Łowicki Uniwersytet Trzeciego Wieku

Komunikat Zarządu ŁUTW z dn. 15 X 2026 r.
w spr. oferty programowej na LISTOPAD

Zarząd Łowickiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku zaprasza słuchaczy do skorzystania w LISTOPADZIE ’26 z następujących propozycji. **Zapisy na wszystkie wydarzenia od 26 X.**

- **6 XI (piątek) godz. 17.00-19.00: „Nie wygładzaj różnic” stand-up i warsztaty** z Joanną Warechą w Łowickim Ośrodku Kultury. „Przyjdź po inspirację i salwę śmiechu – wyjdź z uśmiechem, większą wiarą w siebie i energią do działania!” – zachęcają organizatorzy. WSTĘP WOLNY, ale obowiązują zapisy przez formularz zgłoszeniowy 👉 https://forms.gle/BciYKNAcKdA6cSi5A.
- **7 XI (sobota):** wyjazd na balet **„Jezioro łabędzie”** do Filharmonii Łódzkiej na godz. 16.30. O**dpłatność od osoby: 33 zł**; liczba miejsc: 50; **zbiórka** na parkingu przy ul. Starorzecze o godz. **14.00**, na przystanku przy Szpitalu o godz. **14.10.** *Wyjazd odbywa się w ramach realizowanego przez ŁUTW zadania publicznego „Senior młody duchem” dofinansowanego z budżetu Gminy Miasto Łowicz.*
- **12 XI (czwartek)** godz. **16.00-17.30: „O wyrazach szacunku, czyli savoir- vivre dla każdego”** – prelekcja Martyny Milewskiej, wykładowcy literatury na UTW w Płocku.
- **13 XI (piątek) godz. 13.00: Klub Seniora „Radość”** zaprasza na spotkanie z okazji Dnia Seniora – będą skecze, piosenki i wiersze. Wstęp wolny dla wszystkich (bez zapisów w biurze ŁUTW).
- **16 XI (poniedziałek): „BARBARA – KRÓLOWA Z KLEJNOTÓW”** - wyjazd własnymi autami do Pałacu w Nieborowie na obejrzenie ekspozycji prezentującej rekonstrukcje królewskich strojów Barbary Radziwiłłówny – wielkiej księżnej litewskiej i królowej Polski. **Zbiórka przed wejściem do pałacu o godz. 13.50**, **spotkanie ze Zdzisławem Kryściakiem**, prezesem Kola przewodników im. Anieli Chmielińskiej PTTK Oddział w Łowiczu, który oprowadzi po wystawie oraz po całym pałacu (zwiedzanie tego dnia jest bezpłatne). Liczba miejsc w grupie zwiedzających jest ograniczona!
- **18 XI (środa) 16.00-17.30**: „**Dieta dla mózgu. Profilaktyka chorób neurodegeneracyjnych” – wykład Beaty Cieślińskiej, dietetyka**. Liczba miejsc: bez limitu.
- **18 XI (środa) 17.30-18.30: Warsztaty kulinarne dla uczestników wykładu** „Profilaktyka chorób neurodegeneracyjnych” – **liczba miejsc: 15 (tylko!)**.
- **19 XI (czwartek) 16.30-18.00: „Przez uważność do zdrowia” - wykład Magdaleny Korczyk-Waszak, psychologa i psychoterapeuty.** *Wykład w ramach realizacji zadania publicznego z projektu „Harmonia i zdrowie” dofinansowanego z budżetu Samorządu Województwa Łódzkiego.*
- **25 XI (środa) 10.00-12.00 – „Łowickie tkaniny” – spotkanie z Anną Raczkowską, etnolożką, edukatorką i artystką***;* prelekcja o kolorach w tkaninach, ich znaczeniu, wierzeniach z nimi związanych. Prośba do uczestników o przyniesienie swoich tekstylnych „skarbów”: chust, serwet, ‚sukienek itp., z którymi wiąże się jakaś osobista lub rodzinna historia.
- **26 XI (czwartek) 16.00-17.30: „Harmonia na co dzień, czyli ABC dobrostanu seniora"- wykład Magdaleny Korczyk-Waszak, psychologa i psychoterapeuty**. *Wykład w ramach realizacji zadania publicznego z projektu „Harmonia i zdrowie” dofinansowanego z budżetu Samorządu Województwa Łódzkiego.*

My już gotowi z ofertą programową na 🍁 🍂 listopad 🍁 🍂 2026 😍👍 Zarząd Łowickiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku zaprasza słuchaczy do skorzystania w LISTOPADZIE ’26 🍁 🍂 z następujących propozycji. ‼Zapisy na wszystkie wydarzenia od 26 X‼

• ❎ 6 XI (piątek) godz. 17.00-19.00: „Nie wygładzaj różnic” stand-up i warsztaty z Joanną Warechą w Łowicki Ośrodek Kultury. „Przyjdź po inspirację i salwę śmiechu – wyjdź z uśmiechem, większą wiarą w siebie i energią do działania!” – zachęcają organizatorzy. WSTĘP WOLNY, ale obowiązują zapisy przez formularz zgłoszeniowy 👉 https://forms.gle/BciYKNAcKdA6cSi5A.

• ❎ 7 XI (sobota): wyjazd na balet „Jezioro łabędzie” do Filharmonii Łódzkiej na godz. 16.30. Odpłatność od osoby: 33 zł; liczba miejsc: 50; zbiórka na parkingu przy ul. Starorzecze o godz. 14.00, na przystanku przy Szpitalu o godz. 14.10. Wyjazd odbywa się w ramach realizowanego przez ŁUTW zadania publicznego „Senior młody duchem” dofinansowanego z budżetu Gminy Miasto Łowicz.

• ❎ 12 XI (czwartek) godz. 16.00-17.30: „O wyrazach szacunku, czyli savoir- vivre dla każdego” – prelekcja Martyny Milewskiej, wykładowcy literatury na UTW w Płocku.

• ❎ 13 XI (piątek) godz. 13.00: Klub Seniora „Radość” zaprasza na spotkanie z okazji Dnia Seniora – będą skecze, piosenki i wiersze. Wstęp wolny dla wszystkich (bez zapisów w biurze ŁUTW).

• ❎ 16 XI (poniedziałek): „BARBARA – KRÓLOWA Z KLEJNOTÓW” - wyjazd własnymi autami do Pałacu w Nieborowie na obejrzenie ekspozycji prezentującej rekonstrukcje królewskich strojów Barbary Radziwiłłówny – wielkiej księżnej litewskiej i królowej Polski. Zbiórka przed wejściem do pałacu o godz. 13.50, spotkanie ze Zdzisław Kryściak, prezesem Koło Przewodników im. Anieli Chmielińskiej w Łowiczu PTTK Łowicz, który oprowadzi po wystawie oraz po całym pałacu (zwiedzanie tego dnia jest bezpłatne). Liczba miejsc w grupie zwiedzających jest ograniczona!

• ❎ 18 XI (środa) 16.00-17.30: „Dieta dla mózgu. Profilaktyka chorób neurodegeneracyjnych” – wykład Beata Cieślińska - dietetyk. Liczba miejsc: bez limitu.

• ❎ 18 XI (środa) 17.30-18.30: Warsztaty kulinarne dla uczestników wykładu Beata Cieślińska - dietetyk: „Profilaktyka chorób neurodegeneracyjnych” – liczba miejsc: 15 (tylko!).

• ❎ 19 XI (czwartek) 16.30-18.00: „Przez uważność do zdrowia” - wykład Magdalena Korczyk-Waszak, psychologa i psychoterapeuty. Wykład w ramach realizacji zadania publicznego z projektu „Harmonia i zdrowie” dofinansowanego z budżetu Samorządu Województwa Łódzkiego Łódzkie dla Ciebie - Regionalne Centrum Polityki Społecznej w Łodzi.

• ❎ 25 XI (środa) 10.00-12.00 – „Łowickie tkaniny” – spotkanie z Anna Raczkowska, etnolożką, edukatorką i artystką; prelekcja o kolorach w tkaninach, ich znaczeniu, wierzeniach z nimi związanych. Prośba do uczestników o przyniesienie swoich tekstylnych „skarbów”: chust, serwet, ,sukienek itp., z którymi wiąże się jakaś osobista lub rodzinna historia.

• ❎ 26 XI (czwartek) 16.00-17.30: „Harmonia na co dzień, czyli ABC dobrostanu seniora"- wykład Magdalena Korczyk-Waszak, psychologa i psychoterapeuty. Wykład w ramach realizacji zadania publicznego z projektu „Harmonia i zdrowie” dofinansowanego z budżetu Samorządu

Województwa Łódzkiego Łódzkie dla Ciebie - Regionalne Centrum Polityki Społecznej w Łodzi.