

Wykłady w tygodniu 12-17.10.2026

Termin: Poniedziałek, 12.10.2026, godz. 16.15

Miejsce: Gmach Wydziału Architektury, sala 103

Cykl: Historia architektury 1

Tytuł: Starożytna Mezopotamia

Wykładowca: dr inż. arch. Anna Agata Wagner



Brama Ishtar, https://www.worldhistory.org/Ishtar_Gate/

Zapraszam na wykład o architekturze starożytnej Mezopotamii, krainie leżącej w dorzeczu Tygrysu i Eufratu.

Mezopotamia uznawana jest za kolebkę najwcześniejszych cywilizacji. To tu narodziły się jedne z najważniejszych wydarzeń w historii ludzkości - wynalezienie koła, zasadzenie pierwszych zbóż, rozwój pisma, matematyki, astronomii i rolnictwa. Dlatego też warto rozpocząć cykl wykładów z historii architektury właśnie od tego regionu.

Na obszarze Mezopotamii w starożytności rozwijało się szereg kultur, państw i imperiów, począwszy od Sumeru i Akadu, przez Babilonię, Asyrię, aż po Persję Achemenidów i królestwo Sasanidów. Pomimo wielości ludów, które po sobie następowały region ten charakteryzuje kontynuacja wspólnego dziedzictwa kulturowego, w tym architektury. I to postaram się Państwu pokazać.

Zapraszam 😊

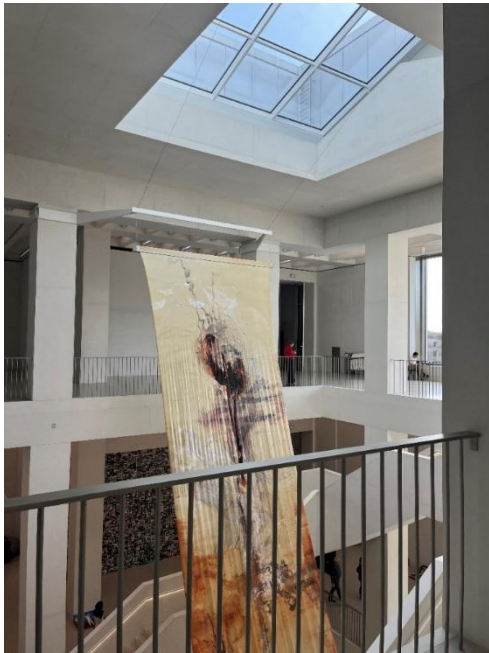
Termin: **Wtorek, 13.10.2026, godz. 16.15**

Miejsce: **Gmach Główny, sala 219**

Cykl: **Kultura i Społeczeństwo - Historia sztuki**

Tytuł: **Dzieło sztuki w nowej odsłonie - współczesne sposoby ekspozycji i interpretacji cz. 1**

Wykładowca: **mgr Ada Szmulik**



Współczesne praktyki artystyczne doprowadziły do poszerzenia definicji dzieła sztuki, które wykracza poza tradycyjne obiekty malarskie i rzeźbiarskie, obejmując instalacje immersyjne, performance, wideo, praktyki społeczne oraz formy hybrydowe angażujące nowe media. To stawia muzealnictwo wobec wyzwań kuratorskich, architektonicznych i edukacyjnych, wymagających elastyczności przestrzeni i programów.

MSN w Warszawie, otwierając nową siedzibę na Placu Defilad, zaprojektowało zróżnicowane sale, „pokoje miasta”, teatr, kinomuzeum i przestrzenie performancyjne, rezygnując ze stałej ekspozycji na rzecz rotacyjnych prezentacji i działań site-specific. Tate Modern po rozbudowie o Switch House stworzyło pierwsze na świecie przestrzenie dedykowane sztuce live – performance, filmowi, instalacjom interaktywnym – przekształcając muzeum w wielofunkcyjne centrum kultury. Guggenheim Bilbao łączy ikoniczną architekturę z galeriami o zmiennych kształtach, które stają się aktywnym elementem doświadczenia. Przywołane instytucje stanowią jedynie nieliczne z możliwych przykładów wartych omówienia.

Wykład ma na celu zaprezentowanie przykładów omówionych powyżej praktyk, zarysowanie poszerzającej się definicji współczesnego dzieła sztuki i pokazanie, w jaki sposób może ono być realizowane w przestrzeniach muzealnych.

Termin: Środa, 14.10.2026, godz. 16.15

Miejsce: Gmach Główny, sala 219

Cykl: Rozmaitości – Żywnienie i dietetyka

Wykładowca: prof. Dariusz Włodarek

Co naprawdę oznacza dieta zbilansowana? Podczas wykładu przyjrzymy się historii żywienia i temu, jak powstają zalecenia żywieniowe. Poznamy różne jakie informacje możemy uzyskać z norm żywienia. Dowiemy się, jak komponować posiłki zgodnie z zasadami prawidłowego żywienia i dlaczego dieta śródziemnomorska jest uznawana za jeden z najlepszych wzorów zdrowego odżywiania — choć nie jedyny. Dieta Dieta Dieta.

Zalecenia zdrowego żywienia

JEDZ RÓŻNORODNE PRODUKTY KAZDEGO DNIA



Jedz więcej:

- Produktów zbożowych z pełnego ziarna (np. płatki owsiane, pieczywo razowe, makaron razowy, kasze);
- Różnokolorowych warzyw i owoców - więcej warzyw niż owoców;
- Nasion roślin strączkowych (np. fasola, groch, ciecierzycza, soczewica, bób);
- Ryb (zwłaszcza tłustych morskich);
- Produktów mlecznych niskotłuszczowych, zwłaszcza fermentowanych;
- Orzechów i nasion (np. orzechów włoskich, pestek dyni, nasion słonecznika).

Jedz mniej:

- Soli;
- Mięsa czerwonego i przetworów mięsnych (m.in. kielbas, wędlin, boczku);
- Cukru i słodzonych napojów;
- Produktów przetworzonych (takich jak: fast food, słone przekąski, herbatniki, batony, wafelki) z dużą zawartością soli, cukrów i tłuszczów.

Zamieniaj:

- Przetworzone produkty zbożowe (np. jasne pieczywo, słodkie płatki śniadaniowe) na pełnoziarniste;
- Mięso czerwone i przetwory mięsne na ryby, drób, jaja, nasiona roślin strączkowych i orzechy;
- Słodkie napoje na wodę;
- Tłuszcze zwierzęce na tłuszcze roślinne (oleje np. rzepakowy, oliwa z oliwek);
- Produkty mleczne pełnotłuste na niskotłuszczowe (mleko, jogurt, kefir, maślanka, białe ser);
- Smażenie, grillowanie na gotowanie w tym na parze, duszenie lub pieczenie.

Bądź aktywny fizycznie, utrzymuj masę ciała w normie

Jeśli chorujesz na choroby przewlekłe skonsultuj swój sposób żywienia z dietetykiem.

<https://ncez.pzh.gov.pl/abc-zywienia/talerz-zdrowego-zywienia/>

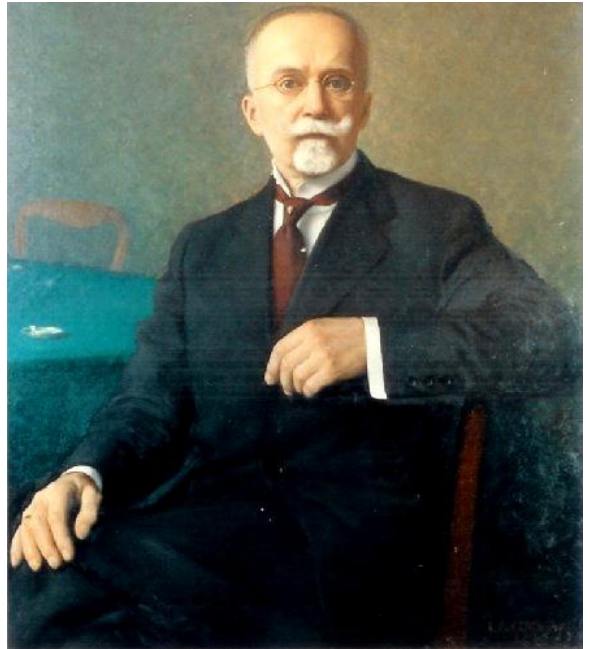
Termin: Czwartek, 15.10.2026, godz. 16:15

Miejsce: Gmach Główny, sala 208

Cykl: Nauka i Technika – Nasza uczelnia

Wykładowca: mgr Izabela Koptoń-Ryniec

Wykład w roku jubileuszu 200-lecia Politechniki Warszawskiej skupi się na kluczowych dla Uczelni postaciach od *ojców założycieli* Szkoły Przygotowawczej do Instytutu Politechnicznego: Stanisława Staszica i Kajetana Garbińskiego, poprzez sylwetki Dyrektorów Instytutu Politechnicznego i Rektorów PW. Zaakcentowane zostaną zarówno sylwetki Profesorów Politechniki Warszawskiej, jak i pozostałych osób, w tym absolwentów, które swoją pracą i dokonaniem wpisały się w krajobraz osiągnięć Uczelni w skali krajowej i międzynarodowej.



*Na zdjęciu: Zygmunt Straszewicz, pierwszy
Rektor PW
Muzeum Politechniki Warszawskiej*