

UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU DOMU KULTURY ZACISZE

Dom Kultury „Zacisze” w Warszawie, ul. Blokowa 1 serdecznie zaprasza do udziału w zajęciach w roku akademickim 2013/2014.

Zapisy odbywają się w dniach 23-27 września 2013 r. (poniedziałek-piątek) w godz. 10.00-15.00 lub w okresie późniejszym w trybie indywidualnym po wcześniejszym ustaleniu terminu z koordynatorem UTW.

Koordynator UTW: Taida Załuska, tel. 22 743 87 10, 22 679 84 69 wew. 3, Skype: utw.zacisze, e-mail: utw@zacisze.waw.pl, facebook: utw.zacisze, www.zacisze.waw.pl

Jak zostać studentem UTW?

Studentem Uniwersytetu Trzeciego Wieku może zostać osoba dorosła, która zapozna się z Regulaminem, wypełni i złoży deklarację członkowską, opłaci składkę i wyrazi chęć systematycznego uczestnictwa w zajęciach.

Opłaty:

- ³⁵₁₇ 80 zł - opłata jednorazowa za semestr, 150 zł - opłata jednorazowa za dwa semestry (uprawnia do udziału w wydarzeniach kulturalnych organizowanych dla Studentów, w tym we wszystkich wykładach i seminariach). Z opłaty tej zwolnieni są członkowie chóru „Zacisze”, zespołu wokalnno-estradowego „Zaciszańska Nuta”, Męskiego Zespołu Wokalnego „Żurawie”,
³⁵₁₇ składkowe opłaty za spotkania integracyjne,
³⁵₁₇ warsztaty, sekcje, kluby dodatkowo płatne.

Opłaty wpisowe są bezzwrotne.

Pierwszeństwo w zapisach mają Studenci kontynuujący naukę.

W programie:

I semestr 7 października 2013 r.- 14 lutego 2014 r.

II semestr 3 marca 2014 r. - 13 czerwca 2014 r.

Wykłady, seminaria, spotkania odbywają się zawsze w poniedziałki o godz. 11.00.

WARSZTATY, SEKCJE, KLUBY DLA STUDENTÓW UTW

TANIEC INTEGRACYJNY

Nauka tańców pochodzących z całego świata: klasycznych, ludowych, towarzyskich.

Zajęcia odbywają się we wtorki w godz. 11.15-12.15 (1h).

Instruktor: Barbara Gmyz.

Opłata: 20 zł/4 zajęcia w miesiącu.

WARSZTATY PLASTYCZNE

Różne techniki: od malarstwa olejnego poprzez pastele, akwarele, węgiel i ołówki.

Zajęcia odbywają się w środy:

w godz. 9.30-11.00 (1,5h) - grupa początkująca

w godz. 11.00-12.30 (1,5h) - grupa zaawansowana

Instruktor: Bogusława Ołowska.

Opłata: 34 zł/4 zajęcia w miesiącu.

WARSZTATY FOTOGRAFICZNE

Połączenie teorii (podstawy fotografii) z praktyką (ćwiczenia z własnym aparatem). Dla wszystkich kochających fotografię. Grupa min. 10 osób, max 15 osób.

Zajęcia odbywają się w poniedziałki w godz. 9.30-11.00 (1,5h).

Instruktor: Andrzej Seta.

Opłata: 36 zł/2 zajęcia w miesiącu.

WARSZTATY WOKALNE

Warsztaty indywidualne śpiewu z zakresu interpretacji piosenki i emisji głosu, praca z mikrofonem.

Zajęcia 30 min. odbywają się w środy, czwartki i piątki.

Instruktor: Julia Greke-Patej.

Opłata: 66 zł/4 zajęcia w miesiącu.

LECĄCY ŻURAW

Chińskie ćwiczenia poprawiające zdrowie, kondycję kręgosłupa, spowalniające procesy starzenia, polepszające koncentrację i pamięć, odporność na stres,. Grupa min. 10 osób.

Zajęcia odbywają się w środy w godz. 10.00-11.30 (1,5h).

Instruktor: Halina Folik.

Opłata: 50 zł/4 zajęcia w miesiącu, pozostali (nie będący studentami) 56 zł.

PSYCHOLOGIA NA CO DZIEŃ

Nauka skutecznej komunikacji i asertywności, radzenie sobie z trudnymi emocjami, trening kontroli złości, sztuka opanowywania stresu, jak bronić się przed manipulacją i prowadzić negocjacje. Grupa max 13 osób.

Zajęcia odbywają się we wtorki w godz. 10.00 -11.30 (1,5h).

Instruktor: Aneta Cieśla.

Opłata: 60 zł/4 zajęcia w miesiącu.

TRENING PAMIĘCI

Zajęcia usprawniające pamięć oraz wspomagające wykorzystanie i rozwijanie zdolności umysłowych, techniki szybkiego zapamiętywania. Grupa min. 6 osób.

Zajęcia odbywają się w poniedziałki w godz. 13.30-14.30.

Instruktor: Aneta Cieśla.

Opłata: 60 zł/4 zajęcia w miesiącu, pozostali (nie będący studentami) 70 zł.

JĘZYK ANGIELSKI

W programie: gramatyka, słownictwo, odpowiednia wymowa i intonacja, umiejętność komunikowania się. Angielski w sytuacjach codziennych. Grupy max 13 osób.

Zajęcia 45 min. odbywają się w środy i piątki w godz. 9.00-14.00.

Lektor: Małgorzata Gałęcka.

Opłata: 36 zł/4 zajęcia w miesiącu dla grupy do 5 osób, 30 zł dla grup powyżej 5 osób, pozostali (nie będący studentami) 56 zł i 50 zł.

KLUB PODRÓŻNIKA

Wyjścia i wyjazdy kulturalno-integracyjne.

Odbywają się raz w miesiącu w czwartki od godz. 11.00, zgodnie z planem miesięcznym.

Instruktor: Taida Załuska.

Zajęcia bezpłatne.

KLUB POZYTYWNIIE ZAKRĘCONYCH ROWERZYSTÓW

Wspólne spędzanie czasu w ruchu, na świeżym powietrzu, zwiedzanie okolic Warszawy, miejsc przyrodniczych, historycznych i kulturowych.

Spotkania odbywają się zgodnie z planem miesięcznym.

Opiekun: Dariusz Olszewski.
Zajęcia bezpłatne.

GIMNASTYKA

Zajęcia odbywają się:

we wtorki w godz. 13.40-14.25.

w piątki w godz. 11.15-12.00.

Instruktor: Agnieszka Michalska/Iwona Włodarczyk.

Opłata: 30 zł/4 zajęcia w miesiącu, pozostali (nie będący studentami) 36 zł.

KLUB TENISA STOŁOWEGO

Wspólne czynne spędzanie czasu na rozgrywkach meczowych.

Spotkania odbywają się w Zespole Boisk w Warszawie, ul. Blokowa 3, zgodnie z planem miesięcznym.

Opiekun: Bogdan Szpak.

Zajęcia bezpłatne dla studentów UTW.

KLUB PŁYWACKI

Gimnastyka w wodzie z instruktorem.

Zajęcia odbywają się we wtorki godz. 9.30-10.00 i czwartki w godz. 8.15 – 8.45 na Pływalni „Polonez”, Warszawa ul. Łabiszyńska 20.

Opiekun: Zofia Bohusz.

Opłata: Pojedyncze zajęcia 5,50 zł (Pływalnia „Polonez”).

CHÓR „ZACISZE”

Próby odbywają się we wtorki w godz. 10.00-13.00.

Instruktor: Bartek Włodkowski.

Opłata jednorazowa: 50 zł/semestr.

ZESPÓŁ WOKALNO-ESTRADOWY „ZACISZAŃSKA NUTA”

Próby odbywają się w środy w godz. 10.00-13.00.

Instruktor: Jan Czerwiński.

Opłata jednorazowa: 50 zł/semestr.

MĘSKI ZESPÓŁ WOKALNY „ŻURAWIE”

Próby odbywają się we wtorki w godz. 13.00-14.00.

Instruktor: Jan Czerwiński.

Opłata jednorazowa: 50 zł/semestr.

Nie tylko dla studentów UTW

KOŁO TERENOWE ZWIĄZKU SYBIRAKÓW WARSZAWA PRAGA PÓŁNOC

imienia Św. Arcybiskupa Zygmunta Szczęsnego Felińskiego.

Prezes Koła Danuta Kominiak.

Spotkania odbywają się, zgodnie z harmonogramem, raz w miesiącu w środy w godz. 14.00-15.30.

Terminy spotkań

25 IX Dzień Sybiraka - Trzecia rocznica nadania imienia Kołu Św. Arcybiskupa Zygmunta Szczęsnego Felińskiego

23 X Spotkanie z młodzieżą

27 XI Spotkanie patriotyczno-muzyczne. Występ Męskiego Zespołu Wokalnego „Żurawie” i zespołu wokalo-estradowego „Zaciszańska Nuta”

18 XII Bożonarodzeniowe spotkanie

26 III „Usłysz nas pokolenia” Spotkanie z przedstawicielem Ośrodka „Karta” w Warszawie

16 IV Wielkanocne spotkanie

28 V Dzień Matki Sybiraczki

WYJAZDY, WYSTAWY, KONCERTY

27 X (niedziela) Koncert patriotyczny w wykonaniu chóru „Zacisze”, Męskiego Zespołu Wokalnego „Żurawie” i zespołu wokalo-estradowego „Zaciszańska Nuta” w Kolegiacie Przemienienia Pańskiego w Radzyminie.

11 XI (poniedziałek) Śpiewnik patriotyczny. Gospodarze: zespół wokalo-estradowy „Zaciszańska Nuta” i Męski Zespół Wokalny „Żurawie”. Potańcówka warszawska.

27 XI (środa) Spotkanie patriotyczno-muzyczne. Występ Męskiego Zespołu Wokalnego „Żurawie” i zespołu wokalo-estradowego „Zaciszańska Nuta”.

9 XII (poniedziałek) „Nie żałuję” Koncert jubileuszowy Teresy Witanowskiej z okazji 10-lecia śpiewania z chórem „Zacisze”.

8 II (sobota) Z artystyczną wizytą w Miejskim Ośrodku Kultury w Ząbkach. „Listy malowane” wystawa pracowni malarstwa Uniwersytetu Trzeciego Wieku Domu Kultury Zacisze. Koncert zespołu wokalo-estradowego „Zaciszańska Nuta” i Męskiego Zespołu Wokalnego „Żurawie”. Miejsce: Galeria Miejskiego Ośrodka Kultury w Ząbkach, ul. Słowackiego 21.

8 IV (wtorek) Śladami Zygmunta Krasińskiego. Wyjazd kulturalno-integracyjny. Koncert zespołu wokalo-estradowego „Zaciszańska Nuta” i Męskiego Zespołu Wokalnego „Żurawie”.

19 V (poniedziałek) Z artystyczną wizytą w Miejskim Ośrodku Kultury w Ostrowi Mazowieckiej. „Odgłosy lata” wystawa pracowni malarstwa Uniwersytetu Trzeciego Wieku Domu Kultury Zacisze. Koncert zespołu wokalo-estradowego „Zaciszańska Nuta” i Męskiego Zespołu Wokalnego „Żurawie”. Miejsce: Kino w Ostrowi Mazowieckiej.

19 V (poniedziałek) Ziemia Ostrowska. Wyjazd integracyjno-kulturalny.

6 VI (piątek) Pułtusk. Wyjazd kulturalno-integracyjny. Koncert zespołu wokalo-estradowego „Zaciszańska Nuta” i Męskiego Zespołu Wokalnego „Żurawie”.

WAKACJE

26 VIII-6 IX Wczasy z grzybobraniem nad morzem w Jarosławcu D.W. Arkadia.

26 VIII-6 IX Warsztaty wokalne z wypoczynkiem nad morzem w Jarosławcu.

Zapraszamy Państwa do udziału w naszych wykładach, seminariach, wyjazdach i koncertach.

W I semestrze w roku akademickim 2013/2014 planowane są następujące wydarzenia:

Październik 2013

7 października (poniedziałek) Inauguracja roku akademickiego 2013/2014 Uniwersytetu Trzeciego Wieku Domu Kultury Zacisze. Wykład „**Współczesne dylematy**” - Andrzej Żor - Wiceprezes Związku Literatów Polskich.

14 października (poniedziałek) Wykład „**Abraham Lincoln mistrz humoru politycznego**” - prof. Longin Pastusiak - polityk, historyk.

21 października (poniedziałek) „**Nasza świadomość obywatelska**” - [spotkanie ze](#) Sławomirem Antonikiem [Burmistrzem Dzielnicy Targówek m.st. Warszawy](#).

24 października (czwartek) Wystawa „In God We Trust”. Wyjście kulturalno-integracyjne do Zachęty Narodowej Galerii Sztuki.

27 października (niedziela) **Koncert patriotyczny** w wykonaniu chóru „Zacisze”, Męskiego Zespołu Wokalnego „Żurawie” i zespołu wokalo-estradowego „Zaciszańska Nuta” w Kolegiacie Przemienienia Pańskiego w Radzyminie.

28 października (poniedziałek) Wykład „**Blżej Europy**” - Barbara Sieradzka - filolog, historyk literatury, dziennikarka prasy, radia i telewizji.

Listopad 2013

4 listopada (poniedziałek) Wykład „**Intelektualny humor prezydenta Johna Kennedy’ego**” - prof. Longin Pastusiak - polityk, historyk.

11 listopada (poniedziałek) **Śpiewnik patriotyczny**. Gospodarze: zespół wokalo-estradowy „Zaciszańska Nuta” i Męski Zespół Wokalny „Żurawie”. Potańcówka warszawska.

14 listopada (czwartek) **Muzeum Wojska Polskiego**. Wyjście kulturalno-integracyjne.

18 listopada (poniedziałek) Wykład „**Historia FSO i samochodów z FSO**” (z okazji rocznicy założenia FSO) - Karol Móravski - historyk, dziennikarz, varsavianista.

25 listopada (poniedziałek) Wykład „**Pałac Staszica a historia Polski**” - Joanna Arvaniti – kustosz - Polska Akademia Nauk Archiwum w Warszawie.

Grudzień 2013

2 grudnia (poniedziałek) Wykład „**Jak rozmawiać ze sobą, nie krzywdząc się nawzajem?**” - Hanna Kalinowska - konsultant, mediator, mentor.

9 grudnia (poniedziałek) „**Nie żałuję**” Koncert jubileuszowy Teresy Witanowskiej z okazji 10-lecia śpiewania z chórem „Zacisze”.

12 grudnia (czwartek) **Muzeum Historii Żydów**. Wyjście kulturalno-integracyjne.

16 grudnia (poniedziałek) Wykład „**Dobre maniery przy stole**” - Andrzej Żor – były ambasador RP w Maledywach.

23 grudnia (poniedziałek) **Opłatkowe spotkanie studentów** Uniwersytetu Trzeciego Wieku.

Styczeń 2014

13 stycznia (poniedziałek) Wykład „**Humor i gaffy prezydenta Ronalda Reagana**” - prof. Longin Pastusiak - polityk, historyk.

16 stycznia (czwartek) **Muzeum Narodowe w Warszawie**. Wyjście kulturalno-integracyjne.

20 stycznia (poniedziałek) Wykład „**Markiza de Pompadour i królowa Maria Antonina - XVIII wieczne ikony mody we Francji**” z cyklu „Historia mody” - dr Magda Bialic - kostiumolog, historyk sztuki.

27 stycznia (poniedziałek) Wykład „**Największe zamachy polityczne w dziejach Warszawy**” - Karol Móravski – historyk, dziennikarz, varsavianista.

Luty 2014

3 lutego (poniedziałek) Wykład „**Poznaję - Rozumiem - Wspieram bliżej siebie, bliżej innych**” - Dorota Latos - trener.

8 lutego (sobota) **Z artystyczną wizytą** w Miejskim Ośrodku Kultury w Żąbkach. „Listy malowane” wystawa pracowni malarstwa Uniwersytetu Trzeciego Wieku Domu Kultury Zacisze. Koncert zespołu wokalo-estradowego „Zaciszańska Nuta” i Męskiego Zespołu Wokalnego „Żurawie”. Miejsce: Galeria Miejskiego Ośrodka Kultury w Żąbkach, ul. Słowackiego 21.

13 lutego (czwartek) **Państwowe Muzeum Archeologiczne** w Warszawie. Wyjście kulturalno-integracyjne.

17 lutego - 2 marca 2014 r. Ferie zimowe.

22-23 lutego (sobota-niedziela) **XIII Festiwal Chórów, Kabaretów i Zespołów Seniora.**

Szczegóły w planach miesięcznych, ulotkach i na stronie internetowej Domu Kultury „Zacisze”. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany w programie.