

Organizator spotkania	Miejsce spotkania	Tematyka Wykładu	Daty Wykładu	Godziny Wykładu	Wykładowca	Liczba Godzin
Uniwersytet Trzeciego Wieku Szkoły Głównej Handlowej w Warszawie Al. Niepodległości 162 02-554 Warszawa	Uniwersytet Trzeciego Wieku Szkoły Głównej Handlowej w Warszawie Al. Niepodległości 162 02-554 Warszawa	Gorączka muzealna – Część I	28.02.2023	15.20-17.20	Prof. Dr hab. Marta Leśniakowska	2
Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Kozienickim Domu Kultury im. Bogusława Klimczuka ul. Warszawska 29 26-900 Kozienice	Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Kozienickim Domu Kultury im. Bogusława Klimczuka ul. Warszawska 29 26-900 Kozienice	"Słynne klątwy"	01.03.2023	11.00-13.00	Dr hab. Hanna Krajewska	2
Mazowiecko - Podlaskie Stowarzyszenie Agroturystyczne ul. Kazimierzowska 21 08-110 Siedlce	Mazowiecki Ośrodek Doradztwa Rolniczego w Siedlcach ul. Kazimierzowska 21 08-110 Siedlce	„Naturalne wspomaganie odporności w profilaktyce chorób infekcyjnych”	02.03.2023	12.00-16.00	Dr Ewa Kuchowicz	4
Towarzystwo Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Wesolej ul. Armii Krajowej 39 05-075 Warszawa	Ośrodek Działań Twórczych Ul. Jana Pawła II 25 05-077 Wesola	„Zmiany klimatu - Czy człowiek pępkiem czy pyłkiem w mechanizmie współczesnych zmian?” – Część I	02.03.2023	11.00-13.00	Prof. Dr hab. Piotr Głowacki	2
Klub Senior + w Prostyni przy Ośrodku Pomocy Społecznej w Małkini Górnej Prostyń 161 07-319 Prostyń	Klub Senior + w Prostyni przy Ośrodku Pomocy Społecznej w Małkini Górnej Prostyń 161 07-319 Prostyń	Prawo dla seniorów w praktyce	03.03.2023	11.00-15.00	Dr Agnieszka Sobczak	4
Uniwersytet Trzeciego Wieku Ul. Malczewskiego 29, p. 4 26-600 Radom	Aula Wykładowa Uniwersytet Trzeciego Wieku Ul. Malczewskiego 29, p. 4 26-600 Radom	Spadki - zagadnienia podstawowe	07.03.2023	16.00-20.00	Dr Ewa Jasiuk	4
Klub Senior + w Małkini Górnej przy Ośrodku Pomocy Społecznej w Małkini Górnej ul. Biegańskiego 3 07-320 Małkinia Górna	Klub Senior + w Małkini Górnej przy Ośrodku Pomocy Społecznej w Małkini Górnej ul. Biegańskiego 3 07-320 Małkinia Górna	W trosce o serce - jak dietą i ziołami zapobiegać i leczyć choroby serca i naczyń krwionośnych	07.03.2023	10.00-14.00	Dr Ewa Kuchowicz	4
Uniwersytet Trzeciego Wieku Szkoły Głównej Handlowej w Warszawie Al. Niepodległości 162 02-554 Warszawa	Uniwersytet Trzeciego Wieku Szkoły Głównej Handlowej w Warszawie Al. Niepodległości 162 02-554 Warszawa	Gorączka muzealna – Część II	07.03.2023	15.20-17.20	Prof. Dr hab. Marta Leśniakowska	2
Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku w Sochaczewie Ul. 1 Maja 21/310 96-500 Sochaczew	Sala Konferencyjna Kramnice Miejskie ul. 1 Maja 21 96-500 Sochaczew	„Sprawny mózg? Naturalnie!”	13.03.2023	11.00-13.00	Dr Ewa Kuchowicz	2
Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Pruszkowie ul. Helenowska 3a 05-804 Pruszków	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Pruszkowie ul. Helenowska 3a 05-804 Pruszków	Kobiety ze słynnych obrazów	13.03.2023	13.30-15.30	Dr hab. Hanna Krajewska	2
Karniewski Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Gminnym Ośrodku Kultury w Karniewie ul. Pułtusa 3 06-425 Karniewo	Karniewski Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Gminnym Ośrodku Kultury w Karniewie ul. Pułtusa 3 06-425 Karniewo	Geologiczne podróże	14.03.2023	10.00-14.00	Dr Roksana Maćkowska	4

Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku w Karczewie Ul. Widok 2 05-480 Karczew	Centrum Kultury i Sportu w Karczewie ul. Widok 2 05-480 Karczew	„Terapie naturalne w walce o sprawność stawów”	15.03.2023	16.00-20.00	Dr Ewa Kuchowicz	4
KLUB SENIORA "Cetynianki i Jaćwingowie". Hołowienki 29 08-331 Sabnie	KLUB SENIORA "Cetynianki i Jaćwingowie". Hołowienki 29 08-331 Sabnie	Muzyczne listy o miłości. Od baroku do romantyzmu	18.03.2023	15.00-17.00	prof. dr hab. Katarzyna Szymańska-Stułka	2
Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku w Sochaczewie Ul. 1 Maja 21/310 96-500 Sochaczew	Sala Konferencyjna Kramnice Miejskie ul. 1 Maja 21 96-500 Sochaczew	„W trosce o serce – jak dietą i ziołami zapobiegać i leczyć choroby serca i naczyń krwionośnych”	20.03.2023	11.00-13.00	Dr Ewa Kuchowicz	2
Milanowski Klub Seniora ul. Królewska 64a 05-822 Milanówek	Milanowski Klub Seniora ul. Królewska 64a 05-822 Milanówek	„Czy wiesz dlaczego tyjesz? – Czyli jak się odchudzać w zależności od hormonalnego typu sylwetki”	21.03.2023	10.00-14.00	Dr Elżbieta Bojarska - Olejnik	4
Węgrowski Ośrodek Kultury Ul. Adama Mickiewicza 4A 07-100 Węgrów	Węgrowski Ośrodek Kultury Ul. Adama Mickiewicza 4A 07-100 Węgrów	„Jak być szczęśliwym seniorem i uniknąć niebezpieczeństw prawnych”	22.03.2023	11.00-15.00	Dr Ewa Jasiuk	4
Grojecki Uniwersytet Otwarty przy Grójeckim Ośrodku Kultury ul. Piłsudskiego 3 05-600 Grójec	Grojecki Uniwersytet Otwarty przy Grójeckim Ośrodku Kultury ul. Piłsudskiego 3 05-600 Grójec	Prawa pacjenta - Część I	24.03.2023	11.00-13.00	Dr Ewa Jasiuk	2
Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku w Sochaczewie Ul. 1 Maja 21/310 96-500 Sochaczew	Sala Konferencyjna Kramnice Miejskie ul. 1 Maja 21 96-500 Sochaczew	Terapie naturalne w walce o sprawność stawów	27.03.2023	11.00-13.00	Dr Ewa Kuchowicz	2
Klub Seniora w Głinojecku przy Miejsko - Gminnym Ośrodku Kultury w Głinojecku ul. Polna 2c 06-450 Głinojeck	Klub Seniora w Głinojecku przy Miejsko - Gminnym Ośrodku Kultury w Głinojecku ul. Polna 2c 06-450 Głinojeck	Świadomość i podświadomość	27.03.2023	15.00-19.00	Prof. Iwona Wiśniewska - Salamon	4
Stowarzyszenie Seniorów "IRTEALTE" Soboklęszcz, ul. Kolonia 2 06-440 Gąsocin	Stowarzyszenie Seniorów "IRTEALTE" Świetlica Wiejska w Gąsocinie ul. Strażacka 25 06-440 Gąsocin	Kultura i sztuka słowa	27.03.2023	10.00-14.00	Prof. Iwona Wiśniewska - Salamon	4
Stowarzyszenie Kobiety w Centrum Mazowsze Północ Ul. Erazma Ciołka 15 /113A 01-445 Warszawa	Szkoła Podstawowa nr 12 ul. Brzozowa 3 09-402 Płock	Czym skorupka za młodu nasiąknie, czyli jak spakować dziecku walizkę emocji by na starość było szczęśliwe	28.03.2023	15.00-19.00	Prof. Iwona Wiśniewska - Salamon	4
Gminny Ośrodek Kultury w Kuczborku - Osadzie ul. Mickiewicza 7 D 09-310 Kuczbork	Gminny Ośrodek Kultury w Kuczborku - Osadzie ul. Mickiewicza 7 D 09-310 Kuczbork	Piękno świata, czyli świadome życie	28.03.2023	9.00-13.00	Prof. Iwona Wiśniewska - Salamon	4
Uniwersytet Drugiego i Trzeciego Wieku w Cegłowie ul. Piłsudskiego 39 05-319 Cegłów	Uniwersytet Drugiego i Trzeciego Wieku w Cegłowie Centrum Zrównoważonego Rozwoju i Ochrony Przyrody w Cegłowie ul. Kolejowa 17 05-319 Cegłów	Azja od kuchni - symbole, zwyczaje, tradycja na przykładzie takich krajów jak: Indie, Indonezja, Kambodża, Laos.	29.03.2023	10.00-14.00	Dr Elżbieta Wnuk - Lisowska	4

Uniwersytet Trzeciego Wiek przy Kozienickim Domu Kultury im. Bogusława Klimczuka ul. Warszawska 29 26-900 Kozienice	Uniwersytet Trzeciego Wiek przy Kozienickim Domu Kultury im. Bogusława Klimczuka ul. Warszawska 29 26-900 Kozienice	„Maria Skłodowska – Curie – kobieta uczona”	29.03.2023	11.00-13.00	Dr hab. Hanna Krajewska	2
Stowarzyszenie Słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wiek w Żyrardowie Ul. Żeromskiego 13 96-300 Żyrardów	Stowarzyszenie Słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wiek w Żyrardowie Resursa ul. 1-go Maja 45 96-300 Żyrardów	Czy Sahara była kiedyś zielona? Jak zmiany klimatyczne doprowadziły do powstania Egiptu.	29.03.2023	17.00-19.00	Dr Wojciech Ejsmond	2
Czernickie Stowarzyszenie Aktywnych Społecznie ul. St. Chełchowskiego 12 06-415 Czernice Borowe	Czernickie Stowarzyszenie Aktywnych Społecznie ul. St. Chełchowskiego 12 06-415 Czernice Borowe	Kultura i sztuka słowa	29.03.2023	16.00-20.00	Prof. Iwona Wiśniewska - Salamon	4
Klub Senior + w Lekowie przy Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej w Regimie ul. Adama Rzewuskiego 19 06-461 Regimin	Klub Senior + w Lekowie Lekowo 5a 06-461 Regimin	Kultura i sztuka słowa	29.03.2023	10.00-14.00	Prof. Iwona Wiśniewska - Salamon	4
Klub Seniora w Głinojecku przy Miejsko - Gminnym Ośrodku Kultury w Głinojecku ul. Polna 2c 06-450 Głinojeck	Klub Seniora w Głinojecku przy Miejsko - Gminnym Ośrodku Kultury w Głinojecku ul. Polna 2c 06-450 Głinojeck	Piękno świata, czyli świadome życie	30.03.2023	9.00-13.00	Prof. Iwona Wiśniewska - Salamon	4
Gminny Ośrodek Kultury w Strzegowie ul. Wyzwolenia 4 06-445 Strzegowo	Gminny Ośrodek Kultury w Strzegowie ul. Wyzwolenia 4 06-445 Strzegowo	Kultura i sztuka słowa	30.03.2023	14.00-18.00	Prof. Iwona Wiśniewska - Salamon	4
Nowodworski Uniwersytet Trzeciego Wiek ul. Szarych Szeregów 2 05-101 Nowy Dwór Mazowiecki	Sala Konferencyjna Miejska i Powiatowa Biblioteka Publiczna ul. Paderewskiego 22 05-100 Nowy Dwór Mazowiecki	Terapie naturalne w walce o sprawność stawów	03.04.2023	10.00-14.00	Dr Ewa Kuchowicz	4
Grojecki Uniwersytet Otwarty przy Grójeckim Ośrodku Kultury ul. Piłsudskiego 3 05-600 Grójec	Grojecki Uniwersytet Otwarty przy Grójeckim Ośrodku Kultury ul. Piłsudskiego 3 05-600 Grójec	Prawa pacjenta - Część II	04.04.2023	11.00-13.00	Dr Ewa Jasiuk	2
Uniwersytet Trzeciego Wiek przy Ośrodku Pomocy Społecznej w Tłuszczu Ul. Warszawska 10 05-240 Tłuszcz	Uniwersytet Trzeciego Wiek przy Ośrodku Pomocy Społecznej w Tłuszczu Klub PIK Centrum Kultury Sportu i Rekreacji w Tłuszczu Ul. szkolna 1 05-240 Tłuszcz	Starożytny Egipt bez tajemnic - kultura i historia kraju Faraonów	04.04.2023	16.00-18.00	Dr Wojciech Ejsmond	2
Uniwersytet Trzeciego Wiek przy Centrum Kultury w Piasecznie Ul. Kościuszki 49 05-500 Piaseczno	Centrum Edukacyjno - Medialne w Piasecznie Ul. Jana Pawła II 55 05-500 Piaseczno	Terapie naturalne w walce o sprawność stawów	05.04.2023	11.00-15.00	Dr Ewa Kuchowicz	4

Uniwersytet Otwarty "Pokolenia" Centrum Kultury i Inicjatyw Obywatelskich w Podkowie Leśnej ul. Lilpopa 18 05-807 Podkowa Leśna	Uniwersytet Otwarty "Pokolenia" Centrum Kultury i Inicjatyw Obywatelskich w Podkowie Leśnej ul. Lilpopa 18 05-807 Podkowa Leśna	Przewodnik po najciekawszych uzdrowiskach	05.04.2023	11.00-13.00	Dr Roksana Maćkowska	2
Miejsko - Gminna Biblioteka Publiczna w Nasielsku ul. Piłsudskiego 6, 05-190 Nasielsk	Miejsko - Gminna Biblioteka Publiczna w Nasielsku ul. Piłsudskiego 6, 05-190 Nasielsk	Geologiczne podróże	06.04.2023	11.00-15.00	Dr Roksana Maćkowska	4
Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Miejskim Domu Kultury w Ostrowi Mazowieckiej 3 Maja 50 07-300 Ostrow Mazowiecka	Miejsce realizacji Kino Ostrovia ul. 11 Listopada 5 07-300 Ostrow Mazowiecka	Astrologia i słynne przepowiednie	11.04.2023	11.00-13.00	Dr hab. Hanna Krajewska	2
Kobyłkowski Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Miejskim Ośrodku Kultury w Kobyłce Ul. Jana Pawła II 22 05-230 Kobyłka	Kobyłkowski Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Miejskim Ośrodku Kultury w Kobyłce Ul. Jana Pawła II 22 05-230 Kobyłka	Silny układ krążenia przez całe życie - jak o to zadbać metodami naturalnymi	12.04.2023	14.00-16.00	Dr Elżbieta Bojarska - Olejnik	2
Dzienny Dom Senior + w Zwoleniu ul. Wojska Polskiego 78 26-700 Zwoleni	Dzienny Dom Senior + w Zwoleniu ul. Wojska Polskiego 78 26-700 Zwoleni	1. Astrologia i słynne przepowiednie 2. Maria Skłodowska – Curie – kobieta uczona	12.04.2023	9.30-12.30	Dr hab. Hanna Krajewska	4
Stowarzyszenie Słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Żyrardowie Ul. Żeromskiego 13 96-300 Żyrardów	Stowarzyszenie Słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Żyrardowie Resursa ul. 1-go Maja 45 96-300 Żyrardów	Ogrody wertykalne i na dachu	12.04.2023	17.00-19.00	Dr Marta Monder	2
Uniwersytet Otwarty "Pokolenia" Centrum Kultury i Inicjatyw Obywatelskich w Podkowie Leśnej ul. Lilpopa 18 05-807 Podkowa Leśna	Uniwersytet Otwarty "Pokolenia" Centrum Kultury i Inicjatyw Obywatelskich w Podkowie Leśnej ul. Lilpopa 18 05-807 Podkowa Leśna	Skarby Dolnego Śląska i Ziemi Kłodzkiej	12.04.2023	11.00-13.00	Dr Roksana Maćkowska	2
Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku w Karczewie Ul. Widok 2 05-480 Karczew	Centrum Kultury i Sportu w Karczewie ul. Widok 2 05-480 Karczew	„Zagadnienia medyczne wieku senioralnego – najczęstsze choroby i sposoby na ich zapobieganie”	12.04.2023	16.00-20.00	Dr Agnieszka Pawłowska – Muc	4
Pruszkowski Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Miejskim Ośrodku Kultury im. Aleksandra Kamińskiego "Kamyka" ul. Bohaterów Warszawy 4 05-800 Pruszków	Pruszkowski Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Miejskim Ośrodku Kultury im. Aleksandra Kamińskiego "Kamyka" ul. Bohaterów Warszawy 4 05-800 Pruszków	"Jak nie dać się cukrzycy - pladze XXI wieku"	13.04.2023	11.00-13.00	Dr Elżbieta Bojarska - Olejnik	2
Uniwersytet Trzeciego Wieku Szkoły Głównej Handlowej w Warszawie Al. Niepodległości 162 02-554 Warszawa	Uniwersytet Trzeciego Wieku Szkoły Głównej Handlowej w Warszawie Al. Niepodległości 162 02-554 Warszawa	Flamenco - europejski blues	13.04.2023	15.20-17.20	Dr hab. Jakub Niedoborek	2
Towarzystwo Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Wesołej ul. Armii Krajowej 39 05-075 Warszawa	Ośrodek Działań Twórczych Ul. Jana Pawła II 25 05-077 Wesoła	„Zmiany klimatu - Czy człowiek pępkiem czy pyłkiem w mechanizmie współczesnych zmian?” – Część II	13.04.2023	11.00-13.00	Prof. Dr hab. Piotr Głowacki	2

Klub Senior + przy Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej w Grębkowie ul. Wspólna 5 07-110 Grębków	Klub Senior + przy Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej w Grębkowie ul. Wspólna 5 07-110 Grębków	Naturalne metody budowania i utrzymywania silnego układu odpornościowego organizmu	14.04.2023	10.00-14.00	Dr Elżbieta Bojarska - Olejnik	4
Klub Seniora w Mąkosach Starych Mąkosy Stare 69 26-631 Jastrzębia	Klub Seniora w Mąkosach Starych Mąkosy Stare 69 26-631 Jastrzębia	Zasady żywieniowe w wieku "Złotej Jesieni"	17.04.2023	11.00-15.00	Dr Katarzyna Kowalcze	4
Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Pruszkowie ul. Helenowska 3a 05-804 Pruszków	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Pruszkowie ul. Helenowska 3a 05-804 Pruszków	Choroby tarczycy	18.04.2023	13.30-15.30	Dr Elżbieta Bojarska - Olejnik	2
Karniewski Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Gminnym Ośrodku Kultury w Karniewie ul. Pułtуска 3 06-425 Karniewo	Karniewski Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Gminnym Ośrodku Kultury w Karniewie ul. Pułtуска 3 06-425 Karniewo	II wojna światowa i okupacja ziem polskich 1939 - 1945	18.04.2023	10.00-14.00	Prof. Marek Wierzbicki	4
Węgrowski Ośrodek Kultury Ul. Adama Mickiewicza 4A 07-100 Węgrów	Węgrowski Ośrodek Kultury Ul. Adama Mickiewicza 4A 07-100 Węgrów	„Prawa pacjenta”	19.04.2023	11.00-15.00	Dr Ewa Jasiuk	4
Stowarzyszenie Słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Żyrardowie Ul. Żeromskiego 13 96-300 Żyrardów	Stowarzyszenie Słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Żyrardowie Resursa ul. 1-go Maja 45 96-300 Żyrardów	Paprocie do uprawy w pomieszczeniach	19.04.2023	17.00-19.00	Dr Marta Monder	2
Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Czerwińsku nad Wisłą ul. Władysława Jagiełły 16 09-150 Czerwińsk Nad Wisłą	Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Czerwińsku nad Wisłą ul. Władysława Jagiełły 16 09-150 Czerwińsk Nad Wisłą	Jak być szczęśliwym Seniosem i uniknąć niebezpieczeństw prawnych	20.04.2023	10.00-14.00	Dr Ewa Jasiuk	4
Dzienny Dom Senior + w Węgrowie ul. Żeromskiego 4a 07-100 Węgrów	Dzienny Dom Senior + w Węgrowie ul. Żeromskiego 4a 07-100 Węgrów	"Karaimy - rajskie wyspy"	21.04.2023	10.00-14.00	Prof. dr hab. Zygmunt Kruczek	4
Przesmyckie Stowarzyszenie Rozwoju Gospodarczego ul. 11 Listopada 18 08-109 Przesmyki	Szkoła Podstawowa w Przesmykach Narutowicza 17 08-109 Przesmyki	Spadki - zagadnienia podstawowe	24.04.2023	10.00-14.00	Dr Ewa Jasiuk	4
Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Miejskim Domu Kultury w Ostrowi Mazowieckiej 3 Maja 50 07-300 Ostrów Mazowiecka	Miejsce realizacji Kino Ostrovia ul. 11 Listopada 5 07-300 Ostrów Mazowiecka	Lux in arcana – dokumenty z tajnego Archiwum Watykańskiego	25.04.2023	11.00-13.00	Dr hab. Hanna Krajewska	2
Stowarzyszenie Radomski Uniwersytet Trzeciego Wieku Ul. Malczewskiego 16 26-600 Radom	Stowarzyszenie Radomski Uniwersytet Trzeciego Wieku Ul. Rynek 1 26-600 Radom	Jak być szczęśliwym Seniosem i uniknąć niebezpieczeństw prawnych	25.04.2023	11.00-15.00	Dr Ewa Jasiuk	4
Kobyłkowski Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Miejskim Ośrodku Kultury w Kobyłce Ul. Jana Pawła II 22 05-230 Kobyłka	Kobyłkowski Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Miejskim Ośrodku Kultury w Kobyłce Ul. Jana Pawła II 22 05-230 Kobyłka	Muzeum Polskie w Rapperswilu	26.04.2023	14.00-16.00	Dr hab. Hanna Krajewska	2

Stowarzyszenie Słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Żyrardowie Ul. Żeromskiego 13 96-300 Żyrardów	Stowarzyszenie Słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Żyrardowie Resursa ul. 1-go Maja 45 96-300 Żyrardów	Starożytny Egipt bez tajemnic - historia i kultura kraju faraonów.	26.04.2023	17.00-19.00	Dr Wojciech Ejsmond	2
Dzienny Dom Senior + w Zwoleniu ul. Wojska Polskiego 78 26-700 Zwolenie	Dzienny Dom Senior + w Zwoleniu ul. Wojska Polskiego 78 26-700 Zwolenie	1. Siedem Cudów Świata 2. Sekrety zaginionych skarbów	27.04.2023	9.30-12.30	Dr hab. Hanna Krajewska	4
Stowarzyszenie Radomski Uniwersytet Trzeciego Wieku Ul. Malczewskiego 16 26-600 Radom	Stowarzyszenie Radomski Uniwersytet Trzeciego Wieku Ul. Rynek 1 26-600 Radom	Spadki – zagadnienia podstawowe	27.04.2023	11.00-15.00	Dr Ewa Jasiuk	4
Dzienny Dom Senior + w Węgrowie ul. Żeromskiego 4a 07-100 Węgrów	Dzienny Dom Senior + w Węgrowie ul. Żeromskiego 4a 07-100 Węgrów	Wielkie religie świata	08.05.2023	10.00-14.00	Dr Elżbieta Wnuk - Lisowska	4
Milanowski Klub Seniora ul. Królewska 64a 05-822 Milanówek	Milanowski Klub Seniora ul. Królewska 64a 05-822 Milanówek	„Suplementacja diety w XXI wieku – moda czy konieczność?”	09.05.2023	10.00-14.00	Dr Elżbieta Bojarska - Olejnik	4
Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Miejskim Domu Kultury w Ostrowi Mazowieckiej 3 Maja 50 07-300 Ostrow Mazowiecka	Miejsce realizacji Kino Ostrovia ul. 11 Listopada 5 07-300 Ostrow Mazowiecka	Kultura i religie Indii - Część II	09.05.2023	11.00-13.00	Dr Elżbieta Wnuk - Lisowska	2
Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Ośrodku Pomocy Społecznej w Tłuszczu Ul. Warszawska 10 05-240 Tłuszcz	Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Ośrodku Pomocy Społecznej w Tłuszczu Klub PIK Centrum Kultury Sportu i Rekreacji w Tłuszczu Ul. szkolna 1 05-240 Tłuszcz	Mumie i ich kłątwy	09.05.2023	16.00-18.00	Dr Wojciech Ejsmond	2
Dzienny Dom Senior + w Zwoleniu ul. Wojska Polskiego 78 26-700 Zwolenie	Dzienny Dom Senior + w Zwoleniu ul. Wojska Polskiego 78 26-700 Zwolenie	Ziołolecznictwo drogą do zdrowia	09.05.2023	9.30-13.30	Dr Ewa Kuchowicz	4
Klub Senior + przy Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej w Grębkowie ul. Wspólna 5 07-110 Grębków	Klub Senior + przy Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej w Grębkowie ul. Wspólna 5 07-110 Grębków	Jak nie dać się cukrzycy - pladze XXI Wieku?	10.05.2023	10.00-14.00	Dr Elżbieta Bojarska - Olejnik	4
Miejsko - Gminna Biblioteka Publiczna w Nasielsku ul. Piłsudskiego 6, 05-190 Nasielsk	Miejsko - Gminna Biblioteka Publiczna w Nasielsku ul. Piłsudskiego 6, 05-190 Nasielsk	Między Europą a Azją - dlaczego myślimy i zachowujemy się inaczej	10.05.2023	11.00-15.00	Dr Elżbieta Wnuk - Lisowska	4
Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Pruszkowie ul. Helenowska 3a 05-804 Pruszków	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Pruszkowie ul. Helenowska 3a 05-804 Pruszków	Terapie naturalne w walce o sprawność stawów	10.05.2023	13.30-15.30	Dr Ewa Kuchowicz	2

Stowarzyszenie Słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Żyrardowie Ul. Żeromskiego 13 96-300 Żyrardów	Stowarzyszenie Słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Żyrardowie Resursa ul. 1-go Maja 45 96-300 Żyrardów	Polscy odkrywcy Syberii	10.05.2023	17.00-19.00	Dr hab. Hanna Krajewska	2
Pruszkowski Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Miejskim Ośrodku Kultury im. Aleksandra Kamińskiego "Kamyka" ul. Bohaterów Warszawy 4 05-800 Pruszków	Pruszkowski Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Miejskim Ośrodku Kultury im. Aleksandra Kamińskiego "Kamyka" ul. Bohaterów Warszawy 4 05-800 Pruszków	"Silny układ krążenia przez całe życie - jak o to zadbać metodami naturalnymi"	11.05.2023	11.00-13.00	Dr Elżbieta Bojarska - Olejnik	2
Klub Senior + w Parysowie ul. Sportowa 1 08-441 Parysów	Klub Senior + w Parysowie ul. Sportowa 1 08-441 Parysów	Jak zalodzenie Oceanu Arktycznego może wpływać na pogodę w Polsce?	11.05.2023	11.00-15.00	Prof. dr hab. Piotr Głowacki	4
Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku w Sochaczewie Ul. 1 Maja 21/310 96-500 Sochaczew	Sala Konferencyjna Kramnice Miejskie ul. 1 Maja 21 96-500 Sochaczew	"Przewodnik po najciekawszych uzdrowiskach. Przyrodolecznictwo okiem geologa"	15.05.2023	11.00-13.00	Dr Roksana Maćkowska	2
Karniewski Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Gminnym Ośrodku Kultury w Karniewie ul. Pułtуска 3 06-425 Karniewo	Karniewski Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Gminnym Ośrodku Kultury w Karniewie ul. Pułtуска 3 06-425 Karniewo	Kontakty z urzędnikami - łatwizna dla seniora (prawo administracyjne w pigułce)	16.05.2023	10.00-14.00	Dr Ewa Jasiuk	4
Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Miejskim Domu Kultury w Ostrowi Mazowieckiej 3 Maja 50 07-300 Ostrow Mazowiecka	Miejsce realizacji Kino Ostrovia ul. 11 Listopada 5 07-300 Ostrow Mazowiecka	Zmiany klimatu - czy człowiek pępkiem, czy pyłkiem w mechanizmie współczesnych zmian? - Część I	16.05.2023	11.00-13.00	Prof. Dr hab. Piotr Głowacki	2
Ośrodek Pomocy Społecznej Dzielnicy Bielany m.st. Warszawy Ul. Przybyszewskiego 80/82 01-824 Warszawa	Ośrodek Wsparcia dla Seniorów nr 1 Al. Zjednoczenia 13 00-829 Warszawa	Czy Sahara była kiedyś zielona? Jak zmiany klimatyczne doprowadziły do powstania Egiptu.	16.05.2023	11.00-13.00	Dr Wojciech Ejsmond	2
Dom Seniora "Piękny Brzeg" przy Ośrodku Pomocy Społecznej Dzielnicy Żoliborz m. st. Warszawy ul. Księdza Jerzego Popiełuszki 16 01-590 Warszawa	Dom Seniora "Piękny Brzeg" przy Ośrodku Pomocy Społecznej Dzielnicy Żoliborz m. st. Warszawy ul. Księdza Jerzego Popiełuszki 16 01-590 Warszawa	Kobiety ze słynnych obrazów	16.05.2023	13.30-15.30	Dr hab. Hanna Krajewska	2
Stowarzyszenie Słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Żyrardowie Ul. Żeromskiego 13 96-300 Żyrardów	Stowarzyszenie Słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Żyrardowie Resursa ul. 1-go Maja 45 96-300 Żyrardów	Słynne kłątwy	17.05.2023	17.00-19.00	Dr hab. Hanna Krajewska	2
Wołomiński Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Miejskim Domu Kultury w Wołominie ul. Mariańska 7 05-200 Wołomin	Wołomiński Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Miejskim Domu Kultury w Wołominie ul. Mariańska 7 05-200 Wołomin	Silny układ krążenia przez całe życie - jak o to zadbać metodami naturalnymi"	18.05.2023	11.00-15.00	Dr Elżbieta Bojarska - Olejnik	4
Klub Seniora w Mąkoszach Starych Mąkosy Stare 69 26-631 Jastrzębia	Klub Seniora w Mąkoszach Starych Mąkosy Stare 69 26-631 Jastrzębia	Jak być szczęśliwym seniorem i uniknąć niebezpieczeństw prawnych	18.05.2023	11.00-15.00	Dr Ewa Jasiuk	4

Stowarzyszenie "Jabłkowa Farma" Komorów 4 26-432 Wieniawa	Wykład ON-LINE - Platforma ZOOM	Czym jest mądra i kompleksowa suplementacja?	22.05.2023	16.00-20.00	Dr Elżbieta Bojarska - Olejnik	4
Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Miejskim Domu Kultury w Ostrowi Mazowieckiej 3 Maja 50 07-300 Ostrow Mazowiecka	Miejsce realizacji Kino Ostrovia ul. 11 Listopada 5 07-300 Ostrow Mazowiecka	Zmiany klimatu - czy człowiek pępkiem, czy pyłkiem w mechanizmie współczesnych zmian? - Część II	23.05.2023	11.00-13.00	Prof. Dr hab. Piotr Głowacki	2
Ośrodek Pomocy Społecznej Dzielnicy Bielany m.st. Warszawy Ul. Przybyszewskiego 80/82 01-824 Warszawa	Ośrodek Wsparcia dla Seniorów nr 1 Al. Zjednoczenia 13 00-829 Warszawa	Starożytny Egipt bez tajemnic - historia i kultura kraju faraonów	23.05.2023	11.00-13.00	Dr Wojciech Ejsmond	2
Stowarzyszenie "Jabłkowa Farma" Komorów 4 26-432 Wieniawa	Wykład ON-LINE - Platforma ZOOM	Suplementacja przeciwko chorobom przewlekłym	23.05.2023	16.00-20.00	Dr Elżbieta Bojarska - Olejnik	4
Miejsko - Gminna Biblioteka Publiczna w Nasielsku ul. Piłsudskiego 6, 05-190 Nasielsk	Miejsko - Gminna Biblioteka Publiczna w Nasielsku ul. Piłsudskiego 6, 05-190 Nasielsk	Wiek i choroby a efektywność i bezpieczeństwo stosowanej farmakoterapii	24.05.2023	11.00-15.00	Dr hab. inż. Patrycja Kleczkowska	4
Nowodworski Uniwersytet Trzeciego Wieku ul. Szarych Szeregów 2 05-101 Nowy Dwór Mazowiecki	Sala Konferencyjna Miejska i Powiatowa Biblioteka Publiczna ul. Paderewskiego 22 05-100 Nowy Dwór Mazowiecki	Prawo dla Seniorów w praktyce	25.05.2023	10.00-14.00	Dr Agnieszka Sobczak	4
Klub Senior + przy Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej w Grębkowie ul. Wspólna 5 07-110 Grębków	Klub Senior + przy Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej w Grębkowie ul. Wspólna 5 07-110 Grębków	Zmiany klimatu - Czy człowiek pępkiem czy pyłkiem w mechanizmie współczesnych zmian?	25.05.2023	10-00-14.00	Prof. Dr hab. Piotr Głowacki	4
KLUB SENIORA "Cetynianki i Jaćwingowie". Hołowienki 29 08-331 Sabnie	KLUB SENIORA "Cetynianki i Jaćwingowie". Hołowienki 29 08-331 Sabnie	Muzyczne listy o miłości od romantyzmu do modernizmu. W kręgu matczynej ciepła i bliskości.	26.05.2023	15.00-17.00	prof. dr hab. Katarzyna Szymańska-Stułka	2
Dyskusyjny Klub Książki przy Bibliotece w Sycynie Kolonii Sycyna Kolonia 126a 26-700 Zwoleń	Wykład ON-LINE - Platforma ZOOM	Naturalne metody budowania i utrzymywania silnego układu odpornościowego organizmu	29.05.2023	16.00-20.00	Dr Elżbieta Bojarska - Olejnik	4
Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Niepublicznym Centrum Kształcenia Edukator ul. Szosa Ciechanowska 6 06-300 Przasnysz	Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Niepublicznym Centrum Kształcenia Edukator ul. Szosa Ciechanowska 6 06-300 Przasnysz	Zasady żywieniowe w wieku "Złotej Jesieni"	30.05.2023	10.00-14.00	Dr Katarzyna Kowalcze	4
Klub Wartkiego Seniora 55+ Świetlica Wiejska Stare Mierzvice 62A 08-220 Sarnaki	Klub Wartkiego Seniora 55+ Świetlica Wiejska Stare Mierzvice 62A 08-220 Sarnaki	Zioła w dolegliwościach skóry	30.05.2023	12.00-16.00	Dr Ewa Kuchowicz	4
Dyskusyjny Klub Książki przy Bibliotece w Sycynie Kolonii Sycyna Kolonia 126a 26-700 Zwoleń	Wykład ON-LINE - Platforma ZOOM	Jak nie dać się cukrzycy - pladze XXI Wieku?	30.05.2023	16.00-20.00	Dr Elżbieta Bojarska - Olejnik	4

Kobyłkowski Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Miejskim Ośrodku Kultury w Kobyłce Ul. Jana Pawła II 22 05-230 Kobyłka	Kobyłkowski Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Miejskim Ośrodku Kultury w Kobyłce Ul. Jana Pawła II 22 05-230 Kobyłka	Gorączka muzealna	31.05.2023	14.00-16.00	Prof. dr hab. Marta Leśniakowska	2
Klub Wartkiego Seniora 55+ Świetlica Wiejska Stare Mierzvice 62A 08-220 Sarnaki	Klub Wartkiego Seniora 55+ Świetlica Wiejska Stare Mierzvice 62A 08-220 Sarnaki	Terapie naturalne w walce o sprawność stawów	31.05.2023	10.00-14.00	Dr Ewa Kuchowicz	4
Uniwersytet Trzeciego Wieku Szkoły Głównej Handlowej w Warszawie Al. Niepodległości 162 02-554 Warszawa	Uniwersytet Trzeciego Wieku Szkoły Głównej Handlowej w Warszawie Al. Niepodległości 162 02-554 Warszawa	Dzieje gitary	01.06.2023	15.20-17.20	Dr hab. Jakub Niedoborek	2
Stowarzyszenie "Klub Seniora w Goworowie - Jesienne Kwiaty" ul. Ks. S. Dulczewskiego 1A 07-440 Goworowo	Stowarzyszenie "Klub Seniora w Goworowie - Jesienne Kwiaty" Świetlica Wiejska w Goworowie ul. Ostrołęcka 31 07-440 Goworowo	"Słodki problem", czyli jak radzić sobie z cukrzycą w naturalny sposób i jak jej uniknąć	01.06.2023	10.00-14.00	Dr Ewa Kuchowicz	4
Centrum Aktywności Seniora w Piasecznie "Przystań pod Klonami" Miejsko - Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Piasecznie ul. Świętojańska 5A 05-500 Piaseczno	"Przystań pod Klonami" Sala Widowiskowa Ul. Szkolna 18 05-500 Piaseczno	Między Europą a Azją - dlaczego myślimy i zachowujemy się inaczej	01.06.2023	13.30-17.30	Dr Elżbieta Wnuk - Lisowska	4
Stowarzyszenie na Rzecz Integracji Pokoleniowej Mieszkańców Osiedla Południe w Radomiu ul. Gębarzewska 15	Stowarzyszenie na Rzecz Integracji Pokoleniowej Mieszkańców Osiedla Południe w Radomiu Sala Klubu Osiedlowego „Południe”, ul. Gębarzewska 15	Spadki – zagadnienia podstawowe	06.06.2023	15.30-19.30	Dr Ewa Jasiuk	4
Klub Senior + przy Ośrodku Pomocy Społecznej w Leoncinie ul. Partyzantów 3 05-155 Leoncin	Klub Senior + Sala przy OSP Wilków Polski 54a 05-155 Leoncin	„Zdrowe odżywianie”	06.06.2023	10.00-14.00	Dr Renata Orawiec	4
Klub Senior + w Nowym Dworze Mazowieckim ul. Partyzantów 7 05-100 Nowy Dwór Mazowiecki	Klub Senior + w Nowym Dworze Mazowieckim ul. Partyzantów 7 05-100 Nowy Dwór Mazowiecki	Zrozumieć Flamenco	07.06.2023	12.00-16.00	Dr Jakub Niedoborek	4
Milanowski Klub Seniora ul. Królewska 64a 05-822 Milanówek	Milanowski Klub Seniora ul. Królewska 64a 05-822 Milanówek	„Prawo dla Seniorów w praktyce”	13.06.2023	10.00-14.00	Dr Agnieszka Sobczak	4
Klub Senior + w Małkinii Górnej przy Ośrodku Pomocy Społecznej w Małkinii Górnej ul. Biegańskiego 3 07-320 Małkinia Górna	Klub Senior + w Małkini Górnej przy Ośrodku Pomocy Społecznej w Małkini Górnej ul. Biegańskiego 3 07-320 Małkinia Górna	Sprawny mózg? Naturalnie	13.06.2023	10.00-14.00	Dr Ewa Kuchowicz	4
Nowodworski Uniwersytet Trzeciego Wieku ul. Szarych Szeregów 2 05-101 Nowy Dwór Mazowiecki	Sala Konferencyjna Miejska i Powiatowa Biblioteka Publiczna ul. Paderewskiego 22 05-100 Nowy Dwór Mazowiecki	Przewodnik po najciekawszych uzdrowiskach. Przyrodolecznictwo okiem geologa	13.06.2023	10.00-14.00	Dr Roksana Maćkowska	4

Stowarzyszenie na Rzecz Integracji Pokoleniowej Mieszkańców Osiedla Południe w Radomiu ul. Gębarzewska 15	Stowarzyszenie na Rzecz Integracji Pokoleniowej Mieszkańców Osiedla Południe w Radomiu Sala Klubu Osiedlowego „Południe”, ul. Gębarzewska 15	Jak być szczęśliwym seniorem i uniknąć niebezpieczeństw prawnych	13.06.2023	15.30-19.30	Dr Ewa Jasiuk	4
Klub Senior + przy Ośrodku Pomocy Społecznej w Leoncinie ul. Partyzantów 3 05-155 Leoncin	Klub Senior + Sala przy OSP Wilków Polski 54a 05-155 Leoncin	„Ruch dla zdrowia”	13.06.2023	10.00-14.00	Dr Renata Orawiec	4
Ośrodek Pomocy Społecznej Dzielnicy Bielany m.st. Warszawy Ul. Przybyszewskiego 80/82 01-824 Warszawa	Ośrodek Wsparcia dla Seniorów nr 1 Al. Zjednoczenia 13 00-829 Warszawa	Opowieści o kamieniach jubilerskich i dekoracyjnych	14.06.2023	11.00-13.00	Dr Roksana Maćkowska	2
Koziernicki Dom Senior + Al. 1 Maja 8 26-900 Koziernice	Koziernicki Dom Senior + Al. 1 Maja 8 26-900 Koziernice	Stodki problem, czyli jak radzić sobie z cukrzycą w naturalny sposób i jak jej uniknąć	14.06.2023	9.00-13.00	Dr Ewa Kuchowicz	4
Klub Seniora przy Centrum Wolontariatu Caritas Diecezji Siedleckiej ul. Budowlana 1 08-110 Siedlce	Klub Seniora przy Centrum Wolontariatu Caritas Diecezji Siedleckiej ul. Katedralna 5 08-110 Siedlce	Zasady żywieniowe w wieku "Złotej Jesieni"	15.06.2023	11.00-15.00	Dr Katarzyna Kowalcze	4
Centrum Usług Społecznych w Gminie Czarnia Długie 13 07-431 Czarnia	Centrum Usług Społecznych w Gminie Czarnia Długie 13 07-431 Czarnia	Apteka z ogrodu	16.06.2023	10.00-14.00	Dr Ewa Kuchowicz	4
Legionowski Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Stowarzyszeniu Pomocy Potrzebującym NADZIEJA ul. Piłsudskiego 3 05-120 Legionowo	Legionowski Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Stowarzyszeniu Pomocy Potrzebującym NADZIEJA ul. Piłsudskiego 3 05-120 Legionowo	Prawo dla seniorów w praktyce	16.06.2023	13.00-17.00	Dr Agnieszka Sobczak	4
Klub Seniora w Mąkoszach Starych Mąkosy Stare 69 26-631 Jastrzębia	Klub Seniora w Mąkoszach Starych Mąkosy Stare 69 26-631 Jastrzębia	Terapie naturalne w walce o sprawność stawów	19.06.2023	11.00-15.00	Dr Ewa Kuchowicz	4
Dom Seniora "Piękny Brzeg" przy Ośrodku Pomocy Społecznej Dzielnicy Żoliborz m. st. Warszawy ul. Księdza Jerzego Popiełuszki 16 01-590 Warszawa	Dom Seniora "Piękny Brzeg" przy Ośrodku Pomocy Społecznej Dzielnicy Żoliborz m. st. Warszawy ul. Księdza Jerzego Popiełuszki 16 01-590 Warszawa	Siedem Cudów Świata	20.06.2023	13.30-15.30	Dr hab. Hanna Krajewska	2
Ośrodek Pomocy Społecznej Dzielnicy Bielany m.st. Warszawy Ul. Przybyszewskiego 80/82 01-824 Warszawa	Ośrodek Wsparcia dla Seniorów nr 1 Al. Zjednoczenia 13 00-829 Warszawa	Skarby Dolnego Śląska i Ziemi Kłodzkiej	21.06.2023	11.00-13.00	Dr Roksana Maćkowska	2
Centrum Aktywności Seniora w Piasecznie "Przystań pod Klonami" Miejsko - Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Piasecznie ul. Świętojańska 5A 05-500 Piaseczno	"Przystań pod Klonami" Sala Widowiskowa Ul. Szkolna 18 05-500 Piaseczno	Podróże Dalekie i bliskie: 1. Na Jedwabnym Szlaku; 2. Małopolska – turystyczne Eldorado	22.06.2023	13.30-17.30	Prof. dr hab. Zygmunt Kruczek	4

Klub Senior + w Nowym Dworze Mazowieckim ul. Partyzantów 7 05-100 Nowy Dwór Mazowiecki	Klub Senior + w Nowym Dworze Mazowieckim ul. Partyzantów 7 05-100 Nowy Dwór Mazowiecki	Ziołolecznictwo drogą do zdrowia - jak samemu zbierać i przetwarzać zioła	28.06.2023	12.00-16.00	Dr Ewa Kuchowicz	4
Centrum Aktywności Seniora w Piasecznie "Przystań pod Klonami" Miejsko - Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Piasecznie ul. Świętojańska 5A 05-500 Piaseczno	"Przystań pod Klonami" Sala Widowiskowa Ul. Szkolna 18 05-500 Piaseczno	Prawo dla Seniorów w praktyce	29.06.2023	13.30-17.30	Dr Agnieszka Sobczak	4
Centrum Usług Społecznych w Gminie Czarnia Dłугie 13 07-431 Czarnia	Centrum Usług Społecznych w Gminie Czarnia Dłугie 13 07-431 Czarnia	Jak być szczęśliwym Senioirem i uniknąć niebezpieczeństw prawnych	07.07.2023	10.00-14.00	Dr Ewa Jasiuk	4
Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Czerwińsku nad Wisłą ul. Władysława Jagiełły 16 09-150 Czerwińsk Nad Wisłą	Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Czerwińsku nad Wisłą ul. Władysława Jagiełły 16 09-150 Czerwińsk Nad Wisłą	Spadki - zagadnienia podstawowe	08.09.2023	10.00-14.00	Dr Ewa Jasiuk	4
Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Pruszkowie ul. Helenowska 3a 05-804 Pruszków	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Pruszkowie ul. Helenowska 3a 05-804 Pruszków	Sprawny mózg? Naturalnie	11.09.2023	13.30-15.30	Dr Ewa Kuchowicz	2
Kozienicki Dom Senior + Al. 1 Maja 8 26-900 Kozienice	Kozienicki Dom Senior + Al. 1 Maja 8 26-900 Kozienice	Flamenco - europejski blues	12.09.2023	9.00-13.00	Prof. dr hab. Zygmunt Kruczek	4
Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Gminnym Centrum Kultury w Jabłonna ul. Modlińska 102 05-110 Jabłonna	Gminne Centrum Kultury w Jabłonna ul. Modlińska 102 05-110 Jabłonna	Słynne Kłątwy	09.10.2023	15.00-17.00	Dr hab. Hanna Krajewska	2
Miejsko - Gminna Biblioteka Publiczna w Zwoleniu Filia w Sycynie Sycyna-Kolonia 125 26-700 Sycyna-Kolonia	Miejsko - Gminna Biblioteka Publiczna w Zwoleniu Filia w Sycynie Sycyna-Kolonia 125 26-700 Sycyna-Kolonia	Zdrowy układ krwionośny. Jak o niego dbać?	09.10.2023	16.00-20.00	Dr Elżbieta Bojarska - Olejnik	4
Klub Senior + w Skaryszewie Miejsko - Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Skaryszewie ul. Słowackiego 6 26-640 Skaryszew	Klub Senior + w Skaryszewie Ul. Targowa 14 26-640 Skaryszew	W jaki sposób dbać o swoją odporność	10.10.2023	16.00-20.00	Dr Elżbieta Bojarska - Olejnik	4
Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Pruszkowie ul. Helenowska 3a 05-804 Pruszków	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Pruszkowie ul. Helenowska 3a 05-804 Pruszków	Co to jest zespół metaboliczny, czyli dlaczego nie możesz schudnąć	11.10.2023	13.30-15.30	Dr Elżbieta Bojarska - Olejnik	2
Klub Senior + w Makowcu Miejsko - Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Skaryszewie ul. Słowackiego 6 26-640 Skaryszew	Klub Senior + Makowiec Ul. Radomskiego 52 26-640 Skaryszew	Zdrowa Tarczyca	12.10.2023	16.00-20.00	Dr Elżbieta Bojarska - Olejnik	4

Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Gminnym Centrum Kultury w Jabłonie ul. Modlińska 102 05-110 Jabłonna	Gminne Centrum Kultury w Jabłonie Filia w Chotomowie ul. Partyzantów 27 05-123 Chotomów	Sekrety zaginionych skarbów	16.10.2023	15.00-17.00	Dr hab. Hanna Krajewska	2
Dzienny Dom Senior + w Węgrowie ul. Żeromskiego 4a 07-100 Węgrów	Dzienny Dom Senior + w Węgrowie ul. Żeromskiego 4a 07-100 Węgrów	W trosce o serce - jak dietą i ziołami zapobiegać i leczyć choroby serca i naczyń krwionośnych	20.10.2023	10.00-14.00	Dr Ewa Kuchowicz	4
Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Gminnym Centrum Kultury w Jabłonie ul. Modlińska 102 05-110 Jabłonna	Gminne Centrum Kultury w Jabłonie ul. Modlińska 102 05-110 Jabłonna	Rytuały - od kwitnącej wiśni, przez Islam, hinduizm, buddyzm, judaizm po chrześcijaństwo	23.10.2023	15.00-17.00	Dr Elżbieta Wnuk - Lisowska	2
Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Gminnym Centrum Kultury w Jabłonie ul. Modlińska 102 05-110 Jabłonna	Gminne Centrum Kultury w Jabłonie Filia w Chotomowie ul. Partyzantów 27 05-123 Chotomów	Świadomy podróżnik - czyli podróże po Azji Południowo - Wschodniej	06.11.2023	15.00-17.00	Dr Elżbieta Wnuk - Lisowska	2
Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Pruszkowie ul. Helenowska 3a 05-804 Pruszków	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Pruszkowie ul. Helenowska 3a 05-804 Pruszków	Między Europą a Azją - dlaczego myślimy i zachowujemy się inaczej	07.11.2023	13.30-15.30	Dr Elżbieta Wnuk - Lisowska	2