

Gdańsk, 27 września 2017

## Biuletyn Gdańskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku



UNIwersytet GDAŃSKI  
Gdański Uniwersytet  
Trzeciego Wieku

Szanowni Państwo, Słuchacze Gdańskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku!

W mijających tygodniach zakończyliśmy potwierdzenie kontynuacji oraz rekrutację dla nowych słuchaczy.

Na stronie internetowej uaktualniona została oferta zajęć dodatkowych. Istnieje jeszcze możliwość dopisania się do niektórych grup zajęciowych – szczegóły wkrótce na stronie.

Zachęcamy również do zapoznania się z ciekawymi wydarzeniami.

Gdyby mieli Państwo pytania, wątpliwości, problemy - jesteśmy do Państwa dyspozycji!

Tradycyjnie już zapraszamy na naszą stronę internetową [www.gutw.ug.edu.pl](http://www.gutw.ug.edu.pl) oraz do odwiedzenia i polubienia naszego profilu na Facebooku [>>Facebook UTW<<.](#)

z poważaniem  
Pracownicy Biura GUTW

### OFERTA EDUKACYJNA, SEMESTR ZIMOWY 2017/2018

[Oferta podstawowa \(wykłady\): kliknij](#)

[Oferta zajęć dodatkowych: kliknij](#)

[Charakterystyka zajęć: kliknij](#)

[Organizacja semestru: kliknij](#)



# INAUGURACJA ROKU AKADEMICKIEGO



UNIWERSYTET GDAŃSKI  
Gdańskie Uniwersytetu  
Trzeciego Wieku

## Inauguracja Roku Akademickiego

Gdańskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku UG

4 października, godz. 15:30

AULA Wydziału Prawa i Administracji UG



Serdecznie zapraszamy  
na Inaugurację Roku Akademickiego 2017/2018  
Gdańskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku UG.

Uroczystość odbędzie się  
w środę, **4 października 2016 r.**, o godz. **15:30**  
w auli im. Prof. Mariana Cieślaka  
na Wydziale Prawa i Administracji Uniwersytetu Gdańskiego

Wygład inauguracyjny pt. „*Gdańsk w kinie, kino w Gdańsku*”  
wygłosi dr hab. Krzysztof Kornacki, prof. UG

**POCZĄTEK ZAJĘĆ DODATKOWYCH**

**WSZYSTKIE ZAJĘCIA DODATKOWE**

**ROZPOCZNĄ SIĘ PO INAUGURACJI ROKU,**

**TJ. W CZWARTEK, 5 PAŹDZIERNIKA.**

**Przed rozpoczęciem zajęć prosimy o sprawdzenia informacji  
o miejscu odbywania się zajęć. Informacje o SALACH będą  
dostępne przed pierwszymi zajęciami.**

## NAJWAŻNIEJSZE ZMIANY W PLANIE ZAJĘĆ

### Zmiana dni zajęć języka niemieckiego z panią mgr I. Kowalską

od nowego roku akademickiego zajęcia z języka niemieckiego prowadzone przez p. I. Kowalską odbywać się będą wg. następującego planu:

1. **Poniedziałek godz. 16:30-17:30** – grupa z poniedziałku z godz. 16:00
2. **Wtorek 16:30-17:30** – grupa z poniedziałku z godz. 15:00
3. **Piątek 16:30-17:30** – grupa z poniedziałku z godz. 17:00

### Zmiana dnia zajęć z Turystyki kulturowej prowadzonych przez panią mgr K. Ziemińską – Danilewicz

od nowego roku akademickiego zajęcia z *Turystyki kulturowej* odbywać się będą

w **CZWARTKI** w godz.

9:00 - 10:30 - kontynuacja III/IV sem

10:30-12:00 - **nowa grupa I/II sem.**

### Zawieszenie zajęć z obsługi tabletu, smartfona i komputera prowadzonych przez mgr Annę Darul

Ze względu na inne zobowiązania zawodowe pani Anna Darul **nie będzie prowadziła** zajęć komputerowych w nowym roku akademickim.

Zajęcia z obsługi tabletu i smartfona zostają tymczasowo zawieszono.

### Zawieszenie zajęć z obsługi komputera prowadzonych przez mgr Irenę Weynę

Również zajęcia komputerowe pani Ireny Weyny zostają zawieszono w nowym roku akademickim.

### Zawieszono zajęć z języka chińskiego i Tai-chi

Zajęcia z języka chińskiego i Tai-chi prowadzone przez pracowników Instytutu Konfucjusza zostają zawieszono w semestrze zimowym 2017/2018.

## INDEKSY

**PO ODBIÓR INDEKSU  
ZAPRASZAMY  
DO BIURA GUTW**



**ul. Bażyńskiego 1a**  
**I piętro, pokój 119**  
tel. 58 523 23 54  
[trzeciwiek@ug.edu.pl](mailto:trzeciwiek@ug.edu.pl)



## SPOTKANIE AKADEMII POLSKIEGO FILMU

### Uwaga Słuchacze którzy zapisali się na zajęcia z Akademii Polskiego Filmu!

Zajęcia rozpoczną się 16 października o godzinie 17:00 w auli 1.43 Wydziału Filologicznego Uniwersytetu Gdańskiego. Spotkania Akademii Polskiego Filmu będą rozpoczynały się wykładem specjalnie zaproszonego filmoznawcy. Więcej szczegółów dot. pierwszego spotkania będzie znanych ok. 13 października.

I semestr zajęć Akademii Polskiego Filmu to kurs historii kina polskiego obejmujący czas od 1896 roku do połowy lat 50-tych XX wieku, jest to półwiecze ogromnych przemian: technicznych, produkcyjnych i artystycznych, które ukształtowały dzisiejszy poziom sztuki filmowej.

Podczas pierwszych spotkań dowiemy się jak wyglądały początki kina na ziemiach polskich, a także poznamy dzieła epoki kina niemego. Zobaczymy m.in. jeden z pierwszych filmów, w którym grała późniejsza gwiazda Hollywood Pola Nagri (Apolonia Chałupiec) pt. „Bestia” z 1917 roku, czy odnaleziony w 1997 roku w Belgii przedwojenny film Henryka Szaro z roku 1929 „Mocny Człowiek”. Zrekonstruowany cyfrowo przez Filmotekę Narodową wzbudził zachwyt publiczności i krytyków, i został uznany za jedno ze szczytowych osiągnięć polskiego kina sprzed 1939 roku. W dalszej części semestru omówimy światowy fenomen kina jidysz. To jedyny przykład kiedy mniejszość narodowa wytworzyła swoją własną kinematografię. Zobaczymy film „Dybuk” Michała Waszyńskiego, a także „Judeł gra na skrzypcach” w reżyserii Jana Nowina-Przybylskiego. Podczas I semestru obejrzymy filmy powojenne, a ich seanse rozpoczniemy pierwszym pełnometrażowym filmem fabularnym, który powstał w Polsce po II wojnie światowej „Zakazane piosenki”, w których zadebiutowała Danuta Szaflarska. Ostatnie spotkania poświęcimy filmom wyprodukowanym zgodnie z ideologią socrealizmu, jak i tym zrealizowanym po odwilży politycznej, które odrzucały dotychczasowe ograniczenia i poruszały ówczesnie aktualne tematy, takie jak np. „Człowiek na torze” Andrzeja Munka.

Szczegółowy program zajęć [>>kliknij tutaj<<](#)

## ZAPROSZENIE DO 104. KAWIARNI NAUKOWEJ



Centrum Informatyczne Trójmiejskiej Akademickiej Sieci Komputerowej  
oraz Hotel Rezydent\*\*\*\*\*

mają zaszczyt zaprosić Państwa do **CIV** Kawiarni Naukowej w Hotelu  
Rezydent\*\*\*\*\* w Sopocie (Plac Konstytucji 3 Maja 3) na cykl  
popularnonaukowych spotkań z wybitnymi postaciami polskiej nauki

28 września 2017 roku (czwartek), godz. 18:00

**prof. dr hab. Małgorzata Latałowa (Uniwersytet Gdański)**

*„Naukowe wyprawy w przeszłość umożliwiają ocenę procesów  
przyrodniczych we właściwej dla nich skali czasu. Przykład – Puszcza  
Białowieska”*

*Procesy zachodzące w środowisku przyrodniczym pozostawiają ślady w postaci szczątków kopalnych różnych grup organizmów, a także związków chemicznych, które zachowują się w osadach jezior i mórz, w torfach i glebach kopalnych, nawarstwieniach i naciekach jaskiniowych, pokrywach lodowych i na stanowiskach archeologicznych. Te naturalne archiwa umożliwiają badania m.in. nad zmianami klimatu, przemianami szaty roślinnej i historią wpływu człowieka na środowisko przyrodnicze w długich skalach czasu obejmujących dziesiątki, setki, czy też setki tysięcy lat. Badania w takich skalach czasu stwarzają odpowiednią perspektywę dla poznania mechanizmów zmian zachodzących w środowisku przyrodniczym i dla właściwej oceny procesów obserwowanych współcześnie oraz są podstawą dla modelowania prognostycznego. Przykładem są rezultaty prac nad przeszłością Puszczy Białowieskiej, które pozwalają spojrzeć na występujące tam dzisiaj zaburzenia ekologiczne w kontekście długoterminowej dynamiki zbiorowisk leśnych, zmian klimatu i lokalnej działalności człowieka.*

*Wstęp do Kawiarni Naukowej jest wolny.*

TEATR WYBRZEŻE ZAPRASZA

teatrwybrzeze

OFERTA SPECJALNA

NA ROZPOCZĘCIE NOWEGO SEZONU 2017/2018

DLA SŁUCHACZY  
UNIwersytetu TRZECIEGO WIEKU W GDAŃSKU

Zapraszamy na spektakl  
Radosława Paczochy

## URODZINY

CZYLI CEREMONIE ŻAŁOBNE W CZAS RADOSNEGO ŚWIĘTA

reżyseria: Adam Orzechowski

Duża Scena przy Targu Węglowym w Gdańsku  
**10 października 2017, godzina 19.00**

Każdy słuchacz UTW, po okazaniu indeksu, może kupić  
**bilet po 11 zł** (maksymalnie 2 bilety dla jednego słuchacza)  
Uwaga! Promocja dotyczy tylko tych terminów spektaklu!

Rezerwacja biletów:  
aleksandra.weber@teatrwybrzeze.pl  
tel. 58 301 70 28

Więcej informacji: [www.teatrwybrzeze.pl](http://www.teatrwybrzeze.pl)

## DEBATA SPOŁECZNA „BEZPIECZEŃSTWO SENIORÓW”

Komisariat Policji II w Gdańsku przy udziale Urzędu Marszałkowskiego Województwa Pomorskiego reprezentowanym przez Pełnomocnika ds. Senioralnych Pana Tadeusza Adamejstis oraz innych instytucji, które zajmują się problematyką osób seniorów, organizuje **debatę społeczną dla osób starszych**, która odbędzie się dniu **29 września 2017 r. o godz. 10.00** w **Sali Okrągłej Konferencyjnej Urzędu Marszałkowskiego Województwa Pomorskiego w Gdańsku przy ul. Okopowej 21/27.**

Szczegółowy program debaty:

### Prelegenci:

**Specjaliści z Komisariatu II Policji, Urzędu Ochrony konkurencji i Konsumentów oraz Izby Skarbowej odpowiedzą na pytania:**

- Jak nie dać się oszukać „Na wnuczka, administratora, krewną .....”?
- Co zrobić gdy zostaliśmy oszukani i zawarliśmy niekorzystną umowę?
- Jak nie dać się zmanipulować przez oszusta?
- Konsekwencje zawierania fikcyjnych umów

9:30-10:00	Rejestracja uczestników
9:30-12:00	Serwis kawowy
10:00-10:15	Przywitanie uczestników, Wprowadzenie – Paweł Orłowski - członek Zarządu Województwa Pomorskiego
10:15-11:50	Jak nie dać się oszukać „Na wnuczka, administratora, krewną .....”? Co zrobić gdy zostaliśmy oszukani i zawarliśmy niekorzystną umowę? Jak nie dać się zmanipulować przez oszusta? Konsekwencje fikcyjnych umów Quiz z nagrodami
11:50-12:00	Podsumowanie, Rekomendacje wniosków – Tadeusz Adamejstis – Pełnomocnik Marszałka ds. Polityki Senioralnej

**Serdecznie zapraszamy!**

## ZIMĄ W BIAŁCE TATRZAŃSKIEJ!

Podobnie jak w latach ubiegłych organizujemy dla słuchaczy GUTW atrakcyjny pobyt zimowy w górach w Białce Tatrzańskiej.

W programie -wycieczki turystyczne , baseny termalne, jazda na nartach biegowych , zjazdowych ,wieczory muzyczne i taneczne przy muzyce kapeli góralskiej.

Termin- **3 do 10 lutego 2018 r.** Koszt pobytu - nocleg , wyżywienie , ubezpieczenie pokrywają uczestnicy. Dojazd - przejazd grupowy organizowany przez Internet.

Zapisy wraz z wpłatą zaliczki w terminie do **26 października** przyjmuje Leon Chwiałkowski w środy i czwartki po wykładach na holu Wydz. Prawa na I piętrze.

**Szczegółowe informacje - Leon Chwiałkowski tel. 505 826 296.**

**PAN Biblioteka Gdańska  
zaprasza na kolejny wykład z cyklu  
"Otwarte odczyty szkoleniowe w Bibliotece  
Gdańskiej PAN".**



**We wtorek 3 października 2017 r. o godz. 13.00**  
zapraszamy do Biblioteki przy ul. Wałowej 24 (sala  
konferencyjna)  
na odczyt **dr Marii Otto**  
zatytułowany  
**„Gedanensia w księgozborze Johanna Fidalke”.**

Udział w wydarzeniu jest bezpłatny.  
Serdecznie zapraszamy!





## I OGÓLNOPOLSKA OLIMPIADA WIEDZY OBYWATELSKIEJ „SENIOR OBYWATEL” 2017 / 2018

ZA  
*starość*  
— NASZĄ I WASZĄ —

ROZMAWIAMY O KONWENCJI  
O PRAWACH OSÓB STARSZYCH

**I GDAŃSKIE ELIMINACJE O PUCHAR PREZYDENTA GDAŃSKA  
ODBĘDĄ SIĘ W DNIU 14.10.2017, GODZ. 10:00  
W SALI CENTRUM EDUKACJI NAUCZYCIELI  
W GDAŃSKU 80-41 GDAŃSK AL. GEN. JÓZEFA HALLERA 14**

**SENIORKO! SENIORZE!  
ZAINTERESUJ SIĘ, ZADZWOŃ, NAPISZ,  
MOŻE WOLNE MIEJSCE CZEKA WŁASNIE NA CIEBIE!**

KONTAKT : TEL 883 703 713 / TEL 735 108 023 / E-MAIL: [dpops.gdansk@gmail.com](mailto:dpops.gdansk@gmail.com)

PRZED ELIMINACJAMI 30 WRZEŚNIA O GODZ. 10:00  
WYKŁAD OTWARTY Z NAUK SPŁECZNYCH NA UNIWERSYTECIE GDAŃSKIM  
PRZEWIDZIANE UPOMINKI I NAGRODY

### ORGANIZATORZY

DELEGATURA POMORSKA OBYWATELSKIEGO PARLAMENTU SENIORÓW



PATRONAT PREZYDENTA MIASTA GDAŃSKA ORAZ RADY MIASTA GDAŃSKA

### PATRONAT MEDIALNY

- GDAŃSKIE CENTRUM MEDIALNE Sp. z o.o. • RADIO GDANSK • DZIENNIK BAŁTYCKI •

**SERDECZNIE ZAPRASZAMY I CZEKAMY!**



[www.gdansk.pl](http://www.gdansk.pl)





## Oferta specjalna dla Słuchaczy Uniwersytetu III Wieku

Mamy przyjemność zaprosić Państwa na specjalne zajęcia, tylko dla studentów Uniwersytetu III wieku. Ćwiczenia będą się odbywać w Fitness Klubie AKADEMOS, który mieści się na terenie Akademii Wychowania Fizycznego i Sportu w Gdańsku, ulica Kazimierza Górskiego 1.

Klub nasz podzielony jest na następujące strefy:

- do aerobiku
- do zajęć Indoor Cycling
- do ćwiczeń siłowych (maszyny jednostacyjne oraz wolne ciężary)
- do ćwiczeń typu cardio (m.in.: bieżnie, ergometry wioślarskie, rowerki)
- do stretchingu
- do treningu typu crossfit
- saun (sauna na pdczerwień, dwie sauny suche, łaźnia parowa z pomieszczeniem wypoczynkowym)

jak również nowoczesnie wyposażone gabinety rehabilitacji, w których wykonujemy masaże, fizykoterapię, kinezyterapię i inne (cennik i dodatkowe informacje na [www.akademos.net.pl](http://www.akademos.net.pl)).

Oferujemy również możliwość skorzystania z kawiarenki, w której poza najwyższej klasy odżywkami wspomagającymi regenerację potreningową proponujemy m.in.: kawę, herbatę i napoje.

Zapraszamy na ćwiczenie wzmacniające mięśnie grzbietu, brzucha, kończyn górnych i kończyn dolnych, stretching, ćwiczenia z wykorzystaniem dużych i małych piłek itd. Sprzęt którym dysponujemy gwarantuje bezpieczny i efektywny trening, co w połączeniu z opieką doświadczonych instruktorów, gwarantuje ćwiczącym pełną satysfakcję i bezpieczeństwo.

### **Cena zajęć:**

- jednorazowe wejście na godzinę ćwiczeń 15 zł
  - jednorazowe wejście na godzinę ćwiczeń + sauna 20 zł
  - cena za karnet miesięczny 40 zł. ( za 4 wejścia w miesiącu)
  - cena za karnet miesięczny 68 zł. ( za 8 wejść w miesiącu)
- Zajęcia będą odbywać się w poniedziałek i środa – o godzinie 11.00.

Dodatkowo dla uczestników zajęć i studentów Uniwersytetu III Wieku mamy specjalną promocję na rehabilitację i masaże – 20% zniżki, przy przedłużającej się rehabilitacji – możemy ustalić indywidualne ceny.

Chcielibyśmy również zaznaczyć, że dla naszych klientów jest bezpłatny parking na zamkniętym terenie.

Pytania prosimy kierować do Joanna Benedict-Kleszczewska 509-734-711

Zapisy na zajęcia:

- Joanna Benedict – Kleszczewska 509-734-711
- Fitness Klub Akademos
- Biuro Uniwersytetu III Wieku

# Senior N

odkryj potencjał  
osób starszych



## Zapisy na zajęcia!

Zadzwoń: **58 323 41 22, 58 323 41 26**

Pierwsze spotkanie: **29.09.2017 godz. 16<sup>00</sup>**

Celem projektu **SeniorON** jest poprawa jakości i poziomu życia osób starszych i przygotowanie ich do godnego starzenia się poprzez aktywność społeczną. Projekt ma za zadanie aktywizację i wzmacnianie więzi międzypokoleniowych i kreowanie wśród dzieci i młodzieży wizerunku osób starszych jako godnych partnerów przy realizacji wspólnych działań.

### Projekt ma za zadanie:

- poprawę jakości życia seniorów poprzez zwiększenie ich udziału w życiu społecznym,
- integracji międzypokoleniowej dzieci i młodzieży oraz osób 60+ bogatych w doświadczenie, wiedzę i pasję poprzez zajęcia z pierwszej pomocy, warsztaty edukacyjno - artystyczne z obszaru kultury, sztuki i historii oraz z przeciwdziałania e-wykluczeniu,
- budowanie aktywnej społeczności lokalnej i przeciwdziałanie izolacji społecznej,
- zaangażowanie dzieci i młodzieży oraz seniorów w wzmocnienie współpracy lokalnej poprzez wzajemne poznawanie się i uczenie się od siebie.

Zajęcia odbywają się w każdy ostatni piątek miesiąca,  
w oddziale PCK w Gdańsku przy ul. Kurkowej 8

Zajęcia są bezpłatne.  
Projekt przewiduje 6 spotkań.



# WYKŁADY WSZECHNICY



POLSKA AKADEMIA NAUK Oddział w Gdańsku  
Urząd Miejski w Gdańsku – Biuro Prezydenta ds. Kultury  
Nadbałtyckie Centrum Kultury w Gdańsku

zapraszają  
wszystkich zainteresowanych na  
cykl otwartych wykładów

## PSYCHOLOGIA SPOŁECZNA WSPÓŁCZEŚNIE

3 października 2017 r., godz. 18.30  
(wtorek)

dr hab.

**Magdalena Żemojtel-Piotrowska**  
(Uniwersytet im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego)

*Nie tacy znów wyjątkowi – Polacy w świetle  
badań psychologii międzykulturowej*

10 października 2017 r., godz. 18.30  
(wtorek)

dr hab.

**Krystyna Drat-Ruszczak**  
(SWPS Uniwersytet Humanistycznospołeczny, Sopot)

*Zmiany kultury a zaburzenia osobowości  
– narcyzm i zaburzenie borderline*

24 października 2017 r., godz. 18.30  
(wtorek)

prof. dr hab.

**Bogdan Wojciszke**  
członek rzecz. PAN

(SWPS Uniwersytet Humanistycznospołeczny, Sopot)

*Kultura, natura i psychiczne różnice  
między mężczyznami i kobietami*

7 listopada 2017 r., godz. 18.30  
(wtorek)

prof. dr hab.

**Dariusz Doliński**  
członek koresp. PAN

(SWPS Uniwersytet Humanistycznospołeczny, Wrocław)

*Gdy sytuacja rządzi człowiekiem.  
Uleganie autorytetom po polsku*

21 listopada 2017 r., godz. 18.30  
(wtorek)

dr

**Konrad Bocian**

(SWPS Uniwersytet Humanistycznospołeczny, Sopot)

*Psychologia moralności a budowanie  
etycznej kultury organizacyjnej*



**Ratusz Staromiejski**  
Sala Mieszczańska  
ul. Korzenna 33/35, Gdańsk



W S T Ę P W O L N Y

# PROPOZYCJA NOWYCH ZAJĘĆ

## Mitologia i religia starożytnej Grecji

prowadząca: dr Magdalena Nowakowska

Na zajęcia zapraszam każdego, kogo interesują takie zagadnienia jak:

- Czym jest mit?
- Jak według Greków został stworzony świat i ludzie?
- Jak Grecy czcili bogów?
- Jak wyobrażali sobie „życie po śmierci” i krainę umarłych?
- Kim byli herosi?

Na zajęciach spotkamy się też z greckimi kapłanami i kapłankami, wieszczkami i wyroczniami, postaciami niektórych bogów, opowiemy o nowych koncepcjach duszy i pobocznych nurtach religii greckiej. Sięgnijemy po literaturę źródłową i współczesną, a całość wzbogacimy materiałem ilustracyjnym.

**Zajęcia odbywać się będą w piątki w godz. 9:30-11:00**

**Opłata za zajęcia: 80 zł**

---

## Fotografia dla każdego

prowadzący: mgr Dariusz Lisowski

W ramach zajęć prowadzonych pod wszystko mówiącym szyldem "fotografia dla każdego" zapoznamy się z podstawową wiedzą o budowie i działaniu aparatu fotograficznego (cyfrowego). Poznamy trudne, ale podstawowe pojęcia np. kompozycja otwarta i zamknięta, dynamiczna i statyczna, perspektywa, głębia ostrości, ruch w fotografii.

W trakcie zajęć praktycznych wykonamy zdjęcia portretowe w pomieszczeniu i w terenie, zdjęcia architektury, pejzażu, martwej natury, reprodukcje.

w ramach obróbki komputerowej zdjęć nauczymy się jak skopiować i obrobić-przygotować zdjęcie do druku na drukarce domowej lub w punkcie foto (kadrowanie, korekta kolorystyczna i kontrastu, zmiana rozmiaru zdjęcia, tworzenie zdjęć sepia, czarno białych i kolorowych, a także fotomontaż i wprowadzanie napisów w obraz zdjęcia).

**Zajęcia odbywać się będą w piątki w godz. 17:00-18:00**

**Opłata za zajęcia: 90 zł**

---

## Wybrane zagadnienia z teorii literatury pięknej

prowadzący: mgr Waldemar Pawłowski

Wstępny zakres tematów z literatury pięknej

1. Podstawowe wyznaczniki utworu literackiego
2. Forma i treść dzieła literackiego, klasyfikacja dzieł literackich
3. Funkcje dzieła literackiego, główne cechy arcydzieł i kiczu
4. Kategorie estetyczne w literaturze
5. Literatura popularna i literatura ludowa
6. Budowa dzieła literackiego i jego struktura
7. Zagadnienia prawdy i fikcji w utworze literackim
8. Pojęcie okresu literackiego i prądu literackiego
9. Rodzaje literackie: epika, liryka, dramat
10. Motywy i wątki, związki między nimi, narracja

11. Rodzaje postaci literackich

12. Literatura a pokrewne dziedziny sztuki

**Zajęcia odbywać się będą w poniedziałki w godz. 13:30-15:30**

**Opłata za zajęć: 120 zł**

---

## **JAK BYĆ SZCZĘŚLIWYM**

prowadząca: mgr psychologii, inż. Informatyki Katarzyna Krystek

Na warsztatach będzie można dowiedzieć się czym jest szczęście. Obalony zostanie mit, że ze szczęściem się rodzimy („urodzony pod szczęśliwą gwiazdą”). Poznać będzie można wyznaczniki szczęścia oraz sposoby ich osiągania. Pokazane zostanie, jak wziąć sprawy w swoje ręce i pomóc „szczęściu” zagościć w naszym codziennym życiu.

Ogólne ramy programu będą skupiały się m. in. na budowaniu obrazu własnej osoby, nawiązywaniu i budowaniu więzi z innymi ludźmi, odnajdywaniu i wyznaczaniu nowych zainteresowań, celów, pokonywaniu przeszkód w drodze do realizacji celów itp.

Zajęcia będą miały formę edukacyjno-warsztatową, będą połączeniem krótkich wykładów, dyskusji, z różnymi metodami ćwiczebnymi.

**Prowadząca:** Katarzyna Krystek - absolwentka psychologii Szkoły Wyższej Psychologii Społecznej w Sopocie i informatyki Wyższej Szkoły Nauk Humanistycznych i Dziennikarstwa w Poznaniu. Prowadząca warsztaty na Uniwersytetach Trzeciego Wieku w Sopocie i Gdańsku z zakresu psychologii, fotografii i grafiki. Przebyty w trakcie studiów psychologicznych trening twórczości skłania ją do wykorzystywania w swojej pracy szkoleniowca technik i metod o niego opartych.

**Zajęcia odbywać się będą we wtorki w godz. 10:00-11:30**

**Opłata za zajęć: 120 zł**

---

## **WARSZTATY Z KOMUNIKACJI**

prowadząca: mgr psychologii, inż. Informatyki Katarzyna Krystek

Wiele problemów dnia codziennego wynika z nieumiejętnego komunikowania się z otoczeniem. Na warsztatach będzie można zapoznać się z podstawowymi błędami popełnianymi w relacjach na poziomie komunikacji werbalnej i niewerbalnej oraz sposobami radzenia sobie z nimi. Uczestnicy dowiedzą się o znaczeniu emocji, samooceny w procesie komunikacji oraz poznają modele skutecznej komunikacji.

Ramy programowe warsztatu:

- Jak rodzi się plotka – o idei rozmowy bezpośredniej.
- Komunikaty sms, mail – współczesny sposób porozumiewania się.
- Język ciała – motywowanie i wywieranie wpływu na innych.
- Asertywność – czym jest i jak jej używać.
- Świadomość własnej osoby i empatia w procesie komunikacji.
- Idea i praktyczne zastosowanie ‘Komunikacji bez przemocy’.

Zajęcia będą miały formę edukacyjno-warsztatową, będą połączeniem krótkich wykładów, dyskusji, z kreatywnymi metodami ćwiczebnymi.

**Zajęcia odbywać się będą we wtorki w godz. 11:30-13:00**

**Opłata za zajęć: 80 zł**

---

# HISTORIA POWSZECHNA 1815-1914

prowadzący: mgr Andrzej Błaszczuk

## **I. Zagadnienia wstępne.**

1. Ramy czasowe omawianej tematyki.
2. Geneza i treść rozwiązań politycznych o charakterze systemowym na przykładzie ładu wiedeńskiego, systemu wersalsko-waszyngtońskiego oraz porządku jałtańskiego-poczdamskiego.
3. Porządek wiedeński i jego cechy charakterystyczne.

## **II. Europa i świat w pierwszej połowie XIX stulecia.**

1. Znaczenie reform Steina i Hartenberga w kontekście programu zjednoczenia Niemiec.
2. Postanowienia kongresu wiedeńskiego i ich polityczne reperkusje.
3. Ziemia polska w pierwszej połowie XIX stulecia w aspekcie politycznym, gospodarczym i społecznym.
4. Wiosna ludów 1848-1849 i jej historyczne znaczenie.

## **III. Europa i świat w drugiej połowie XIX stulecia.**

1. Wojna krymska jako zwiastun destrukcji porządku wiedeńskiego.
2. Sytuacja polityczna, gospodarcza i społeczna w USA w kontekście wojny secesyjnej i jej skutków.
3. Rewolucja Meiji w Japonii.
4. Anglia w epoce wiktoriańskiej.
5. Zjednoczenie Włoch i Niemiec.
6. Obraz sytuacji politycznej w Europie w latach 70-tych XIX wieku.

## **IV. Kolonializm drugiej połowy XIX stulecia.**

1. Polityka Anglii, Francji, Niemiec, USA oraz Japonii wobec Chin.
  2. Cechy charakterystyczne polityki kolonialnej Stanów Zjednoczonych Ameryki Północnej.
  3. Polityczne, gospodarcze i społeczne konsekwencje polityki kolonialnej.
  4. Eskalacja konfliktów między starymi i nowymi potęgami.
  5. Ukształtowanie się doktryny imperialnej.
  6. Główne kierunki przemian gospodarczo-ekonomicznych w drugiej połowie XIX wieku.
  7. Kultura materialna i duchowa przełomu XIX i XX wieku.
-

**GDAŃSKI KLUB  
OKINAWA SHORIN RYU KARATE**

**GDAŃSKI UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU  
UNIWERSYTETU GDAŃSKIEGO**

**ZAPRASZA NA ZAJĘCIA**

# **"ZAJĘCIA Z SAMOOBRONY" Z ELEMENTAMI OKINAWA KARATE**

**MIEJSCE: GDAŃSKI UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU  
UNIWERSYTETU GDAŃSKIEGO**

- karate specjalnie dla seniorów
- nauka technik samoobrony
- ćwiczenia ogólnorozwojowe dostosowany do wieku
- zajęcia pozytywnie wpływające na zdrowie
- zajęcia trwają 60 minut
- egzaminy na stopnie - pasy

**ZAJĘCIA: 1 RAZ W TYGODNIU  
CZAS: 60 min**

**BEZPŁATNA LEKCJA POKAZOWA !!!**

**ZAPISY I INFORMACJE:**

**GDAŃSKI UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU**

**TEL. +48 58 523 23 54**

**PROWADZĄCY:**

**MGR EWELINA LITWIŃSKA - INSTRUKTOR KARATE 3 DAN**

**MGR ADRIAN LITWIŃSKI - INSTRUKTOR KARATE 3 DAN**

