UNIWERSYTET PRZYRODNICZY W POZNANIU



CKU
Centrum Kształcenia Ustawicznego
Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu

PRZYRODNICZY UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU

Przyrodniczy Uniwersytet Trzeciego Wieku

2024/2025

www.cku.up.poznan.pl

UNIWERSYTET PRZYRODNICZY W POZNANIU



CKU
Centrum Kształcenia Ustawicznego
Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu

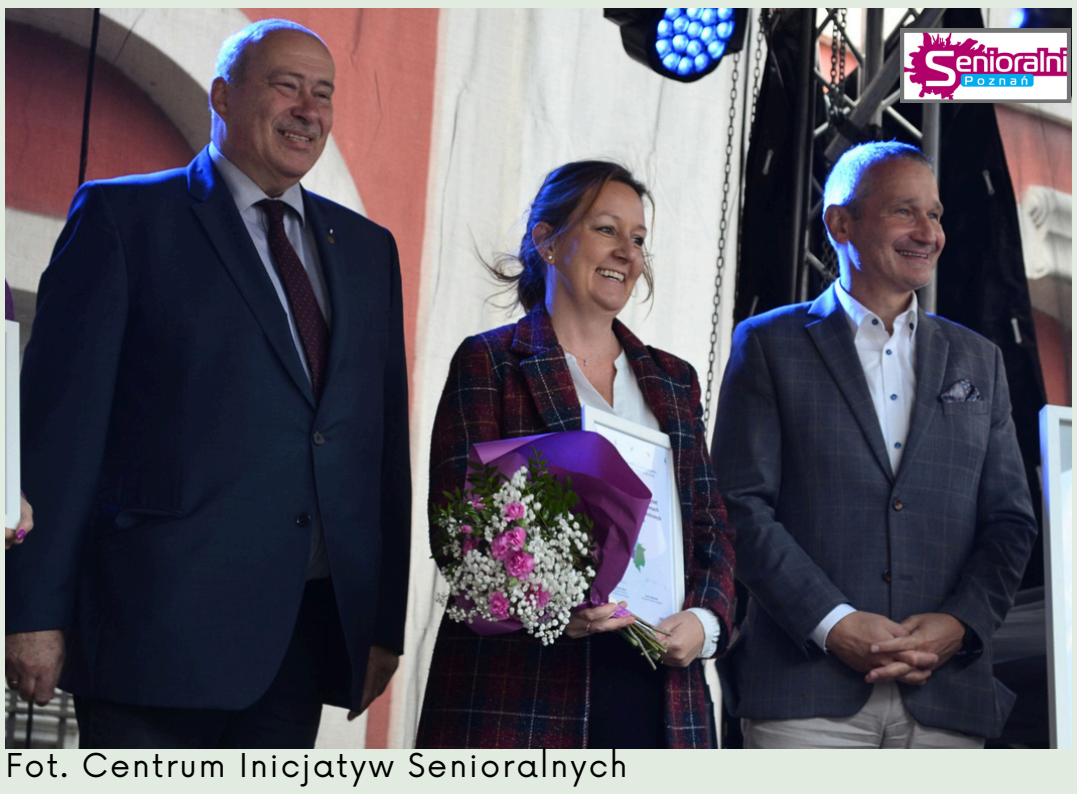
PRZYRODNICZY UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU

Przyrodniczy Uniwersytet Trzeciego Wieku zakończył kolejny rok akademicki. Wykłady otwarte oraz warsztaty oferowane przez Uniwersytet Przyrodniczy w Poznaniu w ramach kształcenia ustawicznego cieszyły się dużą popularnością. Stale przybywa słuchaczy zainteresowanych tematyką przyrodniczą, co jest reklamą UPP w środowisku lokalnym.

W październiku 2024 r. Przyrodniczy Uniwersytet Trzeciego Wieku miał również przyjemność po raz kolejny uczestniczyć w akcji Senioralni.Poznań. Jest to wydarzenie, które Centrum Inicjatyw Senioralnych przygotowuje co roku we współpracy z miejskimi instytucjami, uniwersytetami trzeciego wieku oraz organizacjami pozarządowymi. W kwietniu 2025 r. odbył się również wykład w ramach Poznańskiego Festiwalu Nauki i Sztuki. Uczestnictwo Przyrodniczego Uniwersytetu Trzeciego Wieku w poznańskich wydarzeniach kulturalno – edukacyjnych jest niewątpliwie budowaniem wizerunku UPP jako uczelni społecznie odpowiedzialnej.



TO NASZ WSPÓLNY SUKCES!
Przyrodniczy Uniwersytet Trzeciego Wieku otrzymał tytuł
Fest Miejscówki
w ramach projektu Senioralna Mapa Poznania 2024/2025!



Fot. Centrum Inicjatyw Senioralnych


Tytuł **Fest Miejscówki** w ramach projektu
Senioralna Mapa Poznania 2024/2025

otrzymuje

Przyrodniczy Uniwersytet Trzeciego Wieku w ramach Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu

Wojciech Bauer
Dyrektor Centrum
Inicjatyw Senioralnych

Jacek Jaśkowiak
Prezydent Miasta Poznania

Poznań, 28 września 2024 r.

POZnań

UNIWERSYTET PRZYRODNICZY W POZNANIU



CKU
Centrum Kształcenia Ustawicznego
Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu

PRZYRODNICZY UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU

Rok akademicki 2024/2025 był dla nas intensywnym czasem zdobywania wiedzy i rozwijania zainteresowań. Dyskutowaliśmy i wymienialiśmy się doświadczeniami, a nowa wiedza oraz zdobyte umiejętności dają nam ogromną satysfakcję.



W październiku 2024 r. prof. UPP dr hab. Agnieszka Krzymińska-Bródka zaprosiła seniorów na wykład „Relacje ze sobą w przestrzeni ogrodu", podczas którego uczestnicy nauczyli się, jak umiejętnie obserwować rośliny, doświadczać zapachy, doceniać tekstury, smaki czy dźwięki natury. Pogoda dopisała i spacer po Ogrodzie Wrażeń im. Joanny Krause stał się przyjemnym dopełnieniem prelekcji.

Drugi październikowy wykład „Zrozumieć dynamikę powodzi: od ryzyka do odporności" wygłosił prof. UPP dr hab. inż. Tomasz Kałuża. Powodem pojawienia się tej prelekcji w programie były katastrofalne skutki powodzi, która nawiedziła Polskę w 2024 roku. Prelegent wraz ze słuchaczami starali się odpowiedzieć m. in. na pytania: Dlaczego straty powodziowe są tak drastyczne? Czy możemy zabezpieczyć się przed powodziami? Zastanawialiśmy się również, czy może musimy nauczyć się z nimi żyć.





Słuchacze mieli również okazję do poszerzenia swoich zainteresowań o tematykę dotyczącą korbola. Podczas listopadowych warsztatów „Rozsmakuj się w dyni" dr inż. Jolanty Lisieckiej wysłuchaliśmy prelekcji, która była połączona z degustacją różnych gatunków i odmian dyni.





PRZYRODNICZY UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU

Owady to najliczniejsza grupa zwierząt na Ziemi. Są obecne koło nas, uczestniczą w procesach biologicznych budujących ekologiczne podstawy naszego życia. Na pytania "Po co to żyje?" oraz inne dotyczące owadów odpowiadał prof. UPP dr hab. Paweł Sienkiewicz na wykładzie pt. „Na co nam te komary? Rzecz o różnorodności biologicznej bezkręgowców".





„Współczesna neurobiologia jest nauką, która próbuje rozszyfrować jakie mechanizmy komórkowe i molekularne warunkują procesy poznawcze. Mimo ogromnego postępu w tej dziedzinie droga do osiągnięcia celu jest kręta i daleka. Warto śledzić aktualne osiągnięcia neurobiologii, żeby poznać i zrozumieć funkcjonowanie mózgu i mechanizmy umożliwiające nam naukę przez całe życie" - to rada dr n. med. Emilii Grzędy, którą udzieliła słuchaczom i słuchaczkom podczas wykładu „Tajemnice funkcjonowania pamięci".



Prof. UPP dr hab. inż. Edward Roszyk wygłosił prelekcję pt. "Drewno - ekologiczny materiał przyszłości", podczas której podkreślił, że we współczesnym świecie, pełnym nowoczesnych technologii, wszechobecnej cyfryzacji, podróży w kosmos, znaczenie drewna nie maleje. Twierdzi się wręcz, że drewno jest szansą na ratowanie planety. Dowiedzieliśmy się, jakie właściwości drewna sprawiają, że jest ono nazywane ekologicznym materiałem przyszłości oraz w jakich dziedzinach życia ma ono wyjątkowe znaczenie.



UNIWERSYTET PRZYRODNICZY W POZNANIU



CKU
Centrum Kształcenia Ustawicznego
Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu

PRZYRODNICZY UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU



Tuż przed Świętami Bożego Narodzenia wspólnie z dr. inż. Wojciechem Andrzejewskim przyjrzeliśmy się stereotypom związanym z karpiem. Podczas wykładu "Ryby na wigilijnym stole. Kto nie kocha karpia?" prelegent przedstawił również nowe technologie produkcji ryb. Dowiedzieliśmy się, ile trwa produkcja karpia oraz jakie jest jego spożycie w Polsce.



Braliśmy udział w wydarzeniach organizowanych przez inne instytucje np. w konferencji ŚWIATECZNY DIALOG POKOLEŃ w ramach Ogólnopolskiego Dnia Rozmów Twarzą w Twarz zorganizowanej przez Młodzieżowy Sejmik Województwa Wielkopolskiego. Wpisuje się to również w naszą ideę łączenia pokoleń. Gratulujemy młodzieży ciekawej inicjatywy!







2025 rok zaczęliśmy wykładem dr inż. Moniki Przeor pt. „Jak osłodzić sobie życie? – wady i zalety stosowania substancji słodzących". Spotkanie było połączeniem nauki i praktycznych wskazówek, abyśmy w natłoku informacji, na etykietach i w reklamach, nie pogubili się. Poznaliśmy te substancje z bliska i dowiedzieliśmy się czy, kto i kiedy może je stosować.



PRZYRODNICZY UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU





Dr hab. Agnieszka Makowska zaprosiła nas na wykład pt. "Chleba naszego powszedniego... Rodzaje pieczywa i jego wartość odżywcza". Dowiedzieliśmy się dlaczego warto jeść pieczywo i jakie są zalecenia żywieniowe dot. jego spożywania. Poznaliśmy też historię chleba oraz typy mąki. Kontynuacją wykładu były warsztaty: "Jak w domu upiec chleb?" Nie jesteśmy w stanie oddać tutaj zapachu świeżo upieczonego chleba, ale wierzcie nam, w całym budynku było go czuć.



Gdy przyroda budzi się do życia po zimowym spoczynku, nadchodzi czas intensywnych prac ogrodniczych, dlatego kolejny semestr rozpoczęliśmy prelekcją pt. “Wiosna w ogrodzie z roślinami ozdobnymi”. Na wykładzie dr hab. Anity Schroeter-Zakrzewskiej, który był poświęcony roślinom ozdobnym poznaliśmy tajniki uprawy wybranych gatunków oraz zapoznaliśmy się z wiosennymi zabiegami pielęgnacyjnymi, które wykonuje się w ogrodzie.

Podczas wykładu "Việt Nam oczami leśnika" dr inż. Jakub Glura przedstawił relację z wyprawy studentów i pracowników Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu w ramach projektu "Lasy Świata". Prelegent zabrał słuchaczy w podróż poprzez drogi i bezdroża Wietnamu. Jest to jeden z najbardziej fascynujących krajów Azji Południowo-Wschodniej, stanowiący niesamowitą mieszkankę kultury, przyrody i gastronomii.





PRZYRODNICZY UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU



Gościnnie na zajęcia zapraszamy również zewnętrznych ekspertów. W tym roku akademickim odwiedziła nas pani Magdalena Ancan z Wielkopolskiego Ośrodka Badań Regionalnych Urzędu Statystycznego w Poznaniu. Podczas wykładu „Przychodzi ankieter do seniora" prelegentka przedstawiła zagadnienia dotyczące specyfiki pracy ankietera statystycznego, znaczenia i potrzeby realizacji badań ankietowych, rezultatów pracy ankietera, a także świadomego i bezpiecznego udziału w badaniach ankietowych.



W 2025 roku PUTW wziął również udział w Poznańskim Festiwalu Nauki i Sztuki. Dr n. med. Emilia Grzęda podczas wykładu „Neurobiologia relacji" zabrała słuchaczy w podróż po neurobiologicznych mechanizmach, które wpływają na nasze relacje. Dyskutowaliśmy nad tym, jak mózg przetwarza emocje, jak tworzą się więzi i jakie procesy biologiczne stoją za naszymi wyborami w miłości i przyjaźni. Zastanawialiśmy się, jak wiedza o neurobiologii relacji może pomóc nam budować zdrowsze, bardziej świadome i odpowiedzialne związki.

Prof. UPP dr hab. Krzysztof Jabłoński wygłosił wykład pt. "Lasy jako magazyn energii - czy drewno to rozwiązanie na kryzys energetyczny?" Podczas prelekcji przedstawił aktualną sytuację w zakresie wykorzystania źródeł energii w Polsce, w tym energii pochodzącej z drewna przeznaczonego do celów energetycznych. Omówił także różne postacie drewna mogące stanowić paliwo w instalacjach wyposażonych w kotły na biomasę drzewną.





PRZYRODNICZY UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU



"Grasz w zielone?" to warsztaty poprowadzone przez dr inż. Jolantę Lisiecką. Najpierw wysłuchaliśmy krótkiej prelekcji na temat świata sałat – ich pochodzenia, odmian, właściwości odżywczych, wykorzystania w kuchni i rozmnażania. W trakcie zajęć posadziliśmy młode rośliny różnych odmian sałat do doniczek, które następnie zabraliśmy do domu, aby dalej je pielęgnować i użyć do sałatki, jak tylko urosną.

Piękna majowa pogoda dopisała nam na warsztatach prof. UPP dr. hab. Krzysztofa Jabłońskiego pt. "Poprawa sprawności i koordynacji ruchowej poprzez wykorzystanie chińskich ćwiczeń tai chi". Zajęcia odbyły się w Ogrodzie Dendrologicznym UPP, który przypomina nieco las, co stworzyło również możliwość poruszenia aktualnego dzisiaj tematu „kąpieli leśnych", związanych z relaksowaniem się podczas pobytu w środowisku leśnym i postrzeganiu go wszystkimi zmysłami.





Prof. UPP dr hab. inż. Jolanta Kanclerz oraz dr inż. Ewelina Janicka-Kubiak podczas wykładu „Zmieniliśmy klimat - co dalej z wodą?" podzieliły się wiedzą na temat zmian klimatycznych, które coraz silniej wpływają na ekstremalne zjawiska hydrologiczne (powodzie i susze). Zaciekawiły nas zagadnieniami dot. wzrostu globalnej temperatury powietrza prowadzącej do zmian w cyklu hydrologicznym, co oznacza częstsze i intensywniejsze opady deszczu a także dłuższe okresy bez opadów. Doszlismy do wniosku, że efekt ten potęguje także działalność antropogeniczna.



PRZYRODNICZY UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU

W serową podróż zabrała nas prof. UPP dr hab. Dorota Cais-Sokolińska podczas wykładu „Era sera – od stuleci i na całe życie". Oprócz informacji na temat rodzajów sera dowiedzieliśmy się również, jakie są globalne i lokalne ulubione marki, jak pasje serowarów inspirują konsumentów do jedzenia serów o każdej porze roku oraz ile dobra dla naszego zdrowia i dobrego samopoczucia mają w sobie sery. Mieliśmy okazję degustować różne sery, w tym ser owczy podpuszczkowy OWCZARZ, który produkowany jest przez Rolnicze Gospodarstwo Doświadczalne Swadzim.





Dr hab. Monika Fliszkiewicz zaprosiła nas do apiinhalatorium w Ogrodzie Dendrologicznym UPP, gdzie łapaliśmy “pszczeli oddech”. Sesja prozdrowotna odbyła się w specjalnym drewnianym domku, w którego konstrukcję wbudowane są ule z rodzinami pszczelimi. Ule zabezpieczone są gęstą siatką. Mogliśmy oczyścić swoje drogi oddechowe, a dodatkowo zrelaksować się wsłuchując się w dźwięki generowane przez ruch pszczół.

Czerwiec był dla nas czasem zajęć w terenie. Prof. UPP dr hab. Paweł Sienkiewicz zabrał nas na spacer entomologiczny „Zanurzmy się w świat owadów”. Owady to bardzo zróżnicowana grupa zwierząt, która odgrywa kluczową rolę w ekosystemach. Usłyszeliśmy wiele informacji i ciekawostek m. in. jaki związek mają mrówki z kleszczami, jakie strategie przetrwania mają owady oraz jak przyczyniają się do recyklingu.



UNIWERSYTET PRZYRODNICZY W POZNANIU



CKU
Centrum Kształcenia Ustawicznego
Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu

PRZYRODNICZY UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU















UNIWERSYTET PRZYRODNICZY W POZNANIU



CKU
Centrum Kształcenia Ustawicznego
Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu

PRZYRODNICZY UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU













UNIWERSYTET PRZYRODNICZY W POZNANIU



CKU
Centrum Kształcenia Ustawicznego
Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu

PRZYRODNICZY UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU











UNIWERSYTET PRZYRODNICZY W POZNANIU



CKU
Centrum Kształcenia Ustawicznego Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu

PRZYRODNICZY UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU

TO NASZ WSPÓLNY SUKCES!
Przyrodniczy Uniwersytet Trzeciego Wieku otrzymał tytuł Fest Miejscówki w ramach projektu Senioralna Mapa Poznania 2024/2025!

Wyróżnienie odebrali prof. dr hab. Piotr Ślósarz, prorektor ds. studiów oraz Joanna Matuszak, kierowniczka Centrum Kształcenia Ustawicznego UPP. Uroczystość odbyła się podczas inauguracji jesiennego cyklu wydarzeń „Senioralni.Poznań", który zapowiada szereg interesujących inicjatyw skierowanych do seniorów.









W gwarze poznańskiej FEST MIEJSCÓWKA oznacza szczególne miejsce. Interaktywna Senioralna Mapa Poznania pozwala na łatwe odnalezienie wyróżnionych miejsc i skorzystanie z ich oferty. Mapa dostępna jest pod linkiem: https://centrumis.pl/senioralna-mapa-poznania/festmiejscowka/

🏆

UNIWERSYTET PRZYRODNICZY W POZNANIU



CKU
Centrum Kształcenia Ustawicznego
Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu

PRZYRODNICZY UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU

Mieliśmy również okazję wziąć udział w programie
„Wiek to tylko liczba", który możecie Państwo oglądnąć
pod linkiem: https://poznan.tvp.pl/86103612/10042025

Emisja programu odbyła się 10 kwietnia 2025 r. na antenie TVP 3 Poznań



Zapraszamy na kolejne wykłady otwarte oraz warsztaty.
Skierowane są one nie tylko do seniorów, ale również do osób w każdym wieku
zainteresowanych tematyką zajęć proponowaną przez
Przyrodniczy Uniwersytet Trzeciego Wieku.

Program kolejnej edycji będzie dostępny od października na stronie
Centrum Kształcenia Ustawicznego UPP: www.cku.up.poznan.pl

UNIWERSYTET PRZYRODNICZY W POZNANIU



CKU
Centrum Kształcenia Ustawicznego
Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu

PRZYRODNICZY UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU

Przyrodniczy Uniwersytet Trzeciego Wieku

Uniwersytet Przyrodniczy w Poznaniu
Centrum Kształcenia Ustawicznego
Collegium Maximum
ul. Wojska Polskiego 28, 60-637 Poznań

www.cku.up.poznan.pl

tel. 61 848 70 26

cku@up.poznan.pl