

**OFERTA PROGRAMOWA**  
**Ekumenicznego Uniwersytetu Trzeciego Wieku**  
**pod patronatem Chrześcijańskiej Akademii Teologicznej**  
**w Warszawie ul, Kredytowa 4 na rok akademicki 2012/2013**

Ludzie przechodzący na emeryturę, rentę czy świadczenie socjalne często tracą zainteresowanie otoczeniem, izolują się, co prowadzi do apatii lub stanów depresyjnych, a w rezultacie do chorób i utraty sprawności psychofizycznej.

Potrzeby te dobrze rozumie światowej sławy gerontolog zająający się procesem starzenia i geriatrzy, którzy zajmują się leczeniem i profilaktyką chorób wieku starczego. To właśnie wśród nich zrodziła się idea tworzenia Uniwersytetów Trzeciego Wieku.

Należy pamiętać że ludzie w czasie swojej aktywności zawodowej często, z przyczyn ekonomicznych czy losowych, rezygnowali z dalszej edukacji. W efekcie tego pozostały niezaspokojone potrzeby samokształcenia i poznawania środowiska, poszerzania wiedzy i umiejętności, wykonywania społecznie użytecznych działań i bycia uznanym za ważną część społeczeństwa, wypełnienia wolnego czasu i utrzymywania więzi towarzyskich oraz realizacji młodzieńczych marzeń.

Ideą zorganizowania Ekumenicznego Uniwersytetu Trzeciego Wieku pod patronatem Chrześcijańskiej Akademii Teologicznej jest umożliwienie osobom w „trzecim wieku” z różnych środowisk konfesyjnych, permanentnego kształcenia i prowadzenia aktywnego trybu życia poprzez stały kontakt z nauką, kulturą i sztuką, ale także poprzez rekreację i uprawianie zdrowego trybu życia, przy jednoczesnym zwracaniu uwagi w każdym z tych działań, na ich duchowy i artystyczny wymiar. Jak mawiał dr Wojciech Oczko jeden z twórców medycyny polskiej, że „ruch jest w stanie zastąpić każdy lek, ale wszystkie leki razem, nie są w stanie zastąpić ruchu”.

Uniwersytet chce też zmieniać negatywne stereotypy dotyczące, wiedzy i tolerancji religijnej, stosunku do własnej i cudzej dojrzałości i starości. Chce wykreować nowy model emeryta - człowieka nowoczesnego, samodzielnego, takiego który potrafi aktywnie uczestniczyć we współczesnym świecie.

1. Rok akademicki na Ekumenicznym Uniwersytecie Trzeciego Wieku trwa od października do maja i składa się z dwóch semestrów, z przerwą semestralną pokrywającą się z feriami zimowymi oraz z przerwami świątecznymi Bożego Narodzenia i Wielkanocy.
2. Program zajęć i ich organizację będzie ustalała Rada Programowa EUTW.
3. Rada Programowa powoływana przez Chrześcijańską Akademię Teologiczną czuwa nad całością procesu dydaktycznego EUTW i zatwierdza kierunki kształcenia, współpracuje z Zarządem EUTW w sprawie uzyskania jak najwyższego poziomu merytorycznego wykładów i innych zajęć oraz zapewnia dobór wykładowców o najwyższych kwalifikacjach naukowych i dydaktycznych.
4. Rekrutacja odbywa się na zasadzie kolejności zgłoszeń:
  - ✓ wypełnienie i złożenie deklaracji członkowskiej,
  - ✓ dołączenie 1 fotografii do legitymacji,
  - ✓ jednorazowe wpłacenie wpisowego w wysokości 50,- zł.
  - ✓ wpłacenie składki członkowskiej w wysokości 150,- zł. rocznie.

### **Pakiet zajęć podstawowych EUTW**

#### **1. Wykłady**

Tematyką wykładów będą:

- nauki humanistyczne i społeczne (historia, literatura, filozofia, socjologia, antropologia, historia religii, teologia i inne),
- nauki medyczne i przyrodnicze (biologia, psychologia kliniczna, gerontologia, geografia i inne),
- najnowsze osiągnięcia nauk ścisłych i technicznych z dziedziny fizyki, chemii, astronomii, informatyki i innych.

Wykłady, będą się odbywały jeden raz w tygodniu we wtorki.

2. Dyskusje plenarne i panelowe odbywały się będą w piątki. Ilość, jakość i dziedziny nauki, zależne będą od zainteresowań słuchaczy i inwencji Samorządu.

3. Sympozja i sesje naukowe będą organizowane w miarę występujących okoliczności.

#### **4. Seminaria**

Tematyka prowadzonych zajęć na seminariach pokrywa się z dziedzinami nauk wykładów.

Zajęcia seminaryjne dają szansę pogłębiania i poszerzenia wiedzy i wymiany myśli w zakresie wybranych tematów z określonych dziedzin nauki. Ilość, jakość i dziedziny nauki, zależne będą od zainteresowań słuchaczy i inwencji Samorządu, ale nie mniej niż jedno seminarium tygodniowo.

### **Pakiet zajęć fakultatywnych EUTW**

#### **1. Lektoraty**

Nauka języków obcych, przede wszystkim ma na celu, przypomnienie języka znanego z młodości lub okresu pracy zawodowej. Lektoraty odbywać się będą na trzech poziomach w zależności od stopnia zaawansowania słuchaczy. Nauka języków obcych jest częściowo odpłatna.

Jakie języki obce i ile grup i na jakich poziomach będzie odbywać się edukacja, zależy od zainteresowania słuchaczy. Na początku rozpoczynamy naukę jęz. angielskiego, jęz. niemieckiego i jęz. rosyjskiego.

#### **2. Kursy Informatyczne**

Zakres kursów będzie obejmował podstawy informatyki, obsługę Microsoft Office i Internetu oraz korzystania z telefonów komórkowych, także innych związanych z nimi współczesnych form komunikacji elektr. Jeśli będzie zainteresowanie słuchaczy rozszerzeniem zakresu zajęć, to zostanie uwzględnione w ofercie. Kursy informatyczne są częściowo odpłatne.

*Słuchacze zainteresowani zajęciami fakultatywnymi, powinni zgłosić swój udział zaraz po rozpoczęciu roku akademickiego lub w trakcie ich trwania jeśli będą wolne miejsca.*

### **Zajęcia w zespołach twórczych i samokształceniowych EUTW**

Praca w zespołach twórczych ma na celu m.in. wyzwalenie inicjatyw artystycznych. Stąd inicjatywa słuchaczy organizowania się w takie zespoły jak: *literacki, sceniczny, chór uniwersytecki, malarski, szkołę rysunku i fotografii*. Zajęcia zespołów twórczych odbywać się będą raz w tygodniu.

Miejsca i terminy będą ogłaszane na tablicy ogłoszeń lub w programie zajęć.

### **Zajęcia z dziedziny rekreacji ruchowej i terapeutycznej EUTW**

Aktywizacja fizyczna obok pracy umysłowej jest ważnym czynnikiem promującym zdrowie i zapobiegającym przedwczesnemu starzeniu.

Konsultacje odbywać się będą raz w tygodniu, a gimnastyka dwa razy w tygodniu.

Miejsca i terminy będą ogłaszane na tablicy ogłoszeń lub w programie zajęć.

**1. Konsultacje z rehabilitacji ruchowej** polegające na stosowaniu ćwiczeń usprawniających i uzdrawiających Qikogu, ćwiczenia relaksacyjne wg metody dr n. med. Szenga z automasażem i inne.

**2. Gimnastyka** - Zajęcia gimnastyczne pełnią ważną rolę profilaktyczną zapobiegając chorobom reumatycznym, zwyrodnieniowym i osteoporozie. Przed zajęciami gimnastycznymi należy dostarczyć zaświadczenie lekarskie zezwalającego na umiarkowany wysiłek fizyczny. Zajęcia z gimnastyki są częściowo odpłatne.

### **Turystyka i wypoczynek EUTW**

**1. Wycieczki – spacer** do lasów i rezerwatów w okolicach Warszawy.

Trasy wycieczek wynoszą od 5 do 10 km. Tempo spaceru około 3 km/godz.

Programy wycieczek będą rozprawdane przed wykładami.

**2. Wycieczki autokarowe** jedno i kilkudniowe organizowane będą w okresie wiosenno – jesiennym.

Trasy wycieczek, ich koszty oraz terminy zapisów i wyjazdów podawane będą na tablicy ogłoszeń.

**3. Wycieczki do ciekawych zabytków architektonicznych Warszawy** oraz na wystawy okresowe w muzeach i galeriach organizowane będą na bieżąco. Ogłoszenia o miejscu zbiórek i obiektach zwiedzania podawane będą na tablicy ogłoszeń.

**4. Zespół Imprez Kulturalnych EUTW** będzie rozprawdzał bilety teatralne, operowe, operetkowe, do Filharmonii i do kin wśród słuchaczy Uniwersytetu. W późniejszym terminie przewidujemy również organizowanie wczasów i sanatoriów.

ZARZĄD EUTW; Tel. 22 556-46-60; e-mail: eutw@chat.edu.pl

***Zarząd Ekumenicznego Uniwersytetu Trzeciego Wieku pod patronatem Chrześcijańskiej Akademii Teologicznej w Warszawie uprzejmie zaprasza na uroczystą inaugurację roku akademickiego 2012/2013, która odbędzie się 23 października 2012 r. o godzinie 16.00 w Kościele Św. Trójcy na Pl. Małachowskiego 1 w Warszawie, a 6 listopada 2012 r. na zebranie informacyjne w podziemiach kościoła.***