

Českolipská univerzita 3. věku

Jaro 2019 – PROGRAM



Pondělí 11. 3. 2019 v 15,30 hod

ZAHÁJENÍ V UČEBNĚ STŘEDNÍ PRŮMYSLOVÉ ŠKOLY V ČESKÉ LÍPĚ

Pondělí 11. 3. 2019 od 17 hod

Bylinky nejen pro zahradníky – učebna SPŠ, 1. patro a dále vždy pondělí od 17 hod

Úterý 12. 3. 2019 od 15,30 hod

Práce na PC – úprava fotografií a bezpečné sdílení – učebna ICT v SPŠ, 2. patro – a dále vždy úterý od 15,30 hod

Čtvrtek 14. 3. 2019 od 15,30 hod

Příroda Českolipska – přednášková místnost ve Vlastivědném muzeu a galerii v České Lípě – a dále vždy čtvrtek od 15,30 hod

Středa 3. 4. 2019 od 15,30 do 17,30 hod

JARNÍ TVOŘENÍ – naladte se na jaro a svátky jara – vyrobte si jarní a velikonoční dekorace pod vedením lektorky Romany Rajchlové v jídelně domova mládeže SPŠ v České Lípě, Havlíčkova 443 – *vstupné 50 Kč a úhrada za materiál*

Neděle 5. 5. 2019 sraz v 9 hod u muzea – akce VMG

Vítání ptačího zpěvu – Vlastivědné muzeum a galerie v České Lípě Vás zve na společnou vycházku za ptačím zpěvem

Více akcí a info na <https://www.muzeumcl.cz/ekoporadna.html>

Pondělí 13. 5. 2019 – od 17 hod

Bylinkový workshop – VÝROBA BYLINNÉ KOSMETIKY – lektorky programu Bylinky nejen pro zahradníky organizují nejen pro své posluchače výrobu různých druhů přípravků domácí kosmetiky s krátkou přednáškou o surovinách a využití bylin v kosmetice – učebna SPŠ 1. patro - *vstupné 100 Kč a úhrada za materiál*

**I senioři se
chtějí
vzdělávat a
zlepšovat**

**Zlepšujte
se
společně
s námi
v tom, co
vás zajímá**

**Nikdy není
pozdě**

**KONTAKTY:
telefon
704 417 980**

**clu3v@
seznam.
CZ**

Program Bylinky nejen pro zahradníky (Ing. Kateřina Šimon, Ing. Zuzana Bukvičková)

11. 3. 2019, od 17 hod, SPŠ, **Zakládáme bylinkovou zahradu**

Možnosti pěstování bylinek – samostatně, ve smíšené kultuře, v nádobách – doporučené kombinace, vhodné složení bylinkového záhonu, tematické zahrádky – bylinková spirála, středomořská, horská, skalničková, stínomilná, klášterní zahrádka. Papír a pastelky s sebou! Možnost navrhnout si vlastní záhon.



18. 3. 2019, od 17 hod, SPŠ, **Horské a vřesovištní rostliny**

Vřesoviště ve volné přírodě a na zahradě, způsob založení. Pěstování bylinek s odlišnými nároky na půdu a pH v našich podmínkách, chráněné druhy a pravidla sběru. Vřesy, medvědice, brusinky, borůvky a jejich vliv na naše zdraví. Horské bylinky a jejich pěstování. Vliv nadmořské výšky a extrémního klima na bylinky a jejich účinné látky.

25. 3. 2019, od 17 hod, SPŠ, **Plané rostliny k jídlu a jedlé plevele**

Co se na jaře jako první dá sbírat a jaké plané rostliny můžeme najít a využít na naší zahradě a v jejím okolí. Jarní bylinky – sběr a zpracování – tipy a recepty. Co má cenu na zahradě nechat samovolně růst a s jakými plevele bojovat. Zahradní kultivary planých rostlin a jejich využití. Indikace pH podle planých rostlin a jejich užiteční zástupci.

1. 4. 2019, od 17 hod, SPŠ, **Středomořské bylinky**

Středomořské teplomilné bylinky nejsou jen levandulové pole v Provence a bobkový list na vaření. Jaké teplomilné a suchomilné bylinky z jihu u nás rostou a jaké je jejich využití? Sukulentní léčivky a kaktusy. Navržení výsadby k celoroční okrasě zahrady, vhodné kombinace a péče o ně.

8. 4. 2019, od 17 hod, SPŠ, **Superfoods u nás (exotické bylinky a potraviny na zahradách)**

Plodiny známé pod pojmem superpotravin pro svůj významný vliv na zdraví. Většinou původem z exotických zemí. Některé z nich se ale dají s úspěchem pěstovat i u nás. Představení nejpopulárnějších představitelů z řad našich (drobné bobuloviny) a cizích, jako např. goldenberries, goji, ginseng, maca, moruše, gotukola, jiaogulan, chia, schizandra, rakytník a další.

15. 4. 2019, od 17 hod, SPŠ, **Bylinky pomáhají na zahradě**

Bylinné preparáty jako rostlinná hnojiva, ekologické šetrné postřiky a ochrana proti škůdcům, vhodné kombinace bylinek a zeleniny pro zlepšení růstu a ochranu, přírodní zahrada a její principy. Zahradničení podle přírodních cyklů a respekt k místním druhům v přírodě.

29. 4. 2019, od 17 hod, SPŠ, **Očista těla a duše (bylinky pomáhají)**

V současné době existuje řada léčivých bylin a koření, které se používají při očistných kúrách, dietách a jiných ozdravných procedurách. Druhy domácí, ale zapomenuté, druhy dovezené, pěstované u nás. Možnosti využití a zpracování, tipy na odlehčení stravy pomocí léčivé zeleniny. Přehled způsobů jak očistit tělo zevnitř i zvenčí pomocí bylinek.

13. 5. 2019, od 17 hod, SPŠ, **Bylinkový workshop - Výroba bylinné kosmetiky**

Bylinkový workshop - výroba domácí kosmetiky spojená s krátkou přednáškou o surovinách a domácím využití bylin v kosmetice. Posluchači si mohou vyrobit různé druhy přípravků domácí kosmetiky dozvědět se o výrobě dalších. Například oleje, pleť vody, peelinky, masti, krémy, soli a mýdla.

20. 5. 2019, od 17 hod, SPŠ, **Balkon a terasa - zahrada bez zahrady**

Balkonové bylinky, vhodně zvolený druh, množství, péče. Umístění a osazování truhlíků, místo (jižní – severní strana) stín, polostín, slunce. Podle toho pak vybereme vhodné bylinky. Vhodné kombinace s ostatními balkonovými. Balkonové květiny a vliv deště a větru. Zalévání balkonových květin. Trvalky a jejich prezimování v nádobách, ukázky výsadby.

ZMĚNA PROGRAMU VYHRAZENA!

Program PŘÍRODA ČESKOLIPSKA - Vlastivědné muzeum a galerie v České Lípě

14. 3. 2019, od 15,30 hod **Botanika**

- lektor Ing. Marta Knauerová
- Úvodní seznámení s Vlastivědným muzeem a galerií v České Lípě
- Chráněné druhy rostlin v Libereckém kraji – Českolipsko
- Léčivé byliny, jejich pěstování, sběr a využití

20. 3. 2019, od 15,30 hod **Geologie a mineralogie – pozor středa!**

- Lektor Petr Mužák
- Neživá příroda a možnosti sběru minerálů na Českolipsku

28. 3. 2019, od 15,30 hod **Paleontologie**

- Lektor Petr Mužák
- Fosilní fauna a flóra nalezená na Českolipsku od druhé poloviny 19. století po současnost

4. 4. 2019, od 15,30 hod **Zoologie obratlovců I**

- Lektor Ing. Zdeněk Vitáček
- Ryby, obojživelníci a plazi Českolipska – jak a kde žijí a chráníme je?

11. 4. 2019, od 15,30 hod **Zoologie obratlovců II**

- Lektor Ing. Zdeněk Vitáček
- Ptáci a savci Českolipska – jak a kde žijí a chráníme je?

25. 4. 2019, od 15,30 hod **Zoologie bezobratlých I**

- Lektor Bc. Lukáš Blažej
- Entomologie Českolipska – společenstva biotopů iniciálních sukcesních stadií

2. 5. 2019, od 15,30 hod **Zoologie bezobratlých II**

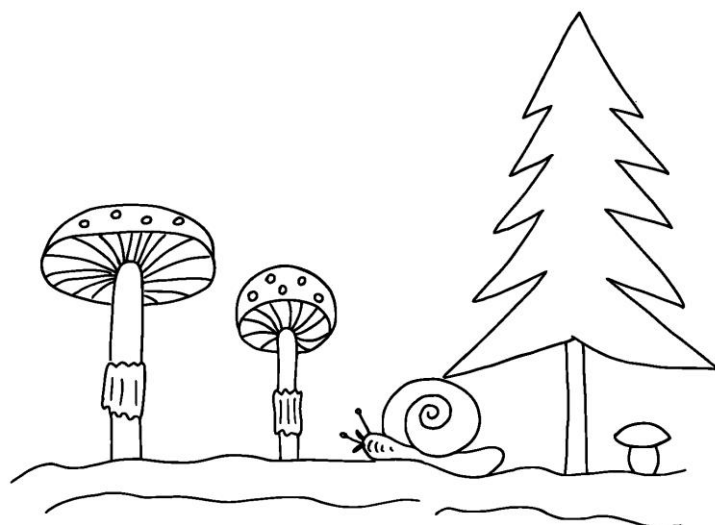
- Lektor Bc. Lukáš Blažej
- Entomologie Českolipska – dřeviny mimo les

16. 5. 2019, od 15,30 hod **Mykologie I**

- Lektor Josef Slavíček
- Houby Českolipska

23. 5. 2019, od 15,30 hod **Mykologie II**

- Lektor Josef Slavíček
- Houby Českolipska



ZMĚNA PROGRAMU VYHAZENÁ!

Program Práce na PC – úprava fotografií a bezpečné sdílení (Bc. Daniel Dlouhý)

12. 3. 2019, od 15,30, SPŠ, 2.p. ICT, **On-line nástroje pro správu a zálohování souborů**

Seznámení klientů s možnostmi pro on-line práci se soubory z více zařízení včetně zálohování.
Konkrétně Google Drive, OneDrive.

19. 3. 2019, od 15,30, SPŠ, 2.p. ICT, **Google Drive**

Práce se soubory v prostředí Google Drive (zálohování, úprava) z více zařízení.
Možnosti sdílení jednotlivých souborů, složek apod.
Využití Google Drive v dalších zařízeních (mobilní telefon, tablet nebo jiný počítač).

26. 3. 2019, od 15,30, SPŠ, 2.p. ICT, **Základy práce s fotografií**

Úvod do práce s fotografií v prostředí malování, jako základním nástrojem pro práci s obrázky.
Úprava velikosti, ořez, doplnění textu atd.

2. 4. 2019, od 15,30, SPŠ, 2.p. ICT, **Sociální sítě a obrázky**

Úprava vlastních fotografií v prostředí sociálních sítí dle potřeb účastníků (Facebook, Instagram...).
Tvorba vlastních galerií, možnosti sdílení.

9. 4. 2019, od 15,30, SPŠ, 2.p. ICT, **On-line aplikace pro úpravu fotografií**

Práce v on-line editoru Pixlr – úprava fotografií, filtry, koláže, rámečky a další.
Sdílení vlastních fotografií na sociální sítě z těchto aplikací.

16. 4. 2019, od 15,30, SPŠ, 2.p. ICT, **On-line aplikace pro úpravu fotografií II.**

Práce v on-line editoru Canva – úprava fotografií, filtry, koláže, rámečky a další. Sdílení vlastních fotografií na sociální sítě z těchto aplikací.

23. 4. 2019, od 15,30, SPŠ, 2.p. ICT, **On-line aplikace pro úpravu fotografií III.**

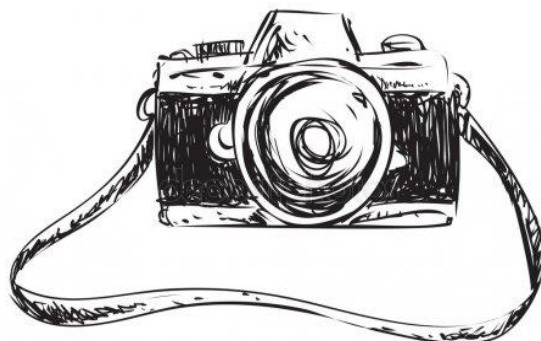
Rozšíření dovedností v Pixlr nebo Canva a použití aplikací těchto služeb v mobilním telefonu nebo tabletu.

14. 5. 2019, od 15,30, SPŠ, 2.p. ICT, **Jak vytvořit pozvánku či jiný graficky poutavý dokument**

Tvorba graficky zajímavých dokumentů v prostředí editoru Canva (pozvánky, seznamy, letáky apod.).

21. 5. 2019, od 15,30, SPŠ, 2.p. ICT, **Obrázky a texty**

Propojení znalostí z různých foto editorů se znalostmi v oblasti balíčku Office pro vytvoření poutavějších a zajímavějších dokumentů.



ZMĚNA PROGRAMU VYHRAZENA!