

Gdańsk, 11 maja 2018



UNIwersytet Gdański
Gdański Uniwersytet
Trzeciego Wieku

Biuletyn

Gdańskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku

Szanowni Państwo, Słuchacze Gdańskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku!

Zachęcam do zapoznania się z aktualnymi informacjami, a także z proponowanymi wydarzeniami. Gdyby mieli Państwo pytania, wątpliwości, problemy - jesteśmy do Państwa dyspozycji!

Tradycyjnie już, zapraszamy na naszą stronę internetową www.gutw.ug.edu.pl, a także na profil GUTW UG na portalu społecznościowym [>>Facebook UTW<<](#).

z poważaniem
Agnieszka Nikodem
Kierownik Biura GUTW

W PRZYSZŁYM TYGODNIU

ŚRODA, 16 maja (AULA)

- godz. 15:30 - 17:00

dr Maria Giedz

Kwestia kurdyjska w Iraku.

- godz. 17:10 - 18:10

mgr Ignacy Hadała

Zdrowotne aspekty aktywności fizycznej w kontekście badań naukowych.

CZWARTEK, 17 maja (AULA)

- godz. 15:30 - 17:00

lek. med. Dagmara Wiewiórkowska - Garczewska

Opieka nad seniorem w domu.

- godz. 17:10 - 18:10

dr hab. Tadeusz Jastrzębski

Marynistyka w sztuce sakralnej.

DYPLOMY



UNIWERSYTET GDAŃSKI

Dyplom

Gdańskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku

Niniejszym potwierdzam się, że:

Pani/Pan

uczestniczył(a) w zajęciach

Gdańskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku

w roku akademickim

Gdańsk, dnia



Osoby, które chciałyby otrzymać
pamiątkowy dyplom potwierdzający
uczestnictwo w zajęciach,
w roku akademickim 2017/2018,
proszone są

o poinformowanie Biura GUTW

do 21 maja.

tel. 58 523 23 54

trzeciwiek@ug.edu.pl

Otrzymanie dyplomu jest nieodpłatne. Dyplom
będzie można odebrać na uroczystości zakończenia
roku (30 maja) lub w Biurze GUTW (od 4 czerwca).

WARSZTATY DLA SENIORÓW

Osobom zapisanym przypominamy, że

WARSZTATY Z KOMUNIKACJI

"Dogadać się z dorosłym dzieckiem. To możliwe!"

obędą się

w piątek, 18 maja 2018r., godz. 8.30-12.00

(miejsce warsztatów: sala 3062 Wydział Prawa i Administracji UG)



ZAPROSZENIE NA DEBATĘ



**Porozmawiajmy
o bezpieczeństwie**

**Możesz mieć
na nie wpływ!**

Szanowni Państwo,

realizując jedno z priorytetowych zadań naszej formacji, jakim jest zacieśnianie współpracy z lokalną społecznością, zapraszamy Państwa do udziału w debacie społecznej. Celem tego spotkania jest zdiagnozowanie i określenie potrzeb związanych z zagrożeniami bezpieczeństwa mieszkańców, wymagających podjęcia działań prewencyjnych przez Policję bądź inne podmioty odpowiedzialne za utrzymanie szeroko rozumianego bezpieczeństwa.

Tematem debaty będą przede wszystkim aktualne problemy społeczne zdiagnozowane lokalnie m.in. poprzez Krajową Mapę Zagrożeń Bezpieczeństwa.

Jesteśmy przekonani, że spotkanie z Państwem pozwoli nam na ustalenie, o jakich zagrożeniach należy rozmawiać w pierwszej kolejności oraz na określenie i zaplanowanie działań reaktywnych i zapobiegawczych odpowiadających na aktualne zagrożenia, z uwzględnieniem szczególnej roli dzielnicowego.

**DEBATA ODBĘDZIE SIĘ
w środę 23 maja 2018 r., godz. 15:30,
w Auli Wydziału Prawa i Administracji
(Uniwersytet Gdański, ul. Jana Bażyńskiego 6)**

Tematy debaty:

1. Przestępstwa dokonywane metodą „na wnuczka”, „na policjanta” itp. Omówienie sposobów działania sprawców, jak postępować w przypadku podejrzenia oszustwa;
2. Bezpieczeństwo na ogródkach działkowych;
3. Bezpieczeństwo seniorów – uczestników ruchu drogowego;
4. Omówienie aplikacji Krajowa Mapa Zagrożeń Bezpieczeństwa;
5. Omówienie aplikacji mobilnej Moja Komenda – rola i zadania dzielnicowego, sposoby kontaktu z dzielnicowym.

WOLONTARIAT



W czwartek, 26 kwietnia działalność rozpoczął *Wolontariat Słuchaczy GUTW.*

Ideą Wolontariatu jest wzajemna pomoc Słuchaczy GUTW. W spotkaniu inauguracyjnym Wolontariat wzięło udział 15 osób, gotowych pomagać innym.



Osoby **potrzebujące pomocy** prosimy o zgłaszanie się do Pani **Beaty Ślusarek** - koordynatorki Wolontariatu GUTW w dni powszednie w godzinach 10.00-12.00, pod numerem +48 515 804 455.

Osoby zainteresowane wolontariatem zapraszamy na kolejne spotkanie, które odbędzie się w czwartek, 24 maja o **godz.14.00**, w sali 2.51 (I piętro) na Wydziale Filologicznym UG (ul. Wita Stwosza 55).

Zachęcamy do czytania naszej strony internetowej www.gutw.ug.edu.pl
zakładka Wolontariat przy GUTW UG.

AKADEMIA POLSKIEGO FILMU

NAJBLIŻSZE SPOTKANIE

14.05.2018 r., godz. 17:00

Wydział Filologiczny UG, aula 1.43



Wykład:

KINO POPULARNE

Wykład poprowadzi dr hab. Piotr Zwierzchowski



Filmy:

PRAWO I PIĘŚĆ, 1964 r.

reż. Jerzy Hoffman, Edward Skórzewski



MAŁŻEŃSTWO Z ROZSĄDKU, 1967 r.

reż. Stanisław Bareja



WYCIECZKA - TORUŃ!



W związku z dużym zainteresowaniem propozycją podróżnika Rafała Króla przedstawiamy nowy, inny program wycieczki do Torunia.

W programie:

1. Muzeum Piernika - praktyczny wypiek pierników w naszym wykonaniu.
2. Rejs statkiem po Wiśle i podziwianie uroków Starówki Torunia z innej perspektywy.
3. Zwiedzanie Katedry i panorama Miasta z wieży.
4. Rynek - czas wolny, zwiedzanie, kawa.
5. Geodium - wystawa o ziemi i wulkanach.
6. Obiad w bardzo smacznej Pierogarni.

Wycieczka pod przewodnictwem podróżnika Rafała Króla

Termin - 22 września 2018 r.

Informacje - Leon Chwiałkowski tel. 505 82 62 96

Zapisy wraz z wpłatą 9 i 10 maja , w związku z terminem wpłaty zaliczki na rezerwację autokaru przyjmuje Krystyna Kessler tel.782 164 141.

Zbiórka - godz. 7.00 /punktualnie/ na parkingu koło hali „Olivia”, przy hotelu „Stoczniowiec”.

ZAPROSZENIE NA WYSTAWĘ STORCZYKÓW

Podczas tegorocznej edycji od **18 do 20 maja 2018 r. w Hali Pomarańczowej Hipodromu Sopot (ul. Łokietka 1, wejście od Ergo Areny)** zaprezentowanych zostanie przeszło 23 aranżacji. Wystawcy pochodzą z Ekwadoru, Malezji, Niemiec, Czech, Portugalii, Finlandii, Węgier, Litwy, Hiszpanii i oczywiście Polski. Poza storczykami zaprezentowane zostaną również rośliny owadożerne, oplątwy (*Tillandsia*), skętniki (*Streptocarpus*) oraz kaktusy.



Podczas wszystkich dni wystawy o 13:00 Wojciech Wardecki (w-ogrodzie.com), znany między innymi z udziału w programach śniadaniowych TVP, poprowadzi warsztaty o tworzeniu ogrodów w szkle (wymagane wcześniejsze zapisy). Odbywać się będą też warsztaty dotyczące uprawy storczyków.

W sobotę 19 maja 2018 r. odbędzie się Noc Orchidei, gdzie będzie można zwiedzić wystawę w nocnej scenerii z lampką szampana i muzyką na żywo w tle.

Odbędzie się również licytacja na rzecz ośrodka rehabilitacji dzikich zwierząt "Ostoja".

W ubiegłym roku wystawę odwiedziło przeszło 4000 osób.

Szczegóły na

<https://www.facebook.com/WystawaSwiatStorczykow/>

WARSZTATY DLA SENIORÓW



AKTYWNI Z PASJĄ

WARSZTATY
DLA SENIORÓW



Mieczysław Struk

Marszałek Województwa Pomorskiego

zaprasza pomorskich seniorów
na bezpłatne warsztaty rozwojowe.
Dedykowane osobom,
które chcą na długo zachować dobrą kondycję
i samopoczucie, chcą rozwijać kreatywność
i dzielić się pasją z innymi, chcą być
aktywne społecznie i zawodowo.

"Aktywni z Pasją" to cykl bezpłatnych warsztatów i spotkań dedykowanych seniorom, którzy chcą być aktywni społecznie i zawodowo. Zajęcia prowadzone będą przez specjalistów z zakresu rozwoju osobistego i zdrowego stylu życia.

ZAPISY NA WARSZTATY

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Gdańsku
telefon: 58 32 37 230

lub osobiście w siedzibie CiIPKZ: ul. Żabi Kruk 16, 80-822 Gdańsk (parter)
Obowiązują wcześniejsze zapisy - liczba miejsc ograniczona.

11 maja (14.30-16.00) Komunikacja i asertywność w codziennych kontaktach

Warsztat otwarty - rekrutacja w toku

Miejsce: Stowarzyszenie WAGA ul. Biskupia 4, Gdańsk

Zagadnienia:

- definicja komunikacji, asertywności
- sposoby wyrażania opinii, potrzeb
- techniki skutecznej komunikacji

15 maja (10.00-13.00) Kreatywni – Aktywni na co dzień

Warsztat dla grupy zamkniętej

Miejsce: Biblioteka Publiczna im. Księdza Bernarda Sychty w Pelplinie, ul. Sambora 5a

18 maja (8.30 -12.00) Dogadać się z dorosłym dzieckiem. To możliwe!

Warsztat dla grupy zamkniętej

Miejsce: Gdański Uniwersytet Trzeciego Wieku

28 maja (10.00-14.00) Wydobyc bogactwo różnorodności

Warsztat dla grupy zamkniętej

Miejsce: Politechnika Gdańska, Wydział Zarządzania i Ekonomii

Warsztaty międzypokoleniowe służące identyfikacji mocnych stron osób w różnym wieku i zdefiniowaniu płaszczyzny współpracy międzygeneracyjnej.

4 czerwca (8.00 – 10.00) Kreatywni – Aktywni na co dzień

Warsztat dla grupy zamkniętej

Miejsce: Uniwersytet Trzeciego Wieku - Szkoła Wyższa w Gdańsku Ateneum

5 czerwca (10.00-13.00) Komunikacja i asertywność w codziennych kontaktach

Warsztat dla grupy zamkniętej

Miejsce: Uniwersytet Trzeciego Wieku w Wejherowie, ul. M. Kopernika 13

11 czerwca (8.00 – 10.00) Zadbaj o siebie i swoje bezpieczeństwo

Warsztat dla grupy zamkniętej

Miejsce: Uniwersytet Trzeciego Wieku - Szkoła Wyższa w Gdańsku Ateneum

15 czerwca (14.30 – 17.30) Dogadać się z dorosłym dzieckiem. To możliwe!

Warsztat otwarty - rekrutacja w toku

Miejsce: Stowarzyszenie WAGA ul. Biskupia 4, Gdańsk

Warsztaty skierowane są do seniorów, którzy chcieliby poprawić relacje ze swoimi dorosłymi dziećmi. Rozmowy z dorosłymi dziećmi bywają naprawdę trudne. Nieraz próbujesz podzielić się z nimi swoim doświadczeniem życiowym, a spotykasz się... z niezrozumieniem i oporem.

18 czerwca (8.00 -10.00) Żywność źródłem zdrowia i energii

Warsztat dla grupy zamkniętej

Miejsce: Uniwersytet Trzeciego Wieku - Szkoła Wyższa w Gdańsku Ateneum

Prowadząca: Danuta Dumińska - inżynier technolog żywności, specjalistka żywienia człowieka, która wiernie hołduje zasadzie „Jestem tym, co jem”. Ukończyła poradnictwo dietetyczne w Instytucie Żywności i Żywienia, a zdobytą wiedzę wykorzystuje prowadząc poradnictwo dietetyczno-żywnościowe dla osób zdrowych chcących zadbać o dotychczasowy sposób żywienia oraz dla osób z wszelakimi problemami zdrowotnymi m.in. otyłością, cukrzycą, niedokrwistością, osteoporozą i innymi.

19 czerwca (10.00 - 14.00) Zdrowe nawyki i zachowania na co dzień – czyli jak zadbać

o dobre samopoczucie i czerpać radość z ulubionych aktywności

Warsztat otwarty - rekrutacja w toku

Miejsce: Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Gdańsku, ul. Żabi Kruk 16 (parter)

Zagadnienia:

- rola aktywności fizycznej i ruchu oraz programowanie treningu zdrowotnego
- „instrukcja obsługi” kręgosłupa
- sposoby bieżącego regulowania niedomagań organizmu
- znaczenie gromadzenia i zarządzania wewnętrznymi zasobami

TEATR MINIATURA ZAPRASZA

W maju i czerwcu w ramach *Czwartków dla dorosłych* (a zatem w niższej cenie), które odbywają się w Teatrze Miniatura, przygotowaliśmy dla Państwa następujące spektakle:



Bunt – polski *Folwark zwierzęcy* po raz pierwszy na scenie

7 czerwca, godz. 19.00

Wszystko, co chcielibyście wiedzieć o buncie, ale baliście się zapytać... *Bunt* to ostatnia – wydana 21 lat przed *Folwarkiem zwierzęcym* George'a Orwella – powieść polskiego noblisty Władysława Reymonta, która opowiada o buncie zwierząt przeciwko ludziom. W PRL-u zakazana, dziś bardzo mało znana. Spektakl wyreżyserował Jakub Roszkowski, który zrealizował w Miniaturze nagradzanych *Krzyżaków*.

Każdy przyniósł, co miał najlepszego – podróż w czasie do wielokulturowego Gdańska

14 czerwca, godz. 19.00

Adaptacji znakomitej książki Mieczysława Abramowicza – pisarza, historyka, autora wielu prac naukowych i publicystycznych dotyczących historii Gdańska. Przedstawienie skupia się na 6 opowiadaniach ze zbioru Abramowicza, zabierając widzów w podróż w czasie przez lata 1924–1945 w wielokulturowym Gdańsku, mieście, w którym sąsiedowali Niemcy, Polacy, Rosjanie i Żydzi. Tak jak w życiu, nic tu nie jest jednoznaczne ani proste. Piękny las w Stutthofie (dzisiejszym Sztutowie) może być miejscem zarówno miłości dwojga kochanków, jak i zbrodni nie do opisania. Książka Abramowicza i przedstawienie Marka Branda pokazują, jak pozornie błaha codzienność gdańszczan staje się historią. Jak życie zmienia się w pamięć o życiu, lub niepamięć.

Serdecznie zapraszam

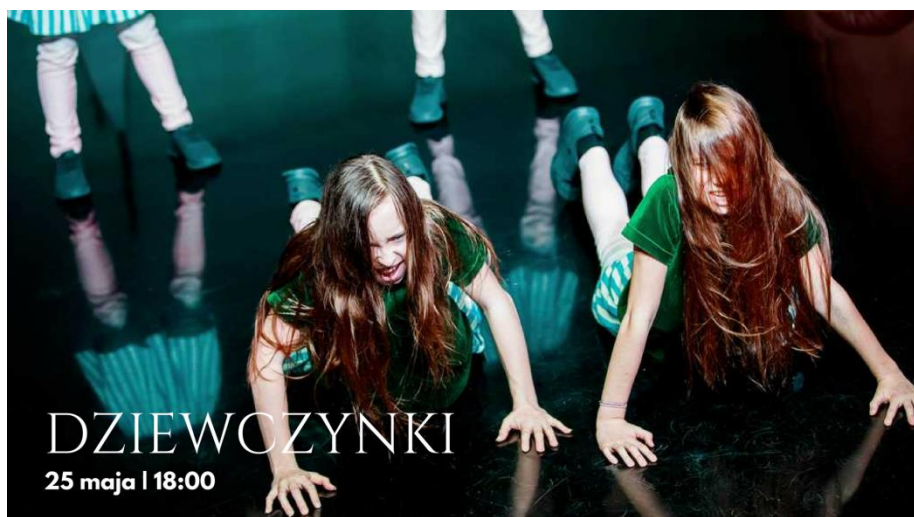
www.teatrminiatura.pl

Dziewczynka | Kobieta | Matka



W okolicach Dnia Matki Gdański Teatr Szekspirowski zaprasza na trzy ważne, mocne spektakle dotyczące wyzwań związanych z dorastaniem i kobiecością oraz społecznych ról kobiet.

Spektakle tworzą cykl: Dziewczynka | Kobieta | Matka, wpisujący się w obchody 100-lecia uzyskania praw wyborczych przez kobiety w Polsce.



DZIEWCZYNKI | Teatr Studio w Warszawie

Lubimy wślaczać je we wzorzec prawdziwego piękna. Bez taryfy ulgowej. Pomysł na bycie kimś innym wydaje się bardzo ryzykowny. Zawsze ktoś patrzy.

Dziewczynkę zazwyczaj definiuje się poprzez to, co wolno i czego nie wolno. Niby może zrobić wszystko, ale tak naprawdę po prostu nie warto przekraczać pewnych granic. Stereotypy wytworzone wokół ciała dziewczynki, postrzeganego jako to „słabsze” często blokują eksploracje ich ciał i ich emocji. Bo czy dziewczynka może się złościć, krzyczeć i sięgać po swoje?

25 maja | 18:00

Bilety: od 50zł



Projekt: MATKA | Teatr Kana ze Szczecina

Projekt MATKA to przewrotna, pełna ironii i poczucia humoru opowieść o młodych matkach, odkrywających jasne i „ciemne” strony macierzyństwa, uroki i trudności bycia mamą, opowieść o ich zmaganiach z samym sobą i otaczającym światem, z wyobrażeniami i oczekiwaniami na temat bycia dobrą mamą.

Czy dobra, kochająca mama może sobie pozwolić na chwile słabości? Czy może czuć się bezradna i zagubiona, wściekła i sfrustrowana? Czy ma prawo wyrażać swoje emocje?

26 maja | 18:00

Bilety: od 30zł



KOBIETOSTAN. Chór na jedną aktorkę.

Kobietostan to projekt o kobietach i dla kobiet, tworzony przez kobiety w odpowiedzi na marginalizację społeczną kobiet ze środowisk defaworyzowanych.

Tekst spektaklu powstał w oparciu o rozmowy z kobietami w Zakładzie Karnym w Krzywańcu, Zakładzie Karnym nr 1 we Wrocławiu, Schronisku św. Brata Alberta dla Bezdomnych Kobiet i Matek z Dziećmi oraz Fundacji Opieka i Troska, prowadzone przez Agnieszkę Bresler od roku 2016 w ramach projektu Kobietostan.

27 maja | 18:00

Bilety: od 30zł

Zakup biletów:

- Online: bilety.teatrszekspirowski.pl
- Kasy Gdańskiego Teatru Szekspirowskiego: Gdańsk, W. Bogusławskiego 1 (godz.14:00-19:00)
- Rezerwacja biletów / informacja: tel. 58 351 01 01 (godz.14:00-19:00)

LETNIE ZAJĘCIA Z PANEM HADAŁĄ

Serdecznie zapraszamy na letnie zajęcia ze szkoły pleców i Tai Chi.

W zajęciach mogą wziąć udział zarówno Słuchacze Uniwersytetu Trzeciego Wieku Uniwersytetu Gdańskiego jak i osoby nie będące słuchaczami naszego UTW.

Terminy zajęć:

Czerwiec:

4, 11, 18 (poniedziałki) i 22 (piątek)

Zdrowy kręgosłup - godziny 9:00, 11:00. 12:00

Tai Chi - godzina 10:00

Wrzesień:

3, 10, 17 i 24 (poniedziałki)

Zdrowy kręgosłup - godziny 9:00, 11:00. 12:00

Tai Chi - godzina 10:00

**Zajęcia odbywać się będą w sali nr 41,
w budynku przy ul. Wita Stwosza 58.**

Czas trwania zajęć – 55 minut.

Opłata za każdy miesiąc zajęć wynosi 50 złotych (należy wpłacać u prowadzącego na zajęciach).

Przed skorzystaniem z zajęć należy skontaktować się telefonicznie z prowadzącym zajęcia mgr Ignacym Hadałą w celu zapisania się i ustalenia czy w grupie jest wolne miejsce. Numer telefonu do kontaktu 504-071-122.



SERCA GWIAZD

Przemek  dzieciom

Koncert charytatywny z cyklu
SERCA GWIAZD



Halina **28.05.18 g.18:30**
FRĄCKOWIAK

Zatoka Sztuki, Sopot
Al. Mamuszki 14

Cegielki - 25 zł
Dostępne w recepcji
tel. 512-811-973

Partnerzy



Patronat medialny



BIURO GUTW

ul. Bażyńskiego 1a

I piętro, pokój 119

tel. 58 523 23 54

trzeciwiek@ug.edu.pl



INDEKSY

**PO ODBIÓR INDEKSU
ZAPRASZAMY
DO BIURA GUTW**

