

Data	Temat wykładu	Prowadzący
13.02.24r.	Rowerem przez Wietnam	Waldemar Malina Podróżnik
27.02.24r.	Kultura Romów	Maciej Witkowski Antropolog społeczny i kulturowy. Profesor AWSB w Dąbrowie Górniczej
12.03.24r.	Dezinformacja i manipulacja w fotografii	Paweł Dusza Architekt. Fotografik. Dyrektor Pałacu Schoena Muzeum w Sosnowcu
25.03.24r. <i>poniedziałek</i>	Gruzja poza utartymi szlakami	Tomasz Groja Podróżnik. Zawiercianin. Mieszka w Batumi
9.04.24r.	Nie bądź atrakcyjny dla kleszczy. Profilaktyka chorób odkleszczowych	Katarzyna Domagała Powiatowa Stacja Sanitarno – Epidemiologiczna w Zawierciu
23.04.24r.	Tajemnice muzeów Watykanu	Andrzej Gerlach Historyk
14.05.24r.	Śladami starożytnych Rzymian po Hiszpanii	Tomasz Ładoń Uniwersytet Humanistyczno – Przyrodniczy im. J. Długosza w Częstochowie

**Wykłady odbywać się będą we wtorki w MOK – sala 203 o godz. 15.30**  
**Zmiany w harmonogramie oraz zmiany sali w której odbędzie się wykład**  
**każdorazowo podawane będą na tablicy ogłoszeń i stronach www.**

Co słyszeć w naszych sekcjach



Sekcja krawiecka

W I semestrze 2022/23r. grupa 20 osób uczestniczyła w warsztatach krawieckich realizowanych w ramach projektu „Jestem niesamowitą 15 – tką”. Zajęcia prowadziła Barbara Siewniak – Hamerlik .Odbyto się 20 zajęć warsztatowych. Prowadząca zajęcia przekazała wiedzę na temat standardów wykroju, symboliki i obliczeń do wykonania wykroju, przenoszenia ich na papier. Uczestniczki tworzyły także formy dostosowane do swoich rozmiarów. **Udział w zajęciach był nieodpłatny.** Po zakończeniu projektu część osób zdecydowała kontynuować zajęcia odpłatnie i w mniejszej grupie. Sekcja liczy 8 osób. Zajęcia obejmują m.in. naukę szycia spódnic, spodni, bluzek, wszywania mankietów, kieszeni, kołnierzyków, kopiowania wykrojów z szablonów zamieszczanych w magazynach modowych. Warsztaty krawiectwa rozwijają zainteresowania, uczą współpracy, integrują grupę. Są okazją do rozwijania własnej kreatywności. Zdobyte umiejętności i wykonane dzięki nim prace dają ogromną radość i satysfakcję.

**Maria Rubik lider sekcji zaprasza**



Morsowanie

To zanurzenie lub krótkotrwała kąpiel w zimnej wodzie jeziora, morza, lub innego zbiornika wodnego. Praktykowane jest od jesieni do wiosny. Zwykle ma charakter grupowy. Ma wiele zalet jak: hartowanie ciała, zwiększenie tolerancji zimna, przyspieszenie regeneracji po wysiłku, poprawa samopoczucia. Ma też szereg przeciwwskazań jak: niewydolność krążenia, choroby infekcyjne, borelioza, epilepsja, gorączka, ciąża, niedoczynność tarczycy. Mamy 8 miłośników chłodnych kąpeli, którzy od połowy listopada w niedziele o godz. **12.00** morsują na zalewie we Włodowicach. Czas pobytu w wodzie to **5 – 10 minut**. Przed kąpielą o 11.45 odbywa się rozgrzewka. Morsujemy razem z członkami grupy „Jurajskie morsy”. Można nas oglądać na facebooku „UTW na świeżym powietrzu”

**Zapraszamy do naszej grupy wszystkich odważnych i dbających o zdrowie.**

Joanna Bednarczyk – liderka grupy morsów