Kurier UTW

Czerwiec 2001 Nr 3

Wydanie Jubileuszowe

Trzysta lat
Uniwersytetu Wrocławskiego
1702-2002

Dwadzieścia pięć lat
Uniwersytetu Trzeciego Wieku
1976-2001

WROCŁAWSKI UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU

SŁUCHACZE I ABSOLWENCI

UNIWERSYTETU TRZECIEGO WIEKU

SERDECZNIE WITAJĄ GOŚCI I UCZESTNIKÓW

OBCHODÓW 25-LECIA U T W

ORAZ

I OGÓLNOPOLSKIEJ KONFERENCJI

GERONTOLOGICZNEJ

nt. *LUDZIE STARSI W TRZECIM TYSIĄCLECIU*

SZANSE – NADZIEJE – POTRZEBY

ŻYCZĄC IM OWOCNYCH OBRAD

WROCŁAW, 15 - 16 CZERWCA 2001 R.

W numerze: **str.**

Dr Walentyna Wnuk 5
Pięć lat wśród młodych wieku trzeciego

O NAS POWIEDZIELI 7

Prof. dr hab. Andrzej Witkowski 7
Mgr Sławomir Piechota 8
Prof. dr hab. Wanda Lubczyńska-Kowalska 10
Dr Grażyna Dąbrowska 11
Ks. prałat dr Franciszek Głód 13
Stefania Werner 14
Dr Walentyna Wnuk 15

Z HISTORII UTW 17

Stanisława Bachurzewska
Prof. dr nauk med. gerontolog HALINA SZWARC 17
Mgr Alina Woźnicka
Fenomen Wrocławskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku 18
Stefania Werner
Samorząd 20

NIE TYLKO WSPOMNIENIA 23

Stefania Werner
Wspomnienia o pierwszym kierowniku Uniwersytetu Trzeciego Wieku Pani mgr Alinie Woźnickiej 23
Nina Krautforst
Sylwetki UTW – "Jej portret" mgr Alina Woźnicka 24
Maria Paluchniak
Krótka historia naszego chóru 25
Lidia Adewole
Najbardziej oczekiwana 27
Wanda Dobrolot
Sekcja Literacka – "Teatrzyk Poezji" prowadzony przez Panią Irenę Augustyn 27
Irena Augustyn
Słowo o "Teatrzyku Poezji" 29
Helena Stempurska
Zachowane w pamięci i w kronice 29

Nina Krautforst
Legendy UTW – Pan Jan Opatrny 32
Helena Ostaszewska-Książczyk, Czesława Hawel
Zasłużony członek Zarządu 33
Stanisława Urban
Moje refleksje na temat wspomnień o tych, którzy odeszli od nas na zawsze 34
Nina Krautforst
Po prostu Pani Irena 35
Stanisława Urban
Moje rozważania nad znaczeniem dla nas słuchaczy UTW poniedziałkowych wykładów 36
Krystyna Wesołowska
Dlaczego uczęszczałam na muzykoterapię i zajęcia z psychologii? 37
Urszula Mierzejewska
Po co na emeryturze język obcy? 38
Irena Augustyn
Nasi wykładowcy 39
Irena Semianów
Nasi wykładowcy i opiekunowie 39
Jadwiga Olszańska
Optymistycznie o okresie późnej dorosłości 40
Stanisława Urban
Kto dba o naszą sprawność fizyczną? 40
Genowefa Nowak
Bądźmy sprawni 41
Halina Wiland
Mam szczęście, że jestem wśród Was 42

BADANIA NAUKOWE 44

Dr Walentyna Wnuk
Refleksje nad rozwojem człowieka w późnej dorosłości 44
Agnieszka Czyszkowska
Rozwój osobowy na ostatnim etapie życia 46

Z KRONIKI UTW 49

PRASA O NAS 55

PIĘĆ LAT WŚRÓD MŁODYCH WIEKU TRZECIEGO

To już 25 lat od chwili narodzin Wrocławskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku. W październiku minie 5 lat funkcjonowania tej placówki w Uniwersytecie Wrocławskim, w Instytucie Pedagogiki, pod moim kierunkiem. Ten okres, nie tylko w mojej ocenie, przyniósł niespodziewany rozwój UTW. Wyraża się to m. in. w postępującym z roku na rok wzroście liczby słuchaczy (obecnie 416), ale również uruchomieniu listy rezerwowej oczekujących na możliwość udziału w naszych zajęciach. Zmusza nas to do koniecznych przemyśleń i zmian organizacyjnych, których musimy dokonać z Radą Samorządu Słuchaczy i Radą Naukową.

Dzięki zrozumieniu i życzliwości Władz Rektorskich wprowadzeni zostaliśmy w struktury Uniwersytetu Wrocławskiego, nadając rangę i stabilność tej placówce. Została powołana Rada Naukowa, reprezentowana przez kadrę naukową wszystkich uczelni wyższych: Akademii Medycznej, Akademii Wychowania Fizycznego i naszego Uniwersytetu, która uczestniczy w uchwalaniu merytorycznego programu działalności. W okresie tym trwały starania zakończone sukcesem, którym jest wyremontowanie obiektu uniwersyteckiego stanowiącego obecnie naszą autonomiczną siedzibę. Stało się to dzięki zainteresowaniu Władz Miasta i Władz Rektorskich, którzy pokryły koszty tego przedsięwzięcia, wynoszące ponad 300 tys. zł. Jednocześnie utworzony został sekretariat z etatowym pracownikiem.

Permanentnie wzbogacamy naszą ofertę programową. Cotygodniowe wykłady, realizowane przez profesorów wyższych uczelni Wrocławia, uzupełniają zajęcia seminaryjne w mniejszych grupach. W ostatnim roku akademickim funkcjonowały: "Szkoła pleców", "Gimnastyka mózgu", "Twoje życie w twoich rękach", proponujące edukację w różnych obszarach zainteresowań: fizycznym, psychicznym i intelektualnym. Słuchacze uczestniczą również w wykładach z filozofii i etyki prowadzonych w kościele św. Elżbiety przez zaprzyjaźnionego z nami proboszcza dr. Franciszka Głoda.

Odnotowujemy również z satysfakcją, pojedyncze przypadki uczestnictwa słuchaczy UW w wykładach realizowanych dla studentów stacjonarnych (historia sztuki, pedagogika, psychologia). Nasi słuchacze zapraszani są także do uczestnictwa w seminariach i konferencjach naukowych organizowanych przez Instytut Pedagogiki naszego Uniwersytetu.

Owocna współpraca z Akademią Wychowania Fizycznego i Akademią Medyczną, proponuje udział w programach badawczych, usprawniających nasze ciało, zdrowie i samopoczucie.

Dopełnieniem rehabilitacji ruchowej są organizowane przez sekcję turystyczną wędrówki piesze i spacery, realizowane przez dyplomowanych przewodników naszego uniwersytetu.

Gimnastyki rehabilitacyjne, okazjonalne spotkania, rozrywki kulturalne, to kolejna strona naszej aktywności. Praca twórcza, dająca zadowolenie, wysiłek umysłowy, poczucie własnej wartości, a więc możliwości samorealizacji w wieku starszym mogą być realizowane dzięki : teatrzykowi poezji, sekcji literackiej, kabaretowi, chórowi, nauce języków obcych, pracom rękodzielniczym itp.

Na szczególną uwagę zasługuje rozpoczęcie edycji naszej wewnętrznej gazetki pt. Kurier – nieregularnik UTW, redagowanej przez słuchaczy UTW.

Nasze sekcje zainteresowań, których przybywa, podobnie jak wcześniej wymienione grupy twórcze, prowadzone są przez wyłonionych liderów naszych słuchaczy.

Na uwagę zasługuje także pogłębiająca się integracja naszej społeczności, w czym duża jest zasługa Rady Samorządu Słuchaczy. Atmosfera twórcza w naszej placówce powoduje duże zainteresowanie nami mediów, studentów i mieszkańców Wrocławia. Nasz Uniwersytet, zgodnie z tradycją uniwersytecką realizuje nie tylko podstawową funkcję edukacji ludzi późnej dorosłości we wszystkich możliwych wymiarach, pełni również funkcję badawczą, kiedy będąc terenem badań, umożliwia powstawanie prac licencjackich, magisterskich i doktorskich.

Nasz Uniwersytet pełni również funkcję placówki ćwiczeń dla studentów, których przygotowujemy do pracy z ludźmi dorosłymi, starszymi; tu realizują swoje programy autorskie, w ramach praktyk pedagogicznych. Nawiązana została współpraca z UTW na Litwie, na Ukrainie, a także w Anglii. Rozszerzamy nasze kontakty z Niemcami.

Warto zastanowić się nad przewidywaną perspektywą rozwojową. Za wszelką cenę należy dołożyć starań, aby do udziału w naszym programie zaprosić jak największą liczbę mieszkańców Wrocławia i okolic.

Zamierzamy w sposób systematyczny realizować konferencje gerontologiczne. Przygotowujemy również seminarium, które umożliwi prezentację dokonań wymienionych tu prac badawczych, z przewidywaną cyklicznością.

Rozpoczęliśmy prace przygotowawcze do uruchomienia podyplomowych studiów przygotowujących do pracy z ludźmi starszymi, pod auspicjami naszej Rady Naukowej.

Naszą gazetką chcielibyśmy wypełnić lukę na rynku wydawniczym, proponując "gazetę seniora" adresowaną do całej społeczności ludzi starszych we Wrocławiu.

Marzeniem naszym jest powołanie przy naszej placówce Wrocławskiego Centrum Człowieka Starszego, które podjęłoby się prac związanych z szeroko rozumianą informacją, poradnictwem gerontologicznym, konsolidacją wolontariatu, badaniami, doskonaleniem itp.

Mamy nadzieję, że władze uniwersyteckie i samorządowe Wrocławia, uwzględniając nasze potrzeby i doceniając znaczenie dla mieszkańców miasta naszej placówki, tak jak dotychczas będą nam towarzyszyć w tych zamierzeniach dzieląc się swoją wiedzą i możliwościami.

dr Walentyna Wnuk

Kierownik UTW

O NAS POWIEDZIELI

Przedstawiamy czytelnikom wywiady z osobami zasłużonymi dla UTW, które przeprowadził p. Michał Raińczuk

Nie zawsze jesień życia jest złota, ale UTW sprawia, że może taką być

Niespokojność ducha

Rozmowa z Prorektorem ds. Nauczania Uniwersytetu Wrocławskiego prof. dr. hab. Andrzejem Witkowskim

Dr Walentyna Wnuk nazwała Pana *ojcem chrzestnym* Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Czy jest Pan zadowolony ze swojego *chrześniaka*?

Tak. Wśród studentów Uniwersytetu Trzeciego Wieku widzę wiele zachowań, których brakuje ludziom młodym – m.in. swoistego zastanowienia nad życiem, oni ciągle gdzieś pędzą. Studenci UTW trochę inaczej wszystko przeżywają, myślę, że to wynika z ich doświadczenia i wieku. Oni chcą maksymalnie wykorzystać swój czas. Chcą sięgnąć po wszystko, co jest dla nich możliwe. Są pełni entuzjazmu – chcą żyć! To jest piękne.

Jaki wkład mają w uczelnię starsi studenci?

Przede wszystkim mądrość i doświadczenie. I wbrew pozorom, pewną niespokojność ducha.

Doprowadził Pan do zaadaptowania Uniwersytetu Trzeciego Wieku do środowiska Uniwersytetu Wrocławskiego, teraz UTW działa w strukturach tej uczelni – studenci mają wykłady, dostają dyplomy – ale to chyba nie jest zwykły wydział?

To szansa na piękną, zdrową, radosną jesień życia. Nie zawsze jest ona złota, ale UTW sprawia, że może taką być. Studenci naprawdę przygotowują się do każdego spotkania. Nie tylko intelektualnie. Podobnie jak młodsi studenci chcą ładnie wyglądać, chcą spotkać koleżankę, kolegę, czasem nawet sympatię. To coś zupełnie innego, niż zamknięcie się w czterech ścianach i rozmowa z kanarkiem czy psem. To naprawdę daje motywację do życia. Ludzie dyskutują, uczestniczą w wykładach, są na bieżąco z wydarzeniami na świecie i w kraju. Potem mogą zupełnie swobodnie porozumieć się z przemądrzałym wnuczkiem, któremu wydaje się, że wszystko wie najlepiej.

To co wyróżnia UTW, to na pewno fakt, że spotykają się w nim ludzie o różnym wykształceniu. Na spotkaniach zaś mówi się o tym, co bezpośrednio dotyczy studen-

tów – o życiu, o codziennych troskach, o zdrowiu.

Myślę, że dobrze się stało, iż UTW znajduje się przy Uniwersytecie Wrocławskim. Jest to obustronna korzyść – i dla studentów i dla pracowników naukowych. Ci drudzy traktują tę jednostkę uczelni bardzo ciepło. Być może dlatego, że jakaś część z nas na pewno tam kiedyś trafi. Już teraz sporo byłych pracowników Uniwersytetu tam się spotyka.

Wielu ludzi chce współpracować z Uniwersytetem Trzeciego Wieku, wielu już z nim współpracuje, jak Pan myśli, co ich tam przyciąga? I jak Pan do niego trafił?

Jeżeli chodzi o mnie, to było to trochę dziełem przypadku. Z racji pełnionej funkcji w zakresie moich obowiązków znalazła się opieka nad procesem włączenia UTW w struktury Uniwersytetu Wrocławskiego. Trafiłem na kilka spotkań, zobaczyłem salę wykładową wypełnioną radosnymi, aktywnymi, spontanicznymi ludźmi. To co zauważyłem w ich oczach, ujęło mnie. I tak już zostało. A co przyciąga wykładowców, współpracowników? Myślę, że chociaż nie chcemy myśleć o starości, nie przyznajemy się do myśli o śmierci, to w każdym z nas to tkwi. Podświadomie mamy nadzieję, że jeżeli my będziemy dobrze postępować wobec starszych, to i młodsze generacje o nas zadbają.

Zapotrzebowanie na działalność UTW jest olbrzymie, co widać po frekwencji na wykładach i nieustająco napływającej fali chętnych, ale liczba miejsc jest ograniczona; co Pan wspólnie z Uniwersytetem Wrocławskim zamierza zrobić, by jak najwięcej studentów mogło trafić na uczelnię?

Na razie możemy przyjąć około 300 – 350 osób. Staramy się, by studentów mogło być jak najwięcej. Niestety nie mamy tak dużych powierzchni. Niedługo jednak, dzięki pomocy Zarządu Miasta, ma być przekazana UTW nowo wyremontowana dawna stolarnia, która stanie się siedzibą tej jednostki. Potrzeba nam bardziej zaawansowanego sponsoringu. Pozwoliłby on poszerzyć ofertę uczelni, choćby o wyjazdy poza Wrocław i atrakcyjne zajęcia plenerowe.

Chciałbym, aby studenci UTW przenieśli swoją aktywność do środowisk lokalnych

Elita

Rozmowa z członkiem Zarządu Miasta Wrocławia Sławomirem Piechotą

Jest Pan członkiem Komitetu Honorowego UTW, współpracuje Pan z uczelnią – jak rozpoczęła się ta współpraca?

Wszystko zaczęło się, kiedy zostałem wybrany do Zarządu Miasta. Pracowaliśmy wtedy nad określeniem strategii polityki społecznej na najbliższe cztery lata. Doszli-

śmy do wniosku, że istnieją dla nas dwie grupy priorytetowe: dzieci i młodzież oraz seniorzy. Ta druga grupa jest w Polsce potencjałem społecznym nadal nie wykorzystanym. Są to przecież ludzie często mający bardzo wysokie kwalifikacje, o dużej wiedzy i umiejętnościach. Ponadto mają dużo czasu – nie mają już małych dzieci, są na rentach bądź emeryturach. A co najważniejsze – chcą działać. Ponieważ są zazwyczaj zabezpieczeni materialnie, podejmują pracę nie w celu osiągnięcia dochodu, ale po to, by aktywnie i sensownie funkcjonować. Nasz program zakładał więc tworzenie możliwości działania osobom starszym, szukanie takich ludzi i placówek, które by to umożliwiły. Tak naprawdę, jedyną zaawansowaną i profesjonalnie prowadzoną inicjatywą był wtedy Uniwersytet Trzeciego Wieku.

Czego Pan oczekuje od uczelni?

Uniwersytet Trzeciego Wieku powinien być naszym partnerem w tworzeniu sieci klubów dla osób starszych. Z uczelni wywodzą się przecież ludzie, którzy mogliby w swoich lokalnych wspólnotach tworzyć tego typu miejsca. Chciałbym prosić, aby studenci UTW przenieśli swoją aktywność do środowisk lokalnych. Nie mówię tu o miejscu, w którym spotykają się biedni staruszkowie. Mam na myśli eleganckie kluby, gdzie mogą się spotkać mądrzy, stateczni, starsi ludzie. UTW swoją prestiżową atmosferą może przyciągać ludzi, dbać o utrzymanie poziomu tego rodzaju miejsc spotkań. Byłaby to alternatywa dla domów opieki społecznej, gdzie panuje, bardzo mnie smucąca, atmosfera przeczekiwania czasu. Kiedyś ktoś bardzo mądry napisał, że największą zbrodnią jest zabijać czas. Ja nie jestem w stanie obronić się przed poczuciem zabijania czasu w domach opieki społecznej. Dlatego właśnie lokalne, osiedlowe kluby, poprzez uaktywnianie ludzi, powinny być skutecznym lekarstwem na takie placówki. Najwyższym jakościowo poziomem tego rodzaju działalności jest dla mnie Uniwersytet Trzeciego Wieku, ale ta uczelnia pozostanie elitarną i jest do elity skierowana. Ta elita powinna jednak przyjąć jako swoje zadanie, swoją misję, podejmowanie działań lokalnych.

Czym dla Pana jest UTW?

Nie taję, że Uniwersytet Trzeciego Wieku mnie zachwycił. To, że mam okazję poznawać tak wspaniałych ludzi, takie inicjatywy, to jedne z moich najwspanialszych doświadczeń z pracy w Zarządzie Miasta. Tacy ludzie jak Pani Walentyna Wnuk sprawiają, że Wrocław jest miastem niezwykłym, miastem, które potrafi przyciągać ludzi. Potrzeba przeogromnej pasji, cierpliwości, wytrwania, by pomimo licznych przeszkód, tak daleko zajść.

Dzięki Panu UTW dostał z kasy miasta pieniądze na remont własnego budynku. Co przekonało władze miasta do przekazania środków na ten cel?

Zawsze podkreślam, że pieniądze nie stanowią bariery. Niewątpliwie są problemem, ale jeżeli jest dobry pomysł, jeżeli są ludzie, którzy chcą ten pomysł zrealizować, wiedzą jak to zrobić, mają wytrwałość i siłę, pieniądze też znajdą. I tak też rozumiem przyznanie funduszy UTW. Tu nie było żadnych wątpliwości – pomysł był dobry i dojrzały, wszyscy mieli tego świadomość. Złożyłem wniosek, który Zarząd Miasta jednomyślnie przyjął.

Jak Pan sobie wyobraża dalszą współpracę z Uniwersytetem Trzeciego Wieku?

Myślę, że ważne jest, aby Uniwersytet dalej się rozwijał. Aby ta elita, która dzisiaj z niego korzysta, była liczniejsza. Wiem, że chętnych jest dużo więcej niż uczelnia jest wstanie przyjąć. Stworzenie nowej auli jest kolejnym etapem. Z całym przekonaniem

chciałbym wspierać ten rozwój tak, aby jak największa część potrzebujących mogła się włączyć. Natomiast od Uniwersytetu Trzeciego Wieku oczekuję, że będzie dalej realizował swoją działalność i mam nadzieję, że Pani Wnuk i jej współpracownikom starczy sił.

Styl życia człowieka ma większe znaczenie niż leczenie farmakologiczne

Otworzyć skorupę

Rozmowa z prof. Wandą Lubczyńską-Kowalską opiekunem naukowym UTW z ramienia Akademii Medycznej we Wrocławiu

Jako pracownik Akademii Medycznej i Akademii Wychowania Fizycznego nie jest Pani bezpośrednio związana z Uniwersytetem Wrocławskim. Jak zatem zaczęła się Pani współpraca z Uniwersytetem Trzeciego Wieku?

Mniej więcej dwadzieścia lat temu zostałam poproszona przez ówczesnego kierownika naukowego UTW prof. Franciszka Bielickiego o kilka wykładów związanych z zachowaniem zdrowia. Każdy z tych wykładów był dla mnie wielkim przeżyciem – duża grupa ludzi obdarzała prowadzącego olbrzymim zaufaniem i sympatią. Były oklaski, studenci śpiewali hymn uczelni. W tym burzliwym dla naszego kraju okresie tworzyli zwartą, serdeczną grupę. Nigdy w życiu nie spotkałam się z audytorium, które by tak słuchało wykładu.

Kiedy prof. Bielicki przeszedł na emeryturę i zaproponował mi swoje stanowisko, byłam pełna niechęci. Wynikało to z moich doświadczeń osobistych. Moja matka poświęciła się tego rodzaju pracy. Robiła bardzo dużo dobrego, ale rzadko bywała w domu. Swój czas wolny poświęcała nie rodzinie, a ludziom starszym, którymi się zajmowała. Byłam więc niechętna, ale zdecydowałam się. Z jednej strony ci ludzie stali mi się bliscy, z drugiej strony nie widziałam nikogo, na kogo mogłabym zrzucić ten obowiązek. Oczarowała mnie też pani Alicja Woźnicka, ówczesna dyrektor UTW, która nawet nie dopuszczała myśli, bym miała się nie zgodzić.

Co sprawiło, że została Pani przy UTW przez tak długi czas?

Lata toczą się szybko i coraz szybciej. Problem jest nadal aktualny, jest więcej chętnych. Swój obowiązek można zrzucić, kiedy znajdzie się następcę. W życiu bardzo często szuka się następcy, ale może przez pewną pychę, może przez głupotę uważa się, że nikt nie dorasta do tego, żeby przejąć nasze zadania. Ale to jest nieprawdą. Zawsze znajdą się lepsi. Jednak żeby poszukać, trzeba mieć czas, a ja jestem osobą, która czasu nie ma. Jestem osobą, która czas wręcz kradnie – dla pracy, dla domu, dla dzieci, wnuków i męża, dla przyjaciół. Ale to wszystko daje mi satysfakcję, a cóż warte jest życie bez radości, życie, które po prostu się wlecze?

Czy UTW jest antidotum na takie *wleczenie się* życia?

Na pewno. Ludzie w podeszłym wieku unikają rówieśników, ponieważ wydaje im się, że jest to getto, które już nic przed sobą nie ma, a jedynym tematem rozmów są choroby. Z drugiej strony ludzie starzy pragną kontaktu ze sobą, ponieważ rozmawiają jednym językiem. Rodzina nie ma czasu, równolatkowie umierają, powstaje pustka. UTW jest środowiskiem, w którym można się odnaleźć, dowiedzieć się czegoś nowego o sobie i o świecie. A świat zmienia się błyskawicznie. Ludzie starsi nie nadążają za tymi zmianami, ale są ciekawi. Bliscy, z powodu braku cierpliwości czy czasu, nie zaspokajają tego głodu informacji. Skorupę niedoinformowania otwiera właśnie Uniwersytet Trzeciego Wieku.

Czy UTW może mieć jakieś działania prozdrowotne, może wpływać na samopoczucie?

Od kilku lat mówi się, że styl życia człowieka ma większe znaczenie niż leczenie farmakologiczne. Każde spotkanie z ludźmi, każda rozmowa, aktywność sprawia, że człowiek czuje się dobrze i idzie do przodu.

Jakie znaczenie ma dla Pani kontakt ze studentami UTW?

Ma kilka znaczeń. Przede wszystkim jest kontynuacją pracy mojej matki. To dla mnie bardzo ważne. Niewątpliwie znaczenie ma świadomość robienia czegoś dla drugiego człowieka. Dzięki UTW mogę również uważniej obserwować i lepiej poznawać samą siebie. Zauważam zmiany we własnych zainteresowaniach, zachowaniach, sama się starzeję. Przez to lepiej rozumiem studentów i potrafię ich zainteresować.

Jaką *diagnozę* postawilaby Pani UTW?

Uczelnia rozwija się, idzie do przodu, działa prężnie i powiększa się. Niestety powiększa się ponad miarę naszych możliwości. Związane jest to z brakiem pieniędzy na rozbudowę UTW. Tak dużą grupę ludzi powinno się rozdzielić na mniejsze zespoły, ponieważ w tłumie jednostka ginie, a na to nie powinniśmy pozwolić.

Chcę pokazać, że ruch to radość

Miejsce spełnienia

Rozmowa z dr Grażyną Dąbrowską, opiekunem naukowym UTW z ramienia Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu

Jak zaczęla się Pani praca wykładowcy na Uniwersytecie Trzeciego Wieku?

Już w czasie własnych studiów na Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, za sprawą dr. med. Czesława Kempistego i dr Marii Markowskiej, dowiedziałam się o istnieniu UTW. Po ukończeniu nauki zostałam pracownikiem Katedry Rehabilitacji. Podczas swojej współpracy z ośrodkami klinicznymi Akademii Medycznej zostałam poproszona przez panią prof. Wandę Lubczyńską-Kowalską, opiekuna na-

ukowego UTW, o wygłoszenie wykładu na temat rehabilitacji i znaczenia aktywności ruchowej w życiu osób starszych. Przez panią profesor zostałam też przedstawiona kolejnej wspaniałej osobowości – pani mgr Alicji Woźnickiej, ówczesnemu kierownikowi UTW. Tak zaczęła się moja współpraca, na początku tylko w wymiarze dydaktycznym.

W kolejnych latach inspirowałam działalność prozdrowotną na rzecz słuchaczy, organizując grupy rehabilitacji kardiologicznej i dla osób leczonych z powodu schorzeń narządu ruchu. Zachęcałam także kolegów z uczelni do prac badawczych nad człowiekiem starszym. Obecnie, cała ta działalność jest bardzo szeroko rozwinięta, w czym ogromny udział ma także pani dr Anna Skrzek. Chciałabym podkreślić, że bardzo duże grono pracowników Akademii Wychowania Fizycznego jest czynnie zainteresowane Uniwersytetem Trzeciego Wieku.

Na czym polega Pani praca ze sluchaczami UTW?

Nasza działalność jest działalnością prozdrowotną i rehabilitacyjną. Jako specjalistów ruchu, interesuje nas przede wszystkim jakość życia osób w wieku starszym i miejsce aktywności ruchowej w tejże jakości życia. Na dobry stan ducha i poczucie zdrowia istotny wpływ ma aktywność ruchowa, zarówno ta codzienna, jak i uzupełniająca, w postaci różnych form rekreacji.

Jeżeli chodzi o działalność praktyczną – udostępniamy nasz obiekt, gdzie pracownicy AWF prowadzą ze słuchaczami ćwiczenia rehabilitacyjne. Oceniamy również ich sprawność i wydolność w pracowniach badawczych.

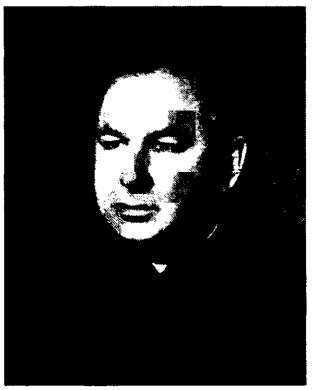
Spotykam się z dużym zainteresowaniem słuchaczy i równie dużym zrozumieniem potrzeby stosowania aktywności ruchowej. Jest to dla mnie i kolegów ogromna mobilizacja i w miarę możliwości próbujemy sprostać oczekiwaniom seniorów.

Na co kładzie Pani szczególny nacisk w zajęciach ze studentami UTW?

Bardzo wysoko cenię zarówno praktykę, jak i teorię. Rehabilitacja to działanie interdyscyplinarne, u podłoża którego leży ogromny humanizm, nauki biologiczne, psychologiczne, pedagogika. Na tym tle występuje dopiero problem znajomości ruchu. Ja staram się to wszystko łączyć. Aktywność ruchowa, rehabilitacja integrują wiele pięknych cech – to m.in. profilaktyka wtórna wobec procesów starzenia, kształtowanie samodzielności funkcjonalnej osób starszych, zapewnienie takim osobom poczucia bezpieczeństwa w codziennych czynnościach życiowych. Trzeba pokazać, że ruch to także radość. Próbuję również, poprzez słuchaczy UTW, kształtować świadomość potrzeby kultury fizycznej wśród młodszych pokoleń. Może to właśnie *uświadomiony* dziadek zachęci wnuka do większej aktywności fizycznej.

Czym jest dla Pani praca ze starszymi osobami?

Zawsze miałam świetne relacje ze swoimi dziadkami, ogromnie szanuję ludzi starszych. Kiedy po raz pierwszy zostałam zaproszona do poprowadzenia zajęć w UTW, wyszłam z nich oszołomiona. Znalazłam tam wszystko, co łączy się z radością życia oraz z integracją słowa, śpiewu i ruchu. Znalazłam tam swoje miejsce spełnienia - z jednej strony w UTW spełniam się jako człowiek, z drugiej, korzystając z możliwości prowadzenia badań nad ludźmi starszymi, realizuję się jako pracownik naukowy. Ponadto, nie ukrywam, że przygotowuję tam sobie miejsce – chciałabym doczekać takiej chwili, kiedy to ja będę siedziała po drugiej stronie katedry i słuchała wykładów, właśnie w tym miejscu i wśród tych ludzi.



Człowiek nie może być gnuśny

Kułtura i obycie

Rozmowa z księdzem pralatem dr. Franciszkiem Glodem proboszczem parafii św. Elżbiety we Wroclawiu

Czy czlowiek stary zajmuje w religii chrześcijańskiej jakieś szczególne miejsce?

Chrześcijanin, niezależnie od wieku, powinien być aktywny. Człowiek nie może być obojętny, gnuśny. Każdy z nas powinien na każdym etapie swego życia angażować się, a nie ograniczać do obserwacji i krytyki.

Prawdą jest natomiast, że ludzie starsi są szczególni – poprzez swoją mądrość życiową i doświadczenie. Każda rodzina, każda społeczność, która chce się rozwijać, powinna korzystać z wiedzy starszego pokolenia. W Kościele bardzo docenia się osoby starsze, taka jest nauka Chrystusa. Przecież już w Starym Testamencie mówi się, że nawet kiedy twój ojciec straci rozum, powinieneś go szanować. Kiedyś tak było, dzisiaj trudniej z realizacją tego nakazu. W społeczeństwach nastawionych na konsumpcję nie szanuje się ludzi w podeszłym wieku, wyrzuca się ich poza nawias. Stają się jak drzewo wyrwane z korzeniami. A stare drzewo już nie potrafi się przystosować.

Opiekuje się Ksiądz ludźmi bezdomnymi, biednymi, zagubionymi. Skąd zainteresowanie studentami Uniwersytetu Trzeciego Wieku?

Wielu z Sybiraków, z którymi się spotykam, jest równocześnie studentami UTW. To przez nich trafiłem na uczelnię. Kilkakrotnie proszono mnie o wykłady m. in. z antropologii, filozofii, psychologii osobowości. Staram się również uczestniczyć w wycieczkach do Jugowic i Jelcza-Laskowic, organizowanych wspólnie przez UTW i parafię.

Na wycieczkach ma Ksiądz bezpośredni kontakt ze studentami UTW, jak Ksiądz ich odbiera?

Jestem nimi urzeczony. Są wszystkiego ciekawi i wszystkim się cieszą.

Parafia św. Elżbiety ma swój wlasny program opieki nad ludźmi starszymi...

Tak, i słuchacze UTW w ten program często się włączają, choćby przez uczestnictwo w wyjazdach do ośrodków parafii w Jelczu i Jugowicach czy rozpoczynanie roku akademickiego uroczystą mszą świętą. Chór UTW ma próby w sali parafii, daje koncerty w kościele. A więc kontakty między uczelnią a parafią stale się utrzymują i jest to dla mnie bardzo miłe. Nie dzielę ludzi na tych z parafii i tych spoza. Kto do nas przyjdzie, może liczyć na naszą pomoc.

Rozpocząłem również budowę tzw. albertówki – Domu św. Alberta i św. Franciszka w Jugowicach. Za własne oszczędności zakupiłem tam piękne łąki, na których powstaje ośrodek dla bezdomnych mężczyzn, w którym będą mieli możliwość prowa-

dzenia własnego gospodarstwa. Obok zbudujemy budynek, w którym będą mogli przebywać Sybiracy oraz studenci UTW – takie miejsce do odpoczynku, refleksji, a jednocześnie zachęta do aktywnego wypoczynku wśród szlaków górskich. To również byłaby pewna współpraca: starsi ludzie mieliby zdrową, świeżą żywność z albertówki, a sami przywoziliby ze sobą trochę kultury i obycia. Marzę o tym i chciałbym, żeby studenci UTW byli tam stałymi bywalcami.

Czego Ksiądz chcialby życzyć Uniwersytetowi Trzeciego Wieku w dniu jego jubileuszu?

Żeby miał coraz więcej słuchaczy, żeby dalej się rozwijał w tym samym kierunku, a zainteresowanie nim nie słabło. Słuchaczom chciałbym życzyć dobrych i ciekawych wykładowców, zainteresowanych ich problemami. Takich, którzy nie pozwolą by studentów opuściła aktywność, werwa i chęć życia, tak dla nich charakterystyczne.

Chcemy się rozwijać i żyć pełnią życia

Nic nie robi się samo

Rozmowa ze Stefanią Werner przewodniczącą Rady Sluchaczy UTW

W jaki sposób trafila Pani do samorządu Uniwersytetu Trzeciego Wieku?

Po przejściu na emeryturę zapisałam się na UTW. Przez pierwsze dwa lata byłam słuchaczką. Później zostałam wybrana na przewodniczącą i tak już zostało – pełnię tę funkcję trzecią kadencję z rzędu, z których każda trwa cztery lata.

Musi się Pani cieszyć zaufaniem i sympatią sluchaczy. Potrójny wybór na najwyższe stanowisko w samorządzie jest tego dowodem.

Jestem solidna, staram się dotrzymywać zobowiązań. Poza tym na uczelni jest dużo ludzi, ale niewielu z nich jest chętnych do tego typu pracy. Pracy, której nie widać na pierwszy rzut oka, a którą trzeba wykonać. Samorząd uzgadnia tematykę wykładów, załatwia sprawy organizacyjne, ustala terminy spotkań i uroczystości. Przynajmniej raz w miesiącu spotyka się z panią dr Wnuk, przedstawia jej zagadnienia dotyczące studentów, ich uwagi, oczekiwania i pragnienia. Urządza spotkania opłatkowe oraz rozpoczęcie i zakończenie roku akademickiego. To wszystko tylko pozornie załatwia się samo.

A Pani daje sobie z tym wszystkim radę?

Zacznijmy od tego, że samorząd to nie tylko ja, ale cała grupa ludzi. Na początku było nas dziesięcioro, ale doszliśmy do wniosku, że to nie wystarcza. Przecież w naszym wieku często się choruje, w trakcie pracy niespodziewanie wynikają przeróżne losowe przeszkody. Dlatego obecnie samorząd liczy dwadzieścia osób. Zespół, z którym pracuję już dziesięć lat jest bardzo zgrany. To osoby solidne, wiedzące, że mogą

na siebie nawzajem liczyć. Jeżeli zobowiążemy się coś zrobić, na pewno nie zawiedziemy. To chyba powód, dla którego jesteśmy wybierani przy każdych kolejnych wyborach.

Pelni Pani funkcję, która wymaga stalych relacji ze studentami UTW, sama jest Pani sluchaczką – tak bliskie stosunki na pewno sprzyjają obserwacji. Jacy są studenci Uniwersytetu Trzeciego Wieku?

Przychodzą do nas ludzie na pewnym poziomie, są to głównie osoby wykształcone. Każdy z nas kończy działalność zawodową, ale nikt nie chce być wyłączony z życia. Jesteśmy ludźmi, którzy chcą się jeszcze czegoś dowiedzieć, czegoś się nauczyć. Wielu z nas jest po ciężkich przeżyciach, takich jak śmierć bliskiej osoby, wielu czuje się osamotnionymi. Nie chcemy siedzieć zamknięci w domu, więc przychodzimy do UTW, który zapewnia nam kontakt z innymi ludźmi. Chcemy się rozwijać i żyć pełnią życia. Pomagają nam w tym wykładowcy, którzy potrafią przekazać nam część swojej wiedzy. Nam nie są potrzebne nazwy łacińskie i szczegóły naukowe – my potrzebujemy wiedzy popularnonaukowej, dostępnej i zrozumiałej, dlatego tak ważny jest dobór ludzi, którzy z nami pracują.

Jakie miejsce zajmuje w Pani życiu UTW?

Dzięki UTW nie zasklepiam się w samotności, a moje kontakty nie są ograniczone do rodziny. Poza tym tutaj cały czas jestem czynna. Większość słuchaczy przyznaje, że to UTW zmusza ich do ubrania się rano, wyjścia z domu, dbania o siebie. Wielu z nich realizuje tu swoje marzenia, których nie miało szans spełnić w okresie pracy zawodowej. Przebywanie wśród ludzi zawsze wnosi coś dobrego.

Ideą UTW jest spotkanie ludzi o różnym statusie społecznym

Zmiana jakości życia ludzi starszych

Rozmowa z dr Walentyną Wnuk kierownikiem Uniwersytetu Trzeciego Wieku we Wroclawiu

Jest Pani związana z Uniwersytetem Trzeciego Wieku od dawna, większość współpracowników i sluchaczy zgodnie przyznaje, że praca z ludźmi starszymi to Pani pasja...

Moje zainteresowanie andragogiką, człowiekiem dorosłym, było chyba tego początkiem. Kiedy zaczęłam penetrować literaturę na ten temat, zorientowałam się, że andragogika marginalnie zajmuje się człowiekiem starszym. To mnie skłoniło do zajęcia się tym obszarem. Ponadto myślę, że dobrze sobie radzę z audytorium – komunikowanie z ludźmi starszymi nie sprawia mi większych kłopotów.

Do Uniwersytetu Trzeciego Wieku trafiłam w ramach praktyk studenckich, które prowadziłam z naszymi studentami. Kiedy zobaczyłam po raz pierwszy tych ludzi... byłam zachwycona! Wszystko to zrobiło na mnie ogromnie wrażenie. Słuchacze mnie zaakceptowali. Chodziłam tam ze studentami, oni realizowali swoje autorskie programy. To było coś niesamowitego. Wkrótce zaproponowano mi objęcie kierownictwa tej placówki

Dlaczego Uniwersytet Trzeciego Wieku, będąc samodzielną placówką, dążył do włączenia w struktury Uniwersytetu Wrocławskiego?

Na tym polega idea UTW – powinien podlegać wyższej uczelni. Wprowadzenie UTW w struktury Uniwersytetu nadało mu poziom, rangę i stabilność. Dlatego, będąc we władzach uczelni, bardzo o to zabiegałam ponieważ daje możliwość otwarcia się na jeszcze jedno środowisko zainteresowane edukacją. We Wrocławiu co szósta osoba skończyła 60 rok życia. A będzie ich coraz więcej. Żyjemy więc w mieście starych ludzi. Fundamentalnym założeniem andragogiki jest przekonanie o możliwościach rozwojowych człowieka przez całe życie, a tak naprawdę w okresie emerytalnym człowiek się nie rozwija, stoi w miejscu. To jest tragiczne. Uznałam, że UTW, wzmocniony prestiżem Uniwersytetu Wrocławskiego, może być szansą na zmianę. Mnie już jutro może nie być, ale Uniwersytet Trzeciego Wieku zostanie. Udało mi się i uważam to za swój bardzo duży sukces.

Wroclawski UTW jest jedną z wielu takich organizacji w Polsce i na świecie, czy współpracuje on z innymi tego typu placówkami?

Utrzymujemy kontakty ze wszystkimi uniwersytetami w kraju. Wymieniamy się programami, doświadczeniami, zapraszamy na jubileusze. Często słuchacze sami, w ramach sekcji turystycznych, organizują wyjazdy do miast, w których znajdują się podobne uczelnie.

Współpracujemy z zagranicą, gościliśmy już Niemców, czekamy na wycieczkę słuchaczy ze Lwowa, zaprosiliśmy kierownictwo polskiego uniwersytetu z Wilna. W maju spodziewamy się też odwiedzin Anglików – oprowadzać ich będzie nasza sekcja turystyczna, o kontakty będą dbali nasi lektorzy.

Poziom wykształcenia studentów jest zróżnicowany. Jacy ludzie przychodzą na uczelnię?

Jako kierownik wrocławskiego UTW uważam, że ideą uczelni jest zmiana jakości życia ludzi starszych, możliwość spotkania się ludzi o różnym statusie społecznym. U nas przeważają absolwenci szkół średnich. Ale o to chodzi – adwokat ma się spotykać z gospodynią domową, lekarz z byłym nauczycielem akademickim. Wszystkich tych ludzi łączą te same problemy, te same kryzysy rozwojowe. Oni mają wzajemnie się wspierać, wzmacniać. Nie chciałabym nigdy zrobić z naszego Uniwersytetu uczelni elitarnej.

Ale studenci UTW są uważani za elitę.

Dlatego m. in., że nie wszyscy ludzie starsi zdecydują się na zajęcia uniwersyteckie. Na ogół decydują się ludzie, którzy prezentują sobą określony poziom intelektu i wykształcenia. Bo jednak Uniwersytet kojarzy się z określonymi wymaganiami.

UTW to wyjątkowa uczelnia, nie tylko przez wzgląd na średnią wieku studentów. Jak Pani myśli, co buduje tę szczególną atmosferę?

Przede wszystkim silne poczucie więzi, które daje jakże potrzebne wsparcie psychiczne słuchaczom.. Myślę, że tę aurę tworzą studenci z wieloletnim stażem. To ludzie, którzy przedłużają moje ręce, bardzo mi pomagają. Dzięki nim czuję się silna.

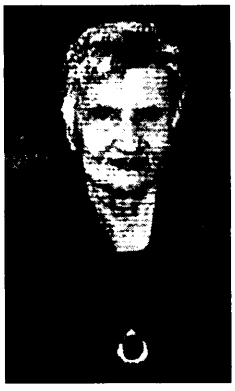
Ważne jest też miejsce, w którym mieści się UTW – Instytut Pedagogiki i Psychologii. Studenci wykazują duże zrozumienie dla ludzi starszych. Bardzo często da się zauważyć tych studentów rozmawiających ze słuchaczami UTW. Umożliwiam im realizację własnych programów w ramach praktyk pedagogicznych. Ten kontakt jest bardzo ważny.

Jakie są Pani dalsze plany związane z UTW?

Chciałabym, żeby Uniwersytet zrealizował ideę powołania Wrocławskiego Ośrodka Człowieka Starszego. Myślę, że zainteresowanie ze strony władz miasta i władz Uniwersytetu Wrocławskiego daje nam na to szansę. Zintegrowałoby to wszystkich ludzi, środowiska i stowarzyszenia pozarządowe, które zajmują się problemem człowieka starszego. Ośrodek ten zająłby się poradnictwem gerontologicznym, które jest bardzo potrzebne, inspirował badania, inicjował wszelkie usługi dla ludzi starszych. Byłoby to też centrum informacji, która teraz jest bardzo rozproszona. Również miejsce uaktywnienia wolontariuszy. To moje marzenie, które teraz wydaje się bardzo realne.

Z HISTORII UTW

Stanisława Bachurzewska



Prof. dr nauk med. gerontolog HALINA SZWARC

Prof. Halina Szwarc urodziła się w Łodzi. Tuż przed wybuchem II wojny światowej otrzymała małą maturę w renomowanym gimnazjum Heleny Miklaszewskiej. Równocześnie uczyła się intensywnie muzyki w łódzkim konserwatorium. Działała także w harcerstwie.

W latach okupacji hitlerowskiej uczestniczyła początkowo w konspiracyjnych Szarych Szeregach, a następnie była żołnierzem ZWZ-AK. Powierzano jej niezwykle trudne zadania o charakterze wywiadowczym w głębi III Rzeszy, między innymi w Berlinie i Hamburgu. Ich wyniki miały istotne znaczenie dla walki z faszyzmem. Wiosną 1944 r. późniejsza profesor Halina Szwarc została aresztowana przez Gestapo. Po ciężkim śledztwie i długim pobycie w więzieniu skazano ją na śmierć. Wyzwolenie Łodzi w styczniu 1945 r. było cudownym ocaleniem.

W nowych warunkach politycznych wraz z innymi dawnymi członkami AK znalazła się wśród osób traktowanych jako podejrzane i zagrożone represjami. Udało jej się jednak ukończyć studia medyczne w Poznaniu i rozpocząć pracę naukową na tamtejszej Akademii Medycznej. Pomimo obronionego w 1951 r. doktoratu nie dopuszczono jej wówczas do dalszych etapów kariery pracownika wyższej uczelni. Dopiero po 1956 roku i po uzyskaniu stopnia kandydata nauk (równoznacznego z habilitacją) otworzyły się przed nią nowe możliwości. Od 1960 r. była docentem w Wyższej Szkole Wychowania Fizycznego w Poznaniu, a od 1964 – w Akademii Wychowania Fizycznego w Warszawie. Piastowała przez pewien czas stanowiska prodziekana i prorektora w tej uczelni. W 1966 r. uzyskała tytuł profesora nadzwyczajnego, a w 1985 – zwyczajnego.

Jej zainteresowania naukowe obejmowały początkowo endokrynologię, a następnie medycynę sportową, zwłaszcza zagadnienia wysiłku fizycznego. Prowadziła też badania epidemiologiczne, dotyczące byłych więźniów obozów koncentracyjnych. Obserwacje procesów przyspieszonego starzenia się części przedstawicieli tej grupy doprowadziły ją już w latach 70-tych do nowej wówczas dziedziny wiedzy – gerontologii. Odtąd poświęciła się jej bez reszty.

Prof. Halina Szwarc jest autorką stu kilkudziesięciu prac naukowych. Jako lekarz i gerontolog łączyła zawsze aktywność badawczą i dydaktyczną ze służbą społeczną. Wyrazem takiej właśnie postawy było założenie w 1975 r. pierwszego polskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Warszawie, co było początkiem ruchu uniwersytetów trzeciego wieku w całej Polsce. W roku 2000 prof. Halina Szwarc obchodziła jubileusz założenia i kierowania Uniwersytetem Trzeciego Wieku w Warszawie.

Drogę życiową prof. Haliny Szwarc odzwierciedlają po części wydane w 1999 r. "Wspomnienia z pracy w wywiadzie antyhitlerowskim ZWZ-AK", które są jedynie bardzo zwięzłą i skromną relacją z jakże bogatego jej życia.

Prof. Halina Szwarc za swą działalność okupacyjną oraz pracę naukową i społeczną otrzymała wiele odznaczeń. I tak za swą działalność okupacyjną m.in. Brązowy Krzyż Zasługi z Mieczami, Krzyż Walecznych, Order Virtuti Militari, a za pracę naukową i społeczną Krzyże: Kawalerski, Oficerski i Komandorski Orderu Odrodzenia Polski. Natomiast w październiku 2000 r. prof. Halina Szwarc otrzymała jedno z najwyższych odznaczeń państwowych – Krzyż Komandorski z Gwiazdą Orderu Polonia Restituta.

mgr Alina Woźnicka

FENOMEN WROCŁAWSKIEGO UNIWERSYTETU TRZECIEGO WIEKU

To prawda, że szczęście polega na tym, żeby umieć zrobić co tylko się da najlepszego, z tego co się ma, a bogactwo na tym, żeby wykorzystać to co się posiada. Tego uczy uniwersytet trzeciego wieku.

Każdy moment, dzień tydzień, miesiąc i rok w UTW na przestrzeni ponad 25 lat, to tylko utwierdzanie się w sensie i celowości tej instytucji. Formuła uniwersytetów trzeciego wieku jest wspólna na całym świecie w sferze uczestników, zaś rodzaje i

formy działalności różnorodne. Daje to niezmienną atrakcyjność uczestnikom oraz wręcz niewymierne korzyści. Jest to fenomen zbiorowości, w której każda z jednostek czerpie siłę uzupełniając swe uświadomione i nieuświadomione braki, rozwijając "uśpione" potrzeby, dając możliwości radosnego, pogodnego i mądrego przeżywania swego życia, zarówno osobom samotnym jak i żyjącym ze swymi rodzinami. UTW daje oparcie, wyzwala siły, nobilituje, uczy zachowania zdrowia, twórczej akceptacji inwalidztwa, rozumnego włączania się w problemy rodzinne, środowiskowe. Wyznacza normy, łagodzi obyczaje, daje też oparcie psychiczne.

Tego wszystkiego doświadczali uczestnicy naszego UTW od momentu jego powstania i doświadczają nadal, bo w szeregach członków UTW, wcześniej funkcjonującego pod nazwą Studium Trzeciego Wieku są jego pierwsi słuchacze. Są oni przykładem potwierdzającym tezę, że zdrowie fizyczne ma w dużym stopniu ścisły związek z psychiką i trybem życia.

Na sukces UTW ma wielki wpływ stabilność kadry, miejsca, program, a także zaufanie wszystkich do wszystkich, otwartość i szczerość w kontaktach. Wszelkie pozerstwo, sztuczność, preferowanie nieakceptowanych ogólnie norm, pomysłów, zachowań zostają szybko wykryte i odrzucone, w sposób naturalny. I to jest kolejna tajemnica sukcesu, zwartości uczestników, zadowolenia wewnętrznego, silnego poczucia więzi. Tę więź, troskę o wszystkich i o każdego z osobna kształtuje i utrwala Rada UTW czyli Samorząd, który jest gwarantem stabilności, rozwoju i przestrzegania realizowania potrzeb uważanych za ważne przez ogół uczestników.

Członkowie Samorządu są łącznikami pomiędzy Kierownictwem UTW a Słuchaczami, tak aktualnie uczestniczącym w zajęciach, jak i chorymi, seniorami-seniorów. Oni to uwzględniają w sposób zorganizowany wszelkie ich zainteresowania i potrzeby w ramach realnych możliwości. Organizują zajęcia, sekcje zainteresowań, imprezy, proponują akcje charytatywne.

Wrocław znał i poznaje coraz szerzej słuchaczy UTW od strony aktywności kulturalnej i charytatywnej. To promuje też uczestników, już dawno nie biorących udziału w życiu zawodowym i społecznym, dając im dodatkowe impulsy i wzmacniając więzi ze społeczeństwem.

Mówiąc o stabilnej kadrze jako "sprawcy" sukcesu UTW mam na myśli opiekunów naukowych UTW od jego powołania do chwili obecnej: przede wszystkim prof. dr hab. med. Halinę Szwarc, prof. Czesława Kempistego (†), prof. Jerzego Kutę (†), prof. Zdzisława Bielickiego (†) i prof. dr hab. Wandę Lubczyńską-Kowalską. Były to i są osobistości, których charyzma trwa, nieprzemija i u podstawy której leżą takie cechy jak: wiedza, miejsce w hierarchii społecznej, szacunek władz, słuchaczy, dar zjednywania ludzi do swych idei, szacunek dla każdego, niesienie pomocy potrzebującym, dyspozycyjność dla idei – a przy tym logika i ciepło! To ciepło jest wg mnie najważniejsze i ono powoduje, że bycie Opiekunem UTW weszło im w krwioobieg i trwa, jest bowiem, bardzo odczuwalne.

Odniosę się teraz szczególnie do osób żyjących, a zwłaszcza do twórczyni polskich UTW (w tym Wrocławskiego) prof. Haliny Szwarc i prof. Wandy Lubczyńskiej-Kowalskiej.

Patronat organizacyjny, przeglądy form działalności poszczególnych UTW, poradnictwo, włączanie UTW do AIUTA i bezpośrednia, łączność z kierownictwami i słuchaczami – członkami zarządów UTW, kontakty międzynarodowe, propagowanie ciekawych form poszczególnych UTW, promowanie osobowości, to dzieło prof. Hali-

ny Szwarc. Wielki to autorytet! Oddana sprawie nawet w trudnych i nie zawsze dla siebie dogodnych momentach. Wydaje się, że UTW obok wielu dokonań prof. Haliny Szwarc i obok własnej Rodziny, są dla Niej treścią i pasją "na dobre i złe chwile". Za to jest postrzegana jako Nasza najlepsza i jedyna Patronka. Dziękujemy – wszyscy, którzy jesteśmy zrzeszeni w UTW we Wrocławiu.

Prof. dr hab. Wanda Lubczyńska-Kowalska wielki, mądry, wspaniały, skromny, bezpośredni, uczynny lekarz, człowiek, kobieta, przyjaciel wszystkich, wspaniały mówca, autorytet o wielkiej prawości ducha, delikatności i oddaniu idei.

Ona i Jej Rodzina wspierają UTW wiedzą, pomocą medyczną, uśmiechem pełnym szczerej życzliwości i sympatii. Dzięki Niej UTW zyskał najlepszych wykładowców, ciekawe programy medyczne i nie tylko, oraz uzyskał stabilność naukową.

Jubileusz 25-lecia winien to odnotować.

Ostatnia uwaga dotycząca sukcesu Wrocławskiego UTW i jego rozwoju wiąże się z przejściem UTW pod zarząd Uniwersytetu Wrocławskiego. Dokonało się ono harmonijnie, za co po raz kolejny składam podziękowanie dr Walentynie Wnuk, prof. Jerzemu Semkowowi, władzom Miasta Wrocławia oraz władzom Uniwersytetu Wrocławskiego, głównie prof. dr hab. Andrzejowi Witkowskiemu

To wielkie szczęście oddać w dobre ręce ukochane dzieło, wspaniałych uczestników, wznieść się ponad egoizm trwania, widzieć rozwój, trwałość idei, radość uczestników, nobilitację tych, którzy są solą Polski, solą Wrocławia. Pozwalam sobie w tym jubileuszowym artykule szczególnie podziękować kierownikowi UTW, mojej następczyni dr Walentynie Wnuk za serce, humanizm i umiejętne przeprowadzenie członków Uniwersytetu Trzeciego Wieku na "drugi brzeg". Dziękuję Zarządowi UTW i kierownikom sekcji za ciężką pracę włączania nowych członków do społeczności uniwersyteckiej i pełnienia nowych dla nich ról społecznych.

Życzę dalszego rozwoju UTW, pomyślności Organizatorom i Uczestnikom, wzajemnego zadowolenia z życia, a nade wszystko umiejętności cieszenia się nim.

Stefania Werner

SAMORZĄD

Działalność Uniwersytetu III Wieku oparta jest o zasadę samorządności słuchaczy. Rada Słuchaczy – samorząd, zgodnie z założeniami obowiązującego statutu, wybierana jest na okres 4 lat. Działalność jej polega na kontaktach ze słuchaczami, kierownictwem uniwersytetu, wykładowcami, współuczestniczeniu w opracowywaniu tematyki zajęć na dany rok akademicki oraz wykonywaniu czynności administracyjnych i reprezentacyjnych takich jak: zapisy słuchaczy i pobieranie składek, organizacja rozpoczęcia i zakończenia roku, obsługa list obecności, wręczanie kwiatów i życzeń oraz podziękowań. Praca samorządu oceniana jest corocznie na ogólnych zebraniach słuchaczy, gdzie przedstawiane jest sprawozdanie z działalności oraz rozliczenie z pobranych i wydatkowanych składek (komisja rewizyjna). W celu intelektualnego rozwoju słuchaczy prowadzone są następujące sekcje zainteresowań: literacka, kabaret, dyskusyjna, plastyczna, hafciarska, chór, muzyczna, brydżowa, kulturalna, opieki

nad zwierzętami, wzajemnej pomocy, turystyczno-przyrodnicza, języków obcych – angielskiego, niemieckiego, rosyjskiego i grupa konwersacyjna jęz. francuskiego oraz zespół redakcyjny gazety.

Rada słuchaczy współdziała w szerokim zakresie przy organizowaniu życia kulturalnego, inicjuje i prowadzi akcje społeczne takie jak: opłatek dla słuchaczy, dyskusje na tematy aktualne i wypływające z potrzeb słuchaczy, bilety na koncerty i do teatru, mikołajki dla dzieci z Domu Dziecka, wizyty w Domach Pomocy Społecznej (odwiedzamy samotnych i chorych), organizowanie loterii fantowych, urządzanie zabaw. Zbiórka książek dla Polaków we Lwowie i dla uzupełnienia zniszczonej przez powódź biblioteki dla więźniów we Wrocławiu.

Współdziała w organizowaniu kompleksowych badań dla słuchaczy w Dolmedzie badań rekto- i gastroskopowych, osteoporozy, Współdziała również przy organizowaniu konferencji naukowej z okazji 15-lecia i 25-lecia istnienia Uniwersytetu Trzeciego Wieku we Wrocławiu. Organizuje okresowe zbiórki odzieży dla pensjonariuszy ze schroniska Brata Alberta, wycieczki po Wrocławiu, do ogrodu botanicznego, a dzięki współpracy z ks.dr. Franciszkiem Głodem wycieczki do Jelcza-Laskowic, Wojnowic i tanie wczasy dla naszych słuchaczy

W latach ubiegłych członkowie samorządu brali udział w ogólnych zjazdach UTW w Warszawie i innych miastach. Umożliwiło to poznanie pracy innych uniwersytetów oraz nawiązanie wzajemnych kontaktów.

Praca w samorządzie jest wykonywana społecznie, wymaga dużego zaangażowania, toteż w pierwszych latach istnienia wiele osób rezygnowało z powierzonych funkcji, co w konsekwencji doprowadzało do częstych zmian zarządów. Od roku 1990 funkcjonuje samorząd składający się z osób bardzo ofiarnych, zdyscyplinowanych i solidnych, to też w tym samym składzie był kilkakrotnie wybierany. Biorąc pod uwagę kruchość naszego życia uchwalono konieczność zwiększenia ilości członków zarządu do 20 osób.

Samorząd to grupa ludzi solidnych, odpowiedzialnych, pracujących ofiarnie od wielu lat, dlatego wyróżnić należy:

- szczególnie cenne umiejętności organizacyjne mgr Haliny Drygalskiej-Małkus prowadzącej wraz z Leontyną Falkowską sekretariat samorządu;
- Emilię Smug naszą solidną i skrupulatną skarbniczkę, a także świetnego fotografa dokumentującego wydarzenia z życia UTW;
- Irenę Augustyn twórczynię teatrzyku poezji oraz jej zastępcę Krystynę Wesołowską, które wraz z zespołem przygotowują spektakle rozrywkowe i uświęcające aktualne rocznice oraz wydarzenia;
- - Ninę Krautforst, która potrafiła zmobilizować i utworzyć spośród słuchaczy kabaret działający ponad 10 lat. Obecnie nowy kabaret prowadzony jest przez Danutę Dobrudzką;
- Janinę Kajrę inicjatorkę i kierownika sekcji dyskusyjnej, w której poruszane są różne tematy prócz religijnych i politycznych;
- Marię Parkitną założycielkę sekcji muzycznej, umożliwiającą poznawanie i przeżywanie wzruszeń przy słuchaniu różnych rodzajów muzyki, od poważnej do współczesnej;
- Marię Paluchniak, Genowefę Jurczenko i Jadwigę Dżiberti obecnie prowadzące chór zrzeszający ponad 40 osób. Założycielem chóru był nieżyjący już prof. Jan Opatrny oraz bardzo aktywny oprócz p. Paluchniak, Andrzej Pośniak. Chór uświet-

nia wszystkie nasze uroczystości a nawet występuje na zewnątrz w Domach Pomocy Społecznej i w świetlicy u ks. dr. Franciszka Głoda;

- Reginę Koleśnik, Halinę Krzewińską, Bronisławę Chomiak, Jadwigę Leśniak założycielki i prowadzące bardzo długo sekcję hafciarską. Wykonały nasz sztandar i proporczyki oraz wiele robót ręcznych, którymi obdarowywano naszych wykładowców. Obecnie również prężnie kieruje sekcją hafciarską Natalia Dzimińska;
- Stanisławę Urban, Jadwigę Leśniak, Helenę Stempurską tworzące sekcję plastyczną. Dzięki nim mamy piękne dekoracje sali z okazji organizowanych uroczystości, wizytówki i artystyczne zaproszenia oraz współudział w organizowanych wystawach prac ręcznych;
- Marcelę Kasprzak, nieobecną wśród nas z powodu choroby, prowadzącą przez lata sekcję zielarską. Z wielką wiedzą zapoznającą słuchaczy z rodzajami i działaniem różnych ziół przyprawowych i leczniczych;
- Irenę Świetlik działającą wiele lat w samorządzie. Założycielkę sekcji wzajemnej pomocy, pomagającej samotnym, chorym, załamanym. Organizatorkę spotkań słuchaczy w okresie wakacji. Obecnie mimo choroby pozostaje nadal w ścisłym kontakcie z samorządem, a sekcją wzajemnej pomocy kieruje pełna inwencji i energii Alicja Siotor;
- Irenę Świetlik wraz z Aldoną Ostaszewską i innymi słuchaczami prowadzącą sekcję opieki nad zwierzętami, która organizuje zbiórki pieniędzy przekazywanych do Schroniska Bezdomnych Zwierząt;
- Marię Ćwiklik godną podziwu i wyrazów podziękowania za bezinteresowne kierowanie sekcją języków obcych. Osobiście prowadzi naukę jęz. angielskiego dla początkujących i zaawansowanych oraz wdraża słuchaczy w zawiłe arkana gramatyki jęz. niemieckiego;
- Urszulę Mierzejewską prowadzącą konwersację w jęz. niemieckim;
- Romanę Domańską lektorkę jęz. rosyjskiego;
- Zofię Szaniawską prowadząca przez 12 lat i obecnie wraz z Anną Rewucką sekcję kulturalną, udostępniającą słuchaczom bilety na imprezy, do filharmonii i teatrów;
- Wandę Sawicką prowadzącą sekcję przyrodniczo-turystyczną, która każdy spacer słuchaczy łączyła z prelekcją na temat spotykanych drzew i roślin;
- Joannę Sienkiewicz grupującą chętnych do gry w brydża;
- Helenę Pastenaci prowadzącą kronikę przez okres 12 lat, którą tylko choroba zmusiła do rezygnacji z tej funkcji;
- Krystynę Morawiec obecną kronikarkę bardzo starannie i artystycznie uwieczniającą wydarzenia naszego życia;
- Helenę Stempurską prowadzącą dokumentację fotograficzną;
- Zespół sekcji wydawniczej, nad którym opiekę merytoryczną sprawuje dr Walentyna Wnuk..

Na zakończenie podkreślić należy, że oprócz wymienionych wiele osób pracuje ofiarnie przez długie lata i dzięki nim działalność nasza przynosi wspaniałe efekty.

NIE TYLKO WSPOMNIENIA

Stefania Werner

WSPOMNIENIA O PIERWSZYM KIEROWNIKU UNIWERSYTETU TRZECIEGO WIEKU PANI MGR ALINIE WOŹNICKIEJ

W roku 1979 Stowarzyszenie Trzeciego Wieku przeniesiono do Liceum Medycznego przy ul. Stawowej we Wrocławiu. Kierownikiem została mgr Alina Woźnicka. Dzięki Jej staraniom Studium przekształciło się w Uniwersytet Trzeciego Wieku, który został przyjęty do Polskiego Towarzystwa Gerontologicznego. Pani mgr Woźnicka spowodowała podpisanie umów z rektorami Uniwersytetu Wrocławskiego, Akademii Medycznej i Akademii Wychowania Fizycznego. Przygotowała wcześniej słuchaczy do zrozumienia tej zmiany i przyjęcia nowych wzorców zachowań.

Zgodnie z założeniami idei uniwersytetów trzeciego wieku, przeznaczonych dla ludzi, którzy zakończyli działalność zawodową, a pragną w dalszym ciągu rozwijać się fizycznie i psychicznie, pani Woźnicka organizowała wykłady z dziedziny medycyny, psychologii, literatury, muzyki, wygłaszane przez wybitnych specjalistów. Wzmagało to poczucie wartości i zdrowia słuchaczy. Pani kierownik była osobą bardzo aktywną, znajdowała nie tylko czas, ale inspirowała wiele działań i umiejętnie włączała do nich słuchaczy, którzy uzyskiwali samodzielność i możliwość działania. Powstał samorząd słuchaczy, sekcje: literacka, języków obcych, hafciarstwa, kabaret i chór. Działalność ta wpływała na ściślejsze zintegrowanie słuchaczy. Pani mgr Woźnicka zawsze czuła na sprawy ludzkie zainspirowała utworzenie sekcji samopomocy, ułatwiającej rozwiązywanie różnych trudności życiowych słuchaczy. Ponadto zapoznała słuchaczy z działalnością domów opieki społecznej i domów dziecka, które uczestnicy UTW odwiedzali i przekazywali zebrane przez siebie dary. Zorganizowała dla słuchaczy usługi protetyczne w Medycznym Studium Zawodowym, doraźną pomoc lekarza i pielęgniarki, mierzenie ciśnienia, badania ogólne w Dolmedzie, badania gastro- i rektoskopowe oraz porady specjalistów (bezpłatne) w klinice. Bardzo ważną cechą Pani mgr Woźnickiej była bezwzględna szczerość w stosunku do słuchaczy. Nauczyła nas, że studenci muszą być punktualni, godnie reprezentować naszą zbiorowość, umieć żyć w zbiorowości, akceptować zdanie innych, być wyrozumiałymi i tolerancyjnymi Wpajała nam akceptację własnej osoby, poszukiwania swojego miejsca w życiu i rodzinie, w uniwersytecie – to wszystko wzmacniało nas psychicznie. Dzięki Niej nigdy nie były odwoływane zajęcia, gdyż zawsze prowadziła wykłady zastępcze. Z Jej inicjatywy i Jej staraniem wydano książkę pt. "Okruchy życia" opartą na wspomnieniach słuchaczy. Ona również zorganizowała muzykoterapię, bardzo życzliwie przyjętą przez słuchaczy oraz gimnastykę leczniczą i rehabilitacyjną. W kwietniu 1993 roku z okazji

rocznicy 15-lecia uniwersytetu p. mgr Woźnicka zorganizowała sesję naukową pod hasłem "Rehabilitacja i rekreacja osób w wieku starszym". W sesji tej wzięły udział delegacje wszystkich uniwersytetów trzeciego wieku w Polsce, a referaty wygłosili naukowcy z uniwersytetów Warszawy, Krakowa, Łodzi i Wrocławia.

W ciągu dwudziestu lat kierowania UTW we Wrocławiu mgr Alina Woźnicka działała z wielką energią i zaangażowaniem. Słuchaczom okazywała dużo ciepła, serdeczności i życzliwości. Zawsze otwarta na różnorodne sprawy życiowe zyskała wielki szacunek i uznanie słuchaczy. Pod Jej kierownictwem uniwersytet rozwijał się dynamicznie, z początkowych 30 do 300 słuchaczy. Przygotowała nas do mającej nastąpić zmiany – włączenia UTW do Uniwersytetu Wrocławskiego. Dzięki temu bez stresu przeszliśmy okres adaptacji, poznaliśmy prof. Jerzego Semkowa i dr Walentynę Wnuk, nowego kierownika UTW. Pani mgr Alina Woźnicka była naszym dobrym duchem, dobrze się stało, że mimo iż nie jest już naszym kierownikiem mamy możność słuchania Jej wykładów. Jest zawsze przyjmowana z wielkim entuzjazmem i sympatią, nauczyła nas patrzeć na trzeci wiek realnie, ale bez pesymizmu. I za to wszystko serdecznie Ją kochamy.

Nina Krautforst

Tak się szczęśliwie złożyło, że przypadł mi w udziale zaszczyt pisania o ludziach, którzy mieli znaczący wpływ na wizerunek UTW.

SYLWETKI UTW – "JEJ PORTRET" MGR ALINA WOŹNICKA

Nie była dumna, nie zabiegała o rozgłos czy sławę. Wystarczyło Jej to, co miała – czyli nas. Budowała swą moralność na prawości i dobroci serca.

Na temat mgr Aliny Woźnickiej można pisać wiele. Jestem przekonana, że taką oskomę ma wielu ze słuchaczy UTW. Ja ograniczę się do stwierdzenia, iż kochaliśmy naszą Panią Dyrektor szczerze i było to uczucie odwzajemnione. Zastanawiam się tylko, dlaczego piszę o tym fakcie w czasie przeszłym. Bowiem wciąż jest obecna w naszych serca i wdzięczniej pamięci. Często Ją wspominamy i marzy nam się dalsza współpraca. Mgr A. Woźnicka wiele dobrego jeszcze mogłaby wnieść w nasze środowisko. Znaki na "niebie i ziemi" wskazują, że spotka się z nami – weteranami UTW. Jakie budujące były Jej przyzwolenia na nasze dokonania artystyczne i społeczne. Ona tak umiała nas mobilizować zwykłym słowem – "róbcie swoje", że chciało się robić. Ponadto utwierdzało nas to w przekonaniu, że jest słuszne i potrzebne. Dla wielu była lekiem oczyszczającym psychikę. Jakże często przypominała, podkreślała, wręcz nakazywała, abyśmy pielęgnowali przyjaźnie i kontakty z poznanymi ludźmi na UTW. Długoletnie obcowanie z uprzywilejowaną młodzieżą uczyniły z Niej fachowca i orędownika. Miała wszakże świadomość tego, iż wielu z nas (szczególnie osoby samotne i wiekowe), przychodzi nie tyle na wykłady, lecz by się spotkać, pobyć ze sobą, powspominać dawne czasy. Dla wielu lepsze i ciekawsze.

W tej naszej "niedopiękności" czyniła nas piękniejszymi, bo potrzebnymi samym sobie i innym. Bowiem w samotności nikt nie jest osobowością. "Choć samotni – nie jesteście sami – to było Jej kredo... i wielu z nas stawało się KIMŚ! Przy niej czułyśmy się "kumpelkami", bo który pedagog pozwoliłby sobie na stwierdzenie "jaka ja tam Pani Dyrektor, mów mi Alina". To zobowiązywało...

Niech humorystyczne słowa piosenki, napisane przeze mnie na okoliczność Dnia Kobiet, dopełnią Jej Portret:

Pani Dyrektor to Babka klawa,
Bo Jej się podoba nasza zabawa.
Nie szczędzi przy tym zachwytów swoich,
Ja was tak kocham artystki moje.
Choć "blond" na głowie,
Choć nie to zdrowie,
Chętnie się poddaje swoistej odnowie.
W tym III wieku ma swoje namiary,
Byś ty studencie nie czuł się tu stary.
Ta nasza Dyrektor to herbatka z róży,
Bo każdemu przecież doskonale służy.
Nieśmy więc petycję aż do Parlamentu
My nie chcemy tutaj żadnego zamętu,
Bo przewodzić będzie jedna i jedyna
A jak się nazywa - Woźnicka Alina.

Dzięki Jej inicjatywie i ogromnym staraniom powstała nasza książka pt. "Okruchy życia". To był piękny gest pożegnania ze słuchaczami UTW.

Maria Paluchniak

KRÓTKA HISTORIA NASZEGO CHÓRU

Na zebraniu sprawozdawczym jesienią 1993 r. koleżanka Romana Porada wysunęła wniosek, aby na Uniwersytecie Trzeciego Wieku zorganizować chór. Propozycja ta zaczęła się realizować wkrótce, głównie dzięki wspaniałemu pianiście, już śp. – Janowi Opatrnemu, który podjął się z panem Andrzejem Pośniakiem prowadzenia chóru.

Początki były trudne – p. Andrzej dostarczał teksty piosenek, które wpisywaliśmy do zeszytów, a p. Jan również przynosił z domu teksty wspaniałych pieśni. Wspomagała ich dzielnie Zosia Bukowska, udostępniając swoje cenne śpiewniki i wiedzę, doświadczonej chórzystki.

Do zespołu miłośników śpiewania zgłosiło się wówczas około 20 osób uczęszczających regularnie na próby raz w tygodniu, bądź – częściej, gdy zachodziła potrzeba.

A to pionierzy chóru:

Zofia Bukowska
Bronisława Chomiak
Janina Kajra
Jadwiga Kowalska
Emilia Korbut
Jadwiga Leśniak
Helena Lipińska
Maria Madziarz
Maria Paluchniak
Romana Porada
Andrzej Pośniak
Jadwiga Rogowska
Helena Stempurska
Stanisława Urban
Krystyna Wesołowska
Jadwiga Wujcikowska
Jan Zając
Kazimiera Zwierzchowska

Pan Profesor – tak tytułowaliśmy naszego kierownika i opiekuna Jana Opatrnego – był wielkim patriotą, stawiającym na pierwszym planie pieśni patriotyczne i wojskowe. Wszystkie ważne rocznice i święta narodowe czciliśmy odpowiednimi pieśniami. Inauguracją naszych występów w maju 1994 r. była pieśń "Czerwone maki na Monte Cassino", przygotowana z okazji 50. rocznicy bitwy.

W repertuarze naszym nie brakowało też dawnych melodyjnych pieśni ludowych i rozrywkowych, jak: *Zachodzi słoneczko*, *Cyt...cyt*, *W polu grusza stoi*, *Flisacy*.

Stało się tradycją, że śpiew nasz uświetniał rozpoczęcie i zakończenie roku akademickiego, wspólny opłatek, przywitanie wiosny czy bal karnawałowy.

W styczniu 1997 roku zmarł w wieku 86 lat pan Jan Opatrny. Można powiedzieć, że niemal do ostatnich dni swego życia pięknie nam akompaniował. Był wzorem człowieka wielkiej kultury, taktu i cierpliwości. Jeszcze z Jego udziałem zaśpiewaliśmy w grudniu 1996 roku na uroczystości opłatkowej wiele kolęd znanych i mniej znanych.

W pogrzebie uczestniczyła spora grupa słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku, nad grobem były przemówienia pożegnalne koleżanek: Ireny Augustyn i Heleny Stempurskiej, a zespół chórzystów zaśpiewał pieśń patriotyczną "O Panie któryś jest w niebie".

Zostaliśmy więc sierotami, albowiem pan Andrzej wyjechał do Stanów Zjednoczonych. Chór utrzymywała przy życiu koleżanka Helena Stempurska, która nadal akompaniuje do śpiewu naszego hymnu uniwersyteckiego.

W ostatnich miesiącach życia pana Jana Opatrnego włączyłam się z pomocą, głównie w przepisywaniu tekstów pieśni i w pracach organizacyjnych. W roku akademickim 1997/98 UTW został przygarnięty przez Instytut Pedagogiki Uniwersytetu Wrocławskiego przy ul. Dawida 1 i tam Zarząd naszego UTW zaproponował mi odpowiedzialne prowadzenie spraw organizacyjnych chóru.

Mając do współpracy solidną i energiczną koleżankę Helenę Lipińską, zaangażowaną całym sercem w naszym zespole śpiewającym, przyjęłam ten obowiązek, choć z dużą obawą. Wiosną 1998 r. chór nabrał rumieńców, gdyż przejęła nas muzykolog pani mgr Ewa Bromirska-Zawiślak, która nadal akompaniuje nam i opracowuje tło muzyczne śpiewanych pieśni.

W tym okresie pojawiła się również koleżanka Narcyza Kuśmirek utalentowana muzycznie, która wprowadziła wiele nowości w pracy chóru, a na występach poza Uczelnią podejmowała się dyrygowania zespołem. Z miesiąca na miesiąc rosło zainteresowanie naszym chórem, napłynęło sporo nowych chórzystów również uzdolnionych muzycznie i aktywnie włączających się do opracowywania programu występów.

Należy tu w szczególności wymienić koleżanki: Wiśnię Dżyberti, Genowefę Jurczenko, Majkę Parkitną, Lilkę Hoppe, a także kolegę Jana Oliwę opiekującego się grupą panów.

W roku akademickim 1999/2000 ukonstytuował się zarząd naszego chóru, liczącego już ponad 40 osób, w następującym składzie: Narcyza Kuśmirek, Maria Paluchniak i Genowefa Jurczenko.

Marzeniem naszym jest bycie prawdziwym chórem, nie jednogłosowym, lecz śpiewającym co najmniej na dwa głosy. Pragnę zaznaczyć, że stanowimy zespół zgrany, koleżeński i zdyscyplinowany, gdyż na hasło "jedziemy w teren" mobilizuje się spora grupa bez względu na porę roku, czy pogodę. Podjęliśmy przecież w tym roku akademickim nową inicjatywę – odwiedzania Domów Opieki Społecznej lub Klubów

Emerytów i Rencistów na terenie miasta Wrocławia. Śpiew piosenki dawnej, patriotycznej i rozrywkowej daje naszym słuchaczom wiele radości, a nam satysfakcję i zadowolenie.

Lidia Adewołe

NAJBARDZIEJ OCZEKIWANA

Prof. dr hab. Wanda Lubczyńska-Kowalska pracownik naukowy Akademii Medycznej we Wrocławiu, od 1985 r. współpracownik i opiekun naukowy UTW. Szlachetna kobieta, wspaniały człowiek, bardzo dobry lekarz, doskonały mówca, wzorowa matka i kochająca babcia.

Wykłady pani prof. Wandy Lubczyńskiej-Kowalskiej są bardzo profesjonalne. Dotyczą schorzeń właściwych dla naszego wieku i nie tylko. Kiedy wchodzi na podium cała sala wita ją z radością oklaskami. Zaczynając wykład ucisza uradowanych słuchaczy. Uczy nas, jak być zdrowym człowiekiem, daje wskazówki, jak zapobiegać chorobom, jak postępować w razie konieczności udzielenia natychmiastowej pomocy. Po wykładzie tłumaczy niejasności, odpowiada na każde z zadanych pytań wyczerpująco i cierpliwie. Pani profesor Lubczyńska-Kowalska jest wykładowcą zawsze najbardziej oczekiwanym przez "młodzież" UTW. Dziękujemy jej za to życząc wszystkiego najlepszego.

Wanda Dobrolot

SEKCJA LITERACKA – "TEATRZYK POEZJI" PROWADZONY PRZEZ PANIĄ IRENĘ AUGUSTYN

Z wykładów profesor Wandy Lubczyńskiej-Kowalskiej można wiele się nauczyć. W wykładach swoich p. Profesor nakłania swoich "studentów" trzeciego wieku do większej aktywności, do rozwijania swoich zdolności.

I słusznie p. Jolanta Sąsiadek we "Wrocławskim Gościu Niedzielnym" podkreśla, że uczestnicy Uniwersytetu Trzeciego Wieku bardzo cenią studiowanie i czekają cały tydzień na wykłady traktując je jako "prezent – jeszcze jedną życiową szansę".

Z biegiem lat powstało wiele sekcji, które prowadzą słuchacze według swoich zainteresowań.

Sekcja Literacka powstała w 1992 roku. Kieruje nią p. Irena Augustyn. Sekcja ta jest bardzo aktywna, dowodem czego są wydawane książeczki. Pierwsza pt. "Moja pierwsza zapamiętana Wigilia" – to praca zbiorowa, wydana przez naszą "Kochaną Panią" dr Romualdę Wybraniec, prowadzącą muzykoterapię.

Następną wydaną książeczką była również praca zbiorowa pt. "Okruchy życia". Są to nasze wspomnienia. Ta książeczka powstała staraniem naszej Pani Dyrektor mgr Aliny Woźnickiej.

Nasza sekcja z czasem zmieniła nazwę na "Teatrzyk Poezji" Zasłużonymi i wiernymi członkami są: Irena Augustyn, Zofia Bukowska, Wanda Dobrolot, Krystyna Kołodziejczyk, Krystyna Morawiec, Stanisława Sikorska, Emilia Smug, Helena Stempurska, Krystyna Wesołowska, Jadwiga Wujcikowska, Stanisława Zalewska, Maryla Drelichowska, Tadeusz Lewicki. Uczestnicy tej sekcji występują parę razy w roku ze spektaklami słowno-muzycznymi np.: *Serce Matki*, *Miłość nie jedno ma imię*, *Kroki wiosny*, *Pożegnanie lata*, *Polesia czar*, *Ze sztambucha Babuni*, *Na Wspomnieniach Fali*, *Pan Tadeusz*, *A gdy będzie słońce i pogoda*, *Czerwone maki na Monte Cassino*, *Pocałunki (Pawlikowska)*, *Spotkanie z noblistą (Czesław Miłosz)*, *Nasza noblistka Wisława Szymborska*, *Fryderyk Chopin i Juliusz Słowacki – rocznice ich śmierci*, *Witaj Majowa Jutrzenko*, *Po latach w Kawiarence*, *Złota polska jesień*, *Zaczarowana dorożka I. Gałczyńskiego*. W ten sposób nawracaliśmy do lat naszej młodości, nie zawsze szczęśliwej. Wiersze utwory wybrane łagodziły nasze gorzkie wspomnienia.

Pani Irena Augustyn wybierała tematy, uzgadniała je z resztą słuchaczy. Wygłaszanym utworom zawsze towarzyszyła muzyka przyjmowana ze wzruszeniem przez naszych widzów. Program naszej sekcji jest ściśle związany z literaturą, poezją i muzyką, ale tą z czasów dawnych, bo obecna jest zbyt hałaśliwa, drażniąca nasze już wiekiem "naderwane nerwy".

Początkowo towarzyszył nam nieodżałowanej pamięci prof. Jan Opatrny. Po Jego śmierci radziłyśmy sobie patefonem. Przez dwa lata akompaniowała nam prof. Irena Szynkarek. To były recitale. Obecnie akompaniuje nam mgr Krzysztof Tarnawski.

Panie polubiły te nasze przygotowania, chętnie uczyły się na pamięć wierszy, poprawiały swoją dykcję, pewniej poruszały się po scenie zbierając oklaski. A nasze "serca rosły", że "Teatrzyk Poezji" cieszy się sympatią słuchaczy. I można śmiało powiedzieć, że wypełniamy "hasło" profesor W. Lubczyńskiej-Kowalskiej. Rozwijamy aktywność, wierzymy we własne siły i czujemy się potrzebni.

Młodzi myślą, że starsi swoje przeżyli i nie bardzo nadają się do życia współczesnego, bo już nie nadążamy za zmianami. A to nieprawda!.

Starsi ludzie też mają swoje marzenia, których nie zrealizowali w młodości; bo praca, bo dzieci, bo dom. Tu zaś słuchają ciekawych wykładów, uczą się... tak uczą się, bo każdy człowiek uczy się przez całe swoje życie. Tu mogą rozwijać swoje zainteresowania, zdolności – w gronie życzliwych wykładowców i kierowników naszej uczelni.

W naszej sekcji panuje dobra atmosfera, oparta na wzajemnej życzliwości. Panie lubią występować, pomimo, że niektórym towarzyszy trema, ale pokonują ją swoją postawą i siłą woli. Ma też wielkie znaczenie zadbanie o wygląd osobisty. Wszystkie osoby są skromnie, ale elegancko ubrane, starannie uczesane a białe bluzeczki chóru bardzo odświeżają i odmładzają wygląd.

Nasze panie przed występem, gdzieś pogubiły swój "ociężały" krok, pochyłą postać, prężnym krokiem stąpają po scenie, uśmiechnięte, pogodne, odmłodzone. Swoje zmartwienia i troski gdzieś daleko zostawiły, a tremę głęboko ukryły. Scena jest zawsze skromnie, ale odpowiednio przygotowana do danej tematyki. W tym pomagają koleżanki z Sekcji Artystyczno-Dekoracyjnej p. Jadwiga Leśniak i p. Stanisława Urban.

Na zakończenie powtórzę jeszcze raz to, co pisałam w "Okruchach życia" – "Zbliża się jubileusz naszego Uniwersytetu, więc pragnę życzyć, aby UTW trwał, rozwijał się i krzepił serca starszych, samotnych ludzi, był ich domem i miejscem

czynnego odpoczynku, żeby podtrzymywał w nas poczucie chęci do życia i utrwalał w nas uczucie, że jesteśmy potrzebni".

Irena Augustyn

SŁOWO O "TEATRZYKU POEZJI"

Jubileusz 25-lecia Uniwersytetu Trzeciego Wieku we Wrocławiu obliguje mnie, kierownika Sekcji Literackiej, by wspomnieć na łamach gazetki UTW o prawie dziesięcioletniej działalności "Teatrzyku Poezji"

W 2002 roku minie dziesięć lat, jak powstała nasza sekcja. Z tej sekcji wyłoniły się trzy gatunki sztuki: Chór, Kabarecik oraz "Teatrzyk Poezji" w zależności od uzdolnień i upodobań. Sekcja Literacka. stała się więc prekursorem trzech różnych gatunków literatury i rozrywki. Moim niejako obowiązkiem jest więc wspomnieć o "Teatrzyku Poezji", który od wielu lat prowadzę. Socjologicznie na uznanie zasługuje fakt, że od czasu rozpoczęcia działalności, trwamy w tym samym składzie. Przez te lata dwie osoby odeszły – niestety na zawsze. Poranki słowno-muzyczne przygotowują członkowie sekcji niezwykle starannie, z wielkim zaangażowaniem, roli uczą się zawsze na pamięć. Na próby przychodzą chętnie, pomimo, że przybywa lat i dolegliwości. Kochamy literaturę piękną, więc program zawsze jest ambitny. Szanując widownię, złożoną z koleżanek i kolegów, dbamy o dekoracje, a także o nasz wygląd zewnętrzny. Sądzę jednak, że na podziw i szacunek zasługuje także nasza przyjaźń i lojalność. Za trud owocnej pracy twórczej, za chwile wzruszeń na tych recitalach słowno-muzycznych, dziękuję wszystkim słuchaczom.

Helena Stempurska

ZACHOWANE W PAMIĘCI I W KRONICE

Od redakcji*: Pani Helena Stempurska jest jedną z najstarszych wiekiem i stażem słuchaczek UTW. Pamięta fakty, wydarzenia i ciekawe postacie, zarówno wykładowców, jak i słuchaczy, które w ciągu 25 lat nie tylko związane były z UTW, ale wyróżniały się pracą dla niego. O nich można znaleźć również notatki w prowadzonej przez p. Helenę kronice UTW. Skrzętnie gromadzi w niej wszelkie dokumenty, zdjęcia, wycinki z prasy, nekrologi, legitymacje, odznaczenia, opisując je szczegółowo i sumiennie. Ta kronika jest nie tylko jej pasją, lecz również skarbnicą wspomnień o UTW, jego historią. Zamieszczamy w tym numerze kilka wybranych przez p. Helenę fragmentów. Wspomina w nich osoby, które uważa za jednostki nieprzeciętne, aktywne, szczególnie wartościowe i godne zapamiętania.*

HELENA PASTENACI

Była jedną z pierwszych słuchaczek UTW, jeszcze wówczas, gdy mieścił się on w lokalu medycznego Studium Zawodowego, a kierownikiem była wówczas mgr Alina Woźnicka. To właśnie Helena Pastenaci założyła kronikę UTW, wypełniając zapisami całą pierwszą księgę. Drugą rozpoczęła wierszem o kierowniczce UTW – mgr Alinie Woźnickiej, który warto zacytować:

Kto złotym sercem jak chlebem się dzieli,
Kto jasnym uśmiechem cień smutku rozwieje?
Kto dobrym słowem otuchy udzieli,
Kto szczęśliwością, dobrocią, obudzi nadzieję?
To Pani Dyrektor Woźnicka Alina!
Tak woła wielogłosa studyjna rodzina.

Słuchacze Studium Trzeciego Wieku . R. 1979/80

Wiersze Heleny Pastenaci są miłe, ciepłe, dowcipne. Niektóre z nich zostały wydrukowane w wydanej przez UTW książce pt. "Okruchy życia". Pani Helena Pastenaci już nie dojeżdża na spotkania w UTW, ale powiedziała, że "lubi, gdy ją odwiedzają". Ma ponad 91 lat i mieszka daleko od niego. Ale pamiętamy o niej – Honorowym Członku UTW – i jest nadal wśród nas.

STANISŁAW FORTUNA

Był wzorem żywotności i aktywnej postawy w życiu. Z wykształcenia mgr inż. elektryk, z zamiłowania fotograf. Uwieczniał na zdjęciach nasze imprezy słowno-muzyczne, dbając równocześnie o odpowiednią dekorację sali przy takich okazjach. Ozdabiał je najczęściej reprodukcjami obrazów z muzeum.

Zmarł 5. Vi. 1996 r. Był zasłużonym działaczem społecznym, uhonorowanym wieloma odznaczeniami: Krzyżem Kawalerskim Orderu Odrodzenia Polski (1982), Orderem 50-lecia Małżeństwa (1982), Złotą Odznaką Zasłużony dla Dolnego Śląska (1967), Złotą Odznaką Honorowego Działkowca (1973), Złotą Odznaką Esperantysty (1976), Złotą Odznaką SEP (1981), Budowniczy Wrocławia (1967).

Ponieważ był esperantystą, uhonorowanym "Złotą Odznaką Esperantysty", jako również esperantystka, urządziłam po jego śmierci w UTW wystawkę o treści esperanckiej. Upamiętniłam ponadto jego działalność w pisemnym opracowaniu, przekazanym przez jego kolegę mgr inż. Mieczysława Maryniaka organizacji NOT.

Cześć Jego pamięci!

JAN OPATRNY

Ponieważ o jego działalności piszą obszernie i wyczerpująco inne słuchaczki UTW, podamy tylko niektóre, uzupełniające szczegóły ze wspomnień p. Heleny Stempurskiej – Redakcja

Początkowo dawał koncerty dla słuchaczy UTW, potem założył zespół chóralny, w którego repertuarze znalazło się wiele pieśni patriotycznych, śpiewanych przy okazji obchodów rocznic narodowych i państwowych.

Działalnością artystyczną UTW zainteresowały się również media. Po śmierci "Profesora" (Jana Opatrnego) na spotkaniu sekcji literackiej ułożyłam tekst o tej bliskiej dla nas Osobie, wydrukowany następnie przez "Głos Parafialny"(parafii św. Augustyna) w numerze 4/56/97 z dnia 15.02.97 r.

Na pogrzebie na cmentarzu przy ul. Grabiszyńskiej, pożegnały go przemówieniami słuchaczki UTW Irena Augustyn i Helena Stempurska: W przemowie nad grobem powiedziałam: "Chóry anielskie niech Ci śpiewają, a jak w pieśni partyzanckiej – "ja żyć będę w kłosach zbóż" – tak Ty, drogi Janie żyć będziesz w pieśniach śpiewanych przez chór, przez Ciebie prowadzony".

Koleżanki z kabaretu, któremu Jan Opatrny akompaniował – Nina Krautforst i Roma Porada – urządziły koncert muzyczny ku jego czci. Napisały również artykuły o "Profesorze" zamieszczone w książce "Okruchy życia".

Cześć Jego pamięci!

UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU W NOWEJ SIEDZIBIE

Ze wzruszeniem wspominam rozpoczęcie roku akademickiego 1997/98 w auli Instytutu Pedagogiki Uniwersytetu Wrocławskiego przy ul. Dawida 1.Wszyscy poczuliśmy się prawdziwymi studentami, patrząc na siedzące za stołem prezydialnym grono profesorskie w togach. Oto wymarzone uczestnictwo w wykładach naukowców, profesorów wyższych uczelni Wrocławia. Przypomniały się nam seniorom dawne lata studenckie, wróciła chęć do dalszego pogłębiania wiedzy, rozwoju intelektualnego jak za młodu. Z wielką serdecznością powitała nas nowa kierowniczka UTW – dr Walentyna Wnuk. Przemówienia rektora prof. dr. hab. Andrzeja Witkowskiego oraz członka Zarządu Miasta Wrocławia mgr. Sławomira Piechoty zapewniły nas o opiece władz nad nami, o wszechstronnej pomocy dla UTW. Teraz po kilku latach stwierdzamy, że ich obietnice i zapowiedzi spełniły się. Korzystamy z dużej sali wykładowej, mamy własne gabloty obok auli na II piętrze oraz na parterze obok sekretariatu UTW. Możemy w nich umieszczać własnoręcznie wykonane gazetki okolicznościowe, zdjęcia z imprez, afisze oraz zawiadomienia o zajęciach, wycieczkach, spotkaniach sekcji itp. Sekcja Dekoracyjna i sekretarka mgr Halina Wiland dbają o ich estetyczny wygląd.

Na niebezpiecznym dojściu do budynku na ul. Dawida zainstalowano światła na przejściach. Odczuwamy miły kontakt z młodzieżą akademicką i obserwujemy się nawzajem z ciekawością. Zapewniona nam możliwość korzystania z porad prawnych, socjalnych, a także odpowiednich gabinetów lekarskich. Nie bez znaczenia dla naszego zdrowia jest fachowa opieka AWF, w ramach której możemy korzystać z różnego rodzajów gimnastyk i zabiegów leczniczych. Powstała Rana Naukowa UTW oraz Rada Słuchaczy, zorganizowane zostały sekcje zainteresowań oraz lektoraty języków obcych. To wielkie i ważne osiągnięcia i my studenci doceniamy ich wartość.

Nasz Uniwersytet wspiera nas w rozwoju,
my wspieramy rozwój naszego Uniwersytetu.

Nina Krautforst

LEGENDY UTW – PAN JAN OPATRNY

"Jedynie prawda jest ciekawa"
J. Mackiewicz

Pan Jan Opatrny to postać bardzo znana i szanowana w naszych kręgach. Pan Profesor – jak go zwaliśmy – z wykształcenia był inżynierem. Ukończył Akademię Rolniczą w Poznaniu. Z zamiłowania muzyk. W czasie drugiej wojny światowej przetrwał obozy dzięki umiejętności grania na pianinie. Później grywał na wieczorkach tanecznych w kawiarniach i restauracjach.

Osobiście poznałam Pana Jana na UTW w 1994 roku. Nie przypuszczałam wówczas, że ulegnę Jego muzycznemu urokowi. W niedługim czasie okazało się, iż jest wielu zapaleńców, którzy chcieliby coś robić pożytecznego na UTW. A że grunt był podatny, posypały się propozycje – lawina pomysłów. Inicjatorką ówczesnego chóru była żywiołowa i "wszędobylska" Romana Porada. Jej nazwisko figuruje jako pierwsze na liście obecności, którą prowadził Pan Jan. On dostarczał teksty piosenek, pisał nuty, sprawdzał obecność, chór; liczył 20, później 26 osób. Próby i występy podopiecznych traktował bardzo serio.

Wraz z chórem, któremu "sekundował" p. Andrzej Pośniak, wyłonił się zespół literacki. Stanowiliśmy całość uzupełniając się dobrze. Pan Jan czuwał skrzętnie notując program każdego występu – był w tym bardzo sumienny. Niejednokrotnie pełniłam rolę Jego "asystentki" przekładając nuty na pianinie, "czuwając" by porządek programu był zachowany i nie było pomyłek. W tej "konstelacji" grup nastąpił później rozłam na poszczególne, samodzielne zespoły.

Kiedy Pan Jan nas odkrył?... Podśpiewywałyśmy sobie, a że p. Profesor miał wyczulone ucho, zainteresował się szczególnie nami. I tak powstał Kabaret i Trio Sentymentalne. Pan Jan wspierał nas, bo wiedział, iż to jest nowe wyzwanie, któremu musimy sprostać. Wierzył – tak jak i my, że amatorzy są bardzo realistyczni i spontaniczni w tym co robią i to było takie piękne i pożyteczne.

A więc popłynęłyśmy na fali, każda w swoją stronę, by pełnić misję na swojej placówce artystycznej. Oczywiście nie obyło się bez dyskusji, polemik, animozji, bo zawładnęłyśmy Panem Janem bez reszty!...

Prawda była zgoła inna. To On przylgnął do nas, to On nas potrzebował. Świadczą o tym rozmowy z Jego żoną, która twierdziła, że całym Jego życiem, była muzyka i granie. granie... Gwoli sprawiedliwości Pan Jan czuł się bardzo dobrze wśród innych grup (chór, zespół literacki). Nie krył się z tym twierdząc, iż bez muzyki nie może się obyć. Zdawałyśmy sobie sprawę, że korzyści z tego faktu są obopólne. Nasze występy cieszyły się uznaniem, dzięki między innymi urokowi starych piosenek, które do dzisiaj nie straciły swego czaru. Pierwszą, jeszcze nieśmiało zaśpiewaną była piosenka pt. "Morze" – "Czasami w życiu coś się wydarzy, dłoń rozpalona drży, Serce wyrusza w krainę marzeń, cudowne rojąc sny"...

Pan Jan potrafił "wygrzebać" z lamusa wiele nieznanych tekstów, które na nowo dla nas aranżował. Bardzo nas dyscyplinował, czułyśmy respekt, kiedy zjawiał się na próby. Powściągliwy w osądach i małomówny. Wolał słuchać, lubiłyśmy obcować z

nim, gdyż nie był labilny, wiedział czego chce – po prostu grać. Kiedyś, już bardzo chory (wigilia'96) i osłabiony w gorączce, przyjechał by nas nie zawieść. Nałykał się silnych leków przysłanych przez syna aż z Australii. I znów grał...

Niezapomniane, ciepłe chwile, gdy spotykaliśmy się na próbach w prywatnych mieszkaniach. Przed występem skrupulatnie wystukiwał na maszynie tytuły i teksty utworów i gotowy materiał nam wręczał. Taki był uporządkowany i całym sercem oddany tej, jakże pięknej pasji. Mimo swych 86 wiosen przy pianinie ubywało mu lat. Och P. Janie, P. Janie, jaki to był urokliwy czas..." w delikatności, wstrzemięźliwości i subtelności – jakby powiedział W. Gombrowicz – osiągnąłeś to, czego inni nie potrafili doświadczyć przez lata nauki i kontaktów międzyludzkich. Pamiętam epizod z jednej z prób. Przejęta słowami miłosnej piosenki, chciałam wczuć się w rolę tej "porzuconej". Tak inaczej zaśpiewałam ten fragment. Wówczas Pan Profesor jakoś tak "miłośnie" spojrzał na mnie znad klawiatury fortepianu. Zawstydziłam się jak pensjonarka..., bo spostrzegłam w tej uspokojonej istocie – "MĘŻCZYZNĘ", a potem ..., już Go nie było. Towarzyszyliśmy Panu Janowi w tej ostatniej "ziemskiej" wędrówce. "Nie ma ziemi wybieranej, jest ziemia przeznaczona. To wszystko tymczasem, to wszystko tymczasem do końca".

Nad mogiłą chór zaśpiewał ulubione piosenki Pana Jana "będziemy Cię błogosławić, że było nam dane, że chciałeś uczestniczyć wraz z nami w tej muzycznej przygodzie – przez chwilę, przez moment" ("Okruchy życia" str. 64).

Panie Janie "Twoje Anioły" śpiewały jeszcze kilka lat, dzięki zachowanym taśmom magnetofonowym z nagranymi piosenkami.

Na wiosnę 1997 roku odbyła się mała uroczystość poświęcona pamięci Jana Opatrnego. Nasze Trio żegnało raz jeszcze Pana Profesora. Było pięknie, bo towarzyszyła temu Jego muzyka, płynąca z taśmy i łzy wzruszenia.
Dzięki pamięci mogłam przespacerować się wraz z Państwem po miłej przeszłości.

Helena Ostaszewska-Książczyk, Czesława Hawel

ZASŁUŻONY CZŁONEK ZARZĄDU

Na przestrzeni 25 lat istnienia Uniwersytetu Trzeciego Wieku we Wrocławiu – UTW były i są osoby bardzo zaangażowane w sprawy organizacyjne i ludzkie tej uczelni. Do takich osób na pewno należy p. Irena Świetlik. Została ona słuchaczką UTW w 1984 roku. O istnieniu tej uczelni dowiedziała się od swojej koleżanki p. Heleny Pastenaci, która była już słuchaczką i kronikarką UTW.

Pani Irena Świetlik bardzo szybko włączyła się w sprawy ludzkie uczelni. Już w 1985 r. była członkiem Zarządu pełniąc funkcję skarbnika. W 1986 r. przejęła prowadzenie sekcji socjalnej (obecnie sekcja wzajemnej pomocy), a w roku 1994 została wiceprzewodniczącą Rady Słuchaczy. Przyjmując te obowiązki przestała pełnić funkcję skarbnika.

W latach 1996/97 zainspirowała założenie Towarzystwa Przyjaciół Zwierząt. Dobrowolne składki słuchaczy przekazywane są na potrzeby bezdomnych zwierząt do Schroniska i Towarzystwa Opieki nad Zwierzętami we Wrocławiu.

Będąc w Radzie Słuchaczy UTW p. Irena pracowała i pracuje bardzo aktywnie. Inspiruje koleżanki i kolegów do wzajemnej pomocy i współpracy ludzi o podobnych zdolnościach i zainteresowaniach, co owocuje powstawaniem ciągle nowych sekcji zainteresowań UTW.

W 2000 roku, z uwagi na stan zdrowia p. Irena Świetlik zrezygnowała z funkcji wiceprzewodniczącej Rady Słuchaczy i prowadzenia sekcji wzajemnej pomocy, niemniej jednak uczestniczy w sprawach bieżących uczelni.

Chociaż obecnie nie może pracować, jak w latach poprzednich, należy pamiętać o jej zaangażowaniu w sprawy UTW. Ma ogromne zasługi w organizowaniu sekcji wzajemnej pomocy, która między innymi załatwia potrzebującym słuchaczom opiekunki, pomagała przy organizowaniu różnych imprez i wycieczek. Nadal współpracuje ze schroniskiem dla bezdomnych zwierząt. Uczestnictwo w zajęciach Uniwersytetu dało i nadal daje p. Irenie wykorzystanie zdobytej wiedzy na uczelni w praktyce, większe zrozumienie potrzeb innych ludzi szczególnie samotnych i chorych, traktowanie swojego wieku nie jako starości lecz biologicznego procesu dojrzałości. Czego jeszcze oczekuje p. Irena Świetlik od UTW. Najważniejsze, żeby nadal istniał a słuchacze starali się wzajemnie siebie zrozumieć i pomagać

Stanislawa Urban

MOJE REFLEKSJE NA TEMAT WSPOMNIEŃ O TYCH, KTÓRZY ODESZLI OD NAS NA ZAWSZE

Panta rhei – głosił Heraklit, wszystko płynie. Wszystko płynie i przemija, przemija czas, pozostają obrazy naszej przeszłości – wspomnienia. Dla nas słuchaczy, którzy weszli w "Złoty wiek" wspomnienia, mają różne barwy emocji, jedne przemijają niepostrzeżenie szybko, inne są trwałe, im bardziej odległe, tym trwalsze i tym chętniej do nich wracamy.

Przeminęły wspomnienia o słuchaczach, których kiedyś wśród nas zabrakło. Było ich wielu – bezimiennych, przez wiele lat uczestniczących w życiu UTW, ale czas ich drogi życia przeminął, a razem z minionym czasem zatarł o nich wspomnienia.

Moim zamiarem jest przywołać pamięć o tych, których znałam, i z którymi współuczestniczyłam w życiu UTW. Na początku bieżącego roku akademickiego uczciliśmy chwilą ciszy pamięć zmarłego w czasie wakacji śp. Pana Leona Uścińskiego. Był przez krótki czas naszym słuchaczem, jednak zapisał się w naszej pamięci swoją nieodpartą wolą dania z siebie tego, co miał bardzo cenne – piękny operowy głos. Śpiewem uświetniał niektóre nasze imprezy. Był chory, męczył się, gdy wykonywał pieśni solowe. Odszedł niespodziewanie pozostawiając wspomnienie.

Inną pamiętną postacią z racji swej żywotności i aktywności jawiła się śp. Pani Jadwiga Rogowa, aktywna członkini Sekcji Wzajemnej Pomocy. Śp. Pani Jadwiga odwiedzała chore i niesprawne słuchaczki UTW, niosąc im w miarę możliwości pomoc – przede wszystkim medyczną, oraz ciepłe słowa kojące ból. Była też jedną z członkiń "Teatrzyku Poezji". Brała czynny udział w przygotowaniach programów i dekoracji do programów artystycznych. Była osobą życzliwą i towarzyską, wielką

miłośniczką wypraw i wycieczek. Uczestniczyła w każdej organizowanej przez Zarząd UTW wycieczce. Lubiła spacery po parkach i ogrodach. Wypadek, który się zdarzył w czasie wycieczki w Ogrodzie Botanicznym przyśpieszył jej śmiertelne zejście. Pamięć o niej przetrwała wśród członkiń "Teatrzyku Poezji", wśród osób, którymi się opiekowała i osób towarzyszących jej w wycieczkach i wyprawach.

Minęły cztery lat od czasu jak pożegnaliśmy na cmentarzu Grabiszyńskim naszego drogiego, nieodżałowanego akompaniotora, śp. Pana Jana Opatrnego. Był z zawodu nauczycielem. Uczył przedmiotów ścisłych i technicznych. Należał do rzędu nauczycieli, których młodzież szanowała i kochała, a kiedy przeszedł w stan spoczynku zawodowego odwiedzała. Był osobą usłużną i ofiarną, jego pasją była muzyka. Kochał nade wszystko pieśni patriotyczne i ludowe. Takie też najchętniej grał w czasie naszych spotkań w sali Uniwersytetu i takie też przygotowywał teksty do śpiewania. W naszej książce pt. "Okruchy życia" w rozdziale *Echa wrześniowych dni*, opisał przygody, jakie przeżył w drodze do pułku, do którego został przydzielony w powszechnej mobilizacji. W rozdziale tym dał też wyraz swoich uczuć patriotycznych i poczucia obowiązku służenia Ojczyźnie. Jak cenił nasze zajęcia i zachęcał do uważnego słuchania wykładów i korzystania ze skarbnicy wiedzy, świadczą słowa piosenki UTW Jana Opatrnego.

Raduje się serce, raduje się dusza, kiedy ten Wiek Trzeci na wykłady rusza.
Oj da, oj da dana, uczelnio kochana, nie masz to jak Trzeci Wiek, oj nie.
Kiedy już prelegent za stołem zasiada, ten najlepszy student, kto słucha nie gada.
Oj da, oj da dana uczelnia kochana,
Drogie Koleżanki i zacni Koledzy, korzystajmy wszyscy ze skarbnicy wiedzy.
Oj da, oj da dana uczelnia kochana,.

Słowa te napisał krótko przed śmiertelną choroba, która zabrała go od nas.

Śp. Pan Jan zapisał się trwale naszej pamięci swym przyjaznym stosunkiem do drugiego człowieka, cierpliwością, życzliwością i niezmiennym kontynuowaniem swojej pasji, którą służył nam do końca swoich dni.

Nina Krautforst

PO PROSTU PANI IRENA

"Staraj się nie być człowiekiem sukcesu lecz człowiekiem wartościowym"
A. Einstein

Ten cytat w pełni odzwierciedla sylwetkę p. Ireny Świetlik, byłej wiceprzewodniczącej Zarządu UTW, wszechstronnej osoby o gołębim sercu (które się w końcu zbuntowało). Oprócz rozległych spraw organizacyjnych – z racji pełnionej funkcji, angażowała się w różne przedsięwzięcia. Prowadziła sekcję samopomocy, w której szczególną troską i zainteresowaniem obdarzała ludzi trzeciego wieku. Ludzi samotnych i chorych. Pamiętała o tych, którzy zrządzeniem losu trafiali do szpitali lub domu opieki społecznej, m. in. organizowała dla nich paczki świąteczne. Tworzyła au-

kcję książek, zbiórkę odzieży etc. Ponieważ obdarzała ludzi zrozumieniem i szacunkiem, więc nie mogła nie kochać zwierząt. Zatem zajęła się zbiórką pieniędzy dla bezdomnych psów – "naszych młodszych braci".

To jest KTOŚ, komu się nie odmawia, nie wypada wręcz. Pani Irena służyła każdemu swoją skromną osobą, ponieważ sprawy ogólnoludzkie były Jej bliskie. Umiała scalać grupy, które ze sobą współpracowały. Już potem nie było takiej pani Ireny. Prowadzone przez nią zebrania Zarządu lub sekcji, były rzetelne, konkretne. Krótko i węzłowato, osoby wyznaczane do poszczególnych zadań czyniły swoją powinność. Dla pani wiceprzewodniczącej nie było rzeczy niemożliwych. Swoją postawą mobilizowała do działania. To wynikało zapewne z wiary w sens tego co robiła. Miała bardzo dobre relacje z rzeszą ludzi dobrej woli, liczyła na nich i chyba się nie zawiodła.

Ponieważ ja miałam miłe kontakty z panią Ireną. Świetlik przez szereg lat, wiedziałyśmy, że możemy na siebie liczyć. Dlatego każda Jej prośba była przeze mnie z uwagą wysłuchana i wcielana w życie. Zresztą dla pani Ireny chciało się pracować. Ona umiała prosić i docenić to z czym przyszło się nam zmierzyć. Chciała i dążyła do tego by się coś pożytecznego działo na UTW (oprócz wykładów). Dlatego bardzo się cieszyła jeżeli udało się zorganizować występ, zabawę lub bal karnawałowy. Patronowała tym przedsięwzięciom. Posiadała umiejętność dotarcia do najgłębszych pokładów naszej psychiki i wraz z nami autentycznie przeżywała nasze wzloty (upadków nie było). Za to Ją cenię najbardziej. Zapewne jest jeszcze wiele spraw, tematów, które uszły mojej uwadze. Bowiem pamięć ludzka jest zawodna. A pani Irena wciąż podejmowała nowe wyzwania, bowiem jak stwierdził O. M. Pilśniak (TV Puls), "w nas jest pragnienie zrealizowania rzeczy nie do zrealizowania".

Ogromnie żałuję, że pani Irena nas opuściła, względy zdrowotne zaważyły na Jej decyzji. Pani Ireno życzę Pani dużo zdrowia. Proszę pamiętać, że ma Pani grono przyjaciół, które czeka na Panią. Pani potrafiła sprostać naszym oczekiwaniom.

Stanislawa Urban

MOJE ROZWAŻANIA NAD ZNACZENIEM DLA NAS SŁUCHACZY UTW PONIEDZIAŁKOWYCH WYKŁADÓW

Zgodnie z tym, co czytelnik znajduje w tytule artykułu, spróbuję w kilku zdaniach przybliżyć nowoprzybyłym słuchaczom zagadnienia tematu wykładu. Nie zamierzam jednakże powtarzać zrealizowanych już tematów ani zagłębiać się w ich treści. Nasi opiekunowie sporządzają co roku precyzyjnie przemyślane programy zajęć, których wydruk otrzymuje każdy z nas na początku roku akademickiego.

Wykłady są najistotniejszym czynnikiem skupiającym coraz większą liczbę słuchaczy. Świadczą o tym frekwencje poniedziałkowych spotkań. Zgodnie z tradycją każdy wykład rozpoczyna się odśpiewaniem naszego hymnu, którego tekst wydrukowany jest w pierwszym numerze naszej gazetki. Odśpiewanie hymnu stwarza miłą atmosferę skupienia uwagi słuchaczy. Wygłaszane wykłady zaspokajają nasze potrze-

by kontaktu człowieka z drugim człowiekiem, poza tym są one podstawową formą podawania, pogłębiania i wzbogacania naszej wiedzy. Ta wiedza uczy nas przede wszystkim mądrze żyć i mądrze się starzeć. Wszak wiemy, że starzenie się organizmu ludzkiego, tak jak i każdej żywej istoty, jest nieuchronne ale mądre. Starzenie się jest sztuką, której się tu na naszym Wydziale uczymy. Z doświadczenia wiemy, że w czasach, w których żyjemy, zdarza się przeżywanie chwil zwątpienia, niepewności a niekiedy i załamania psychicznego. Ciepła, życzliwa atmosfera wykładów rozprasza nasze ponure (szkodliwe dla zdrowia) myśli i wyzwala poczucie wiary i ufności we własne siły. Nasze zajęcia programowe mobilizują nas do aktywnego działania, uczą jak zadbać o nasze zdrowie, o dobrą sprawność fizyczną i psychiczną, prowadzą do zrozumienia, że właśnie aktywność jest jednym z warunków "mądrego starzenia się".

Gdy rozważam powyższe kwestie, narzuca mi się pytanie: Czy człowiek stary może być młody? Mądrości hinduskie mówią "... tak długo, jak długo do serca twego ma dostęp poczucie piękna, radości i odwagi, tak długo jesteś młodym..." Z mojego punktu widzenia, człowiek choć stary, ale sprawny fizycznie i umysłowo, cieszący się zdrowiem, może długo czuć się młodym.

Krystyna Wesolowska

DLACZEGO UCZĘSZCZAŁAM NA MUZYKOTERAPIĘ I ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGII?

O działaniu Uniwersytetu Trzeciego Wieku dowiedziałam się z audycji radiowej. Byłam wówczas w najsmutniejszym okresie mojego życia. Okrutny los zabrał mi nagle najdroższą osobę, męża i przyjaciela. Świat w jednej chwili zawalił się. Pozostały dobre i troskliwe dzieci i wnuki. Zdałam sobie sprawę, że nie mogę ich zawieść, muszę ten świat odbudować sobie na nowo. Szukałam jakiejś odskoczni, szukałam po prostu życzliwych i przyjacielskich ludzi, którzy pomogliby mi znaleźć sposób na nowe życie. Wiadomość o możliwości zapisania się na Uniwersytet Trzeciego Wieku przyszła w samą porę. Wykłady odbywały się wówczas w auli Szkoły Medycznej przy ul. Stawowej; dojazd miałam dogodny, pozostało więc tylko mocne postanowienie uczęszczania. I tak to się zaczęło, już prawie 10 lat temu. Poznanie nowych ludzi, cotygodniowe wykłady z rozmaitych dziedzin życia, adekwatne do naszego wieku i sytuacji, ogromnie mnie zainteresowały. Wszystkie wykłady pięknie organizowane, dostępnie przekazane przez profesorów najwyższej klasy.

Najbardziej jednak polubiłam czwartkowe wykłady z psychologii i zajęcia z muzykoterapii, które prowadziła p. prof. Romualda Wybraniec. Wykłady te prowadzone były w niedużym kameralnym gronie (było nas kilkadziesiąt osób), co dawało większą możliwość bezpośredniego kontaktu z profesorem. Sama osobowość p. prof. Wybraniec i jej łagodne i spokojne oddziaływanie na moją psychikę, pozwalały mi wyciszyć się, zrozumieć i innym spojrzeniem ogarnąć wiele zagadnień, które dotychczas wydawały mi się oczywiste. Wykłady te dawały mi dużą satysfakcję, pozwalały dalej rozwijać się intelektualnie, tym bardziej, że poruszały tematy dotyczące tolerancji, czasu przemijania, miłości, zazdrości, wychowania młodzieży, tradycji itp. Zawsze

interesująco podane i wywołujące żywą dyskusję, przedłużające się niejednokrotnie poza ustalony czas. Muzyka z kaset dobierana przez p. Profesor była adekwatna do pór roku, czasu i okazji. Była piękna nastrojowo, co też miało duże terapeutyczne znaczenie dla ludzi w podeszłym wieku. Nawiązując do tradycji, z inicjatywy p. Profesor, część słuchaczy wzięła udział w konkursie na temat "Wigilie mojego dzieciństwa", który dał nam wiele radości, pozwalał wrócić do naszych beztroskich lat i zaowocował wydaniem (dzięki staraniom p. Profesor) książeczki w opracowaniu i z słowem wstępnym p. Profesor. Wspomnienia te są miłą pamiątką dla naszych dzieci i wnuków, gdyż ocalają od zapomnienia i przybliżają im wiele faktów z dawnych przedwojennych tradycji Świąt Bożego Narodzenia.

Z niecierpliwością oczekiwaliśmy czwartku i tych chwil spędzonych w towarzystwie p. Profesor i koleżeństwa. To z tych czasów datują się nasze przyjaźnie, a w szczególności wśród pań z "Teatrzyku Poezji". Teatrzyk wspierała p. Profesor dobrymi radami i pomocą w zakresie akompaniamentu. To p. Profesor zachęciła p. mgr Irenę Szynkarek z Akademii Muzycznej do współpracy (społecznej) z naszym "Teatrzykiem Poezji". Zaowocowało to pięknymi recitalami słowno-muzycznymi. Niejednokrotnie w czasie prywatnych spotkań naszych pań z "Teatrzyku" wspominamy te chwile i jakże byłybyśmy usatysfakcjonowane, gdyby zajęcia z muzykoterapii zostały reaktywowane.

Urszula Mierzejewska

PO CO NA EMERYTURZE JĘZYK OBCY?

Tak się składa, że 25-lecie UTW zbiega się z moim 10-letnim aktywnym uczestnictwem w zajęciach naszego Uniwersytetu. Zapisałam się w 1990 r. po audycji, nadanej przez Radio Wrocław, ale miałam roczną przerwę z przyczyn rodzinnych.

Od tylu lat datuje się też prowadzenie konwersacji w języku niemieckim, do czego zachęciła mnie nasza przewodnicząca p. Stefania Werner. Grupa około 12-15 osób bierze co tydzień udział w moim spotkaniu z językiem niemieckim. Jest to poziom dla zaawansowanych, dobrze radzących sobie zarówno z czytaniem jak i prowadzeniem rozmowy. Różne są powody, dla których ludzie w starszym wieku chcą doskonalić znajomość obcego języka. Niektórzy mają dzieci w krajach niemieckojęzycznych i podczas odwiedzin przyda się znajomość języka. Inni utrzymują kontakty listowe z przyjaciółmi lub znajomymi i też potrzebna im jest dobra znajomość języka. Ale są i tacy, którzy chcą odświeżyć i utrwalić umiejętność opanowania języka dla własnej satysfakcji lub celów turystycznych. Zajęcia z moją grupą dają mi wiele zadowolenia, gdyż zespół chętnie uczestniczy w spotkaniach. Myślę, że te odczucia są obustronne.

Ktoś kiedyś powiedział, "Kto zna dwa języki – dwa razy żyje". A przecież wśród słuchaczy UTW są tacy, co znają trzy i więcej języków. I tu apel nie tylko do nas – słuchaczy, ale i do naszych wnuków: Uczmy się i utrwalajmy nasze językowe umiejętności!

Irena Augustyn

ULUBIENI WYKŁADOWCY

Trudno dziś wymienić wszystkich na łamach gazetki, ograniczę się więc do kilku osób. Zacznę od pani prof. dr hab. Wandy Lubczyńskiej-Kowalskiej; poza dużą fachową wiedzą posiada wyjątkowy dar przekazywania jej w sposób dostępny i zrozumiały. Poza tym artykulacja Jej głosu sprawia, iż nawet przy tej ilości słuchaczy (około 400) wszędzie jest słyszalna i zrozumiała.

Chętnie też słuchamy prof. dr. hab. Jerzego Semkowa. Potrafi w syntetyczny sposób przekazać dużą ilość informacji ze swojej dziedziny wiedzy, budząc zainteresowanie słuchaczy.

Wreszcie dr Lucjan Koziorowski, którego swoboda i poczucie humoru pozwalają w dowcipny nawet nieraz sposób przekazać temat suchy, co ułatwia koncentrację słuchaczy. Nie wymieniam całej plejady wykładowców, co nie oznacza dezaprobaty. Wszyscy są sympatyczni, posiadają dużą wiedzę i nasze wielkie uznanie. Cenimy i lubimy naszych wszystkich wykładowców, Panią sekretarkę zawsze życzliwą dla słuchaczy UTW. A wszystko to dzieje się dzięki naszej Pani dyrektor dr Walentynie Wnuk, która stworzyła tę ciepłą atmosferę. Pomimo rozlicznych zajęć, zawsze znajduje dla nas czas, służy pomocą, serdecznym uznaniem dla naszych wysiłków. Dzięki Niej czujemy się potrzebni pomimo wieku. Za tę ciepłą serdeczną atmosferę dziękują słuchacze UTW.

Irena Semianów

NASI WYKŁADOWCY I OPIEKUNOWIE

Obchody jubileuszu 25-lecia Uniwersytetu Trzeciego Wieku we Wrocławiu pozwalają nam, słuchaczom przedstawić swoich wykładowców i opiekunów. Są to wspaniali ludzie i naukowcy, znawcy wielu dziedzin nauki. Ich ciekawe wykłady przybliżają i rozjaśniają umysły "studentów trzeciego wieku". Nasi ulubieni wykładowcy wpływają również na psychikę swoich słuchaczy.

Dla nas ludzi późnej dorosłości ogromnie ważną sprawą jest rehabilitacja. W pełni doceniamy starania Pani dr Grażyny Dąbrowskiej i Pani dr Anny Skrzek, które potrafią tak głęboko wczuć się i zaangażować w nasz trudny okres życia. Zawdzięczamy im okresowe badania naszych zmęczonych organizmów, zorganizowanie ćwiczeń rehabilitacyjnych przy schorzeniach układu krążenia i narządów ruchu oraz udostępnienie dla dużej grupy słuchaczy komory krioterapii.

Dzięki tej trosce możemy być bardziej sprawni, pogodni i częściej uśmiechnięci.

Wielkie uznanie i podziękowanie składamy władzom Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu za udostępnienie sali gimnastycznej, w której odbywają się zajęcia rehabilitacyjne.

Zawsze będziemy pamiętać i serdecznie myśleć o naszych wykładowcach i opiekunach.

Jadwiga Olszańska

OPTYMISTYCZNIE O OKRESIE PÓŹNEJ DOROSŁOŚCI

Z wielkim zaciekawieniem i uwagą wysłuchałam dwóch wykładów, wygłoszonych przez profesor Marię Straś-Romanowską: "Możliwości rozwojowe człowieka w okresie późnej dorosłości", "Mądrość człowieka w drugiej połowie życia – późnej dorosłości".

Przedmiotem obu wykładów były problemy, o których woli się czasem nie myśleć. Jednak po podanych przez wykładowcę w sposób przystępny, jasny i przekonywujący możliwościach i sposobach rozwiązywania tych trudnych dylematów, musi się zmienić zdanie i zacząć myśleć optymistycznie o naszej późnej dorosłości. To prawda, że w młodości mózg jest najbardziej chłonny, rozwój psychiczny i umysłowy postępuje szybko, ale wspomagając ten rozwój w późnym wieku ćwiczeniami i ciągłą pracą umysłową można przedłużyć jego sprawność do późnej starości. I to warto zapamiętać jako bardzo cenną optymistyczną wskazówkę, receptę na zachowanie sprawnego umysłu i zadowolenia z życia.

Drugi pozytywny wniosek, który wynikał z wykładów, to osiąganie przez człowieka dbającego o rozwój umysłowy mądrości – tej trudniejszej transcedentalnej, duchowej. Ta mądrość wieku dojrzałego pozwala nam trafnie przewidywać zdarzenia bez emocji charakterystycznej dla ludzi młodych, a przez to w sposób niezamazany i jasny. Przejawia się ona w sytuacjach bardzo trudnych, ma łatwość niezwykłą w rozumieniu paradoksów, z którymi młodzi się nie zgadzają. I to jest bardzo pozytywne stwierdzenie, że mądrość wieku dojrzałego ma wiele zalet, ekonomicznie i świadomie korzysta z rezerw doświadczenia, zachowując dystans w stosunku do toczących się wokół nas wydarzeń.

Jesteśmy bardzo wdzięczni za uświadomienie nam perspektyw dalszego rozwoju, za optymistyczne wnioski wynikające z wykładów i za życzliwość.

A swoją pamięć będziemy ćwiczyć powtarzając przytoczone przez prof. M. Straś-Romanowską maksymy: "Człowiek mądry to człowiek dobry i piękny" (Sokrates), "Ten sam mózg sprawia, że im jesteśmy starsi tym bardziej jesteśmy i głupsi i mądrzejsi" (La Rochefoucauld).

Stanislawa Urban

KTO DBA O NASZĄ SPRAWNOŚĆ FIZYCZNĄ?

Gdy myślę o sprawności fizycznej, jaką ja sama też się cieszę, zastanawiam się, kto mógłby i potrafiłby lepiej zadbać o naszą sprawność fizyczną, jak nasza niezastąpiona, prowadząca gimnastykę korekcyjną, Pani mgr Jadwiga Nisiobędzka.

Nasza miła i droga Pani przygotowuje nam programy ćwiczeń z najdokładniej przemyślaną precyzją. Pamięta, kiedy najbardziej potrzeba nam ćwiczeń rozluźniających nasze stawy, kiedy wzmacniających mięśnie, kiedy innych, kładąc duży nacisk na ćwiczenia wzmacniające mięśnie grzbietu, a zwłaszcza mięśnia kapturowego utrzy-

mującego prawidłową postawę człowieka, warunkującego nie pochylanie się sylwetki osoby w trzecim wieku. Dzięki tym wspaniałym ćwiczeniom trzymamy się prosto, chodzimy pewnym i sprężystym krokiem.

Pani mgr Jadwiga – podczas ćwiczeń – widzi nas wszystkich razem i każdego z osobna i czuwa nad naszym bezpieczeństwem niezawodnie. Nauczyła nas prawidłowo oddychać. Uważam, że gimnastyka – ta piękna harmonia ruchów – jest dobra na wszystko, bo pobudza krążenie krwi, usprawnia nasze mięśnie i stawy, uaktywnia wszystkie układy narządów naszego organizmu, warunkuje dobre samopoczucie. Dobrze to pojmuje wiele osób. To też chętnych do uczęszczania na zajęcia gimnastyczne w bieżącym roku akademickim jest tak dużo, że zajęcia te rozłożone zostały na cztery grupy ćwiczeniowe. W bieżącym roku akademickim ćwiczą również mężczyźni – słuchacze UTW. Poza tym Pani mgr Nisiobędzka przygotowuje nam programy ćwiczeń na czas przerwy semestralnej i wakacyjnej do kontynuowania ćwiczeń w domu.

Czy wystarczy nam słów wdzięczności za ten piękny dar sprawności?

Genowefa Nowak

BĄDŹMY SPRAWNI

Któż nie zna pani mgr Jadwigi Nisiobędzkiej, naszej drogiej i bardzo lubianej "pani od gimnastyki" Prowadzi z nami zajęcia od 13 lat, początkowo przy ul. Stawowej w małej salce gimnastycznej; wspominamy je bardzo mile. Obok gimnastyki usprawniającej były zabawy ze skakankami, piłeczkami, obręczami, szarfami i przy muzyce. Przez cały czas pracy z nami przygotowuje nas do karnawałowych spotkań, ćwicząc tradycyjnego poloneza, który otwiera od lat nasze bale. Od trzech lat gimnastyka odbywa się w ogromnej sali przy ul. Dawida, w bardzo licznych grupach.

Pani magister traktuje nas z ogromną serdecznością, cierpliwością i ciepłem, służąc pomocą nowym i mniej sprawnym. Jesteśmy chwalone i dopingowane do coraz trudniejszych elementów ćwiczeń. Zwraca uwagę na każdego ćwiczącego, aby nie zrobił sobie krzywdy. Przy każdym nowym ćwiczeniu objaśnia jego działanie na konkretny narząd.

Zajęcia nasze są bardzo ciekawe i urozmaicone, a my z wielką ochotą uczestniczymy w nich. Szkoda, że są tylko raz w tygodniu, tym bardziej, że p. Nisiobędzka często podkreśla, że jesteśmy lepsi i bardziej zaangażowani od młodzieży, z którą pracuje. Dzięki Jej stosunkowi do nas serdeczności, jaką nam okazuje, pozbywamy się stresów i wychodzimy z zajęć odprężeni, odmłodzeni i sprawniejsi.

Za to wszystko wielkie dzięki. Kochamy Cię Jadziu!

Weteranki ćwiczeń gimnastycznych : Czesława Lemisiewicz,
Romana Domańska, Barbara Niewodowska, Genowefa Nowak

Halina Wiland

MAM SZCZĘŚCIE, ŻE JESTEM WŚRÓD WAS

Tak właśnie czuję, że mam szczęście, gdyż zaproponowano mi współpracę z Uniwersytetem Trzeciego Wieku. Byłam wówczas pracownikiem Instytutu Pedagogiki, gdy w 1997 r. UTW rozpoczął swoją działalność przy Instytucie Pedagogiki pod kierunkiem dr Walentyny Wnuk. Z uwagi na brak sekretariatu UTW dr W. Wnuk prosiła mnie m. in. o przygotowanie harmonogramów zajęć, powielenie ich, przygotowanie informatora o działalności UTW oraz opracowanie druku dyplomu, który będzie wręczany na zakończenie roku akademickiego. Wtedy po raz pierwszy miałam przyjemność spotkać się ze słuchaczami, których przedtem widywałam na korytarzu Instytutu Pedagogiki i jednocześnie podziwiałam, jak niekiedy z wielkim trudem pokonywali schody prowadzące na II piętro do auli Instytutu Pedagogiki, w której odbywały się wykłady. Gdy weszłam na salę wykładową wypełnioną do ostatniego miejsca to zrozumiałam, że działalność dr Wnuk zasługuje na wsparcie. Dziś mogę stwierdzić, że od czasu wprowadzenia UTW do struktur Uniwersytetu Wrocławskiego dr W. Wnuk, przez okres prawie 5 lat, zrobiła dla swoich słuchaczy bardzo wiele.

Obserwowałam, jak z roku na rok uatrakcyjnia harmonogram zajęć dla słuchaczy, którzy z dużym zaangażowaniem pracują w sekcjach, uczestniczą w lektoratach, seminariach i korzystają z różnych form gimnastyki proponowanych przez Akademię Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, badań prowadzonych przez Akademię Medyczną we Wrocławiu itp.

Dr Wnuk, będąc pracownikiem Instytutu Pedagogiki tak wiele czasu poświęca również sprawom UTW. Prowadząc zajęcia ze studentami studiów stacjonarnych i zaocznych sprawiła, że wzrosło z ich strony zainteresowanie życiem ludzi starszych. Powstają prace licencjackie i magisterskie, prowadzone są badania naukowe przez doktorantów Studium Doktoranckiego Pedagogiki i innych uczelni. A i w sekretariacie UTW coraz częściej pojawiają się młodzi ludzie, którzy zainteresowani są naszą placówką.

Poczyniła też starania w celu uzyskania środków finansowych na remont parterowego budynku, w którym mieściła się stolarnia Uniwersytetu Wrocławskiego. Środki takie otrzymała od władz Miasta Wrocławia i Uniwersytetu Wrocławskiego. To dzięki decyzjom członka Zarządu Miasta Wrocławia p. mgr. Sławomira Piechoty i Prorektora ds. Nauczania U.W. p. prof. dr. hab. Andrzeja Witkowskiego, następuje systematyczny rozwój tej placówki.

W czasie trwania remontu słuchacze bardzo interesowali się nową siedzibą. Niepokój ich dotyczył wielkości sali wykładowej, która będzie mogła pomieści około 120 osób. "My tu wszyscy nie zmieścimy się i chyba będziemy podzieleni na grupy" – mówili z obawą.

Mając na uwadze oddanie obiektu do użytku w roku 2001, dr W. Wnuk prowadziła "politykę oszczędnościową" w roku akademickim 1999/2000 i uzyskane środki finansowe przeznaczyła na wyposażenie nowej siedziby, której otwarcie nastąpiło w dniu 28 maja i było połączone z zakończeniem roku akademickiego.

Dla słuchaczy nowy rok akademicki 2001/2002 rozpocznie się bez pokonywania barier architektonicznych i z możliwością rozszerzenia działalności sekcji i powołania nowych. A może nawet stworzenia stanowisk komputerowych i korzystania z Internetu.

Problemami ludzi starszych zainteresowała też media wrocławskie. To nowe doświadczenie z telewizją bardzo przeżywa. Ale po każdym programie telewizyjnym ludzie starsi, z Wrocławia i z terenu województwa dolnośląskiego, dzwonią do sekretariatu z prośbą o przyjęcie ich do UTW. Także w czasie trwania roku akademickiego przychodzą osoby nie będące słuchaczami i proszą o umożliwienie im korzystania z wykładów. Kiedy zbliża się poniedziałek jestem bardzo zaniepokojona, czy aby podczas wykładu ktoś ze słuchaczy nie zasłabnie z uwagi m. in. na brak wentylacji w sali wykładowej. To dla mnie jest nowe i duże przeżycie. I myślę, że jest dobrze, iż są te poniedziałki, że Oni są tutaj, i że można Im udzielić na czas pomocy.

Z wielkim wzruszeniem obserwowałam próby i występy Chóru, Kabaretu "Pokusa", "Trio Sentymentalnego, "Teatrzyku Poezji" i Kabaretu "Utewiacy-Retrożacy" a także pracę Sekcji Artystyczno-Dekoracyjnej wykonującej scenografię do programów. To są doznania wyjątkowe i niepowtarzalne dla mnie. Z jaką ogromną pasją i niebywałym zaangażowaniem słuchacze ci przygotowują programy artystyczne z okazji różnych świąt. Budzi to podziw nie tylko mój, ale i licznie zebranej publiczności.

Przyjęcie UTW w struktury Uniwersytetu Wrocławskiego to bardzo racjonalna decyzja, a jego lokalizacja w budynku Instytutu Pedagogiki i Psychologii, w którym studenci studiów stacjonarnych spotykają naszych słuchaczy, może mieć także wpływ na zmianę stosunku młodzieży do ludzi starszych. Mam też nadzieję, że zostanie zmieniony program nauczania, który będzie w szerszym niż dotychczas zakresie przygotowywał studentów do pracy z ludźmi starszymi. Bo przecież, jak podają media, w Europie w roku 2012 będzie więcej emerytów i rencistów – wśród których i ja też będę – niż osób pracujących.

Mam to szczęście, że jestem wśród Was, gdyż panuje tu wyjątkowo przyjazna i życzliwa atmosfera, której nie spotkałam w ciągu 29 lat pracy zawodowej. Chcę korzystać z Waszego doświadczenia i pracować dla Was, I mogę przygotowywać się bez obawy i niepokoju do przejścia w późną dorosłość. Za to Wam serdecznie dziękuję.

BADANIA NAUKOWE

Walentyna Wnuk

REFLEKSJE NAD ROZWOJEM CZŁOWIEKA W PÓŹNEJ DOROSŁOŚCI

"Nie jest prawdopodobne, by natura,
która wszystkie poprzednie okresy doskonałe przeprowadziła,
niby akt pięknej sztuki, złekceważyła, jak niepoprawny poeta,
jego akt ostatni"

(Cyceron)

Późna dorosłość, inaczej starość, to stosunkowo najsłabiej rozpoznany okres rozwojowy człowieka.

Andragodzy, których podstawowym założeniem jest przekonanie o możliwościach rozwojowych człowieka przez całe życie, postrzegają starość w kategoriach zadań rozwojowych. Inaczej mówiąc okres ten, trwający przeciętnie 23 lata, nie powinien uwalniać człowieka od dalszego dojrzewania w człowieczeństwie, od dalszego korzystania z potencjału rozwojowego, który każdy w sobie nosi. W psychologii, rozwijany obecnie nurt całożyciowego rozwoju, jest potwierdzeniem tego myślenia. Jednak w myśleniu potocznym panuje brak wiary w możliwości rozwojowe ludzi starszych.

Trzeba z tym walczyć

Późna dorosłość, jako ważny okres życia, bo wieńczący całość, jest pojęciem niejednoznacznie definiowanym. Zgodna jest jedynie co do konieczności komplementarnego podejścia do zjawiska starości, uwzględniającego jego wszystkie wymiary: fizyczny, psychiczny i społeczno-kulturowy. Starość nie jest stanem jednakowym dla wszystkich, zależnym wyłącznie od wieku. Stąd trudności z wyznaczeniem progu starości.

Moim zdaniem początków starości należy szukać przede wszystkim w psychice człowieka, starość również wyraża się w zaprzestaniu kontaktów społecznych. Dlatego zgadzam się z poglądami, które zdrowie człowieka definiują jako pozytywny stan samopoczucia fizycznego i psychicznego, a także społecznego, a nie tylko brak choroby lub ułomności. W praktyce dbamy głównie o "ciało człowieka starszego, zapominamy o jego "duszy".

Należy zgodzić się z poglądami, że regres wynikający ze starzenia się organizmu jest nieuchronny (jest faktem), natomiast rozwój jest możliwy. Rozwój i regres współistnieją ze sobą. Powołaniem człowieka jest jego rozwój, stawanie się coraz pełniejszym i doskonalszym. Późna dorosłość bowiem nie jest pozbawiona dynamiki rozwojowej. Prawdą jest, że dynamika ta ukazuje się w innych aspektach niż dotych-

czas, prawdą jest, że więcej niż dotychczas wymaga wysiłku mimo to można i należy ją odnaleźć. To wszystko pociąga za sobą konieczność pewnej życiowej reorientacji, a raczej nowej orientacji, polegającej na znalezieniu często nowych wartości i celów.

Niejednolity obraz starości, zróżnicowanie indywidualne tempa starzenia się oraz różnice preferencyjne w wyborze kryteriów starzenia się, komplikują sprawę rozumienia rozwoju w późnej starości. Zmiany rozwojowe są wielowymiarowe. Przebiegać mogą zarówno w sferze biologicznej, psychicznej, jak i społecznej. Są wielokierunkowe, mając równocześnie regresywny, jak i progresywny charakter. Należy w rozpatrywanym tu problemie, nie eksponować zmian regresywnych – nieuniknionych, a skupić się na zmianach progresywnych – lansując model dynamiczny. Nie wyszukiwać braków, lecz kierunki rozwoju.

Można w tym miejscu postawić pytanie: czym w rezultacie jest rozwój człowieka w późnej dorosłości? Na pewno nie jest synonimem uczenia się. W przypadku człowieka starszego jest często reedukacją, a więc pozbywaniem się pewnych przyzwyczajeń, postaw, schematów działania, które przeszkadzają, są anachroniczne, nieadekwatne do zmieniającej się rzeczywistości. Generalnie ów rozwój trzeba odnosić do trzech wymiarów:

I. Sprawności umysłowej (podstawowy inaczej intelektualny);

II. Rozwoju duchowego (wewnętrznego), ściśle związanego z psychologicznym wymiarem człowieka

III. Zdobywania nowych kompetencji niezbędnych do pokonywania kryzysów rozwojowych, jakże charakterystycznych dla omawianego tu okresu życia.

Warunkiem zrozumienia osoby starszej jest podejście interdyscyplinarne. Pozwala ono na uwzględnienie całego spektrum czynników warunkujących rozwój człowieka.

Wśród nich czynniki fizyczne, psychiczne, społeczne, kulturowe oddziaływują na siebie, zdumiewają nas nieustannie w dobie medycyny psychosomatycznej, pokazują nam niezbadane do końca możliwości rozwojowe człowieka.

Tak więc podstawą próby zdefiniowania rozwoju człowieka starszego będzie model **biopsychospołeczny.** Badania w tym zakresie muszą szukać odpowiedzi na takie m.in. pytania:

- czym może być rozwój w późnej dorosłości; jego wymiary, zakresy, treści?
- jak pomóc ludziom starszym w maksymalnym wykorzystaniu rezerw psychicznych?
- jak uczynić starość rozwojowym okresem życia?
- jak opóźnić proces starzenia się?
- jakie czynniki będą determinować ów rozwój?

Pamiętajmy przy tym, że każdy człowiek, a tym bardziej starszy, jest twórca własnego rozwoju, wyznacza jego drogi, treści. Stąd podkreśla się rolę osobistego wpływu jednostki na przebieg własnego rozwoju.

Na uwagę zasługują te próby wywskaźnikowania zjawiska rozwoju późnej dorosłości, które ujmują go jako:

- budowanie pozytywnego obrazu samego siebie (myślenie pozytywne, pokonywanie stresu starości);
- element profilaktyki starzenia się;
- zdobywanie niezależności i harmonii wewnętrznej;

- zdobywanie nowego horyzontu wartości, sprzyjających ewentualnemu przeformułowaniu celów w życiu, zrealizowaniu niewykorzystanych jeszcze wewnętrznych sił człowieka;
- zmianę jakości życia, stylu życia;
- utrzymanie funkcji i zdolności poznawczych ("gimnastyka mózgu");
- aktualizowanie kompetencji życiowych;
- zdolność do przyjęcia odpowiedzialności za własne życie i samodzielne jego kształtowanie (starość konstruktywna);
- zainteresowanie życiem wewnętrznym ("dokarmianie duszy", "smakowanie życia"), budujące własną mądrość życiową;
- analizę swego życia, reinterpretację własnego doświadczenia;
- zmiany struktury życia, a więc wzorów aktywności (nowe pola aktywności).

Podsumowując, można powiedzieć, że celem rozwoju człowieka starszego jest przedłużenie okresu aktywności, twórczego życia, zachowanie zdrowia, przesunięcie starości na jeszcze późniejszy czas, dążenie do poprawy jakości życia. Mamy tu do czynienia z daleko idącą indywidualizacją zjawiska. Przecież starość jest etapem rozwoju człowieka na całej skali życia. Ten rozwój nigdy się nie kończy.

Rozwój człowieka starszego to szansa, z której człowiek może skorzystać, by lepiej i godniej przeżyć ten okres. Dokonanie tego wyboru jest zawsze równoznaczne z podjęciem aktywności. Jakże trafnie problem rozwoju człowieka starszego ilustruje wypowiedź Hensena "*... proces starzenia się nie jest równoznaczny ze schodzeniem w ciemną dolinę, o wiele bardziej przypomina wspinanie się na ostatni szczyt, przed którym trzeba odłożyć zbędny bagaż. Oczywiście wspinaczka na szczyt jest męcząca. Jednak szczyt wiele również obiecuje: szeroki widok, który uzyskuje się tylko tam; inną perspektywę spojrzenia na przebytą drogę, dystans do tego, co się za sobą pozostawiło, oddech; nowe widzenie wolności od tego, co przygniata; być może nowe nastawienie do codzienności*".

Agnieszka Czyszkowska

ROZWÓJ OSOBOWY NA OSTATNIM ETAPIE ŻYCIA

Prezentacja wyników badań przeprowadzonych wśród słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku w ramach pracy magisterskiej w lutym 2000r.

"Starość nie radość" – kierowani tym przekonaniem od wieków poszukujemy recepty na zachowanie witalności i piękna, cudownego eliksiru wiecznej młodości. Będącą jej przeciwieństwem starość traktujemy jak zło konieczne, usuwając ją na margines społeczeństwa i... naszych umysłów. Z inspiracji p. prof. Marii Straś-Romanowskiej, tę niepopularną problematykę starzenia się i śmierci uczyniłam przedmiotem mojej pracy magisterskiej. Podjęłam w niej dyskusję z negatywnymi przekonaniami na temat "trzeciego wieku". Przyglądając się sytuacji ludzi starszych poszukiwałam tego, co w niej konstruktywne, wartościowe, rozwojowe. W tym celu przeprowadziłam sze-

reg częściowo ustrukturowanych rozmów z ośmioma osobami w wieku od sześćdziesięciu do osiemdziesięciu lat. Moimi rozmówcami były zarówno kobiety, jak i mężczyźni, legitymujący się co najmniej średnim wykształceniem. Znaczną ich część stanowili słuchacze Uniwersytetu Trzeciego Wieku we Wrocławiu. Z poznawczym charakterem mojej pracy wiązał się również cel praktyczny. Sądzę, że pogłębienie wiedzy na temat sytuacji człowieka na ostatnim etapie życia, zrozumienie specyfiki jego potrzeb, ułatwi społeczeństwu stworzenie optymalnych warunków dla ich realizacji, a tym samym osobowego rozwoju. Prezentację wniosków wypływających z przeprowadzonych przeze mnie badań poprzedzę krótkim omówieniem dwóch głównych stanowisk teoretycznych wobec problematyki rozwoju człowieka na ostatnim etapie życia.

W tradycyjnym ujęciu psychologii rozwojowej etap późnej dorosłości opisuje się w pejoratywnych kategoriach regresu jednostki na poziomie biologicznym, psychologicznym i społecznym. W klasycznych modelach psychogerontologicznych starość traktuje się jako rodzaj choroby, upośledzenia lub powrotu do dzieciństwa. Modele te koncentrują się na zmiennej wiekowej i zdeterminowanych nią procesach psychofizycznych o charakterze inwolucyjnym. Tym samym pomijają one całą sferę indywidualnych przeżyć związanych z doświadczeniem przemijania, stanowiącą niezdeterminowany wiekiem kontekst osobowego rozwoju.

W alternatywnym wobec tradycyjnego podejścia paradygmacie (tzw. life-span developmental psychology) przyjmuje się natomiast, że rozwój człowieka nie kończy się wraz z osiągnięciem dorosłości, lecz może trwać przez całe życie. Na potwierdzenie tej tezy historia dostarcza wielu przykładów ludzi, którzy do późnych lat zachowali nie tylko błyskotliwy umysł, ale i twórczy potencjał. W starożytnej Grecji sędziwy wiek kojarzono z mądrością i życiowym doświadczeniem, powierzając starcom najwyższe stanowiska państwowe.

Wypowiedzi badanych przeze mnie osób podważają pierwszą, pesymistyczną wizję ostatniego etapu życia. Zdecydowana ich większość pozytywnie odnosi się do własnej starości i obecnych w niej perspektyw rozwoju. Osoby te dostrzegają w sobie wiele jego przejawów. Do najczęściej wymienianych należą: większa (w porównaniu z wcześniejszymi etapami życia) refleksyjność, a mniejsza impulsywność, "wyciszenie" i emocjonalna równowaga, "inne spojrzenie na pewne sprawy", a także większa cierpliwość, wyrozumiałość i tolerancja wobec innych ludzi. Całokształt doświadczanych zmian badani określali często "życiową mądrością", a ich wspólny mianownik stanowiła postawa dystansu wobec rzeczywistości i samego siebie. Ponadto wszyscy moi rozmówcy podkreślali znaczenie własnej aktywności w realizacji potrzeb i zainteresowań jako warunku konstruktywnego przeżywania starości. Za bardzo istotną uznali oni zgodnie aktywność społeczną. Częste kontakty towarzyskie i rodzinne, a także działalność w różnych organizacjach społecznych, wypełniają lukę powstałą po odejściu z pracy zawodowej. Satysfakcjonujące relacje z ludźmi ułatwiały osobom badanym przezwyciężenie kryzysu związanego z utratą pracy, partnera życiowego bądź z pogarszającym się stanem zdrowia. Dominująca orientacja na drugiego człowieka przeczy stereotypowemu wyobrażeniu ludzi starszych jako izolujących się i egoistycznych. Większość badanych przeze mnie osób właśnie w byciu z innymi upatruje sensu swojej egzystencji. Towarzyszy temu pragnienie pozostawienia po sobie dobrego wspomnienia, śladu. "Jestem tym, co ze mnie pozostaje przy życiu" – pisał P. Hebblethwaite o kryzysie ostatniego stadium rozwoju i słowa te znalazły potwierdzenie w wypowiedziach moich rozmówców.

Dużą rolę w procesie adaptacji do nowej sytuacji egzystencjalnej i społecznej odgrywa, zdaniem badanych, działalność w ramach Uniwersytetu Trzeciego Wieku. W przeciwieństwie do tradycyjnych instytucji "segregacji wiekowej", takich jak domy opieki dla osób starszych, UTW stwarza swoim słuchaczom możliwość przełamania społecznej izolacji oraz biernej, często roszczeniowej postawy wobec życia. Udział w różnego rodzaju zajęciach skłania uczestników do przyjęcia aktywnego i odpowiedzialnego stosunku wobec rzeczywistości i swojego w niej miejsca, do rozwijania posiadanych predyspozycji i uzdolnień z jednoczesnym wykorzystaniem zgromadzonych w życiu doświadczeń.

Poza aktywnością społeczną ważną, jeśli nie najważniejszą rolę w procesie rozwoju na ostatnim etapie życia odgrywa aktywność wewnętrzna. Przejawia się ona między innymi w aktywnym ustosunkowywaniu się osób badanych wobec własnej przeszłości. Większość z nich podjęła próbę podsumowania i oceny własnego życia. Towarzysząca temu procesowi reinterpretacja minionych doświadczeń z nowej, nacechowanej dystansem perspektywy posiada niewątpliwie walor terapeutyczny – ułatwia pogodzenie się z upływem czasu życia. Reinterpretacji i restrukturyzacji życiowych doświadczeń sprzyja rozwijająca się z wiekiem kompetencja biograficzna oraz charakterystyczne dla osób dorosłych właściwości procesów poznawczych. Praca wewnętrzna przygotowuje jednostkę na doświadczenie śmierci. Zdaniem psychologa J.Gauchera to właśnie perspektywa nieuchronnego końca decyduje o specyfice rozwoju człowieka na ostatnim etapie życia. Z wypowiedzi badanych przeze mnie osób wynika, iż "oswajanie się" ze śmiercią stanowi proces rozciągnięty w czasie i przebiega etapami. Wyrazem osobistego ustosunkowania się wobec tego faktu są przypisywane mu indywidualne, często metaforyczne znaczenia.

Z przeprowadzonych przeze mnie badań wynika, iż postawa jednostki wobec śmierci zależy w znacznej mierze od przyjmowanej przez nią postawy wobec życia i wyznawanych w nim wartości. I tak na przykład osoba doświadczająca życia jako pasma cierpień w śmierci dostrzega przede wszystkim możliwość uwolnienia się od nich. Człowiek traktujący życie jak wędrówkę, pielgrzymkę, w jego końcu widzi przejście do następnego jej etapu. Dla kogoś, kto sensu życia upatruje w związkach z ludźmi śmierć to przede wszystkim spotkanie z tymi, którzy odeszli. Z kolei "zadaniowa", zdyscyplinowana postawa wobec życia wiąże się z podobnym stosunkiem wobec śmierci. Zaś osobie, która za sprawę najważniejszą uważa życie zgodne z własnym sumieniem, śmierć kojarzy się z wizją sądu ostatecznego, przeznaczenia dusz do ciemności lub światła. Na podstawie wypowiedzi osób badanych doszłam do wniosku, iż osobista koncepcja śmierci pozostaje w ścisłym związku z posiadaną przez jednostkę, indywidualną koncepcją jej życia. Obie te koncepcje stanowią zarazem wyraz poszukiwania sensu i znaczenia własnej egzystencji. Konstatacja przemijania nadaje owym poszukiwaniom szczególną wagę. Doświadczenie ulotności i względnej wartości wszelkich dóbr kieruje człowieka w stronę tego, co wieczne, absolutne, niezmienne. "Śmierć, którą kiedyś będziemy musieli przeżyć, która uderza w naszych przyjaciół i bliskich, jest być może tym, co nas skłania do wchodzenia w głębię wewnętrznego świata istot i rzeczy zamiast prześlizgiwania się jedynie po ich powierzchni"(M. de Hennezel 1998, s.10).

C.G. Jung nazwał ów proces "inicjacją w rzeczywistość wewnętrzną", podkreślając duchowy, metafizyczny wymiar rozwoju człowieka w drugiej połowie życia. Jednakże jego subtelne, często nieuświadomione przejawy nie doczekały się jak dotąd

wnikliwych i rzetelnych studiów psychologicznych. Wielka szkoda, ponieważ, moim zdaniem, sytuacja egzystencjalna osób starszych stanowi dogodny punkt wyjścia do rozważań na temat duchowej natury człowieka i ludzkiej potrzeby transcendencji.

Na zakończenie chciałabym raz jeszcze podkreślić główny wniosek, jaki wypływa z przeprowadzonych przeze mnie badań. Zawiera się on w przekonaniu, iż starość nie musi być złem koniecznym, klątwą narzuconą ludziom przez boga czasu. Starość na pewno coś zabiera, ale i coś daje. Rachunek zysków i strat w dużej mierze zależy od samego człowieka.

Z KRONIKI UTW

W roku 1976 utworzono przy Międzynarodowym Uniwersytecie Robotniczym we Wrocławiu Studium Trzeciego Wieku. Organizatorem i kierownikiem był dr Czesław Kempisty kierownik przychodni geriatycznej. Studium finansowane było przez MUR, którego dyrektorami byli mgr Nawara oraz mgr Węgier. Zajęcia odbywały się raz w tygodniu obejmowały wykłady o różnej tematyce. Prócz tego prowadzono ćwiczenia gimnastyczne i fizykoterapię.

We wrześniu 1979 r. Studium zostało przeniesione do Liceum Medycznego na ul. Stawową. Kierownikiem została mgr Alina Woźnicka, która funkcję tę pełniła przez 18 lat. W wyniku Jej starań Studium zostało przekształcone w Uniwersytet III Wieku, doprowadziła do podpisania umów o współpracy z rektorami Akademii Medycznej oraz Akademii Wychowania Fizycznego. Opracowała statut działania Uniwersytetu III Wieku.

W roku 1981 Uniwersytet III Wieku we Wrocławiu został przyjęty do Polskiego Towarzystwa Gerontologicznego w Warszawie oraz stał się członkiem Międzynarodowego Stowarzyszenia Uniwersytetów III Wieku AIUTA.

Celem Uniwersytetu III Wieku jest zwiększenie sprawności psychicznej i fizycznej osób starszych, co urealniało się przez słuchanie wykładów o zróżnicowanej tematyce z dziedziny medycyny, literatury, historii itp.

Kondycję fizyczną poprawiano poprzez gimnastykę oraz gimnastykę rehabilitacyjną, prowadzoną przez Akademię Wychowania Fizycznego, reprezentowaną przez dr Grażynę Dąbrowską.

Z inspiracji p. mgr A. Woźnickiej utworzono samorząd, powołano sekcje. W nich słuchacze rozwijali swe zainteresowania i talenty w takich dziedzinach jak literatura, poezja, plastyka, turystyka, nauka języka angielskiego, niemieckiego, francuskiego, esperanta, chór, kabaret. Powstała też sekcja wzajemnej pomocy, zajmująca się nie tylko słuchaczami, ale odwiedzająca także domy pomocy społecznej.

W kwietniu 1993 r. z okazji 15-lecia istnienia UTW mgr A. Woźnicka wraz z samorządem zorganizowała konferencję naukową na temat "Rehabilitacja i rekreacja osób w wieku starszym" przy udziale naukowców z Warszawy, Krakowa, Łodzi i Wrocławia.

3 października 1997 r. Uniwersytet III Wieku został przeniesiony do siedziby Instytutu Pedagogiki Uniwersytetu Wrocławskiego na ul. Dawida 1. Dyrektorem Instytutu był dr hab. prof. w U.Wr. Jerzy Semków. Kierownikiem Uniwersytetu III wieku została dr Walentyna Wnuk. Uniwersytet w dalszym ciągu działał na podstawie umowy zawartej między Zarządem Miasta - Wydział Opieki Społecznej a władzami Uniwersytetu Wrocławskiego pod patronatem Rektora Uniwersytetu, przy współpracy merytorycznej Akademii Medycznej, reprezentowanej przez prof. dr hab. Wandę Lubczyńską-Kowalską oraz Akademii Wychowania Fizycznego reprezentowanej przez dr Grażynę Dąbrowską. Finansowany jest przez Radę Miasta.

Pani dr Walentyna Wnuk kontynuuje działalność Uniwersytetu zapoczątkowaną przez mgr A. Woźnicką. W wyniki Jej zaangażowania i inicjatywy powstała sekcja wydawnicza wydająca "Kurier UTW". Znacznie też zwiększyła aktywność naszego chóru, występującego poza uczelnią w domach pomocy społecznej. Nadal działają wcześniej utworzone sekcje. Prócz tego Uniwersytet III Wieku stał się przedmiotem badań naukowych z zakresu gerontologii i andragogiki dla studentów przygotowujących się do pracy z ludźmi starszymi.

Dzięki zabiegom p. dr Wnuk Uniwersytet nasz został w maju 2000 r. włączony do struktur Uniwersytetu Wrocławskiego.

Nadmienić trzeba, że przyjęcie UTW przez Instytut Pedagogiki umożliwiło znaczne zwiększenie ilości słuchaczy do 450 osób.

W roku 1996 z inicjatywy mgr Woźnickiej, dr. Aniszczyka i prof. dr hab. Lubczyńskiej-Kowalskiej powstała idea utworzenia Wrocławskiego Ośrodka Ludzi Starszych (Centrum Usługowo-Informacyjne). 8 kwietnia 1997 r. w Radzie Miasta odbyła się w tej sprawie narada przy współudziale członków Rady Miasta, przedstawicieli Uniwersytetu Wrocławskiego prof. Semkowa i dr Wnuk. Uniwersytet III Wieku reprezentowała mgr Woźnicka, prof. Lubczyńska-Kowalska, dr Dąbrowska oraz przedstawiciele samorządu UTW. Ustalono, że omawiany Ośrodek może powstać, w udostępnianym przez Uniwersytet Wrocławski pomieszczeniu po byłej stolarni. Niezbędne środki do przeprowadzenia kapitalnego remontu i adaptacji tego pomieszczenia zabezpieczy Rada Miasta oraz Uniwersytet Wrocławski. W grudniu 2000 r. wykonawca, wybrany w drodze przetargu, Zakład Ogólnobudowlany Jana Kempy z Ostrzeszowa przystąpił do prac remontowych, które zakończono w maju 2001 r. Koszt adaptacji, który wyniósł 300 tys. zł. pokryty został w 2/3 przez Radę Miasta, a w 1/3 przez Uniwersytet Wrocławski. Otwarcie tego obiektu nastąpi w dniu 28 maja 2001 r. i będzie to również wyłączna siedziba Uniwersytetu III Wieku we Wrocławiu. Realizacja tego przedsięwzięcia wymagała dużego nakładu energii, zabiegów i inwencji kierownika UTW dr Walentyny Wnuk.

Zakończenie roku akad.1999/2000. Od lewej: dr Grażyna Dąbrowska, dr Walentyna Wnuk, prorektor d.s. nauczania prof. dr hab. Andrzej Witkowski, prof. dr hab. Wanda Lubaczyńska-Kowalska.

Słuchacze w czasie wykładu.

Występ chóru.

Spotkanie opłatkowe.

Powitanie Wiosny 2001.

Występ chóru w Domu Pomocy Społecznej przy ul. Karmelkowej.

W starej siedzibie na ul. Stawowej.

Dbamy o naszą sprawność fizyczną.

PRASA O NAS

Przegląd Uniwersytecki Nr 9/1998	*Uniwersytet Trzeciego Wieku zainaugurowany*
Przegląd Uniwersytecki Nr 6/1998	*Dyplomy dla słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku*
Gazeta Wrocławska 20 stycznia 2000 r.	*Wrocławski Uniwersytet Trzeciego Wieku przyciąga tłumy. Bez bujanego fotela*
Wrocławski Gość Niedzielny	*Sens życia w aktywności*
Gazeta Wrocławska 13 marca 2000 r.	*Kwiatek uniwersytetu*
Przegląd Uniwersytecki Nr 11/2000	*Uniwersytet Trzeciego Wieku krzewi naukę i kulturę*
Gazeta Wrocławska 11 grudnia 2000 r.	*Babcie z indeksami*
Gazeta Południowa 27 lutego 2001 r.	*Naukowa jesień życia*
Gazeta Wrocławska 4 kwietnia 2001 r.	*Studenci nie chcą odchodzić*

Wymieniamy tylko artykuły od 1998 r. z powodu zniszczenia kroniki UTW przez powódź.

S P O N S O R Z Y OBCHODÓW 25-LECIA UTW

URZĄD MIEJSKI
WROCŁAWIA
UL. G. ZAPOLSKIEJ 4
50-032 WROCŁAW

MIEJSKIE PRZEDSIĘBIORSTWO
WODOCIĄGÓW I KANALIZACJI
WE WROCŁAWIU
UL. NA GROBLI 14/16
50-421 WROCŁAW

MIEJSKIE PRZEDSIĘBIORSTWO
ENERGETYKI CIEPLNEJ WROCŁAW
SPÓŁKA AKCYJNA
UL. WALOŃSKA 3-5
50-413 WROCŁAW

PRZEDSIĘBIORSTWO
PRODUKCYJNO-OGRODNICZE
UL. OPOLSKA 30
55-011 SIECHNICE

SPÓŁKA ADMI
RESTAURACJE "DWÓR POLSKI"
UL. RYNEK 5
50-106 WROCŁAW

INSTYTUT PEDAGOGIKI
UNIWERSYTETU
WROCŁAWSKIEGO
UL. DAWIDA 1
50-524 WROCŁAW

IV BANK ZACHODNI S.A.
BIURO REGIONALNE 1 WROCŁAW
UL. KUŹNICZA 18/4
50-950 WROCŁAW

MarMar – Wydawnictwo i Poligrafia
UL. HAUKE BOSAKA 21
50-447 WROCŁAW

KURIER UTW – nieregularnik Uniwersytetu Trzeciego Wieku
Pismo słuchaczy i sympatyków UTW
Redaguje Zespół Sekcji Wydawniczej UTW
Opieka merytoryczna – dr Walentyna Wnuk.
Redaktor naczelny – mgr Halina Wiland
Korekta i opracowanie tekstów – mgr Jadwiga Olszańska
☎ 367-20-01 w. 47, www.utw.uni.wroc.pl