

Urząd Miejski w Łomiankach

<https://www.lomianki.pl/pl/dla-mieszkancow/dla-seniorow/uniwersytet-trzeciego-wieku/20381,Uniwersytet-Trzeciego-Wieku.html>
11.04.2026, 14:09

Uniwersytet Trzeciego Wieku

Uniwersytet Trzeciego Wieku w Łomiankach działa od 2009 roku jako stowarzyszenie. To miejsce, gdzie seniorzy mogą rozwijać swoje zainteresowania, dbać o zdrowie i aktywnie spędzać czas.

Słuchacze uczestniczą w wykładach na różne tematy, biorą udział w zajęciach plastycznych i rękodzielniczych. Dbają o sprawność fizyczną dzięki gimnastyce rehabilitacyjnej, jodze, aqua aerobikowi i nordic walkingowi, a także o sprawność umysłu podczas treningu pamięci.

Efekty swojej pracy prezentują na wystawach w Łomiankach oraz w warszawskich domach kultury. Co tydzień spotykają się w kinie UTW na seansie filmowym, często z komentarzem specjalisty.

Uniwersytet organizuje też wspólne wyjścia do teatrów, muzeów i na inne wydarzenia kulturalne. Miłośnicy książek spotykają się raz w miesiącu w Dyskusyjnym Klubie Książki. Uczestnicy biorą również udział w wycieczkach po Polsce i spacerach po Warszawie z przewodnikiem.

UTW w Łomiankach to przestrzeń dla osób aktywnych, otwartych, ciekawych świata i ludzi.

Zapisy i informacje:

w poniedziałki przed wykładami w Centrum Kultury od godz. 17.45 do 18.00, lub
tel. 507 971 368

utw@utwlomianki.pl

Jesteśmy też na Facebooku: <https://www.facebook.com/utwlomianki>

Więcej informacji:

<http://www.utwlomianki.pl/>

Pliki do pobrania

[Biuletyn UTW styczeń 2026.pdf, 222.03 KB, 07.01.2026](#)

[Biuletyn UTW grudzień 2025.pdf, 226.22 KB, 07.01.2026](#)

[Biuletyn UTW luty 2026.pdf, 242.14 KB, 02.03.2026](#)

[Biuletyn UTW marzec 2026.pdf, 121.58 KB, 02.03.2026](#)

