

INFORMATOR DLA STUDENTÓW ZU3W- rok akademicki 2018/2019

Szanowni Studenci,
z wielką radością witamy Państwa w nowym roku akademickim :-)

Zapisy na zajęcia na każdy nowy rok akademicki prowadzone są w terminie 1- 30 czerwca. Nowych Członków przyjmujemy do końca września każdego roku.

W bieżącym roku zajęcia dla większości grup rozpoczynają się od poniedziałku – 15 października 2018r.

Tylko do końca października Studenci mają możliwość zmiany grupy.

Prosimy o dokładne zapoznanie się z „Regulaminem uczestnictwa w zajęciach”, gdzie omówione są zasady rezygnacji z uczestnictwa w zajęciach.

Każdy Student powinien również zapoznać się z Kodeksem Słuchacza oraz Statutem ZU3W. Wszystkie dokumenty dostępne są na stronie www.zu3w.edu.pl, w zakładce – o nas- oraz w siedzibie ZU3W.

Sposoby kontaktu:

- biuro ZU3W- Zgierz, ul. Łęczycka 24 (klatka schodowa od strony Przychodni Zdrowia) czynne w pn 14-17 i czw. 10-13
- tel. 512 251 063; nowy numer tel. 511 129 183
- strona internetowa www.zu3w.edu.pl; Facebook. Osoby korzystające z Facebooka proszone są o zagłębienie na profil ZU3W i udostępnianie przekazywanych tam informacji.

Nowy skład Zarządu:

Alina Łęcka - Andrzejewska - prezes

Małgorzata Łęcka - wiceprezes

Anna Witczak - Skarbnik

Członkowie: Krystyna Fajst; Władysław Jarmołowicz

Najbliższe wydarzenia:

- **14 października** (nd) – wycieczka z Piotrem Machlańskim - Poznajemy tajemnice Kujaw - cz. II
- **5 listopada** (pn) - wycieczka do Term w Uniejowie. Szczegóły na wykładzie 19.10.2018r
- **12 grudnia** (śr) – **Spotkanie opłatkowe** (szczegóły wkrótce)
- **styczeń 2018**- udział w Wielkiej Orkiestrze Świątecznej Pomocy- zapraszamy chętnych, którzy chcą brać czynny udział w organizacji wydarzenia i prosimy o zbieranie fantów na loterię:

Planowane wycieczki zagraniczne:

- **luty 2019** - wycieczka do Meksyku
- **kwiecień 2019** - wycieczka do Szkocji;
- **wrzesień 2019** – wczasy w Bułgarii
- **październik 2019** - wycieczka do Izraela

Wycieczki inne - propozycje planowanych, atrakcyjnych wycieczek krajowych i zagranicznych przedstawimy po wykładzie w dniu 19 października.

Przy zapisywaniu się na każde wydarzenie prosimy podawać kontaktowy numer telefonu.

Nieodpłatnie proponujemy:

- sekcja brydża- śr. godz. 18.00; pn. godz.17.30- nauka gry - MOK
- sekcję Nordic Walking- (sobota) godz. 9.00, Osiedle 650- lecia, ul. Staffa, przystanek szkoła (Krzyż przy Szkole nr 12)- spacer z kijami. Spotykamy się w każdą sobotę. Dołączcie do nas. Wszystkich chętnych od lat 5. do 105. zapraszamy. Kije nie są obowiązkowe.
- kino @MOK-

Z uwagi na trwające prace termomodernizacyjne w szkołach oraz remont pływalni plan zajęć jest ramowy i godziny poszczególnych zajęć mogą ulec zmianie. W razie wątpliwości, prosimy potwierdzać terminy zajęć telefonicznie i często odwiedzać stronę internetową - www.zu3w.edu.pl oraz nasz profil na Facebooku

ZAJĘCIA PROGRAMOWE

INFORMATYKA- 60 zł/ semestr .

IP.	Prowadzący	dzień	godzina	sala	miejsce
1	Arkadiusz Bołdowicz	poniedziałek	18.00-19.30	P1-103 piętro	Zgierski Zespół Szkół Ponadgimnazjalnych; Pl. Kilińskiego 8
2	Iga Andrzejewska	poniedziałek	9.00-10.30 16.15-17.45 17.55-19.20 (nowa grupa)	P1-117 piętro P1-103 piętro P1-103 piętro	Zgierski Zespół Szkół Ponadgimnazjalnych; Pl. Kilińskiego 8
3	Iga Andrzejewska	czwartek	9.00-10.30	P1-117 piętro	Zgierski Zespół Szkół Ponadgimnazjalnych; Pl. Kilińskiego 8

JĘZYK ANGIELSKI – 90 zł/ semestr.

Lp	Prowadzący	dzień	godzina	sala	miejsce
1	Teresa Chomętowska - Fadhel	poniedziałek	16.30-18.00	P-10- parter	Zgierski Zespół Szkół Ponadgimnazjalnych; Pl. Kilińskiego 8
3	Aneta Palmowska- Surma	wtorek	16.30-18.00 18.00-19.30	P-10- parter P-10- parter	Zgierski Zespół Szkół Ponadgimnazjalnych; Pl. Kilińskiego 8

PROMOCJA ZDROWIA – 100 zł /semestr

Grupa	Prowadzący	dzień	godzina	miejsce
1	Zofia Trubowicz	środa (Gimnastyka)	16.00-17.00	Gimnazjum nr 3; ul. Leśmiana
2	Zofia Trubowicz	środa (G)	18.00-19.00	Gimnazjum nr 3; ul. Leśmiana

PSYCHOLOGIA – 60 zł/semestr.

Lp.	Prowadzący	dzień	godzina	miejsce
1	Wanda Baranowska	wtorek	16.30-18.00 18.00-20.00	MOK- ul. Mielczarskiego 1

FOTOGRAFIA – 90 zł/semestr

Lp.	Prowadzący	dzień	godzina	miejsce
1	Lech Baczyński	czwartek	18.00-19.30	MOK, ul. Mielczarskiego 1

TERAPIA RUCHEM- 90 zł/ semestr

Lp.	Prowadzący	dzień	godzina	miejsce
1	Arkadiusz Bołdowicz	wtorek i czwartek	10.00-10.45 11.00-11.45 12.00-12.45	MOK, ul. Mielczarskiego 1

AEROBIK W WODZIE – 100 zł/ semestr

Lp.	Prowadzący	dzień	godzina	miejsce
1	Mateusz Matusiak	środa	11.20-12.00 12.00-12.40 20.00-20.40 20.40-21.20	łaźnia Miejska, ul. Łęczycka 24

JOGA – 90 zł/ semestr

Lp.	Prowadzący	dzień	godzina	sala	miejsce
1	Katarzyna Piechol	czwartek	14.00- 15.00	lustrzana	MOK, ul. Mielczarskiego 1
2	Katarzyna Piechol	środa	16.30- 17.30	P1 - DS piętro, duża sala	Zgierski Zespół Szkół Ponadgimnazjalnych; Pl. Kilińskiego 8

TERAPIA TAŃCEM – 90 zł/ semestr

Lp.	Prowadzący	dzień	godzina	sala	miejsce
1	Anna Wasiak	środa i piątek	16.30-17.15 16.30-17.15	P1 - Mała Sala-lustra	Zgierski Zespół Szkół Ponadgimnazjalnych; Pl. Kilińskiego 8

KINEZJOLOGIA – 90 zł/ semestr

Lp.	Prowadzący	dzień	godzina	miejsce
1	Aleksandra Leszczyńska	czwartek	15.00-16.00	MOK, ul. Mielczarskiego 1

RĘKODZIEŁO ARTYSTYCZNE – 60 zł/ semestr

Lp.	Prowadzący	dzień	godzina	miejsce
1	Magdalena Paszkiewicz	czwartek	16.00-17.30	MOK, ul. Mielczarskiego 1

ZDROWY KRĘGOSŁUP - 90 zł/semestr

Lp.	Prowadzący	dzień	godzina	miejsce
1	Anna Wasiak	poniedziałek	16.30 -17.15 17.15 - 18.00	Gimnazjum nr 3 mała sala gimnastyczna

PŁASKI BRZUCH – 90 zł/semestr

Lp.	Prowadzący	dzień	godzina	miejsce
1	Anna Wasiak	poniedziałek	15.30-16.15	Gimnazjum nr 3 mała sala gimnastyczna

PILATES – 90 zł/semestr

Lp.	Prowadzący	dzień	godzina	miejsce
1	Katarzyna Piechol	czwartek	13.00-14.00	MOK, ul. Mielczarskiego 1

ZAJĘCIA TANECZNE – 60 zł/semestr.

Lp.	Prowadzący	dzień	godzina	sala	miejsce
1		piątek	18-19.20	P1 - Mała Sala-lustra	Zgierski Zespół Szkół Ponadgimnazjalnych; Pl. Kilińskiego 8

Osoby zapisane do nowej grupy informatyki przychodzą na zajęcia w poniedziałek 15 października na godz. 18.00 - Zgierski Zespół Szkół Ponadgimnazjalnych ; Pl. Kilińskiego 8 (dawna budowlanka), P1-103 piętro . Po konsultacji z wykładowcą zostaną przydzielone do właściwych grup

Wykłady otwarte, prowadzone są dwa razy w miesiącu, w piątki (wg grafiku), o godz. 16.00 w Kolegium Nauczycielskim, ul. 3. Maja 46, organizowane są dla wszystkich mieszkańców, jednak dla Studentów ZU3W są w zasadzie obowiązkowe. Tematy wykładów dobierane są w taki sposób, aby miały wymiar praktyczny, ułatwiający i przyjemniający codzienność. Są również tematy poświęcone kulturze i sztuce, zdrowiu, modzie... Prosimy o zgłaszanie swoich propozycji. Chętnie je zrealizujemy

Po każdym wykładzie jest spotkanie z Zarządem. Omawiane są bieżące sprawy organizacji oraz w pierwszej kolejności przekazywane są wszystkie informacje o planowanych wydarzeniach oraz zapisy na wycieczki i imprezy. **Każdy Student może zgłosić swoje propozycje, pytania i uwagi.**

Wszystkich Studentów ZU3W prosimy o aktywne uczestnictwo w działalności organizacji i współpracę w przekazywaniu informacji dotyczących naszej społeczności.

PLAN WYKŁADÓW - 1 SEM 2018/2019

DATA	PROWADZĄCY	TYTUŁ
19.10.2018 - piątek	Agnieszka Jelonkiewicz - jedna z pierwszych konsultantek wizerunku w Polsce, historyk sztuki, trener. Jedna z bohaterek książki „Sukces jest kobietą! Piękna twarz biznesu”.	Wizerunek seniora. Elegancja – nie tylko od święta. Dlaczego warto dbać o wizerunek w każdym wieku?
09.11.2018- piątek	Barbara Maciejewska, Urszula Machcińska	Herbatka u Jadźki - kabaret - sposób na życie
14.11.2018 ŚRODA	Fundacja "Zaczyn"	„Odważ się na zmiany!- ☑ spotkanie z prof. Janem Ślężyńskim – seniorem, sportowcem i naukowcem ☑ „Lepszy wzrok, lepsze życie” – prelekcja dot. jaskry ☑ spotkanie z seniorką, która po 60. roku życia zaczęła pracować w charakterze profesjonalnej opiekunki ☑ spotkanie z DJ Wiką; ☑ poczęstunek; ☑ Międzypokoleniowa Potańcówka.
23.11.2018 - piątek	Monika Kamieńska - filolog, menadżer kultury, wykładowca akademicki, dyrektor Akademickiego Ośrodka Inicjatyw artystycznych, publicystka, wokalistka Łódzkiego Teatru Piosenki, babcia i kobieta o wielu pasjach.	Pokonaj to śmiechem...
07.12.2018 - piątek	Hanna Piekarska - modelka, laureatka konkursu „Stylowa Seniorka”, ambasadorka Głosu Seniora	Wielkie wyjście z Moniką Piekarską
12.12.2018- środa	Spotkanie opłatkowe	
14.12.2018 - piątek	Artur Zygmontowicz - podróżnik, pisarz, autor wielu książek	"Białoruś – imperium kontrastów" . Będzie to spotkanie z reportażem, książką podróżniczą, zbiorem zabawnych anegdot oraz błyskotliwych obserwacji socjologicznych, do których materiał został zebrany przez autora podczas czterech podróży na Białoruś, w tym dwóch rowerowych.
11.01.2019 - piątek	Grzegorz Łoza - Uzdrowisko Nałęczów	"Serce masz tylko jedno" czyli o sercu i układzie krążenia, o zagrożeniach cywilizacyjnych dla zdrowia, o tym "jak zdrowo żyć", jak sobie poradzić z zawałem serca w samotności

Życzymy Państwu wiele radości z uczestnictwa w zajęciach oraz w ciekawych wydarzeniach. Wierzymy, że nasze wspólne działania przyczynią się do rozwoju i integracji naszej akademickiej społeczności ☺

**Ze studenckim pozdrowieniem
Zarząd ZU3W**