

Informator Uniwersytetu Trzeciego Wieku
w Suwałkach

Kontakt:
ul. .T Noniewicza 10 p. 437
16- 400- Suwałki
Strona internetowa : utw.suwalki.pl

Kontakt:
Tel. 664 453 220 lub 601 917 445
e- mail: utw2020@wp.pl

Organizacja Pożytku Publicznego wpisana do Krajowego Rejestru Sądowego pod numerem 0000066543
Konto bankowe: 26 9359 0002 0027 1790 2000 0004
NIP 844 1942 505

*„ Najlepszym sposobem rozumienia ludzi jest ich słuchanie. ”
(Ralon Nichols)*

Już wiosna — Życie staje się cieplejsze.

Niech wiosna przyniesie Wam mnóstwo radości, słońca, nowej energii, a każdy jej dzień staje się nową podróżą pełną ciekawych przygód i niezapomnianych chwil.

Życzymy wiosny w sercu, optymizmu i pozytywnych emocji.

Niech piękna, wiosenna aura otacza Was przez cały rok.

Zarząd UTW

TERMINARZ I TEMATYKA SPOTKAŃ: KWIECIEŃ – CZERWIEC 2026

13.04.2026r.(poniedziałek), godz.16.00. Aula PUZ

Wykład: „Podejmowanie decyzji racjonalnych.” - dr Artur Płoński - PUZ

Część artystyczna: „Kobieta piękna jak wiosenny kwiat” – zespół wokalny „Paula & Marek” z Augustowa.

27.04.2026r.(poniedziałek), godz. 16.00. mała aula PUZ (I piętro)

Zebranie Walne Sprawozdawcze za 2025 rok.

18.05.2026r.(poniedziałek), godz.16.00. Aula PUZ

Wykład: „Nasze emocje w wieku dojrzałym.” – mgr Agnieszka Łuckiewicz - PUZ

Część artystyczna: „Żyj z piosenką” – zespół wokalny „Suwalskie Starszaki.”

25.05.2026r.(poniedziałek), godz.16.00. Sala wystawowa Muzeum Okręgowego w Suwałkach
ul. Kościuszki 81

Wykład: „W drodze” z okazji 184 rocznicy urodzin Marii Konopnickiej

- mgr Magdalena Wołowska – Rusińska - kier. Muzeum im. Marii Konopnickiej w Suwałkach.

Część artystyczna: „Moja Matko ja wiem” - zespół wokalny „Złota Jesień”.

18.06.2026r.(czwartek) od godz.13.00. Piknik integracyjny pt. „Zielono mi...” w Dąbrówce k /Suwałk
z okazji zakończenia roku akademickiego 2025/26. (szczegóły będą podane w późniejszym terminie na stronie internetowej i po wykładach)

Wykaz sekcji działających w roku 2026 wraz z liderami

1. Sekcja rękodzieła artystycznego :Halina Gajdzińska i Elżbeta Romanowska
2. Sekcja teatralno – kabaretowa: Halina Gajdzińska i Maria Lauryn
3. Sekcja turystyczno – krajoznawcza: Urszula Grzędzińska
4. Sekcja sportowa :
 gimnastyka rehabilitacyjna : I gr. Bożena Kleszczewska, Grażyna Kwiatkowska
 II gr. Tatiana Poklikajew, Jadwiga Jachimowicz
 bowling – Wiesława Firlej i Krzysztof Sadurski
5. Sekcja gier logicznych, gry planszowe: Jan Gajdziński
6. Sekcja pomocy koleżeńskiej : Krystyna Przełomska i Irena Pietraszkiewicz
7. Sekcja terapii ruchem i muzyką Srebrne Pierwiosnki : Jolanta Andruliewicz ,Walentyna Grygieńć
8. Sekcja terapii muzyką ruchem i muzyką Latino: Dorota Olszewska i Stanisława Radkiewicz
9. Sekcja poetycko – literacka: Barbara Grabowska i Elżbieta Czerniawska Wąsowicz
10. Sekcja wokalnno – muzyczna: Ludmiła Karłowicz
11. Sekcja kulinarna – główny koordynator: Anna Rybarska
 Koło Gospodyń Miejskich: Jadwiga Ruszewska i Jadwiga Jachimowicz
 Koło Gospodników Miejskich : Stanisław Wilk i Krzysztof Sadurski
12. Sekcja przyrodniczo – ogrodnicza ekologia: Helena Cieślikowska i Wanda Klimaszewska
13. Sekcja komputerowa - kawiarenka internetowa :Krzysztof Sadurski
14. Sekcja fotograficzna :Teresa Wysocka Kluczny i Krzysztof Sadurski
15. Sekcja nauki języków obcych- Rumuald Złotnik – j. angielski, Elżbieta Merecka - j. angielski,
Barbara Grygo – j. niemiecki

Koordynacja pracami sekcji UTW w Suwałkach przez członków Zarządu w 2026 roku:

1. Maria Jolanta Lauryn: sekcja terapii muzyką i ruchem (terapia muzyką Latino i „Srebrne Pierwiosnki”), materiały do Gońca i na stronę internetową, współpraca z Radą Programową i PUZ w opracowaniu tematyki wykładów dla słuchaczy UTW.
2. Danuta Kożuchowska: kawiarenka internetowa, sekcja fotograficzna, materiały na stronę internetową.
3. Krzysztof Sadurski: sekcja sportowa, sekcja kulinarna, materiały na stronę internetową.
4. Helena Cylc: sekcja gier logicznych – brydż, szachy, gry stolikowe, sekcja nauki języków obcych.
5. Urszula Grzędzińska: sekcja pomocy koleżeńskiej, sekcja turystyczno-krajoznawcza.
6. Wanda Klimaszewska: prowadzenie kroniki pamiątkowej Stowarzyszenia UTW, sekcja poetycko- literacka, materiały do Gońca i na stronę internetową.
7. Jadwiga Nowacka: współpraca z Radą Programową i PUZ w opracowaniu tematyki wykładów dla słuchaczy UTW, sekcja poetycko-literacka, materiały do Gońca i na stronę internetową.
8. Anna Rybarska: sekcja teatralno-kabaretowa, sekcja wokalnno-muzyczna.
9. Zofia Śliżewska: współpraca z kierownikiem Klubu Seniora Ciesielska 15 z ramienia Zarządu – miesięczne sprawozdania do UM, materiały do Gońca, materiały na stronę internetową.
10. Bogusława Terlecka: kierownik Klubu Seniora Ciesielska 15, sekcja przyrodniczo-ogrodnicza z ekologią, sekcja rękodzieła artystycznego.
11. Teresa Wysocka-Kluczny: informacja zdjęciowa i filmowa w mediach, materiały na stronę internetową.
12. Zespół do spraw projektów dla UTW: Maria Jolanta Lauryn, Danuta Kożuchowska, Krzysztof Sadurski Anna Rybarska, Barbara Grabowska, Zofia Śliżewska, Bogusława Terlecka.

W dniach 11-12 lutego 2026 roku delegacja Stowarzyszenia Uniwersytet Trzeciego Wieku w Suwałkach

w składzie: Wiceprezes Krzysztof Sadurski, Skarbnik Tatiana Poklikajew, Sekretarz Zofia Śliżewska i Kierownik Klubu Seniora Ciesielska 15 Bogusława Terlecka, uczestniczyła w obchodach **Jubileuszu 15-lecia Polskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Solecznikach na Litwie**. Były gratulacje, zdjęcia pamiątkowe. Otrzymaliśmy pamiątkowe upominki, wysłuchaliśmy pięknych, patriotycznych piosenek, nawiązaliśmy serdeczne relacje z nadzieją na dalszą współpracę.

Z radością informujemy wszystkich słuchaczy UTW, iż nasz uniwersytet został wyróżniony w projekcie **„Polska na TAK”** organizowanym przez TVP Info i Polskie Radio pod Honorowym Patronatem Minister Marzeny Okły Drewnowicz- Pełnomocnika Rządu do spraw Polityki Senioralnej. Kapituła wyróżniła **11 najlepszych projektów z całego kraju. Wśród nich znalazł się nasz UTW**. To dla nas wielki zaszczyt i radość. Pokazaliśmy swoją działalnością czym jest dla nas Polska i jak zmienia się codzienne życie seniorów. Jednak pamiętajmy, iż takie wyróżnienie zobowiązuje nas wszystkich do jeszcze większej i wszechstronnejszej aktywności.

Dnia 26 marca 2026 roku rozstrzygnięty został konkurs na realizację zadań publicznych w dziedzinie: Kultura i dziedzictwo narodowe w Suwałkach . **Projekt Stowarzyszenia UTW pt. „Raz na ludowo – suwalskie guziny.”** otrzymał dofinansowanie samorządu miasta Suwałk na realizację tego zadania w kwocie 10000 złotych. Realizacja zadania odbędzie się **26 lipca 2026 roku podczas Jarmarku Folkloru i Smaku**. Zarząd Stowarzyszenia dziękuje liderom sekcji : Halinie Gajdzińskiej , Ludmile Karłowicz , Annie Rybarskiej, Stanisławowi Wilk, Krzysztofowi Sadurskiemu, Waldemarowi Przelomskiemu, Danucie Kożuchowskiej, Barbarze Grabowskiej za wspólną pracę nad propozycją projektu. Zapraszamy wszystkich członków do realizacji i dobrej zabawy.

Dnia 26- 27 marca 2026 roku Prezes Maria Lauryn wzięła udział w projekcie pt. **Szkoła Dziennikarstwa Obywatelskiego w Białymstoku** realizowanym przez Ośrodek Wspierania Organizacji Pozarządowych w Białymstoku. Zachęca się członków Stowarzyszenia do udziału w kolejnej edycji Szkoły Dziennikarstwa Obywatelskiego organizowanej przez Ośrodek Wspierania Rad Seniorów w Białymstoku. Zainteresowanych zapraszamy do Biura UTW.

W dniu 23 marca 2026 roku sekcja bowlingu zakończyła **I edycję Ligi Bowlingowej UTW Suwałki**. W trwających od 03.11.2025 roku rozgrywkach rozegrano XI rund, w których uczestniczyło ogółem 20 słuchaczy naszego uniwersytetu. W klasyfikacji generalnej kobiet zajęły kolejne miejsca: **1.Danuta Sadurska, 2.Stanisława Radkiewicz,3.Wiesława Firlej**. W klasyfikacji generalnej mężczyzn kolejne miejsca zajęli: **1. Krzysztof Sadurski, 2.Marian Świedziński, 3.Jan Gajdziński**. **Gratulujemy zwycięzcom. Wszyscy zostali uhonorowani pucharami i dyplomami.**

Członkowie Rady Seniorów: **Danuta Kożuchowska i Stanisław Wilk** wzięli udział 5 stycznia i 2 marca w obradach Rady. Omawiano m.in.plan pracy i ustalano przebieg spotkania z Radą Seniorów z Łap. Spotkanie zaplanowano na czerwiec bieżącego roku.

31 marca członkowie UTW wzięli udział w sprzątaniu **Wigierskiego Parku Narodowego**. Akcja odbyła się w ramach współpracy i w podziękowaniu za wynajem „Dziupli” na nasze imprezy. Po skończonej pracy świetnie smakował bigos przygotowany przez koleżanki z sekcji kulinarnej pod kier. Anny Rybarskiej i pieczone w ognisku kielbaski. Wszystkim uczestnikom tej akcji serdecznie dziękujemy.

Przypominamy o terminowym wpłacaniu składek członkowskich. Termin II raty upływa 30 czerwca.

