

Harmonogram wykładów *

LP	Data	Temat	Osoba prowadząca
1	7.10	14.00 – 15.00 WYKŁAD INAUGURACYJNY 15.00 – 15.40	Robert Jakubowski <i>Burmistrz Konstantynowa Łódzkiego</i> Magdalena Hudzieczek- Cieślar <i>wykładowca akademicki, nauczycielka, dziennikarka, animatorka kultury i propagatorka kultury muzycznej. „Zasłużony dla Kultury Polskiej” - Odznaka Honorowa Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego (2010), Człowiek Roku 2017 Województwa Łódzkiego</i>
2	15.10 czwartek!	Rola inteligencji emocjonalnej w życiu człowieka	prof. Danuta Walczak-Duraj <i>Profesor zwyczajny Uniwersytetu Łódzkiego, związana z Katedrą Socjologii Polityki i Moralności, mieszkanka Konstantynowa Łódzkiego. Przez dwie kadencje pełniła funkcję prodziekan Wydziału Ekonomiczno-Socjologicznego UŁ. Autorka i współautorka 21 książek, w tym 5 w języku angielskim. Uhonorowana licznymi nagrodami i odznaczeniami, m.in. Srebrnym i Złotym Krzyżem Zasługi, Złotą Odznaką Uniwersytetu Łódzkiego oraz Medalem Komisji Edukacji Narodowej.</i>
3	21.10	12.00 – 13.30 Spacer w poszukiwaniu konstantynowskich detali architektonicznych z Marią Nowakowską Zapisy przed wykładem 15.10.2026 14.00 – 15.30 Wykład: Zmieniamy sposób w jaki widzimy świat	Maria Nowakowska <i>popularyzatorka dziedzictwa architektonicznego, badaczka, animatorka, związana z autorską marką Maria od detalu - dziedzictwo okiem Marii Nowakowskiej. Współtwórczyni „Ceramicznego Szlaku Ulicy Nawrot”. Przewodniczka po Łodzi, autorka czterech książek o lokalnej architekturze i sztuce w przestrzeni publicznej, współautorka wystaw. Wielokrotnie nagradzana za swoje projekty m.in. przez Narodowe Centrum Kultury oraz Narodowy Instytut Architektury i Urbanistyki.</i>
4	28.10	wyjątkowo 14:30 Średniowieczne niedyskrecje	prof. dr hab. Anna Kowalska-Pietrzak <i>Dyrektor Instytutu Historii na Wydziale Filozoficzno-Historycznym Uniwersytetu Łódzkiego, Katedra Historii Średniowiecznej, Wydział Filozoficzno-Historyczny Uniwersytetu Łódzkiego</i>
5	4.11	14.00 – 15.30 wykład dla wszystkich MOK „Dieta dla mózgu – profilaktyka chorób neurodegeneracyjnych” 16.00 – 18.00 warsztaty w Bibliotece z dietetykiem Temat warsztatu: Prawidłowe komponowanie posiłków Zapisy przed wykładem 28.10.2026	mgr inż. Beata Cieślińska <i>Dietetyk kliniczny i sportowy z wieloletnim doświadczeniem w pracy z dziećmi, młodzieżą, dorosłymi i seniorami. Prowadzi wykłady i warsztaty kulinarne, pokazując jak w prosty sposób przygotować smaczne i odżywcze posiłki. Jej główną misją jest edukacja zdrowotna, zwiększenie świadomości na temat czynników wpływających na jakość i długość życia oraz normalizacja stosunku do odżywiania. Prezes Fundacji "Pani Zdrowia"</i>

6	18.11	Klimatyczni w akcji, czyli zmiana klimatu	Magdalena Kowalczyk z Ośrodka Działań Ekologicznych „Źródła” <i>prowadzi warsztaty klimatyczne w ramach projektu Life After Coal (2024-2025), jak również warsztaty terenowe oraz stacjonarne. Skończyła filozofię i gospodarkę przestrzenną, co pozwala jej szerzej patrzeć na 4miejskie zakamarki.</i>
7	25.11	14.00 – 15.30 wykład dla wszystkich MOK Starożytna sztuka refleksologii 16.00 – 18.00 warsztaty zielarskie w Bibliotece „Ziołowa apteczka” Zapisy przed wykładem 18.11.2026	Jolanta Kusak <i>Zielarz-fitoterapeuta, towaroznawca zielarski, refleksolog. zajmuje się edukacją zielarską i popularyzowaniem wiedzy o praktycznym wykorzystaniu roślin leczniczych w codziennym życiu. Prowadzi warsztaty zielarskie i refleksologiczne, spacerbotaniczno-zielarskie, zajęcia edukacyjne dla dzieci i seniorów.</i>
8	2.12	14.00 – 15.30 wykład dla wszystkich MOK Choroba otyłościowa- profilaktyka i dietoterapia 16.00 – 18.00 warsztaty w Bibliotece z dietetykiem Temat warsztatu: Prawidłowe komponowanie posiłków Zapisy przed wykładem 25.11.2026	mgr inż. Beata Cieślińska <i>Dietetyk kliniczny i sportowy z wieloletnim doświadczeniem w pracy z dziećmi, młodzieżą, dorosłymi i seniorami. Prowadzi wykłady i warsztaty kulinarne, pokazując jak w prosty sposób przygotować smaczne i zdrowe posiłki. Jej główną misją jest edukacja zdrowotna, zwiększenie świadomości na temat czynników wpływających na jakość i długość życia oraz normalizacja stosunku do odżywiania. Prezes Fundacji "Pani Zdrowia"</i>
9	9.12	Uwaga! Alarm smogowy	Karolina Baranowska z Ośrodka Działań Ekologicznych „Źródła” <i>w stowarzyszeniu od 2002 roku zajmuje się prowadzeniem warsztatów dla dzieci, szkoleniem nauczycieli oraz przyszłych trenerów, pisze scenariusze zajęć i pakiety edukacyjne, sprawuje zaszczytną funkcję wiceprezesa zarządu. Z wykształcenia jest antropolożką kultury.</i>
10	16.12	Tradycje Bożego Narodzenia na świecie	Krzysztof Bigaj <i>krakowski artysta, wokalista, występujący w wydarzeniach muzyczno-teatralnych w kraju i poza granicami (USA, Niemcy, Anglia, Szwajcaria)</i>
11	13.01	Komunikacja wyzwania dnia codziennego – sztuka wyrażania miłości w związku	mgr Dorota Mita <i>specjalista pracy z rodziną, terapeuta, psychotramatolog, pracownik Konstantynowskiego Centrum Pomocy Rodzinie</i>
12	20.01	Planetarium – każda grupa ogląda dwa filmy 2D: „Nieziemskie księżycy” (17 min.) „Ośiem klejnotów Drogi Mlecznej” (20 min.)	Planetarium SP1 Godziny wejść: 12:00, 13:00, 14:00, 15:00 Zapisy przed wykładem 9.12.2026

sala wykładowa:
Miejski Ośrodek Kultury w Konstantynowie Łódzkim,
ul. Łódzka 28

środa, godz. 14:00

* Harmonogram może ulec zmianie z przyczyn niezależnych od nas.