



## 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>

Motto na rok szkol. 2016/17

"Cały cel nauki polega na świadomym zdobyciu tego, co  
młodość otrzymuje darmo."

Iwan Turgieniew

**Data rejestracji Nowosolskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Krajowym Rejestrze Sądowym to 21.02.2007r. Wkrótce będziemy obchodzili 10 - lecie działalności naszego NUTW.**

Jeśli pamiętasz tą datę, pierwsze zapisy, zajęcia, spotkania - opowiedz, napisz - czekamy na te informacje w Biurze NUTW.



### Przyroda w grudniu

Przyroda zapada w sen zimowy. Na niektórych drzewach znajdują się jeszcze nasiona (jesion, klon, lipa, robinia, olsza). Przylatują z północy: gile, jemioluski, orzechówki, czeczotki, jery, myszołowy włochate. W tym okresie należy zacząć systematyczne dokarmianie zwierząt. W grudniu panują najkrótsze dni, których ukoronowanie świętujemy 21 grudnia, kiedy trwa najkrótszy dzień w roku – od 22 można odetchnąć z ulgą i każdego kolejnego dnia cieszyć się kilkoma dodatkowymi minutami światła dziennego.



## PROGRAM ZAJĘĆ NA GRUDZIEŃ 2016 r.

WYKŁADY POWSZECHNE, PRELEKCJE, SPOTKANIA, ZAJĘCIA:

Z radością informujemy, że w wyniku rozstrzygniętych otwartych konkursów zostaliśmy zakwalifikowani do realizacji 4 zadań publicznych!		
	Wspierane przez Gminę Nowa Sól – Miasto Tytuł zadania publicznego <b>"Stała edukacja otwiera umysł"</b> Dotacja: <b>5000,00 zł.</b> Termin realizacji: <b>od 29.02.2016r. do 31.12.2016r.</b>	Opracowanie i koordynacja zadania publicznego Lilianna Aleksy
	Wspierane przez Gminę Nowa Sól – Miasto Tytuł zadania publicznego <b>"Rekreacja to prosty lek dla seniora"</b> Dotacja: <b>7000,00 zł.</b> Termin realizacji: <b>od 1.03.2016r. do 31.12.2016r.</b>	Opracowanie i koordynacja zadania publicznego Danuta Miczulska

Dzień	Godz.	Temat zajęć	Prowadzący	Miejsce
poniedziałek 05.12.2016	10 <sup>30</sup>	Zajęcia wolontariatu w ramach realizacji zadania publicznego: <b>"Rekreacja to prosty lek dla seniora"</b> <b>TURYSTYKA PIESZA</b> „Wędrówki po lesie z kijkami lub bez” <b>" MIKOŁAJOWY SPACER PO LESIE "</b> Coroczne o tej porze mikołajkowe spotkanie w lesie za szpitalem. Obowiązują elementy stroju Mikołajowego i garść cukierków.	Grażyna Osypińska Przodownik Turystyki Pieszej PTTK	pętla autobusowa za szpitalem 
		Halina Pawłowska		
poniedziałek 12.12.2016	10 <sup>30</sup>	Zajęcia wolontariatu w ramach realizacji zadania publicznego: <b>"Rekreacja to prosty lek dla seniora"</b> <b>TURYSTYKA PIESZA</b> „Wędrówki po lesie z kijkami lub bez” <b>" PRZEDŚWIĄTECZNY SPACER NORDIC WALKING "</b> Chwila odpoczynku w lesie przed świątecznymi przygotowaniem. <b>"STO LAT" - urodzeni w grudniu.</b>	Grażyna Osypińska – Przodownik Turystyki Pieszej PTTK	pętla autobusowa za szpitalem 
		Halina Pawłowska		
poniedziałek 05.12.2016 12.12.2016	15 <sup>30</sup> - 17 <sup>00</sup>	Zajęcia dotowane w ramach realizacji zadania publicznego: <b>"Stać edukacja otwiera umysł"</b> <b>"MALOWANIE NA SZKLE"</b>	mgr Ludmiła Rudziakowicz	SP nr 8 Biuro NUTW
poniedziałek 05.12.2016	16 <sup>00</sup>	<b>"SPOTKANIE MIKOŁAJOWE W KRĘGIELNI"</b> Z Mikołajem można spotkać się w różnych miejscach. My wybraliśmy też Kręgielnię. Z tej okazji możemy bawić się również jak dzieci. Obowiązują elementy stroju Mikołajowego i garść cukierków. Godzina gry w Kręgle kosztuje 40,00zł. na grupę osób. Dla grupy 8 osobowej to koszt 5,00 zł. od osoby, a dla grupy 10 osobowej to koszt 4,00 zł od osoby. <b>Mikołaj zaprasza...</b> 	Krystyna Herzog	Kręgielnia "Nadodrzański Dwór" (były budynek LOKu)
poniedziałek 05.12.2016 12.12.2016	15 <sup>45</sup> - 17 <sup>15</sup>	Zajęcia dotowane w ramach realizacji zadania publicznego: <b>"Stać edukacja otwiera umysł"</b> <b>WARSZTATY KOMPUTEROWE Grupa I -</b>	mgr Elżbieta Matych	SP nr 8 Sala 112
			starosta grupy Miroslaw Szafranski	
poniedziałek 05.12.2016 12.12.2016	17 <sup>15</sup> - 18 <sup>45</sup>	Zajęcia dotowane w ramach realizacji zadania publicznego: <b>"Stać edukacja otwiera umysł"</b> <b>WARSZTATY KOMPUTEROWE Grupa II -</b>	mgr Elżbieta Matych	SP nr 8 Sala 112
			starosta grupy Izabela Wojciechowska	
wtorek 06.12.2016 13.12.2016 20.12.2016	10 <sup>00</sup> - 11 <sup>30</sup>	Zajęcia dotowane w ramach realizacji zadania publicznego: <b>"Stać edukacja otwiera umysł"</b> <b>LEKTORAT JĘZYKA ROSYJSKIEGO</b> Przy herbatce, w radosnym nastroju, mówimy i śpiewamy po rosyjsku.	mgr Halina Pawłowska	SP nr 8 Biuro NUTW
			starosta grupy Barbara Rauhut	
wtorek 06.12.2016 13.12.2016	12 <sup>00</sup> - 13 <sup>30</sup>	<b>GRAFIKA KOMPUTEROWA</b> Warsztaty grafiki komputerowej. Na zajęcia należy przyjść z własnym laptopem!	 Leonard Mocek	SP nr 8 Biuro NUTW

wtorek 06.12.2016 13.12.2016	13 <sup>45</sup> - 14 <sup>45</sup>	<b>LEKTORAT JĘZYKA NIEMIECKIEGO</b> Grupa samoucząca się od podstaw	Danuta Miczulska	SP nr 8 Biuro NUTW
wtorek 06.12.2016 13.12.2016	15 <sup>00</sup> - 17 <sup>00</sup>	<b>SEKCJA BRYDŻA</b> Brydż jest zarówno grą towarzyską, jak i sportową. Spróbuj i oceń.	Kazimierz Zieliński	SP nr 8 Biuro NUTW
wtorek 06.12.2016 13.12.2016 20.12.2016	15 <sup>30</sup> - 17 <sup>00</sup>	Zajęcia dotowane w ramach realizacji zadania publicznego: <b>"Stała edukacja otwiera umysł"</b> <b>WARSZTATY KOMPUTEROWE</b> Grupa III	mgr Joanna Czyżowicz starosta grupy Lilianna Aleksey	SP nr 8 Sala 112
wtorek 13.12.2016	17 <sup>00</sup>	<b>"POGADUCHY"</b> <i>Co to jest poezja?</i> <i>"Tylko, co to takiego? Niejedna chwiejna odpowiedź na to pytanie już padła. A ja nie wiem i nie wiem i trzymam się tego jak zbawiennej poręczy"</i> Wisława Szymborska Na spotkaniu z naszą poezją, swoją twórczość literacką prezentować będzie kol. Łucja Haluch - serdecznie zapraszamy. Wśród słuchaczy NUTW są Koleżanki i Koledzy, którzy piszą wiersze i opowiadania, prosimy o zaprezentowanie swoich utworów, nie chowajmy ich głęboko w skoroszytach. Może zaistnieje potrzeba zorganizowania następnego spotkania, na którym zaprezentowana zostanie twórczość naszych poetów. A warto, uwzględniając fakt, że <b>rok akademicki 2016/2017 jest 10 rokiem działalności NUTW</b> , może udałoby się wydać tomik poezji studentów naszego UTW. <b>Czekamy na uwagi i propozycje w powyższej sprawie.</b>	Łucja Haluch Helena Jaskowicz	SP nr 8 Biuro NUTW
wtorek 06.12.2016 13.12.2016 20.12.2016	17 <sup>00</sup> - 18 <sup>30</sup>	Zajęcia dotowane w ramach realizacji zadania publicznego: <b>"Stała edukacja otwiera umysł"</b> <b>WARSZTATY KOMPUTEROWE</b> Grupa IV	mgr Joanna Czyżowicz starosta grupy Halina Zelisko	SP nr 8 Sala 112
wtorek 06.12.2016 13.12.2016	19 <sup>15</sup> -20 <sup>15</sup>	Zajęcia dotowane w ramach realizacji zadania publicznego: <b>"Rekreacja to prosty lek dla seniora"</b> <b>ZAJĘCIA TANECZNO – RUCHOWE</b> Kontynuacja zajęć tanecznych w parach tańca towarzyskiego -zajęcia płatne	Iwona Kmieć – dyplomowany nauczyciel tańca Studio Tańca Użytkowego „Wodzirej” Danuta Miczulska	Klub Nowosolskiej Spółdzielni Mieszkaniowej ul. Matejki 18a
wtorek 20.12.2016	16 <sup>00</sup>	<b>Zarząd NUTW zaprasza</b> <b>WIECZÓR WIGILINY</b>  Koszt uczestnictwa 35,00 zł. Wpłaty i zapisy do 15.12.2016r. w czasie dyżurów w Biurze NUTW – środa i czwartek godz. 10 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup> .	Ludmiła Rudziakowicz i Zarząd NUTW	Restauracja „Polonia”
środa 07.12.2016 14.12.2016	8 <sup>30</sup> - 10 <sup>00</sup>	Zajęcia dotowane w ramach realizacji zadania publicznego: <b>"Rekreacja to prosty lek dla seniora"</b> <b>GIMNASTYKA KOREKCYJNA</b> lecniczo - usprawniająca narządy ruchu Grupa I	rehabilitantka starosta grupy Lilianna Aleksey	SP nr 8 sala gimnastyczna
środa 07.12.2016 14.12.2016	10 <sup>05</sup> - 11 <sup>35</sup>	Zajęcia dotowane w ramach realizacji zadania publicznego: <b>"Rekreacja to prosty lek dla seniora"</b> <b>GIMNASTYKA KOREKCYJNA</b> lecniczo - usprawniająca narządy ruchu Grupa II	rehabilitantka starosta grupy Anna Marciniak	SP nr 8 sala gimnastyczna

środa 07.12.2016 14.12.2016	15 <sup>30</sup> - 17 <sup>00</sup>	Zajęcia dotowane w ramach realizacji zadania publicznego: <b>"Stała edukacja otwiera umysł"</b> <b>LEKTORAT JĘZYKA ANGIELSKIEGO</b>	mgr Tomasz Dobosz	SP nr 8 sala 307 Blok C
			starosta grupy Krystyna Łomonowicz	
środa 07.12.2016 14.12.2016	18 <sup>15</sup> - 19 <sup>00</sup>	Zajęcia dotowane w ramach realizacji zadania publicznego: <b>"Rekreacja to prosty lek dla seniora"</b> <b>„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
			Krystyna Herzog	
czwartek 01.12.2016 08.12.2016 15.12.2016	8 <sup>30</sup> - 10 <sup>00</sup>	Zajęcia dotowane w ramach realizacji zadania publicznego: <b>"Rekreacja to prosty lek dla seniora"</b> <b>GIMNASTYKA KOREKCYJNA</b> lecniczo - usprawniająca narządy ruchu <b>Grupa III</b>	rehabilitantka	SP nr 8 sala gimnastyczna
			starosta grupy Krystyna Łomonowicz	
czwartek 01.12.2016 08.12.2016 15.12.2016	10 <sup>05</sup> - 11 <sup>35</sup>	Zajęcia dotowane w ramach realizacji zadania publicznego: <b>"Rekreacja to prosty lek dla seniora"</b> <b>GIMNASTYKA KOREKCYJNA</b> lecniczo - usprawniająca narządy ruchu <b>Grupa IV</b>	rehabilitantka	SP nr 8 sala gimnastyczna
			starosta grupy Halina Głowacka	
czwartek 8.12.2016	14 <sup>00</sup>	<b>SPOTKANIE EDUKACYJNE</b> 1. Zagrożenia pomyślnego starzenia się 2. Choroba Alzheimera - wyzwania i możliwości Lubuskie Stowarzyszenie Wsparcia Opiekunów i Osób Dotkniętych Chorobą Alzheimera, ul. Os.Pomorskie 8 w Zielonej Górze	mgr Wioletta Baziuk  sekretarz Zarządu i Kierownik Dziennego Domu "Senior - WIGOR" w Zielonej Górze	SP nr 8 Biuro NUTW
czwartek 1.12.2016 15.12.2016	13 <sup>00</sup> - 14 <sup>30</sup>	<b>LEKTORAT JĘZYKA CZESKIEGO</b> Szkola to zabawa – poznamy Czechy, Czechów i troszeczkę język czeski.	Josef Šeda	SP nr 8 Biuro NUTW
			Wiesława Podsiadłowicz	
czwartek 01.12.2016 08.12.2016 15.12.2016	16 <sup>30</sup> - 18 <sup>00</sup>	Zajęcia wolontariatu w ramach realizacji zadania publicznego: <b>"Stała edukacja otwiera umysł"</b> <b>WARSZTATY FOTOGRAFICZNE</b> <b>Grupa I - podstawowa</b>  Zajęcia będą prowadzone od podstaw. Robienie zdjęć ludziom, przyrodzie i przedmiotom to spojrzenie na nie przez oko aparatu fotograficznego. Zainteresuj się fotografią. Może warto!	Zenon Siebert	SP nr 8 Biuro NUTW
czwartek 01.12.2016 08.12.2016 15.12.2016	16 <sup>00</sup>	<b>SEKCJA KABARETOWA</b> <b>"NASZA DOBRA ZMIANA"</b> Zapraszamy wszystkich do udziału w niesamowitych zajęciach sekcji kabaretowej, przepełnionych dobrą zabawą i humorem.	Instruktor NDK	Nowosolski Dom Kultury
			Krystyna Herzog	
<b>MIEJSKA BIBLIOTEKA PUBLICZNA</b>				
1.12.2016	17:00	<b>Czytelnia Regionalna</b> Kawiarenka angielska	Zajęcia poprowadzi Alan Warwick	Miejska Biblioteka
6.12.2016	17:00	<b>Czytelnia Regionalna</b> Kawiarenka rosyjska	Zajęcia poprowadzi Halina Pawłowska	
7.12.2016	17:00	<b>Czytelnia Regionalna</b> Kawiarenka niemiecka	Zajęcia poprowadzi Karl Heinecke	

# 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 zmagañ i trosk. Oby magia Bożego Narodzenia przetrwała w nas jak najdłużej!*

*Magicznych Świąt Bożego Narodzenia życzy Zarząd NUTW*

**Zimowa przerwa świąteczna od 23.12.2016r. do 1.01.2017r.**

*Program opracowała i napisała:  
Danuta Miczulska*

Zajęcia Turystyki  
Pieszej przygotowała:  
Danuta Miczulska,  
Grażyna Osypińska

Nowa Sól,  
28.11.2016r.

## KOMUNIKATY:

1. Wpłaty za I semestr roku akademickiego 2016/2017 w **kwocie 35,- zł.** należy wpłacić w biurze NUTW do 27.10.2016r. ( w przypadku korzystania tylko z zajęć niepłatnych). Biuro czynne jest w środę i czwartek w godz. 10<sup>00</sup> - 13<sup>00</sup>.
2. **Tylko opłacona składka członkowska za I semestr i opłata za płatne zajęcia dydaktyczne w pierwszym tygodniu zajęć upoważnia do udziału w płatnych zajęciach dydaktycznych organizowanych przez NUTW w roku akademickim 2016/2017.**
3. **Tylko opłacona składka członkowska za I semestr upoważnia do udziału we wszystkich zajęciach (w tym również niepłatnych) organizowanych przez NUTW w roku akademickim 2016/2017.**
4. Bieżące komunikaty umieszczone będą na stronie internetowej NUTW.