

Uniwersytet Trzeciego Wieku Łazy

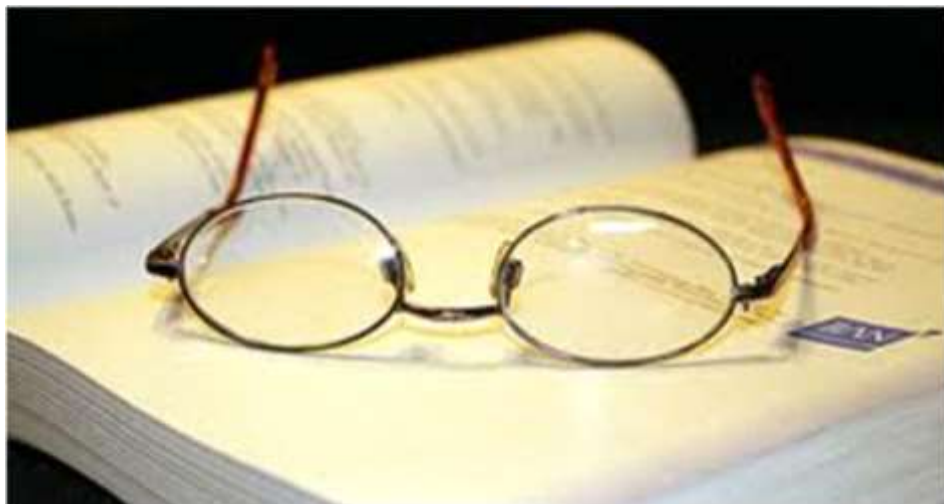


*Historia pokazuje, że prawie w każdej
Sferze życia istnieje próżnia, którą może
wypełnić ten, kto potrafi stworzyć
odpowiednią wizję a potem energią ludzką
skierować ku wspaniałym celom.*

AlanLoyGinnis

BIULETYN INFORMACYJNY

luty, marzec, kwiecień maj, czerwiec 2016



Tematy wykładów UTW dla słuchaczy w roku akademickim 2015/2016 (semestr letni)

Miejski Ośrodek Kultury w Łazach ul. Kościuszki 5

Wykłady odbywają się w czwartki o godz. 17.00

data	temat	wykładowca
25.02.2016	„Feministki”	Teatr „Miraż”
03.03.2016	Jak współczesne rolnictwo wpływa na bioróżnorodność.	Elilia Slimko
10.03.2016	Służba zdrowia na wesoło Pokaz strojów w stylu Coco Chanel	Kabaret 50+ Modelki 50+
17.03.2016	Debata dotycząca wolontariatu	Przedstawiciele władz miasta
31.03.2016	Burzliwe dzieje Françoise Sagan	Prof. Krystyna Wojtynek-Musik
07.04.2016	Elekt cieplarniany	Krzysztof Figarski
14.04.2016	Zadziwiający Krym	Andrzej Samarcew
21.04.2016	Komputer – internet a nowoczesne technologie	Mgr inż. Paweł Kluba
28.04.2016	Zdrowy Senior – profilaktyka i fitoterapia	Lek. med. Krzysztof Blecha
05.05.2016	Czy wszystkie drogi prowadzą do Rzymu? – Giganci odrodzenia	Mgr Hanna Krzywda
12.05.2016	Nanotechnologia w kosmetyce i medycynie	Irena Łopuszyńska
19.05.2016	Bezpieczeństwo Seniorów	Przedstawiciele Policji
02.06.2016	Walne Zebranie i zakończenie semestru	

*Dla Seniorów to naprawdę wielka sprawa,
Że się mogą spotkać w Łazach, w Uniwersytecie.
Tutaj mogą wysłuchać wykładów:
O swym zdrowiu, o kraju, o świecie.
W licznych sekcjach mogą oddać się swym pasjom:
Malowaniu, gotowaniu czy kulturze,
Mogą wybrać kijki, rower czy pływanie.
Możliwości są naprawdę bardzo duże.
Na Pogorii czeka na nich łódź „OLEŃKA”-
Chętnych śmiazków zawsze w piękny rejs zabiera.
Dzięki takiej aktywności swych studentów
UTW, co roku Olimpiadę swą otwiera.
Jest z niej słynny, już nie tylko w naszym kraju,
Ale również poza jego granicami.
Trzeba wspomnieć o Seniorów Juwenaliach:
Tu też Łazy słyną obrazami.
A do tego literackich moc sukcesów;
Wielką chwałę też Kabaret nam przysparza,
A Modelek występ z ich kolekcją strojów,
Wciąż sympatię otoczenia nam pomnaża.
A wycieczki i imprezy kulturalne
Rozwijają w nas wrażliwość i kulturę.
I dlatego wszyscy naszą Alma Mater
Opiewamy: pędzłem, słowem, piórem.*

Bożena Haczyk

> **25.02.2016**

Teatr MOK-u Miraż – spektakl „Feministki”

Członkami tego Teatru są nasze studentki. Spektakl jest pracą dyplomową reżyserowaną przez mgr Dorotę Zglejc, studiującą na UW Pedagogikę teatru.

Tematyka dotyczy trudności komunikacyjnych na styku relacji damsko- męskich.

>**3.032016**

„Jak współczesne rolnictwo wpływa na bioróżnorodność”

Emilia Slimko

Emulia Slimko – edukatorka ekologiczna; współtworzy krakowską fundację Otwarty Plan, od kilku lat współpracuje z Polską Zieloną Siecią, w której prowadzi kampanię „Wyżywić świat” na rzecz suwerenności żywieniowej oraz „Klimat dla rolników” - o zrównoważonym rolnictwie.

Wykład będzie dotyczył bioróżnorodności w kontekście rolnictwa.

>**10.03.2016**

Dzień Kobiet

W programie biorą udział nasze studentki występujące w Kabvarecie 50+ i pokaz mody w wykonaniu Modelek 50+

>**17.03.2016**

Debata z udziałem Władz Miasta i Gminy Łazy – dotycząca wolontariatu.

>**31.03.2016**

„Burzliwe dzieje Françoise Sagan”

Prof. Krystyna Wojtynek – Musik

Jej dziedziną naukową jest romanistyka, gł. literaturoznawstwo francuskie i włoskie

Saganka (1935 – 2004) – jedna z największych skandalistek Francji. Autorka kultowych powieści, kobieta barwna i niepospolita. Swą błyskotliwą karierę literacką rozpoczęła brawurowo, jako 18-letnia dziewczyna powieścią „Witaj smutku”. Była prekursorką swobód obyczajowych we Francji....

>7.04.2016

„Efekt cieplarniany – przyczyny, konsekwencje, możliwość zapobiegania”

Mgr Krzysztof Figarski

Absolwent Prawa i Administracji UMCS w Lublinie. Podobnie jak All Gore stara się przybliżyć ludziom obecną sytuację na naszej planecie, jeśli chodzi o efekt cieplarniany, zmiany klimatyczne oraz przyszłość, jaka czeka nas i kolejne pokolenia, jeśli nie zmieni się podejście człowieka do ekologii.

Uczestniczy oraz wyklada na wielu szkoleniach i konferencjach poświęconych tematyce efektu cieplarnianego.

>14.04.2016

„Zadziwiający Krym”

Andrzej Samarczew

Animator kultury, globtroter, miłośnik i wykonawca pieśni i ballad rosyjskich; na swych spotkaniach porywa słuchaczy swoim przekazem.

>21.04 2016

„Internet i komputer a nowoczesne technologie”

Paweł Kluba

Absolwent Politechniki śląskiej w Gliwicach, informatyk.

>28.04.2016

„Zdrowy Senior – profilaktyka i fitoterapia”

Lek. med. Krzysztof Blecha

Lek. med. Krzysztof Blecha z Centrum Ziołolecznictwa O.Grzegorza; lekarz z wieloletnim doświadczeniem w obszarze fitoterapii, współpracujący przez wiele lat z O. Grzegorzem Sroką – niekwestionowanym autorytetem w zakresie ziołolecznictwa.

Prezentacja dot. Profilaktyki zdrowia Seniorów, prowadzona przez lek. med., fitoterapeutę.

>5.05.2016

„Czy wszystkie drogi prowadzą do Rzymu? – Giganci Odrodzenia”

Mgr Hanna Krzywda

Mgr Hanna Krzywda – wieloletni nauczyciel historii w LO, współautorka monografii, wielokrotnie uhonorowana nagrodami.

Zostaniemy zabrani w podróż do Florencji, kolebki włoskiego Renesansu, miasta niezwykłego, pełnego kwiatów, artystów i niezrównanych dzieł sztuki. Poznamy także życie i twórczość artystów, jakich historia nie znała nigdy wcześniej ani później, czyli Leonarda da Vinci i Michała Anioła.

>12.05.2016

„Nanotechnologia w kosmetyce i medycynie”

Irena Łopuszyńska

Irena Łopuszyńska od 25 lat zajmuje się promocją zdrowia i kosmetyką.

Wykład przedstawia najnowsze osiągnięcia w nanotechnologii (nanocząsteczki są to bardzo małe cząstki materii; 1 nanometr to 0,000 000 001 m).

>19.05. 2016

„Bezpieczeństwo Seniorów”

Przedstawiciele Policji

**SENIORZE UWAGA!
NIE DAJ SIĘ OSZUKAĆ**

PAMIĘTAJ!

- Przedstawa Policja nigdy nie prosi o przekazanie pieniędzy bądź zgłoszenie kradzieży.
- Jeżeli odebrałeś taki telefon bądź powiem, że to oszust.
- Nigdy w takich lub podobnych sytuacjach nie przekazuj pieniędzy, nie podaj adresów swoich czy domowników.
- Jeżeli najczęściej skontaktuj się z rodziną i opowiedz o tym zdarzeniu.

**BĄDŹ CZUJNY PRZEZ TELEFON
UPEWNIJ SIĘ Z KIM ROZMAWIASZ**

JAK DZIAŁAJĄ OSZUŚCI?

1. Złozie telefon, odwołasz.
2. Dodaje kilka dniem przekazuje Ci, że jest Twoim krewnym, znajomym, sąsiadem, sąsiadką, kolegą, koleżanką.
3. Odbierasz, że zdarzył się wypadek, trzeba się natychmiast udać do szpitala, w szpitalu są lekarze, są lekarze, którzy chcą Ci pomóc, ale musisz im przekazać pieniądze, aby mogli Ci pomóc.
4. Odbiera Ci pieniądze, przysięga Ci o pomocy.

TO OSZUSTWO!!!

Zawsze w takiej sytuacji powiadom Policję dzwoniąc pod nr **112 lub 997**

>2.06.2016

Walne Zebranie i zakończenie roku akademickiego.

WAŻNE INFORMACJE I WYDARZENIA.

Rabka Zdrój - program SENIORIADY

1 marca 2016 (wtorek)

Godz.16.00-18.00 – Spektakl dla dorosłych, „Co Wom powim, to Wom powim”- Teatr Lalek „Rabcio”

Godz. 18.00 – Wieczór integracyjny - Restauracja „Viktoria”

2 marca 2016 (środa)

Godz.8.00 – zgłoszenia ekip Uniwersytetów Trzeciego Wieku w Biurze Organizacyjnym i odprawa kierowników grup (Amfiteatr - Muszla Koncertowa).

Godz.9.00 – ceremonia otwarcia SENIORIADY (defilada UTW, zapalenie znicza, wciągnięcie flagi), (Amfiteatr -Muszla Koncertowa).

Godz.9.45 – rozpoczęcie konkurencji sportowych w miejscach wskazanych przez organizatorów (medale dla uczestników i zwycięzców wręczone podczas zakończenia konkurencji).

Godz.15.00 – ceremonia wręczenia nagród i oficjalne zakończenie SENIORIADY (Amfiteatr -Muszla Koncertowa).

22.04.2016 – piątek „Święto Ziemi”

Kolejny raz studenci UTW wraz z dziećmi i młodzieżą w ramach integracji międzypokoleniowej będą sadzili drzewka na terenie gminy Łazy.

21.05.2016 – sobota, Zalew Mitręga i obiekty sportowe Łaz

VIII Ogólnopolska Olimpiada Sportowa Uniwersytetów Trzeciego Wieku i Organizacji Senioralnych „Trzeci Wiek na start”

Zapraszamy do kibicowania i na przygotowane dla Seniorów atrakcje.

Czerwiec 2016 – Warszawa, Juwenalia Trzeciego Wieku.

Sekcja Nordic Walking – spotkania odbywają się w każdą środę i sobotę, zbiórka – brama targowa. (marzec – godz. 15.00; kwiecień – wrzesień – godz. 17.00)

Teresa Łukasik tel. 781 207 812

Sekcja turystyczna – wycieczki:

kwiecień – wyjazd na wody termalne do Szaflar,

czerwiec – rejs statkiem po Kanale Gliwickim.

Wczasy zdrowotne: Dziwnów 14.09 – 26.09. 2016

Rajdy rowerowe – wtorek godz. 16.00 (spotkanie przy fontannie).

SERNIK Z PIANKĄ (wypróbowany!!!)

ciasto kruche:

- 1 szkl. Mąki
- 1 szkl. Mąki ziemniaczanej
- ½ szkl. Cukru
- ½ margaryny
- 2 łyżki kakao
- 3 łyżki kwaśnej śmietany
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- 2 żółtka

ser:

- 1 kg sera
 - 4 cukry waniliowe
 - 6 jajek
 - 1 szkl. Cukru
 - 2 i ½ szklanki mleka
 - 2 budynie śmietankowe
 - ½ margaryny
- Można dodać trochę kurkumy dla uzyskania ładnego, żółtego koloru.



Ciasto kruche wykładamy na blaszkę wyłożoną papierem.

Ser miksujemy dodając kolejno składniki (żółtka, cukier, budynie, mleko, margarynę). Następnie ubijamy pianę z 6 jajek i delikatnie łączymy z serem. Wylewamy na ciasto i pieczemy ok. 50 min.

Z 2 lub więcej białek ubijamy pianę + ½ szkl. Cukru i rozprowadzamy na ser. Pieczemy jeszcze ok. 10 – 15 min.

Przeznacz nam 1% swojego podatku!

➤ W jaki sposób przekazać 1% podatku?

To bardzo proste! Wystarczy wypełnić odpowiednią rubrykę w rocznym zeznaniu podatkowym PIT (28, 36, 36L, 37, 38) jak w poniższym przykładzie PIT37:

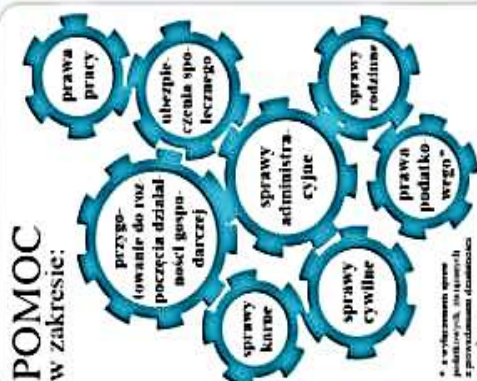
I. WNIOSEK O PRZEKAZANIE 1% PODATKU NALEŻNEGO NA RZECZ ORGANIZACJI POŻYTKU PUBLICZNEGO (OPP) Należy podać numer wpisu do Krajowego Rejestru Sądowego (Numer KRS) organizacji wybranej z wykazu prowadzonego przez Ministra Pracy i Polityki Społecznej oraz wysokość kwoty na jej rzecz.		
131. Numer KRS	0000 332 814	Wnioskowana kwota Kwota z poz. 132 nie może przekroczyć 1% kwoty z poz 126, po zaokrągleniu do pełnych dziesiątek groszy w dół.
		132. <input type="text"/> zł, <input type="text"/> gr
J. INFORMACJE UZUPEŁNIAJĄCE Podatnicy, którzy wypełnili część I, w poz. 133 mogą podać cel szczegółowy 1%, a zaznaczając kwadrat w poz. 134 wyrazić zgodę na przekazanie OPP swojego imienia, nazwiska i adresu wraz z informacją o kwocie z poz. 132. W poz. 135 można podać dodatkowe informacje, np. ułatwiające kontakt z podatnikiem (telefon, e-mail).		
133. Cel szczegółowy 1%	UTW ŁAZY	134. Wyrażam zgodę <input checked="" type="checkbox"/>
135. <input type="text"/>		

OGÓLNOPOLSKI SYSTEM NIEODPŁATNEJ POMOCY PRAWNEJ

Planowane wyjęcie w życie
1 stycznia 2016r.

INFORMACJA DLA CIEBIE

Ponad
1500
punktów pomocy



NGO
50% punktów pomocy
będzie obsługiwanych przez
organizacje pozarządowe

Dla kogo pomoc?

- Dla osób uprawnionych do pomocy społecznej z powodu m.in. niepełnosprawności i przemocy w rodzinie
- Dla weteranów
- Dla osób powyżej 65 roku życia
- Dla młodzieży do 26 roku życia
- Dla kombatanów

Dla posiadaczy Karty Dużej Rodziny

Dla każdego zagrożonego lub poszkodowanego

- katastrof naturalnych
- awarii technicznych
- kłeska żywiołowa

WSPÓLPRACA
rządu, samorządu, samorządów
zawodowych i organizacji
pozarządowych

**NIEODPŁATNA
POMOC PRAWNA**

- Sporządzenie projektu pisma o zwolnienie od kosztów sądowych lub ustanowienie pełnomocnika z urzędu
- Informacja o stanie prawnym i przysługujących uprawnieniach lub obowiązkach
- Wskazanie sposobu rozwiązania problemu prawnego
- Pomoc w sporządzeniu projektu pisma z wyłączeniem pisma procesowego

facebook.pl/ministerstwo.sprawiedliwosci

#darmowapomocprawna
Aby dowiedzieć się więcej wejdź na www.ms.gov.pl

**MINISTERSTWO
SPRAWIEDLIWOŚCI**
www.ms.gov.pl

Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej Zawiercie

Zawiercie, ul. Piastowska 1
Godziny otwarcia: Poniedziałek: godz. 08.00 - 12.00
Wtorek - Piątek: godz. 07.00 - 11.00