

Plan zajęć 2022/2023 II semestr

Od 15 lutego 2023 r do 30 czerwca 2023 r.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nazwa zajęć | Dzień tygodnia | Prowadzący zajęcia/organizator | Telefon organizatora | Miejsce |
| **POD PATRONATEM UNIWERSYTETU IM. ADAMA MICKIEWICZA W POZNANIU** |
| Inauguracja II semestru roku akademickiego 2022/2023. **Wykład ogólny obowiązkowy**  | 2 marca 2023 r. CZWARTEK godz. 17.00 | Rada Programowa ULTW Spotkanie autorskie z Sławomirem Pietrasem wieloletnim dyrektorem teatrów w Polsce .  | 608270040 | Szkoła Podstawowa nr 5Luboń ul. Kołłątaja 1 |
| **Wykład ogólny obowiązkowy –** Działalność rad osiedlowych na przykładzie Rady Osiedla Poznań Strzeszyn | 30 marca 2023 r. CZWARTEKgodz.17:00 | Rada Programowa ULTW dr Dominika Zenka Podlaszewska nauczyciel akademicki Uniwersytetu Ekonomicznego | 608270040  | Szkoła Podstawowa nr 5Luboń ul. Kołłątaja 1 |
| **KONFERNCJA NAUKOWA**Rola kobiet w przestrzeni publicznej w czasach kryzysów | 30-31 marca 2023 r. CZWARTEK PIĄTEK | prof. Magdalena Musiał-Kargprof. Mikołaj Tomaszyk | Zapisy do 15.03.2023 u Starościny | Konferencja odbędzie się na Wydziale Nauk Politycznych i Dziennikarstwa UAM w Poznaniu (ul. Uniwersytetu Poznańskiego 5, Poznań)  |
| **Wykład ogólny- obowiązkowy** | 27 kwietnia 2023 CZWARTEKgodz.17:00 | Rada Programowa ULTW Marcin Kwaśniewski dziennikarz Radia Merkury obecnie Radio Afera | 608270040 | Szkoła Podstawowa nr 5Luboń ul. Kołłątaja 1 |
| **Wykład ogólny - obowiązkowy** | 25 maja 2023 r.CZWARTEKgodz. 17.00 | Rada Programowa ULTW Tadeusz Urban Wspomnienia z podróży | 608270040 | Szkoła Podstawowa nr 5 Luboń ul. Kołłątaja 1 |
| **Wykład ogólny -obowiązkowy** Podsumowanie roku akademickiego 2002/2023 | 4 lipca 2023 r.WTOREKgodz. 13:30 | Rada Programowa ULTW prof. Mikołaj Tomaszyk prof. Daria-Hejwosz-Gromkowska „Nieobecność kobiet w podręcznikach szkolnych – przyczynek do dyskusji” | 608270040 | Aula Wydziału Nauk Politycznych i Dziennikarstwa Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu ; Poznań Morasko ul. Uniwersytetu Poznańskiego 5Dojazd własny |
| **NIE TYLKO W CENTRUM ORGANIZACJI POZARZĄDOWYCH** |
| Brydż dla początkujących | CZWARTKI 9.45 do 12.00 | Bąk Włodzimierz | 699652833 | Centrum Organizacji Pozarządowych Luboń ul. Sikorskiego 3;sala 5  |
| Kulisy opery  | trzeci czwartekgodz.15.00-17.00 | Szajek Paweł Stefaniak Elżbieta | 662246803 | Centrum Organizacji Pozarządowych Luboń ul. Sikorskiego 3 ; sala konferencyjna |
| Sekcja rowerowa | PONIEDZIAŁKI 9.00 – 14.00 od połowy marca | Stefaniak Elżbieta | 662246803 | Skrzyżowanie ulic Luboń ul. Żabikowska/Wojska Polskiego |
| Edukacja kulturalna między innymi wyjazdy do teatrów i kin.  | raz w miesiącu: sobota godz.11.45 Teatr Muzyczny Salon PoezjiWyjście do Teatru Nowego | Stefaniak Elżbieta | 662246803 | Informacja na bieżąco przez sms. Bilety rezerwować u Stefaniak Elżbiety. Dojazd własny . |
| Nordic walking | WTORKI CZWARTKI 9.00 - 11.00 | Skrzypczak Irena, Sroczyński Włodzimierz | 509155913 | Spotkania w Luboniu przy ulicy Leśnej14 |
| Współpraca międzypokoleniowa - wolontariat | Co miesiąc | Skrzypczak Irena  | 509155913 | Spotkania w przedszkolu lub szkole -wykonywanie prac na rzecz pensjonariuszy Hospicjum Pallium w Poznaniu |
| Próby kabaretu Humoreska | ŚRODY 14.00 -16.00 | Przybylska Barbara | 605546363 | Centrum Organizacji Pozarządowych Luboń ul. Sikorskiego 3 ; sala 5 |
| **Dyżur Zarządu Uniwersytetu** | **drugi czwartek miesiąca 16.00-17.00** | **Zarząd Uniwersytetu Lubońskiego Trzeciego Wieku** | **698463299 608270040** | **Centrum Organizacji Pozarządowych Luboń ul. Sikorskiego 3** |
| Śpiewać każdy może | drugi czwartek godz.17.00- 19.00 | Kędra Lechosław | 606931725 | Centrum Organizacji Pozarządowych Luboń ul. Sikorskiego 3 sala konferencyjna  |
| Gry planszowe | ŚRODY 16.00 – 18.00  | Kołodziej Genia | 694222486 | Centrum Organizacji Pozarządowych Luboń ul. Sikorskiego 3  |
| XXVIII RAJD Złota Jesień w Wielkopolskim Parku Narodowym -„Szlakami po dobrach hr. Władysława Zamoyskiego**”**  | sobota 07.10.2023 | Oddział PTTK Luboń Kusy Piotr | 608270040 | Przejazd autokarem na miejsce startu oraz z mety rajdu(Mosina Pożegowo parking) do Lubonia. |
|  **LUBOŃSKI OŚRODEK SPORTU I REKREACJI ZAPRASZA DO SIEBIE NA SPORT I PO ZDROWIE** |
| **Łagodna Joga** dla seniorów - to bezpieczne ćwiczenia z elementami jogi, poprawiające gibkość oraz wzmacniające core (mięśnie bioder, lędźwi i brzucha, które odpowiedzialne są za stabilizację kręgosłupa i miednicy, utrzymanie prawidłowej postawy i wzmocnienie całej naszej sylwetki | PIĄTEK 9.00 I grupa 10.00 II grupa | Buciora Agnieszka - trener gimnastyki, instruktor fitness, nauczyciel jogi. | 698463299 | **Luboński Ośrodek Sportu i Rekreacji** Luboń ul. Kołłątaja 2 Zajęcia odpłatne 60 zł (1 raz w tygodniu)Zajęcia odpłatne 100 zł (2 razy w tygodniu)Zajęcia odpłatne 130 zł (3 razy w tygodniu) |
| **Gimnastyka wzmacniająca** dla seniorów - to bezpieczny trening z elementami fitness  z wykorzystaniem sprzętu np. hantli, piłek, gum, itp. oraz zestaw ćwiczeń siłowych na maszynach, trening dostosowany do możliwości uczestników.  | PONIEDZIAŁEK 9.00 I grupa 10.00 II grupa | Buciora Agnieszka - trener gimnastyki, instruktor fitness, nauczyciel jogi. | 698463299 | **Luboński Ośrodek Sportu i Rekreacji** Luboń ul. Kołłątaja 2 Zajęcia odpłatne 60 zł (1 raz w tygodniu) Zajęcia odpłatne 100 zł (2 razy w tygodniu) Zajęcia odpłatne 130 zł (3 razy w tygodniu) |
| **Zajęcia sportowe dla seniorów** - zajęcia sportowe ogólnorozwojowe poprawiające ogólną sprawność, motorykę i koordynację ruchową. | ŚRODA 9.00 10.00 | Giese Marek absolwent poznańskiej Akademii Wychowania Fizycznego | 698463299 | **Luboński Ośrodek Sportu i Rekreacji** Luboń ul. Kołłątaja 2 Zajęcia bezpłatne. |
| **OŚRODEK KULTURY ZAPRASZA SENIORÓW informacje na stronie www.oklubon.pl** |
| Prelekcje z cyklu Spotkania z filmem | pierwszy piątek miesiąca godz.10.00 | Głoqwacki Dariusz | 618130072  | **Ośrodek Kultury w Luboniu** ul. Sobieskiego 97  |
| Wokół sztuki, wokół fotografii | czwarty czwartek miesiąca 14.00  | Głowacki Dariusz | 618130072  | **Ośrodek Kultury w Luboniu** ul. Sobieskiego 97  |
| Praktyczne zajęcia plastyczne  | drugi czwartek miesiąca godz.10.15 | Głowacki Dariusz | 618130072  | **Ośrodek Kultury w Luboniu** ul. Sobieskiego 97  |
| Wycieczka do Wilna | 3-5.03.2023 środa czwartek ,piątek | Baranowska Magdalena | 618130072  | **Ośrodek Kultury w Luboniu** ul. Sobieskiego 97  |
| Koncert Halina Benedykt i Marco Antonelli  | niedziela 12.03.2023  | Toporska Renata | 618130072  | **Ośrodek Kultury w Luboniu** ul. Sobieskiego 97  |
| Stroiki wielkanocne | piątek 24.03.2023  | Zielińska Agata Kalinowska Małgorzata | 618130072  | **Ośrodek Kultury w Luboniu** ul. Sobieskiego 97  |
| Warsztaty kulinarne mazurki | sobota 25.03.2023 | Toporska Renata  | 618130072  | **Ośrodek Kultury w Luboniu** ul. Sobieskiego 97  |
| Turniej w Boules  | sobota 22.04.2023  | Toporska Renata | 618130072  | **Ośrodek Kultury w Luboniu** ul. Sobieskiego 97  |
| Spektakl teatralny. | niedziela 23.04.2023  | Toporska Renata | 618130072 | **Ośrodek Kultury w Luboniu** ul. Sobieskiego 97  |
| Majówka | środa 03.05.2023 | Toporska Renata | 618130072 | **Ośrodek Kultury w Luboniu** ul. Sobieskiego 97  |
| Spektakl teatralny Pchła Szachrajka | niedziela 11.06.2023 | Toporska Renata | 618130072 | **Ośrodek Kultury w Luboniu** ul. Sobieskiego 97  |

***Wycieczki Uniwersytetu Lubońskiego Trzeciego Wieku w 2023 roku.***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| L.p | Nazwa wycieczki | Termin | Ilość dni | Dni tygodnia | Miejsce imprezy/wycieczki; noclegi |
| 1. | **Szlak Piastowski do Biskupina** |  | **1** | data zostanie ustalona | Biskupin |
| 2. | **Mużakowski Park Krajobrazowy** | 9 maj  | **1** | wtorek  | Łęknica powiat Żary |
| 3. | **Podsumowanie roku akademickiego 2022/23** | 4 lipiec  | **1** | wtorek  | Poznań Kampus UAM Morasko |
| 4. | **Spotkanie w leśniczówce** |  | **1** | data zostanie ustalona | Leśniczówka  |
| 5. | **IX Miejska Olimpiada Aktywnego Seniora** |  | **1** | data zostanie ustalona | Poznań Kampus UAM Morasko |
| 6. | **Szwajcaria Kaszubska** | 24-28 lipiec | **5** | poniedziałek - piątek | Gdańsk |
| 7. | **Zamki w Małopolsce** | 4-8 wrzesień | **5** | poniedziałek - piątek | Zakopane |
| 8. | **Inauguracja roku akademickiego 2023/2024** | 2 październik | **1** | poniedziałek | Luboń Katolicka Szkoła Podstawowa nr 6 |
| 9. | **IV Olimpiada Seniora Powiatu Poznańskiego** | 6 październik | **1** | piątek | Luboń LOSIR ul. Kołłątaja 2 |
| 10. | **Zabytki Kultury Polskiej w Warszawie** | 10-11 październik | **2** | wtorek środa | Warszawa |

1. **Uczestników wycieczek nie ubezpieczamy.**
2. **Uczestników wycieczek obejmuje tylko ubezpieczenie przewoźnika czyli tylko pobyt w autokarze.**

**Program Sekcji Bibliotecznej**

**MARZEC 2023 – CZERWIEC 2023**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Data | Godzina | Wydarzenia stacjonarne | Uwagi |
| **15 II 2023** | **19.00** | Spektakl „Niedźwiedź” (Mój Teatr). Występują: Małgorzata Machińska, Patryk Jędrzejczak, Cezary Gieracki | Wstęp 20/15 zł |
| **20 II 2023** | **12.00** | Inauguracja sekcji bibliotecznej ULTW„Póki pracujemy, nie zupełnie toniemy" – działalność emigracyjna Jadwigi z Zamoyskich Działyńskiej. | Wstęp bezpłatny |
| **23 II 2023** | **18.00** | Bycie miłym to przekleństwo. Zamień sabotujące Cię przekonania. Warsztaty z Sonią Kłobuchowską, psychologiem, life coachem | Wstęp 60 zł |
| **28 II 2023** | **17.00** | „Operowe ABC” na przykładzie opery „Don Carlos” Giuseppe Verdiego. Spotkanie poprowadzi Piotr Nędzyński. | Wstęp 10/5 zł |
| **6 III 2023** | **12.00** | Wykład sekcji bibliotecznej ULTW„Więcej szkółek niż karczem, czyli Celestyny Działyńskiej sposób na dobroczynność” | Wstęp bezpłatny |
| **7 III 2023** | **18.00** | „Zwykłe Niezwykłe” – Dzień Kobiet organizowany w Auli Katolickiej Szkoły Podstawowej nr 6. | Wstęp za okazaniem zaproszenia |
| **20 III 2023** | **12.00** | Wykład sekcji bibliotecznej ULTW„Dobry doktor Marcin - Karol Marcinkowski” | Wstęp bezpłatny |
| **21 III 2023** | **17.00** | Kino KAMERAlne – kameralne seanse w bibliotece | Wstęp 10/5 zł |
| **23 III 2023** | **18.00** | Perfekcjonizm i syndrom oszusta. Doceń dary niedoskonałości. Warsztaty z Sonią Kłobuchowską, psychologiem, life coachem | Wstęp 60 zł |
| **3 IV 2023** | **17.00** | „Miłość niejedno imię ma” - spotkanie autorskie z Moniką Sawicką | Wstęp bezpłatny |
| **4 IV 2023** | **17.00** | Kino KAMERAlne– kameralne seanse w bibliotece | Wstęp 10/5 zł |
| **11 IV 2023** | **17.00** | Kino KAMERAlne – kameralne seanse w bibliotece | Wstęp 10/5 zł |
| **17 IV 2023** | **12.00** | Wykład sekcji bibliotecznej ULTW”Krótka historia kina (ale nie filmu!)” | Wstęp bezpłatny |
| **18 IV 2023** | **17.00** | Kino KAMERAlne – kameralne seanse w bibliotece | Wstęp 10/5 zł |
| **27 IV 2023** | **18.00** | Branie na siebie zbyt wielu zadań. Powiedź NIE, by odzyskać czas w życiu. Warsztaty z Sonią Kłobuchowską, psychologiem, life coachem | Wstęp 60 zł |
| **8 V 2023** | **12.00** | Wykład sekcji bibliotecznej ULTW9„Fryzjerzy nie śpią, czyli o kinie w dwudziestoleciumiędzywojennym.” | Wstęp bezpłatny |
| **8-12 V 2023** |  | Tydzień Bibliotek | Szczegóły na stronie biblioteki |
| **11 V 2023** | **18.00** | Droga ku autentyczności. Jak mówić, czego potrzebujesz. Warsztaty z Sonią Kłobuchowską, psychologiem, life coachem | Wstęp 60 zł |
| **16 V 2023** | **17.00** | Kino KAMERAlne – kameralne seanse w bibliotece | Wstęp 10/5 zł |
| **22 V 2023** | **12.00** | Koncert na zakończenie semestru | Wstęp bezpłatny |
| **25 V 2023** | **18.00** | Tłumienie gniewu. Odzyskaj prawo do gniewu (kurs BHP). Warsztaty z Sonią Kłobuchowską, psychologiem, life coachem | Wstęp 60 zł |
| **30 V 2023** | **12.00** | Kino KAMERAlne – kameralne seanse w bibliotece | Wstęp 10/5 zł |
| **15 VI 2023** | **18.00** | Bycie miłym to wybór. Czerp korzyści z bycia sobą i życia według własnego scenariusza. Warsztaty z Sonią Kłobuchowską, psychologiem, life coachem | Wstęp 60 zł |

W tym semestrze wykłady w ramach sekcji bibliotecznej Biblioteki Miejskiej w Luboniu poprowadzi Agata Łysakowska-Trzoss z Zakładów Kórnickich.

**Program Sekcji Tanecznej**

**LUTY 2023 – CZERWIEC 2023**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Data | Godzina | Wykłady | Uwagi |
| **Zajęcia w każdy poniedziałek i czwartek** | **14.00** | Zajęcia taneczne – nauka tańca towarzyskiego, tańca nowoczesnego, tańców latynoamerykańskich | Wstęp 10 zł |