość pochodzi z początku XIX wieku i jest położona pośród malowniczego i zacisznego parku.



1. godz. 9.30 - wyjazd – wejście na stadion MOSiR ul 1-Maja.
2. godz.10.00 spotkanie w „Żabim Dworze” w Radwanowie.
3. Opowieści o historii Dworu obecnej właścicielki tego miejsca przy kawie lub herbacie i cieście.
4. Temat „Kobieta” – to źródło dowcipów, wierszy, piosenek – mile widziane zaprezentowanie przez uczestników wycieczki.
5. Sesja zdjęciowa w murach Dworu.
6. ok. godz. 12.00 – powrót do Nowej Soli w radosnym nastroju.

**Lista uczestników wycieczki jest już zamknięta.  
Prosimy tylko o wpłacenie składki za drugi semestr.  
Koszty wycieczki będą rozliczane wg wyżej spełnionego warunku.**