

**STOWARZYSZENIE
UNIwersYTET TRZECIEGO WIEKU
W SIEWIERZU**



BIULETYN INFORMACYJNY NR 11
ROK AKADEMICKI 2024/2025

42-470 Siewierz, ul. Oleśnickiego 1
adres e-mail: utwsiewierz@tlen.pl
adres strony internetowej: <http://utwsiewierz.pl/>
powiadomienia SMS: wysłać SMS o treści „SIEWIERZ.UTW” na nr 4322

INSTYTUCJE WSPIERAJĄCE

- Burmistrz Miasta i Gminy Siewierz – Dariusz Waluszczyk
- AWF Katowice – rektor prof. Andrzej Małecki
- Miejsko-Gminne Centrum Kultury, Sportu i Turystyki w Siewierzu – dyrektor Jacek Gruszczyński
- Pomysłodawca i założyciel UTW Siewierz – Zdzisław Banaś
- Spółka dla Zagospodarowania Wspólnoty Leśno-Gruntowej w Siewierzu – prezes Sylwester Rzepecki
- PPUH „Dolomit” Kopalnia Żąbkowice S.A. – prezes Janusz Kmiecik, wiceprezes Zbigniew Grochalski
- Wiceprzewodniczący Rady Powiatu – Jan Mucha
- Szkoła Podstawowa nr 1 im. Księstwa Siewierskiego w Siewierzu – dyrektor Rafał Wieja
- Szkoła Podstawowa nr 2 w Siewierzu – dyrektor Joanna Górniewicz
- Zespół Szkół Ogólnokształcących i Technicznych im. Jana Pawła II w Siewierzu – dyrektor Marta Szczerba
- Miejsko-Gminna Biblioteka Publiczna im. Leona Korusiewicza w Siewierzu – dyrektor Paulina Peterek
- Górnicze Zakłady Dolomitowe w Siewierzu – prezes Zbigniew Tomsia
- Przedsiębiorstwo Promag Siewierz, Podleśna – dyrektor Piotr Wosinek
- Nadleśnictwo Siewierz – nadleśniczy Grzegorz Cekus
- Firma „Fabet” Adam Flak
- Darczyńca prywatny – Zbigniew Grochalski
- Darczyńca prywatny – Wanda Majewska
- Darczyńca prywatny – Henryk Nowak
- Studenci – Seniorzy UTW Siewierz – darczyńcy

DZIĘKUJEMY!

RADA PROGRAMOWA

Przewodnicząca mgr Bożena Duda

Prof. Izabela Zająć-Gawlak

mgr Dariusz Waluszczyk

mgr Jacek Gruszczyński

mgr Barbara Totoń

ZARZĄD

Prezes	Barbara Totoń	602 387 522
Wiceprezes	Bożena Duda	508 302 438
Sekretarz	Halina Młyńczak	508 575 093
Skarbnik	Małgorzata Maj	531 119 807
Członek	Małgorzata Kopij	507 871 407
Członek	Gabriela Rutkowska	663 757 548
Członek	Olga Zaręba	609 531 454

KOMISJA REWIZYJNA

Przewodnicząca – Celina Janas

Członek – Janina Goławska

Członek – Magdalena Pietrusa-Oleksik

PRAWNIK ZARZĄDU UTW SIEWIERZ

Lidia Siegmund

KSIĘGOWOŚĆ

Biuro Rachunkowe ALMA – Alicja Machura

Elżbieta Chabińska

Elżbieta Kacik

RADA ORGANIZACYJNA

Rada Organizacyjna składa się z Liderów poszczególnych grup i sekcji, a jej zadaniem jest współudział w funkcjonowaniu UTW Siewierz

Bożena Duda	opiekun z ramienia Zarządu	508 302 438
-------------	----------------------------	-------------

Bogusława Korusiewicz	sekretarz	509 317 844
-----------------------	-----------	-------------

Priorytetem w tym Roku Akademickim jest:

promowanie sprawności fizycznej i psychicznej poprzez wykłady, cykl ćwiczeń, badań prowadzonych przez pracowników AWF Katowice pod kierunkiem opiekuna naukowego UTW Siewierz prof. Izabeli Zająć-Gawlak. Odpowiedzialna z ramienia Zarządu Małgorzata Kopij.

SEKCJE

Lp.	Nazwa sekcji	Lider / Liderzy	tel. kontaktowy	Prowadzący	Uwagi
1.	Kawiarenka Literacko-Muzyczna „INDEKSIK”	Elżbieta Tomecka Zdzisław Tomecki	601 414 007		własny harmonogram
2.	Gimnastyka Poranna	Adam Janas	606 415 812	Ewelina Olszynka	
3.	Wokalna	Maria Grochalska	503 711 762	Leopold Stawarz	własny harmonogram
4.	Gimnastyka Rehabilitacyjna	Urszula Jerczyńska	604 219 874	Urszula Jerczyńska	
5.	Charytatywna	Małgorzata Kusaj	514 900 622		własny harmonogram
6.	Turystyczno-Krajoznawcza	Małgorzata Kopij	507 871 407		własny harmonogram
7.	Tenis Stołowy	Marek Krochmal	601 640 700		
8.	Promocja	Anna Wieczoek	532 535 984		własny harmonogram
9.	Kultura	Elżbieta Orłowska Mariola Juszko	510 807 011		własny harmonogram
10.	Kronika	Olga Zaręba	609 531 454		własny harmonogram
11.	Perfekcyjna Pani/Pan Domu	Dorota Matysik Teresa Góralaczyk	500 396 304		własny harmonogram
12.	Edukacja Ekonomiczna	Elżbieta Chabińska Elżbieta Kacik	514 224 847 532 509 575		własny harmonogram
13.	„Siewie-Żaki”	Elżbieta Tomecka Elżbieta Świeboda	601 414 007	Elżbieta Tomecka	
14.	Qi Gong	Małgorzata Wierzba	792 375 431	Iwona Korlacka	
15.	Taniec	Maria Wylon	507 351 075	Anna Szczęsna	
16.	Gra w bule	Emilia Krzyżanowska	789 356 711	Emilia Krzyżanowska	
17.	Gra w szachy	Alfred Duda	601 492 620	Paweł Kaczmarek	

Lp.	Nazwa sekcji	Lider / Liderzy	tel. kontaktowy	Prowadzący	Uwagi
18.	Brydż Sportowy	Edward Krzyżanowski Józef Jędrusik	504 737 464	Edward Krzyżanowski	
19.	Gra Aktorska	Wiesław Kacik	662 857 104	Dawid Kobiela	
20.	Teatr „Apogeum”	Jan Bańka Jadwiga Sroka – ds. scenariuszy teatralnych Barbara Bogusz – ds. scenografii	510 070 931 513 867 850 604 330 364	Grzegorz Węglarz	
21.	Plastyka	Bogusława Korusiewicz Lidia Zaremba	509 317 844	Bogusława Korusiewicz	
22.	Kulinaria	Magdalena Pietrusa-Oleksik Justyna Kucharczyk	693 700 180	Magdalena Pietrusa-Oleksik	
23.	Lektorat Języka Angielskiego dla Zaawansowanych	Joanna Nowak	510 423 534	Urszula Kosteczka	
24.	Lektorat Języka Angielskiego dla Początkujących	Anna Galińska	783 502 905	Urszula Kosteczka	
25.	Lektorat Języka Włoskiego	Alicja Jakóbczyk	505 550 078	Agnieszka Buryan-Machura	
26.	Komputery	Lucyna Wróbel	502 300 491	Robert Machura	
27.	Ziołolecznictwo	Czesława Nowak	601 414 797		
28.	Tenis ziemny	Henryk Nowak	601 417 197		
29.	Pomoc Administracyjna	Teresa Kozerska Alfreda Dębowiec	782 639 135 737 483 731		własny harmonogram
30.	Logistyka	Adam Góralczyk Adam Korusiewicz	722 338 222 690 198 869		własny harmonogram

HARMONOGRAM ZAJĘĆ EDUKACYJNYCH

Semestr jesienny	02.10.2024 r.	16.02.2025 r.
Ferie świąteczne	23.12.2024 r.	31.12.2024 r.
Przerwa zimowa	17.02.2025 r.	02.03.2025 r.
Semestr letni	03.03.2025 r.	10.06.2025 r.
Ferie świąteczne	17.04.2025 r.	22.04.2025 r.
Zakończenie roku akademickiego	ok.	10.06.2025 r.

Rodzaj zajęć	Miejsce	Czas	Prowadzący	Lider/Liderzy
Gimnastyka poranna	SP1 Siewierz – sala gimnastyczna,	poniedziałek, piątek – 6:45 - 7:45	Ewelina Olszynka	Adam Janas
Taniec	MGCKSiT – sala lustrzana	poniedziałek – 16:00 - 17:00	Anna Szczęśna	Maria Wylon
Szachy	Klub Seniora	poniedziałek – 16:00 - 18:00	Paweł Kaczmarek	Alfred Duda
Qi Gong	MGCKSiT – sala lustrzana	wtorek – 16:15 - 17:15	Iwona Korlacka	Małgorzata Wierzba
Brydż	Klub Seniora	wtorek – 15:00 - 17:00	Edward Krzyżanowski	Edward Krzyżanowski Józef Jędrusik
Gimnastyka rehabilitacyjna	SP1 Siewierz – sala gimnastyczna	czwartek – 15:15 - 16:45	Urszula Jerczyńska	Urszula Jerczyńska
Lektorat języka włoskiego	Klub Seniora	piątek – 11:30 - 12:30	Agnieszka Buryan-Machura	Alicja Jakóbczyk
Zespół Teatralny „Apogeum”	MGCKSiT	środa – 11:00 – 13:00 piątek – 14:00 - 16:00	Grzegorz Węglarz	Jan Bańka Jadwiga Sroka Barbara Bogusz

Rodzaj zajęć	Miejsce	Czas	Prowadzący	Lider/Liderzy
Ziołolecznictwo	Klub Seniora	pierwszy poniedziałek miesiąca – 16:00 - 18:00		Czesława Nowak
Lektorat języka angielskiego dla początkujących	Klub Seniora	czwartek – 10:00 - 11:00	Urszula Kosteczka	Anna Galińska
Lektorat języka angielskiego dla zaawansowanych	Klub Seniora	wtorek – 14:00 - 15:00	Urszula Kosteczka	Joanna Nowak
Plastyka	Klub Seniora	piątek – 15:00 - 17:00		Bogusława Korusiewicz Lidia Zaremba
Kulinaria	Klub Seniora	piątek – 17:00 - 18:30		Magdalena Pietrusa-Oleksik Justyna Kucharczyk
Gra w bule	Orlik obok Zamku	czwartek – 11:00 - 13:00		Emilia Krzyżanowska
Zajęcia komputerowe	ZSOiT	środa – 15:30 - 17:00	Robert Machura	Lucyna Wróbel
Zajęcia aktorskie	MGCSiT	co drugi czwartek miesiąca – 15:00 - 17:00	Dawid Kobiela	Wiesław Kacik
Tenis stołowy	SP nr 2 Siewierz (Sulików)	środa – 15:00 - 17:00		Marek Krochmal
Siewie-Żaki	KLUB SENIORA MGCKSiT	wtorek – 8:30 – 9:30 wtorek (co drugi tydzień) – 9:30 - 10:30	Zbigniew Wójcik – akompaniator Adam Wylon – akompaniator	Elżbieta Tomecka Elżbieta Świeboda
Tenis ziemny	SP nr 1 w Siewierzu	środa – 14:45 - 16:15		Henryk Nowak
Zespół Lady Vox	MGCKSiT	środa – 16:30 - 18:00	Leopold Stawarz	Maria Grochalska

WYDARZENIA I AKTYWNOŚCI UTW SIEWIERZ W ROKU AKADEMICKIM 2024/2025

WRZESIEŃ

ERASMUS+ – dofinansowane przez Unię Europejską – szkolenie na Krecie, miejscowość Rhetymno, dwie grupy studentów:

- I – 01.09 do 15.09 – 9 osób,
- II – 15.09 do 29.09 – 9 osób.

13-14.09 – Olimpiada Sportowa w Łazach – 9 uczestników + kibice.

PAŹDZIERNIK

02.10 godz. 16:00 – *Uroczyste rozpoczęcie Roku Akademickiego i Kulturalnego 2024/2025 w Gminie Siewierz, prezentacja artystycznego dorobku UTW Siewierz;*

07.10 godz. 15:00 – prażonki w Parku Miejskim w Siewierzu. Spotkanie z sierżantem sztabowym Panią Dagmarą Mackiewicz z Komendy Powiatowej w Będzinie na temat zagrożeń w sieci oraz z Dzielnicowym Komendy Miejskiej w Siewierzu o rodzajach wykroczeń na terenie Miasta i Gminy Siewierz;

10.10 godz. 16:00 – wykład Pani prof. Ewy Marchwińskiej: „Wpływ czynników środowiskowych na zachorowalność na raka”, KLUB SENIORA;

17.10 godz. 17:00 – warsztaty z cyklu „Senior bezpieczny w Sieci”, pierwszy temat cyklu: „Rodzaje zagrożeń w sieci – jak nie dać się oszukać”, KLUB SENIORA;

22.10 godz. 17:00 – warsztaty z cyklu „Senior bezpieczny w Sieci”, drugi temat cyklu: „Tworzenie haseł nie do wykrycia, ale do zapamiętania”, KLUB SENIORA;

23.10 godz. 17:00 – Dwunasty wieczór w Kawiarence „Indeksik”: „Student żebrak, ale pan”, REMIZA OSP SIEWIERZ RYNEK;

24.10 godz. 17:00 – wykład mgr inż. Edwarda Sołtysika pt. „900 lat Siewierza”, KLUB SENIORA;

25.10 godz. 17:00 – warsztaty z cyklu „Senior bezpieczny w Sieci”, trzeci temat cyklu: „Phishing i inne metody oszustw w Internecie – nie daj się złapać”, KLUB SENIORA;

27.10 – występ Teatru „Apogeum” w Częstochowie, Konkurs „Oko na Teatr”.

LISTOPAD

02-16.11 – **ERASMUS+** – dofinansowane przez UE – Szkolenie w Turcji;

06.11 godz. 9:15 – wycieczka do Dolomitów Ząbkowice, kino;

07.11 godz. 17:00 – warsztaty z cyklu „Senior bezpieczny w Sieci”, czwarty temat cyklu: „Bezpieczna bankowość i bezpieczne zakupy online”, KLUB SENIORA;

14.11 godz. 17:00 – wykład mgr Urszuli Jerczyńskiej pt. „Co robić, jak mnie łupie w krzyżu”;

20.11 godz. 17:00 – wykład WOLONTARIAT, Grupa Medialna Zawiercie;

21.11 godz. 17:00 – warsztaty z cyklu „Senior bezpieczny w Sieci”, piąty temat cyklu: „Bezpieczne korzystanie z mediów społecznościowych”, KLUB SENIORA;

23.11 – występ Teatru „Apogeum” w Dziewkach – sztuka pt.: „Zapach młodości”;

26.11 godz. 12:00 – warsztaty pt. „Zarządzanie stresem” – prowadzi Paweł Abucki, spotkanie przy kawie w Monami;

28.11 godz. 17:00 – wykład mgr psychologii Klaudii Czenczek pt. „Zastosowanie sztuki w pomocy psychologicznej”, KLUB SENIORA.

GRUDZIEŃ

05.12 godz. 17:00 – wykład mgr Aleksandry Molendowskiej pt. „Medycyna naturalna a choroby przewlekłe. Skuteczne strategie wspomagające leczenie”, KLUB SENIORA.

STYCZEŃ

15.01 godz. 16:00 – Biesiada Noworoczna – prezentacja artystycznego dorobku UTW Siewierz;

16.01 godz. 17:00 – wykład mgr Aleksandry Molendowskiej pt. „Równowaga kwasowo-zasadowa kluczem do cofania chorób metabolicznych”, KLUB SENIORA,

22.01 godz. 17:00 – Kawiarenka „Indeksik” – „Raz zaprosił dziadek babcię do kafejki na herbatkę”.

LUTY

06.02 godz. 17:00 – wykład mgr Aleksandry Molendowskiej pt. „Jelita jako niezwykle istotny organ dla prawidłowego funkcjonowanie naszego organizmu”, KLUB SENIORA;

11.02 godz. 17:00 – spotkanie z przedstawicielami stowarzyszeń działających na terenie Miasta i Gminy Siewierz – „Poznajmy się”, KLUB SENIORA;

13.02 godz. 17:00 – spotkanie autorskie z Lidią Siegmund, KLUB SENIORA;

Wczasy zimowe – w przerwie zimowej od 17.02.

MARZEC

06.03 godz. 17:00 – wykład mgr Aleksandry Molendowskiej pt. „Mikrokrążenie – główna droga do zdrowia”, KLUB SENIORA;

21.03 – jednodniowa wycieczka do Muzeum Chleba w Radzionkowie, Kalwaria Piekarska, Dom Kawalera;

26.03 godz. 17:00 – Kawiarenka „Indeksik”: Siewierz i gmina w poezji, muzyce, historii – „Szlakiem siewierskich kapliczek”.

KWIECIEŃ

03.04 godz. 17:00 – wykład mgr Aleksandry Molendowskiej pt. „Dietoterapia i jej kluczowa rola we wspomaganiu leczenia chorób”, KLUB SENIORA;

23.04 godz. 15:00 – Koncert Filharmoników Wiedeńskich w MGCKSiT w Siewierzu. Udział dzieci i młodzieży ze Stowarzyszenia Bank Życziwych Serc w Siewierzu (cel charytatywny);

24.04 godz. 17:00 – wykład Pana Jana Kyrca z Wiednia pt. „Niekonwencjonalne metody leczenia”, KLUB SENIORA;

Data do uzgodnienia – trzydniowa wycieczka do Saksonii.

MAJ

05.05 – wycieczka: na Majówkę, na pstrąga (Złoty Potok), Sanktuarium w Leśniowie, Pałac Raczyńskich, Pustynia Siedlecka;

08.05 godz. 17:00 – wykład mgr Aleksandry Molendowskiej pt. „Toksyczne dodatki w żywności. Zagrożenia dla zdrowia dzieci i dorosłych”, KLUB SENIORA;

21.05 godz. 17:00 – Kawiarenka „Indeksik”: „Mama, mamusia, mateńka – najpiękniejsze słowo świata”.

CZERWIEC

ok. 10.06.2024 r. – zakończenie Roku Akademickiego 2024/2025 – prezentacja artystycznego dorobku UTW Siewierz.

SIERPIEŃ

Czterodniowa wycieczka na Podlasie i do Wilna

Sekcja Kultura – na bieżąco będzie proponować uczestnictwo w:

- spektaklach teatralnych;
- koncertach;
- wydarzeniach kulturalnych.

Kawiarenka literacko-muzyczna – spotkania

- **23.10.2024** – Student żebrak, ale Pan
- **22.01.2025** – Raz zaprosił dziadek babcię do kafejki na herbatkę
- **26.03.2025** – Siewierz i Gmina w poezji, muzyce, historii – szlakiem Siewierskich Kapliczek
- **21.05.2025** – Mama, mamusia, mateńka – najpiękniejsze słowo świata

**SERDECZNIE ZAPRASZAMY DO UCZESTNICTWA
W NASZYCH ZAJĘCIACH I PROJEKTACH**

Zachęcamy i zapraszamy do zapisywania się w nasze szeregi

Składka członkowska w roku kalendarzowym 2025 wynosi 70 zł

Dyżury członków Zarządu oraz Liderów sekcji w biurze UTW – Siewierz ul. Oleśnickiego 1,
środa od 10:00 do 12:00

Autorzy biuletynu:

Bożena Duda

Barbara Totoń

Małgorzata Kopij