



NABÍDKA PRO AKAD. ROK 2025/2026

UNIVERZITA TŘETÍHO VĚKU
www.u3v.zcu.cz

Vážené posluchačky, vážení posluchači,

rádi bychom Vás pozvali k zápisu do kurzů Univerzity třetího věku Západočeské univerzity v Plzni na další akademický rok. I letos jsme pro Vás připravili rozmanitou nabídku, která si stále udržuje svou kvalitu a je cenově dostupná. Studium na Univerzitě třetího věku je určeno především seniorům a seniorkám, ale přihlásit se mohou také zájemci a zájemkyně ve 3. stupni invalidního důchodu. Důležité je mít chuť aktivně se vzdělávat, rozvíjet svoje znalosti a udržovat si duševní kondici. Univerzitu třetího věku ZČU si posluchači velmi oblíbili a těší se vysoké návštěvnosti – velkou zásluhu na tom mají zejména naši kvalitní lektori.

Máte ve svém okolí přátele či známé, kteří dosáhli seniorského věku a zatím nejsou posluchači Univerzity třetího věku ZČU? Pozvěte je k nám. Věříme, že si z naší nabídky vyberou právě takové přednášky, které jim pomohou rozšířit obzory a radovat se z nově objevených poznatků. Jsme s vámi již od roku 1992. Těšíme se na vás!

Organizační pokyny a informace

Informace o nabízených vzdělávacích programech a termínech zápisů najdou zájemci také na internetových stránkách www.u3v.zcu.cz. Dotazy lze zasílat na emailovou adresu: u3vkt@rek.zcu.cz. Kdo nemá k dispozici internet, může využít telefonního čísla +420 376 311 745.

Kancelář (studijní oddělení) U3V najdete v budově ZČU Jungmannova ul. č. 1/153, 306 14 Plzeň. V Klatovech zajišťuje studium Úhlava, o.p.s., která sídlí v budově Vzdělávacího centra Úhlava, o.p.s. (bývalý Dominikánský klášter), Plánická 174, Klatovy.



Přihlášení

Přihlášení do kurzů U3V doporučujeme provádět **elektronicky** přes webový portál www.au3v.zcu.cz/rezervace. Přístupný bude v termínu **od 19.08.2025, 12:00 hodin do neděle 24.08.2025, 23:59 hodin**. Více informací najdete na poslední straně tohoto letáčku. Pokud se přihlásíte elektronicky, osobní přítomnost na prezenčních zápisích se již nevyžaduje.

Prezenční zápisy budou probíhat **ve čtvrtek 11.09.2025, 13:00 – 16:00 hodin** v prostorách Vzdělávacího centra Úhlava, o.p.s., Plánická 174, Klatovy. Platby je možné provádět platební kartou či v hotovosti. V případě platby v hotovosti, mějte částku připravenou přesně. K zápisu nemusí uchazeč přijít osobně, o vyřízení administrativních úkonů může požádat jinou osobu.

Zápisy do kurzů provádíme **do vyčerpání kapacit výukových místností**. Uchazeč se přihlašuje na oba dva semestry daného akademického roku a může se zapsat na libovolný počet kurzů.

Zápisné je nevratné. Všichni aktuálně studující na U3V mají registraci a návštěvy knihoven ZČU zdarma.

NABÍDKA NA AKADEMICKÝ ROK 2025/26

Obsah přednášek uvádíme pouze anotací. Změna termínu, témat přednášky, lektorů, místa konání a počtu semestrů vyhrazena. Kde není uvedeno jinak, přednášky se budou konat v budově Vzdělávacího centra Úhlava, o.p.s., Plánická 174, 339 01 Klatovy

PONDĚLÍ

ZÁKLADY PRÁCE A OVLÁDÁNÍ MOBILNÍHO TELEFONU – nový předmět, 15:00 – 16:30
(první přednáška proběhne 15.09.2025)

Tento studijní předmět je bez nároku na zápočet.

Kurz je určen seniorům, kteří chtějí porozumět svému chytrému telefonu a naučit se ho pohodlně a sebejistě používat v každodenním životě. Účastníci se krok za krokem seznámí se základy ovládání – od zapnutí telefonu, porozumění ikonám, gestům a klávesnici až po telefonování, psaní zpráv a ukládání kontaktů. Naučí se také připojit k Wi-Fi, upravit velikost textu nebo jas obrazovky, instalovat nové aplikace a bezpečně používat internet. Důraz je kladen na praktické využití – práci s komunikačními nástroji jako WhatsApp, Messenger, e-mail, ale také orientaci pomocí map, navigace, zjišťování počasí a další užitečné funkce. Kurz se věnuje i fotografování, práci s galerií, sdílení snímků, využívání zdravotních funkcí telefonu a možnostem nouzového volání.

Mgr. Pavel Honzík



ÚTERÝ

ANGLICKÁ KONVERZACE – nový předmět, 13:30 – 15:00
(první přednáška proběhne 23.09.2025)

Tento studijní předmět je bez nároku na zápočet.

Kurz je určen posluchačům, kteří se k angličtině opakovaně vrací nebo si přejí upevnit své jazykové základy. Výuka se zaměřuje na praktickou komunikaci v běžných situacích, jako je představování, nakupování, cestování, objednávání v restauraci či orientace ve městě. Rozvíjena bude základní slovní zásoba a porozumění jednoduchým gramatickým strukturám. Důraz je kladen na klidné tempo, systematické opakování a přátelskou atmosféru podporující jistotu a radost z učení.

Bc. Vendula Kopecká



NĚMECKÁ KONVERZACE – nový předmět, 13:30 – 15:00
(první přednáška proběhne 16.09.2025)

Tento studijní předmět je bez nároku na zápočet.

Kurz konverzace v německém jazyce je určen pro „věčné začátečníky“ a mírně pokročilé studenty. Cílem kurzu je rozšířit a prohloubit slovní zásobu zaměřenou na každodenní konverzační témata, s důrazem na praktické využití jazyka a automatizaci běžně používaných frází. V jednotlivých lekcích se studenti seznámí se základní německou gramatikou, která je nezbytná pro plynulou komunikaci.

Mgr. Martina Dolejší



LÉČIVÁ MOC ROSTLIN – nový předmět, 15:30 – 17:00
(první setkání proběhne 16.09.2025)

V předmětu „Léčivá moc rostlin“ získáte mnoho informací o léčivých rostlinách. Dozvíte se o bylinkách a jejich zapomenutém významu. Zjistíte, že i houby dokáží léčit různé nemoci. Naučíte se, že stromy nejen produkují kyslík, ale též léčivé látky. Co jsou bylinky budoucnosti a dlouhověkosti? Seznámíte se s hydroláty a jejich účinky na naše zdraví. Povíme si něco o rostlinách, které mohou omámit. Nahlédnete do prastarých magických rituálů různých kultur a zjistíte, jakou roli hráli a hrají bylinky v těchto rituálech. Ochutnáte rostliny a stromy z celého světa.

Mgr. Jaroslav Vágner



HISTORIE, MĚSTA A PAMÁTKY UNESCO VE ŠPANĚLSKU – nový předmět, 15:30 – 17:00
(první setkání proběhne 23.09.2025)

Španělsko se svými 49 milióny obyvatel patří k historickým pokladům Evropské kultury a historie. Na jejím území se nachází 49 památek UNESCO a mnoho zajímavých míst, které popisují nadšení cestovatelů a průvodců.



Španělsko je země plná kontrastů, kde se setkávají starobylé tradice s moderními trendy. Od pulzujících ulic Barcelony a Madridu až po klidné pláže Costa Bravy a Andalusie, každý kout této země nabízí něco jedinečného. Během našeho kurzu se podíváme na různé aspekty španělského cestovního ruchu, včetně jeho historických památek, kulinařských specialit, festivalů a přírodních rezervací. Naším cílem je nejen rozšířit znalosti o Španělsku, ale také vás inspirovat objevování nových míst a kultur.

Tento předmět nenavazuje na předchozí přenášky hispanistiky, ale pokud jste jej již navštěvovali, tak budete překvapeni spíše tím, co vše jsme si nestačili přiblížit.

Mgr. Jiří Morava

ČTVRTEK

LÉTA OKUPACE 1939 – 1945 NA KLATOVSKU – nový obor, 15:30 – 17:00

(první přednáška proběhne 25.09.2025)

V roce 2025 si připomínáme 80. výročí konce 2. světové války, osvobození a obnovu Československa. Ideologie národního socialismu, která tento válečný konflikt zažehla, výrazným způsobem ovlivnila i Klatovsko. Už přijetí tzv. Mnichovské dohody způsobilo ztrátu mnoha území klatovského okresu, kde často žilo národnostně smíšené obyvatelstvo. Osudy lidí na zabraném území dlouho zůstávaly mimo záběr historiků. Pro napravení tohoto dluhu jsme přichystali sérii přednášek, které seznámí posluchače skořeny nacistické ideologie, jejich šíření Evropou a získávání sympatizantů z řad obyvatel klatovského regionu. A to často nejen německé národnosti. Klatovska se také významně dotkl tzv. Zákon na obranu republiky z roku 1936, který Klatovsko poznamenal ve všech směrech, protože jeho dopravní obslužnost, zaměstnanost a další sociální aspekty se výrazně zhoršily. Pro mnohé kritiky politiky appeasementu, pak již okupace tzv. Druhé republiky, byla jen logickým vyústěním událostí z podzimu 1938 a vyhlášení protektorátu 16. března 1939 přijímali mnozí se značnou apatií. Nicméně našlo se i hodně těch, kteří se s tím nehodlali smířit a vedli boj za osvobození a obnovu Československa. Jak na domácí, tak zahraniční frontě. Na jaře 1945 jejich boj vyvrcholil, kdy s obrovskou pomocí spojeneckých mocností byl nacismus poražen, republika osvobozena a obnovena.

Cesta k tomu nebyla jednoduchá a obyvatelstvo přineslo mnoho obětí. Popis událostí v regionu, ale i příběhy jednotlivých lidí z obou stran pomyslné ideologické barikády jsou samozřejmě součástí programu tohoto studijního předmětu. Válka nebyla vedena pouze na frontách a v odboji. Mnoho věcí se dotklo i domácností a postavení žen doznalo v průběhu let 1939-1945 značných změn. I těchto momentů se dotknou přednášky připravovaného cyklu.

Mgr. Lucie Hotová, Jan Jiráček

TVOŘÍME ZAHRADU: PRINCIPY A INSPIRACE – pokračující obor, 15:30 – 17:00

(první přednáška proběhne 18.09.2025)

Proč se v některých zahradách cítíte dobře a v jiných ne? Co z nich dělá krásné místo k životu? Poznejte základní principy zahradní tvorby a získajte inspiraci z českých i zahraničních zahrad. Přednáší Ing. Alena Zelenková, majitelka a tvůrkyně ukázkových přírodních zahrad v Plzeňském kraji.

Ing. Alena Zelenková

NABÍDKA NA AKADEMICKÝ ROK 2025/26

PROGRAMY, které budou po celý akademický rok ONLINE.

Všechny obory, předměty či kurzy jsou plánovány distančně, tedy online formou.

Forma ukončení: bez ukončení. Absolvování se nezapočítává do absolutoria.

Každé setkání vám vždy pošleme e-mail s odkazem k připojení. Pro připojení je nutné se vždy prokliknout z konkrétního e-mailu. Tyto e-maily vám mohou skončit i ve složkách Spam, Hromadné nebo Promo. Kontrolujte vždy i tyto složky, ať vám neunikne žádné setkání.

PONDĚLÍ

MOZKOVÝ JOGGING PRO TŘETÍ VĚK, pokračující obor, lze nově přistoupit, 10:00 – 11:30

(první přednáška 29. 09. 2025)

Studijní kurz je koncipován převážně prakticky s propojením teoretické části přednášky a následným procvičováním kognitivních funkcí (pozornost, paměť, slovní zásoba, ...) prostřednictvím nejrůznějších zadání. V rámci teoretických částí kurzu si probereme vybrané kognitivní funkce a jejich změny v důsledku procesu stárnutí, představíme si a vyzkoušíme

vybrané mnemotechnické pomůcky, které dovedou zlepšovat rozsah naší paměti a tím zlepšit naši duševní kondici. Představíme si jednotlivé možnosti preventivních opatření, které mohou oddálit nástup projevů neurodegenerativních onemocnění mozku. Také si povíme něco o fenoménu digitální demence, který podle odborníků „není prozatím lékařskou diagnózou“, ale čím dál častěji můžeme o tomto termínu slyšet. Jedná se o zasažení kognitivních funkcí v důsledku nadužívání digitálních technologií.

Mgr. Zdeněk Gloz



VÝZNAMNÉ OSOBNOSTI DĚJIN – STÁTNÍCI, VOJEVŮDCI A BUDOVATELÉ, nový obor, 13:00 – 14:30

(první přednáška – termín bude upřesněn)

Kurz Významné osobnosti dějin – státníci, vojevůdci a budovatelé je rozvrhován jako čtyřsemestrální kurz kladoucí si za cíl seznámit posluchače s 14 významnými osobnostmi světových dějin. Kurz provede posluchače významnými událostmi světových dějin prostřednictvím života vybraných osobností. Jak lépe pochopit tep doby než poznat lidi, kteří ji pomáhali utvářet. Jen hrstce lidí se podařilo zanechat do přelomu času tak nesmazatelné stopy jako těm, kteří pomohli formovat svět, jak ho známe dnes. Ve 14 přednáškách navštívíme svět starých Egyptanů, podíváme se do tajů budování Velké čínské zdi, zjistíme, jaké je to být papežem, ozáří nás lesk paláce ve Versailles, poznáme tajemství nejbohatšího člověka všech dob a vplujeme do třesutých dějin 20. století.

Mgr. Atilla Vatansever

ÚTERÝ

SVĚTOVÉ DĚJINY VE 20. STOLETÍ, nový obor, 9:30 – 11:00

(první přednáška – termín bude upřesněn)

Dvacáté století bylo, a to nejen v Evropě, stoletím, které lze charakterizovat dvěma světovými válkami, jež byly následovány čtyřiceti lety "studené války". Ta sama byla pokračováním, ba důsledkem druhé světové války. Příběh 20. století je proto neobyčejně dramatickou, ještě více tragickou, jakož i fascinující podívanou. Svět a především Evropu změnil k nepoznání. Sto let po skončení napoleonských válek se Evropa právem pyšnila tím, že je vrcholem civilizačního vývoje lidstva. Mezi lety 1914 - 1945 se stala sídlem bezuzdného barbarství, nejvýrazněji reprezentovaného komunismem a nacionálním socialismem. Druhá světová válka zásadně a zřejmě již provždy zničila systém soutěžících evropských mocností, bojujících o ovládnutí kontinentu. Politiku Evropy určovaly toliko dvě, v zásadě mimoevropské mocnosti. Obě od roku 1949 disponovaly jadernými zbraněmi, což v podobě vzájemně zaručené totální destrukce do jisté míry brzdilo sovětskou agresivitu a - téměř - vylučovalo přímou konfrontaci. Nebránilo to však jak soupeření ideologickému, tak zástupným válkám ve zbytku světa. Stabilita a až neuvěřitelná prosperita západní části Evropy byla vykoupena rozdělením kontinentu a vydáním jeho východní části přímé či nepřímé nadvládě Sovětského svazu, zpravidla spojené s vojenskou okupací a trvalou hrozbou zmíněného válečného konfliktu. Rozkladem komunismu a pádem sovětského impéria však dějiny neskončily.

PhDr. Miroslav Breitfelder, Ph.D.



HOUBAŘŮV ROK, nový obor, 15:00 – 16:30

(první přednáška 16. 09. 2025)

V zimním semestru se posluchači kurzu seznámí se základními mykologickými a houbařskými pojmy, nakoukneme do historie mykologie u nás i ve světě, představíme si nejznámější mykology. Osvěžíme základní pravidla pro sběr hub, jejich uchovávání a následné konzumace. Nedílnou součástí kurzu bude mykologická online exkurze na zajímavou lokalitu. Podzim je vrcholem houbařské sezóny, proto se důkladně seznámíme s aktuálně rostoucími houbami, připomeneme si důležitost správného určování hub, jejich následnou kuchyňskou úpravu. Podstatná část lekcí bude věnována i záměnám běžných druhů za ty jedovaté, probereme nejružnější skupiny otrav houbami. S nastupující zimou nás bude čekat seznámení s běžnými druhy zimních hub se zvláštním zaměřením na houby léčivé. Během zimy, kdy houby neporostou se posluchači seznámí s problematikou ochrany hub či s mykologickými kluby a společnostmi působícími v ČR.

Letní semestr zahájíme netradičním pohledem na houby, probereme jejich výskyt v písních, literatuře a filmu. Zaměříme se rovněž na sociální síť. Začátek jara je vhodným okamžikem pro seznámení s nejběžnějšími pěstovanými houbami a jejich využitím v kuchyni. Zvláštní pozornost budeme věnovat širokému spektru jarních druhů hub (smrže, kačenky, závojenky), na které bude zaměřena i druhá mykologická exkurze (opět okolí Dobřan). Ke konci semestru probereme ještě základní pravidla prodeje hub, seznámíme se s tržními houbami a jejich významem pro nás. Zkončíme vyprávěním o letních druzích hub, seznámíme se s netradičními druhy a jejich kuchyňskou úpravou.

Mgr. Luboš Zelený



STŘEDA

TVOŘÍME ZAHRADU: PRINCIPY A INSPIRACE, pokračující obor, lze nově přistoupit 10:00 – 11:30

(první přednáška – termín bude upřesněn)

Proč se v některých zahradách cítíte dobře a v jiných ne? Co z nich dělá krásné místo k životu? Poznejte základní principy zahradní tvorby a získajte inspiraci z českých i zahraničních zahrad. Přednáší Ing. Alena Zelenková, majitelka a tvůrkyně ukázkových přírodních zahrad v Plzeňském kraji.

Ing. Alena Zelenková



STAROVĚKÝ EGYPT A JEHO SOUSEDÉ, pokračující obor, lze nově přistoupit, 13:00 – 14:30

(první přednáška – termín bude upřesněn)

Během tohoto akademického roku budou mít posluchači možnost blíže se seznámit s vývojem zahraničních vztahů Egypta od počátků kontaktů ve 3. tisíciletí př.n.l. po krizové období na konci Nové říše. Nejprve bude představen chronologický přehled a základní terminologie zahrnující oblasti Egypta, Předního východu, Núbie a Libye. Následně se zaměříme na první obchodní a diplomatické styky Egypta s okolními regiony. Ve Střední říši dochází k formalizaci vztahů, především vůči Núbii a Levantě, avšak Druhé přechodné období přináší destabilizaci kvůli vlivu Hyksosů. Nástup Nové říše je spojen s expanzivní politikou a rozšířením egyptského vlivu na Blízkém východě. Amarnská korespondence ukazuje diplomatické vztahy Egypta se sousedními mocnostmi ve 14. stol. př.n.l. Vrcholem imperiální politiky je soupeření s Chetitskou říší, jehož vyvrcholením je bitva u Kadeše a následná mírová smlouva. Konec bronzového věku přináší invazi mořských národů a zánik velkých říší, což vede k oslabení Egypta. Cyklus uzavírá shrnutí dlouhodobého vývoje zahraniční politiky a jeho dopadu na starověký svět.

Letní semestr se zaměřuje na proměny zahraničních vztahů Egypta během prvního tisíciletí př.n.l. Nejprve bude představen chronologický přehled a základní terminologie týkající se Egypta, Předního východu, Núbie a Libye. Po rozpadu Nové říše prochází Egypt obdobím politické fragmentace, což zásadně ovlivňuje jeho zahraniční vztahy. Během Třetího přechodného období se země ocitá pod vlivem Libyjců, Núbijců a dochází k interakcím s rodícím se státem Izraelitů. Pozdní doba přináší ve Východním Středomoří střídání dominantních mocností (Peršanů) a Egypt se ocitá v širším mezinárodním kontextu. Postupně se Egypt stále více dostává do kontaktů s řeckým světem, což vyvrcholí v jeho dobytí Alexandrem Makedonským a k nástupu Ptolemaiovců, kteří se následně snaží vybudovat impérium ve východním Středomoří. Postupný úpadek Ptolemaiovské dynastie vede k oslabení egyptské suverenity, až je po smrti poslední egyptské královny Kleopatry VII. Začleněn do římské říše. Cyklus uzavírá shrnutí vývoje egyptské zahraniční politiky a jejího vlivu na dějiny Středomoří.

Mgr. Petra Maříková Vlčková



PRAKTICKÁ GENEALOGIE A TVORBA RODOKMENU, nový předmět, 14:00 – 15:30

(první přednáška – termín bude upřesněn)

Předmět seznámí účastníky se základy genealogie jako vědního oboru, s literaturou a s prameny, kde mohou hledat informace o předcích a získají návod ke genealogickému bádání na základě studia matrik. Dále se seznámí s postupem při tvorbě rodokmenu a s běžnými genealogickými programy. Pozornost bude věnována i vývoji písma a způsobům, jak číst staré písmo. Předmět je zaměřen především k získání praktických dovedností a schopností k samostatnému bádání a tvorbě rodokmenů.

PhDr. Martin Čechura, Ph.D.



ČTVRTEK

LIDSKÉ TĚLO A JEHO SCHOPNOST SAMOUZDRAVENÍ, nový obor, 09:00 – 10:30

(první přednáška – termín bude upřesněn)

V přednáškách se dozvíte, co je biorezonance, jak pomocí vitamínů, minerálů a stopových prvků eliminovat nežádoucí účinky klasických léků. Další setkání se budou zabývat vztahem aminokyselin ke genetice a epigenetice člověka. Genové klíče nám odemknou cestu ke zvyšování vědomí člověka. Zjistíte, co je gemmoterapie v bylinářství, homeopatie a získáte informace o volně prodejných homeopatických přípravcích, možnosti první volby pomoci v akutním onemocnění člověka i domácích mazlíčků. Psychiku člověka lze „poladit“ Bachovými esencemi bez nežádoucích účinků. Získáte základy TČM, tradiční čínské medicíny. Tajemná epifyza a kde se nachází v lidském těle a její funkce bude jistě velmi zajímavé téma.



Informace o kvalitních esenciálních olejích v oblasti aromaterapie vám pomohou k obnovení samouzdravovací schopnosti těla, stejně tak jako výše uvedené metody.

Mgr. Jana Němečková



PŘÍBĚHY Z DĚJIN SVĚTA, pokračující obor, 13:00 – 14:30 (první přednáška 02. 10. 2025)

Kurs je osobou přednášejícího a stylem výuky spojen s cyklem přednášek nazvaných „Příběhy z dějin světa“. Absolvování tohoto předchozího kurzu není nutné. Na spojitosti a souvislosti však bude průběžně odkazováno.

Cílem kurzu je seznámit účastníky s dějinnými událostmi, které ovlivnily vývoj státu a práva ve vybraných zemích. Program je sestaven tak, že nejprve se podává výklad o společných základech pro evropský vývoj spočívajících na Předním východě, následují dějiny vybraných evropských států a pomocí kapitoly věnující se vzniku Islámu a Arabskému chalífátu se dostáváme do Asie abychom zakončili kurs přes zastávku v Latinské Americe v Africe. Po dokončení kurzu by účastníci měli mít základní přehled o dané problematice.

JUDr. Bc. Jan Podola, Ph.D.



PÁTEK

ZÁKLADY ASTRONOMIE, pokračující obor, lze nově přistoupit, 9:40 – 11:55 (první přednáška – termín bude upřesněn)

V oborovém předmětu Základy astronomie posluchači získají základní přehledové znalosti z astronomie a kosmonautiky a okrajově také z dalších příbuzných vědních přírodních oborů, jako je např. geologie, meteorologie, optika a další. Seznámí se s aktuální oblohou pomocí počítačového programu Stellarium, navštíví blízký i hluboký vesmír. V kosmonautice nás tentokrát zavede k našemu Měsíci. Zařazena bude i astronomická pozorovací technika. A jedno téma bude cestopisné.

Zimní semestr zahájíme kosmonautikou, ve Stellariu se seznámíme s podzimní oblohou včetně jejích zajímavých objektů, dále nás čeká povídání na téma vesmírných nebezpečí, objasníme se pojem světelné znečištění a ukážeme si metody, jak s ním bojovat. Na závěr zimního semestru si ukážeme možnosti různých astronomických výukových zařízení, jako jsou telurium, planetárium a další.

Letní semestr začneme zimní oblohou ve Stellariu, následně se budeme zabývat optikou zaměřenou na oblast astronomie. Seznámíme se s optickými aplikacemi, působením optických jevů v oblasti astronomie a také meteorologie. Konec letního semestru bude věnován expedici za prstencovým zatměním Slunce v Mexiku, speciálně oblasti Yukatán. Během výuky bude opět použito velké množství názorné obrazové dokumentace. Ke každé lekci budou připraveny sylaby, aby měl každý posluchač základní studijní materiál, a také možnost se plně soustředit na výklad a seznámit se tak nerušeně s astronomickou problematikou.

Lumír Honzík

Další online nabídka

Jednosemestrální přednášky konané pouze v jednom semestru (zapisujete si jeden semestr).

KRAJINA V SOUVISLOSTECH, jednosemestrální kurz, 10:00 – 11:30 (první přednáška – termín bude upřesněn)

Volné pokračování předchozích dvou semestrů, kdy opět budeme na naši krajinu nahlížet skrze krajinnou estetiku a v širších souvislostech si všimnout toho, co ji dělá tak půvabnou a že ne vše „obyčejné“ je samozřejmostí. Spolu s estetikou ale budeme hledat druhý díl téhož, a to funkčnost. Vrátime se k tématu vody a jak jí vrátit její přirozenou krásu i funkčnost. Vydáme se po starých cestách, které nás zavedou i ke studánkám a pramenům. Povídat si budeme o zeleni malých i velkých sídel a jak zpět nalézt lásku ke své domovině. A na závěr se po naší krásné krajině rozhlédneme snad trochu novým, širším pohledem.

Václav Čubr, DiS.

ERGOTERAPIE V PRAXI ANEB CVIČENÍ A TIPY PRO POHODU TĚLA I DUŠE, jednosemestrální kurz, 16:30 – 18:00 (první přednáška – termín bude upřesněn)

Lidské tělo je komplikovaný mechanismus, kde je vše provázáno. To, že nás bolí koleno či kyčel nemusí nutně znamenat, že zrovna v tomto místě se nachází blokáda, problémy s vazy či dokonce nějaká morfologická změna. Na druhou stranu

to ale může být přesně tak jednoduché, jak si na začátku myslíme. Někdy stačí jen zpomalit, odpočinout nebo se pořádně protáhnout. V rámci přednášek jednosemestrálního kurzu nebudeme jen probírat různé části těla a jejich možná onemocnění. Ukážeme si také, jak si ulevit od bolesti pomocí jednoduchých cvičení, nejrůznějších pomůcek nebo například pomocí obyčejné čocky.

Bc. Helena Bílková

Poplatek za vzdělávací programy

Přednáškové kurzy	800 Kč/ ak. rok	
Jazykové kurzy	1900 Kč/ ak. rok	Anglická konverzace, Německá konverzace
Technické kurzy	900 Kč/ ak. rok	Základy práce a ovládání mobilního telefonu
Online kurzy	800 Kč/ ak. rok	
	450 Kč/ semestr	Krajina v souvislostech, Ergoterapie



ELEKTRONICKÉ PŘIHLÁŠENÍ KURZŮ

Přihlašování (elektronické přihlášky) kurzů proběhne od 19.08.2025, 12:00 hodin do 24.08.2025, 23:59 hodin. Podklady pro platby převodem budou rozesílány po ukončení rezervací, platby je nutno uhradit nejdéle do 3 dnů od zaslání/předání příkazu k úhradě.



PREZENČNÍ ZÁPIS KURZŮ – PLATBA HOTOVĚ NEBO KARTOU

Čtvrtek 11.09.2025, 13:00 – 16:00 hodin v budově Vzdělávacího centra Úhlava, o.p.s. v Klatovech, Plánická 174, 339 01 Klatovy. V případě platby v hotovosti mějte částku připravenou přesně.

INFORMACE K ZÁPISŮM NA AKADEMICKÝ ROK 2025/26

Pro **PŘIHLÁŠENÍ** a rezervaci si ve vyhlášených termínech otevřete stránku rezervačního systému U3V ZČU www.au3v.zcu.cz/rezervace a klikněte na okénko s názvem města, ve kterém budete U3V navštěvovat.

Výběr místa studia

Pokud své studijní číslo znáte nebo jste nový posluchač, pokračujte volbou místa studia:

Dostanete na výběr ze tří možností: **Mám přidělené studijní číslo** (znáte své studijní číslo), **Jsem nový posluchač** (ještě nikdy jste naši U3V nenavštěvoval/a) nebo **Studijní číslo jsem zapomněl**.

V případě, že studijní číslo neznáte nebo jej nemáte po ruce, je možné si nechat SČ poslat na e-mail zadaný při poslední rezervaci. V případě, že na Váš e-mail přichází informace pro manžele nebo dvě kamarádky, pošlou se Vám všechna studijní čísla spojená se zadaným e-mailem.

E-mail uchazeče / účastníka

Poslat studijní číslo na e-mail

Poté si již můžete vybrat z nabídky programů na vybrané pobočce nebo z online programů, které jsou společné pro všechny pobočky napříč U3V. U každého semestru vybraného kurzu je tlačítko „Detail“, kterým si zobrazíte rozpis přednášek.