

KURIER SENIORA



Regionalnej Sieci Uniwersytetów Trzeciego Wieku
Wyższej Szkoły Gospodarki

NR 1, MAJ 2013



Róbmy swoje... póki jeszcze ciut się chce

W jaki sposób wytłumaczylibyśmy ideę Uniwersytetów Trzeciego Wieku osobie pochodzącej z innej rzeczywistości kulturowej? Humorystycznie rzecz ujmując może powiedzieliśmy, że to takie miejsce, gdzie ludzie z dorobkiem linii na twarzy i o dostojnych ruchach spotykają się, żeby porozmawiać, nauczyć się nowych rzeczy, wzajemnie wspierać, zrelaksować, zadbać o kondycję ciała i umysłu.

Pełni powagi opisywalibyśmy bogactwo wykładów, różnorodność tematyki, wielość sekcji do wyboru: począwszy od językowych na turystycznych skończywszy.

Po co to robimy?

Jeszcze sto lat temu w wielu społecznościach seniorów traktowano jako głowy rodu, osoby poważane i decyzyjne. Kiedy nadeszły czasy intensywnej industrializacji okazało się, że wiele zmieniło się w postrzeganiu rzeczywistości i pozycji osób starszych. Miernikiem stała się wydajność, efektywność, zatem kategorie związane z efektami pracy, ale wyłącznie zarobkowej, mającej wymiar namacalny, liczbowy, przeliczany na Produkt Krajowy Brutto lub inne wskaźniki ekonomiczne. W obliczu starzenia się społeczeństw Europy poszczególne państwa zaczęły zastanawiać się nad zmniejszaniem świadczeń socjalnych, w tym przeznaczanych na emerytury. Zmianie uległa również struktura rodziny od wielopokoleniowej, z dominującą rolą najstarszych, do modelu 2+1, z naciskiem na własny dobrobyt i wspomagającą rolą „dziadków”.

Czy możemy buntować się wobec obecnego? Raczej nie. Czy schematy wobec starości postrzegającej seniorów jako niedoświadczonych, zależnych, agresywnych, istnieją i mają się dobrze? Niestety tak, bo i takie postawy wśród nas można obserwować. Ale równie często funkcjonują uprzedzenia wobec młodzieży, postrzeganej jako zepsuta, niewychowana. Jednak mamy świadomość, że wielu młodych ludzi wychodzi poza ten schemat i zupełnie inaczej funkcjonuje. To porównanie młodzieży i osób starszych wcale nie jest tak odległe, jak mogłoby się pozornie wydawać. Obie te grupy mają przed sobą nowy etap życia, obie poszukują dla siebie miej-

sca i wypracowują styl życia, a często walczą o niezależność, nie zawsze mają się dobrze finansowo i obydwie spotykają się ze schematami i uprzedzeniami (Za młody, żeby...; Za stary, żeby...).

Z perspektywy historycznej seniorzy faktycznie utracili przewodnią rolę w rodzinie i społeczeństwie, co jest trudne do zaakceptowania, ale zyskali autonomię wyboru, wolność w zarządzaniu własnym czasem, a na ile potrafią z tej wartości skorzystać to kwestia indywidualna. W całej Polsce, w mniejszych i większych miejscowościach są tworzone U3W, zatem możliwości istnieją. Kwestia chęci skorzystania z tego, co jest coraz powszechniej



Bydgoski Przemarsz Kapeluszy

dostępne. Kluczowe jest rozpoczęcie od siebie i własnego środowiska. Warto odnaleźć dla siebie przestrzeń autokreacji i pokazać, że – wbrew stereotypom – seniorzy są bardzo różni, lepiej wykształceni, z coraz większym apetytem na życie i dbałością o jego jakość. Ci, którzy korzystają z możliwości rozwoju jaką dają U3W, mając się lepiej, aktywizując siebie i własne otoczenie tworzą nowy wzorzec „trzeciego wieku”, ludzi chcących wiele i oczekujących jeszcze więcej. Zatem: Róbmy swoje, ... Póki jeszcze ciut się chce”.

* Tytuł zaczerpnięto z piosenki W. Młynarskiego, „Róbmy swoje”.



Słuchacze U3W WSG z Władzami Wyższej Szkoły Gospodarki

Warto! A dlaczego?

Wyższa Szkoła Gospodarki to Uczelnia ukierunkowana na kształcenie międzypokoleniowe i ustawiczne. Jednostką zajmującą się intensywną różnymi formami aktywizacji oraz edukacji całościowej jest Centrum Nowoczesnej Edukacji. Zgodnie z ideą uczenia się przez całe życie, staramy się także o włączenie seniorów do systemu kształcenia, prowadząc zajęcia w ramach Regionalnej Sieci Uniwersytetów Trzeciego Wieku - najpopularniejszej w ostatnich latach formy edukacji ludzi starszych.

Sieć tę tworzymy nieustannie od 2008 roku. W chwili obecnej posiadamy 20 filii Uniwersytetów Trzeciego Wieku, rozlokowanych na terenie różnych miejscowości naszego województwa i nie tylko. W zajęciach regularnie uczestniczy ponad 1200 Słuchaczy.

Odpowiadając na rosnące zainteresowanie Słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku, stworzyła bardzo bogatą ofertę wykładów, kursów i warsztatów, aby każdy mógł rozwijać swoje umiejętności według zainteresowań i indywidualnych potrzeb. Są to: kursy językowe, warsztaty komputerowe, warsztaty rekreacyjno-sportowe, warsztaty rehabilitacyjne, warsztaty hobbystyczne. Słuchacze mogą się zapisać na Akademię Technologii Umysłowych i Akademię Superbabci.

Według wszelkich badań socjologicznych oraz demograficznych społeczeństwo polskie nieustannie starzeje się. Należy zatem korzystać z doświadczeń gerontologii i andragogiki tworząc, szczególnie w niewielkich ośrodkach miejskich struktury umożliwiające integrację społeczną seniorów.

Do czynników utrudniających te działania należą m. in.: pogarszający się stan zdrowia, trudna sytuacja materialna, poczucie osamotnienia i marginalizacji, duże zaangażowanie w życie rodzinne (m.in. opieka nad wnukami), niewystarczające kompetencje cyfrowe. Temu wszystkiemu zapobiega udział seniorów w zajęciach w ramach Uniwersytetu Trzeciego Wieku.

Wyjątkowa sieciowa formuła Uniwersytetów Trzeciego Wieku Wyższej Szkoły Gospodarki skierowana do osób dojrzałych z całego regionu również z małych miejscowości, realizowana zarówno w klasycznych formach wykładowych jak i nowych aktywizujących formach dyskusyjnych, wyjazdowych, warsztatowych, lektoratowych i projektowych. Zajęcia regularnie odbywają się w Bydgoszczy oraz ponad 20 miejscowościach naszego województwa, w których udział bierze ponad 1200 Słuchaczy.

Regionalna Sieć Uniwersytetów Trzeciego Wieku WSG spełnia następujące funkcje: afiliacyjną, edukacyjną, integracyjną, ekspresyjną, profilaktyczną, doświadczeniową.

Co wyróżnia Uniwersytet Trzeciego Wieku WSG?

- rozwój samorządności słuchaczy,
- ścisła współpraca wszystkich Filii,
- decentralizacja i delegowanie zadań,
- wspólne standardy zarządzania i organizacji,
- podejmowanie ryzyka i zachęcanie do eksperymentowania,
- ciągle poszukiwanie zwiększenia efektywności działania,
- podejmowanie decyzji na podstawie faktów - uczenie się na błędach,
- twórczość oraz kreatywność w działaniu - kapitał intelektualny.

Więcej informacji o Uniwersytecie Trzeciego Wieku WSG znajdziecie Państwo na naszej stronie:
www.u3w.byd.pl

Dziennikarskie Inspiracje III Wieku

*Zimą hartujemy swoje zdrowie,
Wiosną radość nam odnowi.
Lato słońcem nas ogrzeje
dużo energii w serce wleje.
Byśmy zdrowi byli i do setki tak dożyli.
W starszym wieku dużo wiedzy
z Uniwersytetu zdobyli.*

To tylko fragment wiersza pani Zofii Krzemińskiej, Słuchaczki Uniwersytetu Trzeciego Wieku. W całości można go przeczytać na reporterskiej stronie WSG: www.gazeton.byd.pl.

Seniorzy mają na niej własną „zakładkę”: Dziennikarskie Inspiracje III Wieku.

Tym razem prezentują się jako dziennikarze, autorzy tekstów, felietonów, relacji, a także wierszy. Dzielą się w nich swoją pasją do życia i przygodą z naszą uczelnią.

Chowane w szufladzie, nieśmiało skrywane nawet przed najbliższymi teksty, teraz mogą zostać opublikowane! Z niecierpliwością czekamy na nowe artykuły.

Zapraszamy do współpracy! Teksty prosimy przysyłać na adres: pr@byd.pl.



10 RAD DLA ŚWIEŻO UPIECZONEJ BABCI I ŚWIEŻO UPIECZONEGO DZIADKA

A jak **AMBITNE** i **ATRAKCYJNE** plany.
Planuj swoje życie na emeryturze z wyprzedzeniem. Miej marzenia. Zamieniaj je na konkretne plany. Realizuj je konsekwentnie i z energią. Chwal się każdym osiągnięciem.

K jak **KREATYWNOŚĆ** na co dzień.
Nie ograniczaj siebie i nie pozwalaj na to innym. Nie poddawaj się stereotypom. Stawiaj przed sobą ciągle nowe cele, wymyślaj nowe zajęcia, odnajduj nowe zainteresowania. Patrz na życie jak na pasmo stale pojawiających się możliwości i wyzwań. Zapomnij o słowie „rutyna”.

T jak **TOWARZYSKIE**, czyli życie towarzyskie, spotkania, kontakty.
Nie zamykaj się w czterech ścianach. Spotykaj się z rodziną, przyjaciółmi, znajomymi. Zaufaj innym i pozwól, by dodawali kolorytu Twojemu życiu. Otwórz się na ich pomysły i natchnij ich własnymi ideami.

Y jak **YOGA**, medytacje, chwila dla siebie.
Znajdź w ciągu dnia moment, żeby się zatrzymać, pomedytować, pomodlić, zadumać. Pozwól swojemu umysłowi odpocząć. Rozluźnij ciało. Uspokój galopujące myśli. Zauważ piękno dokoła siebie. Dostrzeż dobro i miłość. Naładuj akumulatory.

W jak **WNUKI**, czyli pełnienie roli babci lub dziadka. Niech czas spędzany z wnukami będzie powodem do radości. Baw się. Odkryj w sobie dziecko. Przypomnij sobie, jak to jest lepić babki z piasku i malować bez pędzla. Nie pozwól jednak na zredukowanie Cię do roli opiekuna na zawołanie. Niech opieka nad wnukami nie stanie się jedynie przykrym obowiązkiem.



T jak towarzyskie, czyli życie towarzyskie. U3W przy WSG, to także wspólne imprezy, spotkania, nawiązujące się przyjaźnie. Na zdjęciu bal karnawałowy Słuchaczy.

N jak **NOWOŚCI** i **NOWINKI**.
Nie obawiaj się nowości, także tych technologicznych, komputerowych czy internetowych. Znajdź cierpliwego nauczyciela i otwórz w swoim życiu nowe okno na świat.

O jak **ODWAGA** bycia sobą i wyrażania własnych potrzeb.
Masz prawo mieć swoje zdanie. Możesz mieć inny pomysł na siebie, nie musisz podporządkowywać się potrzebom innych. Naucz się zdrowego egoizmu, czyli dbaj o siebie, nie krzywdząc innych.



K jak Kreatywne pomysły Słuchaczy na spotkaniu w Walentynki

Ś jak **ŚMIECH** to zdrowie.
Naucz się dostrzegać zabawne sytuacje. Śmieję się często i szczerze. Także z siebie, swoich gaf czy pomyłek.

Ć jak **ĆWICZENIA** fizyczne,
Cbo w zdrowym ciele zdrowy duch.
Znajdź taki rodzaj ruchu, który Tobie odpowiada i sprawia Ci przyjemność. Ruszaj się sam lub z przyjaciółmi. Docień wagę spacerów. Naucz się oddychać pełną piersią – dosłownie.

I **OSTATNIA RADA WYNIKAJĄCA Z WSZYSTKICH POPRZEDNICH:**
AKTYWNOŚĆ, fizyczna, umysłowa, towarzyska, społeczna.
Aktywność w każdej sferze. Bo aktywny znaczy zdrowszy i szczęśliwszy

Przypowieść o liliowym kapeluszu

Kobieta ...

Kiedy ma 5 lat:

Ogląda się w lustrze i widzi księżniczkę...

Kiedy ma 10 lat:

Ogląda się w lustrze i widzi Kopciuszka...

Kiedy ma 15 lat:

Ogląda się w lustrze, widzi obrzydliwą siostrę przyrodną Kopciuszka i mówi: „Mamo, przecież tak nie mogę pójść do szkoły!”

Kiedy ma 20 lat:

Ogląda się w lustrze, widzi siebie i myśli: „za gruba/za chuda, za

niska/za wysoka, włosy za bardzo kręcone/za proste”, ale mimo wszystko wychodzi z domu...

Kiedy ma 30 lat:

Ogląda się w lustrze, widzi siebie i myśli: „za gruba, za chuda, za niska, za wysoka, włosy za bardzo kręcone albo za bardzo proste”, ale uważa, że teraz nie ma czasu, żeby się o to troszczyć i mimo wszystko wychodzi z domu...

Kiedy ma 40 lat:

Ogląda się w lustrze, widzi siebie i myśli: „za gruba, za chuda, za niska, za wysoka, włosy za bardzo kręcone albo za proste”, ale mówi, że jest przynajmniej czysta i mimo wszystko wychodzi z domu...

Kiedy ma 50 lat:

Ogląda się w lustrze, mówi: „Jestem sobą” i idzie wszędzie...

Kiedy ma 60 lat:

Patrzy na siebie i wspomina wszystkich ludzi, którzy już nie mogą na siebie spojrzeć w lustrze. Wychodzi z domu i zdobywa świat...

Kiedy ma 70 lat:

Patrzy na siebie i widzi mądrość, radość i umiejętności. Wychodzi z domu i cieszy się życiem...

Kiedy ma 80 lat:

Nie troszczy się o patrzenie w lustro. Po prostu zakłada liliowy kapelusz i wychodzi z domu, żeby czerpać radość i przyjemność ze świata...

Może wszystkie powinnyśmy dużo wcześniej założyć taki liliowy kapelusz...



Panie uczęszczające na zajęcia U3W noszą nie tylko metaforyczne liliowe kapelusze, ale i kolorowe okulary, dzięki którym widzą świat na różowo. Na zdjęciu bal karnawałowy Słuchaczy.

Liczby mówią

Uniwersytet Trzeciego Wieku przed statystykami się nie uchro- ni. Poniżej przedstawiamy osiągnięcia, Słuchaczy Regionalnej Sieci U3W WSG. Każdy z osobna i wszyscy razem- TWORZY- MY UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU!!!

- wysłuchaliśmy ponad 500 godzin wykładów
- Regionalna Sieć U3W WSG składa się z 20 filii
- patronatem naukowym obejmujemy 2 działające U3W
- łącznie Słuchaczami Regionalnej Sieci U3W WSG jest 984 kobiet oraz 123 mężczyzn
- na U3W WSG w Bydgoszczy bije 253 serc
- na U3W w Bydgoszczy studiuje 221 przedstawicielek płci pięknej oraz 32 dostojnych Panów

- najmłodszy słuchacz liczy sobie 33 wiosen, najstarszy zaś słuchacz 91 wiosen
- średnia wieku Słuchacza U3W wynosi 65 lat (63 dla kobiety i 67 dla mężczyzn)
- łączna odległość w obie strony do wszystkich filii wynosi 2677 km
- posiadamy 2 sekcje językowe (realizowane na trzech poziomach)
- ponad 500 Słuchaczy uczestniczyło w zajęciach dodatkowych (m.in. 149 osób w języku angielskim, 45 osób w zajęciach języka niemieckiego, 43 osoby w warsztatach komputerowych, 80 osób w zajęciach samoobrony, 34 osoby w zajęciach z pierwszej pomocy, 31 osób w zajęciach z jogi)
- „o kijkach” nordic walking przeszliśmy 21 km
- w najbliższej okolicy poznawaliśmy uroki Torunia, Chełmna oraz Ujścia Brdy
- najdalej byliśmy z wizytą w Brukseli oraz Berlinie

Moje wspomnienia z Uniwersytetu Trzeciego Wieku

„Jedni są wiecznie młodzi, inni wiecznie starzy,
to kwestia charakteru, a nie kalendarzy.”
(Jan Sztaudynger)

Jestem młodą studentką U3W. Po raz pierwszy skorzystałam z wykładu w 2011r. i twierdzę, że był to „strzał w dziesiątkę”. Oprócz planowanych, ciekawych wykładów z zainteresowaniem śledzę program kół zainteresowań, których jest bez liku i ciągle przybywa. Trudno się zdecydować co wybrać: pływać, tańczyć, uczyć się języków czy podróżować? Na wszystko nie wystarczy czasu, bo trochę warto go poświęcić na rozpieszczanie wnuków. Postanowiłam zapisać się do Koła Podróżników, by spełniać swoje marzenia i zwiedzić jeszcze co nieco.

Podróżniczka z wyboru

Pierwsza moja wyprawa, chociaż tylko jednodniowa, okazała się wspaniała. Grudzień, godz. 5 rano, jeszcze ciemno, a młodzi duchem studenci wyruszają do Berlina na Jarmark Bożonarodzeniowy. Wraz z mijanymi godzinami za oknem autokaru coraz jaśniej i cudowniej. Piękna szadź pokryła drzewa i krzewy. Bajecznie!

Po pięciu godzinach jesteśmy w Berlinie. Szybko przemieszczamy się z parkingu na stację metra, które dowozi nas na Aleksan-

derplatz. Od razu rzuca się w oczy wieża telewizyjna, kręcący się kolorowy, diabelski młyn, stragany jarmarku, żłóbek z dużymi postaciami i mnóstwo Mikołajów. Mijaliśmy kolejne stragany z wszystkim co może kojarzyć się ze świętami, popijając grzane wino i obserwując Berlińczyków.

Mróz był siarczysty,

szczyptał w policzki, więc kołnierze do góry i maszerujemy oglądając Reichstag, Operę, Uniwersytet Humboldta, Pergamonmuseum. Oczywiście wszystko tylko z zewnątrz, bo tylko na tyle mieliśmy czas. Jeszcze gorąca czekolada na rozgrzewkę i niespodzianka! Będziemy zwiedzać Bundestag! Bardzo się ucieszyłam, ponieważ indywidualnie bardzo trudno go zwiedzić. Bundestag jest najczęściej odwiedzanym parlamentem na świecie. Mieliśmy tylko tyle czasu, by wjechać potężną windą na szklaną kopułę i z audio przewodnikiem wędrować „ślimakiem” coraz wyżej, oglądając panoramę Berlina, jak również dowiedzieć się wielu informacji o gmachu Reichstagu i jego otoczeniu, o pracy parlamentarnej oraz atrakcjach turystycznych. Gdy wyszliśmy było już ciemno i dopiero teraz naszym oczom ukazały się świąteczne neony, oświetlone potężne choinki i kolejny jarmark. Teraz wszystko wyglądało jeszcze piękniej, a iluminacje w galerii Arkady zapierały dech w piersi. Sony Center przyprawiało o zawrót głowy wielkością i oszałamiało nowoczesnością.

Zmęczona, ale z radością w sercu, wróciłam nocą z resztą studentek U3W do Bydgoszczy. Z marzeniem o kolejnej podróży, choćby tylko na jeden dzień.

Hanna Heise

Już wiemy, jak się obronić!

Co zrobić, gdy ktoś nas napadnie? Gdy będzie chciał wyrwać torebkę lub ukraść portfel? Słuchacze Uniwersytetu Trzeciego Wieku przy WSG już to wiedzą. Wszystko za sprawą lekcji samoobrony. U3W, to przecież nie tylko zajęcia teoretyczne, ale przede wszystkim mnóstwo praktyki, przydatnej w codziennym życiu.

Pierwsza edycja zajęć, prowadzonych przez policjantów z Komendy Miejskiej Policji w Bydgoszczy, odbywała się przez dwa tygodnie w lutym 2013 r. Uczestniczyło w nich około 80 Słuchaczy.

„Nauczyłam się technik obrony, co sprawiło że teraz idąc ulicą nie obawiam się napaści. Wiem, jak się bronić. Zajęcia prowadzone były przez policjantów, w przyjaznej atmosferze. Bardzo jestem zadowolona i dziękuję za taką inicjatywę ze strony Komendy Miejskiej Policji w Bydgoszczy.”

Barbara Marek

„Podczas zajęć nauczyłem się, jak bezpiecznie zachowywać się w różnych sytuacjach, wobec podejrzanych osób, by uniknąć zagrożenia. Przypomniałem sobie techniki obrony i uniku przed napastnikiem, których uczyłem się kilka lat temu.”

Leszek Jakielski



Poznaj świat

Podróże. Po Polsce, po Europie. Kształcące, pozwalające poznać otaczający nas świat, ale także wzięć głęboki oddech od codzienności, odpocząć. Organizowane dla Słuchaczy wycieczki są nieodłączną częścią działalności Regionalnej Sieci U3W.

Do tej pory seniorzy odwiedzili, m.in. Belgię, Niemcy, Włochy, Węgry, Austrię, ale także piękne polskie miasta, takie jak Zakopane (Tatry), Sandomierz, Zamość, Lublin, Nałęczów, Kazimierz Dolny, czy Jurę Krakowsko-Częstochowską.

Bruksela, Belgia



Wycieczka Słuchaczy z filii
w Łysomicach do Bydgoszczy

Ewa Zbelicka, uczestniczka wycieczki do Brukseli: - *Do dzisiaj pamiętam smaki sztandarowych wyrobów belgijskich: frytek, gofrów, piwa Kwak i czekoladek. Podczas pobytu były i zdarzenia nieprzewidziane, jak potwierdzenie przyjaźni bydgosko-toruńskiej, ratowanie naszej koleżanki Zeni i jej zakupów przed utonięciem w sadzawce czy tańce i śpiewy na Grand Place.*



Berlin,
Niemcy



Uczą się, bawią i integrują

Wkrótce w Kowalewie Pomorskim rozpoczyna działalność Uniwersytet Trzeciego Wieku

karolina Rokitnicka

Pierwsze miesiące emerytury dla wielu osób to błogi spokój. Jednak bardzo często pojawia się nuda i tęsknota za dawną aktywnością.

Wieloletnie stowarzyszenia i organizacje przygotowują dla seniorów różnego rodzaju zajęcia i imprezy.

Chcieliśmy mieć uniwersytet. I mamy

Uniwersytety trzeciego wieku działały w Nakle, Bydgoszczy, Krynii, Sławosławiu, Szubinie też chcieli się uczyć. I w marcu dostali indeksy.

Rok akademicki rozpoczął się z opóźnieniem, bo 21 marca. Na inaugurację wzięli udział seniorzy z Szubina i Krynii. Wcześniej indeksy zaproszono do Szubińskiego Centrum Kultury. Staliśmy się to prawie dwa lata - podkreśla Bożena Jćiak, jedna ze święto upieczonych studentek i dojeżdżają. - Skoro w okolicznych miejscowościach uniwersytety zostały z powodzeniem, to dlatego u nas nie miałyby go być.

Na dojazd do Nakła czy Bydgoszczy zdecydować się mogło niewielu seniorów. Bo to duży kłopot i utrudnienie. Wykłady odbywają się zwykle po południu. Wracać trzeba do domu po noc. Też mają „uniwerek” u siebie i są zadowoleni. W dniu inauguracji



Na warsztatach w domu kultury Bożena Jćiak i dojeżdżają. - Skoro w okolicznych miejscowościach uniwersytety zostały z powodzeniem, to dlatego u nas nie miałyby go być.

Na prowadzoną na przełomie lutego i marca kampanię informacyjną odpowiedziało 80 osób.

Takie zainteresowanie wystarczyło, by Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy otworzyła w Kowalewie Pomorskim UTW. Uniwersytety działają już w kilkunastu miastach regionu. Organizują wyjazdy czy wykłady dotyczące różnych dziedzin wiedzy, m.in., historii, medycyny,

przybliżyła zainteresowanym zasady uczestnictwa w wykładach i w warsztatach. Semestr letni potrwa od kwietnia do czerwca. Zaplanowano 8 wykładów. Będzie mowa, m.in., o zanieczyszczeniu powietrza a zdrowiu człowieka, osobowości społecznej, charakterze narodowym Polaków czy bólach kręgosłupa. Na ostatnim wykładzie studenci ustalą tematykę ośmiu spotkań semestru zimowego. Za zajęcia w UTW są pobierane opłaty - 50 zł za semestr. Ponadto, w semestrze zimowym prowadzone będą różne warsztaty, m.in., językowe (angielski, niemiecki, włoski, hiszpański i francuski o różnym stopniu zaawansowania),

komputerowe, fotograficzne, artystyczne, taneczne, kulinarne, nordic walking, fitness, pływanie, masaże terapeutyczne oraz samoobrona. Zajęcia będą odbywały się w grupach liczących 10-14 osób, raz w tygodniu po 90 minut. Miesięczna opłata wyniesie 40 zł. Z warsztatów będą mogły korzystać także osoby niezwiązane z UTW. Jednak one zapłacą 60 zł. - Zajęcia i warsztaty są prowadzone w formie warsztatowej, gdzie studenci nie tylko słuchają, ale i sami wykonują. - p. do Be...

Uniwersytet

Wniosły do Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy. Od kilku dni s...

Seniorzy z powiatu bydgoskiego garną się do wiedzy. Gdv w połowie października w Solcu Kujawskim Uniwersytet u w Solcu Kujawskim byli zainicjowana. - Od razu chętni i ciekawość. - ma Lichoćka.



Uroczyste pasowanie

Uniwersytet Trzeciego Wieku



9 kwietnia w Gminnym Ośrodku Kultury w Dobrczu miało miejsce spotkanie informacyjne poświęcone utworzeniu filii Uniwersytetu Trzeciego Wieku WSG w Dobrczu.

Spotkanie poprowadziła Karolina Dołhun z Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy.

W Bydgoszczy. Zainteresowanie było duże. Wpłynęły już pierwsze deklaracje członkowskie. Zebrano grupę 25 słuchaczy, a jest szansa, że będzie nawet trzydzieści osób. Wykład inauguracyjny zaplanowano na wtorek 16 kwietnia.

ę do... e powstają...

Przyjdź,

zapytaj, zostań z nami!

Stań się Słuchaczem i członkiem naszej wspólnoty akademickiej.

Jesteśmy do Państwa dyspozycji od poniedziałku do piątku w godzinach 7:00 - 16:00.

Uniwersytet Trzeciego Wieku
Wyższej Szkoły Gospodarki
ul. Naruszewicza 11, budynek K, pok. 332
85-229 Bydgoszcz
tel. 52 567 07 07 lub 52 567 07 21
e-mail: u3w@byd.pl

seniorzy mają z swoje indeksy

NAUKA Emeryci z Kowalew... morskiego postanowili pój... studia.

Wykładem „Komunikacja i trudnia i co ułatwia komunikację międzyludzką” Przewodnicząca Zofia Ziolkowska, 11 kwietnia zainaugurowała swoje miejsce swoją działalnością w Uniwersytecie III Wieku. Teg...

Inauguracja Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Dobrczu. Indeksy dla dojrzałych słuchaczy



Na zajęcia przybyło 34 słuchaczy

We wtorek, 16 kwietnia w Gminnym Ośrodku Kultury w Dobrczu miało miejsce uroczyste inauguracyjne spotkanie Uniwersytetu Trzeciego Wieku Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy - Filii Dobrcz.

Swą obecnością zaszczytili nas rektor WSG dr Kazimierz Marciniak, dyrektor Centrum Nowoczesnej Edukacji mgr Przemysław Ziolkowski, prof. WSG dr Marek Chamot, specjalista - lic. Karolina Dołhun oraz przewodnicząca rady gminy Halina Pietrzak i wójt gminy Dobrcz mgr inż. Krzysztof Szala.

Podpisano akt powołania uniwersytetu. Następnie szacowne grono słuchaczy złożyło ślubowanie, a po nim odsłuchano hymn „Gaudeamus igitur”. Rektor WSG dr Kazimierz Marciniak uroczyste pasowania 34 osoby.



Uroczyste pasowanie

Po części oficjalnej, świeżo upieczonym słuchaczom UTW, szczęśliwym posiadaczom indeksu prof. WSG dr Marek Chamot zaprezentował wykład inauguracyjny, pt. „Charakter narodowy Polaków”.

Uczestnicy uniwersytetu spotykają się będą we wtorek o godz. 10.00 w Gminnym Ośrodku Kultury - zgodnie z załączonym harmonogramem wykładów. Grono naszych słuchaczy liczy 34 osoby.

MM

...wawą i nie... był to łatwy czas - wspomina Anna Lewandowska z Inowrocławia. - Koleżanka zmobiliowała mnie do pójścia na uniwersytet trzeciego wieku. - to tak działa: jeden dzień, a jak zobaczy, że w... Anna mówi, że spotkała się z ludźmi, którzy mają podobne problemy, jak ona, a wtedy z nią rozmawia. - Trzeci wiek już chodzę - podkreśla. - Jest grono nowych znajomych, wspólne wyjazdy do opery i teatru w Bydgoszczy, wycieczki po kraju i za granicę, rozmaite kursy - wylicza Anna Lewandowska. - Dla każdego coś.

Inowrocławski uniwersytet dla seniorów był pierwszym, który utworzyła bydgoska

W ramach czesnego słuchacza mają 2 wykłady w miesiącu. Tematyka? Psychologia, go-

ują także inne UTW w województwie.

(JZ)

uczelnia wspierać ma... w murach Zespołu Szkół Zawodowych w Koronowie... witala-Wierzbicka mó... wila o aktywności osób w dojrzałym wieku. Każdy z 60 koronowskich seniorów otrzymał indeks i mógł się poczuć jak prawdziwy student. (MS)