Kurier UTW

Nieregularnik Uniwersytetu Trzeciego Wieku

28/2018

Uniwersytet Wrocławski

Kurier UTW

KURIER UTW

NIEREGULARNIK UNIWERSYTETU TRZECIEGO WIEKU

Numer 28 (2018)

Uniwersytet Wrocławski

Kurier UTW – Nieregularnik Uniwersytetu Trzeciego Wieku
Pismo słuchaczy i sympatyków UTW

Opieka merytoryczna
Bogna Bartosz

Redaktor wydania
Stanisława Warmuz

Zespół redakcyjny:
Bożena Górna, Elżbieta Jagielska, Jerzy Sosnowski, Magda Wieteska

Redaktor techniczny
Dariusz Kobylański

Kolportaż i Archiwum „Kuriera UTW":
Grażyna Kubik, Janina Żywicka

Redakcja zastrzega sobie prawo do dokonywania skrótów tekstów

ADRES REDAKCJI:
Uniwersytet Trzeciego Wieku
ul. Dawida 1/3, 50-527 Wrocław
tel./fax 71 367 01 16, www.utw.uni.wroc.pl

Skład, łamanie, druk i oprawa:
S-CAN Wydawnictwo s.c.

Stanisława Warmuz
Wstęp ... 9

Z ŻYCIA UTW

Bogna Bartosz
Tempora mutantur et nos mutamur in illis ... 12

Walne Zebranie Słuchaczy ... 14

Jerzy Sosnowski
Dlaczego UTW i samorząd? ... 15

Renata Babac-Stencel, Bronisława Strzelecka,
Grażyna Kubik, Janina Żywicka, Andrzej Wołoszyn,
Alicja Teresa Pawlik, Halina Cebula
O pracy w samorządzie ... 18

Stanisława Warmuz
Inauguracja roku akademickiego 2017/2018 – relacja ... 24

PÓŹNA DOROSŁOŚĆ TO CZAS POMYŚLNY

Walentyna Wnuk
Jak zmienia się życie osób starszych w UTW ... 27

BADANIA – PROJEKTY – PRAKTYKI

Stanisława Warmuz
Projekt „UTW: Uczyć – Tworzyć – Wspierać" ... 30

Stanisława Warmuz
SUPERWIZJA – Zespół ds. Superwizji ... 48

Stanisława Warmuz
Konferencja podsumowująca projekt
„UTW: Uczyć – Tworzyć – Wspierać" ... 53

Bogna Bartosz, Aleksandra Zimnicka
Jak nas widzą, tak nas piszą... Opinie słuchaczy
na temat działalności UTW w Uniwersytecie Wrocławskim ... 58

Wanda Paszke
Praktyki studenckie w Uniwersytecie Trzeciego Wieku 63

Zuzanna Sośnicka
Obserwacje z praktyk odbytych na Uniwersytecie Trzeciego Wieku w Uniwersytecie Wrocławskim 66

Agata Bukowska
Refleksja dotycząca praktyk na Uniwersytecie Trzeciego Wieku w Uniwersytecie Wrocławskim 67

Małgorzata Lesiczka, Elżbieta Szlędak
Refleksja z praktyk realizowanych na Uniwersytecie Trzeciego Wieku w Uniwersytecie Wrocławskim 68

Eliza Klikuszowian, Martyna Ozimina
Refleksje z praktyk studenckich 69

Stanisława Warmuz
XI Dolnośląskie Forum Uniwersytetów Trzeciego Wieku, Legnica 2 czerwca 2017 r. 70

Maria Marchwicka
Maturalna przygoda 74

WARSZTATY DZIENNIKARSKIE

Magda Wieteska
Literacki debiut dziennikarzy UTW 75

Ewa Konigsman
Integracja 77

Maja Garczyńska
Nowe pasje 79

Ewa Konigsman
„Lego ergo sum" 81

Aleksandra Wrzos
Choreoterapia – dla ciała i duszy 82

Beata Chłap
Dzień powszedni w UTW 84

Beata Chłap
Pięć pokoleń polskich kobiet 87

Irena Kawczyńska
Łączą nas książki 89

Maria Marchwicka
„To nie moje, ale nasze sukcesy" – wywiad z Magdą Wieteską 90

SŁUCHACZE O SOBIE I SWOJEJ DZIAŁALNOŚCI

Jerzy Sosnowski
Dlaczego kabaret? 93

Jan Zacharski
„Trzeci wiek" i inne wiersze 98

Otylia Kernicka
Nasze życie 102

Danuta Konieczny
Wrocławianka 103

Danuta Konieczny
Z uśmiechem 104

Irena Kawczyńska
Podziel się książką 105

Jerzy Sosnowski
Królem być... 106

Maria Marchwicka
Bruksela – wspomnienia z podróży 108

ANEKS

Emilia Nowaczyk
Sprawozdanie z pracy UTW w roku akademickim 2016/2017 112

Postęp jest niemożliwy bez zmiany,
a ci, którzy nie mogą zmienić swoich umysłów
nie mogą zmienić niczego.
(George Bernard Shaw)

Stanisława Warmuz

WSTĘP

Żyjemy w świecie, w którym nieustannie i coraz szybciej zmieniają się znaczenia, gdzie przestawiane i modyfikowane są „znaki drogowe". Ten świat jest barwny, dynamiczny, jest atrakcyjny, ale trudno się w nim odnaleźć. Zmiany dotyczą nie tylko świata zewnętrznego, dotyczą także spraw „późnej dorosłości."

W naszym uniwersytecie nastąpiły bardzo znaczące zmiany. Dokonała się kolejna zmiana na stanowisku kierownika Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Obecnie kierownikiem UTW jest dr Bogna Bartosz. Od października 2017 r. mamy nowy Zarząd UTW. Zmieniają się ludzie i zmieniają się instytucje.

Jak zmienia się Uniwersytet Trzeciego Wieku i jak w tej zmienności odnaleźć stały element, który wpływa na specyfikę jego działalności, przedstawiła dr Bogna Bartosz. Ale uniwersytet, zmieniając się jako instytucja, wywiera wpływ na słuchaczy – uczestników procesu edukacyjnego. Dr Walentyna Wnuk pokazuje, że Uniwersytety Trzeciego Wieku zmieniają strukturę życia swoich słuchaczy, proponują nowe pola aktywności, zaspokajają potrzeby, dają wsparcie psychiczne, uczą zachowania zdrowia. Jak postrzegają siebie i swój rozwój w UTW napisali niektórzy członkowie Zarządu.

Mówi się, że kluczem do zmiany jest pracowitość i wiedza, bo jak pisał Alvin Toffler: *Analfabetą XXI w. nie będzie już ten, kto nie potrafi czytać ani pisać, ale ten, kto nie potrafi się uczyć, potem oduczać, a następnie znowu uczyć* (*Szok przyszłości* – 1970). Słuchacze naszego uniwersytetu nie tylko potrafią się uczyć, ale potrafią uczyć się na nowo, o czym przekonuje lektura artykułów uczestników warsztatów dziennikarskich. W powszechnie używanym określeniu „UTW" zawiera się istota i sens istnienia oraz niebywałego rozwoju w Polsce uniwersytetów trzeciego wieku, bo „UTW to: Uczyć – Tworzyć – Wspierać". Jak można realizować to założenie? Odpowiedź w opisie zrealizowanego projektu o tej samej nazwie.

I jeszcze cytat z Sydneya J. Harrisa: *Naszym paradoksem jest to, że jednocześnie kochamy zmiany i ich nienawidzimy. Tym, czego naprawdę chcemy jest sytuacja, gdy rzeczy pozostają takie same, ale stają się lepsze.* Myślę, że można w tym miejscu przypomnieć słowa z wykładu prof. Janusza Homplewicza – *Każdy tworzy swój uniwersytet trzeciego wieku. Obowiązujący podręcznik – własne doświadczenie życiowe*, bo pozostając sobą stajemy się lepsi.

I kilka wskazówek.

Tworząc swój własny UTW:

- Powiedz swojemu życiu TAK!
- Podejmij trud samokształcenia.
- Wybacz sobie swoje własne zdrowie – czyli choroby.
- Kochaj nadal wszystko to, co kochałeś dotąd.

Bogna Bartosz

TEMPORA MUTANTUR ET NOS MUTAMUR IN ILLIS „Czasy się zmieniają i my w nich się zmieniamy"

Te słowa przypisywane Owidiuszowi, nieustannie aktualne, prawdziwe bez względu na epokę i szerokość geograficzną, opisują nas samych także wtedy, gdy sądzimy, że przecież ciągle jesteśmy tacy sami i nic nas nie zmieni. A jednak zmiany w naszym życiu związane z różnymi wydarzeniami, wśród których wystarczy wymienić np. problemy bądź wyzwania, jakie stawia przed nami każdy dzień, nowe lektury prowokujące do refleksji, zaskoczenia, jakie „funduje" nam współczesny świat, nieustająco „atakujące" nas o poranku nowe informacje czy spotkania i rozmowy, zmieniając nasz punkt widzenia – zmieniają nas – czy chcemy, czy nie. Z tym bagażem wchodzimy w kolejne miesiące i kwartały, podejmując kolejne działania lub z nich rezygnując.

Zmiany dotyczą także, zdecydowanie w większym stopniu niż kiedykolwiek wcześniej, spraw „późnej dorosłości". Jeszcze kilkanaście lat temu aktywność osób starszych ograniczała się przede wszystkim do działań w nielicznych wówczas UTW i kameralnych grupach nieformalnych. Dzisiaj liczba organizacji, stowarzyszeń, instytucji aktywizujących seniorów rośnie w zawrotnym tempie. Po wpisaniu do wyszukiwarki internetowej hasła „aktywizacja osób starszych" wyświetla się 524 tys. wyników. Liczba publikacji naukowych, a także projektów, których beneficjentami są seniorzy, wzrasta z roku na rok. Coraz liczniejsze konferencje poświęcone psychologicznym, socjologicznym, geragogicznym, medycznym oraz innym aspektom życia w fazie późnej dorosłości potwierdzają, jak istotna jest w XXI wieku analiza uwarunkowań wysokiej jakości życia osób 60+.

Oczywistym jest, że wielu z nas obawia się i nie lubi zmian, ponieważ zwykle oznaczają one wejście w coś, czego nie znamy i co może budzić obawy. Jednak warto spojrzeć na zmiany także jak na szansę sprawdzenia się w nowych sytuacjach. Bo zmiana może być okazją do przyjrzenia się sobie. Jeśli nastawimy się do niej negatywnie będzie negatywna. Jeśli nastawimy się pozytywnie, może odkryjemy w niej wartość i okazję do wzbogacenia siebie.

Zmiany w UTW w Uniwersytecie Wrocławskim

Uniwersytet Trzeciego Wieku w Uniwersytecie Wrocławskim ma do spełnienia bardzo ważną rolę. Realizowane w jego ramach działania potwierdzają bowiem od ponad 40 lat znaczenie szeroko rozumianej aktywności edukacyjnej w podnoszeniu jakości życia wrocławskich i dolnośląskich seniorów. Podkreślić jednak z całą mocą należy, że UTW w UWr zmienia się. Zmiany dotyczą wielu aspektów. Należą do nich m.in. wzrost liczby słuchaczy, która w roku akademickim 2017/18 przekroczyła 760 osób zapisanych do UTW w UWr. Niektórzy mogą zapytać: czy tak wiele osób powinno zostać przyjętych? Tak! Powinniśmy w miarę możliwości pozwolić wszystkim, którzy podjęli starania, by znaleźć się w gronie słuchaczy, uczestniczenie w naszych działaniach. Z prostego powodu – dla wielu naszych seniorów to miejsce, w którym odnajdują sens życia i spełniają swoje marzenia, realizując pasje, działając nie tylko na rzecz UTW, ale też niejednokrotnie angażując się w działania na rzecz społeczności lokalnej.

Zmienia się w UTW w UWr oferta edukacyjna, stanowiąc odpowiedź na potrzeby słuchaczy. Jest ona niezwykle szeroka i bogata. Nasi słuchacze uczestniczą w wykładach audytoryjnych, a także wykładach cyklicznych oraz wykładach otwartych, warsztatach – w tym cieszących się dużym zainteresowaniem warsztatach komputerowych, lektoratach, działaniach sekcji i klubów, zajęciach kultury fizycznej. Wiadomym jest, że słuchacze spotykają się także nieformalnie, co stanowi ogromną „wartość dodaną" do formalnych działań UTW w UWr.

Zmieniają się osoby, które zarządzają Uniwersytetem Trzeciego Wieku i pracują w nim. Wszyscy starają się sprostać zadaniu, jakim jest kontynuacja tradycji, a jednocześnie wprowadzanie zmian koniecznych do jak najlepszego funkcjonowania UTW we współczesnym świecie, jakich oczekują słuchacze, a równocześnie zmian wpisujących się w akademickie standardy, bo to one stanowią dla nas elementarny i najważniejszy kierunek realizowanych działań.

Zauważanych zmian jest bez wątpienia o wiele więcej. Jednak pomimo tego, że zachodzą i zachodzić będą, należy wskazać element, który powinien być stały i nienaruszalny. Jest nim poczucie sensu związane z byciem każdego z nas w Uniwersytecie Trzeciego Wieku w Uniwersytecie Wrocławskim.

Refleksja na temat sensu podejmowanych działań

Wydawać się może, że poszukiwanie sensu życia w okresie senioralnym jest bezzasadne (bo niektórzy mogą mieć przekonanie, że przecież został wcześniej już odkryty). Jednak odwołując się do klasycznych i współczesnych koncepcji psychologicznych oraz prowadzonych w tym obszarze badań należy wskazać, że nieustanne poszukiwanie i odkrywanie sensu życia na każdym jego etapie jest

warunkiem zdrowia psychicznego, warunkiem „wysokiej jakości życia", zdrowej osobowości. Jednak by mówić o sensie należy wpierw zdefiniować pojęcie, które z jednej strony wydaje się intuicyjnie jasne, jednak przy próbie sprecyzowania okazuje się być pojęciem bardzo pojemnym, zawierającym wiele aspektów, wymagającym uszczegółowienia i dookreślenia.

Definicja słownikowa mówi, że sens to inaczej przypisywanie znaczenia. Sens życia to znaczenie życia, jakie ma ono dla jednostki. Innymi słowy to indywidualne przekonanie człowieka, że wszystko co się w życiu wydarzyło, co przydarza się aktualnie i będzie miało miejsce w przyszłości, jest uporządkowane i spójne; że oto istnieje porządek, dzięki któremu życie nie jest doświadczane jako przypadkowe i chaotyczne – czyli pozbawione sensu. W perspektywie indywidualnej można też powiedzieć, że człowiek doświadcza sensu na określonym etapie życia, kiedy wie, po co żyje, angażuje się w działania, co do których jest przekonany, że warte są wysiłku, trudu i poświęcenia. Sens życia przejawia się w realizowanych w życiu wartościach cennych dla jednostki.

Odzwierciedleniem sensu mogą być uczucia przeżywane w związku z podejmowanymi działaniami. Przeżycia pozytywne towarzyszą działaniom związanym z sensem życia. Zatem idąc tropem Obuchowskiego należy poszukiwać sensu w codziennie podejmowanych czynnościach, przynoszących częściej radość i zadowolenie niż frustrację i rozżalenie, bo to te pierwsze są nośnikami sensów. Jeśli zatem nasze „bycie" w UTW jest związane z zaangażowaniem w działania, które są dla nas ważne, a jednocześnie dają nam radość i satysfakcję, możemy doświadczyć sensu. Warto zatem angażować się w działania w Uniwersytecie Trzeciego Wieku w Uniwersytecie Wrocławskim z przekonaniem, że przynoszą nam satysfakcję i pozwalają doświadczać sensu – jestem o tym w pełni przekonana.

■ ■ ■ ■ ■

WALNE ZEBRANIE SŁUCHACZY UNIWERSYTETU TRZECIEGO WIEKU

15 maja 2017 roku na Walnym Zebraniu Słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Uniwersytecie Wrocławskim dokonano wyboru Zarządu oraz Komisji Rewizyjnej.

Zarząd UTW w latach 2017-2021 liczyć będzie 11 osób.

Przewodniczący – Jerzy Sosnowski
I Wiceprzewodnicząca – Teresa Hyżak
II Wiceprzewodnicząca – Renata Babac-Stencel
Sekretarz – Bronisława Strzelecka
Skarbnik – Bożena Frankowska
Protokolanci
– Wanda Dziedzic
– Halina Cebula
Komisja ds. organizacyjnych
– Bronisława Strzelecka
– Grażyna Kubik
Komisja ds. kultury fizycznej
– Andrzej Wołoszyn
– Mieczysław Dąbrowski
Komisja ds. integracji słuchaczy
– Janina Żywicka
– Wanda Dziedzic
Koleżeńska Komisja Rozjemcza
– Renata Babac-Stencel
– Teresa Hyżak
Komisja Rewizyjna
Przewodnicząca – Alicja Pawlik
Wiceprzewodnicząca – Janina Stobiecka
Członek – Lucyna Dietrich

Jerzy Sosnowski

DLACZEGO UTW I SAMORZĄD?

Jak to się stało, że od roku akademickiego 2015/2016 jestem członkiem utewowskiej społeczności?

W sierpniu 2015 roku, w ramach kolejnych kontaktów z NFZ, zatrzymałem się przed budynkiem przy ul. Dawida 1 i przywołałem w swojej pamięci studia magisterskie na Wydziale Filozoficzno-Historycznym Uniwersytetu Wrocławskiego w zakresie pedagogiki ze specjalizacją pedagogika dorosłych. Postanowiłem wejść do budynku i odszukać salę, w której miałem zajęcia z moją promotorką prof. dr Mirosławą Chamcówną. Jakież było moje zaskoczenie, gdy oprócz odnalezienia sali z tabliczką upamiętniającą Panią Profesor trafiłem na dyżurne z Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Po krótkiej rozmowie, wypełnieniu podania byłem zdecydowany, że chcę być słuchaczem UTW. Obok sentymentu dla miejsca, swoistego *deja vu*, chciałem poznać nowych ludzi. Chęci bycia członkiem nowej społeczności towarzyszyła głęboka refleksja: co ja mogę zaoferować nowym koleżankom i kolegom.

W wyniku rozmowy kwalifikacyjnej zostałem słuchaczem UTW, który od pierwszych chwil, poza wypełnianiem podstawowych obowiązków edukacyjno-organizacyjnych, szukał swojego miejsca w ramach dokonanego przez dr. Aleksandra Kobylarka podziału na:

- Liderów;
- Prometeuszy (osoby, które poświęcają się UTW);
- Mistrzów;
- Starszych studentów (ci, którzy chcą się rozwijać);
- Biorców (niezorientowani, czego naprawdę chcą).

Bez specjalnych badań gołym okiem widać było wtedy i, niestety, w dalszym ciągu jest widoczne, że najmniej liczną grupę w naszym UTW stanowią Prometeusze, liderzy i mistrzowie. Niestety, najliczniejsi są biorcy. Zadawałem sobie pytanie: dlaczego tak się dzieje? Czyj to błąd? Czy prawidłowo prowadzona jest selekcja w wyniku rozmów kwalifikacyjnych? Wtedy jako szeregowy słuchacz, a dziś jako Przewodniczący Zarządu UTW wiem, że na te pytania nie ma prostych odpowiedzi, a tym bardziej skutecznych recept.

Redaktor naczelna „Kuriera" wyraźnie poprosiła, abym w artykule odpowiedział na pytania: Dlaczego wyraziłem zgodę na kandydowanie? Jak widzę swoją rolę w Zarządzie i UTW? Co można zmienić, poprawić w działalności UTW?

Przypuszczam, że zadawane z pozycji słuchacza pytania, jak i próby znalezienia odpowiedzi, skutecznej recepty zaowocowały powierzeniem mi w wyniku wyborów funkcji Przewodniczącego Zarządu, mimo bardzo krótkiego stażu w UTW. Myślę, że części naszej społeczności dałem się poznać nie tylko z formułowania odważnych opinii i diagnoz, ale też z pracy w zespole odpowiedzialnym za organizację obchodów 40-lecia UTW.

Kandydując miałem świadomość, jaką rolę ma do spełnienia samorząd. Zarząd i jego przewodniczący nie mają monopolu na mądrość i nieomylność. Muszą wsłuchiwać się w potrzeby i oczekiwania słuchaczy, i reprezentować ich w kontaktach z kierownikiem UTW, władzami Uniwersytetu Wrocławskiego, władzami samorządowymi i instytucjami realizującymi politykę senioralną. Wyraz swoim poglądom dałem w styczniu 2017 roku, parę miesięcy przed wyborami, w artykule „Proszę. Dziękuję. Przepraszam" („Kurier UTW", nr 27/2017).

„(...) Wszyscy rozpoczynający swoją przygodę jako słuchacze UTW mają za sobą bogaty bagaż doświadczeń życiowych, w tym również zawodowych. Ten bagaż to ogromne, nie do przecenienia bogactwo UTW, pod pewnym warunkiem, że nie jest wykorzystywane do demonstrowania swojej wyższości lub uzurpowania sobie prawa do szczególnego traktowania w tej społeczności. Stając się członkami tej społeczności przyjmujemy pewne normy współżycia. Mamy prawa, ale i obowiązki. Niektórzy z racji powierzonych im obowiązków, m.in. w ramach samorządu, mają ich więcej niż pozostali. Moim zdaniem zasługują na uznanie i szacunek, a jeśli ktoś ma inne zdanie, to zawsze ma szansę na przedstawienie go w kulturalny i konstruktywny sposób. Warunek – musi być brany pod uwagę interes ogółu i dobrze byłoby, gdyby propozycje poparte były osobistą deklaracją zaangażowania w ich realizację. Myślę, ba, jestem głęboko przekonany, że nie służy dobrym relacjom, gdy krytyka poparta jest jedynie argumentami z racji wcześniejszej pozycji społeczno-zawodowej. Gdy ktoś mówi: *pracowałam/em na stanowisku... i wiem najlepiej jak powinno się... lub jak postąpić w danej sprawie*, ma małe szanse na zrozumienie. Właśnie już tu i teraz wszyscy jesteśmy równi, bo nikt z nas nie ma recepty na doskonałość i bezwzględną rację. Empatia to część naszej integracji, dlatego nie tylko przez szacunek, ale i wyjątkowość tego UTW (...)".

Kim jest słuchacz UTW?

Dlatego uważałem i uważam w dalszym ciągu za główny cel i zadanie Samorządu tworzenie wspólnoty opartej na wzajemnym szacunku i zrozumieniu. Bardzo wysoko oceniam rozszerzenie oferty programowej o analizę „jesieni życia" w perspektywie gerontologicznej, psychologicznej i socjologicznej oraz szukanie odpowiedzi na pytanie: kim jest senior w roli studenta, słuchacza UTW? Warto-

ścią dodaną na pewno były warsztaty z komunikacji interpersonalnej dla słuchaczy I roku. Warsztaty i zajęcia animacyjne w tym zakresie będą kontynuowane, a oferta skierowana do wszystkich słuchaczy. Moim marzeniem, a mam nadzieję, że i całego samorządu, liderów sekcji, zespołów i klubów, jest stworzenie zgranych zespołów oraz zbudowanie pozytywnych relacji i bliskich więzi. Mam nadzieję, że mimo iż jesteśmy grupą 760 osób, bardzo zróżnicowanych wiekowo i mentalnie, uda się stworzyć zgrany i lubiący ze sobą przebywać zespół.

Czuję, że nie udzieliłem zadowalającej odpowiedzi, zwłaszcza odnośnie do zamierzeń. Odpowiem więc tylko, że wspólnie z liderami zespołów i sekcji pracujemy nad godnym uczczeniem 100-lecia Odzyskania Niepodległości, Dniem Otwartym UTW, Wakacyjnym Uniwersytetem Trzeciego Wieku. Do udziału w tych przedsięwzięciach planujemy zaprosić seniorów m. Wrocławia, studentów stacjonarnych UWr oraz uczniów współpracujących z nami szkół podstawowych.

Trudno mi jednoznacznie odpowiedzieć na pytanie: Jakie jest moje motto życiowe? Czym kieruję się w życiu? Osoby, które bliżej mnie znają, wiedzą, że w kontaktach z nimi dominującym uczuciem jest empatia. Nie ukrywam, że mam problemy z asertywnością. Moje dotychczasowe życie nauczyło mnie pokory w formułowaniu jednoznacznych opinii oraz recept w rozwiązaniu problemów na „drodze życia". Dlatego na ostatnim etapie tej drogi najbliższe jest mi, nie wiem czy motto, raczej sentencja: *Nie wymażę nic z mojego życia. Każda rzecz, nawet najmniejsza, doprowadziła do tego, kim teraz jestem. Rzeczy piękne nauczyły mnie kochać życie. Rzeczy złe nauczyły, jak żyć.*

■ ■ ■ ■ ■

I

O PRACY W SAMORZĄDZIE

Renata Babac-Stencel

W poczet słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Uniwersytecie Wrocławskim zostałam przyjęta 13 lat temu. Wybrałam ten UTW, ponieważ na jego temat dużo słyszałam i czytałam, ponadto we Wrocławiu nie było tyle tego typu placówek, co obecnie.

W czasie tych 13 lat wiele się działo. Nie licząc wykładów, uczestniczyłam w różnych uroczystościach, wizytach gości zaprzyjaźnionych z naszym Uniwersytetem, jubileuszach, takich jak: 30-lecie, 35-lecie oraz 40-lecie naszego UTW. Było też wiele wyjazdów do zaprzyjaźnionych uniwersytetów trzeciego wieku w kraju oraz wyjazdy zagraniczne w ramach projektów edukacyjnych pod kierunkiem b. kierownika UTW dr. Aleksandra Kobylarka. Zaangażowałam się do pomocy w Sekcji Organizacyjno-Integracyjnej prowadzonej przez panią Janinę Żywicką.

Członkiem Zarządu UTW w UWr zostałam wybrana na trzecią już kadencję. Przez jedną kadencję pełniłam funkcję księgowej, a obecnie drugą kadencję jestem wiceprzewodniczącą Zarządu UTW. Praca w zarządzie układa się dobrze, niektóre zmiany już nastąpiły i mam nadzieję, że przy wzajemnej współpracy będzie tylko lepiej.

Moim zadaniem jest współpraca z organizacjami pozarządowymi, przedstawicielami Samorządu, posłami na Sejm RP. Moje zainteresowania obejmują ciekawe wykłady, lektoraty, warsztaty dziennikarskie, warsztaty komputerowe, biorę też czynny udział w pracy zespołów artystycznych.

Moje motto: aby zdrowie służyło jak najdłużej, mąż i dzieci oraz wnuki były zdrowe i szczęśliwe. A ode mnie zależy, jak przeżyję każdy kolejny dzień swojego życia, czy w smutku, czy radości. Wybieram radość i robię to, co kocham – to idealne życie.

Bronisława Strzelecka

Po przejściu w 2007 roku na emeryturę, ja, rodowita legniczanka, za namową moich dorosłych dzieci przeprowadziłam się do Wrocławia. Szybko okazało się, że muszę jakoś zagospodarować swój czas. Problemem było to, że oprócz moich zapracowanych córek nie znałam tu nikogo. Kilka miesięcy po przejściu na emeryturę wcale nie chciałam zaszyć się w domu. Nie marzyłam o tym, aby zaraz po

przejściu na emeryturę zapisać się na uniwersytet trzeciego wieku. Właściwie w ogóle się tym nie interesowałam. Chciałam żyć aktywnie, a o tym, co może mi zaoferować UTW, nie miałam zielonego pojęcia. Informację o zapisach do UTW w UWr znalazłam w internecie. To chyba los tak chciał, że ten uniwersytet wyświetlił mi się jako pierwszy. I tak po rozmowach kwalifikacyjnych, w 2008 roku zostałam pełnoprawnym słuchaczem naszego Uniwersytetu. Chciałam robić wszystko, szczególnie interesowała mnie praca związana z naborem nowych słuchaczy (listy kandydatów, legitymacje, indeksy). Bez przerwy pytałam panie z Zarządu, w czym mogę im pomóc.

Z pewnością miały mnie dość, bo zdarzało się, gdy przychodziłam na umówione spotkanie, że mówiono mi, „wiesz, nie dzisiaj, zadzwonię". Nie odpuszczałam, a kiedy zaproponowano mi kandydowanie do Zarządu, potraktowałam to bardzo poważnie i... nie wybrano mnie. Już w tym czasie byłam w Sekcji Kultury Fizycznej, zajęłam się kroniką UTW, którą prowadziłam przez 8 lat i ciągle pytałam, „czy jest dla mnie jakieś zajęcie". W kadencji 2013-2017 weszłam w skład Zarządu UTW. Obecnie to jest moja druga kadencja w Zarządzie.

Dlaczego wyraziłam zgodę na kandydowanie? Początkowo miałam wiele obaw, wśród kandydatów znalazło się wiele osób, które były słuchaczami naszego UTW zaledwie od roku, dla mnie to „młodzież". Może wtedy pomyślałam, a może spróbować jeszcze raz. Skoro tak wiele nauczyłam się w poprzedniej kadencji, to moje doświadczenie przyda się nowemu Zarządowi, a do tego praca na rzecz naszej społeczności daje mi wiele zadowolenia i satysfakcji.

W obecnym Zarządzie jestem w Komisji Organizacyjnej i pełnię funkcję sekretarza Zarządu. Staram się być pomocna, chcę udoskonalić obieg korespondencji, usprawnić przekazywanie dokumentów. W miarę moich możliwości staram się być dyspozycyjna.

Marzą mi się relacje oparte na szacunku, wzajemnym zaufaniu, serdeczności, szczerości i dobrze pojętej jednomyślności w działaniu. Prawdę mówiąc, trochę brakuje mi w obecnym Zarządzie większej spójności w działaniu. Jestem optymistką i wiem, że początki są trudne. Wszystko przed nami, wiele przede mną.

Grażyna Kubik

Moja przygoda z Uniwersytetem Trzeciego Wieku w Uniwersytecie Wrocławskim zaczęła się w 2014 roku.

Po przejściu na emeryturę wiedziałam, że nie pozostanę w domu, ponieważ chciałam zdobyć dodatkową wiedzę, na którą nie było wiele czasu z powodu obowiązków zawodowych. Po stracie bliskiej mi osoby, nad którą sprawowałam opiekę, postanowiłam złożyć podanie o przyjęcie mnie do Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Uniwersytecie Wrocławskim.

Przyszłam na rozmowę w wyznaczonym terminie. Pomimo dużej liczby osób panował porządek. Miła, uśmiechnięta pani zapraszała kolejne osoby na rozmowę. Przyszła moja kolej. Po rozmowie ze mną pan kierownik UTW wręczył mi kartkę z adresem Akademii Sztuki Trzeciego Wieku. W ankiecie napisałam o moich zainteresowaniach malarstwem i pewnie dlatego otrzymałam taką propozycję. Było mi przykro, ale pomyślałam, że warto spróbować.

Dwa lata uczęszczałam na zajęcia w Akademii Sztuki Trzeciego Wieku. Brałam udział w ciekawych zajęciach, na których rozwijałam się twórczo. Mimo wspaniałych wykładowców i koleżanek nadal myślałam o wykładach w Uniwersytecie Trzeciego Wieku w UWr. Dzięki mojej sąsiadce, która dostała się za pierwszym razem do UTW, znałam harmonogram wykładów.

Postanowiłam jeszcze raz spróbować. Tym razem udało się i zostałam studentką UTW. Przewodnicząca Sekcji Organizacyjno-Integracyjnej zaprosiła mnie do współpracy w jej zespole. Jako pierwszoroczniak czułam się zaszczycona i wyraziłam zgodę. Starałam się jak najlepiej wywiązywać z powierzonych mi obowiązków.

Przyszedł czas wyboru nowego Zarządu UTW, 4-letnia kadencja poprzedniego dobiegała końca. Dostałam kredyt zaufania od koleżanek z Sekcji Organizacyjno-Integracyjnej, zaproponowały, abym kandydowała do Zarządu UTW. Nie byłam pewna, czy podołam zadaniom, jakie stoją przed Zarządem. Pomimo obaw zgodziłam się, uwierzyłam w siebie. Dostałam wystarczającą ilość głosów od słuchaczy UTW i weszłam w skład nowo wybranego Zarządu na 4-letnią kadencję. Czułam się wyróżniona, bo mój staż studentki UTW to zaledwie jeden rok.

Obecnie w Zarządzie działam w Komisji Organizacyjnej. Oprócz tego zajmuję się budżetem sekcji, klubów i Zarządu UTW oraz czuwam nad ich prawidłową realizacją.

Uczestniczę również w zajęciach z gimnastyki mózgu oraz szkoły pleców. Biorę udział w wykładach audytoryjnych. Korzystam z wielu ciekawych wykładów tematycznych. Staram się dać coś od siebie dla UTW poprzez działalność w Zarządzie oraz Sekcji Organizacyjno-Integracyjnej. To dopiero drugi rok mojego uczestniczenia w życiu społeczności UTW.

Życzę wszystkim słuchaczkom i słuchaczom oraz sobie wytrwałości w studiowaniu, zadowolenia z udziału w wykładach, wyrozumiałości, wzajemnej tolerancji i żeby nam się chciało zawsze chcieć.

Janina Żywicka

Są takie chwile, kiedy myślami wracam do przeszłości.

Stało się to przeszło 23 lata temu. Po namowie bliskich przyjaciół zapisałam się do Uniwersytetu Trzeciego Wieku w UWr. Trudno wyrazić słowami, ile rado-

ści sprawiła mi wiadomość, że zostałam jego słuchaczką. Na początku było przyglądanie się, w czym mogłabym być aktywna. Brałam udział w różnego rodzaju wykładach. Byłam zachwycona tymi, które prowadziła dr Romualda Wybraniec.

Postanowiłam z grupą słuchaczek służyć pomocą innym. Zostałam przewodniczącą Sekcji Organizacyjno-Integracyjnej. Decyzja była słuszna. Członkinie mojej sekcji są bardzo odpowiedzialne, pełnią cotygodniowe dyżury, udzielając informacji słuchaczom UTW oraz służą pomocą dyżurnym pierwszego roku. Należy podkreślić, że bardzo dobrze wywiązują się ze swoich zadań. W 2017 roku zostałam wybrana do Zarządu UTW na kadencję 2017-2021. Jestem w Komisji ds. Integracji Słuchaczy.

Kilka moich przemyśleń: Kocham życie. Kocham piękno przyrody. Patrzę z zachwytem na prężnie rozwijający się UTW dzięki wspaniałej organizacji kierownictwa. Nasz uniwersytet pomaga nam przeżywać okres późnej dorosłości i dlatego jest to miejsce, które bardzo doceniam.

Andrzej Wołoszyn

Po przejściu na emeryturę chciałem coś dobrego zrobić dla innych. Doszedłem do wniosku, że UTW jest właściwym miejscem, gdzie mam możliwość kontynuowania własnych zainteresowań i uczestniczenia w społeczności seniorskiej.

W wyniku wyborów przeprowadzonych w maju 2017 roku wszedłem w skład Zarządu UTW w Uniwersytecie Wrocławskim na lata 2017-2021 i zostałem członkiem Komisji ds. Kultury Fizycznej i Turystyki.

Moje zainteresowania to podróże, jazda na nartach oraz jazda na rowerze i turystyka górska. UTW daje mi poczucie spełnienia w aktywności fizycznej.

W UTW jestem przewodniczącym Sekcji Kultury Fizycznej. Prowadzę również kronikę sekcji. W ramach sekcji organizujemy zajęcia z kultury fizycznej, bierzemy udział w senioriadach sportowych krajowych i regionalnych dla słuchaczy UTW. Nasi słuchacze uczestniczyli w Dolnośląskim Święcie Sportu, Dolnośląskiej Senioriadzie Trzeciego Wieku, Ogólnopolskiej Olimpiadzie Sportowej Seniorów YOU WIN w Krakowie oraz w Międzynarodowym Triatlonie Turystyczno-Intelektualno-Sprawnościowym Nestorów w Kuklach k. Sejn. Mamy spore osiągnięcia poświadczone pucharami, medalami i dyplomami.

Praca w sekcji jest pełna emocji, daje mi dużo satysfakcji i zadowolenia oraz poczucie spełnienia zadań wynikających z misji, jaką pełnią uniwersytety trzeciego wieku.

Alicja Teresa Pawlik

W 2015 roku zostałam słuchaczką Uniwersytetu Trzeciego Wieku w UWr i jestem bardzo usatysfakcjonowana swoją decyzją i wyborem Uniwersytetu. Jestem absolwentką Akademii Ekonomicznej, jednakże po zapoznaniu się z historią i ofertą UTW w Uniwersytecie Wrocławskim, bez wahania postanowiłam aplikować właśnie tutaj.

Mogę powiedzieć, że byłam szczęśliwa, znajdując się na liście zakwalifikowanych w poczet słuchaczy i nie zawiodłam się w swoich oczekiwaniach. Przez pierwsze dwa lata byłam członkiem Sekcji Organizacyjno-Integracyjnej, a także działam od początku w Sekcji Kultury, gdzie zajmuję się współpracą z Operą Wrocławską, rozpowszechniając atrakcyjniejsze pozycje z jej repertuaru. Uczestniczę również w spotkaniach Sekcji Turystycznej, bo bardzo lubię „włóczenie" się po świecie, zwiedzanie, poznawanie innych kultur; uwielbiam kontakt z przyrodą, ze szczególnym uwzględnieniem podglądania życia ptaków i nawet jeśli życie mnie ogranicza w realizacji tych pasji, to spotkania w Sekcji Turystycznej pozwalają mi posłuchać i popatrzeć na relacje z przygód i przeżyć innych osób.

Zgodziłam się kandydować do Komisji Rewizyjnej Samorządu UTW, bo pomyślałam, że mogłabym wykorzystać swoje wieloletnie doświadczenie w audycie i jeśli słuchacze mnie wybiorą, to mogłabym z ich upoważnienia i w ich imieniu kontrolować pracę Samorządu UTW. Głosami Ogólnego Zebrania Sprawozdawczo-Wyborczego, w maju 2017 roku zostałam wybrana i wolą pozostałych członków Komisji Rewizyjnej zostałam jej przewodniczącą. Staram się wykorzystać swoją wiedzę i energię do pracy na rzecz słuchaczy, wypracowując współdziałanie z Zarządem, szczególnie w zakresie gospodarki finansowej w części dotyczącej składek i wpisowego słuchaczy. Odnoszę wrażenie, że trochę jest do zrobienia w zakresie przepływu informacji, w zakresie podejmowanych przez Samorząd działań i ich efektów, również w aspekcie finansowym. Współpraca w 3-osobowym zespole Komisji Rewizyjnej według mnie dobrze rokuje rezultatom podjętych i zamierzonych działań Komisji.

Chciałabym móc jeszcze wiele lat być słuchaczem UTW, czerpać energię z nawiązywanych kontaktów, z uczestnictwa w wielu interesujących wykładach i wydarzeniach w UTW, a w myśl zasady, że „nigdy nie jest się za starym, żeby nie móc nauczyć się czegoś nowego" rozpoczęłam naukę języka hiszpańskiego...

Halina Cebula

Słuchaczką Uniwersytetu Trzeciego Wieku w UWr zostałam w roku akademickim 2015/2016. Wyboru tego UTW dokonałam bardzo świadomie. Tak się złożyło w moim życiu, że swoją edukację do zawodu rozpoczęłam w ówczesnym

Studium Nauczycielskim przy ul. Dawida 1a, a potem, w tej samej siedzibie, kończyłam studia magisterskie w Instytucie Pedagogiki. To miejsce miało magiczną siłę motywowania do zdobywania wiedzy na coraz wyższym poziomie. Drugi aspekt mojego wyboru to nadzieja, że i tym razem, w tym miejscu, znajdę motywację do dalszej edukacji, ale w nieco innym wymiarze – poznania i zrozumienia siebie w późnej dorosłości. Poznanie psychologicznych i socjologicznych uwarunkowań funkcjonowania grupy 60+ pozwoliło mi na lepsze poznanie siebie i zrozumienie relacji międzyludzkich w tej grupie wiekowej. Stałam się bardziej otwarta na ludzi i ich potrzeby, zachowując prawo do asertywności. Mam możliwość rozwoju własnych pasji i zainteresowań. Jestem aktywna – to mój szczęśliwy wybór.

W UTW znalazłam także miejsce na rozwijanie zainteresowań ukierunkowanych na szeroko pojętą turystykę, na psychologię i socjologię oraz przyrodę i historię, doskonalenie technik fotografii. Ponadto w UTW znalazłam możliwość dzielenia się z innymi moimi umiejętnościami organizacyjnymi. Zafascynował mnie realizowany na uczelni projekt „UTW: Uczyć – Tworzyć – Wspierać", który organizacyjnie wspierałam i wykorzystałam do samorozwoju.

Moją aktywność w UTW, jak sądzę, zauważono, dlatego też zaproponowano mi kandydowanie do Zarządu UTW, na co wyraziłam zgodę. Członkiem Zarządu jestem jeden semestr, a więc mam małe doświadczenie. Moim obowiązkiem jest protokołowanie wszystkich posiedzeń Zarządu, a także współpraca z Zespołem ds. Łączenia Pokoleń. Jeśli jest potrzeba, to wspieram Koleżanki i Kolegów z Zarządu w czasie realizacji zadań doraźnych. Uważam, że sprawność Zarządu to powodzenie UTW w realizacji jego regulaminowych celów, a w dalszej konsekwencji pozytywny odbiór uczelni przez naszych słuchaczy. Mam nadzieję, że z czasem wypracujemy bardziej demokratyczny sposób rozwiązywania uczelnianych problemów, tak aby przełożyło się to na jakość, a społeczność UTW była usatysfakcjonowana z dokonanego wyboru.

Całe swoje dotychczasowe życie kierowałam na ludzi. Tak jest w mojej społeczności rodzinnej i tak było w zawodowej. Uważam, że człowiek jest najwyższą wartością i w każdej sytuacji należy go wspierać.

■ ■ ■ ■ ■

Stanisława Warmuz

INAUGURACJA ROKU AKADEMICKIEGO 2017/2018 – RELACJA

Słychać radosne słowa powitań po długiej wakacyjnej przerwie... I... rozlega się *Gaudeamus igitur...* (Radujmy się więc, dopókiśmy młodzi) – śpiewa Chór UTW Sursum Corda pod kierunkiem mgr Beaty Krzenciessy. Członkowie Rady Naukowej UTW (w togach) wraz z Prorektorem ds. Nauczania prof. dr. hab. Ryszardem Cachem zajmują miejsca na podium.

Pani Emilia Nowaczyk – przewodnicząca Zarządu UTW w UWr (2013-2017) wita gości i słuchaczy zgromadzonych na uroczystości Inauguracji roku akademickiego 2017/2018. Wśród gości obecnych na uroczystości są przedstawiciele Sejmu RP, władz samorządowych, miejskich, przedstawiciele uczelni wyższych oraz zaprzyjaźnionych i współpracujących z UTW przedstawicieli szkół podstawowych, uniwersytetów trzeciego wieku, organizacji pozarządowych. Prof. dr hab. Ryszard Cach w serdecznych słowach powitał słuchaczy UTW. Pogratulował słuchaczom I roku podkreślając, że Uniwersytet Trzeciego Wieku jest miejscem spotkań, szczególnym miejscem spotkań międzyludzkich, międzypokoleniowych, spotkań z wiedzą, ciekawymi ludźmi, dobrymi wykładowcami. *Ludzie budują za dużo murów, a za mało mostów (I. Newton). Życzę wszystkim budowania mostów od człowieka do człowieka. Życzę radości ze studiowania.* Rok akademicki 2017/2018 to czas zmian. Panią kierownik dr Małgorzatę Malec, która będzie realizować inne zadania, zastąpiła pani dr Bogna Bartosz. Zakończyła się kadencja Zarządu UTW. Wybrano nowy Zarząd.

Pani dr Bogna Bartosz – kierownik UTW, witając gości i słuchaczy podkreśliła, że funkcja kierownika Uniwersytetu Trzeciego Wieku jest misją, którą będzie starała się wypełniać najlepiej, jak potrafi. Zwracając się do słuchaczy mówiła: *Jesteście Państwo wymagającymi słuchaczami; będziemy wspólnie tworzyć przestrzeń dla mądrości przynależnej szczególnie osobom dojrzałym. Życzę wszystkim pięknej, dobrej, mądrej refleksji sprzyjającej rozwojowi naszej uczelni, życzę, by każdy jak najpełniej realizował swoje pasje i nie ustawał w zdobywaniu wiedzy.*

Pani Mila Nowaczyk – przewodnicząca ustępującego Zarządu UTW podziękowała władzom Uniwersytetu Wrocławskiego, władzom miasta i współpracujących z UTW organizacjom, uniwersytetom trzeciego wieku za piękne wspieranie

działalności UTW w UWr. Członkom ustępującego Zarządu wręczyła podziękowania z osobistą dedykacją. Podziękowania za 4 lata wspólnych działań na drodze zdobywania wiedzy i nowych doświadczeń zakończyła słowami: *Życzę Państwu, abyście wstawali rano z optymizmem, a każdy dzień kończyli z satysfakcją.* Następnie przedstawiła pana Jerzego Sosnowskiego, nowego Przewodniczącego Zarządu UTW.

Pan Przewodniczący przedstawił członków Zarządu UTW na lata 2017/2018. Na ręce pani Mili Nowaczyk złożył serdeczne podziękowania za sprawne, energiczne pełnienie roli Przewodniczącej Zarządu UTW, za wszelkie działania na rzecz rozwoju uniwersytetu trzeciego wieku.

Zaproszeni goście uczestniczący w uroczystości inauguracji nowego roku akademickiego składali gratulacje i życzenia słuchaczom.

Pani Aldona Młyńczak – posłanka na Sejm RP: *Gratuluję radości życia. Życzę wytrwałości w zdobywaniu wiedzy, udanej współpracy międzypokoleniowej. Wierzę, że człowiek z wiekiem zaczyna więcej rozumieć, bo z wiekiem człowiek rozumie, że senior to brzmi dumnie.*

Pan Jerzy Michalak – członek Zarządu Woj. Dolnośląskiego: *Pragnę bardzo głęboko pokłonić się Państwa pogodzie ducha, Państwa pasjom. Przekazuję ogromne wyrazy szacunku dla ustępującego Zarządu i składam gratulacje nowemu Zarządowi. Wiadomo, że uniwersytety trzeciego wieku wychodzą naprzeciw potrzebie aktywnego uczestnictwa w życiu. Dlatego życzę tej aktywności na każdym polu Państwa działalności.*

Pan Adam Grehl – wiceprezydent Wrocławia: *Tyle dobrej energii wypełnia tę salę. Pragnę pokłonić się i podziękować słuchaczom UTW za udział w życiu miasta, za udział w rozwoju miasta. Wrocław to wyjątkowe miasto, doceniamy Państwa rolę w budowaniu mostów spotkań w naszym mieście. Jesteście Państwo bliscy sercu Prezydenta Wrocławia. Będziemy wspierać Wasz uniwersytet. Życzę zdrowia i żeby ta energia, ten uśmiech nie opuszczały Państwa w nowym roku akademickim.*

Pani Małgorzata Zawada – radna miasta Wrocławia, członek Rady Seniorów Wrocławia: *Celem Rady Seniorów jest rozpoznawanie potrzeb seniorów i umożliwianie ich realizacji. Staramy się propagować ideę uczenia się przez całe życie. Państwu – słuchaczom UTW, życzę radości i satysfakcji ze zdobywania wiedzy i rozwijania własnych pasji.*

Pani doc. Grażyna Dąbrowska – członek Rady Naukowej UTW przekazała serdeczne pozdrowienia od pani prof. Wandy Lubczyńskiej-Kowalskiej, która od wielu lat związana jest z naszym uniwersytetem i jest Honorowym Członkiem Rady Naukowej UTW. Wraz z przekazem „Serce dla serca" pani profesor życzy słuchaczom UTW pięknych przyjaźni i realizacji marzeń.

Składając gratulacje i życzenia na nowy rok akademicki pani doc. Grażyna Dąbrowska przypomniała słowa św. Jana Pawła II: *Bez zniechęcenia kontynuujcie Waszą drogę i niech radość będzie w sercach Waszych.*

Listy z gratulacjami i życzeniami od pani Aliny Woźnickiej (kierownik UTW 1979-1997) i pana europosła Bogdana Zdrojewskiego odczytał pan Jerzy Sosnowski.

Wykład inauguracyjny **„Miłosz i Kolumbowie, czyli wojna do grobowej deski"** wygłosił prof. dr hab. Stanisław Bereś.

Pan Jerzy Sosnowski mówiąc, że długoletnie uczestnictwo w zajęciach Uniwersytetu Trzeciego Wieku sprzyja dobrej kondycji w każdej sferze życia człowieka, złożył gratulacje na ręce pani Zofii Szaniawskiej, od prawie czterdziestu lat słuchaczce naszego uniwersytetu. Dziękując gościom i słuchaczom za udział w uroczystości inauguracji nowego roku akademickiego, w imieniu nowego Zarządu zapewnił, że cały Zarząd będzie tworzył atmosferę wzajemnej życzliwości i dbał o to, aby wszyscy mogli realizować swoje marzenia.

Jeszcze tylko „Hymn UTW" z podaniem sobie rąk i... **ROK AKADEMICKI 2017/2018 OGŁASZAMY OTWARTYM!**

■■■■■

Walentyna Wnuk

JAK ZMIENIA SIĘ ŻYCIE OSÓB STARSZYCH W UTW?

To, że się starzejemy,
jest jednakowe dla wszystkich.
To, jak się starzejemy,
jest różne dla każdego.
L. Dyczewski

Zmiana jakości życia najstarszego pokolenia prowadzi przez uczelnie wyższe, które otwierają się na pozaformalną edukacje osób starszych. Pierre Vellas, twórca uniwersytetów trzeciego wieku, sformułował cele placówki. Pragnę je przywołać:

- umożliwienie zdobywania wiedzy osobom starszym, które nie mogły się kształcić w młodości, a zawsze pragnęły studiować – współcześnie to wdrażanie idei całożyciowego uczenia się,
- prowadzenie badań gerontologicznych – dziś jest ogromna potrzebą i wyzwaniem dla współczesnych zmian demograficznych,
- poprawa jakości życia starszego pokolenia m.in. poprzez szerzenie postaw prozdrowotnych, pobudzanie aktywności fizycznej, umysłowej i ekspresji artystycznej, otwarcie na wyzwania przyszłości (a więc rozumienie świata, jego przemian),
- upowszechnianie wiedzy o starzeniu się i starości w społeczeństwie i wśród decydentów odpowiedzialnych za politykę społeczną.

Mimo upływu lat jakże trafna i kompletna wydaje się misja zaproponowana przez twórcę UTW.

Na polski grunt ideę Uniwersytetu Trzeciego Wieku przeniosła prof. Halina Szwarc i powołała pierwszą placówkę w 1975 roku w Warszawie, która rozpoczęła ruch tworzenia się Uniwersytetów Trzeciego Wieku w całej Polsce. Dziś mamy ich ponad 500, na Dolnym Śląsku ponad 50. Powstają wciąż nowe, jak przysłowiowe grzyby po deszczu.

Nie mam wątpliwości, że udział w zajęciach UTW zmienia jakość życia jego słuchaczy.

Rola UTW

Każdy UTW jest przykładem dynamicznego i konstruktywnego podejścia do okresu późnej dorosłości, przeciwstawiając się drastycznemu ograniczaniu przestrzeni życiowej ludzi starszych. Uczy przede wszystkim właściwego wykorzystania czasu wolnego, poszukuje bowiem form przeciwdziałania monotonii życia na emeryturze. Czas „pusty" staje się „zajętym", przynosząc radość i zadowolenie. Zaspokaja potrzeby więzi społecznych, proponując związki przyjacielskie i uczuciowe. UTW umożliwia zdobywanie nowych kompetencji, niezbędnych w pokonywaniu stresu starości, w pokonywaniu kryzysów rozwojowych. Wiele kryzysowych sytuacji życiowych pokonywanych jest w placówce, prowadząc do przełomu, czyli wyższej jakości życia. Ów przełom sugeruje ważną zmianę jakościową, inne spojrzenie na życie i uchwycenie nowej perspektywy przyszłości – nowych celów. Żyjąc w społeczeństwie wiedzy musimy wciąż uzupełniać nasz zasób wiedzy i kompetencji.

Badania pokazują, że UTW zmieniają strukturę życia swoich słuchaczy, proponując nowe pola aktywności, zaspokajając istniejące potrzeby albo budząc uśpione. Dają wsparcie psychiczne, wyzwalają siły, mobilizują, uczą zachowania zdrowia, twórczej akceptacji choroby, inwalidztwa, rozumnego włączania się w problemy rodzinne, środowiskowe. Przeciwstawiają się takim odczuciom, jakże często towarzyszącym ludziom starszym, jak: poczuciu osamotnienia, izolacji społecznej, braku zainteresowania ze strony otoczenia społecznego.

Dlatego celem nadrzędnym każdego UTW jest przedłużenie okresu aktywności poznawczej, społecznej, fizycznej, przedłużenie okresu twórczego życia, kształcenie zdolności adaptacyjnych, tym samym zmierzanie do poprawy jakości życia najstarszego pokolenia.

Zadania, jakie stawiają sobie UTW: wspomagać rozwój we wszystkich możliwych wymiarach, uruchamiając wciąż potencjał rozwojowy; minimalizować psychiczny i fizyczny stres; dostarczać emocjonalne wsparcie w momentach trudnych, krytycznych (wdowieństwo, zła diagnoza lekarska); przeciwstawiać się bierności i pasywnemu trybowi życia; przedłużać okres rzeczywistej aktywności, by jak najdłużej zachować zdolność do niezależnego życia bez konieczności jego instytucjonalizacji; wymieniać informacje, koordynować działania między partnerami sektora opieki społecznej i innymi możliwymi podmiotami funkcjonującymi w sieci wsparcia społecznego; minimalizować zagrożenia prowadzące do niepełnosprawności, dyskomfortu mającego swe źródło w niekorzystnych warunkach bio-psycho-społecznych; organizować wspólne działania dla dobra innych ludzi.

Inaczej mówiąc, udział w UTW pomaga przez naukę, edukację, zmianę świadomości, wspólną zabawę, działając na rzecz drugiego człowieka. Odnajdujemy

tu siebie, nowe cele, nowe wartości, nowych ludzi. Przeciwdziałamy „pustce życiowej", sprzeciwiając się postępującemu regresowi, pomagamy być użytecznym. To możliwe, kiedy człowiek w sposób aktywny włącza się w organizację aktywizacji i opieki dla siebie i innych ludzi.

Rola seniorów w Europie zaczyna powoli przeistaczać się z wyłącznie konsumentów w aktywnych współtwórców społeczeństwa. Aktywność i twórczość pozwalają utrzymać psychiczną i fizyczną sprawność, ruchliwość aż do późnego wieku i stanowią wypróbowany środek przeciw wczesnej potrzebie opieki. Taką szansę dają UTW, które okazały się fenomenem naszych czasów.

■ ■ ■ ■ ■

Stanisława Warmuz

PROJEKT „UTW: UCZYĆ – TWORZYĆ – WSPIERAĆ"

O projekcie spostrzeżeń kilka

Pomysłodawcą, liderem i głównym organizatorem projektu jest Uniwersytet Trzeciego Wieku w Uniwersytecie Wrocławskim.
Koordynatorka projektu: dr Małgorzata Malec-Rawiński, kierownik UTW w Uniwersytecie Wrocławskim.
Partnerzy projektu:

- Uniwersytet Trzeciego Wieku w Uniwersytecie Wrocławskim (1976 r.),
- Stowarzyszenie Strzeliński Uniwersytet Trzeciego Wieku (2005 r.),
- Legnicki Uniwersytet Trzeciego Wieku przy Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Legnicy (2007 r.),
- Oławski Uniwersytet Trzeciego Wieku (2008 r.),
- Międzykulturowa Akademia Trzeciego Wieku we Wrocławiu (2008 r.),
- Stowarzyszenie Transgraniczny Uniwersytet Trzeciego Wieku w Zgorzelcu (2012 r.),
- Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku w Głuszycy (2015 r.),
- Gryfowski Uniwersytet Trzeciego Wieku w Gryfowie (2017 r.).

Organizatorzy zaprosili do udziału w projekcie uniwersytety trzeciego wieku, które reprezentują typy działających w Polsce UTW:

- pierwszy stanowią placówki działające w strukturach lub pod patronatem uczelni wyższych, kierowane najczęściej przez pełnomocnika rektora danej uczelni i tworzone na mocy uchwały senatu. Takimi uniwersytetami są:
  - UTW w Uniwersytecie Wrocławskim – jednostka międzywydziałowa;
  - Międzykulturowa Akademia Trzeciego Wieku prowadzona przez Ewangelikalną Wyższą Szkołę Teologiczną we Wrocławiu;
  - Legnicki Uniwersytet Trzeciego Wieku przy CKZiU w Legnicy.
- drugi typ to UTW niezależne od uczelni stowarzyszenia, posiadające własny statut i władze:
  - Stowarzyszenie Transgraniczny Uniwersytet Trzeciego Wieku w Zgorzelcu – transgraniczny nie tylko dlatego, że jest na pograniczu Polski,

Niemiec i Czech, ale również dlatego, że transgraniczność to przekraczanie granic własnego wieku, płci, mentalności, poglądów i sprawności fizycznej;
- Stowarzyszenie Strzeliński Uniwersytet Trzeciego Wieku w Strzelinie; Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku w Głuszycy.

- trzeci typ to UTW niezależne od uczelni, organizowane przez stowarzyszenia popularnonaukowe i kulturalno-rekreacyjne:
  - Oławski Uniwersytet Trzeciego Wieku działa w oparciu o Statut Centrum Sztuki w Oławie, podlega dyrektorowi, który jest jednocześnie kierownikiem Uniwersytetu;
  - Uniwersytet Trzeciego Wieku w Gryfowie działa przy Miejsko-Gminnym Ośrodku Kultury w Gryfowie Śl. Dyrektor jest kierownikiem UTW.

Organizatorzy, zapraszając do udziału w projekcie, nie kierowali się typami UTW, lecz korzystając z możliwości stworzonych przez Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego, chcieli podzielić się doświadczeniami działającego od 40 lat UTW w UWr i pokazać różne możliwości oraz drogi rozwoju uniwersytetów trzeciego wieku.

Projekt „UTW: Uczyć – Tworzyć – Wspierać" realizowano w trzech modułach.

MODUŁ I – Wymiana dobrych praktyk
Wymiana zespołów artystycznych – promocja kultury i działania animacyjne

Koordynatorka projektu modułu I – mgr Anna Gużda

Celem tego modułu było poznanie się partnerów projektu, zbudowanie partnerskich relacji między UTW na Dolnym Śląsku, promowanie idei współpracy i atmosfery życzliwości oraz wymiana wiedzy, doświadczeń i dobrych praktyk.

Partnerzy projektu połączeni w diady odwiedzali się wzajemnie, przedstawiali wybrane zajęcia z własnej oferty edukacyjnej i artystycznej. W ramach projektu zrealizowano 8 spotkań partnerskich. Uniwersytety – gospodarze spotkań projektowych przedstawiali zajęcia realizowane w danym uniwersytecie; jedne były prezentacją osiągnięć, inne – wspólnymi warsztatami, jak:
- występ Zespołu Tanecznego i warsztaty „terapia tańcem", warsztaty florystyczne w Strzelińskim UTW,
- „śpiewająca lekcja języka angielskiego" – autorski program mgr. Bartosza Bobeła w Międzykulturowej Akademii Trzeciego Wieku we Wrocławiu,

- autorska wystawa malarska p. Bożeny Potoczny i wystawa prac malarskich słuchaczy UTW, występ Grupy Tanecznej i próba spektaklu przygotowywanego przez słuchaczy UTW w Oławie,
- blok programów artystycznych: występ Grupy Biesiadnej „Wspomnień czar", występ Zespołu muzyczno-poetyckiego „ART", Duet Literacki z fragmentami programu „Maria Pawlikowska-Jasnorzewska", Kabaret „UTWjacy, Krąg Dyskursywny „OKNO" zaprezentował program: Tadeusz Różewicz „Włosek poety", warsztat „Klanza", informacja Przewodniczącej Sekcji Kultury UTW na temat współpracy z instytucjami kultury we Wrocławiu np. teatr, opera, filharmonia w UTW UWr.

Ważnym wymiarem edukacyjnym tych spotkań partnerskich były wykłady:

- „Twórczy senior – czyli o uzdrawiającej sile osobistej twórczości", wykład połączony z przykładami z życia i ćwiczeniami – mgr Beata Kras, UTW w Głuszycy,
- „Jak stworzyć własne drzewo genealogiczne", mgr Urszula Lis-Piekielna – wykład i przykłady – UTW w Legnicy,
- „Życie w późnej dorosłości" – dr Małgorzata Malec-Rawiński – UTW w UWr,
- „O co chodzi w Reformacji. Marcin Luter and Company" – dr hab. Wojciech Szczerba prof. w EWST – MATW we Wrocławiu,
- „Uniwersytet Trzeciego Wieku – przykład dobrej praktyki" – mgr Stanisława Warmuz, UTW w UWr.

Niektóre uniwersytety zaproponowały zajęcia o charakterze historyczno-wycieczkowym:

- „Historia miasta w pigułce" – zwiedzanie ciekawych miejsc w Legnicy,
- „Zamek Rajsko" – na zwiedzanie zaprosił UTW w Gryfowie Śl.,
- „Podziemne miasto we wnętrzu góry Osówka" – UTW w Głuszycy,
- „Miejsca Pamięci – Stalag VIIIA" w Zgorzelcu – Transgraniczny UTW w Zgorzelcu,
- Starówka w Goerlitz – TUTW w Zgorzelcu.

Każde spotkanie partnerskie rozpoczynało się od zajęć animacyjnych prowadzonych przez mgr Annę Gużdę.

Animacja społeczna jest pewnym sposobem, procesem w tworzeniu i kształtowaniu społeczności, kreatywnego uruchamiania i wyzwalania potencjału ludzi, wywierania wpływu na decyzje. Animacji podlega coś, co już istnieje, ale jest dość statyczne lub „nie ma w tym życia". Nie chodzi tutaj o tworzenie nowych zespołów, ale o aktywizację i pobudzenie do działania tych już istniejących zespołów, inicjatyw, pomysłów itp. Animacja może być ciekawą metodą edukacyjną. Techniki animacji utożsamia się przede wszystkim z technikami komunikacji lub nawet technikami stricte teatralnymi.

Zajęcia te bardzo wysoko oceniali superwizorzy:

Duże wrażenie na wszystkich zgromadzonych wywołały zajęcia animacyjne. Wszyscy chętnie wzięli w nich udział. Były to bardzo ciekawe zajęcia. Zaangażowanie rosło z każdym nowym zadaniem, aby na koniec podsumować, co nam daje taka animacja (Bronisława Strzelecka).

Podsumowując moje ogólne wrażenie mogę powiedzieć, że animacje zarówno Ani, jak i Daniela nastawione były na wzajemne poznanie się i otwarcie, na ośmielenie się ujawniania swoich emocji i, w pewnym stopniu, swojego ja, co, moim zdaniem, jest możliwe tylko w atmosferze zabawy i radości (Wanda Paszke).

Animacja została przygotowana i przeprowadzona perfekcyjnie. Pani Ania w ciągu 1 godziny przekształciła grupę mało znanych sobie ludzi w zespół działający na określonych (przez siebie) zasadach, zwracających się do siebie po imieniu, współdziałających przy wykonywaniu wyznaczonych przez animatorkę zadań. Cel animacji został osiągnięty (Teresa Hyżak).

Jestem pod wrażeniem prowadzącej spotkanie Ani Guźdy – koordynatorki modułu I. Jest przykładem osoby łączącej pokolenia. Niezwykle przyjazna i życzliwa ludziom. Jej otwartość łamie wszystkie bariery pokoleniowe. Pragnę podkreślić jej mistrzowskie umiejętności i kompetencje w zjednywaniu sobie ludzi. Jest profesjonalna. W obecności Ani czułam się jej rówieśnicą. Potrafiła rozpalić we mnie iskierkę, która trochę przygasła. Za to serdecznie dziękuję (Halina Cebula).

Trudno przedstawić wszystkie metody i techniki animacji, które zastosowała mgr Anna Guźda. Jestem przekonana, że z tych zajęć będą przygotowane konspekty jako materiał poglądowy, inspirujący liderów i edukatorów uniwersytetów trzeciego wieku do twórczego zastosowania w pracy ze słuchaczami.

Zgodnie z założeniem projektu „UTW: Uczyć – Tworzyć – Wspierać" uczyliśmy się wzajemnie, poznawaliśmy mocne strony każdego z uniwersytetów, z zainteresowaniem obserwowaliśmy i niejednokrotnie uczestniczyliśmy w zajęciach, które prezentowano.

Z obserwacji superwizorek wynika, że autorskie programy zajęć są bardzo ciekawe i warte zaprezentowania w innych organizacjach senioralnych z możliwością wykorzystania metodą kreatywnego naśladownictwa.

Temat drzewa genealogicznego wydaje się być trafnie skierowany do seniorów, gdyż nie tylko sięgają oni pamięcią często kilka pokoleń wstecz, ale także ogarniają liczne rozgałęzienia rodzinne, dalekich krewnych i powinowatych. Wykład wzbudził duże zainteresowanie i, jak wynikało z późniejszych rozmów, zainspirował wielu do podjęcia poszukiwania swoich korzeni i wykorzystania w tym celu rodzinnych spotkań (Krystyna Błońska).

Obserwacje spotkań w Strzelinie i Legnicy pokazują, że seniorzy bardzo chętnie wracają do wspomnień i chcą się nimi dzielić. Te wspomnienia przybierają różne formy, ale zawsze służą „ocaleniu od zapomnienia", wiążą się z bilansem

życia i uaktywniają największe zalety „późnej dorosłości": wiedzę, dojrzałość, cierpliwość, gotowość do nawiązywania kontaktów, wolny czas i pracowitość.

Spotkanie partnerskie w Zgorzelcu, Transgranicznego UTW w Zgorzelcu i Międzykulturowej Akademii Trzeciego Wieku we Wrocławiu, było realizacją projektu „Historia – Europa – Miasto Zgorzelec-Goerlitz. Miasto i jego mieszkańcy". Głównym celem projektu była edukacja historyczna seniorów: zapoznanie z historią i tradycją miast po obu stronach Nysy Łużyckiej poprzez wykłady, wycieczki, dyskusję. Organizatorzy spotkania pokazali, że poznawanie kultury i tradycji innych krajów służy przełamywaniu kulturowych barier i stereotypów, sprzyja kształtowaniu tolerancji dla innego, a wielość kultur i tradycji jest bogactwem miasta i regionu oraz wnosi nowe wartości do życia społecznego.

Mierzenie się z historią, nie tak znowu odległą, dla naszego pokolenia 60+ jest zawsze sprawą trudną, bolesną i skłania do myślenia „nigdy więcej wojny, okupacji".

Jedną z części składowych realizowanego projektu jest „TWORZYĆ". Każdy uniwersytet trzeciego wieku ma swoje początki i swoją historię. Spośród ośmiu uniwersytetów biorących udział w projekcie „UTW: Uczyć – Tworzyć – Wspierać", siedem ma już swoją historię i doświadczenie. Przystępując do projektu chciały skorzystać z szansy podniesienia jakości swojej działalności. Tylko jeden, ten w Gryfowie Śląskim, zaczynał od początku. A wiadomo, że najtrudniejsze są początki, kiedy trzeba wpierw rozeznać się w sprawach organizacyjnych, formalnych, finansowych i merytorycznych. Z pomocą i wsparciem przyszedł Uniwersytet Trzeciego Wieku w Uniwersytecie Wrocławskim. Pierwsze spotkanie UTW w UWr i Grupy inicjatywnej z Gryfowa zaowocowało najpierw podpisaniem Porozumienia dotyczącego partnerskiej współpracy na rzecz realizacji projektu pn. „UTW: Uczyć – Tworzyć – Wspierać", a następnie powołaniem Gryfowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Kierownikiem Uniwersytetu Trzeciego Wieku jest Anna Michalkiewicz, dyrektor Miejsko-Gminnego Ośrodka Kultury w Gryfowie. W spotkaniu uczestniczyły wszystkie ważne dla Miasta i Gminy osoby na czele z Burmistrzem Olgierdem Poniżnikiem.

Stanisława Warmuz, Rzecznik UTW w UWr omówiła ogólne cele UTW, takie jak: poszerzanie wiedzy, kształcenie ustawiczne, aktywizacja osób starszych i bardzo mocno podkreśliła, aby korzystając z doświadczeń innych UTW, w tym wrocławskiego, nie naśladować wprost. Raczej stosować metodę kreatywnego naśladownictwa, czyli inteligentnie dostosować do własnej sytuacji i potrzeb środowiskowych. Ważne by wypracować własne tradycje i zwyczaje (Jerzy Sosnowski).

Dr Małgorzata Malec-Rawiński, kierownik UTW w UWr, zainicjowała dyskusję na temat potrzeb i oczekiwań seniorów co do działalności Gryfowskiego UTW. Pojawiło się wiele pomysłów i propozycji ich urzeczywistnienia. Wśród tematów do realizacji w uniwersytecie wymieniono: wiedzę o regionie (propozycja

burmistrza Gryfowa), warsztaty komputerowe, gimnastykę, zdrowy tryb życia, turystykę i rekreację, języki obce, współczesne choroby w kontekście zagrożeń i profilaktyki, warsztaty rękodzieła, psychologię.

W trakcie całego spotkania rzucało się w oczy zaangażowanie pana burmistrza, który nie tylko przedstawił nam historię miasta i jego atrakcje, ale towarzyszył nam w trakcie całego spotkania, włącznie ze zwiedzaniem zamku Rajsko. Witając nas, podkreślał swoje i kilku innych znacznych mieszkańców Gryfowa związki z Uniwersytetem Wrocławskim, a witając gryfowskich seniorów kilkakrotnie mówił o ich zaangażowaniu i wyrażał zaskoczenie i radość, że przybyli w tak licznej grupie. Moim zdaniem takie podejście stwarza pewność, że nowo powoływany UTW może liczyć na znaczące wsparcie lokalnej władzy (Wanda Paszke).

Pani kierownik UTW w UWr zaoferowała wsparcie i pomoc dla nowopowstałego uniwersytetu i zaprosiła na spotkanie we Wrocławiu 17 maja 2017 roku.

Spotkanie słuchaczy Gryfowskiego UTW ze słuchaczami UTW w Uniwersytecie Wrocławskim było bardzo ważne dla obydwu uniwersytetów. Słuchacze tego „najmłodszego" na Dolnym Śląsku uniwersytetu byli zainteresowani działalnością „najstarszego" uniwersytetu na Dolnym Śląsku. Słuchacze UTW w UWr przygotowali się do spotkania i zaprezentowali sprawdzone formy działalności edukacyjnej, animacyjnej i artystycznej, które mogą być inspiracją dla organizatorów zajęć w Gryfowskim UTW.

Uważam to spotkanie za bardzo udane, jeżeli mówimy o pokazaniu gościom naszej działalności w obszarze twórczości artystycznej. Obserwując reakcje naszych gości widziałam, z jakim zainteresowaniem chłonęli to, co się działo i mam nadzieję, że wyjechali ze świadomością, że sami też potrafią śpiewać, tańczyć, wykonywać piękne rzeczy czy sięgnąć do wyższej półki, jeśli chodzi o sztukę amatorską (Wanda Paszke).

W czasie spotkania wyraźnie zauważalne było nawiązywanie kontaktów osobistych między słuchaczami zaprzyjaźnionych UTW, co może być istotnym uzupełnieniem oficjalnej platformy współpracy, wymiany wiedzy i doświadczeń między UTW w UWr a UTW w Gryfowie Śląskim (Jerzy Sosnowski).

REFLEKSJE

Spotkania projektowe poświęcone wymianie praktyk wskazują na potrzebę spotkań słuchaczy uniwersytetów umożliwiających nawiązanie dobrych relacji, współpracę w realizacji wspólnych działań i stworzenie wielkiej wspólnoty uniwersytetów trzeciego wieku.

Słuchacze uniwersytetów trzeciego wieku są dumni ze „swojego UTW", angażują się w jego działania, chętnie opowiadają i dzielą się tym, co najlepsze i najciekawsze, są otwarci na współpracę z innymi uniwersytetami. Dla wszystkich

uniwersytetów trzeciego wieku bardzo ważne jest wsparcie organizacyjno-finansowe ze strony władz samorządowych w ramach aktywnej polityki senioralnej.

Ważne jest również wsparcie merytoryczne uczelni wyższych, co widać na przykładzie Uniwersytetu Wrocławskiego, Ewangelikalnej Wyższej Szkoły Teologicznej we Wrocławiu, Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Legnicy. Tam, gdzie nie ma uczelni wyższej, uniwersytety trzeciego wieku znajdują wsparcie instytucji kultury: Miejskiego Domu Kultury, Biblioteki Miejsko-Gminnej.

Udział przedstawicieli władz samorządowych w spotkaniach projektowych oznacza żywe zainteresowanie problemami seniorów, podkreśla sensowność działań edukacyjnych ludzi trzeciego wieku.

Obecność na spotkaniu w Oławie pani Burmistrz Strzelina i jej zaangażowanie w pierwszy etap realizacji programu podkreśliło zarówno sensowność naszych działań, jak i wzmocniło motywację do poszukiwania rozwiązań „prawdziwego" zaistnienia osób starszych z ich potrzebami intelektualnymi i rozwojowymi w środowiskach lokalnych (Halina Cebula).

Odwiedzając różne pomieszczenia wykorzystywane do inicjowania i realizowania aktywności słuchaczy OUTW przekonałam się, że profesjonalne i przyjazne pomieszczenia zapewniają dobrą jakość realizowanych zadań. Mogliśmy się o tym przekonać, oglądając również zespół taneczny i teatralny. To nie była „pokazówka", to było wyrażenie swojej radości z faktu realizowania pasji (Halina Cebula).

Wszystkie zajęcia animacyjne, a szczególnie, w przypadku UTW w UWr to zadanie „powiedz mi, kim jestem", należałoby przeprowadzić razem ze studentami pedagogiki i psychologii odbywającymi praktyki w UTW.

W nawiązaniu do wykładu dr Małgorzaty Malec-Rawiński warto stworzyć własną uniwersytecką „Receptę na starość", a w niej zawrzeć wskazania:

- Uczyć się przez całe życie.
- Uczyć się przez doświadczenie.
- Odkrywać siebie.
- Mieć poczucie wewnętrznej harmonii i sprawstwa.
- Dbać o zdrowie.
- Być otwartym na zmiany.
- Dbać o dobre kontakty społeczne według zasady „mieć gdzie pójść, mieć z kim pójść".

Do tej propozycji dopisać własne zasady!

Spotkania partnerskie pokazały, że inteligentnie wykorzystując ogólne założenia twórców pierwszych uniwersytetów trzeciego wieku i obserwując działalność działających już UTW, można stworzyć własny, inny od pozostałych uniwersytet, odpowiadający na potrzeby lokalnego środowiska senioralnego.

Warto, na bazie spotkań partnerskich, wypracować sposoby i metody dalszej współpracy. Warto podzielić się doświadczeniami na szerszym forum uniwersytetów trzeciego wieku.

Uważamy, że założone cele modułu I zostały osiągnięte, ze szczególnym podkreśleniem faktu utworzenia UTW w Gryfowie Śląskim.

Na podstawie obserwacji uczestniczącej Zespołu ds. Superwizji modułu I w składzie: Renata Babac-Stencel, Krystyna Błońska, Halina Cebula, Beata Chłap, Teresa Dźwigałowska, Teresa Hyżak, Wanda Paszke, Jerzy Sosnowski, Bronisława Strzelecka – opracowała Stanisława Warmuz.

MODUŁ II
Działania edukacyjne – szkolenia, warsztaty i konsultacje

Koordynatorka modułu II – mgr Ilona Zakowicz

Celem tego modułu jest wspieranie lokalnych UTW poprzez przekazywanie wiedzy i doświadczeń, które mogą przyczynić się do rozbudowania, urozmaicenia i uatrakcyjnienia dotychczasowej oferty placówek. Moduł II przewiduje: wykłady, warsztaty, szkolenia, konsultacje, które realizowane będą w siedzibie partnerów projektu. Podstawowym zadaniem, jakie w tym module stawia sobie UTW w Uniwersytecie Wrocławskim, jest dzielenie się wiedzą z mniejszymi placówkami, ale także niwelowanie barier utrudniających efektywną wymianę wiedzy i dobrych praktyk pomiędzy uniwersytetami trzeciego wieku biorącymi udział w projekcie.

Jednym z zadań realizowanych w module I projektu „UTW: Uczyć – Tworzyć – Wspierać" była diagnoza potrzeb uniwersytetów trzeciego wieku. Uczestnicy spotkań partnerskich modułu I odpowiadali na pytania ankiety badającej potrzeby szkoleniowe słuchaczy poszczególnych uniwersytetów.

Na podstawie uzyskanych wyników zaproponowano listę szkoleń, warsztatów, wykładów, seminariów, do wyboru zgodnie z potrzebami każdego z uniwersytetów, w liczbie wynikającej z założeń projektu.

Spotkania szkoleniowo-warsztatowe

Spotkanie I – UTW w LEGNICY (18.05.2017)
Superwizorki: Krystyna Błońska, Beata Chłap

Szkolenia:

1. *Wolontariat senioralny – warsztaty.* Prowadząca – mgr Ilona Zakowicz.

2. *Planowanie i prowadzenie warsztatów dziennikarskich.* Prowadząca – mgr Magda Wieteska.
3. *Trening pamięci.* Prowadząca – mgr Beata Działa.

Do udziału w zajęciach „warsztaty dziennikarskie" i „wolontariat senioralny" zaproszono, oprócz słuchaczy Legnickiego UTW, nauczycieli CKZiU w Legnicy, którzy prowadzą także zajęcia ze słuchaczami UTW.

Spotkanie II – UTW w OŁAWIE (30.05.2017)
Superwizorzy: Maria Marchwicka, Andrzej Wołoszyn

Szkolenia:
1. *Warsztaty komunikacji interpersonalnej dla seniorów.* Prowadząca – mgr Anna Gużda.
2. *Jesień życia w perspektywie gerontologicznej, czyli o starzeniu się słów kilka.* Prowadząca – mgr Ilona Zakowicz.
3. *Działania twórcze i animacyjne seniorów – warsztat.* Prowadząca – mgr Anna Gużda.
4. *Specyfika uczenia się w starości.* Prowadząca – mgr Ilona Zakowicz.

Spotkanie III – UTW w STRZELINIE (31.05.2017)
Superwizorki: Łucja Dydyna, Teresa Tomków

Szkolenia:
1. *Jak przygotować i przeprowadzić warsztaty animacyjne.* Prowadząca – mgr Anna Gużda.
2. *Działania międzygeneracyjne – na co warto zwracać uwagę.* Prowadząca – mgr Ilona Zakowicz.
3. *Starość jako wyzwanie.* Prowadząca – dr Walentyna Wnuk.
4. *Trening pamięci.* Prowadząca – mgr Beata Działa.

Spotkanie IV – TUTW w ZGORZELCU (01.06.2017)
Superwizorki: Wanda Paszke, Teodozja Oleszkiewicz-Grzebieluch

Szkolenia:
1. *Jak przeprowadzić warsztaty z animacji dla seniorów.* Prowadząca – mgr Anna Gużda.
2. Wykład *Gerontologia – refleksja na temat starzenia się* – mgr Ilona Zakowicz.
3. *Trening pamięci.* Prowadząca – mgr Beata Działa.
4. *Warsztaty dziennikarskie.* Prowadząca – mgr Magda Wieteska.

W warsztatach z animacji dla seniorów wzięły udział panie pracujące w miejscowej bibliotece oraz w Domu Pomocy Społecznej.

Spotkanie V – UTW w GŁUSZYCY (05.06.2017)
Superwizorki: Renata Babac-Stencel, Wanda Paszke

Szkolenia:
1. Wykład *Jesień życia w perspektywie gerontologicznej* – dr Małgorzata Malec-Rawiński.
2. *Trening pamięci.* Prowadząca – mgr Beata Działa.
3. *Warsztaty komunikacji interpersonalnej.* Prowadząca – mgr Anna Gużda.
4. *Motywacja, animacja, czyli pedagogika zabawy.* Prowadząca – mgr Anna Gużda.

Spotkanie VI – MATW we WROCŁAWIU (12.06.2017)
Superwizorzy: Halina Cebula, Jerzy Sosnowski

Szkolenia:
1. Wykład *O pożytkach bycia twórczym. Refleksje psychologa* – dr Bogna Bartosz.
2. *Warsztaty z zakresu asertywności* – dr Aleksandra Marcinkiewicz-Wilk.
3. *Warsztaty z komunikacji interpersonalnej* – mgr Anna Gużda.
4. Wykład *Starość jako wyzwanie* – dr Walentyna Wnuk.
5. *Trening mózgu, czyli ćwiczenia na dobrą pamięć* – warsztaty. Prowadząca – mgr Ilona Zakowicz.

Spotkanie VII – UTW w GRYFOWIE ŚL. (13.06.2017)
Superwizorzy: Halina Cebula, Jerzy Sosnowski

Szkolenia:
1. *Jak przygotować i przeprowadzić warsztaty z animacji dla seniorów.* Prowadząca – mgr Anna Gużda.
2. *Śmierć, starzenie się, przemijanie – czy i jak rozmawiać z seniorami na tematy trudne.* Prowadząca – mgr Ilona Zakowicz.
3. *Trening pamięci.* Prowadząca – mgr Beata Działa.
4. *Warsztaty komunikacji interpersonalnej.* Prowadząca – mgr Anna Gużda.

Grupę uczestniczącą w szkoleniu stanowiły, oprócz słuchaczy UTW, przedstawicielki instytucji współpracujących z samorządem lokalnym na rzecz miesz-

kańców grupy 60+. Reprezentowały: gminną bibliotekę, ośrodek kultury, lokalne organizacje pozarządowe, służbę zdrowia, ośrodek pomocy socjalnej.

Jeżeli przyjrzeć się szkoleniom przeprowadzonym w module II, to we wszystkich uniwersytetach odbyły się zajęcia z animacji. Wynikało to z diagnozy potrzeb, ale także z założonych przez twórców projektu celów i zadań.

Animacja oznacza pobudzenie, ożywienie, zachęcanie do działania. I tak właśnie zajęcia animacyjne przedstawiane są przez superwizorów: *Zaproponowany przez p. Annę Gużdę katalog działań zintegrował zespół, a zaproponowane kolejne ćwiczenia budziły radość i satysfakcję z własnej aktywności. Ponadto kształciły umiejętność: współpracy w grupie, koncentrowania uwagi i pamięci na wykonywanej czynności, wzajemnego zaufania i tolerancji, otwartości na siebie i drugiego człowieka* (Halina Cebula).

Podsumowując trzeba stwierdzić, że warsztaty wyraźnie zaciekawiły uczestników, większość ćwiczeń wykonywali z zaangażowaniem i wspólnie z prowadzącą stworzyli pełną humoru, niezobowiązującą atmosferę (Krystyna Błońska).

Animacja to aktywizacja środowiska lokalnego, wyzwalanie aktywności i zaspokajanie potrzeb kulturalnych, społecznych, aktywności fizycznej. Chociaż potrzeby takie nie zawsze są zgłaszane, co wynika najczęściej z niedostrzegania innych możliwości niż te, które już są. Wtedy należałoby wprowadzić jakieś zmiany, które pokażą nowe możliwości, ale musi to zrobić ktoś z zewnątrz.

Potwierdzają to obserwacje superwizorów:

Wybrałam szkolenie, jak przeprowadzać warsztaty z animacji dla seniorów, aby poznać kolejny sposób „wprowadzania rozluźnienia, zmniejszania dystansu i pobudzania do aktywności w swoim środowisku" (Wanda Paszke).

Asertywność i komunikacja (wzajemnie wspierające się dziedziny, a nawet zależne od siebie) winny na stałe wejść do harmonogramu zajęć wszystkich UTW, a naszego szczególnie, ponieważ mamy do tego warunki. Należałoby się tylko zastanowić, czy w formie pojedynczych otwartych wykładów czy utworzenia sekcji bądź klubu (Halina Cebula).

Niezwykle ważna w procesie animacji jest osoba animatora. Musi on mieć opanowanych kilka (kilkanaście) technik animacji, musi dysponować umiejętnościami ekspresji, stymulacji oraz posiadać kompetencje komunikacyjne, takie jak zdolność operowania głosem, niewerbalnym językiem komunikacji. I znów:

Ja jestem pod bardzo wielkim wrażeniem pani Anny Gużdy. Jest to dla mnie przykład wspaniałej i młodej osoby, która potrafi połączyć pokolenia. Jest ona bardzo przyjazna i życzliwa dla ludzi. Jej otwartość pomaga przełamywać bariery międzypokoleniowe. Ma też kompetencje i umiejętności zjednywania ludzi. Uważam, że zajęcia z animacji są warte polecenia (Łucja Dydyna).

Żeby jakoś podsumować moje wrażenia, mogę tylko powiedzieć – Pani Aniu, kocham Panią! Koleżanka z mojej lewej strony, początkowo pochmurna i zamknię-

ta w sobie, już po pierwszym zadaniu była inną osobą; dwie inne panie, które nie radziły sobie z niektórymi zadaniami, śmiały się i cieszyły razem ze wszystkimi i nikt nie miał im za złe lekkiego rozkojarzenia, a pan z problemami zdrowotnymi rzadko sobie o nich przypominał (Wanda Paszke).

Superwizorzy najwięcej uwagi poświęcili zajęciom animacyjnym. Było to spowodowane tym, że mieli możliwość obserwować i uczestniczyć w takich zajęciach w module I projektu, gdzie prowadząca zajęcia p. Anna Gużda przy pomocy określonych technik pobudzała do aktywności, motywowała do kreatywnych działań integrujących uczestników spotkań. W module II były to szkolenia, jak przeprowadzić zajęcia z animacji, jak wykorzystać różne techniki i czego można dowiedzieć się o ludziach, z którymi pracujemy. Zajęcia kończyły się dyskusją i próbą oceny własnego zachowania. Po jednym ze szkoleń p. Wanda Paszke napisała: *największą wartością było zrozumienie, dlaczego zachowujemy się tak, a nie inaczej, czego dowiadujemy się o sobie i współtowarzyszach oraz na ile efektywność naszego działania zależy od zespołu.*

Podsumowała dyskusję (p. Ania) *stwierdzeniem, że w życiu bardziej koncentrujemy się na złych samoocenach i podpowiedziała, abyśmy każdą taką złą samoocenę, która przyjdzie nam na myśl, „przygłuszyli" pięcioma dobrymi. Przyznam, że to bardzo przydatna rada, bo warto myśleć o sobie dobrze. Jak się zastanowić, to my, pojedynczy ludzie, wcale nie jesteśmy tacy źli, jak nam się czasem wydaje. I jak pomyślimy, że innych spośród naszej małej lub większej społeczności też to dotyczy, nabieramy ochoty, aby razem przebywać, rozmawiać ze sobą i zrobić coś razem.*

Superwizorzy podkreślali także wartość i przydatność innych warsztatów oraz wykładów. Po warsztatach „trening pamięci" napisano: *Zajęcia poprowadzone w bardzo dobrym tempie, aktywizujące wszystkich zakończyły się otrzymaniem „zadań domowych" oraz przekonaniem ze strony uczestników, że praca nad kształtowaniem swojej pamięci to nie jest takie „straszne zadanie", wymaga tylko systematyczności i stosowania zróżnicowanych form.*

W opinii superwizorów dr Walentyna Wnuk *bardzo często odwoływała się do przykładów, pytań i diagnoz postawionych w ostatniej publikacji swojego autorstwa „Obrazy starości myślą malowane". Wykłady poprowadzone były dynamicznie z nawiązywaniem kontaktu* słownego ze słuchaczami. Spotkały się z bardzo żywą reakcją i zaproszeniem do dalszych kontaktów – wykładów i spotkań autorskich (Jerzy Sosnowski).

Wykład dr Bogny Bartosz był, jak napisała p. Halina Cebula, *trafny, pozwalający zrozumieć istotę twórczego działania na rzecz samorozwoju bez względu na wiek. To ono nadaje nam tempo dobrego i satysfakcjonującego nas życia.* Treści niezwykle interesujące, skupiające uwagę wszystkich uczestników. Wykład wzbogacony o elementy ćwiczeń wymagających aktywności twórczej słuchaczy. Niezwykle pozytywne poruszenie w zespole wywołało ćwiczenie wymagające

zarówno twórczego myślenia, *jak i twórczego języka. Oto przykłady: „Chińczycy 1000 lat temu", „Rosjanie za 100 lat", „Grecy za czasów Peryklesa", „Polanie za czasów Bolesława Chrobrego", „Polacy w XXII wieku"* itp.

Wielkie poruszenie wśród uczestników spotkania wywołały zajęcia warsztatowe zaproponowane przez p. Ilonę Zakowicz ***Śmierć, starzenie się, przemijanie – czy i jak rozmawiać z seniorami na tematy trudne.***

Temat trudny, do którego uczestnicy podchodzili z dystansem. Po twarzach widać było zażenowanie, a emocje „nieczytelne". Aby ułatwić rozmowę p. Ilona przekazała uczestniczkom ankietę zawierającą pytania: Czy seniorzy chętnie rozmawiają na tematy trudne: choroby, przemijanie, starzenie się, śmierć:

- *czy zaproponowałabyś seniorom w Gryfowie Śl. zajęcia o tej tematyce,*
- *czy uważasz, że należy rozmawiać z seniorami na takie tematy,*
- *co może zachęcić seniorów do rozmawiania na ten temat,*
- *czy zdecydowałabyś się na poprowadzenie zajęć, wykładów, grupy dyskusyjnej na ten temat.*

Powyższy katalog pytań wywołał burzliwą dyskusję. Najwięcej emocji wywołało pytanie ostatnie – prowadzenie zajęć. Wszyscy uczestnicy mieli własne, przykre doświadczenia z przemijaniem i śmiercią swoich bliskich. Temat bardzo trudny, czasami emocjonalnie „nieznośny". Zdecydowana większość nie podjęłaby się prowadzenia.

Każdy z uniwersytetów wybierając wykład z listy propozycji szkoleń kierował się osobą wykładowcy, bardziej lub mniej znanego w środowisku uniwersyteckim. Wybierając inne zajęcia kierowano się tematem i zainteresowaniami słuchaczy.

Celem działań w module II było podnoszenie umiejętności osób prowadzących zajęcia w uniwersytetach trzeciego wieku, poprawa jakości prowadzonych zajęć, promowanie idei całożyciowego uczenia się oraz wolontariatu senioralnego.

Szkolenia przeprowadzone w uniwersytetach trzeciego wieku pokazały nowe możliwości w edukacji seniorów, zachęciły do kreatywnego uczestnictwa w życiu lokalnych społeczności. Należałoby dołożyć starań, aby zapoczątkowana współpraca między partnerami projektu była kontynuowana, rozwijana i rozszerzająca się na całe środowisko uniwersytetów trzeciego wieku na Dolnym Śląsku.

Wartością dodaną realizacji modułów I i II jest pozyskanie uznania i wsparcia lokalnych władz samorządowych dla senioralnych działań edukacyjnych. I jak napisała p. Halina Cebula: ***Burmistrz Gryfowa mógłby zaistnieć na konferencji podsumowującej cały projekt w temacie – „Samorządy Terytorialne wsparciem dla działań UTW". Temat oczywiście wymyślony, ale kontekst pozostaje.***

Wszystkim, którzy realizowali I i II moduł projektu „UTW: Uczyć – Tworzyć – Wspierać" należą się wyrazy uznania. Uniwersytetom – Partnerom pro-

jektu składam podziękowanie za organizację spotkań i aktywny udział słuchaczy w realizacji poszczególnych zadań.

Serdeczne podziękowania składam Zespołowi Superwizji w składzie: Renata Babac-Stencel, Krystyna Błońska, Halina Cebula, Beata Chłap, Teresa Dźwigałowska, Teresa Hyżak, Wanda Paszke, Jerzy Sosnowski, Bronia Strzelecka, Andrzej Wołoszyn, Łucja Dydyna, Teresa Tomków, Teodozja Oleszkiewicz-Grzebieluch.

Byli Państwo doskonałymi obserwatorami. Wasze spostrzeżenia i refleksje były trafne i ciekawe. Mam nadzieję, że Państwa uczestnictwo w spotkaniach, szkoleniach, warsztatach dostarczyło nowej wiedzy, pokazało nowe możliwości i zachęciło do kreatywnego włączenia się w działalność naszego UTW w UWr. Bo, jak napisał Paulo Coelho, ***Nauczać – znaczy pokazywać możliwości. Uczyć się, znaczy dawać sobie szansę.***

MODUŁ III
Upowszechnianie nauki, badań naukowych, działania międzygeneracyjne

Koordynatorki projektu modułu III:
dr Aleksandra Marcinkiewicz-Wilk i dr Monika Humeniuk

Moduł III zakładał uczestnictwo seniorów w wybranych zajęciach oferty dydaktycznej proponowanej przez Wydział Nauk Historycznych i Pedagogicznych Uniwersytetu Wrocławskiego. Celem tego modułu było umożliwienie słuchaczom dolnośląskich uniwersytetów trzeciego wieku udziału w zajęciach stwarzających okazję do poszerzania wiedzy oraz nawiązania współpracy pomiędzy seniorami, nauczycielami akademickimi oraz studentami Uniwersytetu Wrocławskiego.

Przygotowania do realizacji III modułu projektu „UTW: Uczyć – Tworzyć – Wspierać" obejmowały rozmowy z wykładowcami Wydziału Nauk Historycznych i Pedagogicznych Uniwersytetu Wrocławskiego w celu wybrania najciekawszych wykładów lub innego rodzaju zajęć, w których będą mogli wziąć udział seniorzy oraz ustalenia miejsca, terminu i składu grup seniorów uczestniczących w spotkaniach. Każdej grupie składającej się ze słuchaczy dwóch uniwersytetów towarzyszyli superwizorzy z UTW w UWr.

I GRUPA (20 listopada 2017 r.) – słuchacze UTW w Strzelinie i UTW w Oławie
Superwizorzy: Halina Cebula i Andrzej Wołoszyn, Grażyna Kubik, Teresa Dźwigałowska

Zajęcia:
1. *Metodologia badań społecznych* – dr Martyna Pryszmont-Ciesielska.
2. *Psychologia kliniczna i społecznego niedostosowania* – mgr Anna Cieślik.
3. *Historia muzyki XVII i XVIII wieku* – prof. Remigiusz Pośpiech.
4. *Wstęp do muzykologii* – prof. Remigiusz Pośpiech.

II GRUPA (21 listopada 2017 r.) – słuchacze z Transgranicznego UTW w Zgorzelcu i Międzykulturowej Akademii Trzeciego Wieku we Wrocławiu
Superwizorzy: Halina Cebula, Andrzej Wołoszyn, Wanda Paszke, Maja Kucharska

Zajęcia:
1. *Metodyka pracy opiekuńczo-wychowawczej* – dr Małgorzata Prokosz.
2. *Forum Pedagogów – udział w konferencji* – dr Jacek Gulanowski.
3. *Wstęp do archeologii* – dr hab. Tadeusz Płonka.
4. *Historia starożytna* – dr hab. Małgorzata Pawlak.

III GRUPA (22 listopada 2017 r.) – słuchacze: UTW w Gryfowie Śl. i UTW w UWr.
Superwizorzy: Halina Cebula, Bronia Strzelecka, Maria Marchwicka, Mieczysław Dąbrowski

Zajęcia:
1. *Pedagogika ogólna* – dr Monika Humeniuk.
2. *Psychologiczne i ekonomiczne podstawy przedsiębiorczości* – dr Bogusława Błoch.
3. *Muzealnictwo i ochrona zabytków* – dr Bernadeta Kufel-Diakowska.
4. *Dokumentacja w archeologii* – dr Aleksander Pankiewicz.

IV GRUPA (23 listopada 2017 r.) – UTW w Legnicy i UTW w Głuszycy.
Superwizorzy: Krystyna Błońska, Beata Chłap, Renata Babac-Stencel, Jerzy Sosnowski

Zajęcia:
1. *Pedagogika ogólna* – dr Iwona Paszenda.
2. *Wybrane podstawy gerontologii* – dr Magdalena Wnuk-Olenicz.

3. *Chopin znany i nieznany* – prof. dr hab. Maciej Głąb.
4. *Kultury muzyczne świata* – prof. Bożena Muszkalska.

Warto podkreślić, że formuła modułu III umożliwia dialog międzypokoleniowy. Uczestnictwo seniorów w wykładach, w których zazwyczaj biorą udział studenci (młodzi dorośli), pozwala na wzajemne poznanie się generacji, a w konsekwencji na zmianę stereotypów dotyczących zarówno postrzegania osób starszych, jak i młodzieży.

Superwizorzy z UTW w UWr byli opiekunami słuchaczy przybyłych na zajęcia w Uniwersytecie Wrocławskim. Witali serdecznie gości, zapoznawali z planem zajęć, odpowiadali na pytania dotyczące informacji na tablicy ogłoszeń, harmonogramów zajęć, rodzajów zajęć w UTW UWr, uczestniczyli w zajęciach. Rozwiązywali trudności organizacyjne wynikające ze zdarzeń na trasie dojazdu do Wrocławia. Żegnali gości. Superwizorzy byli przewodnikami w obiektach UWr, ale także przewodnikami po Wrocławiu dla słuchaczy UTW w Gryfowie Śl. Obserwowali zajęcia, pisali notatki, prezentowali uwagi i rekomendacje dotyczące potrzeb edukacyjnych uniwersytetów partnerskich.

Z obserwacji superwizorów wynika, że *wykłady zostały uznane za interesujące i ciekawie wygłaszane. Dużą wartością dla niektórych osób było przypomnienie sobie atmosfery sali wykładowej, a przebywanie w otoczeniu studentów wywołało refleksję dotyczącą porównania tego, co było z tym, co teraz. Wszystkie osoby wyrażały chęć ponownego uczestniczenia w podobnych wykładach uniwersyteckich* (Wanda Paszke).

Wykład dr Małgorzaty Prokosz „Formy opieki pedagogicznej we współczesnym systemie edukacyjnym" *...to była bomba oratorska. Prowadząca w sposób niezwykle barwny przedstawiła słuchaczom wszelkie formy opieki nad dzieckiem w Polsce. Od przedszkola do dorosłości – rodzina i instytucje. Słuchacze po wykładzie dzielili się swoimi uwagami. Dotyczyły nie tylko mistrzowskiego przekazu treści, ale też tego, że nabyta wiedza pozwoli im na inne spojrzenie problemu dziecka w środowisku* (Halina Cebula).

Wykład „Kreowanie wizerunku przedsiębiorcy" *wygłoszony przez dr Bogusławę* Błoch dotyczył również nas, *seniorów. Usłyszeliśmy, jak budować autorytet, być zaangażowanym i konsekwentnym. Jak stosować regułę wzajemności, regułę lubienia i sympatii (mamy obowiązek szanować, chociaż nie musimy wszystkich lubić)* (Bronia Strzelecka).

Jedna z grup wysłuchała wykładu prof. Bogusława Śliwerskiego „Ogrody współczesnej myśli pedagogicznej" uczestnicząc w XXX Ogólnopolskim Forum Pedagogów. *Wykład barwny i skupiający uwagę słuchaczy, zbudowany na kanwie kolorowego i zmieniającego się ogrodu (prezentacja). Wykład był o przestrzeni sprzyjającej bądź nie rozwojowi myśli pedagogicznej* (Halina Cebula). Było to

nowe doświadczenie. Słuchacze – seniorzy byli także świadkami uroczystego wręczenia medalu prof. Alicji Kargul za całokształt pracy naukowej w zakresie pedagogiki.

Odbyły się także wykłady z archeologii i historii starożytnej na temat kultury mykeńskiej. *Mnie,* a może jeszcze kogoś, *ten wykład skłonił do poczytania o tej kulturze i ponownego przeczytania „Iliady" i „Odysei", nie mówiąc o odkryciach właśnie archeologicznych* (Wanda Paszke).

Wykład z muzykologii „Historia muzyki XVII i XVIII wieku" wygłosił prof. dr hab. nauk humanistycznych, muzykolog Remigiusz Pośpiech. *Wykład był bardzo interesujący. Muzyka XVII i XVIII to muzyka barokowa, szczególną rolę w tym czasie odegrały Włochy. Kolebką muzyki w tym okresie jest Wenecja, Neapol. Stąd pochodzą wielcy muzycy* (Teresa Dźwigałowska i Grażyna Kubik).

Słuchacze UTW uczestniczyli także w warsztatach dla studentów pedagogiki.

Dr Iwona Paszenda poprowadziła zajęcia na temat: „Wartości aksjologiczne wyznawane przez pokolenia dziadków, rodziców i rówieśników". Praca odbywała się w 6 grupach mieszanych (studenci i seniorzy). *Przy omawianiu wyników pracy, okazało się, że mimo wielu tożsamych wartości podawanych przez młodzież i seniorów (takich jak szczerość, zaufanie, miłość czy przyjaźń) były też znamienne różnice. Tylko seniorzy wymieniali takie wartości, jak patriotyzm, zaangażowanie społeczne czy posłuszeństwo, podczas gdy u młodych pojawiała się akceptacja w grupie i wygląd (lajkowanie, hejtowanie w sieci...). Wyniki ćwiczeń były świetną bazą do dyskusji, która, niestety, zaledwie się rozpoczęła... z braku czasu* (Krystyna Błońska).

Zajęcia z dr Magdaleną Wnuk-Olenicz, ćwiczenia w grupach (studenci – seniorzy) polegały na indywidualnym stworzeniu tzw. „osi czasu", zaznaczeniu na niej ważnych momentów w życiu i skojarzeniu ich z utworem muzycznym. *Następnie każdy członek grupy dzielił się z pozostałymi swoją „opowieścią". Zarówno młodzi, jak i seniorzy byli bardzo otwarci, czasem dowcipni, nikt nie traktował zadania zdawkowo, a wręcz przeciwnie, niektóre wątki były bardzo osobiste i poruszające. Myślę, że to właśnie dzięki tej szczerości powstała tak serdeczna, przyjacielska atmosfera* (Krystyna Błońska).

Słuchacze partnerskich uniwersytetów trzeciego wieku pierwszy raz uczestniczyli w zajęciach realizowanych w Uniwersytecie Wrocławskim. Było to nowe doświadczenie dla słuchaczy UTW, studentów studiów dziennych, ale także dla pracowników naukowo-dydaktycznych UWr. W trakcie dyskusji po zajęciach wykładowcy mówili, że te spotkania były dla nich ciekawe, ale wymagały dostosowania do zróżnicowanej grupy uczestników. Obserwując zainteresowanie słuchaczy UTW byliby skłonni powtórzyć takie doświadczenia. Należy podkreślić bardzo trafny dobór wykładowców prowadzących zajęcia.

Kilka myśli, refleksji, uwag z notatek superwizorów:

- *Wykładowca przedstawił nas, trochę zdziwionym i trochę rozbawionym naszą obecnością, studentom.*
- *Studenci przyjęli nas bardzo sympatycznie.*
- *Miło było usiąść między młodymi ludźmi i wspólnie z nimi wysłuchać, a też aktywnie uczestniczyć w bardzo ciekawym wykładzie.*
- *Zainteresowanie studentów, jak i słuchaczy UTW było ogromne. Wywiązała się szeroka dyskusja. Głos zabierali zarówno studenci, jak i słuchacze. Uwagi i przemyślenia wzajemnie się uzupełniały. Czuliśmy się wszyscy równi. Studenci z uwagą słuchali naszych wypowiedzi.*
- *Studenci stwierdzili, że obecność seniorów nie przeszkadzała, stwarzała inną atmosferę wśród słuchaczy, co z zainteresowaniem obserwowali.*
- *Panu Profesorowi nie przeszkadzały pytania i uwagi słuchaczek UTW, mimo że często „wytrącany" był z głównego nurtu wykładu. Jednak chętnie odpowiadał na pytania i wdawał się w dyskusję z co bardziej dociekliwymi „studentkami".*
- *Krótkie przywitanie i idziemy na wykłady do Uniwersytetu Wrocławskiego, jak za dawnych lat, a dla niektórych po raz pierwszy w życiu. Nastąpiła cisza, nikt nie rozmawia, idziemy w skupieniu, każdy przeżywa, jak ten czas szybko upływa, ile wspomnień...*
- *Pierwszym pytaniem (w dyskusji) było, czy możemy częściej przychodzić na tak ciekawe wykłady.*

WNIOSKI

Opisane zajęcia z III modułu uważam za jedne z najcenniejszych w programie UTW: Uczyć – Tworzyć – Wspierać (Krystyna Błońska).

Podsumowując doświadczenia III modułu nasuwa się wniosek, że zdecydowanie warto kontynuować ten typ działań edukacyjnych, a tym samym aktywny udział seniorów w różnych formach regularnych zajęć prowadzonych w uczelniach wyższych dla studentów. Tym samym warto:

- zapewnić słuchaczom uniwersytetów trzeciego wieku udział w zajęciach edukacyjnych uczelni wyższych – po uzgodnieniu zakresu i formy uczestnictwa;
- upowszechniać (rozwijać) spotkania międzypokoleniowe poprzez wspólne uczestnictwo w zajęciach edukacyjnych oraz realizację działań na rzecz środowiska senioralnego.

■ ■ ■ ■ ■

Stanisława Warmuz

SUPERWIZJA - ZESPÓŁ ds. SUPERWIZJI

Zespół ds. Superwizji był ważnym ogniwem projektu „UTW: Uczyć - Tworzyć - Wspierać" realizowanego w Uniwersytecie Trzeciego Wieku w Uniwersytecie Wrocławskim od lutego do grudnia 2017 r. Projekt ten był projektem partnerskim, do którego zaproszono dolnośląskie uniwersytety trzeciego wieku: w Strzelinie, Oławie, Legnicy, Głuszycy, Zgorzelcu, Wrocławiu (Międzykulturowa Akademia Trzeciego Wieku przy Ewangelikalnej Wyższej Szkole Teologicznej) oraz nowopowstający UTW w Gryfowie Śląskim.

W projekcie „UTW: Uczyć - Tworzyć - Wspierać" zaznaczono, że Zespół ds. Superwizji to zespół wolontariuszy i wolontariuszek, słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Uniwersytecie Wrocławskim, którego celem jest obserwacja i monitorowanie działań edukacyjnych w ramach projektu; uczestnictwo w spotkaniach partnerów; sporządzanie notatek ze spotkań; przygotowanie rekomendacji dotyczących jakości prezentowanych przez lokalne uniwersytety trzeciego wieku ofert edukacyjnych oraz możliwości ich implementacji w innych ośrodkach tego typu na Dolnym Śląsku.

W pierwszym etapie realizacji projektu, zgodnie z założeniem, obserwowaliśmy, robiliśmy notatki i ewentualnie rekomendowaliśmy... jakieś działania. Jednak w następnych etapach zrozumieliśmy, że to coś więcej niż tylko proste opisanie zdarzeń.

Po zapoznaniu się z materiałami na temat superwizji[*] przyjęliśmy, że: *Superwizję rozumiemy jako proces uczenia się i ciągłego rozwoju zawodowego, służący wzmacnianiu profesjonalnych kompetencji poprzez poszukiwanie źródeł trudności w pracy i możliwości ich pokonania,* ale zarazem - *jest to proces indywidualnego uczenia się, podczas którego zasady teoretyczne przekształca się w umiejętności praktyczne.*

Superwizor to przyjazny gość, który musi posiadać: umiejętności empatyczne, (wczuwać się w emocje panujące w zespole i je zrozumieć), umiejętność adekwatnego do sytuacji okazywania uczuć i radzenia sobie z trudnymi sytuacjami.

Projekt „UTW: Uczyć - Tworzyć - Wspierać" jest w istocie swej procesem **superwizyjnym,** w którym wyróżnia się 4 fazy: fazę przygotowawczą, fazę początkową, fazę pracy i zakończenie.

[*] M. Łuczyńska, A. Olech, *Wprowadzenie do superwizji pracy socjalnej,* Warszawa 2013; Z. Markiewicz, *Role superwizora na tle poszczególnych funkcji superwizji,* WSZiA w Opolu.

Faza przygotowawcza to ustanowienie relacji pomiędzy partnerami projektu. Po rozpoznaniu liczby uniwersytetów trzeciego wieku na Dolnym Śląsku, po zapoznaniu się z ich działalnością zespół kierujący projektem zaprosił jako partnerów 7 uniwersytetów i nawiązał kontakt z grupą inicjatywną powołania UTW w Gryfowie Śląskim. Były to: UTW w Uniwersytecie Wrocławskim – lider projektu, Międzykulturowa Akademia Trzeciego Wieku prowadzona przez Ewangelikalną Wyższą Szkołę Teologiczną we Wrocławiu, Legnicki Uniwersytet Trzeciego Wieku przy CKZiU w Legnicy, Stowarzyszenie Transgraniczny Uniwersytet Trzeciego Wieku w Zgorzelcu, Stowarzyszenie Strzeliński Uniwersytet Trzeciego Wieku w Strzelinie, Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku w Głuszycy, Oławski Uniwersytet Trzeciego Wieku w Oławie, Uniwersytet Trzeciego Wieku w Gryfowie Śl.

Faza początkowa – w czasie jej trwania nastąpiło zawarcie umowy superwizyjnej i praca nad zdobyciem wzajemnego zaufania pomiędzy partnerami. Zaproszone uniwersytety wyraziły zgodę i zaakceptowały formy działania i współpracy.

Faza pracy zakłada realizację zadań wynikających z programu, które pozwolą na zdobycie nowych umiejętności, dzielenie się wiedzą, pogłębienie umiejętności empatycznych i asertywnych.

Projekt „UTW: Uczyć – Tworzyć – Wspierać" realizowany był w 3 modułach: I – Wymiana dobrych praktyk, II – Działania edukacyjne, III – Upowszechnianie nauki.

MODUŁ I – Wymiana dobrych praktyk

Wymiana zespołów artystycznych – promocja kultury i działania animacyjne. Koordynatorka projektu modułu I: mgr Anna Gużda.

MODUŁ I zdeterminowany był zagadnieniami: Animacja, „Mój UTW", „Moje miasto", Współpraca z władzami samorządowymi".

ANIMACJA – zajęcia prowadzone przez p. mgr Annę Gużdę rozpoczynały każde spotkanie projektowe.

Animacja jest sposobem, procesem tworzenia i kształtowania społeczności, kreatywnego uruchamiania i wyzwalania potencjału ludzi, wywierania wpływu na decyzje. W animacji nie chodzi o tworzenie nowych zespołów, ale o aktywizację i pobudzanie do działania już istniejących zespołów.

„MÓJ UTW" – słuchaczy uniwersytetów trzeciego wieku często określa się mianem **„pokolenie 3L"** (**Life** – życie, doświadczenie, czas trwania. **Long** – długie, długo. **Learning** – uczenie się, edukacja). Partnerzy projektu połączeni w diady odwiedzali się wzajemnie, przedstawiali wybrane zajęcia z własnej oferty

edukacyjnej i artystycznej. W ramach projektu zrealizowano 8 spotkań partnerskich. Uniwersytety – gospodarze spotkań projektowych – przedstawiali zajęcia realizowane w danym uniwersytecie; jedne były prezentacją osiągnięć, inne – wspólnymi warsztatami. W każdym z partnerskich UTW preferowane jest *kreatywne starzenie się*, gdzie łączy się sztukę z edukacją ustawiczną oraz przekazuje młodszym pokoleniom doświadczenia seniorów. Przy powoływaniu nowych uniwersytetów trzeciego wieku stosuje się zasadę *kreatywnego naśladownictwa*, czyli w inteligentny sposób wykorzystuje się doświadczenia innych uniwersytetów, dostosowując je do własnych potrzeb i możliwości środowiska. Słuchacze są dumni ze swojego UTW, angażują się w jego działania, są otwarci na współpracę.

„MOJE MIASTO" – spotkania projektowe odbywały się w różnych miastach Dolnego Śląska i każdy z uniwersytetów oprócz prezentacji swoich osiągnięć starał się zapoznać gości z własnym miastem, jego historią i ważnymi interesującymi miejscami, np. „Historia miasta w pigułce" – zwiedzanie ciekawych miejsc w Legnicy, „Zamek Rajsko" – na zwiedzanie zaprosił UTW w Gryfowie Śl. „Dzielnica Wzajemnego Szacunku we Wrocławiu" – MATW – Wrocław, „Podziemne miasto we wnętrzu góry Osówka" – UTW w Głuszycy, „Miejsca Pamięci – Stalag VIIIA" w Zgorzelcu, Starówka w Goerlitz – TUTW w Zgorzelcu.

Jedną z istotnych funkcji superwizji jest **funkcja mediacyjna** polegająca na reprezentowaniu jednostki wobec organizacji. W przypadku projektu „UTW: Uczyć – Tworzyć – Wspierać" było to reprezentowanie uniwersytetów trzeciego wieku wobec władz samorządowych, przedstawianie potrzeb nie tylko słuchaczy UTW, ale także całego środowiska senioralnego w ramach polityki senioralnej państwa. Działalność uniwersytetów trzeciego wieku spotyka się z zainteresowaniem władz samorządowych, które starają się wspierać finansowo i lokalowo „swoich seniorów".

MODUŁ II – Działania edukacyjne: szkolenia, warsztaty i konsultacje

Koordynatorka projektu modułu II: mgr Ilona Zakowicz.

W wyniku diagnozy potrzeb edukacyjnych powstała lista z propozycjami wykładów, szkoleń, warsztatów i seminariów. Każdy z uniwersytetów mógł wybrać interesujące daną społeczność zajęcia w liczbie wynikającej z założeń projektu. Zajęcia prowadzili nauczyciele akademiccy lub specjaliści z wybranej dziedziny.

Zrealizowano:

- Warsztaty: dziennikarskie, o wolontariacie senioralnym, działaniach twórczych, komunikacji interpersonalnej, animację dla seniorów, trening pamięci, trening mózgu.

– Wykłady na temat twórczości, biografii, drzewa genealogicznego, historii, kultury, tolerancji, wielokulturowości. Wśród nich znalazły się też tematy trudne, jak śmierć, przemijanie.

W module II najpełniej widać funkcję edukacyjno-rozwojową i funkcję wspierającą superwizji.

Funkcja edukacyjno-rozwojowa to zaspokajanie potrzeb edukacyjnych i rozwojowych poprzez promowanie rozwoju uczestników projektu, zapewnienie możliwości uczenia się, rozwijanie świadomości pełnionych ról, pomaganie w lepszym rozumieniu problemów i sytuacji, rozwijanie kreatywności. Celem tej funkcji jest uzyskanie zmiany dotychczasowej wiedzy, umiejętności i zachowań superwizowanych.

Funkcja wspierająca – wspieranie w stosowaniu nowych sposobów pracy, pomaganie superwizowanym w lepszym rozumieniu ludzi, rozwijanie wiary w siebie. To również udzielanie wsparcia emocjonalnego w atmosferze poufności i zaufania oraz nagradzanie za dobrze zrealizowane zadania.

MODUŁ III – upowszechnianie nauki, badań naukowych, działania międzygeneracyjne

Koordynatorki projektu modułu III: dr Aleksandra Marcinkiewicz-Wilk i dr Monika Humeniuk.

Głównym zadaniem trzeciego modułu było włączenie osób starszych do wspólnoty akademickiej poprzez uczestnictwo słuchaczy partnerskich uniwersytetów w zajęciach akademickich, mieszczących się w stałej ofercie dydaktycznej jednostek Wydziału Nauk Historycznych i Pedagogicznych UWr.

Było to wielkie wyzwanie logistyczne wymagające rozplanowania zajęć, dostosowania pomieszczeń i dojazdu słuchaczy z odległych nieraz miast. Słuchacze uczestniczyli w wykładach i warsztatach z następujących dziedzin: metodologia badań społecznych, psychologia kliniczna i społecznego niedostosowania, metodyka pracy opiekuńczo-wychowawczej, pedagogika ogólna, wybrane podstawy gerontologii, muzykologia, archeologia. Spotkanie słuchaczy UTW ze studentami UWr na tych samych zajęciach miało wymiar międzypokoleniowej integracji. W trakcie wspólnych zajęć odbywały się ciekawe dyskusje, wymiana poglądów. Głos zabierali zarówno studenci, jak i słuchacze. Uwagi i przemyślenia wzajemnie się uzupełniały. Wspólne zajęcia były także dużym wydarzeniem dla wykładowców. Jedna z pań superwizorek po skończonych zajęciach napisała: *Dużą wartością dla niektórych osób było przypomnienie sobie atmosfery sali wykładowej, a przebywanie w otoczeniu studentów wywołało refleksję dot. porównania tego, co było z tym, co teraz. Wszystkie osoby wyrażały chęć ponownego uczestniczenia*

w podobnych wykładach uniwersyteckich. Inna dodała: *zajęcia z III modułu uważam za jedne z najcenniejszych w programie „UTW: Uczyć – Tworzyć – Wspierać".*

Faza końcowa. Na zakończenie zorganizowano konferencję popularnonaukową podsumowującą projekt „UTW: Uczyć – Tworzyć – Wspierać". Partnerzy projektu i zaproszeni goście spotkali się w *Oratorium Marianum* Uniwersytetu Wrocławskiego 24 listopada 2017 r.

Zakończenie procesu superwizyjnego ma w sobie coś z artyzmu (M. Łuczyńska, A. Olech, Warszawa 2013). Bardzo pięknym akcentem zakończenia projektu było spotkanie z panem prof. dr hab. Adamem Jezierskim – JM Rektorem Uniwersytetu Wrocławskiego, który zagrał kilka utworów muzyki poważnej na słynnych, zabytkowych organach Caspariniego. Owacją na stojąco nagrodzono wykonawcę tego mini koncertu.

Każdy z partnerów projektu przygotował i zaprezentował plakat/poster podsumowujący wszystkie działania projektowe z uwzględnieniem tego, co udało się osiągnąć, czego nie udało się osiągnąć, co warto rozwijać i kontynuować. Zaprezentowane na konferencji plakaty były merytoryczne w treści i bardzo ciekawe w formie.

Pani dr Małgorzata Malec-Rawiński (koordynatorka projektu) w ciepłych słowach podziękowała wszystkim uczestnikom projektu, podkreślając, że dzięki bardzo dobrej współpracy, zaangażowaniu i wzajemnym zaufaniu zrealizowano założone cele i osiągnięto sukces.

Superwizorzy byli obecni na wszystkich spotkaniach projektowych. Bardziej lub mniej aktywnie brali udział w działaniach związanych z realizacją projektu, Pisali notatki, opracowywali wnioski i spostrzeżenia. Poznawali działalność innych uniwersytetów, uczyli się nowych sposobów działania, radzenia sobie ze stresem wynikającym ze zmiennych warunków działania. Można śmiało powiedzieć, że zarówno indywidualnie, jak i grupowo byliśmy „superwizorami" i zarazem „superwizowanymi". Mogliśmy „uczyć", a innym razem „uczyliśmy się", zdobywając nową wiedzę i nowe doświadczenia.

Podsumowując: Powstał nowy UTW w Gryfowie Śląskim.

Poznawanie różnych środowisk senioralnych, poznawanie kultury i tradycji innych narodów, poznawanie religii służy przełamywaniu barier kulturowych i stereotypów, sprzyja tolerancji dla innego.

Wykłady na Uniwersytecie Wrocławskim są otwarte i słuchacze UTW mogą uczestniczyć w wykładach dla studentów stacjonarnych.

Ważne i potrzebne jest wsparcie finansowe i organizacyjne władz samorządowych w ramach polityki senioralnej.

Warto kontynuować dobrze rozpoczętą współpracę, poszerzając tę współpracę o inne UTW. Poszukiwać odpowiedzi na pytania: jaka jest przyszłość uniwersytetów trzeciego wieku?

Wszystkim superwizorom, którzy byli „przyjaznymi gośćmi" w partnerskich uniwersytetach – najserdeczniej dziękuję.

Uniwersytetom Trzeciego Wieku dziękuję za życzliwe przyjęcie i współpracę.

Organizatorom projektu dziękuję za zaproszenie do wspólnego działania.

■ ■ ■ ■ ■

Stanisława Warmuz

KONFERENCJA PODSUMOWUJĄCA PROJEKT „UTW: UCZYĆ – TWORZYĆ – WSPIERAĆ"

„Są takie dni, gdy radość łączy się ze zdenerwowaniem i satysfakcją z dobrze wykonanego zadania" – mówiła dr Małgorzata Malec-Rawiński, otwierając 24 listopada 2017 roku konferencję podsumowującą projekt „UTW: Uczyć – Tworzyć – Wspierać".

W pięknej sali Oratorium Marianum Uniwersytetu Wrocławskiego spotkali się partnerzy projektu oraz zaproszeni goście. Wśród gości byli: prof. dr hab. Ryszard Cach – Prorektor ds. Nauczania Uniwersytetu Wrocławskiego, Małgorzata Zawada – Radna (Urząd Miasta Wrocławia) i członek Wrocławskiej Rady ds. Seniorów, Robert Pawliszko – dyrektor Wrocławskiego Centrum Seniora, prof. dr hab. Maria Straś-Romanowska (UWr, DSW), Olgierd Poniżnik – Burmistrz Gminy i Miasta Gryfów Śl.

Projekt „UTW: Uczyć – Tworzyć – Wspierać" uzyskał dofinansowanie w ramach programu Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego pn. „Wsparcie Uniwersytetów Trzeciego Wieku" w 2017 roku. Pomysłodawcą, liderem i głównym organizatorem projektu był Uniwersytet Trzeciego Wieku w Uniwersytecie Wrocławskim. Koordynatorką projektu była dr Małgorzata Malec-Rawiński przy współpracy z zespołem w składzie: Ilona Zakowicz – zastępczyni koordynatorki projektu i kierownik projektu modułu II, Anna Gużda – kierownik projektu modułu I, Aleksandra Marcinkiewicz – kierownik projektu modułu III, Monika Humeniuk – koordynatorka projektu w Międzykulturowej Akademii Trzeciego Wieku przy Ewangelikalnej Wyższej Szkole Teologicznej.

Organizatorzy zaprosili do udziału w projekcie uniwersytety: UTW w Uniwersytecie Wrocławskim, Międzykulturową Akademię Trzeciego Wieku prowadzoną przez Ewangelikalną Wyższą Szkołę Teologiczną we Wrocławiu, Legnicki Uniwersytet Trzeciego Wieku przy CKZiU w Legnicy, Stowarzyszenie Transgraniczny Uniwersytet Trzeciego Wieku w Zgorzelcu, Stowarzyszenie Strzeliński

Uniwersytet Trzeciego Wieku w Strzelinie; Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku w Głuszycy, Oławski Uniwersytet Trzeciego Wieku działający w oparciu o Statut Centrum Sztuki w Oławie, Uniwersytet Trzeciego Wieku w Gryfowie działający przy Miejsko-Gminnym Ośrodku Kultury w Gryfowie Śl.

Cele projektu:

1. Odkrywanie i wspieranie potencjału uniwersytetów trzeciego wieku na Dolnym Śląsku.
2. Powołanie nowego Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Gryfowie Śląskim, który już jest uniwersytetem partnerskim.
3. Wspieranie działań edukacyjnych.

Bardzo ważne elementy realizacji projektu – partnerstwo i współpraca. Projekt realizowany był w III modułach:

MODUŁ I: Wymiana dobrych praktyk

Wymiana zespołów artystycznych – promocja kultury i działania animacyjne
Koordynatorka projektu modułu I – mgr Anna Gużda

Celem tego modułu było poznanie się partnerów projektu i inspirowanie, zbudowanie partnerskich relacji między UTW na Dolnym Śląsku, promowanie idei współpracy i atmosfery życzliwości oraz wymiana wiedzy, doświadczeń i dobrych praktyk.

Partnerzy projektu połączeni w diady odwiedzali się wzajemnie, przedstawiali wybrane zajęcia z własnej oferty edukacyjnej i artystycznej. W ramach projektu zrealizowano 8 spotkań partnerskich. Uniwersytety – gospodarze spotkań projektowych – przedstawiali zajęcia realizowane w danym uniwersytecie; jedne były prezentacją osiągnięć, inne – wspólnymi warsztatami.

Każde spotkanie partnerskie rozpoczynało się od zajęć animacyjnych prowadzonych przez mgr Annę Gużdę. Każdy uniwersytet trzeciego wieku ma swój początek i swoją historię. Spośród ośmiu uniwersytetów biorących udział w projekcie „UTW: Uczyć – Tworzyć – Wspierać", siedem ma już swoją historię i doświadczenie. Przystępując do projektu chciały skorzystać z szansy podniesienia jakości swojej działalności. Tylko jeden, ten w Gryfowie Śląskim, zaczynał od początku. A wiadomo, że najtrudniejsze są początki, kiedy trzeba wpierw rozeznać się w sprawach organizacyjnych, formalnych, finansowych i merytorycznych. Z pomocą i wsparciem przyszedł Uniwersytet Trzeciego Wieku w Uniwersytecie Wrocławskim. Pierwsze spotkanie UTW w UWr i grupy inicjatywnej z Gryfowa zaowocowało najpierw podpisaniem Porozumienia dotyczącego partnerskiej współpracy na rzecz realizacji projektu pn. „UTW: Uczyć – Tworzyć – Wspierać", a następnie powołaniem Gryfowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku.

MODUŁ II: Działania edukacyjne – szkolenia, warsztaty i konsultacje

Koordynatorka projektu modułu II – mgr Ilona Zakowicz

Podstawowym zadaniem, jakie w tym module stawia sobie UTW w Uniwersytecie Wrocławskim, jest dzielenie się wiedzą z mniejszymi placówkami, ale także niwelowanie barier utrudniających efektywną wymianę wiedzy i dobrych praktyk pomiędzy uniwersytetami trzeciego wieku biorącymi udział w projekcie.

Cele tego modułu to:

1. Wspieranie lokalnych UTW poprzez przekazywanie wiedzy i doświadczeń, które mogą przyczynić się do rozbudowania, urozmaicenia i uatrakcyjnienia dotychczasowej oferty placówek poprzez wykłady, warsztaty, szkolenia, konsultacje realizowane w siedzibie partnerów projektu.
2. Podnoszenie umiejętności osób prowadzących zajęcia w uniwersytetach trzeciego wieku, poprawa jakości prowadzonych zajęć, promowanie idei całożyciowego uczenia się oraz wolontariatu senioralnego.
3. Szkolenia przeprowadzone w uniwersytetach trzeciego wieku pokazały nowe możliwości w edukacji seniorów, zachęciły do kreatywnego uczestnictwa w życiu lokalnych społeczności. Należałoby dołożyć starań, aby zapoczątkowana współpraca między partnerami projektu była kontynuowana, rozwijana i rozszerzana na całe środowisko uniwersytetów trzeciego wieku na Dolnym Śląsku.

MODUŁ III – upowszechnianie nauki, badań naukowych, działania międzygeneracyjne

Koordynatorki projektu modułu III – dr Aleksandra Marcinkiewicz-Wilk i dr Monika Humeniuk

Głównym celem trzeciego modułu projektu było włączenie osób starszych do uczącej się wspólnoty akademickiej poprzez uczestnictwo słuchaczy partnerskich uniwersytetów w zajęciach akademickich, mieszczących się w stałej ofercie dydaktycznej jednostek Wydziału Nauk Historycznych i Pedagogicznych UWr. Realizacja modułu III stanowiła wielkie wyzwanie logistyczne wymagające rozplanowania zajęć, dostosowania pomieszczeń i dojazdu słuchaczy z odległych nieraz miast. Wielkiej pomocy w tym zakresie udzielili superwizorzy z UTW w UWr. W ramach III modułu partnerzy połączeni w diady uczestniczyli w wykładach i warsztatach z następujących dziedzin: metodologia badań społecznych, psychologia kliniczna i społecznego niedostosowania, metodyka pracy opiekuń-

czo-wychowawczej, pedagogika ogólna, wybrane podstawy gerontologii, muzykologia, archeologia.

Spotkanie słuchaczy UTW ze studentami UWr miało wymiar międzypokoleniowej integracji: „byliśmy na równych prawach", mówili „starsi studenci". W trakcie wspólnych zajęć odbyły się ciekawe dyskusje, wymiana poglądów. Głos zabierali zarówno studenci, jak i słuchacze. Uwagi i przemyślenia wzajemnie się uzupełniały. „Czuliśmy się wszyscy równi. Studenci z uwagą słuchali nas". Wszyscy słuchacze UTW byli bardzo zadowoleni, że mogli uczestniczyć w ciekawych wykładach i pogłębić swoją wiedzę. Wspólne zajęcia były także dużym wydarzeniem dla wykładowców, bowiem jawimy się dla nich jako osoby pytające i dociekliwe.

Zdaniem jednej z pań superwizorek: „zajęcia z III modułu uważam za jedne z najcenniejszych w programie. Okazało się bowiem, że zarówno młodzi, jak i seniorzy „jesteśmy siebie ciekawi".

Nawiązaniem do założeń modułu III był wykład prof. dr hab. Marii Straś-Romanowskiej „Podmiotowość człowieka starszego". Człowiek jako podmiot osobowy – to ktoś, kto przeżywa swoje życie, jest świadomy swoich wyborów, a przeżywając swoje życie zadaje sobie pytania: „Kim ja jestem?", „Skąd jestem?", „Po co jestem?". W pierwszej połowie życia człowiek się uczy. W drugiej połowie – rozumie, zaczyna zastanawiać się nad sensem życia, podejmuje próbę bilansu swojego życia, pisania swoich wspomnień.

Zadaniem wszystkich partnerów projektu UTW było przygotowanie i zaprezentowanie plakatu/posteru podsumowującego działania projektowe z uwzględnieniem tego, co udało się osiągnąć, czego nie udało się osiągnąć, co warto rozwijać, kontynuować w obszarze Uczenie, Tworzenie, Wspieranie. Zaprezentowane na konferencji plakaty były bardzo ciekawe w formie i merytoryczne w treści.

Każdy z partnerów projektu otrzymał podziękowania za zaangażowanie w realizację i certyfikat za udział i zrealizowanie założeń projektu. Przedstawiciele poszczególnych uniwersytetów w ciepłych słowach dziękowali za zaproszenie do projektu, podkreślali bardzo dobrą organizację, współpracę, nawiązanie nowych kontaktów, wskazanie nowych możliwości w rozwoju uniwersytetów trzeciego wieku. Pan Olgierd Poniżnik – Burmistrz Gminy i Miasta Gryfów, dziękując za wsparcie przy założeniu Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Gryfowie, zaproponował żeby do nazwy Uniwersytet Trzeciego Wieku UWr dodać: U – Uczynny, życzliwy, T – Twórczy, W – Wspaniały.

W pewnym momencie obrad konferencji pojawił się szczególny gość – pan prof. dr hab. Adam Jezierski, JM Rektor Uniwersytetu Wrocławskiego. Witając uczestników konferencji powiedział kilka słów o wspaniałym instrumencie – Organach Caspariniego, które są ozdobą Oratorium Marianum i zaproponował krótki koncert muzyki poważnej. Propozycję przyjęto z wielką radością, a po wysłuchaniu mini koncertu wykonawcę nagrodzono rzęsistymi brawami. Wszyst-

kim spotkaniom projektowym i wydarzeniom związanym z realizacją Projektu towarzyszyli superwizorzy z Zespołu Superwizji (słuchacze UTW w UWr).

O zadaniach i spostrzeżeniach superwizorów mówiła Stanisława Warmuz (przewodnicząca Zespołu Superwizji) podkreślając, że „superwizję" rozumiemy jako proces uczenia się i ciągłego rozwoju służący wzmacnianiu profesjonalnych kompetencji poprzez poszukiwanie źródeł trudności w pracy i możliwości ich pokonania, ale zarazem „superwizja" to proces indywidualnego uczenia się, gdzie zasady teoretyczne przekształca się w umiejętności praktyczne. Superwizor to przyjazny gość, który musi posiadać umiejętności empatyczne, wczuwać się w emocje panujące w zespole i je zrozumieć, umiejętność adekwatnego do sytuacji okazywania uczuć i radzenia sobie z trudnymi emocjami.

Projekt „UTW: Uczyć – Tworzyć – Wspierać" jest w istocie swej procesem superwizyjnym, w którym wyróżnia się 4 fazy: fazę przygotowawczą, fazę początkową, fazę pracy i zakończenie. Wszystkie fazy zostały zrealizowane z korzyścią dla projektu.

WNIOSKI

Zrealizowano założone cele zgodnie z tytułem: „Uczyć – Tworzyć – Wspierać". Powstał nowy UTW w Gryfowie Śl. Przy tworzeniu nowych UTW należy zastosować kreatywne naśladownictwo, czyli dostosować w inteligentny sposób do własnej sytuacji i potrzeb środowiska.

Organizacja wszystkich spotkań stała na bardzo wysokim poziomie, zaangażowano wszystkich partnerów projektu. Wielkim uznaniem cieszyły się zajęcia animacyjne, które pokazały, jak ważna jest osoba animatora – jego takt, otwartość, serdeczność, dobra znajomość przedmiotu zajęć. Nawiązano nowe kontakty. Otwarto się na nowe sprawy, nowe działania. Poznawanie różnych środowisk senioralnych, poznawanie kultury i tradycji innych narodów, poznawanie religii służy przełamywaniu barier kulturowych i stereotypów, sprzyja tolerancji dla innego. Włączano do wspólnych zajęć nie tylko słuchaczy UTW, lecz osoby działające na rzecz środowiska senioralnego. Słuchacze są dumni ze swojego UTW, angażują się w jego działania, są otwarci na współpracę. Bardzo ważne jest wsparcie merytoryczne uczelni wyższych lub instytucji kultury.

Wykłady na Uniwersytecie Wrocławskim są otwarte i słuchacze UTW mogą uczestniczyć w wykładach dla studentów stacjonarnych. Ważne i potrzebne jest wsparcie finansowe i organizacyjne władz samorządowych w ramach polityki senioralnej. Warto kontynuować dobrze rozpoczętą współpracę, poszerzając tę współpracę o inne UTW, poszukiwać odpowiedzi na pytania: jaka jest przyszłość uniwersytetów trzeciego wieku? Jaki jest współczesny senior 60+? Czy należy dążyć do utworzenia Uniwersytetu Wszystkich Wieków?

Bogna Bartosz, Aleksandra Zimnicka

JAK NAS WIDZĄ, TAK NAS PISZĄ... OPINIE SŁUCHACZY NA TEMAT DZIAŁALNOŚCI UTW W UNIWERSYTECIE WROCŁAWSKIM

Wprowadzenie

Aktualnie każda placówka edukacyjna powinna dokonywać ewaluacji prowadzonych zajęć i realizowanych działań. Ocena funkcjonowania Uniwersytetu Trzeciego Wieku przez słuchaczy jest niezwykle istotna, ponieważ pozwala spojrzeć na UTW oczami seniorów i poznać opinie na temat realizowanych działań– zarówno te pozytywne, jak i te mniej pochlebne. Wysokie oceny potwierdzają obrany kierunek pracy, natomiast mniej pozytywne zawierają informację, jakie zmiany powinny zostać wprowadzone.

By poznać opinie słuchaczy na temat funkcjonowania Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Uniwersytecie Wrocławskim, przeprowadzono badania ankietowe w dniach 3-9 grudnia 2017 roku. Ankiety zostały wypełnione przez 139 słuchaczy UTW w UWr, w tym 120 kobiet i 19 mężczyzn. Grupy wiekowe uczestników badania są względnie równoważne: 22% osób w wieku 60-65 lat, 22% w wieku 65-70 lat, 24% w wieku 70-75 lat i 25% powyżej 75 roku życia. Większość słuchaczy UTW to osoby owdowiałe (44%), lecz również dużo jest osób zamężnych/ żonatych (30%). Panien i kawalerów jest 9% (12 osób). Pojawiła się kategoria dopisana przez słuchaczy „rozwiedziony/rozwiedziona" (2%).

Poniżej zostały przedstawione wyniki, które pokazują, jak słuchacze oceniają UTW, jakie mają potrzeby i czego im brakuje.

Ocena wykładów

Ogólna ocena wszystkich dotychczasowych wykładów w UTW jest bardzo pozytywna. 38% słuchaczy uważa, że wykłady były „bardzo dobre (5)", natomiast 35% – „dobre (4)". 4% jest „trudno powiedzieć (3)". Nie ma natomiast żadnych „dostatecznych (2)" lub „niedostatecznych (1)" ocen. W zestawieniu szczegółowych ocen wszystkich wykładów wyraźnie widać, że ilość ocen „niedostateczna (1)" (do 3%) oraz „dostateczna (2)" (do 7%) jest znikoma. Natomiast najwięcej pojawiło się odpowiedzi „dobrze (4)" (do 28%) i „bardzo dobrze (5)" (do 60%).

Nasi słuchacze zostali także zapytani o to, jakie tematy wykładów chcieliby wprowadzić do programu.

Podane przez ankietowanych odpowiedzi zostały uporządkowane w ramach 10 kategorii:

1. **Psychologia i nauki pokrewne** (propozycje podane przez **22%** słuchaczy). Najczęstsze proponowane tematy w tej kategorii były związane z aspektami psychologicznymi i podmiotowością człowieka („sens życia – bilans życia", „nastawienie do życia", „rozwój duchowy", „mądrość seniora", „podmiotowość człowieka", „człowiek istota złożona"). Kolejne, często pojawiające się wątki dotyczyły „trudności w relacjach z ludźmi", „radzenia sobie z trudnościami życia". Ankietowani podawali również konkretne przykłady owych trudności: „relacje w rodzinie", „jak pomóc wychowywać wnuki", „rodzina, dzieci, mąż, żona", „jak radzić sobie z bieżącym postępem", „jak utrzymać przyjaźń", „walki ze stresem", „muzykoterapii", „zachowanie sprawności intelektualnej". Zainteresowaniem cieszył się temat „psychologii seniora", ale również zagadnień psychospołecznych: „spraw społecznych", „socjologii" i „współpracy międzypokoleniowej".
2. **Medycyna (18%)**. Najczęstszym tematem w tej kategorii jest ogólnie pojęte „zdrowie" oraz „zdrowie seniorów". Interesujące dla słuchaczy są również takie tematy, jak „życie po zawale/ udarze", „postępy w medycynie", „choroby nieuleczalne". Pojawiło się zainteresowanie „ochroną zdrowia" i „prawidłowym żywieniem".
3. **Kultura, literatura i sztuka (9%)**. Najwięcej osób było zainteresowanych „sztuką". Precyzując wskazano takie zagadnienia, jak „historia sztuki" oraz „malarstwo – głównie awangardowe (współczesne)", „współczesna architektura". Wielkie zainteresowanie wzbudził wykład inauguracyjny prof. Stanisława Beresia, co prawdopodobnie zachęciło słuchaczy do wskazania tematów dotyczących literatury, w tym także współczesnej oraz innych dotyczących kultury np. o „Noblistach Wrocławskich", „Ważnych wydarzeniach kulturalnych" i „Filozofii".
4. **Nauki przyrodnicze i ścisłe (8%)**. Słuchacze wskazali takie zagadnienia, jak „Przyroda", „Astronomia", „Astrofizyka", „Chemia" i w tym obszarze przykładowo takie tematy, jak „Bezpieczna farmakologia", „Leki".
5. **Prawo/polityka (6%)**. Słuchacze UTW podali bardzo konkretne zagadnienia w tej kategorii: „Polityka społeczno-senioralna", „Różne dziedziny prawa i ustroju państwa", „Zagadnienia gospodarcze", „Prawo na co dzień – nieznajomość prawa szkodzi", „Aktualna polityka (działalność) na naszym terenie", „Obrót prawny w obecnej Polsce, który zaskakuje", „Budżet miasta, zadłużenie, służba zdrowia", „Polska w Europie wschodniej i zachodniej (UE)" i temat zainspirowany wykładem „Sprawy spadkowe".

6. **Historia (6%).** W tej kategorii wymieniono tematy dotyczące historii Polski, Europy, Wrocławia i wybitnych postaci historycznych, których życie i działalność wpłynęły na losy różnych krajów.
7. **Technologie (4%).** Zainteresowaniem wśród seniorów cieszą się „najnowsze osiągnięcia (nowinki techniczne)", tematy dotyczące „nowych wynalazków i wdrożeń o zasięgu światowym", „zastosowanie najnowszych technologii", „człowiek a technologia (techniki, które wdraża się w codzienne życie – z czym senior musi się zmierzyć)", „ciekawostki techniczne" oraz „media społecznościowe – Internet, Facebook itp. – ich wpływ na rozwój społeczny".
8. **Geografia i turystyka (2%).** Kilka osób jest zainteresowanych „poznaniem świata – ciekawe miejsca w Europie i na świecie" oraz „miastami, które warto zwiedzić w Polsce". Bardzo ciekawym zaproponowanym tematem jest temat „Seniorzy w krajach Dalekiego Wschodu, kultury i tradycje narodów pozaeuropejskich".
9. **Inne (21%).** To grupa licznych tematów, których skategoryzowanie było trudne i dlatego znalazły się w odrębnej grupie. Znalazły się tu takie tematy, jak: „zachowanie sprawności intelektualnej", „bezpieczeństwo seniorów i współpraca z policją", „cyberbezpieczeństwo", „ciekawostki ze świata", „ciekawe biografie ludzi znanych i nieznanych", „rower w życiu seniora", „wpływ przyrody na aktywność seniora", „kultura fizyczna w wieku starszym", „humor", „archeologia", „infrastruktura", „czym się bawią nasze wnuki", „jak skutecznie załatwić różne sprawy urzędowe", „moje środowisko Wrocław – smog", „nauki mało znane, ale ciekawe". Pojawiła się propozycja warsztatowa, a nie wykładowa, a mianowicie „integracja między słuchaczami UTW".
10. **„Teraz jest ok" (3%).** Warto wyróżnić kategorię, która zawiera odpowiedzi mówiące o obecnym, dobrym poziomie wykładów. Przykłady: „wszystkie wykłady są bardzo dobre", „różnorodne jak do tej pory", „nie mam własnych pomysłów, proponowane tematy są wielorakie, atrakcyjne w tematach, różnorodne i satysfakcjonujące". „Podoba mi się dobór tematyki, którą starają się Państwo nas zainteresować. Filozofia, religioznawstwo, przyroda. Dzięki temu mózg pracuje. Takie odnoszę wrażenie. Jest „drażniony" i o to chodzi"; „tematy wykładów w I semestrze 2017 były ciekawe i interesujące. Na przyszłość można coś z życia naszego miasta – Policja, problem przestępczości, sądownictwo".

Ocena atmosfery w UTW

Atmosfera w UTW jest uznawana przez większość słuchaczy za „dobrą" (52%). 30% uważa, że jest ona „bardzo dobra", 16% – „trudno powiedzieć". Tylko 1% ocenia ją „dostatecznie (2)". Jest kilka negatywnych opinii: „czasem ludzi ponoszą emocje z powodu głupstw, ale poza tym w porządku", „pojawia się coraz więcej osób roszczeniowych i często mało kulturalnych (...), żądają nierealnych rzeczy np. luksusowo urządzonych pomieszczeń lekcyjnych", „są niestety ludzie agresywni, wymagający – wprawdzie w mniejszości, lecz psują atmosferę", „kultura osobista niektórych uczestników (słuchaczy) pozostaje pod znakiem zapytania", „wiele osób jest bardzo miłych, ale są osoby zbyt zadzierające nosa", „w grupie słuchaczy z dłuższym stażem lubimy się spotykać. Gorzej wygląda sytuacja z nawiązaniem kontaktów z nowymi słuchaczami", „starsi stażem słuchacze tworzą klimat bardziej sprzyjający dobrej atmosferze", „nowych" słuchaczy należy wprowadzać w życie UTW różnymi metodami", „słaba integracja ze słuchaczami I roku", „spotykam osoby mało życzliwe, wręcz złośliwe, preferujące krytykowanie (chodzi wyłącznie o słuchaczy UTW)", „atmosfera w zasadzie jest dobra, trochę wyższe lata pokazują swoją wyższość", „ogólnie dobrze, choć dla mnie UTW to już za duża społeczność", „na atmosferę pracujemy wszyscy. Co innym dajesz, to zbierasz. Więcej uśmiechów i serdeczności, a będzie ok", „ogólnie dobra, abstrahuję od pojedynczych subiektywnych animozji między poszczególnymi słuchaczami".

Jest również wiele pozytywnych komunikatów: „jako pierwszoroczniak jestem zachwycony doskonałą niemal rodzinną atmosferą", „przy tak dużej liczbie ludzi moja ocena dobra to duży plus. UTW jest potrzebne ludziom po 60+", „uprzejmość wobec siebie, pomoc w różnych sytuacjach, nawiązywanie nowych znajomości", „nie mam żadnych trudności w komunikowaniu się ani też w porozumiewaniu się, zarówno na poziomie sekretariatu, jak i zarządu czy słuchaczy UTW", „uważam, że atmosfera jest dobra, każdy może znaleźć sobie towarzystwo i koleżanki, ludzie są mili i sympatyczni", „życzliwość".

30% słuchaczy ocenia atmosferę jako „bardzo dobrą (5)". Jest ona argumentowana następująco: „mam grono koleżanek i znajomych, których bardzo lubię i chętnie się z nimi spotykam", „nareszcie wszyscy możemy być sobą", „bardzo mili są wykładowcy i słuchacze. Mówienie sobie na ty skraca dystans i pomaga zawierać znajomości", „jestem słuchaczem I roku, czuję się coraz mniej anonimowo w grupie", „atmosfera jest miła, sympatyczna, z przyjemnością przychodzę do UTW", „jest radośnie, życzliwie, dobra atmosfera", „wszystko jest na swoim miejscu. Nie ma sporów".

Wnioski

Seniorzy to specyficzna grupa społeczna, rządząca się swoimi prawami i mająca określone wymagania i oczekiwania. Reprezentacja poszczególnych grup wiekowych słuchaczy w UTW jest podobna. Bardziej istotny jest jednak staż i liczba lat spędzonych jako słuchacz UTW, ponieważ wpływa to na samopoczucie w trakcie zajęć i poza nimi. W odpowiedziach na pytania dotyczące atmosfery w UTW słychać głosy, które mówią o podziale i słabej integracji pomiędzy nimi, spowodowanymi różnymi doświadczeniami w roli słuchacza, nie wiekiem metrykalnym. W przyszłych ankietach warto więc uwzględnić rok studiów słuchacza.

Słuchacze pisali o różnorodności wykładów, oceniając je jako „dobre" i „bardzo dobre". Wskazywali, że poziom wykładów jest dostosowany do potrzeb seniorów, dają one przestrzeń na samorozwój i refleksję. Słuchacze przytaczają tematy wcześniejszych wykładów i nazwiska wykładowców w pytaniu dotyczącym proponowanych tematy. Może to oznaczać, że, ich zdaniem, są warte powtórzenia.

Proponowane przez seniorów tematy wykładów najczęściej dotykają obszarów, które są użyteczne i aktualne dla osób w wieku późnej dorosłości. Rozwój i poznanie samego siebie w różnych aspektach są priorytetem i tematem przewodnim. Poczynając od tematów związanych z wnukami, rodziną, radzenia sobie ze stresem, psychologią seniora, sensem i bilansem życia, po profilaktykę, zdrowie, odżywianie, wiedzę o chorobach. Słuchacze zwracają również uwagę na to, jak wygląda współczesne społeczeństwo, polityka, chcą nadążyć za nowinkami technologicznymi oraz poradzić sobie z dynamiczną zmianą i rozwojem mediów społecznościowych, a także urządzeń elektronicznych.

Poza poznaniem siebie widać również zainteresowanie wiedzą o świecie oraz poszerzaniem swoich horyzontów. Seniorzy to grupa łaknąca wiedzy, dla samego poznania i zaspokojenia ciekawości. Proponują tematy dotyczące medycyny, sztuki, sławnych ludzi, filozofii, przyrody, astronomii, astrofizyki, historii, geografii, życia seniorów na Dalekim Wschodzie, cyberbezpieczeństwa, archeologii, architektury i wielu innych.

Bardzo ciekawą propozycją są warsztatowe zajęcia integracyjne. Odpowiadają one na potrzeby słuchaczy mające na celu integrację środowiska UTW w UWr. Niektórzy mówią o wyższości, jaką wykazują słuchacze z dłuższym stażem oraz o odizolowaniu się „pierwszoroczniaków". Można przypuszczać, że jest to związane z pewnymi obawami i uprzedzeniami wobec nowej, jeszcze nieznanej grupy, która wchodzi dopiero do społeczności UTW. W wielu wypowiedziach podkreślano, jaką wagę pełni pewność realizacji planu, dobra organizacja zajęć oraz jak każda niepewność i brak informacji wpływają na samopoczucie oraz ocenę UTW. Seniorzy kładą duży nacisk na kulturę osobistą, indywidualne podejście

i czas im poświęcony. Są to ważne aspekty, do których słuchacze przywiązują wagę.

Na podstawie wyników ankiet warto wymienić następujące propozycje działań, które w pierwszej kolejności mogą podnieść jakość działań w UTW:

1. Utrzymanie wysokiego poziomu zajęć i wykładów w UTW w UWr, uwzględniających potrzeby i zainteresowania seniorów.
2. Warsztaty integracyjne, które będą integrować słuchaczy z różnych grup i z różnym doświadczeniem w UTW.
3. Dbanie o dobrą organizację zajęć, wczesne informowanie uczestników o zachodzących zmianach, wcześnie podany harmonogram.
4. Informowanie słuchaczy o działaniach podejmowanych na UTW w UWr, w tym działaniach Zarządu i kierownika.

Informacje uzyskane od słuchaczy i propozycje zaowocowały systematycznie wprowadzanymi zmianami w semestrze letnim w roku akademickim 2017/18. Badania ankietowe będą systematycznie prowadzone w kolejnych semestrach.

■■■■■

Wanda Paszke

PRAKTYKI STUDENCKIE W UNIWERSYTECIE TRZECIEGO WIEKU

W zimowym semestrze roku akademickiego 2016/2017 na zajęciach Uniwersytetu Trzeciego Wieku w UWr pojawiła się dość liczna grupa studentek Instytutu Pedagogiki odbywających praktyki studenckie.

Początki nie zawsze były łatwe, zarówno dla studentek, jak i dla nas. Jeśli chodzi o udział w wykładach, to nie było problemów ani ze strony wykładowców ani słuchaczy. Natomiast nie wszyscy prowadzący sekcje akceptowali obecność praktykantek i kilkakrotnie trzeba było uciekać się do osobistych próśb o pozwolenie. Z biegiem czasu przyzwyczailiśmy się do ich obecności. Rola osoby sprawującej opiekę nad praktykami ze strony UTW sprowadzała się do przyjęcia zgłoszenia, udzielenia kilku wskazówek i zachęty, aby studentki ustalały między sobą jakiś harmonogram wizyt, ponieważ niektóre zajęcia, np. Sekcji Rękodzieła, cieszyły się tak wielkim powodzeniem, że brakowało krzeseł.

W semestrze letnim to już była prawdziwa inwazja – 23 osoby. Ale już w semestrze zimowym 2017/2018 tylko 6 osób. Wszyscy, zarówno prowadzący zajęcia, jak i słuchacze, zaakceptowali pobyt młodych osób na naszym seniorskim terenie.

Praktyka nie ograniczała się jedynie do biernego uczestniczenia w zajęciach. Trzy studentki, wśród których była ratowniczka medyczna, przygotowały i zaprezentowały w ramach seminarium „Twoje zdrowie w twoich rękach" kurs pierwszej pomocy w nagłych wypadkach zdrowotnych. Dwukrotnie studentki w ramach współpracy z naszymi zaprzyjaźnionymi szkołami SP 90 i SP 93 uczestniczyły w organizowanych corocznie przez szkoły wróżbach i zabawach andrzejkowych, oczywiście w charakterze wróżek, i cieszyły się dużym powodzeniem wśród dzieci.

Praktyki studenckie w opiniach słuchaczy UTW

Na praktyki w większości zgłaszają się studentki specjalizujące się w edukacji dorosłych. Uczestnicząc w różnorodnych zajęciach mają możliwość nie tylko wysłuchać ciekawych wykładów czy, chociaż tylko biernie, poćwiczyć języki obce, ale też zaobserwować, jak my, seniorzy, słuchamy, jak reagujemy na sali wykładowej, jak się uczymy, co sprawia nam trudności w nauce. Mogą zaobserwować, w jaki sposób edukatorzy prowadzą zajęcia i dostosowują je do mocno zróżnicowanego wieku słuchaczy i ich możliwości przyswajania wiedzy. Na spotkaniach sekcji mają możliwość poznać seniorów uczestniczących czy pracujących w grupie, a także relacje między nimi, typy charakterów, zachowań, nawet zdarzające się konflikty i sposoby ich rozwiązywania. Sądzę jednak, że sama obserwacja to za mało, aby nauczyć się pracy z seniorami. Myślę, że studentki powinny rozmawiać z nami o naszym odbiorze wiedzy, którą przekazują nam wykładowcy, o trudnościach w uczeniu się języków czy opanowaniu pracy z komputerem, a nawet o naszych zainteresowaniach. Zdaję sobie sprawę, że to może być trudne, że trzeba przełamywać opory własne i często seniora, ale uważam, że warto. Moim zdaniem bezpośrednia rozmowa z prawdziwym, żywym człowiekiem jest bardziej wartościowa, nawet dla celów opracowań naukowych, niż przygotowywanie i analiza anonimowych ankiet wypełnianych bez żadnej refleksji, „na kolanie", przeważnie w trakcie wykładu w poniedziałek.

Słuchacze UTW w opiniach studentów

Już po napisaniu tej części mojego opracowania zapoznałam się z tekstami studentek zawierającymi refleksje na temat odbytych przez nie praktyk. Z dużą satysfakcją muszę stwierdzić, że praktyka w naszym środowisku okazała się bardzo ważną, obok podręczników, literatury i wykładów na studiach, „pomocą naukową". Podkreślają to same studentki, pisząc, że miały możliwość zaobserwować i nauczyć się tego, „jak zachowują się osoby starsze w trakcie procesu edukacyjnego". Zwróciły uwagę na pewne aspekty tych zachowań. Należy tu wymienić

duże różnice występujące pomiędzy słuchaczami w zakresie możliwości skupienia uwagi i rozumienia wskazówek (np. na warsztatach komputerowych) – co wymaga od prowadzącego zajęcia cierpliwości, klarownych wskazówek i powtórzeń. Kolejny aspekt dotyczący specyfiki prowadzenia zajęć z osobami starszymi, który zwrócił uwagę studentek, to problem z umiejętnością słuchania wykładowcy czy prowadzącego zajęcia. Słuchacze wdają się w komentarze i rozmowy, co z jednej strony wprowadza chaos w zajęciach, ale z drugiej świadczy o ważnej roli UTW w zakresie pełnienia funkcji integracyjnej. Jest to miejsce, gdzie starsi ludzie oprócz zdobywania wiedzy czy umiejętności mają możliwość nawiązywania nowych znajomości, spotykania się i wymieniania poglądów.

Uczenie się pracy z osobami dojrzałymi

Można więc stwierdzić z całym przekonaniem, że odbywając praktykę w uniwersytecie trzeciego wieku studenci uczą się specyfiki pracy z osobami dojrzałymi i będą umieli wykorzystać teoretyczną wiedzę zdobytą w trakcie studiów. Jednocześnie taka praktyka jest dla studenta doskonałym narzędziem kształtowania umiejętności interpersonalnych, a także zorientowania się, czy przyszła praca tego rodzaju jest dla niego odpowiednia.

Pewnym zaskoczeniem dla tych młodych osób było odkrycie, że wbrew panującemu wśród nich przekonaniu o nieufności i niechęci starszych w stosunku do młodych, rzeczywistość okazała się inna. Piszą bowiem, że wręcz przeciwnie, osoby starsze są bardzo otwarte i mają nie tylko wiele ciekawych spostrzeżeń na temat otaczającego nas wszystkich świata, ale potrafią ukazać go z innej perspektywy. Ta inna perspektywa, wynikająca z bogatego doświadczenia starszej osoby, pozwala młodej osobie zwrócić uwagę na to, czego może oczekiwać w przyszłości i że to, co teraz wydaje się nieistotne, może kiedyś mieć znaczenie.

■ ■ ■ ■ ■

Zuzanna Sośnicka

OBSERWACJE Z PRAKTYK ODBYTYCH NA UNIWERSYTECIE TRZECIEGO WIEKU W UNIWERSYTECIE WROCŁAWSKIM

Odbywając praktyki na Uniwersytecie Trzeciego Wieku w Uniwersytecie Wrocławskim wzięłam udział w warsztatach i spotkaniach sekcji i klubów odbywających się w ramach zajęć UTW. Jako praktykantka i asystentka mogłam dowiedzieć się, jak należy prowadzić zajęcia ze słuchaczami, jednak samo asystowanie w zajęciach nie było tak ciekawe, jak rozmawianie z osobami biorącymi udział w zajęciach. Trudno byłoby wymienić wszystkie interesujące wiadomości, jakie uzyskałam w czasie rozmów ze słuchaczami UTW, chciałabym więc odwołać się tylko do jednego wydarzenia, które miało duży wpływ na zmianę mojego myślenia o osobach starszych i w pewien sposób łączyło się z informacjami, jakie uzyskałam w trakcie studiów.

W literaturze na temat osób starszych wspomina się o różnych sposobach patrzenia na nie – od gerontokracji aż do dyskryminacji ze względu na wiek. Zauważa się też, że w dobie braku szacunku dla osób starszych pojawiła się nawet konieczność utworzenia eufemizmów określających te osoby. Gdy w czasie realizowania programu moich studiów na specjalizacji Edukacja dorosłych i marketing społeczny przeczytałam akapit mówiący na ten temat*, przypomniałam sobie wypowiedź jednej ze słuchaczek UTW, którą usłyszałam w trakcie odbywanych przeze mnie praktyk. Osoba ta wyznała, że bardzo źle odbiera nazywanie ją *seniorką* dlatego, że ma wrażenie, iż osoby używające takich eufemizmów są przesadnie delikatne, ponieważ same uważają starość za coś negatywnego. Z moich obserwacji wynika, że osoby starsze nie tylko nie lubią być otaczane specjalną opieką, przez którą czują się w pewien sposób poniżane, ale też nie znoszą być traktowane jak niemądre dzieci. Te obserwacje przypomniały mi się właśnie w trakcie czytania tego artykułu, ponieważ w pewien sposób się do niego odnoszą.

Muszę przyznać, że wypowiedź osoby, która uznała użycie słowa *senior* za – w pewien sposób – obraźliwe, była dla mnie przełomowa. Od tej pory starałam

* E. Konieczna, *Senior w kulturze – kultura dla seniora. O kulturowym wzbogacaniu człowieka starszego*, „Dyskursy młodych andragogów" (17/2016), Uniwersytet Zielonogórski, Zielona Góra 2016.

się staranniej dobierać słowa, jakich używam w kontaktach z osobami starszymi. Jest to dla mnie lekcja, którą będę pamiętać i do której będę stosować się w czasie dalszych praktyk oraz w pracy z osobami w starszym wieku.

■ ■ ■ ■ ■

Agata Bukowska

REFLEKSJA DOTYCZĄCA PRAKTYK NA UNIWERSYTECIE TRZECIEGO WIEKU W UNIWERSYTECIE WROCŁAWSKIM

Brałam udział w praktykach podczas dwóch semestrów na Uniwersytecie Trzeciego Wieku w UWr i myślę, że było to bardzo interesujące doświadczenie. Przede wszystkim miałam możliwość połączenia wiedzy teoretycznej zdobytej na moim kierunku studiów z wiedzą praktyczną zdobytą w trakcie praktyk.

Poznałam sposób funkcjonowania instytucji, jaką jest UTW, oraz sposób pracy jej uczestników i pracowników. Dzięki obserwacji oraz udziale w zajęciach prowadzonych w ramach różnorodnych przedmiotów mogłam doświadczyć tego, jakie są wartości, cele i zadania realizowane w tej placówce.

Uważam, że praktyki na UTW pomogły mi rozwinąć samodzielność, kreatywność oraz kompetencje interpersonalne. Miałam możliwość wzięcia czynnego udziału w zajęciach, co nauczyło mnie kreatywności oraz dodało odwagi do podjęcia współpracy z seniorami. Podczas obserwacji również wiele się nauczyłam, m.in. tego, jak zachowują się osoby starsze w trakcie procesu edukacyjnego.

Myślę, że doświadczenie to wiele wniosło do mojego życia, zarówno akademickiego oraz zawodowego, jak i osobistego.

Małgorzata Lesiczka, Elżbieta Szlędak

REFLEKSJA Z PRAKTYK REALIZOWANYCH NA UNIWERSYTECIE TRZECIEGO WIEKU W UNIWERSYTECIE WROCŁAWSKIM

Jesteśmy studentkami edukacji dorosłych na Uniwersytecie Wrocławskim. W ramach praktyk studenckich uczestniczymy w różnych zajęciach realizowanych na Uniwersytecie Trzeciego Wieku w UWr. W pierwszym semestrze nasza aktywność ograniczała się jedynie do obserwacji, natomiast w drugim semestrze asystowałyśmy prowadzącym w realizacji zajęć.

W trakcie pierwszego semestru praktyk miałyśmy zaszczyt gościć na zajęciach z gerontologii (prowadzonych wówczas przez dr Małgorzatę Malec-Rawiński) jedną ze słuchaczek UTW, która zapoznała nas, studentów, z jego historią. Takie spotkanie pozwoliło nam na lepsze zrozumienie, czym dla słuchaczy jest uniwersytet. Jak określiła to Stanisława Warmuz, była przewodnicząca Zarządu UTW (w latach 2004-2008), seniorzy traktują tę instytucję jako miejsce spotkań osób, które dzięki wzajemnym kontaktom, podobnym zainteresowaniom, różnym formom aktywności, tworzą wspólnotę opartą na wzajemnym szacunku i zrozumieniu siebie.

Dla nas jako przyszłych pedagogów pracujących z osobami dorosłymi, UTW jest miejscem, w którym mamy możliwość zdobyć niezbędne doświadczenie i sprawdzić, czy tego typu praca odpowiadałaby nam jako możliwa ścieżka kariery. Miałyśmy niepowtarzalną okazję zapoznać się ze specyfiką pracy z osobami starszymi oraz dowiedziałyśmy się, jak w praktyce można wykorzystać teoretyczną wiedzę zdobytą na studiach. Dodatkową korzyścią wynikającą z praktyk jest kształtowanie umiejętności interpersonalnych, co w dużym stopniu wpływa na owocną współpracę ze słuchaczami UTW.

Podczas prowadzonych przez nas obserwacji zauważyłyśmy olbrzymie zaangażowanie i zainteresowanie słuchaczy treściami przekazywanymi na zajęciach. Na podstawie tego można wysnuć wnioski, że działania prowadzone na uniwersytecie sprawiają im przyjemność, dają możliwość realizowania pasji i zainteresowań, zwiększając tym samym poczucie własnej wartości. Drugi semestr naszych praktyk w znacznym stopniu polegał na asyście prowadzącym zajęcia. Najczęściej brałyśmy udział w warsztatach komputerowych, które prowadziła Kristsina Makarevich. Tego typu kursy mają na celu nie tylko naukę obsługi komputera, ale także przełamanie nieufności osób starszych wobec nowych technologii. Na-

sza aktywność polegała na indywidualnej pomocy poszczególnym słuchaczom w czasie kursu.

Osoby uczęszczające na UTW pozytywnie reagowały na naszą obecność. Za każdym razem dziękowały po zajęciach za udzieloną pomoc. Często to od nich pochodziła chęć podjęcia interakcji. Przeczy to ogólnemu poglądowi, że osoby starsze wykazują się nieufnością i niechęcią wobec młodych ludzi. Z naszych obserwacji wynika, że w większości osoby te są znacznie bardziej otwarte niż mogłoby się nam wydawać i mają wiele ciekawych rzeczy do powiedzenia. Rozmowy z nimi są interesujące i ukazują inne spojrzenie na otaczający nas świat.

Praktyki te stanowią dla nas wspaniałe doświadczenie. Wdzięczność słuchaczy przynosi nam niewiarygodne poczucie satysfakcji i stanowi zachętę do dalszej pracy.

■ ■ ■ ■ ■

Eliza Klikuszowian, Martyna Ozimina

REFLEKSJE Z PRAKTYK STUDENCKICH

Realizując praktyki na Uniwersytecie Trzeciego Wieku w UWr w semestrze zimowym mogłyśmy współuczestniczyć w zajęciach dedykowanym seniorom, realizować je wraz z nimi, a także tworzyć projekty międzypokoleniowe i wcielać je w życie. Praktyka asystencka umożliwiła nam bliższy kontakt z seniorami.

Na warsztatach komputerowych mogłyśmy przekonać się, jak wiele cierpliwości powinna posiadać osoba prowadząca taką grupę. Seniorzy wymagają wiele uwagi, klarownych wytłumaczeń oraz powtórzeń. Ponadto należy mieć na uwadze, że słuchacze różnią się pod względem przyswajalności wiedzy i posiadanych już kompetencji. To, co jednym przychodzi z łatwością, dla drugich jest „czarną magią". Obserwacja ta pokazała nam, że każdy senior potrzebuje indywidualnego podejścia, dlatego tak ważne są grupy zaawansowania dzielące poziomami słuchaczy.

Z drugiej strony, mimo że słuchacze mieli problemy z nowymi technologiami, mogłyśmy przekonać się, jaką szeroką wiedzą posiadają, m.in. na zajęciach z sekcji „Przygoda z książką", kiedy to słuchacze wypowiadali się na temat przeczytanej literatury, dodając własne, rozbudowane refleksje na podstawie posiadanej wiedzy.

Słuchacze różnią się między sobą nie tylko posiadaną wiedzą, ale również pod względem usposobienia, chęci do współpracy, podejścia do zajęć. Każdy z poznanych przez nas seniorów był jedyny i niepowtarzalny, posiadający swoją

własną historię, swój bagaż doświadczeń. Na jednych z zajęć mogłyśmy się przekonać, jakie podejście do czasu na emeryturze mają seniorki. Jedna z nich uważała, że czasu wolnego ma niewiele, druga natomiast, że to, jak wykorzystujemy czas, jest kwestią priorytetów i że czasu wolnego ma wystarczająco dużo.

Dostrzec mogłyśmy także to, że słuchacze mają problem ze wzajemnym słuchaniem siebie. Często na zajęciach panował chaos, słuchacze zdawali się być bardziej zainteresowani własnymi rozmowami niż właściwym tokiem zajęć. To pozwala zrozumieć, jak ważną funkcją jest funkcja integracyjna UTW, gdzie seniorzy mają możliwość spotkać się ze swoimi rówieśnikami, nawiązywać znajomości, dzielić się doświadczeniem i poglądami, pomysłami na siebie. Wiele razy słyszałyśmy, że ta sposobność najbardziej motywuje słuchaczy i zaspokaja ich potrzebę nawiązania przyjaźni oraz poczucia przynależności.

Rola prowadzących jest bardzo ważna – to oni koordynują działania grup, sekcji itp. Nadają zajęciom właściwy tok, zwracają uwagę na najistotniejsze kwestie, pozostawiają przestrzeń do swobodnego wypowiadania się i oceny problemów poruszanych na ćwiczeniach. Mogłyśmy dostrzec, że słuchacze i prowadzący pozostają w partnerskich relacjach pełnych szacunku.

Ten semestr pozwolił nam na przeżycie niesamowitej przygody na warsztatach i zajęciach na uniwersytecie trzeciego wieku. Uważamy, że możliwość spotykania się z osobami o tak bogatym doświadczeniu pozwoliła nam na inne spojrzenie na otaczającą rzeczywistość, na decyzje, które będziemy podejmować w przyszłości. To wielka wartość usłyszeć radę od osób, które doskonale znają życie i jego przymioty, ponieważ wtedy możemy zwrócić uwagę na wiele spraw, które stoją przed nami, zobaczyć ich nadzwyczajność i nadać im znaczenie, mimo że nam, młodemu pokoleniu, wiele z nich teraz wydaje się nieistotnych.

■■■■■

Stanisława Warmuz

XI Dolnośląskie Forum Uniwersytetów Trzeciego Wieku, Legnica 2 czerwca 2017 r.

Temat XI Forum – **Mosty międzypokoleniowe**
Patronat Honorowy – Prezydent Miasta Legnica

W pięknej auli CKZiU w Legnicy spotkali się przedstawiciele 21 dolnośląskich UTW. Uczestników FORUM powitała pani Izabela Stasiak-Kicielińska – dyrektor CKZiU. Wśród zaproszonych gości byli przedstawiciele Departamentu Zdro-

wia i Promocji Województwa Urzędu Marszałkowskiego Województwa Dolnośląskiego, Urzędu Miasta Legnica, Federacji UTW z siedzibą we Wrocławiu oraz Rady ds. Polityki Senioralnej przy Ministerstwie Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej.

„Mosty międzypokoleniowe" budowali z jednej strony – Pełnomocnik Marszałka WD ds. Młodzieży – pan Krystian Urban, z drugiej – pani Walentyna Wnuk – Doradca Urzędu Miasta Wrocław ds. Seniorów i Przewodnicząca Miejskiej Rady Seniorów w Legnicy pani Barbara Galant.

Wykład nt. „Dialog międzypokoleniowy – razem wczoraj, dziś i jutro" wygłosiła dr Walentyna Wnuk, podkreślając, że dialog to wzajemna wymiana myśli co najmniej dwóch osób z poszanowaniem prawa do podmiotowości uczestników dialogu. Każdy z uczestników ma prawo do własnych poglądów. Dialog to wzajemne poznanie się, zrozumienie, zbliżenie się osób. Istotą dialogu jest wolny udział, tolerancja innego, a także konieczność uważnego słuchania nie tyle słów, co ich sensu. Prowadzenie dialogu to budowanie dobrych relacji międzypokoleniowych.

„Po co nam dobre relacje międzypokoleniowe?". Odpowiadając na to pytanie dr Walentyna Wnuk mówiła: „Aby być, aby żyć, aby działać wspólnie, zrozumieć współzależność międzypokoleniową, rozwijać się wzajemnie, poznawać się, poznawać swoje pasje. Aby łamać stereotypy, uczyć się dialogu, walczyć z ageizmem i gerontofobią. Zachować ciągłość rodziny i rozwoju społeczeństwa". Jako przykład budowania dobrych relacji międzypokoleniowych przedstawiła program edukacji społecznej, realizowany w placówkach oświatowych we Wrocławiu – projekt „Wrocław – miasto pokoleń – edukacja do starości i w starości." Celem tego programu jest zmiana świadomości, przedstawianie starości jako naturalnego etapu rozwoju człowieka; dzielenie się dojrzałością, mądrością życiową; wskazywanie na konieczność wzajemnych działań opiekuńczych, uświadomienie, że potrzeby ludzi starszych nie różnią się wiele od potrzeb innych pokoleń. Program zyskał miano złotej praktyki i wpisany został, w dowód uznania, do „Złotej Księgi Dobrych Praktyk na Rzecz Społecznego Uczestnictwa Osób Starszych".

Kończąc wykład dr Walentyna Wnuk przytoczyła pewien cytat L. Dyczewskiego: *„Ludzie starzy są dla młodych tym, czym korzenie dla korony drzewa: I jak korona drzewa jest tym bardziej bogata, ciekawa i piękna, im dalej jej gałęzie wychodzą poza korzenie, a jednocześnie im ściślej są z nimi związane, tak i młode pokolenie w społeczeństwie tym lepiej i wszechstronniej rozwija się, im dalej wybiega poza osiągnięcia pokolenia poprzedniego, a jednocześnie, im ściślejszą łączność utrzymuje z jego duchowym i materialnym dorobkiem".*

Dyskusje panelowe

Po wysłuchaniu wykładu uczestnicy XI Dolnośląskiego FORUM UTW wzięli udział w 4 panelach dyskusyjnych. Przedstawiciele poszczególnych paneli zaprezentowali wyniki dyskusji.

W panelu „Spełniamy marzenia" wypracowano „mapę marzeń", np. „Chcę być zdrowa, nie chcę się zmieniać, mieć dobry wygodny dom, chcę napinać mięśnie nie tylko we śnie. Mamy prawo do marzeń".

Panel „Aktywność fizyczna łączy": Dobrze jest uczestniczyć w zajęciach sportowych razem z dziećmi i wnukami, uczmy się jak zwiedzać kraj, jak przygotować się do wycieczki i przekonanie, że sport można uprawiać „do setki".

Panel „Przyjaciele zwierząt": Zwierzęta łączą pokolenia, zwierzę nie jest niewolnikiem, zwierzę kocha bezinteresownie – należy odpłacać empatią.

Panel „Wspólny stół": Stół – najważniejszy mebel w domu, miejsce spotkania rodziny, łączy pokolenia – przyjaciół – członków rodziny, zaprosić osobę samotną do wspólnego stołu. Wspólny stół uczy kultury bycia, słuchania, wyrażania swoich emocji, łagodzi obyczaje. Przy stole poznajemy tradycje, obyczaje, poznajemy historię rodziny. W tym panelu pojawili się uczniowie CKZiU z klasy o profilu gastronomicznym i zaprezentowali zrealizowany projekt edukacyjny „Czas na zdrowie", który dotyczył zdrowego żywienia. Interesującą częścią prezentacji były wiadomości na temat „chemicznej iluzji" w produktach żywieniowych.

Wyniki konkursów

Organizatorzy, przygotowując program XI FORUM UTW, zaprosili słuchaczy uniwersytetów trzeciego wieku do udziału w konkursie literackim „Humor łączy pokolenia" i do udziału w konkursie plastycznym „Mosty łączą pokolenia". Wyniki konkursu ogłoszono w trakcie obrad.

Konkurs plastyczny:
- I miejsce: Maria Surmna – UTW w Legnicy, za pracę „Złota jesień";
- II miejsce: Jadwiga Butrym – UTW w Szklarskiej Porębie, za pracę „Życie jest sztuką";
- III miejsce: Stanisława Kaleta – UTW w Legnicy, za pracę „Razem możemy więcej".

Konkurs literacki:
- I miejsce: Maria Marchwicka – UTW w Uniwersytecie Wrocławskim, za esej „Maturalna przygoda";

- II miejsce: Jadwiga Butrym – UTW w Szklarskiej Porębie, za pracę „Rowerowe szaleństwo";
- III miejsce: Danuta Danielewicz – UTW w Legnicy, za pracę „Znaki czasu".

Każde FORUM Uniwersytetów Trzeciego Wieku jest wydarzeniem społecznym i służy wymianie doświadczeń. XI FORUM, zorganizowane przez Legnicki Uniwersytet Trzeciego Wieku przy CKZiU w Legnicy, było okazją do wymiany spostrzeżeń dotyczących relacji międzypokoleniowych. W podsumowaniu spotkania podkreślono, że:

- relacje międzypokoleniowe są nieodłącznym elementem historii społeczeństw,
- od wieków trwa dialog między starymi i młodymi,
- kolejne generacje wywierają wpływ na siebie,
- „sztafeta pokoleń" będzie trwać i trwać i...
- „mosty międzypokoleniowe" można budować na wiele sposobów.

W Legnicy na XI FORUM DOLNOŚLĄSKICH UTW zaproponowano: wspólne pasje sportowe, wspólny stół, przyjaźń ze zwierzętami, realizację marzeń i zainteresowań.

Dr Walentyna Wnuk, dziękując Organizatorom za przygotowanie i przeprowadzenie spotkania uniwersytetów trzeciego wieku, zaprosiła na „II Dni Gerontologii – Wrocław 2017", które odbędą się w dniach 17-18 października 2017 roku we Wrocławiu i obejmą: interdyscyplinarną konferencję naukową; prezentację dobrych praktyk pracy z seniorami; sesję plakatową oraz imprezy towarzyszące (bliższe informacje zostaną przekazane zainteresowanym).

Pani Izabela Stasiak-Kicielińska – dyrektor CKZiU podziękowała za uczestnictwo w obradach FORUM i zaprosiła do wspólnego stołu na poczęstunek przygotowany przez słuchaczy klas o profilu gastronomicznym. Stoły prezentowały się pięknie i smacznie, zastawione przekąskami i potrawami przygotowanymi zgodnie z zasadami zdrowego stylu życia. Młodzi ludzie z dużą kulturą pełnili rolę gospodarzy, zachęcali, objaśniali, służyli ciekawymi przepisami.

Na wystawie rękodzieła można było obejrzeć i podziwiać prace przygotowane przez słuchaczy legnickiego UTW, szczególne zainteresowanie budziła ceramika i różnego rodzaju korale, broszki.

Legnicki UTW przy CKZiU w tym dniu obchodził także Jubileusz X-lecia swojej działalności. Delegacje poszczególnych UTW przekazały gratulacje i życzenia na ręce pani dyrektor Centrum.

Obdarowani drobnymi upominkami ufundowanymi przez Prezydenta Miasta Legnica oraz ceramiką wykonaną przez słuchaczy LUTW, z nadzieją na coraz lepsze relacje międzypokoleniowe, wyjechaliśmy z Legnicy.

I Miejsce w konkursie „Humor łączy pokolenia" na XI Dolnośląskim Forum Uniwersytetów Trzeciego Wieku.

Nagrodzona została praca słuchaczki naszego uniwersytetu. Zgodnie z regulaminem praca miała zawierać 200 wyrazów. Poniżej można zapoznać się ze zwycięskim esejem.

■ ■ ■ ■ ■

Maria Marchwicka

MATURALNA PRZYGODA

Moja córka zdawała maturę. Była bardzo dobrą uczennicą, ja jednak dość nerwowo przeżywałam jej egzaminy. Działałam w komitecie rodzicielskim i dlatego w dniu egzaminu pisemnego zostałam wybrana do pełnienia dyżuru na terenie liceum.

Dyżur przebiegał spokojnie do momentu, gdy z sali wyszła blondynka z pięknym warkoczem, ubrana w białą bluzkę i granatową spódniczkę. Podeszłam do niej i mówię: mam tu ściągi, daj je, proszę, mojej córce Iwonce, znasz ją, prawda?

Odpowiedziała, że tak i że spełni moją prośbę. Uspokoiłam się, wróciłam do sali, gdzie dyżurowali rodzice i dumna z siebie poinformowałam, że ściągi dotarły na salę.

W skupieniu czekaliśmy końca egzaminu. Wśród wychodzących z sali maturzystów zobaczyłam Iwonkę. Za nią wyszła dziewczyna, której dałam ściągi. Uśmiechnęła się do mnie, a ja zapytałam po cichu córkę, kim jest ta uczennica. – To pani od angielskiego, miała dyżur na sali i pilnowała, żeby nikt nie ściągał. Och...! Podeszłam do pani od angielskiego i przeprosiłam, że wzięłam ją za uczennicę, no i za te nieszczęsne ściągi. Ale ona powiedziała: – pani sprawiła mi wielką radość i komplement, biorąc mnie za uczennicę. Co do ściągi – przecież Iwonka jest bardzo dobrą uczennicą, zrobiła wszystkie zadania samodzielnie i to jeszcze przed czasem.

■ ■ ■ ■ ■

Magda Wieteska

LITERACKI DEBIUT DZIENNIKARZY UTW w UWr

Książka – uczy, bawi, wychowuje. To znany slogan, ale w czy w dzisiejszych czasach wciąż prawdziwy, aktualny? Czytamy coraz mniej, a jeszcze mniej od nas, dorosłych, czytają dzieci. Nie ma w tym nic dziwnego, to nawet pewna prawidłowość, bo potrzebę obcowania ze słowem pisanym wynosi się z domu. Czyli czym skorupka za młodu nasiąknie...

Wychowywane na „piśmie obrazkowym" dzieci wracają tym samym do czasów starożytności i w tym przypadku absolutnie nie jest to pochwała dawnej epoki. W autobusach i tramwajach próżno szukać młodych zaczytanych w książkach, podróż pokonuje się, owszem, z nosem, lecz nie w książce, a telefonie. Smartfon zastępuje wszystko i jest nośnikiem nie tylko komunikacji, ale rozrywki, informacji. Posłuchamy na nim muzyki, obejrzymy filmy, przeczytamy wiadomości z kraju i ze świata, połączymy się online ze znajomymi.

Dziś już uczniowie pierwszych klas podstawówek mają nowoczesne telefony. Jeszcze nie umieją zbyt dobrze pisać ani czytać, za to są biegli w elektronicznych grach i komunikacji za pomocą emotikonów, tzw. emotek. Znak mniejszości i cyfra trzy zastępują tradycyjne „kocham cię" – wpisując je na ekranie smartfona, otrzymamy serce. Naciskamy „wyślij" i adresat naszej wiadomości powinien być szczęśliwy z przesłanego wyznania.

Iskra, czyli przypadek

Można narzekać na współczesne czasy, negować dzisiejsze wynalazki albo dostosować się do e-świata, tylko w duchu tęskniąc za latami, w których rolę kontaktów online pełniły kontakty twarzą w twarz, ludzie nie umawiali się na rozmowę przez telefon, a po prostu wpadali do siebie wzajemnie, spotkania towarzyskie odbywały się w domach, a nie klubach i gdy wszystko było pewnie zwyczajniejsze, ale znacznie bardziej proste i ludzkie.

Można złorzeczyć na to, że dzieci wpatrzone w smartfony, ale można też pokazać to, co trudno zmienić, z innej strony. Właśnie tak zrobili uczestnicy warsz-

tatów dziennikarsko-literackich na UTW w UWr prowadzonych przez autorkę niniejszego tekstu.

Pomysł zrodził się przypadkiem. Usłyszawszy od znajomego fotografa o konkursie na bajkę roku organizowanym przez znany, duży koncern spożywczy, słuchacze i słuchaczki warsztatów zasiedli do pisania. Pomysł na lejtmotyw bajki, która wkrótce przybrała rozmiar książki, jest autorstwa Beaty Chłap. Ona też wymyśliła głównych bohaterów – zarówno tych z ludzkiego, jak i wirtualnego świata.

Dziadkowie – wnukom

Nie chcąc zdradzać fabuły nadmienię tylko, że książka dedykowana jest dzieciom w wieku wczesnoszkolnym. Odnajdą w niej znany im „smartfonowy" świat, tyle że w nieco innym wydaniu. To lektura o edukacyjnym przesłaniu, której akcja toczy się w większości we Wrocławiu. Bohaterowie wędrują wrocławskimi ulicami, poznają wrocławskie zabytki, ciekawe miejsca, turystyczne atrakcje stolicy Dolnego Śląska. Odwiedzają też nasz UTW. Ale nie tylko, bo mają okazję poznać mocno zapomniane już, a kiedyś tak bardzo popularne, zabawy na świeżym powietrzu oraz nabyć umiejętności, które posiedli w dzieciństwie ich rodzice i dziadkowie.

Przed wydaniem

Autorzy pracowali nad książką niecały rok. Czasem nowe odcinki nawiązywały do poprzednich, czasem były osobnymi historiami, które zgrabnie wpisały się w pozostałe fragmenty. To wielka, bardzo twórcza praca wszystkich Autorów (wymieniam ich w kolejności, w której widnieją w książce): Beaty Chłap, Łucji Dydyny, Ireny Kawczyńskiej, Aleksandry Wrzos, Teresy Dźwigałowskiej, Krystyny Błońskiej, Marii Marchwickiej, Mai Garczyńskiej, Łukasza Kalecińskiego, Ewy Konigsman, którym z tego miejsca bardzo dziękuję i jeszcze bardziej gratuluję. Pokazaliście Państwo, że mimo odmiennych czasem poglądów oraz różnej interpretacji zdarzeń możliwa jest twórcza współpraca. Współpraca, której efekty, mam nadzieję, wkrótce zobaczą wszyscy. Książkę pt. *Mój przyjaciel smartfon* planujemy bowiem wydać.

Specjalnie dla czytelników „Kuriera" zamieszczamy przedpremierowy fragment.

■■■■■

Ewa Konigsman

INTEGRACJA

Zbliżało się południe. Od kilku godzin Jaś, wspólnie z Małgosią, na próżno usiłują wymyślić jakieś mądre i pożyteczne zajęcie. Problem w tym, że nic konkretnego nie przychodzi im do głowy.

Po pewnym czasie Małgosia oświadcza: – Mam dość główkowania. Wycofuję się. Jak coś wymyślisz i będę potrzebna, daj znać.

Cicho wyszła z pokoju.

– Możesz rezygnować, ja nie zamierzam się poddać – bardziej do siebie powiedział Jaś.

Brak jakiegokolwiek pomysłu bardzo go przygnębiał.

Dla odprężenia chwilę poczytam, postanowił. Podszedł do regału z książkami. Na dolnej półce czekały nowe, jeszcze nieczytane pozycje. Delikatnie wyjął ulubione „Tajemnice Mostu", drugi tom z serii „magiczne Drzewo".

Z ulubioną książką usiadł w wygodnym fotelu. Aby kontrolować czas sięgnął po smartfona. Po chwili telefon zamigotał barwą kolorów i na ramię Jasia wskoczyli Fonik i Fonka.

– Super, że jesteście, nawet razem, co niezbyt często się zdarza – uśmiechnął się Jaś.

– Jesteśmy oboje – odezwała się Fonka – gdyż znamy twój problem. Nie martw się, wspólnie wszystko rozwiążemy, od tego są przyjaciele.

– Tylko jak? – niepewnie zapytał chłopiec. I szybko dodał: – Sorry, wierzę w was. Jesteście wspaniałymi przyjaciółmi. Dzięki wam razem z Małgosią poznaliśmy wiele pięknych i ciekawych miejsc we Wrocławiu i okolic. Ale ja... my...

– Tak, tak, wiemy – przerwał Fonik. – Tym razem marzycie o połączeniu przyjemnego z pożytecznym, prawda?

– Raczej pożytecznego z przyjemnym – uściślił Jaś.

– W takim razie szkoda czasu na gadanie – wtrąciła Fonka. – Wołamy Małgosię i zaczynamy działać! Po czym zapytała Jasia: – Znasz słowo INTEGRACJA?

– Nooo.. nie bardzo, ale co to ma do rzeczy? – zdziwił się chłopiec.

– Oj, ma i to dużo. Posłuchaj uważnie – powoli zacytowała treść: „Integracja – scalić, czyli tworzyć całość. Są to relacje pośród grupy osób, polegające na wzajemnym szacunku, poznawaniu siebie oraz współpracy. Integracja może zachodzić pomiędzy dziećmi, osobami w każdym wieku oraz pomiędzy różnymi grupami społecznymi".

Przy ostatnim zdaniu zjawiła się Małgosia, toteż Fonik zdecydował: – Przygotujcie się, wyruszamy!!!

Po chwili zdumione dzieci oglądały wnętrze ogromnego budynku. W przestronnym holu było mnóstwo ludzi. Dzieci dziwiła ich duża rozpiętość wiekowa. Wśród licznej młodzieży przeważali ludzie starsi, którzy pokonując schody, wspinali się na piętro.

– Jesteśmy w gmachu Uniwersytetu Wrocławskiego przy ul. Dawida – objaśniła dzieciom Fonka. – Tu młodzież uczy się na różnych, dziennych i zaocznych, kierunkach. Natomiast osoby starsze są słuchaczami Uniwersytetu Trzeciego Wieku, który też mieści się w tym budynku. W wielu miastach w Polsce są podobne uniwersytety dla seniorów. Ten powstał jako drugi w kraju (po warszawskim). Istnieje już ponad 40 lat. Słuchacze korzystają z wielu ciekawych zajęć, co pozwala, aby każda z ponad 700 osób znalazła coś interesującego dla siebie.

Dzieci z wielką uwagą słuchały Fonki.

– Ale co z tą integracją? – nieśmiało wtrącił Jaś.

– Racja – odezwał się Fonik. – Dużo i długo można opowiadać o działalności seniorów na U3W, ale czas nagli.

Nie minął moment, gdy dzieci znalazły się w dosyć dużej auli, wypełnionej do ostatniego miejsca przez starsze osoby. Już wiedziały, że to słuchacze UTW – kilka osób znały z widzenia. To mieszkańcy tego, co oni, osiedla.

– W tej auli odbywają się cykliczne wykłady – szepnął Fonik. – Wprawdzie wykład już się skończył, jednak nikt nie wychodzi, bo za chwilę... Zresztą sami popatrzcie – dokończył.

W tej chwili na scenie rozpoczęło się niezwykłe widowisko. Dzieci, pełne zdumienia, podziwiały wykonawców. Seniorzy i młodzi studenci ukazali całe piękno w przedstawieniu „Syn Marnotrawny".

Po występie dzieci gorąco oklaskiwały artystów.

– To było wspaniałe przeżycie i nareszcie zrozumiałem słowo „integracja" – powiedział Jaś.

– Skoro tak – odezwał się Fonik – to dzisiaj na tym zakończymy. Następnym razem pokażemy wam więcej ciekawostek w UTW.

Jasiu zamierzał dopytać przyjaciół o kilka szczegółów w sprawie integracji, niestety usłyszał, że ktoś go woła. Przez chwilę przecierał zaspane oczy, wreszcie zrozumiał, że to Małgosia wróciła i go woła.

– Dobrze, że jesteś – ucieszył się Jaś. – Już wiem, co dobrego możemy robić!

Szczegółowo opowiedział o integracji. Szybko ustalili, co będą robić w czasie wolnym.

– Rodzice pochwalą naszą pomoc starszym osobom – stwierdziła Małgosia.

A Jaś dodał: – Kupno leków, drobne zakupy czy wyniesienie śmieci – dla nas to nic wielkiego, dla osób starszych często jest problemem.

W myślach słyszał już słowa rodziców: – Naprawdę jesteśmy z was dumni.
To samo pomyślała Małgosia.
Razem popatrzyli na smartfona, który mrugał kolorowym światłem.

■■■■■

Maja Garczyńska

NOWE PASJE

Zajęcia w naszym uniwersytecie są bardzo ciekawe i różnorodne. Umożliwiają aktywne spędzenie wolnego czasu, a przy tym rozwijają nowe zainteresowania. Do takich wyjątkowych zajęć należą WARSZTATY DZIENNIKARSKIE, prowadzone już od trzech lat przez panią mgr Magdę Wieteskę.

Pani Magda jest doświadczoną dziennikarką, która zaraziła nas bakcylem pisarstwa. Są to nasze ulubione zajęcia, bardzo nowatorskie. Myślę, że w żadnym UTW słuchacze nie mają okazji zapoznać się z warsztatem dziennikarskim w sposób praktyczny. Poznajemy różne formy przekazu, takie jak: felieton, sonda, wywiad, reportaż, recenzje filmowe czy teatralne. To się wiąże ze wspólną wyprawą do kina czy teatru. Później prowadzimy zażarte dyskusje, ponieważ najczęściej mamy różne interpretacje tych samych problemów. Napisane recenzje i inne artykuły często zamieszczane są w „Gazecie Senior", z którą współpracujemy. Oprócz zajęć poznawczych czy spotkań z ciekawymi osobami (redaktorami, fotografem) mamy też zajęcia w formie zabawy. Odgadujemy postaci zakamuflowane w lakonicznych opisach czy wyrazach bliskoznacznych, przygotowanych przez panią Magdę. Pracując w grupach, z podanych, krótkich zdań układamy różne teksty. Jedna grupa pisze historię o zabarwieniu kryminalnym, następna dopisuje do tego np. romans, a kolejna dodaje opowieść humorystyczną. Jest przy tym dużo śmiechu. Oprócz świetnej zabawy warsztaty te rozwijają naszą kreatywność, a przy okazji poprawiają naszą sprawność umysłową, ćwiczą nasz mózg.

Jednak największym – według mnie – naszym wspólnym osiągnięciem jest napisanie przez nas książki dla dzieci. Ale o tym innym razem.

Ostatnio, z podanych zdań w przypadkowej kolejności, o różnym zabarwieniu tematycznym, takich wyrwanych z kontekstu, należało ułożyć logiczną całość. Część osób podała to w formie wiadomości albo w formie listu relacjonując zdarzenia. Ja próbowałam ułożyć z tego opowiadanie. Podane zdania ułożyłam w wybrany dla siebie sposób, ale nie zmieniłam ich formy i znaczenia. Są cytowane dosłownie i podkreślone, aby ułatwić prześledzenie zdań, które należało wykorzystać.

Czas na zmiany

Jest niedzielny poranek. Karolina wstała w dobrym humorze. Jak dobrze w spokoju zasiąść do śniadania i wypić kawę w swoim ulubionym kubku, pomyślała i włączyła radio. Do pełni szczęścia brakowało jej dobrej muzyki. Przerwano muzykę, aby nadać komunikat: „W okolicach ujścia Wisły do Bałtyku wystąpiło rzadko obserwowane w Polsce zjawisko, które może doprowadzić do całkowitej degradacji unikatowego ekosystemu, objętego ochroną NATURA 2000". Burmistrz porównywał walkę o odrodzenie miasta do bitwy. Karolina ze złością wyłączyła radio. Znów ci pseudoekolodzy, jak nie tunele dla ślimaków, to „wycinka w Białowieży"...! Z drugiej strony to ciekawe, ponieważ zawsze mówiono, że ogólna świadomość Polaków o zagrożeniach zdrowotnych w górach jest słaba. Teraz przeniesiono zagrożenie nad morze. Mam tego dość! Gdyby nie ostatnie problemy, może ten zwykły komunikat tak bardzo nie wytrąciłby jej z równowagi.

Karolina była piękną, elegancką, młodą kobietą. Ostatnio trafiła na okładki magazynów, gdy zdradziła, że znany piłkarz nękał ją wiadomościami. Owszem „byliśmy znajomymi, ale on czasami przekraczał granice" – przypomniała. Na dodatek, ze względu na nieustające wiadomości, w sprawę włączył się narzeczony. Teraz zaręczyny wiszą na włosku. I jeszcze ta wredna konkurencja w jej firmie! Jako dyrektor handlowy była odpowiedzialna za sprzedaż. Ekspansja polskich marek kosmetycznych nie skończy się na Wielkiej Brytanii – słowa naczelnego – należy pozyskać Wschód: prawie wszyscy wiemy, że pochodzą z Wietnamu – należy z tym skończyć. Teraz firma ma zwiększyć wysiłki, aby przystosować się do zmian na rynku. Wiadomo, że potrzebne nowe środki finansowe, a to już jej problem. Jak na razie pieniądze w ten sposób pożyczają przede wszystkim firmy i banki, ale jak długo da radę to ciągnąć? –pomyślała.

Czas na zmiany – w myślach słyszy głos przyjaciółki. – Niewiele jest miejsc na ziemi, gdzie można poczuć się równie wolnym jak w Norwegii, od razu zauważysz zmiany w swoim codziennym życiu, zawsze jest dobra pora, by zacząć mówić w obcym języku – to argumenty Magdy. O Boże, ten straszny język i ta wieczna zmarzlina! Jak być elegancką, seksowną dziewczyną na tym lodowcu? Na to też miała Magda odpowiedź: – Elegancka zimą? To możliwe! Płaszcze i dodatki, które grzeją i dodają szyku.

O nie, nie, nie! Zdecydowanie wolę ciepło. Spokojne, nieduże miasteczko na włoskiej wyspie, wspaniałe jedzenie, zdrowe powietrze. Tak, to brzmi jak marzenie.

Karolina poddała się myślom, już widziała plażę i to lazurowe morze. Powrócił spokój i radość z wolnej niedzieli.

■ ■ ■ ■ ■

Ewa Konigsman

„LEGO ERGO SUM"

Czytam, więc jestem. Ten cytat to parafraza sentencji Kartezjusza „Cogito ergo sum", zatem – jeżeli czytam – myślę. (Jednak) „poziom czytelnictwa w Polsce, mierzony metodami Biblioteki Narodowej nie jest powodem do chwały. Z ankiet przeprowadzonych na 3 tys. osób wynika, że 36% respondentów w 2016 roku nie przeczytało ani jednej książki".

Jest to fragment artykułu z „Newsweeka" z ubiegłego roku zamieszczony w internecie.

Niejakim pocieszeniem może być czytelnictwo wśród seniorów. Przykładem są oczytani słuchacze UTW w Uniwersytecie Wrocławskim. W tym miejscu należy podkreślić o czytaniu nie tylko „sobie a muzom", bowiem istotne znaczenie ma w tym wypadku dzielenie się z innymi uwagami, spostrzeżeniami itp. Taką możliwość stwarzają słuchaczom grupy czytelnicze, np. sekcja Przygoda z książką, Warsztaty Dziennikarsko-Literackie, Grupa Dyskusyjna. Rozmowy w miłym gronie, w tym wymiana zdań, opinie, wniesienie własnych odczuć pozwalają na głębsze zrozumienie treści i sensu tego, co czytamy.

Przygoda z książką

Jako przykład podam sekcję Przygoda z książką, do której należę czwarty rok. Przewodniczącą jest Stefania Gorgoń. Wspólnie wybieramy tzw. lekturę obowiązkową i omawiamy jej treść. Dyskusja nie polega na recenzji książki. Stenia wynajduje i zadaje pytania, które wymagają wnikliwego i uważnego czytania. Często są to niuanse, jednak przy głębszej analizie okazuje się, że niezwykle ważne. Dzięki temu przeczytaną książkę dłużej się pamięta.

Warsztaty Dziennikarsko-Literackie

Pragnę również wspomnieć o Warsztatach Dziennikarsko-Literackich, w których biorę udział od tego roku. Pani Magda Wieteska, prowadząca warsztaty, i koleżanki z dłuższym stażem tworzą wspaniały zespół.

Przyznaję, iż miałam tremę przed wejściem na zajęcia. Ale już na pierwszym spotkaniu obawy zniknęły, bowiem zaakceptowano mnie bez żadnego „ale". Biorąc pod uwagę wyedukowane koleżanki – wiem, że mam pewne braki. Nie ma to

jednak większego znaczenia – panująca tutaj atmosfera jest naprawdę wspaniała. Zaległości pewnie nie nadrobię, toteż bieżące wiadomości staram się pilnie przyswajać.

Z własnego doświadczenia wiem, iż łatwiej jest pisać „do szuflady". Zatem bardzo doceniam fachową i życzliwą pomoc pani Magdy, dzięki czemu w pisaniu poczułam się pewniej.

Na koniec mała dygresja – w każdym roku słuchacze UTW otrzymują bogaty i różnorodny harmonogram zajęć. Korzystajmy więc z tej oferty. Tylko w ten sposób możemy okazać szacunek i wdzięczność kierownictwu, zarządowi, wykładowcom oraz prowadzącym zajęcia, którzy poświęcają nam swój cenny czas.

■■■■■

Aleksandra Wrzos

CHOREOTERAPIA – DLA CIAŁA I DUSZY

Grupa uczestniczek warsztatów dziennikarskich, pod kierownictwem pani Magdy Wieteski otrzymała zadanie domowe pt. „Moje życie na emeryturze". Nasze opowieści zostały opublikowane w styczniowym numerze „Gazety Senior". Ja w swojej opowieści zamieściłam m.in. opis odczuć, towarzyszących nam, uczestniczkom zajęć, nazwanych „terapia tańcem".

O „terapii" słyszałam już na pierwszym roku. Same entuzjastyczne opinie. Niestety, obowiązkowe zajęcia dla „pierwszaków" uniemożliwiły mi wówczas uczestnictwo w tych warsztatach. Stało się to dopiero na drugim roku.

Zajęcia odbywają się w Szkole Tańca „Diament" przy ul Stargardzkiej 15. Właścicielem szkoły i prowadzącą naszą „terapię" jest pani Halina Kwolek. Choreograf, pedagog, dyplomowany nauczyciel tańca z wieloletnim doświadczeniem zawodowym. Dodatkowo członkini Polskiego Towarzystwa Tanecznego, Królewskiego Towarzystwa Nauczycieli Tańca Wielkiej Brytanii, sędzia tańca towarzyskiego oraz trener sportowych par tanecznych, w tym mistrzów Polski.

Za tą obszerną listą tytułów i przynależnością do stowarzyszeń, wymagających spełnienia określonych kryteriów stoi uśmiechnięta, pełna wigoru i ciepła kobieta 50+. Tańczyć zaczęła w wieku pięciu lat i trwa to do dzisiaj. Taniec jest jej pasją i sposobem na życie.

W rozmowie z panią Haliną Kwolek dowiedziałam się, że pierwszy klub taneczny, wówczas uczelniany, założyła jeszcze jako studentka pedagogiki, w 1979 roku, w siedzibie, w której pobierała „nauki", czyli w Instytucie Psychologii i Pe-

dagogiki Uniwersytetu Wrocławskiego przy ulicy Dawida 1/3. Zajęcia odbywały się w auli na drugim piętrze, w tej, w której my teraz mamy co poniedziałkowe wykłady.

Z propozycją poprowadzenia zajęć dla słuchaczy UTW zwróciła się do pani Kwolek założycielka pierwszego we Wrocławiu UTW przy Uniwersytecie Wrocławskim i przez wiele lat kierowniczka tegoż UTW, pani doktor Walentyna Wnuk. Współpraca ta trwa już prawie czternaście lat.

Od jednej sali do kolejnej

Pani Halina już wtedy uznała, że zajęcia powinny odbywać się w formule terapii tańcem, nazywanej choreoterapią, której zasady poznała na jednym z licznych kursów, które miała za sobą.

Choreoterapia jest skierowana do ludzi w każdym wieku, ale podejmując się prowadzenia warsztatów dla osób po sześćdziesiątce, zdawała sobie sprawę, że to najlepsza i najbezpieczniejsza dla nich forma ruchu. Potem, kiedy ilość słuchaczy UTW zaczęła rosnąć w postępie geometrycznym, musiała oddać swoją dotychczasową salę taneczną studentom. Tym z UTW i tym dziennym z uniwersytetu. Przeniosła się więc do odpowiedniej sali w skromnym hotelu przy ul. Bocznej, by po latach wynajmowania pomieszczeń do pracy, czyli nauki tańca, stać się w 2015 roku szczęśliwą właścicielką przystosowanego nareszcie do jej potrzeb obiektu. Przy wspomnianej już wcześniej ulicy Stargardzkiej 15. Nosi on nazwę Szkoła Tańca „Diament".

Dobroczynny wpływ muzyki

Wracając do porzuconego wątku „terapii". Jak napisałam w mojej opowieści, czułam, że taki rodzaj ruchu jest właśnie dla mnie. Osoby niepotrafiącej być spontaniczną, skrępowanej obawami przed ujawnianiem emocji. Po pierwszych zajęciach wiedziałam, że był to strzał w dziesiątkę. Wszystko wyglądało tak, jak sobie wyobrażałam. Ogromna sala taneczna, piękna muzyka rozbrzmiewająca w tej przestrzeni jak w sali koncertowej, atmosfera niczym nieskrępowanej swobody i wzajemnej sympatii.

Terapia tańcem, czyli choreoterapia, zalecana jest i stosowana przez niektórych terapeutów jako metoda leczenia. O ileż przyjemniejsza od doszukiwania się w powadze, oko w oko z psychoterapeutą, traum z dzieciństwa czy przyczyn niepowodzeń na wszystkich polach w późniejszym wieku.

„Muzyka, ruch, taniec" to jej sekret. Choreoterapia uzdrawia duszę. To subtelne połączenie dobroczynnego wpływu muzyki oraz ruchu zarówno na ciało, jak i psychikę" – jak przeczytałam na portalu poświęconemu zdrowiu i medy-

cynie naturalnej. Potwierdzam te słowa w całej rozciągłości jako osoba, która osobiście tego doświadcza w każdą środę.

Relacje z innymi

W choreoterapii istotne jest to, że nie trzeba mieć żadnego przygotowania tanecznego. Zajęcia opierają się głównie na tańcu naturalnym. Jej celem jest nie tylko mechaniczna nauka prostych kroków, ale kontakt ze sobą, własnym ciałem, a także z innymi uczestnikami. Ten ruch uczy nas bowiem nawiązywania relacji z ludźmi. Czy to poprzez taniec w kręgu, czy w zmieniających się, w przypadkowy sposób parach. W czasie tańca pracują wszystkie mięśnie, ciało się rozluźnia. Zapominamy o problemach, potrafimy oddać się czystej przyjemności.

Mało jest ludzi, którzy nie lubią tańczyć. Mają oni oczywiście prawo do innych, ulubionych form relaksu. Słuchania muzyki, jazdy na rowerze, chodzenia po górach czy marszów z „kijkami".

Ale ja osobiście, uczestnicząc w zajęciach terapii tańcem, uzmysławiam sobie, że należę do grupy ludzi, którym pierwotni przodkowie, ci z zarania dziejów, przekazali w genach potrzebę do wyrażania tańcem swoich próśb i zaklęć.

■■■■■

Beata Chłap

DZIEŃ POWSZEDNI W UTW

Na korytarzach ruch. Młodzież studencka spieszy do sal wykładowych, a ta „bardziej dorosła" do pomieszczeń UTW.

Zarząd, Sekretariat, dyżurni, plansze fotograficzne, plany zajęć, wycieczek i imprez ułatwiają wybór zajęć zgodnie z zainteresowaniami, a także pomagają w odpowiedzi na pytania kwalifikacyjne (co chcę robić i co mogę zrobić dla społeczności uniwersyteckiej) kandydatom do naszego UTW. Dyżurni przypominają: zbliża się godz. 12.00, czas na ciekawy wykład o historii Wrocławia. Tematy wykładów dotyczą wielu dziedzin, takich jak filozofia, psychologia, zdrowie, muzyka, a nawet dobry humor, i cieszą się ogromnym zainteresowaniem. Aula pęka w szwach. Część zajęć odbywa się w naszej skromnej powierzchni, część w różnych obiektach Wrocławia, większość w uniwersyteckich salach wykładowych. Zajrzyjmy do kilku.

Guten Morgen

Pierwsze piętro. Klub języka niemieckiego. Dzisiejszy temat – zgadywanki: „Zgadnij, co to?". Na tablicy hasła: geografia, fauna, flora, film, muzyka. Zadanie – odgadnij, przy pomocy pytań pomocniczych, jaki wyraz kryje się pod hasłem. Punktacja wyłania zwycięską grupę. Tematy zajęć – wycieczki, filmy, książki, marzenia zmuszają do przełamania oporów w mówieniu po niemiecku i wzbogacają słownictwo.

Z wielu sal wykładowych dobiegają powitania w języku francuskim, angielskim, rosyjskim, włoskim.

Chcemy być zdrowi

Przed pięknym budynkiem naszego Uniwersytetu stoi grupa osób z kijkami do nordic walking. To seniorzy preferujący działania prozdrowotne. Chodzą na wszystkie rodzaje gimnastyk, terapię tańcem, gimnastykę mózgu i inne zajęcia ruchowe.

Nasze pasje

Realizujemy swoje pasje w warsztatach teatralnych, malarskich, Przygodzie z książką, turystyce, sekcji fotograficznej, brydżowej i rękodzielniczej. Pomysłowe i bardzo piękne ozdoby świąteczne, serwetki, kartki przyciągają wzrok na organizowanych wystawach.

Sursum corda

To chór, który jak kabaret, Teatrzyk Poezji i inne formy teatralne uświetniają uroczyste okazje.

Krąg dyskursywny „Okno"

„Otwieramy okna, przewietrzamy umysły". W ramach tego klubu dyskutowane są bardzo różne tematy, począwszy od sentencji łacińskich przez pierwszych, powojennych prezydentów Wrocławia, sławnych ludzi, upamiętnionych nazwami ulic, światowych kompozytorów i malarzy. Zajęcia ilustrują spektakle wykonywane przez uczestników Kręgu oraz młodzież szkolną i studencką, według scenariusza opracowanego przez naszą słuchaczkę prowadzącą zajęcia.

Uczymy się pisać

Warsztaty dziennikarskie wprowadzają w arkana sztuki dziennikarskiej słuchaczy, którzy z tą dziedziną nigdy nie mieli styczności. Prowadząca dziennikarka organizuje wspólne oglądanie filmów i ciekawych obiektów Wrocławia, które skutkują recenzjami, reportażami, felietonami, zamieszczanymi często w piśmie „Gazeta Senior", a także w naszym „Kurierze". Najnowszą pracą jest wspólnie pisana bajka edukacyjna dla 8-latków.

Warsztaty komputerowe

„Komputer to nie jeż, nie lubi tyko kawy i wszelkich płynów" – oswajają uczestników prowadzący zajęcia. Kolejne spotkania – i seniorzy wysyłają maile, odbierają pocztę, znajdują informacje. Doganiają swoich wnuków. Aktualne zajęcia to szkolenie z zakresu Facebooka. Jest to nagroda za wkład pracy przy realizacji projektu „UTW: Uczyć – Tworzyć – Wspierać", którego celem były wymiana dobrych praktyk między UTW Dolnego Śląska, szkolenie kadry dydaktycznej oraz poszerzanie wiedzy poprzez uczestnictwo w zajęciach akademickich.

Realizacja tego projektu mimo ogromu pracy przyniosła wiele pozytywnych efektów, a udział w niej satysfakcję. Szczególnie interesujące było szkolenie z organizacji wolontariatu senioralnego, który znajduje zastosowanie w organizacji naszego UTW. Większość pełnionych funkcji przez nasze koleżanki i kolegów odbywa się na zasadzie tego wolontariatu. Poświęcają oni swój czas i energię na rzecz naszej społeczności.

Opisana działalność stanowi tylko część różnorodnych form dalszego rozwoju i tylko czas ogranicza możliwości ich wykorzystania.

UTW jest lekiem na poczucie wyobcowania, samotności, które często dotykają nas po zakończeniu pracy zawodowej. Kontakty nawiązywane w grupach zajęciowych budują zbliżenie, a nawet przyjacielskie grupy w życiu prywatnym.

■■■■■

Beata Chłap

PIĘĆ POKOLEŃ POLSKICH KOBIET

„Słaba płeć, kapłanka domowego ogniska, Matka Polka" – to literackie określenia polskiej kobiety. Jakie byłyśmy, jakie jesteśmy, jakie będziemy? Porozmawiajmy.

XIX i XX wiek

Wzorcem naszych babek była „kapłanką domowego ogniska", co w realnym życiu oznaczało dom, dzieci, męża i związane z tym obowiązki. Kobieta już w wieku 50 lat była stateczną matroną w długiej ciemnej sukni, z gładko uczesanymi w kok włosami. Mówiło się do niej „proszę mamy" i całowało w rękę. Z wykształceniem bywało różnie. Mąż, którego obowiązkiem było materialne zabezpieczenie rodziny, decydował o wszystkim. Spokojne życie zburzyła pierwsza wojna światowa. Kobiety zmuszone były do najróżniejszych działań, aby uchronić dzieci od głodu. Przeżywały osobiste tragedie.

XX wiek

Nasze matki „wychodzą już z domu". Szkoła, studia, sporadycznie praca zawodowa, ale jednak z opieki rodzicielskiej przechodzą nadal pod opiekę męża i jego pobory. Rodziny wielodzietne (co rok prorok), moc obowiązków. Nadal obowiązują niemieckie 3K-Ku'rche (Kinder, Küche, Kirche – dzieci, kuchnia, kościół) i obowiązek uzgadniania z mężem wszystkich decyzji, łącznie z finansami. Trwa to do wybuchu drugiej wojny światowej, w czasie której kobiety przejmują wszystkie obowiązki mężów walczących lub aresztowanych, a także same, z narażeniem życia działają w konspiracji. Jest to początek samodzielności kobiet, choć ich część w okresie powojennym wraca do starych układów.

XX i XXI wiek

Nasze pokolenie – dzieci wojny. Dzieciństwo i wczesna młodość w warunkach okupacyjnych. Strach, represje, głód, tragedie rodzinne. Nauka w wielu różnych szkołach, miejscowościach, językach, tajne komplety. Koniec wojny. Pragnienie lepszego życia wyzwala pęd do nauki. Cel: samodzielność finansowa, a więc zawód – praca. Niestety, nic za darmo. Usamodzielnienie finansowe łączy się z przyjęciem nowych obowiązków. Niełatwo pogodzić pracę zawodową z prowa-

dzeniem domu, wychowywaniem dzieci. Ustawiczny brak czasu, częste choroby dzieci, trudności finansowe (mimo dwóch pensji), aprowizacyjne, zawirowania polityczne (stan wojenny). Ale także spotkania z grupą przyjaciół, przetańczone do rana sylwestry, urlopy. To była młodość. Koniec pracy – emerytura. Kochane wnuki. Wreszcie czas na realizację niespełnionych marzeń.

XXI wiek

Pokolenie naszych córek to pierwsze pokolenie nieznające wojny. Kobiety dążące do samodzielności zawodowej i finansowej, mądre, ciekawe świata, realizujące swoje marzenia. Szukają pracy dającej satysfakcję, zgodnie ze swoimi zainteresowaniami (choć nie zawsze się to udaje).

Pracując zawodowo żądają od swojego mężczyzny równego podziału obowiązków domowych i wychowawczych. Przykładają dużą wagę do spraw zdrowotnych i wyglądu. Wychowują dzieci, starając się o prawidłowe zasady żywienia i postępowania, poświęcając możliwie dużo czasu na przebywanie z nimi. Buntują się na dysproporcje płac i karier oraz udziału we władzach między kobiecą i męską częścią społeczeństwa.

Dorasta pokolenie naszych wnuczek. Tak jak matki usiłują zdobyć pełne wykształcenie, zgodną z predyspozycjami, satysfakcjonująca pracę, założyć rodzinę z prawidłowym podziałem ról. Są wysportowane, energiczne, konsekwentne w realizacji zamierzeń. Interesują się problemami społecznymi, kulturą i sportem. Usiłują realizować swoje marzenia, nie czekając na emeryturę.

Być może powyższe opinie spotkają się z zarzutem jednostronności, ale w każdej społeczności, tak męskiej jak i kobiecej, są grupy odbiegające zachowaniem w sensie negatywnym. Nie mogą one jednak rzutować na całą społeczność.

■ ■ ■ ■ ■

Irena Kawczyńska

ŁĄCZĄ NAS KSIĄŻKI

Cafe UTW – co kryje się pod tą nazwą? Otóż są to zajęcia czytelnicze Grupy Dyskusyjnej, po prostu grupy miłośników książek prowadzone przez mgr Ilonę Zakowicz. A nazwa powstała, gdy wyszliśmy z murów uczelni do kawiarni, w których w miłej atmosferze trwają nasze rozmowy.

To był doskonały pomysł. We Wrocławiu jest sporo kawiarenek, gdzie atmosfera i warunki sprzyjają rozmowie. To ciche i eleganckie miejsca, jak np. nasz ulubiony Salon Śląski przy pl. Uniwersyteckim.

Pamiętamy z historii i biografii, że ludzie kultury – pisarze, poeci, aktorzy od zawsze spotykali się w lokalach, by omawiać ważne i mniej ważne sprawy. Ileż nowych pomysłów, ileż utworów zapisywanych nieraz na serwetkach i karteluszkach powstawało przy takich okazjach! Może to zapach kawy działa twórczo? Na nas z pewnością też. Niby miejsce nie jest tak ważne, jak ludzie i tematy, ale dlaczego nie umilić sobie spotkań, by były nie tylko ciekawe, ale i smaczne? Książka z pewnością nie lubi jedzenia, uczy się tego od najmłodszych lat, ale zdecydowanie dobrze czuje się z kawą. Tak jak my z dobrą książką.

Schodząc z utartych ścieżek

Grupa nasza – różni jesteśmy, różną literaturę lubimy i to właśnie stwarza interesujące polemiki, wymianę spostrzeżeń i poglądów. Każdy z nas ma swoje ulubione dziedziny literatury, lecz gdy ktoś z pasją opowiada o przeczytanej ostatnio książce, wzbudza ciekawość i zdarza się, przynajmniej mnie, że sięgam po daną pozycję. Bywa, że odkrywam przy tej okazji inne pasjonujące tematy i zagadnienia, choć w pewnym wieku mamy już ugruntowane zainteresowania. Niemniej wzbogacamy się o coś nowego, schodząc z utartych ścieżek. Wzajemna wymiana zdań o przeczytanych książkach sprawdza się szczególnie, gdy mamy cykle tematyczne proponowane przez naszą prowadzącą zajęcia panią Ilonę. Dla przykładu w ostatnim semestrze mieliśmy takie: „Człowiek i zwierzęta", „Życie i śmierć", „Mózg i wszystko z nim związane". To tylko kilka przykładów, w trakcie ich omawiania padały świetne propozycje kolejnych tytułów, wzajemna wymiana zdobytych pozycji i dyskusje, niekończące się dyskusje.

Zaprzyjaźnieni z książką i ze sobą

Grupa rozrasta się, wciąż przybywa nowych pasjonatów. Warsztaty Cafe UTW to ludzie zaprzyjaźnieni z książką i ze sobą. Zauważyła też nas młodzież, bowiem na jedno ze spotkań przyszły licealistki prowadzące program o seniorach, co za kilka tygodni zaowocowało wystawą podsumowującą ich pracę, w której wykorzystały to, czego dowiedziały się w czasie naszych wspólnych zajęć i rozmów właśnie w temacie „Senior". Przyznały, że zaimponowaliśmy im. Czym, to już większy temat.

Cafe UTW to doskonałe zajęcia, mam nadzieję na ich kontynuację w takiej właśnie formie. Nie uciekamy z sal uczelni, ale wyjście naprzeciw przygodzie czy to z książką, czy ze spotkaniem ciekawego człowieka – bo i takie były na naszych zajęciach – jeszcze bardziej nas wzbogaca o nowe doświadczenia.

■ ■ ■ ■ ■

Maria Marchwicka

„TO NIE MOJE, ALE NASZE SUKCESY" – WYWIAD Z MAGDĄ WIETESKĄ

Dziennikarka z 18-letnim stażem w zawodzie, autorka książek, instruktorka warsztatów dziennikarskich i literackich. Doktorantka Uniwersytetu Wrocławskiego na kierunku pedagogika. Z Magdą Wieteską, instruktorką warsztatów dziennikarsko-literackich na UTW w UWr rozmawia Maria Marchwicka.

Maria Marchwicka: Jakim była pani dzieckiem – upartym, krnąbrnym, niefrasobliwym? Czy sprawiała pani kłopoty rodzicom?

Magda Wieteska: Nie byłam łatwa w wychowaniu. Na szczęście miałam i mam wspaniałych rodziców, dzięki którym przetrwałam „burzę" dojrzewania.

– Jak pani wspomina swój dom rodzinny? Jakie wartości wyniosła pani z niego i czy dalej jest im pani wierna?

– Mój dom rodzinny to ciepła, mądra mama i tato, o którym mówię zawsze, że jest „chodzącą encyklopedią". Wspaniali ludzie. Gdy miałam 15 lat, przestałam być jedynaczką – na świecie pojawił się mój kochany brat. Często powtarzam, że ludzi w dużej mierze kształtuje wychowanie. W moim przypadku tak było. Wyniosłam z domu ważne wartości: uczciwość, etykę pracy, poszanowanie innych. I tak, dalej tym wartościom jestem wierna, według nich wychowałam też swojego syna.

– Co zdecydowało o pani karierze dziennikarskiej? Czy było to pani marzenie, czy może wpływ innych osób?

– Nie myślałam o tym, że zostanę dziennikarką. Zawsze chciałam być aktorką, już pod koniec podstawówki szykowałam się do zdawania do liceum, w którym była klasa teatralna, chodziłam tam przez rok na warsztaty, przygotowałam nawet kilka etiud, w których zagrałam. Poszłam jednak do innego, renomowanego liceum. Ale z marzeń o aktorstwie jeszcze nie rezygnowałam. Wzięłam m.in. udział w telewizyjnym programie, w którym wcieliłam się w rolę Oleńki z „Potopu". Podobno całkiem nieźle. Potem jednak zaczęłam myśleć poważnie, czyli o „poważnych studiach". Tato wspominał o prawie, a mnie pociągała rucysystyka. Może też dlatego, że mój ukochany dziadek pochodził z Kresów, a może dlatego, że miałam akcent i rosyjskie „ł", a w szkole podstawowej uczyła mnie świetna nauczycielka – pani Jadwiga Krygier. To niesamowite, ale spotkałyśmy się, po prawie 30 latach, właśnie tu, na naszym UTW. I rozpoznałyśmy się bez najmniejszego trudu!

Ale wracając do tematu – gdy wyszłam za mąż, urodziłam synka, marzenia o aktorstwie pozostały w sferze... marzeń. I wtedy pojawił się pomysł zarabiania na życie słowem pisanym. Ponieważ miałam łatwość pisania i dużą potrzebę niezależności, zaczęłam zarabiać pisaniem tekstów, na początek recenzji filmowych, które były publikowane w prasie ogólnopolskiej. A pierwsze pieniądze z pisania dostałam już w wieku.. 13 lat, za recenzje książek w piśmie dla młodzieży pt. „Płomyk".

Gdy posłałam synka do przedszkola, dostałam etat w „Gazecie Wrocławskiej", potem przeszłam do redakcji innych gazet oraz portali internetowych. I tak już prawie 20 lat...

– Jak pani godzi te wszystkie zajęcia? Kiedy ma pani czas na odpoczynek, życie rodzinne, na przyjemności – teatr, kino?

– Często mówię, że mam szczęście w życiu – robię to, co lubię i jeszcze mi za to płacą. Mam mało czasu, ale umiem go wykorzystać. W moim przypadku praca przenika się z życiem osobistym. Gdy robię wywiady z gwiazdami filmu, muzyki, oglądam je wcześniej lub później na scenie, w przedstawieniach, słucham na koncertach. Gdy przygotowuję się do zajęć ze studentami – czytam, poszerzając swoje horyzonty. Uwielbiam muzykę, która zawsze towarzyszy mi przy pisaniu. Oglądam z moim już dorosłym, wspaniałym synem filmy, chodzimy do kina, teatru, zdarzają się nam wspólne wypady weekendowe, w wakacje. Chyba jestem wielozadaniowa – pracując np. w domu, jednocześnie robię obiad, sprzątam. W autobusach i tramwajach czytam albo słucham na słuchawkach muzyki.

– Czy odczuwa pani satysfakcję i dumę, że założyła warsztaty dziennikarskie (to był strzał w dziesiątkę!) oraz zadowolenie z grupy amatorów?

– Nieustannie! Chwalę moich „wcześniej urodzonych", jak elegancko mawia pani Irenka Gójska, studentów na prawo i lewo, szczycę się Państwem, gdziekolwiek się da. Moi „warsztatowcy" pokonali długą drogę przez te trzy lata wspólnej pracy. Są niezwykle twórczy, kreatywni, mądrzy, bystrzy, refleksyjni i dowcipni. To cechy dobrego dziennikarza i pisarza. Zresztą najlepiej świadczą o tym ich sukcesy: liczne publikacje w prasie, m.in. w „Gazecie Senior" oraz napisanie książki dla dzieci, którą wkrótce planujemy wydać. A przed nami wciąż nowe wyzwania.

– Napisała pani kilka książek. Do tego trzeba mieć talent literacki i bardzo dużą wiedzę. I to przy tak licznych obowiązkach. Proszę nam wyjaśnić, jak to się robi.

– Pierwszą książkę napisałam w pracy, po godzinach. Drugą w domu, trwało to jakiś miesiąc. Trzecią na bardzo krótkich, bo niespełna tygodniowych wakacjach, które spędzałam z mężem, synem i bratem. Nie wiem, jak to się robi, ale myślę – sądząc po sobie – że jak człowiek ma wiele zajęć, to jest bardziej zdyscyplinowany i wbrew pozorom znajduje czas na dodatkowe aktywności.

– Działa pani na UTW, prowadząc warsztaty dziennikarsko-literackie, które osiągnęły duży sukces dzięki pani pracy. Nasza grupa to amatorzy, którzy połknęli bakcyl pisania. Czy uważa pani tę działalność za swój sukces?

– Oczywiście, że tak! Ale to nasz wspólny sukces – bez Państwa zaangażowania, zaufania, bez Państwa pracy niewiele bym osiągnęła. Dzięki Wam piątki, w które mamy warsztaty, stały się moim ulubionym dniem tygodnia. Nawet gdy jestem niewyspana, czasem zmęczona, gdy tylko zobaczę znajome, uśmiechnięte twarze, od razu zmienia mi się nastrój.

– Jak to jest, że skromna osoba, pomagająca wszystkim, sama jest ciągle w ukryciu? Czy to już nie czas, aby wyjść z cienia?

– Najwidoczniej, skoro odpowiadam na pani pytania, pani Marylko (śmiech). Ale poważnie – mnie cieszy najbardziej, gdy moi „warsztatowcy" sięgają po pióra, a potem mogę zobaczyć efekty ich pracy w gazetach.

– Bardzo dziękuję za rozmowę. Jest pani moją idolką. To dla mnie zaszczyt i przyjemność, że zgodziła się pani na wywiad. Życzę dalszych sukcesów.

– To ja dziękuję, bo to ja czuję się zaszczycona. I mam nadzieję, że moje sukcesy nadal będą naszymi wspólnymi sukcesami.

■ ■ ■ ■ ■

Jerzy Sosnowski

DLACZEGO KABARET?

A dlaczego nie! Skąd pytanie i taka odpowiedź? Odkąd jestem słuchaczem U3W, spotykam się ze stwierdzeniami, co z proponowanych form działalności mieści się, a co nie w formule akademickości. Ta łatwość klasyfikowania nie jest poparta żadnymi argumentami merytorycznymi, a tym bardziej naukowymi przez osoby wypowiadające opinie. Szczególnie działalność w strukturach U3W wszelkiego rodzaju zespołów artystycznych, bez względu na treść i formę przekazu, spotyka się z akceptacją lub krytyką. Bardzo często ta krytyka nie jest związana z prezentowanym repertuarem czy poziomem artystycznym. Najczęściej jest to dezaprobata dla włączania do formuły edukacyjnej działalności, która, zdaniem niektórych osób, pasuje do klubów seniora, a nie wyższej uczelni.

Cztery pokoje

Przekazy płynące z wykładów m.in. prof. Marii Straś-Romanowskiej, dr Walentyny Wnuk wyraźnie temu zaprzeczają. Idea całożyciowego rozwoju jest realizowana poprzez uzupełnianie i aktualizowanie wiedzy, poznawanie współczesnych osiągnięć nauki, aktywność intelektualną, fizyczną, społeczną i ekspresję artystyczną. Bardzo podoba mi się to obrazowe porównanie: „Każdy z nas jest domem z czterema pokojami: fizycznym, mentalnym, emocjonalnym i duchowym. Większość z nas mieszka w jednym z tych pokoi przez większość czasu, ale dopóki codziennie nie zaczniemy odwiedzać każdego pokoju – chociażby tylko po to, by go przewietrzyć – dopóty nie będziemy w pełni osobą" (E. Foley). Według tego bardzo obrazowego porównania, pokój emocjonalny odwiedzamy m.in. wtedy, gdy poddajemy się pasjom, emocjom, wyrażaniu swoich uczuć. Uczestnictwo w różnych formach artystycznych bez względu na to, czy jest się dawcą czy biorcą, spełnia ważną funkcję psychoterapeutyczną.

Szukając motywacji

Po tym wstępie pora wracać do postawionego w tytule pytania. Od dzieciństwa udzielałem się w różnych formach artystycznych, rozpoczynając od teatrzyku

kukiełkowego, teatrzyków poezji po start w konkursach recytatorskich, a kończąc na teatrze amatorskim. W międzyczasie była dwuletnia przygoda we Wrocławskim Ośrodku Żywego Słowa, gdzie lekcji dykcji i interpretacji utworów poetyckich uczył wybitny aktor scen polskich pan Igor Przegrodzki. Jak widać z tego pobieżnego resume „kariery scenicznej" nie było miejsca na kabaret. Mimo otrzymywanych propozycji uważałem, że nie po drodze mi z tą formą sceniczną. Ale, jak wiele wcześniej ukształtowanych poglądów, i ten uległ zmianie wraz z wejściem w późną dorosłość i stania się cząstką utewowskiej społeczności. Chroniczny brak mężczyzn w zespołach spowodował, że dałem się przekonać do udziału w przedstawieniach Kabaretu „ U – Sławy". Występowałem w programach „Pamiętajcie o ogrodach", „Kochajmy się" i „Melodie Warszawy", do których scenariusze napisała twórczyni kabaretu i autorka scenariuszy, emerytowana aktorka Zdzisława Dyszkiewicz. Nie miałem możliwości poznać pani Zdzisławy, ale jestem pełen szacunku i uznania dla tego, co zrobiła, by kształtować wrażliwość i ekspresję artystyczną słuchaczy w naszym UTW. Miałem możliwość występowania na scenie ze wspaniałymi koleżankami i kolegami, którzy współtworzyli zespół, a po śmierci Zdzisławy Dyszkiewicz podjęli trud kontynuacji rozpoczętego dzieła. W lutym 2016 r. Sabina Pałka, ze względów osobistych, zrezygnowała z dalszego prowadzenia zespołu. Wobec faktu, że nikt nie chciał podjąć się dalszego prowadzenia zespołu, po namowach koleżanek i kolegów, wstępnie zgodziłem się. Przed podjęciem ostatecznej decyzji poprosiłem o trochę czasu na zastanowienie. Z jednej strony miałem ciągle w uszach opinie na temat zespołów artystycznych w UTW, w tym o kabarecie jako takim, o możliwościach scenicznych słuchaczy, o zapotrzebowaniu na tego typu przekaz itp. Szukając motywacji trafiłem na publikację prof. Michaela Fleischera z Instytutu Dziennikarstwa i Komunikacji Społecznej Uniwersytetu Wrocławskiego „Konstrukcje rzeczywistości", Wrocław 2002. Moją szczególną uwagę zwrócił rozdział „Zarys teorii kabaretu".

Rozrywka i edukacja

Pozwólcie, Szanowni Czytelnicy, że przytoczę, moim zdaniem, bardzo ważny fragment.

„(...) Henningsen (1967), wychodząc z założenia, że kabaret wykorzystuje dwa generalne mechanizmy (rozrywki i uczenia się), postuluje priorytet pedagogicznego charakteru kabaretu. Teza Henningsena, stanowiąca jednocześnie zgrabną definicję kabaretu, brzmi: „Kabaret to gra z nabytymi zależnościami w wiedzy publiczności". Henningsen wyróżnia kilka warunków niezbędnych do zaistnienia kabaretu. Najważniejszy to publiczność, obecność aktywnej publiczności (...). W odróżnieniu od teatru lub filmu w kabarecie gra się do pu-

bliczności. Drugi warunek to zasada konstrukcyjna kabaretu, polegająca na tym, że program kabaretowy składa się z następujących po sobie i tematycznie nie związanych ze sobą numerów (skeczów). Również ten aspekt odróżnia kabaret od teatru czy filmu. Kabaret wykorzystuje wniesioną przez publiczność wiedzę, odnosząc się do niej w trakcie programu. Kolejny warunek to zasada ograniczonych środków – wobec braku zarówno czasu (krótkość numerów), jak i dużej sceny, kabaret jest w stanie tylko naszkicować jakiś problem, co zmusza go do dużej ekonomii środków (...)".

Zgodnie z tym, co napisał Henningsen, a przytacza M. Fleischer, kabaret w swoim założeniu musi pełnić szeroko rozumianą funkcję edukacyjną, bazując na poziomie wiedzy publiczności w zakresie prezentowanej problematyki. Prościej mówiąc – musi mieścić się w przyjętych normach, kanonach i oczekiwaniach. Również według Henningsena publiczność powinna aktywnie uczestniczyć w odbiorze przedstawienia, dlatego też zadałem sobie pytanie: jak uzyskać to, biorąc pod uwagę bagaż doświadczeń i wiek potencjalnych widzów?

Dzięki pomocy dr Bogny Bartosz trafiła w moje ręce publikacja dra Aleksandra Łemka „Terapia śmiechem. Jak rozwijać poczucie humoru", wydanie II, Warszawa 2008. W wyniku propozycji zawartych w publikacji udało mi się stworzyć projekt zajęć warsztatowo-animacyjnych wykorzystujących techniki pobudzające widzów do śmiechu. Nie będę tu przytaczał udowodnionych walorów i atutów kształtowania poczucia humoru i umiejętności śmiania się, w tym również z siebie. Ograniczę się do stwierdzenia, że poczucie humoru świadczy o naszej inteligencji i mądrości, a umiejętność śmiania się wzmacnia poczucie wartości i odporność na choroby, a nawet uśmierza ból.

„UTWjacy"

Przeczytany artykuł o stosowanej w Japonii terapii przytulaniem przekonał mnie do poszerzenia elementów terapii śmiechem o dotyk jako próbę nawiązania bliskości i więzi emocjonalnej z koleżanką, kolegą, uczestnikiem spotkania w ramach UTW. Tak podbudowany wiedzą z przytoczonych publikacji zgodziłem się na kierowanie kabaretem. Zacząłem się zastanawiać nad nazwą kabaretu. Zgodnie z przyjętym założeniem, żeby widzowie utożsamiali się z zespołem, najbardziej odpowiadała mi nazwa Kabaret „UTWjacy" z dodatkiem „Terapia śmiechem". Przyniosło to dosyć zabawny efekt, gdy na próby kabaretu przychodziły osoby, które nie zamierzały występować, tylko skorzystać z zajęć terapeutycznych. Nazwa zespołu została zaakceptowana przez większość członków kabaretu.

Pozostała teraz najważniejsza, moim zdaniem, sprawa – repertuar i konstrukcja przedstawień. Najprościej byłoby skorzystać z recepty Lizy Minnelli:

„Kabaret – to spektakl o lekkim repertuarze skeczów, monologów literackich, piosenek i tańców, czyli dużo dobrego humoru". Ale pamiętałem o tym, co napisał Henningsen o pedagogicznym priorytecie. Wpadł mi do głowy pomysł tryptyku kabaretowego „My – Wy – Oni". Lektura dostępnych w różnych źródłach tekstów, mimo dużej ich różnorodności, zawierała pewien mankament. Teksty, nawet bardzo dowcipne, w większości nie stwarzały możliwości identyfikacji widzom – słuchaczom UTW z zaprezentowanymi postawami, zdarzeniami itp. Również przyjęte założenie, że w prezentowanych tekstach nie może być wulgaryzmów, preferencji określonych opcji politycznych czy przekonań religijnych, wyraźnie ograniczało możliwości skorzystania z ogólnie dostępnych tekstów. Dlatego zwróciłem się o pomoc do Jana Zacharskiego, mojego przyjaciela od prawie półwiecza, który pisze fraszki i teksty satyryczne. Janek, sam będąc seniorem, znakomicie rozumie środowisko, które jest bohaterem i adresatem przekazywanych ze sceny treści. Pozostała jeszcze konstrukcja przedstawień. Wejście zbiorowo wykonywanym Hymnem kabaretu, warsztaty terapii śmiechem, tekst wprowadzający w problematykę przedstawienia, wiersze i skecze przeplatane piosenkami i ruchem scenicznym. W trakcie przedstawienia spotkanie z Jankiem i prezentacja aktualnych fraszek i wierszy. Na zakończenie zaproszenie wszystkich do wspólnej zabawy pod melodię piosenki „Ore, ore..". Prawda, jakie to proste? Nic bardziej mylącego. Są aktorzy i widzowie. Aktorzy muszą się dobrze bawić, ale też muszą pamiętać, że są na scenie dla widzów. Widzowie, jeśli będą tylko koneserami, kontestatorami, odwołującymi się do wzorców ze scen zawodowych, to nie ma szansy na stworzenie wspólnoty opartej na szacunku i zrozumieniu. Na szczęście w dotychczas zaprezentowanych w nowej formule przedstawieniach udało się to osiągnąć.

Terapia śmiechem

Na plakatach wystawionego 8 maja 2017 r. programu „MY – jacy jesteśmy" widniało motto: *Czym innym jest zdolność do śmiechu, czym innym poczucie humoru. Zdolność do śmiechu jest powszechną i wyróżniającą cechą człowieka... Poczucie humoru jest rzadkie, zakłada bowiem umiejętność osiągania przez człowieka dystansu względem samego siebie, dystansu ironicznego (Leszek Kołakowski).*

29 stycznia 2018 r. miała miejsce premiera drugiej części tryptyku kabaretowego „WY – nasi najbliżsi", z mottem:

Człowiek bez rodziny jest
jak roślina bez korzeni.
Z czasem usycha.
Rodzina to nie zawsze ludzie,

z którymi jesteśmy spokrewnieni.
Tylko ci, którzy są zawsze przy Tobie.

Z uwagi na wprowadzone przez Redakcję „Kuriera UTW" ograniczenia odnośnie do rozmiarów artykułu, nie będę opisywał przedstawień, które, moim zdaniem, wpisywały się w szeroko rozumianą funkcję edukacyjną UTW. Myślę, że podstawowe przesłania, które jako zespół chcieliśmy przekazać słuchaczom UTW, dosyć dobrze oddają zacytowane motta.

W chwili, gdy piszę ten tekst, zespół rozpoczyna próby przedstawienia trzeciej części tryptyku „ONI – nie zawsze życzliwi seniorom". Kolejny spektakl to wielka niewiadoma, ale wierzę głęboko w zespół, jego zaangażowanie i zrozumienie swojej roli. Wierzę w widzów, którzy pokazali, że potrafią być współtwórcami przedstawienia, czerpiąc na miarę swoich sił i możliwości z terapii śmiechem.

Myślę, że udało mi się chociaż w stopniu minimalnym odpowiedzieć, dlaczego w UTW jest miejsce dla kabaretu i innych zespołów artystycznych. Wątpiących zapraszam na przedstawienia w roli aktorów i widzów, co według E. Foley zapewni nam przewietrzanie naszego pokoju mentalnego.

Każde przedstawienie kabaretu „UTWjacy" rozpoczyna się Hymnem kabaretu.

Hymn kabaretu UTWjacy

(słowa: Jan Zacharski)

Przy Dawida znam uczelnię,
Króluje tu niepodzielnie,
Przebywają w niej seniorzy
Do zdobycia wiedzy skorzy,
Studiuj tu, człowieku, kiedyś w trzecim wieku,
Doświadczaj radości w późnej dorosłości.
Tutaj nade wszystko w świecie
Udzielaj się w kabarecie,
Śpiewaj, co zapewnia radość,
Wokół czyniąc wszystkim zadość
I smutek przegania, przechytrzając drania,
Nie jest bowiem grzechem darzyć się uśmiechem.
Tu monolog i piosenka,
Gruby żart, aluzja cienka,
Wielkim się odbija echem
Sceniczna terapia śmiechem,

Gdy widownia słucha, wkracza w nią otucha
Tutaj spędza mile najweselsze chwile.
Dziś kabaret UTWjacy
Do scenicznej rusza pracy
Więc przechodząc do konkretu
Udaj się do kabaretu.
Nie żałuj pośpiechu, zmierzaj do uśmiechu,
Raduj się i basta, bo pięknie dorastasz
Że z uśmiechem ci do twarzy,
Śpiewaj hymn kabareciarzy,
Teraz niech żale i smutki
Dzisiaj mają żywot krótki,
Odkrywaj na nowo żart i dobre słowo,
Niech ci radość niesie złota życia jesień.

Jan Zacharski

Urodził się w 1938 roku w Sanoku. W roku 1961 ukończył polonistykę na Uniwersytecie Wrocławskim. W prasie debiutował w 1955 r., publikując fraszki w „Słowie Polskim". Jest autorem fraszek, wierszy, artykułów publicystycznych, felietonów i recenzji literackich. Opublikował 8 tomików fraszek. Publikował m.in. w „Odrze", tygodniku „Wiadomości", Polskim Radiu Wrocław, „Panoramie Dolnośląskiej" i „Tygodniku Sanockim". Współpracował też z „Wieczorem Wrocławia", „Słowem Polskim" i „Gazetą Wrocławską". Od lutego 2016 r. współpracuje z Kabaretem „UTWjacy".

Jan Zacharski

TRZECI WIEK I INNE WIERSZE

TRZECI WIEK

Miłość do wiedzy wznieca w człowieku
UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU,
Stanowi bowiem powód do dumy,
Że się pojadło wszelkie rozumy,
Czy świeci słońce, czy pada śnieg,
To najcenniejszy jest trzeci wiek.
Powód pisania podobnych wierszy:
Wiek trzeci, a nie 21,

I proszę przyjąć do wiadomości:
On jest ozdobą późnej dorosłości,
To jest dla wielu wiadomość radosna,
To nie jesień życia, ale późna wiosna.
Pragnę uczynić uwagę luźną,
Że na dorosłość nigdy za późno.
Twierdzi stulatek z naszego miasta,
Że on dopiero teraz dorasta.
Z tym trzecim wiekiem to tylko żarty,
Wkrótce obudzisz się w wieku czwartym,
Niech podziwiają dzieci i wnuki
Późnych dorosłych w świecie nauki.

PÓŹNA DOROSŁOŚĆ

Starość to stale aktualny temat,
Choć na dobrą sprawę to wcale jej nie ma,
Wniosę w tym miejscu uwagę doniosłą,
Nie ma starości, jest późna dorosłość.
Miarowym krokiem idąc przez świat,
Możemy dorastać jeszcze wiele lat.
To cóż, że któraś z naszych części ciała
Trochę się w życiu rozregulowała,
Że jak wskazuje nam życie codzienne,
Przydałyby się części zamienne,
I przyznam z przygnębienia nutką,
Mam dobrą pamięć, choć nieco za krótką,
Lecz pokonuję raźno życiowe wiraże,
Bo zapominam, że mam się zestarzeć.
Lecz jeśli droga nawet wyboista,
Spóźnioną dorosłość możesz wykorzystać,
Nektar żywota wychylając duszkiem,
Być późnym dorosłym, nie wczesnym staruszkiem.
Satysfakcji z życia doceniasz momenty,
Poszerzasz wiedzę, szlifujesz talenty.
Nie jest to stwierdzenie całkiem bez pokrycia,
Jeszcze ci daleko do jesieni życia,
Gdy zaś na tę jesień przyjdzie ci ochota,
To jest piękna jesień, bo polska i złota.

Na życie patrzysz wciąż radosnym wzrokiem,
I wciąż dorastasz, stale, rok za rokiem,
Wciąż podejmujesz stosowne starania,
Choć latka lecą, ty je wciąż doganiasz.
Romansu z życiem to radosny wątek,
To tylko lata na dobry początek,
I wciąż nie zachodzącego słońca,
Bo późna dorosłość nigdy nie ma końca.

PĘD DO NAUKI

Niech się nie dziwią dzieci i wnuki,
Że taki pęd mamy do nauki,
Wszak na rozstaju naszych dróg
Jest doktor Walentyna Wnuk,
Ona powodem, że wiedza z Dawida
Późnym dorosłym na pewno się przyda.

DRZEWO

To z pozytywnym spotka się odzewem,
Że jestem dla siebie genealogicznym drzewem.
Gdy tylko swą osobą wzmocniłem rodzinę,
Słyszałem: syneczku, zaraz cię przewinę.
Siostra trzymając mamusię za szyję,
Skarżyła się na mnie: braciszek mnie bije.
Gdy mnie za przewinienie spotkała nauczka,
Dziadek się skarżył na krnąbrnego wnuczka.
Byłem też siostrzeńcem, kuzynem, a także
Mówiono do mnie mój zięciu, mój szwagrze.
Za mój trud rodzicielski wymierną zapłatą
Było, gdy mówiono tatusiu lub tato.
Nie było ani trochę zupełnym przypadkiem,
Gdy nazywano mnie kochanym dziadkiem.
Zanim moje lata do końca przeminą,
Będę więc sam dla siebie kompletną rodziną.
Nie jest to żadna fizyczna choroba,
Że jestem sam jeden, lecz w wielu osobach.

Drzew genealogicznych wokół cały las,
Dobrze w swych wielu rolach czuję się wśród was,
Dopóki chęci życia przejawiam ochotę,
Wiem, że moja wielość wzbogaca wspólnotę.

O PANI JANINIE ŻYWICKIEJ

Sam Prometeusz jest dla niej przykładem,
Kiedy integracyjną swą pełni posadę,
Jest perfekcyjna na swoim urzędzie,
Bez niej nic się nie dzieje, bo ona jest wszędzie.

HONOR

Dla seniora rodu mam dobrą radę,
Bądź dumnym dziadkiem, nie biednym dziadem,
I zawsze trzymaj głowę do góry,
Pomimo niskiej emerytury.

POKREWIEŃSTWO

W tym mi dopomogła życiowa nauka,
Że się dochowałem niejednego wnuka,
Dumna jest także mych wnuków gromadka,
Że też się dochowali udanego dziadka.

WIEK

Pani o wiek spytana, w sposób najszczerszy
odpowiada, że jest w wieku XXI.

CZAS

By podróż w przeszłość uleczyła rany,
cenny byłby czas przeszły niedokonany.

■ ■ ■ ■ ■

Otylia Kernicka (Zespół Poetycko-Literacki „KARMAN")

NASZE ŻYCIE

Nasze życie jest usłane różami
Więcej kolców niż płatków z nich
Dużo dni udanych radosnych
Trochę smutków przemyśleń
W naszym rozumowaniu rozpaczy i łez
to się da wytłumaczyć,
nauka wychodzi z nich.

Gdybym wiedziała jak byłam młoda,
jak postąpić w chwilach kryzysu
nauka przyszła za późno

Trzeba było zacisnąć zęby i pięści
brnąć przez wykroty raniąc kolcami
trzeba było żyć

Jak była miłość było raźniej
Iść przez życie usłane różami.

* Wiersze w oryginalnej formie przesłanej do redakcji.

Danuta Konieczny (Zespół Poetycko-Literacki „KARMAN")

WROCŁAWIANKA

Wiele we mnie jest Wrocławia
we Wrocławiu wiele mnie
na ulicach moich śladów
nigdy nie doliczy się
luksusowo wystrzałowo
czasem jak obuchem w łeb
beczka śmiechu daję słowo
z łyżką dziegciu albo bez.

Chcę porzucić i nie mogę
odchodzę i wracam znów
widać ze mnie kurny - orzeł
który w głąb tej ziemi wrósł
z pełnią marzeń wzlotów w duszy
o wielkich wojażach snach
wpadka aż po same uszy
to nie miraż to jest fakt.

Wniosek sam się tu nasuwa
żeby lotki wyrwać wpierw
zanim zechce się podfruwać
a tęsknoty będzie mniej.
Orgie świateł oczy męczą
nogi góry rzeki las
za granicą głową kręcą
Wrocław - Wrocław to mój świat!

Danuta Konieczny

Z UŚMIECHEM

Motto: 85 rocznica

Chociaż jestem pierwsza
z racji wieku ale
pchają się przede mnie
na drugi brzeg w cwale!

Gdy po wieloleciach
spojrzę na odbicie
ujrzę co ząb czasu
pozbawił mnie skrycie.

Jest mi bardzo przykro
lecz z tego powodu
ni sceny ni draki
życie pcha do przodu.

Z niezapominajek
kotylion ja zrobię
i przypnę go sobie
do lewego boku

ażeby wędrować
po słonecznej stronie
z miłością na sercu
łzą zachwytu w oku.

■■■■■

Irena Kawczyńska

PODZIEL SIĘ KSIĄŻKĄ

Czy lubimy czytać?

Sądząc po frekwencji naszych koleżanek i kolegów na zajęciach związanych z książką, w szerokim rozumieniu tego tematu – tak, lubimy.

Jesteśmy z pokolenia, które czytało książki papierowe, w dzieciństwie czytano nam bajki, potem były lektury szkolne i tak rodziła się miłość do słowa pisanego.

W UTW mamy Warsztaty Dyskusyjne Cafe UTW, Warsztaty Dziennikarsko-Literackie oraz Sekcję „Przygoda z książką". Czytacze odnaleźli się na wymienionych zajęciach. Uczestnictwo w nich, wzajemne zapoznawanie się z zainteresowaniami oraz wzajemnie ze sobą to również możliwość odkrycia, że są wśród nas Mamy znakomitych pisarek.

Pisarki wśród nas

Kto wie, czy natrafiłabym na książki Joanny Miszczuk, gdybym nie poznała jej Mamy, Irenki Gójskiej. Przeczytałam i polecam te powieści, które określiłabym jako historyczno-obyczajowe. A są to: „Matki, żony, czarownice", „Zalotnice i wiedźmy", „Córki swoich matek". Wymienione trzy stanowią całość. Ponadto kolejne tej autorki: „Nefrytowa szpilka" i „Dwie rodziny" to książki o mocy miłości, powieści na bazie faktów z historią w tle i współczesnością współgrającymi ze sobą. Bardzo ciekawe.

Inna pisarka, synowa naszej koleżanki Ewy, Monika Bień-Konigsman napisała książkę dla dzieci „Ole! Hiszpania dla dociekliwych", którą zdecydowanie można polecić dorosłym, zwłaszcza przed wyjazdem na wakacje.

Pisarką, której książki czytaliśmy: zbiory opowiadań „Uciec od miłości" i „Ojciec" oraz powieść obyczajową „Nie zaglądać" jest również Magda Wieteska, dziennikarka prowadząca Warsztaty Dziennikarsko-Literackie.

Wydano również tomik pięknych wierszy „Historie z życia, które udają poezję..." autorstwa naszej koleżanki Oli Wrzos.

A może jeszcze ktoś z nas, słuchaczy UTW pisał i wydawał powieści lub poezję?

Ile nas, tyle lektur

Oprócz tematycznych zajęć warto byłoby dzielić się wiadomościami o dobrej książce w jeszcze większym gronie.

Ostatnio krążyły wśród nas dwie pozycje, pożyczaliśmy je sobie wzajemnie. Jedna to książka „Zapiski z wygnania", bowiem szykujemy się na spotkanie z autorką Sabiną Baral, które to spotkanie będzie prowadziła znana nam Olga Tokarczuk.

Inna książka to nowość – „Mózg rządzi" Kaji Nordengen. Mózg i wszystko, co tego tematu dotyczy, to fascynujące zagadnienie. Czytamy, szukamy wszelkich źródeł mówiących zwłaszcza o jego możliwościach, o pamięci, o tym, jak ją zachować w najlepszym stanie jak najdłużej. Znajdziemy wiele na ten temat np. w tych paru książkach: „Mózg. 41 największych mitów" Christian Jarrett, „Mózg się myli" Henning Beck, „Gupi muzg" dr Dean Burnett, „Młody umysł w każdym wieku" Daniel G. Amen oraz w serii książek prof. Jerzego Vetulaniego „Mózg: fascynacje, problemy, tajemnice". To przykłady zaledwie kilku z dziesiątków w tym temacie.

Czytamy książki różne – literaturę faktu, biografie, kryminały, fantastykę i romanse.

Ile nas, tyle lubianych i czytanych lektur. Podzielmy się więc książką.

■■■■■

Jerzy Sosnowski

KRÓLEM BYĆ...

Parę lat temu wybrałem się jak zwykle z paroletnim wnukiem Piotrusiem na sobotni spacer. W pewnym momencie Piotruś zwrócił uwagę na wiszący na słupie ogłoszeniowym plakat ze zdjęciem Zamku Książ. – Dziadku, czy to jest pałac? – padło w moim kierunku pytanie. Po chwili wahania, czy zamek to to samo, odpowiedziałem: tak. Ale Piotruś nie dawał za wygraną i pytał dalej, czy on jest w Polsce i czy mieszka w nim król. Odpowiedziałem zgodnie z prawdą, że położony jest w Polsce, w Książu koło Wałbrzycha i nie mieszka w nim król. Aby być dokładnym dodałem, że w Polsce nie mamy króla. Ale Piotruś wciąż nie dawał za wygraną i pytał dalej: dlaczego nie ma? Powiedział też, że chciałby zostać kiedyś królem, jak bohater ostatnio czytanej mu baśni. Traktując go z całą powagą, podjąłem próbę wyjaśnienia: – Wiesz, bo u nas w Polsce mamy system demokratyczny, gdzie władzę sprawuje naród w ramach uprawnień konstytucyjnych...

Kończąc wywód szybko zorientowałem, że nieco przesadziłem z tą mową do czterolatka. Nie musiałem długo czekać, żeby Piotruś zapytał, czy mogę prościej, bo nic z tego nie rozumie. Odpowiedziałem więc, jak mogłem najprościej, że trzeba pochodzić z rodziny królewskiej i mieć w żyłach... i tu ugryzłem się w język, bo chciałem powiedzieć o błękitnej krwi w żyłach, bez której nie ma szansy na zostanie królem. Patrząc na lekko zasmuconą buzię, znalazłem jednak wyjście z sytuacji: – Ale mam dla ciebie dobrą wiadomość. U nas w Polsce takim królem, wybieranym w demokratycznych wyborach, mieszkającym w Pałacu Prezydenckim, jest Prezydent. I ty masz szansę w przyszłości, jak dorośniesz, zostać prezydentem.

W oczach Piotrusia dostrzegłem ulgę i zadowolenie. Potwierdzenie tego otrzymałem w chwilę później, gdy wróciliśmy ze spaceru do jego domu i gdy już od progu zawołał radośnie do rodziców: – Dziadek powiedział, że gdy dorosnę, zostanę prezydentem i będę mieszkał w pałacu!

Nie będę przytaczał słów, które usłyszałem od syna i synowej o mąceniu dziecku w głowie...

W roli króla

Parę lat później, w ramach kolejnej wizyty we Wrocławskim Centrum Seniora, dostałem propozycję, abym podczas Marszu Kapeluszy inaugurującym Dni Seniora 2017 pełnił symboliczną rolę króla. W pierwszym odruchu odmówiłem, uważając, że tę rolę powinien pełnić ktoś bardziej rozpoznawalny i zasłużony dla wrocławskich seniorów. Po rozwianiu moich wątpliwości i wskazaniu argumentów, którymi kierowali się organizatorzy m.in. faktem pełnienia funkcji przewodniczącego samorządu w Uniwersytecie Trzeciego Wieku w Uniwersytecie Wrocławskim, który od ponad czterdziestu lat cieszy się zasłużoną renomą w edukacji osób starszych, zgodziłem się, traktując to jako okazję do dobrej zabawy i pokazania wrocławianom prawdziwego oblicza seniorów jako osób pełnych radości, kreatywności. Dodatkowym, bardzo mocnym argumentem, stał się fakt, że królową będzie dr Walentyna Wnuk, która w przenośni i dosłownie od wielu lat pełni tę rolę wśród seniorów Wrocławia i Dolnego Śląska.

„Dziadek król przyszedł!"

Po wspaniałej królewskiej przygodzie pora wracać do prozy dnia codziennego. Jeszcze tylko chwila refleksji, jak przełożyć to zdarzenie na realne korzyści seniorów, w tym słuchaczy UTW w UWr i żal, że otrzymany od Prezydenta Wrocławia klucz do bram miasta i skarbca nie pasuje do żadnego zamka... Ale zdjęcia pozostały i funkcjonują w przestrzeni medialnej. Trafiły też do Piotrusia i Zosieńki, która jest akurat w wieku Piotrusia z czasu rozmowy o Zamku Książ

i królewskim panowaniu. Przy powitaniu Zosieńka woła od progu mieszkania: – Mamusiu, tatusiu, dziadek król przyszedł! Ze swojego pokoju wychodzi Piotruś, patrzy na mnie, a w jego oczach odczytuję wyrzut – pytanie: a mówiłeś, dziadku, że w Polsce nie można zostać królem...

Na moje usta cisnęła się niewypowiedziana odpowiedź – można, ale dopiero wtedy, gdy zostaniesz seniorem...

■■■■■

Maria Marchwicka

BRUKSELA – WSPOMNIENIA Z PODRÓŻY

Jest to kraj wyjątkowy, niezwykłej architektury, czekolady, malarzy, miłośników Rubensa, doskonałego piwa i dobrej kuchni, a także amatorów wędrówek i malowniczych krajobrazów.

Belgia jest jednym z najmniejszych państw w Europie, a mimo to obowiązują tu dwa języki: flamandzki i francuski. Była okupowana przez wiele mocarstw, m.in. Rzymian, Francuzów i dopiero w 1830 roku pojawiła się z Luksemburgiem jako niepodległe państwo, wyzwolone od obcych wpływów. To zamożny kraj, który swoje bogactwo czerpał z kolonii w Kongo. Belgijska kolonia znajdowała się w centralnej Afryce, w dorzeczu rzeki Kongo. Jednak formalnie nie należała ona do Belgii, lecz do jej króla Leopolda II. Władca dopiero w 1908 roku zdecydował się na przekazanie tego rejonu państwu. Kolonia uzyskała niepodległość w 1960 r. Belgów do ekspansji w Kongo nakłoniły jego bogactwa: kauczuk i kość słoniowa. Tubylcy otrzymali nakaz corocznego ich dostarczania w odpowiedniej ilości. Jeśli ktoś nie zdążył na czas, czekała go kara – obcięcie rąk. Kongo stało się prywatną własnością króla Leopolda II, który wykorzystywał tubylców do niewolniczej pracy na plantacjach kawy, kakao, trzciny cukrowej oraz w kopalniach złota i diamentów.

Euro i Smerfy

Belgowie wymyślili i zaprojektowali walutę euro. Również bajkowe Smerfy zostały stworzone przez belgijskiego rysownika Peyo w 1958 roku. Kraj ten słynie z produkcji najlepszej czekolady na świecie z ponad 300-letnią tradycją. Przeciętny Belg spożywa jej około 22 kg rocznie, a dziennie 61 gramów.

Państwem rządzi król Filip I Koburg wraz z żoną Matyldą (pochodzenia polskiego), mają czwórkę dzieci: Eleonorę, Gabriela, Elżbietę i Emanuela.

Wioska na bagnach

Pierwszy raz z grupą wycieczkową byłam w Brukseli w 2015 roku, pojechaliśmy tam na zaproszenie europosłanki zwiedzać Parlament Europejski. W tym czasie miasto zrobiło na mnie niezbyt dobre wrażenie. Wydawało mi się surowe, nudne i niezbyt czyste. Niewiele zwiedzaliśmy z powodu braku czasu, głównie oglądaliśmy Parlament Europejski. W tym roku pojechałam tam drugi raz i było zupełnie inaczej. Pani przewodnik miała bardzo bogatą wiedzę o Brukseli i umiała nam ją przekazać. Pokazywała bardzo dużo zabytków, co sprawiło, że zainteresowałam się tym pięknym, urokliwym miastem. Nie wszyscy wiedzą, że Bruksela, niczym Rzym, położona jest na siedmiu wzgórzach. Jej nazwa pochodzi od słowa *broekzele*, które oznacza wioskę na bagnach. Od XVI patronem Brukseli jest św. Michał.

Co warto zobaczyć

Z najciekawszych zabytków zapamiętałam Palais Royal (Pałac Królewski) – miejsce wyjątkowe w Brukseli, będące symbolem ciągłości władzy od początków istnienia państwa. Zamek Królewski w dzielnicy Laeken jest natomiast miejscem zamieszkania rodziny królewskiej. Grand Place to z kolei serce tego niejednolitego i kosmopolitycznego miasta. Sam plac może być symbolem belgijskiej stolicy i jej charakteru, jako że posiada nieregularny, pięciokątny kształt, z którego odchodzi w różne strony świata aż siedem ulic.

Z kolejnych atrakcji turystycznych poleciłabym Królewskie Galerie Świętego Huberta. Arkady zostały wzniesione w stylu włoskiego renesansu, charakteryzują się pięknym, szklanym sklepionym sufitem. W pasażu można kupić wszystko, od czekoladek i koronek po biżuterię i ubrania znanych projektantów. Bazar to Palaris de Beaux, czyli Pałac Sztuk Pięknych, miał być centrum brukselskiej kultury, muzyki, sztuk plastycznych, teatru, tańca, literatury oraz architektury.

Muzeum Czekolady

Bruksela jest umowną stolicą Unii Europejskiej, tu koncentruje się polityka europejska w zakresie integracji i bezpieczeństwa. Co dwa lata w połowie sierpnia Grand Place w Brukseli pokrywa pachnący, kolorowy dywan. Na pomysł ułożenia pierwszego kwiatowego dywanu wpadł Etienrie Stautenmars w 1971 roku.

Warto zajrzeć do Muzeum Czekolady, w którym poznamy historię kakao i dowiemy się, jak rozwijał się przemysł cukierniczy w Belgii. **Łuk Triumfalny** jest częścią wielkiego zespołu Parku Pięćdziesięciolecia upamiętniającego 50-lecie państwowości belgijskiej w 1880 roku.

Szklarnie Królewskie w Laeken uważane są za największe na świecie, zajmują bowiem aż 2,5 hektara. Rosną tutaj egzotyczne drzewa, krzewy i rośliny.

Legenda o chłopcu

Wrogowie atakujący w XIV w. Brukselę chcieli ją wysadzić w powietrze. Miasto uratował chłopczyk, który strumieniem moczu ugasił lont. Według innej legendy chłopiec ten był synem jednego z królów belgijskich. Zaginął podczas polowania. Gdy rozpaczliwe poszukiwania spełzły na niczym, spragniony leśniczy usłyszał w kniejach strumyk wody. Gdy podszedł bliżej, zobaczył sikającego zaginionego królewicza. W mieście znajduje się posąg chłopca, przy którym gromadzą się turyści.

Najpiękniejsza katedra

Katedrę, stojącą na wzgórzu, zbudowaną w stylu gotyckim, uważa się za najpiękniejszą na świecie. Jej fasada z dwiema wieżami wykonana jest z białego kamienia, ozdobiona rzeźbami Trzech Króli i apostołów. We wnętrzu katedry znajduje się wielka, dębowa ambona, dzieło rzeźbiarza z Antwerpii. Na ambonie przedstawiono m.in. wygnanych z raju Adama i Ewę, a nieco wyżej Maryję Pannę, miażdżącą stopą głowę węża. Szczególną uwagę przyciągają witraże z XVI w. Witraż nad głównym wejściem przedstawia Sąd Ostateczny. Każdy z kolorów witrażu ma symboliczne znaczenie, zielony to nadzieja, żółty – wieczna chwała, jasnoniebieski – niebo. Zwiedzanie kościołów jest w Brukseli płatne i wynosi 6-8 euro.

Domy dla wdów i panien

Brugia to jedno z doskonale zachowanych miast średniowiecznych w zachodniej Europie, przybywają tu tłumy turystów. Jedną z jego atrakcji są wycieczki statkiem po miejskich kanałach. Na statek, niestety, nie dostaliśmy się, ale zwiedzaliśmy osiedle białych domków otoczonych murem, przeznaczonych niegdyś dla kobiet, samotnych wdów oraz panien, które nie wyszły za mąż. Musiały być to kobiety majętne, gdyż za domek trzeba było zapłacić.

Turystyka rowerowa jest tutaj bardzo rozpowszechniona. Po południowej stronie Rynku stoi XIII-wieczna dzwonnica, ośmiokątną latarnię widać nawet z odległości kilku kilometrów, u stop dzwonnicy znajduje się hala targowa. W mieście jest wiele muzeów. Najciekawsze to Muzeum Groeninga ze wspaniałymi zbiorami wczesnego malarstwa flamandzkiego, m.in. obrazami Jana van Eycka, który mieszkał i pracował w tym mieście przez 11 lat, aż do śmierci.

Dom Rubensa

Następnym celem naszej wycieczki była Antwerpia. Zwiedzanie miasta rozpoczęliśmy od Grote Markt, przy którym stoi Ratusz, a dalej, na południu, wznosi się gotycka katedra. Północną stronę Rynku zdobi szereg odrestaurowanych, późnogotyckich domów cechowych, których XVI-wieczne fasady ozdobione są płaskorzeźbami odpowiadającymi przeznaczeniu budynku. Dom Kuszników z figurami św. Jerzego i smoka to najwyższy i najbardziej charakterystyczny budynek w tej grupie. Dom stojący obok, z motywem beczułek, a dalej Dom Rubensa. W 1608 r. Rubens osiedlił się w Antwerpii, wkrótce potem namalował serie obrazów dla katedry i zdobył popularność w całej Europie. Za domem rozciąga się ogród, zaplanowany zgodnie z duchem epoki. Z tego okresu pochodzi obraz Rubensa „Przechadzka po ogrodzie miłości".

Antwerpia słynie również ze szlifowania diamentów. W muzeum diamentów odbywają się pokazy szlifowania diamentów oraz wystawy tych drogocennych kamieni. Niestety, nie udało się nam go zwiedzić.

Po wizycie u europosła z żalem żegnamy Brukselę, piękne miasto pełne zabytków. Obiecuję sobie, że jeszcze raz tutaj zawitam, ale na dłużej. Na pewno wtedy znajdę jeszcze jakieś „perełki" architektoniczne. Wracam zafascynowana Belgią.

■ ■ ■ ■ ■

Emilia Nowaczyk (Przewodnicząca Zarządu w latach 2013-2017)

SPRAWOZDANIE z PRACY UTW w roku akademickim 2016/2017

We wrześniu 2016 roku w wyniku powoływania w Uniwersytecie Wrocławskim nowych władz na kolejną kadencję, nastąpiła zmiana na stanowisku kierownika UTW. Mijający rok pracy naszego Uniwersytetu Trzeciego Wieku rozpoczęło 765 słuchaczy, w tym tylko 106 panów; na pierwszym roku było 88 osób. Tak jak w poprzednich latach mieliśmy możliwość wysłuchania wielu interesujących wykładów, uczestniczyć w warsztatach i lektoratach, nabyć nowe umiejętności, spędzić miłe chwile na spotkaniach sekcji zainteresowań, klubów i zespołów artystycznych. W ostatnim roku odbyło się ok. 2300 godzin zajęć zorganizowanych, jest to około 10% więcej niż w poprzednim. Dominowała, jak na uniwersytet przystało, działalność edukacyjna. Wprawdzie same wykłady stanowiły tylko niecałe 7% zajęć, ale razem z seminariami i warsztatami to prawie 32% wszystkich zajęć (w tym ok. 1/3 to warsztaty komputerowe). Lektoraty prowadzone były z 8 języków dla 24 grup; zakończyła działanie grupa esperanto, ale udało się rozpocząć lektorat z języka włoskiego – lektoraty to 31% zajęć. Zajęcia z kultury fizycznej stanowiły trochę więcej niż 11% ogólnej liczby godzin. Członkowie zespołów artystycznych szkolili swoje umiejętności na spotkaniach trwających 1/8 wszystkich zajęć, a osoby działające w sekcjach i klubach rozwijały swoje zainteresowania, dla pożytku własnego i innych, w ramach spotkań stanowiących kilkanaście procent całości. W powyższym podsumowaniu nie uwzględniłam licznych spotkań niezorganizowanych przez UTW, takich jak odwiedziny w szkołach, domach opieki, występy zespołów poza uczelnią, wyjazdy na wycieczki, wyjścia do teatru lub koncert itd.

Omawiając pracę UTW szczególną uwagę chcę poświęcić działalności własnej słuchaczy tzn. sekcjom, klubom i zespołom – stanowi to razem ponad ¼ wszystkich planowanych spotkań. W UTW działało w minionym roku 24 sekcji zainteresowań, klubów i zespołów.

W Sekcji Brydżowej zmianie uległa osoba przewodniczącego. Obecnie jej członkowie wybierają się na rozgrywki do Wałbrzycha. Powodzenia!

Sekcja Dekoratorska, po rezygnacji przewodniczącej sekcji, działała w uszczuplonym składzie, ale wykonała wiele prac dla upiększenia wyglądu naszego uniwersytetu, m.in. wykonała nowe opisy na tablicach informacyjnych, uaktualniła wywieszoną krótką historię UTW, aranżowała dekoracje okolicznościowe naszych pomieszczeń.

Na spotkaniach Sekcji Fotograficznej jej członkowie szkolili się w wykonywaniu i obróbce fotografii zapraszając znanych profesjonalistów, omawiali swoje prace, chodzili na plenery i wystawy fotografii oraz wykonali plakaty z prac członków sekcji. W ostatnim roku było to „Wspomnienie lata", „My czterdziestoletni" i „Cmentarz na Bujwida".

Sekcja Kultury aktywnie zajmowała się organizacją wyjść do teatrów, opery, forum muzyki, kin, ośrodków kultury, uczelni artystycznych i organizowała bilety słuchaczom UTW na koncerty, spektakle, spotkania z artystami. W wyniku wieloletniej dobrej współpracy członków sekcji z najważniejszymi instytucjami kultury Wrocławia uzyskano zniżki cen na spektakle i koncerty: 2114 biletów oraz 559 wejść bezpłatnych.

Sekcja Kultury Fizycznej organizowała różnego rodzaju gimnastyki dla słuchaczy, brała udział w Ogólnopolskiej Olimpiadzie Seniorów (zdobywając 2 srebrne medale), w zawodach w kręgle w Dzierżoniowie i V Marszu Nordic Walking Studentów UTW w Trzebnicy.

Sekcja Organizacyjno-Integracyjna, pełniąc dyżury w ciągu całego roku, pomagała w organizacji codziennego życia UTW, a w czasie różnych wydarzeń włączała się do pracy ze zdwojoną energią; po zakończeniu obchodów jubileuszowych był to okres rekrutacji na obecny rok akademicki, potem Dni Seniora, inauguracja, koncerty dla seniorów, konferencje, rejs po Odrze, przyjazdy gości, a nawet rozdysponowanie darmowych dostaw jabłek i cebulek irysów. Zawsze na posterunku.

Sekcja Rękodzieła szkoliła swoich członków w wykonywaniu różnych prac artystycznych, zorganizowała dwie wystawy swoich prac, prowadziła warsztaty w szkołach, angażowała się w prowadzenie praktyk studenckich, wykonywała upominki dla naszych gości.

Sekcja Gry w Scrabble uczyła gry nowych, doskonaliła starych członków grupy, uruchomiła stolik do gry w języku angielskim.

Sekcja Turystyczna zorganizowała 9 wycieczek jednodniowych, 7 wielodniowych krajowych i zagranicznych (we współpracy z zaprzyjaźnionymi biurami turystycznymi). Na spotkaniach sekcji zostało pokazanych 7 obszernych relacji z indywidualnych wyjazdów zagranicznych. Oprowadzała naszych gości po Wrocławiu.

Sekcja Wzajemnej Pomocy pełniła dyżury pielęgniarskie w czasie wykładów poniedziałkowych oraz różnych uroczystości w UTW, odwiedzała seniorów, tak-

że z życzeniami świątecznymi, w domach opieki społecznej oraz podopiecznych w szpitalach i domach. Współpracowała z Przedszkolem nr 50 i przy organizacji praktyk studenckich, z seniorami z parafii ks. Franciszka Głoda. Brała udział w ostatnich pożegnaniach naszych słuchaczy.

Sekcje Medyczna, Muzyczno-Taneczna i Żeglarska realizowały założony program prac, szkoląc swoich członków w nowych umiejętnościach i dostarczając ciekawych wrażeń.

Klub Miłośników Sztuki zorganizował zwiedzanie 11 wystaw w placówkach muzealnych z fachowym oprowadzaniem przez kuratorów tych wystaw. Informował i zachęcał do udziału w wielu innych wydarzeniach kulturalnych: prelekcjach i wystawach.

Krąg Dyskursywny Okno na swoich spotkaniach realizował tematy związane z życiem kulturalnym Wrocławia jako Europejskiej Stolicy Kultury i Światowej Stolicy Książki UNESCO. Zorganizował wyjście na uroczyste zakończenie ESK w Hali Stulecia, przygotował inscenizację o Tadeuszu Różewiczu, włączał się w współpracę międzypokoleniową.

Sekcja Przygoda z Książką motywowała swoich członków do sięgania po nowe wydawnictwa, inspirowała do dyskusji o nich.

Chór *Sursum Corda* dawał artystyczną oprawę naszych ważnych uroczystości, zorganizował dodatkowo dłuższe występy z okazji Święta Niepodległości, Świąt Bożego Narodzenia oraz w spektaklach „Nie bójmy się jesieni" i „Wiosna jest w nas", co pozwoliło nam radośniej spojrzeć na świat. Występował też wielokrotnie w wielu placówkach Wrocławia: Angel Care, domach opieki przy ul. Świątnickiej i Kościuszki, za co otrzymał specjalne podziękowania.

Teatrzyk Poezji i Duet Literacki pracował bardzo intensywnie w tym roku i jesienią pokazał program „Zaduszki Literackie" z wierszami naszych znanych poetów, a na wiosnę „Uśmiech Poezji" oraz program biograficzny o Marii Pawlikowskiej-Jasnorzewskiej.

Zespół Poetycko-Literacki „Karman" doskonalił umiejętności w zakresie dykcji, poprawiał teksty poetyckie swego autorstwa oraz przygotowywał inscenizację na jesień br.

Grupa Biesiadna „Wspomnień czar" opracowany na nasze 40-lecie program muzyczny prezentowała w Domu Opieki przy ul. Świątnickiej i Domu dla Bezdomnych przy ul. Bogedaina oraz na Przeglądzie Zespołów Senioralnych w Wiązowie. Programy muzyczne na pożegnanie lata, kolędowy, noworoczny i okazji Dnia Matki pokazała w auli UTW oraz w zaprzyjaźnionych placówkach.

Kabaret „U Sławy" zaprezentował program „Melodie Warszawy", a w Angel Care „Kochajmy się". Od semestru letniego nastąpiła zmiana prowadzącego ten zespół i po zmianie nazwy na „UTWjacy" pokazał przedstawienie „My", w któ-

rym znalazło się wiele odniesień do naszej społeczności, użyto też technik terapii śmiechem.

Zespół „Art" działa wprawdzie dopiero dwa lata, ale w ostatnim roku przygotował kilka programów: o wielokulturowości Wrocławia, patriotyczny, śpiewanie kolęd i – wspólnie z kabaretem „UTWjacy" – o muzyce filmowej.

Zespół Łączenie Pokoleń brał udział w ważnych uroczystościach w zaprzyjaźnionych szkołach, organizował dla dzieci wróżby i zabawy andrzejkowe, spotkanie gwiazdkowe, Dni Babci i Dziadka, warsztaty plastyczne i arteterapii. W UTW dzieci pokazały program z okazji Dnia Wiosny.

Działały Warsztaty Klanza z hasłem „Dodać życia do lat", mobilizowały uczestników do aktywności, stwarzania dobrych relacji i atmosfery w grupie. Były organizowane bale, wyjazdy do Albertówki w Jugowicach.

Uniwersytet Trzeciego Wieku w Uniwersytecie Wrocławskim jest pomysłodawcą, liderem i głównym organizatorem projektu „UTW: Uczyć – Tworzyć – Wspierać", który jako jedyny na Dolnym Śląsku uzyskał dofinansowanie w ramach programu Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego pn. „Wsparcie Uniwersytetów Trzeciego Wieku" w 2017 roku. Słuchacze jeżdżą do wybranych, uczestniczących w projekcie UTW na Dolnym Śląsku, do nas też przyjeżdżają z nich goście; celem projektu jest edukacja, animacja i aktywizacja społeczności senioralnej.

Nasze dwie słuchaczki były w odwiedzinach w Parlamencie Europejskim, jest zaproszenie dla kolejnych czterech osób. Zorganizowaliśmy XI Forum Dolnośląskich Uniwersytetów. Mamy naszego delegata do Obywatelskiego Parlamentu Seniorów. Uczestniczyliśmy, czasem wspomagając organizację, w szeregu konferencjach i spotkaniach, takich jak: Bezpieczeństwo dzięki odpowiedzialności, obchody V lat Platformy Wiedzy i Wymiany Doświadczeń Dolnośląskich Seniorów, inauguracje roku akademickiego 2016/17 w innych UTW, świętowanie jubileuszy działania Uniwersytetów w Zgorzelcu, Nowej Rudzie, Bolesławcu, w spotkaniach z cyklu „Z widokiem na Europę". Przewidziany jest wyjazd do Mokotowskiego UTW oraz na XI Forum UTW w Legnicy. Gościliśmy dużą grupę z seniorów z Mińska na Białorusi. Braliśmy udział w organizacji Dni Seniora we Wrocławiu. Nasi słuchacze biorą udział w realizacji gminnego projektu Miasto Pokoleń i są członkami nowo powstałego Stowarzyszenia „Dolnoślązcy Seniorzy", działają w Centrum Seniora. Nasze UTW jest członkiem Federacji UTW i EFOS (Europejskiej Federacji Starszych Studiujących)

Prowadzona była *Kronika UTW*, część zespołów prowadzi także swoją kronikę.

Studenci Uniwersytetu Wrocławskiego z Instytutu Pedagogiki i innych wydziałów odbywają u nas praktyki. W zimowym semestrze było 8 osób, w letnim 23.

Informacje o ważniejszych wydarzeniach, o ustaleniach zapadających na zebraniach Zarządu w naszym UTW zamieszczane były na naszej stronie internetowej oraz w naszej grupie na Facebooku.

Proszę wybaczyć lakoniczność przedstawionego sprawozdania, pominięcie szeregu szczegółów, ale wymusił to krótki czas na jego odczytanie i równoczesna mnogość wydarzeń, o których chciałam choćby wspomnieć. Przepraszam za brak nazwisk osób, których zaangażowanie i ogromna czasem praca, a nawet często drobne działania powodują, że uzyskujemy ten wielki roczny dorobek. Oczywiście nie do przecenienia jest wkład pracy przede wszystkim p. kierownik dr Małgorzaty Malec i jej asystentki p. Magdy Wites, przychylność i pomoc władz Uniwersytetu. Wszystkim serdecznie dziękując, składam głęboki ukłon.

Kończymy już 41. rok działania naszego UTW i jest to ostatni rok w kadencji obecnego Zarządu. Został wybrany nowy Zarząd w składzie 11 osób oraz 3 osób w Komisji Rewizyjnej. Przewodniczącym Zarządu został Jerzy Sosnowski, a zastępcami Teresa Hyżak i Renata Stencel. Nowy Zarząd zacznie działanie od 1 października tego roku.

■ ■ ■ ■ ■

ISSN 1643-7748