

UNIwersYTET TRZECIEGO WIEKU POLITECHNIKI KRAKOWSKIEJ
im. dr inż. Władysławy Marii Francuz, prof. oświaty
Harmonogram zajęć na semestr zimowy roku akademickiego 2025/2026



GŁÓWNE WYKŁADY

środy godz. 10.00 – aula Międzywydziałowego Centrum Edukacyjno-Badawczego PK „DZIAŁOWNIA”,
ul. Warszawska 24 (stacjonarnie)

- | | |
|-----------------------------|---|
| 15 października 2025 | Inauguracja roku akademickiego oraz uroczystość Jubileuszu 15-lecia Uniwersytetu Trzeciego Wieku PK i 55-lecia Centrum Pedagogiki i Psychologii PK.
- wykład oraz część artystyczna. |
| 5 listopada 2025 | <i>„Nanoperfumy”</i> – dr hab. inż. Elżbieta Sikora, prof. PK, WIITCh Politechnika Krakowska |
| 3 grudnia 2025 | <i>„Internetowe pułapki w dobie sztucznej inteligencji. Jak je rozpoznać?”</i> – Sylwia Adamczyk, Warszawski Instytut Bankowości |
| 14 stycznia 2026 | <i>„Plemienne rytuały, szamańskie moce, religijne obrzędy połączone z głęboką duchowością wschodu i muzyką etniczną”</i> – Eulalia Gajewska-Lizak, Muzeum Instrumentów Świata |
| 28 stycznia 2026 | <i>temat będzie ustalony w późniejszym terminie</i> |

WYKŁADY Pałacu Krzysztofory / Muzeum Krakowa,

środy godz. 11:00 - sala Miedziana, Rynek Główny 35 (stacjonarnie)

- | | |
|-----------------------------|---|
| 22 października 2025 | <i>„Alma Mater Jagiellonica. Założenie i rozwój Akademii Krakowskiej”</i> – dr Piotr Hapanowicz |
| 19 listopada 2025 | <i>„Wit Stwosch i jego krakowski ołtarz”</i> – dr Piotr Hapanowicz |
| 17 grudnia 2025 | <i>„Tadeusz Kościuszko – żołnierz wolności ”</i> – dr Piotr Hapanowicz |
| 21 stycznia 2026 | <i>„Dr Adrian Baraniecki – prekursor edukacji kobiet i muzealnictwa przemysłowego ”</i> – dr Piotr Hapanowicz |

ZAJĘCIA RUCHOWE

Na WSZYSTKIE zajęcia ruchowe obowiązuje strój i obuwie zamienne!

REKREACYJNO-RUCHOWE, hala sportowa PK, ul. Kamienna 17.

Prowadzący: mgr Anita Łagosz-Michalec		Zajęcia trwają 45 min.	Grupa może liczyć max. 20 os.
poniedziałek	godz. 11.00	20.10.2025; 27.10.2025; 03.11.2025; 17.11.2025; 24.11.2025; 01.12.2025; 08.12.2025; 15.12.2025; 12.01.2026; 19.01.2026.	
	godz. 12.00	20.10.2025; 27.10.2025; 03.11.2025; 17.11.2025; 24.11.2025; 01.12.2025; 08.12.2025; 15.12.2025; 12.01.2026; 19.01.2026.	

ĆWICZENIA NA KRZESŁACH, sala 2 CPiP, ul. Lea 114, pok.150.

Prowadzący: mgr Anna Cygan		Zajęcia trwają 50 min.	Grupy mogą liczyć max. 12 osób
wtorek	godz. 11.00	21.10.2025; 28.10.2025; 04.11.2025; 18.11.2025; 25.11.2025; 02.12.2025; 09.12.2025; 16.12.2025; 13.01.2026; 20.01.2026.	
czwartek	godz. 09.30	23.10.2025; 13.11.2025; 20.11.2025; 27.11.2025; 04.12.2025; 11.12.2025; 18.12.2025; 08.01.2026; 15.01.2026; 22.01.2026.	
piątek	godz. 10.00	24.10.2025; 14.11.2025; 21.11.2025; 28.11.2025; 05.12.2025; 12.12.2025; 19.12.2025; 09.01.2026; 16.01.2026; 23.01.2026.	

ZDROWY KRĘGOSŁUP, sala 2 CPiP, ul. Lea 114, pok.150.

Prowadzący: mgr Anna Cygan		Zajęcia trwają 50 min.	Grupy mogą liczyć max. 12 osób
wtorek	godz. 12.00	21.10.2025; 28.10.2025; 04.11.2025; 18.11.2025; 25.11.2025; 02.12.2025; 09.12.2025; 16.12.2025; 13.01.2026; 20.01.2026.	
czwartek	godz. 10.30	23.10.2025; 13.11.2025; 20.11.2025; 27.11.2025; 04.12.2025; 11.12.2025; 18.12.2025; 08.01.2026; 15.01.2026; 22.01.2026.	
piątek	godz. 11.00	24.10.2025; 14.11.2025; 21.11.2025; 28.11.2025; 05.12.2025; 12.12.2025; 19.12.2025; 09.01.2026; 16.01.2026; 23.01.2026.	

STRETCHING Z RELAKSACJĄ, sala 2 CPiP, ul. Lea 114, pok.150.

Prowadzący: mgr Anna Cygan		Zajęcia trwają 50 min.	Grupy mogą liczyć max. 12 osób
czwartek	godz. 12.30	23.10.2025; 13.11.2025; 20.11.2025; 27.11.2025; 04.12.2025; 11.12.2025; 18.12.2025; 08.01.2026; 15.01.2026; 22.01.2026.	

WZMACNIANIE, sala 2 CPiP, ul. Lea 114, pok.150.

Prowadzący: mgr Anna Cygan		Zajęcia trwają 50 min.	Grupy mogą liczyć max. 12 osób
czwartek	godz. 11.30	23.10.2025; 13.11.2025; 20.11.2025; 27.11.2025; 04.12.2025; 11.12.2025; 18.12.2025; 08.01.2026; 15.01.2026; 22.01.2026.	

BACHATA Lady Style, sala 2 CPiP, ul. Lea 114, pok.150.

Prowadzący: mgr Anna Cygan		Zajęcia trwają 50 min.	Grupa może liczyć max. 15 osób
wtorek	godz. 13.00	21.10.2025; 28.10.2025; 04.11.2025; 18.11.2025; 25.11.2025; 02.12.2025; 09.12.2025; 16.12.2025; 13.01.2026; 20.01.2026.	

CARDIO DANCE, sala 2 CPiP, ul. Lea 114, pok.150.

Prowadzący: mgr Anna Cygan		Zajęcia trwają 50 min.	Grupa może liczyć max. 15 osób
piątek	godz. 12.00	24.10.2025; 14.11.2025; 21.11.2025; 28.11.2025; 05.12.2025; 12.12.2025; 19.12.2025; 09.01.2026; 16.01.2026; 23.01.2026.	

JOGA - sala 2 CPiP, ul. Lea 114, pok.150.

Prowadzący: mgr Sylwia Konrad		Zajęcia trwają 70 min. (dopłata 10 zł. instruktorce)	Grupa może liczyć max. 15 osób
wtorek	godz. 09.45	21.10.2025; 28.10.2025; 04.11.2025; 18.11.2025; 25.11.2025; 02.12.2025; 09.12.2025; 16.12.2025; 13.01.2026; 20.01.2026.	

WYKŁADY HYBRYDOWE

Przed każdym spotkaniem będziemy drogą mailową wysyłać Państwu link (odnośnik) do programu TEAMS, który umożliwi wzięcie udziału w zajęciach online.

HISTORIA KRAKOWA, sala 1 CPiP, ul. Lea 114, pok.150. (również ONLINE)

Prowadzący: mgr Emil Bajorek

Zajęcia trwają ok. 80 min.

poniedziałek godz. 09.30 20.10.2025; 03.11.2025; 24.11.2025; 08.12.2025; 19.01.2026; 02.02.2026.

HISTORIA SZTUKI, sala 1 CPiP, ul. Lea 114, pok.150. (również ONLINE)

Prowadzący: mgr Dorota Plutecka

Zajęcia trwają 90 min.

środa godz. 10.30 29.10.2025; 12.11.2025; 26.11.2025; 10.12.2025; 07.01.2026.

EGZOTYCZNE PODRÓŻE I PRZYRODA TROPIKALNA, sala 1 CPiP, ul. Lea 114, pok.150. (również ONLINE)

Prowadzący: mgr Krzysztof Szuba, dr Maria Lankosz-Mróż

Zajęcia trwają ok 75 min.

czwartek godz. 13.00 23.10.2025; 13.11.2025; 27.11.2025; 11.12.2025; 08.01.2026; 22.01.2026.

PSYCHOLOGIA, sala 1 CPiP, ul. Lea 114, pok.150. (również ONLINE)

Prowadzący: mgr Tomasz Kuta

Zajęcia trwają 75 min.

piątek godz. 09.30 24.10.2025; 14.11.2025; 28.11.2025; 12.12.2025; 09.01.2026; 23.01.2026.

FILOZOFIA JÓZEFA TISCHNERA, sala 1 CPiP, ul. Lea 114, pok.150. (również ONLINE)

Prowadzący: dr Łukasz Kołoczek

Zajęcia trwają ok. 80 min.

czwartek godz. 13.00 06.11.2025; 20.11.2025; 04.12.2025; 18.12.2025; 15.01.2026; 29.01.2026.

SZTUKA OGRODOWA NA CO DZIEN, sala 1 CPiP, ul. Lea 114, pok.150. (również ONLINE)

Prowadzący: dr Aleksandra Knapik

Zajęcia trwają ok. 80 min.

poniedziałek godz. 9.30 27.10.2025; 17.11.2025; 01.12.2025; 15.12.2025; 12.01.2026; 26.01.2026.

WARSZTATY STACJONARNE

JĘZYK ANGIELSKI, sala 1 CPiP, ul. Lea 114, pok.150.

Prowadzący: mgr Lucyna Kwoka

Zajęcia trwają 60 min.

Grupy mogą liczyć max. 20 osób.

czwartek 06.11.2025; 13.11.2025; 20.11.2025; 27.11.2025; 04.12.2025; 11.12.2025; 18.12.2025; 08.01.2026; 15.01.2026; 22.01.2026.

- godz. 09.30 **poziom początkujący**
- godz. 10.30 **poziom początkujący wyższy**
- godz. 11.30 **poziom średniozaawansowany**

TRENING PAMIĘCI I UMYŚŁU, sala 1 CPiP, ul. Lea 114, pok. 150.

Prowadzący: mgr Małgorzata Rakoczy

Zajęcia trwają 90 min.

Grupa może liczyć ok. 30 osób.

poniedziałek godz. 11.15 27.10.2025; 03.11.2025; 24.11.2025; 08.12.2025; 12.01.2026; 26.01.2026.

czwartek godz. 11.15 06.11.2025; 20.11.2025; 04.12.2025; 18.12.2025; 15.01.2026; 29.01.2026.

SPOTKANIA Z MUZYKĄ, sala 1 CPiP, ul. Lea 114, pok.150.

Prowadzący: mgr Anna Wyżga-Rysiewicz

Zajęcia trwają ok 75 min.

środa godz. 12.15 29.10.2025; 12.11.2025; 26.11.2025; 10.12.2025; 07.01.2026.

AI – OSWAJAMY SZTUCZNĄ INTELIGENCJĘ, sala 2b CPiP, ul. Lea 114, pok.150.

Prowadzący: mgr inż. Maciej Gibas

Zajęcia trwają ok 80 min.

Grupy mogą liczyć max. 10 osób.

wtorek 21.10.2025; 28.10.2025; 04.11.2025; 18.11.2025; 25.11.2025; 02.12.2025.

wtorek 09.12.2025; 16.12.2025; 13.01.2026; 20.01.2026; 27.01.2026; 03.02.2026.

- godz. 09.30 **grupa I**
- godz. 11.00 **grupa II**
- godz. 12.30 **grupa III**

- godz. 09.30 **grupa IV**
- godz. 11.00 **grupa V**

UWAGA! WAŻNE!

1. W ramach opłaty semestralnej mogą Państwo wybrać **3 zajęcia tematyczne** (z listy powyżej, w tym najwyżej JEDNE ruchowe, ale nie jest to obowiązkowe). Wybór konkretnej grupy prosimy zgłaszać **TELEFONICZNIE** w dniach **16.10.2025 – 17.10.2025**. Liczba miejsc na zajęciach jest OGRANICZONA.
2. **Wpłaty za bieżący semestr** prosimy dokonać **do 20.10.2025**. Wysokość opłaty – **220 zł**. Dane do przelewu: Politechnika Krakowska, nr konta: 84 2490 0005 0000 4600 0028 4676. W tytule: **UTW PK**.
3. **Opłaty za zajęcia dodatkowe** (80 zł) prosimy wnieść **najpóźniej do 31 października 2025**. Zajęciami dodatkowymi są czwarte i każde następne wybrane zajęcia tematyczne. Zajęcia dodatkowe będzie można wybierać od 20 października po zakończeniu zapisów do grup podstawowych.

DODATKOWE BEZPŁATNE PROPOZYCJE:

ANGIELSKIE KONWERSACJE – spotkania dodatkowe, poza limitem 3 zajęć, STACJONARNIE sala 2B, CPiP, ul. Lea 114

Prowadzący: mgr **Małgorzata Rakoczy**

wtorek godz. 12.00 28.10.2025; 04.11.2025; 18.11.2025; 25.11.2025; 02.12.2025; 09.12.2025;
16.12.2025; 13.01.2026; 20.01.2026; 27.01.2026.

DYSKUSYJNY KLUB KSIĄŻKI – spotkania dodatkowe, poza limitem 3 zajęć, ONLINE

Prowadzący: mgr **Małgorzata Rakoczy** Zajęcia trwają ok 45 min.

poniedziałek godz. 11.30 20.10.2025; 17.11.2025; 15.12.2025; 19.01.2026.

SPOTKANIA PRZY GRACH TOWARZYSKICH – propozycja poza limitem 3 zajęć, STACJONARNIE, CPiP, ul. Lea 114

Prowadzący: mgr **Małgorzata Rakoczy**

piątek godz. 11.15 24.10.2025; 28.11.2025; 12.12.2025; 23.01.2026.

POGOTOWIE INTERNETOWO-SMARTFONOWE

ul. Lea 114, pok.150, konieczny jest zapis na konkretny termin – osobiście lub telefonicznie w sekretariacie

UTW PK. Są to konsultacje, podczas których mogą Państwo rozwiązać swoje wątpliwości dotyczące korzystania ze smartfonów lub internetu, nauczyć się konkretnej aplikacji lub ze wsparciem zdobyć nowe umiejętności (zakupy, obsługa banku, Instagram, Facebook, nawigacja, robienie zdjęć itp.) - **ZAPRASZAMY.**



KONTAKT:

SEKRETARIAT UTW PK w CPiP ul. Juliusza Lea 114, pokój 150

otwarty dla słuchaczy: PONIEDZIAŁKI, WTORKI, CZWARTKI w godz. 9.00 – 11.00

tel. 12 628 25 19, kom. 505 671 947

www.cpip.pk.edu.pl/utw

e-mail: utw@pk.edu.pl

Dojazd do siedziby CPiP przy ul. Lea 114 autobusami:

- **102, 139, 159, 164, 173, 199, 501** (do przystanku *Miasteczko Studenckie AGH* i dojdzie 300 m)

oraz tramwajami:

- **4, 8, 13, 14, 24** (do przystanku *Głowackiego* i dojdzie 400 m)