

Zgierski Uniwersytet Trzeciego Wieku powstał jesienią 2007r. jako sekcja Miejskiego Ośrodka Kultury w Zgierzu. Nie przypuszczano wtedy, jak niezwykle trafna była to decyzja . O sukcesie tego przedsięwzięcia świadczy fakt , iż po roku funkcjonowania Uniwersytetu liczba jego słuchaczy podwoiła się, a obecnie w siódmym roku swojej działalności ZU3W liczy 395 słuchaczy. Od czerwca 2009r Uniwersytet istnieje już jako samodzielne stowarzyszenie posiadające osobowość prawną. Działa na podstawie własnego [statutu](#) , który określa najważniejsze zadania:

- 1.Zachowanie i zwiększenie sprawności intelektualnej , psychicznej i fizycznej członków
- 2.Aktywizacja społeczna osób starszych.
- 3.Integracja międzypokoleniowa

Dla osiągnięcia wymienionych celów ZU3W organizuje dla swoich członków:

1. wykłady specjalistów z różnych dziedzin ;
2. lektoraty języków obcych;
3. praktyczne zajęcia z zakresu kultury fizycznej ;
4. sekcje i koła zainteresowań;
5. wycieczki turystyczne i krajoznawcze;
6. pomoc koleżeńską

Zajęcia prowadzimy w: Miejskim Ośrodku Kultury, Związku Nauczycielstwa Polskiego, Centrum Kultury Dziecka, Muzeum Miasta Zgierza, Gimnazjum Nr 3, LO im St. Staszica, Szkole Podstawowej Nr 12, Parku Kulturowym Miasto Tkaczy.

Rok akademicki na naszym Uniwersytecie składa się z 2-ch semestrów - każdy po 4 miesiące i 3 miesiące wakacji.

Uniwersytet opiera się na nieodpłatnej pracy swoich członków. Głównym źródłem finansowania działalności są składki członkowskie słuchaczy oraz środki pozyskane w konkursach na realizację zadań publicznych, ale cenna jest również dla nas pomoc członków wspierających czyli: Starostwa Powiatowego i Urzędu Miasta Zgierza.

Uniwersytet Trzeciego Wieku to nie tylko poszerzanie wiedzy, zdobywanie nowych

umiejętności, ale także nawiązywanie nowych znajomości i przyjaźni. Jest to odpowiednie miejsce i czas na realizację swoich pasji i zainteresowań. Zagospodarowanie własnego czasu wolnego, w sposób który daje zadowolenie, na pewno poprawi samopoczucie i stan zdrowia. A dzięki temu funkcjonowanie seniora w ciągle zmieniającej się rzeczywistości będzie zdecydowanie bardziej komfortowe.

Słuchaczem ZU3W może zostać każdy, bez względu na poziom wykształcenia, kto ukończył 45 lat życia i chce żyć aktywnie. Należy jedynie złożyć stosowne dokumenty i opłacić składki członkowskie .

Członkiem Uniwersytetu można być przez wiele lat. Ci którzy posiadają już legitymację studencką, przechodzą na rok następny. Natomiast nabór nowych słuchaczy uzależniony jest od wolnych miejsc.

Misję Uniwersytetu , którą jest kształcenie ustawiczne ludzi starszych , realizujemy poprzez proponowanie dość szerokiej oferty programowej. Szeroki wachlarz zajęć tematycznych stwarza słuchaczom możliwość wyboru zgodnie z ich zainteresowaniami .

Wykłady ogólne odbywają się dwa razy w miesiącu , natomiast zajęcia warsztatowe prowadzone są dla poszczególnych sekcji 1 raz w tygodniu po 2 godziny.

Liczba sekcji tematycznych oscyluje zgodnie z zainteresowaniem słuchaczy. Są to m.in.:

1. lektoraty z języka angielskiego
2. lektorat z języka niemieckiego
3. sekcje promocji zdrowia w formie ćwiczeń gimnastycznych i zajęć na pływalni
4. sekcje zdrowy kręgosłup
5. sekcje informatyczne o zróżnicowanym poziomie;
6. sekcję rękodzieła;
7. sekcję psychologii ;
8. sekcje aerobiku w wodzie
9. sekcje terapii ruchem
10. sekcje jogi
11. sekcję pilatesu
12. sekcje terapii tańcem
13. sekcje kinezylogii
14. sekcje fotografii
15. sekcje malarstwa i rysunku
16. sekcje mnemotechnik
17. sekcję kulturoznawstwa
18. olimpijską sekcję pływacką UTW Masters Zgierz

Z inicjatywy słuchaczy powstały również koła zainteresowań takie jak:

- Klub Twórczości Rozmaitej
- Akademia Nordic Walking
- sekcja brydża

Ta lista nigdy nie jest zamknięta.

Jeżeli tylko pojawią się nowe propozycje zajęć i znajdą się na nie chętni, z wielką radością przystąpimy do ich organizacji, bo jak mówiła Helena Fryś (prekursorka trzeciowiekowego ruchu):

*Nie ma na starość lepszego leku
Niż Uniwersytet Trzeciego Wieku*

Zapraszamy do współpracy 📧

Zarząd ZU3W