Kurier UTW

NIEREGULARNIK UNIWERSYTETU TRZECIEGO WIEKU

ISSN 1643-7748 11 - 2006

WROCŁAWSKI UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU

KURIER UTW - nieregularnik Uniwersytetu Trzeciego Wieku
Pismo słuchaczy i sympatyków UTW

SEKCJA WYDAWNICZA
dr Walentyna Wnuk – opieka merytoryczna
Jadwiga Olszańska – redaktor naczelny
Teresa Gasperowicz
Stanisława Grela
Władysława Jaśkiewicz
Jadwiga Jenczelewska
Maria Neiwer
Maria Piss
Maria Radczak – Kulik
Anna Sokołowska
Iwona Stęplowska
Teresa Trzcionka
Stanisława Warmuz

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

SPIS TREŚCI

WSTĘP 3

„SŁOWA UWAŻNE” 4

PÓŹNA DOROSŁOŚĆ TO CZAS POMYŚLNY 5
WALENTYNA WNUK
Idea animacji wobec psychospołecznych problemów starzenia się 5

JUBILEUSZE • ZJAZDY • SYMPOZJA • KONFERENCJE 7
ANNA SOKOŁOWSKA; ADA WOŹNY
Jubileusz XXV – lecia Towarzystwa UTW w Poznaniu 7

ANNA SOKOŁOWSKA; STANISŁAWA WARMUZ; JANINA ŻYWICKA
Konferencja Naukowa z okazji XXX – lecia UTW w Warszawie 9

MARIA RADCZAK - KULIK
Lubelski Jubileusz 11

MARIANNA SŁOWIŃSKA; MARIA ZATORSKA
Jubileusz X – lecia UTW w Olsztynie 13

STANISŁAWA WARMUZ
5 lat Karkonoskiego UTW w Jeleniej Górze 14

STANISŁAWA WARMUZ
II Konferencja poświęcona UTW w Polsce – perspektywy rozwoju 15

UTW WROCŁAW NA KONFERENCJI W LUBLINIE
WALENTYNA WNUK
Sytuacje trudne osób starszych w perspektywie geragogiki 17

STANISŁAWA WARMUZ
Aktywność społeczna i osobista ludzi starszych na przykładzie UTW we Wrocławiu 19

ANNA SOKOŁOWSKA
Słuchaczki UTW Wrocław w roli zastępczych babć 23

FORMY DZIAŁALNOŚCI UTW 26
ANNA SOKOŁOWSKA; STANISŁAWA WARMUZ
Udział Uniwersytetu Trzeciego Wieku w VIII Dolnośląskim Festiwalu Nauki 26

STANISŁAWA WARMUZ; JERZY MARCZAK
UTW we Wrocławiu z wizytą w Parlamencie Europejskim..... 28

WALENTYNA WNUK
EFOS – UTW Wrocław członkiem Europejskiej Federacji Starszych Studiujących... 30

INGA ROMBALSKA
„Integracja pokoleń w zakresie porozumienia europejskiego" – Międzynarodowe Seminarium – maj 2005 – Łotwa..... 31

INNI O NAS 33
ZOFIA MOGIELNICKA – UTW Brzeg
Uniwersytety Trzeciego Wieku 33

TOMASZ FOX - student andragogiki
Sekcja Muzyczno-Taneczna..... 35

POEZJE..... 36
ALICJA MACZULONIS - KALIŃCZEK
Światło zwycięża..... 36

EDYTA ŚWIETLIK
Wrocławska przygoda..... 37

OTYLIA KERNICKA
Z iskrami..... 38

IRENA SKOWROŃSKA
* * * 38

WSTĘP

Uniwersytet Trzeciego Wieku w Uniwersytecie Wrocławskim jest ośrodkiem kulturotwórczym, który proponuje zmiany stylu życia najstarszych mieszkańców Wrocławia i okolic.

Tak jak każdy Uniwersytet pełni funkcje: edukacyjne, naukowe i badawcze wynikające z jego usytuowania.

Placówka jest otwarta na środowisko lokalne, na wszelkie inicjatywy podejmowane przez władze samorządowe Wrocławia oraz wszelkie podmioty zajmujące się rozwiązywaniem problemów osób starszych. Uczestniczy również w spotkaniach naukowo-integracyjnych proponowanych przez uniwersytety trzeciego wieku w kraju, odbywające się na ogół z okazji obchodów jubileuszowych. To droga do faktycznej integracji, bowiem owe spotkania są nieustannym poszukiwaniem informacji, wymianą doświadczeń sprzyjających wzajemnej edukacji. Daje temu wyraz wiele tekstów niniejszego numeru Kuriera, będących doniesieniami z owych wydarzeń.

Na szczególne wyartykułowanie zasługuje wejście naszej Placówki w struktury Europejskiej Federacji Starszych Studiujących (EFOS).

Na uwagę zasługują również prace w obrębie integracji międzypokoleniowej, której wyrazem są kontakty UTW z dziećmi szkół podstawowych. Kontakty te, są niekwestionowaną wartością. To nie wszystkie obszary pracy podejmowanej przez UTW na rzecz środowiska lokalnego, które prezentujemy w tym numerze naszego czasopisma.

Niech mi będzie wolno żywić nadzieję, że dotychczasowa aktywność edukacyjna, naukowa i organizacyjna słuchaczy UTW pozwoli nam na różnorodną i owocną współpracę dla dobra wszystkich Seniorów oraz edukacyjnego ubogacenia naszego miasta i lokalnej społeczności.

dr Walentyna Wnuk
Kierownik UTW

„SŁOWA UWAŻNE"

„Nasze życie rozpięte jest między dwoma punktami – rodzimy się i umieramy" (L.Olszewska „Zwierciadło" 11/2005).
Każdy z nas jest odpowiedzialny za wypełnienie przestrzeni między tymi granicznymi doświadczeniami. Każdy z nas stara się robić to najlepiej jak potrafi.

Wiemy, że nasza Koleżanka Jadzia Olszańska – redaktor „Kuriera UTW" swój czas wypełniała dobrze. Do samego końca zbierała materiały, opracowywała i przygotowywała do druku.

Niestety, nie zdążyła wydać 11 numeru „Kuriera". Pozostawiła nam ważne i zarazem trudne zadanie do wykonania. Teraz my będziemy starać się wypełnić tę pomniejszoną przestrzeń.

Oddajemy do rąk Państwa kolejny numer naszego pisma. Staraliśmy się zachować nakreśloną przez Panią Jadzię linię. Na pewno „Kurier" nr 11 będzie miał inny charakter, ale zawsze będzie pismem słuchaczy i dla słuchaczy.

Byłoby wspaniale gdybyśmy umieli spotkać się, pobyć ze sobą. Możemy tego dokonać poprzez wspólne redagowanie naszego „Kuriera". Proponujemy Państwu „Stronę dla wiersza" lub „Stronę dla listów". Państwo piszecie wiersze lub listy, my drukujemy, a wszyscy czytamy.

REDAKCJA

PÓŹNA DOROSŁOŚĆ TO CZAS POMYŚLNY

dr Walentyna Wnuk

IDEA ANIMACJI WOBEC PSYCHOSPOŁECZNYCH PROBLEMÓW STARZENIA SIĘ

Człowiek wchodzący w starość doświadcza na ogół znacznego ograniczenia swoich możliwości tworzenia potrzebnej mu przestrzeni życiowej. Utrata miejsca pracy w związku z przejściem na emeryturę lub rentę jest jakże często związana ze stawianiem sobie pytania: kim jestem bez tego wszystkiego? Komu jestem potrzebny? Człowiek starszy doświadcza postępującej redukcji, tego co wypełniało dotychczasową aktywność życiową. W dodatku choroba lub śmierć zabierają tych, z którymi przeżyli wspólną miłość czy przyjaźń, z którymi spędzali czas. Następuje postępujące ograniczenie sprawności fizycznej, wystąpienie chronicznej choroby bądź niepełnosprawności. Sytuacje trudne, jakich dostarcza życie mnożą się.

Większość zachodzących tu zjawisk ma nieodwracalny charakter. Możliwości samodzielnego przeciwstawienia się temu procesowi są nikłe. Zależy to od wielu czynników, wśród nich od stopnia zaspokajania potrzeb człowieka, a częściej oczekiwań, które uznaje za ukrywane potrzeby. Każda jednostka funkcjonuje w miarę dobrze, o ile ma możliwości zaspokajania większości niezbędnych potrzeb życiowych. Realizacja ich powinna się dokonywać w naturalnym środowisku, w którym człowiek żyje. Na szczególną uwagę zasługują jednak potrzeby psychospołeczne. Są nimi: potrzeba akceptacji, społecznej użyteczności i więzi emocjonalnej. One właśnie utożsamiane są w starszym wieku z sensem życia, który jest fundamentem poczucia wysokiej jakości życia. W praktyce działań opiekuńczych wobec seniorów dbamy głównie o ciało człowieka starszego, tzn. stan fizyczny, zapominając o jego duszy, czyli stanie psychiki. Model biopsychospołeczny byłby najwłaściwszym, bo pełnym podejściem do analizowanego tu problemu. To potwierdza także fakt, iż najwyższą wartością preferowaną przez ludzi starszych jest zdrowie, które należy rozumieć jako pozytywny stan samopoczucia fizycznego, psychicznego, a także społecznego, a nie tylko brak choroby. Potrzeby psychospołeczne w moim przekonaniu pomijane są w prowadzonych badaniach diagnostycznych osób starszych.
Aby okazać ludziom starszym jak najlepszą pomoc, konieczne jest prowadzenie badań diagnostycznych nad warunkami życia i faktycznymi potrzebami.

Trzeci wiek, inaczej starość, późna dorosłość czy wiek podeszły, może być piękny, pod warunkiem, że nie zostawimy tych ludzi samych sobie i będziemy dbać o ich aktywność, stwarzając odpowiednie warunki i ułatwienia. Dlatego też nie należy wszelkimi sposobami dążyć do włączenia ludzi starszych w aktywne życie społeczne.
Uczestniczenie w społecznie użytecznym działaniu, wykonywanym zgodnie z posiadanymi zainteresowaniami, wypełnia czas wolny późnej dorosłości, wzbudza dodatnie stany emocjonalne, przeciwdziała występowaniu nudy, apatii, wreszcie depresji.

Uważam, że idea animacji, określanej najczęściej mianem społeczno – kulturalnej, może być przysłowiową „kromką chleba słonecznej ziemi", którą starszy człowiek musi się posilić, aby odzyskać siły, wiarę, sens życia, by móc podążać dalej, by „żyć i być". Termin „animacja" z języka łacińskiego oznacza: dmuchać, tchnąć życie, obdarzać duszę, powołać do życia, ożywiać. Anima to dusza. Polskie słowniki używają go w podobnym znaczeniu.

Animacja ma bezpośredni związek z charakterem współczesnego społeczeństwa – masowego, anonimowego, wyalienowanego, jest typem praktyki nakierowanej na ożywianie,

pobudzanie, wzmacnianie aktywności społecznej, stosowanej przez pracowników instytucji państwowych, społecznych, prywatnych oraz przez działaczy nieformalnych. Animator, jako realizator idei, o której mówię, może stać się osobą, która poruszy kamienie, bo jego siła wypływa z wartości uniwersalnych. Rolą animatora jest więc znaleźć takie dziedziny aktywności, które zagwarantują ludziom korzystanie z doświadczenia zawodowego i życiowego. Animator pełni funkcję społeczną, która może sprzyjać lepszej adaptacji ludzi do starości, stwarzając warunki i ułatwienia dla przejawiania aktywności, ma możliwości zapobiegania poczucia alienacji i izolacji, a w konsekwencji ożywić życie ludzi.

Działalność o charakterze animacyjnym znana jest odkąd istnieje ludzkość. Zawsze funkcjonowali ludzie, którzy pobudzali innych do działania, skupiali wokół siebie grupy, aktywizowali społeczności lokalne. Animacja ma przecież sprzyjać definiowaniu i realizacji potrzeb w konsekwencji sprzyjać dobrej jakości życia ludzi. Okazuje się, że „żadna umiejętność nie jest trudniejsza niż umiejętność życia".

Jan Paweł II wyraził to jeszcze dobitniej i jaśniej, twierdząc iż: życie człowieka starszego jest wyzwaniem, na które trzeba umieć odpowiedzieć. Ta odpowiedź to podejmowanie zadań, które przynosi nam życie. Ludzie starsi w życiu mogą wybierać między aktywnością, która jest przejawem m.in. realizacji potrzeb, a bezruchem, negacją, czy też stagnacją.

Tak więc główne zamierzenie animacji sprowadza się do zmiany postaw jednostek, rozbudzania ich wiedzy, wrażliwości i twórczych inicjatyw, wprowadzenia w wartościowe życie poprzez bezpośrednie oddziaływanie. Animacja zatem zakłada pomoc człowiekowi, aby mógł odnaleźć sens życia poprzez samorealizację. Ma to duże znaczenie dla osób starszych, które często pozostają w izolacji, zepchnięci na margines życia. To niestety niechlubna praktyka społeczna w odniesieniu do ludzi okresu późnej dorosłości. Osoby starsze zdane są na ogół na własną aktywność i inicjatywę w organizacji swojego życia społecznego i kulturalnego.

Wszyscy chcemy być na „szczycie". Chcemy być bogaci, mądrzy, piękni i zdrowi. Wszyscy chcemy długo żyć. Tymi hasłami karmi nas świat. To potocznie rozumiane wyznaczniki sukcesu. Nie pamiętamy, że radością może być „samo wchodzenie na szczyt".

To wymaga wysiłku, aktywności, ciągłej mobilizacji, każdy krok powoduje, że jesteśmy bliżej celu. Właśnie to uczucie radości kojarzę nieodłącznie z animacją. Tu rodzi się nadzieja na „inne", na „nowe". Nie można zaplanować ciągłego dobrostanu. On jest wynikiem pracy, uczestnictwa, przynależności, działania. O tym właśnie mówi idea animacji. To napawa nas optymizmem. Wymaga równocześnie zaangażowania. Daje w zamian radość, uznanie, wzruszenie, sens życia.

Animacja nie powinna być nigdy przekształceniem bezradności w inną smutną zależność. Powinna natomiast zawsze wydobywać z człowieka potencjał rozwojowy, który jest obecny w każdym człowieku, często jednak pozostaje w depozycie. Człowiek przecież został stworzony do dwóch rzeczy: do poznawania i do działania. Tę prawdę odkryto dla nas już przed wiekami. Cywilizacja na przestrzeni dziejów zmienia oblicze świata. Ale człowiek, szczególnie starszy, ciągle poszukuje odpowiedzi na pytania: Kim jestem?, Jak odnaleźć wewnętrzną harmonię?, Jak pokonać samotność? Jaki sens ma moje życie?

Animacja, jako praktyka służby społecznej, daje możliwość znalezienia drogi, która pozwoli poprzez aktywność i twórczość, przybliżyć się do odpowiedzi na powyższe pytania.

Anna Sokołowska
Ada Woźny

JUBILEUSZ XXV- LECIA TOWARZYSTWA UNIWERSYTETU TRZECIEGO WIEKU W POZNANIU

Obchody Srebrnego Jubileuszu Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Poznaniu odbyły się w dniach 4-5 października 2004 r. Połączone były z inauguracją roku akademickiego 2004/2005. W obchodach, jako przedstawicielki UTW we Wrocławiu, uczestniczyły: Anna Sokołowska i Ada Woźny.

Oficjalnego otwarcia uroczystości dokonał Prezes Towarzystwa UTW w Poznaniu prof. dr hab. Andrzej Kostrzewski. Witając dostojnych gości w osobach Marszałka i Wojewody Województwa Wielkopolskiego, Prezydenta Miasta Poznania, Jego Ekscelencji Biskupa Diecezji Poznańskiej, Ich Magnificencji Rektorów: Uniwersytetu Adama Mickiewicza, Politechniki Poznańskiej, Akademii Ekonomicznej, Akademii Medycznej, Akademii Muzycznej, Akademii Rolniczej, Akademii Wychowania Fizycznego, profesorów z Instytutu Zachodniego, Poznańskiego Oddziału Polskiej Akademii Nauk, Kapelana oraz Sponsorów, podziękował bardzo serdecznie za uczestnictwo i wspieranie działalności UTW, a tym, którzy tworzyli poznański UTW za zachowanie w programie jego działania, myśli i idei założycielki uniwersytetów trzeciego wieku w Polsce – prof. dr Haliny Szwarc.

UTW w Poznaniu, który skupia około 1200 słuchaczy, swoje zadania wobec seniorów realizował i realizuje poprzez permanentne kształcenie, pobudzanie rozwoju osobowego, rozwijanie sprawności intelektualnej i fizycznej, a także przez propagowanie profilaktyki gerontologicznej. Służą temu wykłady (w UAM i Politechnice), seminaria, lektoraty, zajęcia w sekcjach (ponad 60 grup), koła zainteresowań, szkolenia, zajęcia fizyczno-ruchowe oraz wydawnictwa takie jak: zeszyty Ars Senescendi, Biuletyn UTW, Biuletyn Współpracy Zagranicznej.

Za „całokształt dokonań i innowacyjność działania na rzecz seniorów"- UTW w Poznaniu został uhonorowany Nagrodą Ministra Pracy i Polityki Socjalnej (1996r.), a w latach 2000 i 2002 Kapituła Konkursu Pro Publico Bono wyróżniła go w kategorii inicjatyw edukacyjnych (2002 r.)

Porozumienie zawarte między UTW, a Rektorami wszystkich poznańskich uczelni, Wojewodą Wielkopolskim i Prezydentem Poznania – umożliwia dostęp do aktualnych osiągnięć naukowych i pozwala wspierać się o ich autorytety oraz korzystać z rzeczowego sponsoringu. W sponsoring ten włączone są również inne instytucje, organizacje pozarządowe i osoby prywatne.

W dalszej części uroczystości Prezes i Wiceprezes UTW w Poznaniu złożyli wszystkim dostojnym gościom, sponsorom i najstarszym słuchaczom podziękowania, wręczając okolicznościowe listy i medale.

Goście dziękując za wyróżnienia życzyli słuchaczom i Zarządowi dalszej ciekawości świata we wszystkich formach aktywności, która jest niezmiernie ważna dla miasta. Szczególnie ciepłe słowa pod adresem Zarządu i słuchaczy UTW złożył Jego Magnificencja Prorektor UAM, przewodniczący Kolegium Rektorów prosząc, by UTW dalej obdarowywał wszystkich mieszkańców miasta swoją energią i tolerancją, wynikającą z nabytego doświadczenia, a przede wszystkim nie ograniczał liczby przyjmowanych słuchaczy.
Krótkim, ciepłym gratulacjom towarzyszyło wzruszenie gości i słuchaczy.

Drugą część uroczystości, czyli inaugurację roku akademickiego 2004/2005 rozpoczęto od odegrania „Gaudeamus igitur".

Wykład inauguracyjny „Europa lęków i nadziei" wygłosiła prof. dr hab. Anna Wolf-Powęska, rozpoczynając od słów: „Na początku był lęk i nadzieja", które dziejom ludzkości towarzyszą od zarania. W dalszej części wykładu mówiła m.in.: przykłady możemy znaleźć na kartach Starego Testamentu, gdzie lęk kojarzy się z bojaźnią Bożą, ale jest też przyczynkiem do nawoływania do Bożej ufności. Lęk w życiu każdego człowieka może być dobry i zły, obiektywny i subiektywny. Lęk i nadzieja są instrumentami działań politycznych. Lęki są wyrazem słabości, bezradności, niewiedzy. Niewiedza sprzyja manipulacjom, bezradność buduje mury (nie tylko z cegły), słabość, nieufność. Unia Europejska wymaga solidarności, empatii, zaufania, a tego w obecnym układzie brakuje. Nie ufamy najbliższym sąsiadom. A może nie ufamy sobie?

Przepiękny, mądry, poetycki wykład, którego klimatu i pełnej treści nie da się odtworzyć - autorka zakończyła słowami ks. Józefa Tischnera: „Każdy człowiek, który pielgrzymuje przez życie, musi mieć nadzieję".

Po wykładzie inauguracyjnym, w imieniu zaproszonych Uniwersytetów Trzeciego Wieku, gratulacje i życzenia złożyła prezes UTW w Zielonej Górze. Wręczając Gospodarzom statuetkę Anioła życzyła, by darowany Anioł jako Posłaniec dobra, towarzyszył słuchaczom poznańskiego UTW we wszystkich chwilach życia, by uczył tolerancji, niepokornej wiary w to, co w życiu najcenniejsze, piękna, wrażliwości, przyjaznego spojrzenia na każdego człowieka i dotrzymywał towarzystwa w chwilach samotności.

Po złożonych przez prezes UTW w Zielonej Górze gratulacjach – przedstawiciele Uniwersytetów Trzeciego Wieku (24 delegacje) zostali zaproszeni do mniejszej auli, gdzie przy lampce szampana wymieniali doświadczenia i kolejno składali gratulacje i życzenia Prezesowi i Wiceprezes poznańskiego UTW i obdarowywani byli okolicznościowymi medalami.

Pierwszy dzień obchodów Jubileuszu zakończyła uroczysta kolacja i bal z udziałem gości oraz słuchaczy.

Drugi dzień uroczystości jubileuszowych rozpoczął się od spotkania, którego celem było zebranie opinii na temat utworzenia Federacji Uniwersytetów Trzeciego Wieku. Ideę powołania Federacji, jako kontynuację myśli prof. Haliny Szwarc – przedstawiła p. Lidia Wrocińska-Sławska Wiceprezes Zarządu UTW w Poznaniu. Pomysł założenia Federacji zyskał aprobatę zebranych.

Elementem zamykającym uroczystości był Festiwal Srebrnego Jubileuszu „Sztuka i piękno źródłem aktywności". Uczestniczący w Festiwalu wchodząc do auli Polskiej Akademii Nauk otoczeni zostali jakby innym światem. Światem muzyki, barw, magii, tańca, przyrody, duchowości. Muzyka Gong, nazywana przez wykonawcę (gość specjalny z USA) „Kąpielą w gongu" poruszyła w nas często zapomniane obszary myśli, odczuć i emocji. Niesamowite dźwięki zdawały się przemawiać siłą wielu żywiołów, które otaczały nasze ciała i dusze. Harmonia tonów docierała do serc, uwalniając z lęku i zmęczenia. To rzeczywiście była kąpiel w dźwiękach – uspakajająca umysł i emocje.

Wykład prof. dr hab. Małgorzaty Berent-Kupsik „Muzyka – Ruch - Przestrzeń", wzbogacony muzyką relaksacyjną i przepięknymi tańcami – przyniósł dalsze wyciszenie złych emocji z przeniesieniem na wzbogacenie wartości duchowych i intelektualnych.

Artysta plastyk Stefan Kramer przedstawiając swoje malarstwo w pokazie pt. „Wartości jakie niesie dla seniorów sztuka w odbiorze i wykonaniu", mówił o porozumiewaniu się człowieka ze światem poprzez sztukę. Sztuka – to według autora symbioza umysłu i serca. Nauka malowania uczy wyrażania siebie, uczy WIDZENIA, a nie PATRZENIA.

Następne punkty programu to pokazy (w wykonaniu słuchaczy UTW) ćwiczeń QiGong, czyli wykonywanych zespołowo spokojnych, precyzyjnych ruchów połączonych

z kontrolowanym oddechem. Ćwiczeń, które powstały w wyniku obserwacji przyrody, szczególnie ruchów i zachowań zwierząt, / w odbiorze piszących szczególnie - ptaków/. Piękno i precyzja ruchów wykonywanych przez seniorów budziła niekłamany zachwyt.

W czasie Festiwalu była jeszcze okazja do podziwiania słuchaczy poznańskiego UTW w grupowym, terapeutycznym tańcu prowadzonym przez dr Olgę Kuźmińską. Tańca, jako formy usprawniającej wydolność ruchową człowieka, jako leku przywracającego młodość. Temu tematowi dr Olga Kuźmińska poświęciła swój wykład, kładąc szczególny nacisk na taniec w profilaktyce gerontologicznej.

Wysłuchaliśmy także przepięknego wykładu prof. dr hab. Wandy Staniewskiej – Zątek „Wpływ przyrody na psychikę i kształtowanie wartości w życiu seniorów" ilustrowanego filmowymi obrazami przyrody polskiej i nie tylko.

Z kolei obrazy Elżbiety Nasielskiej-Astor przeniosły obecnych w świat symboli, kolorów, alegorii, które (według autorki) wpływają na „naszą wewnętrzną naturę".

Wszystkie wydarzenia związane z obchodami Jubileuszu XXV-lecia UTW w Poznaniu budziły zachwyt intelektualny i emocjonalny. Kultura, głębia i elegancja przekazu wzbogacała świat obecnych w wyższe wartości.

Anna Sokołowska
Stanisława Warmuz
Janina Żywicka

KONFERENCJA NAUKOWA
z okazji XXX – lecia Uniwersytetu Trzeciego Wieku im. Haliny Szwarc w Warszawie / 10 – 11.VI.2005 r./

Tematem wiodącym Konferencji Naukowej z okazji perłowego jubileuszu Uniwersytetu Trzeciego Wieku im. Haliny Szwarc w Warszawie było: „Kształcenie ustawiczne a jakość życia osób starszych".

Konferencję, z wielką gracją i elegancją, otworzyła Kierownik Uniwersytetu dr Barbara Szyszko - Wydra. Witając gości honorowych i wszystkich przybyłych – odczytała długi, ciepły list gratulacyjny prof. dr hab. Andrzeja Zolla – Rzecznika Praw Obywatelskich, jednocześnie członka Komitetu Honorowego jubileuszowych obchodów.

Zarówno dr Barbara Szyszko – Wydra, jak i dyrektor Centrum Medycznego Kształcenia Podyplomowego, wiele serdecznych słów poświęcili prof. dr hab. Halinie Szwarc założycielce uniwersytetów trzeciego wieku w Polsce. Serdeczność i autentyczny żal po stracie prof. Haliny Szwarc (zmarła w 2002 r.) wielokrotnie były też wyrażane w indywidualnych wypowiedziach słuchaczy „bielańskiego" UTW.

W dalszej części Konferencji dr Barbara Szyszko – Wydra zreferowała wyniki swoich badań, dotyczących relacji między oceną własnego zdrowia i życia, a sytuacją psychospołeczną osób starszych.

Prof. dr hab. Piotr Błędowski z Instytutu Gospodarstwa Społecznego SGH w swoim wystąpieniu pt. „Starzenie się społeczeństwa jako wyzwanie dla polityki społecznej", uwypuklił fakt demograficznego starzenia się społeczeństwa. Wymaga to zmiany funkcjonującego stereotypu dotyczącego osób starszych, które żyją coraz dłużej. Z ich dodatkowym czasem musi sobie poradzić polityka społeczna. Konieczna więc staje się edukacja całego społeczeństwa w kierunku:

- akceptacji społecznej pokolenia osób starszych
- edukacji młodego pokolenia w kierunku uznania wartości, jakie niesie starsze pokolenie

- prowadzenia takiej ekonomii m.in. świadczenia emerytalne, które zapewniłyby godne życie emerytom
- zapewnienia podmiotowej samodzielności osób starszych (decyzyjność)
- tworzenie możliwości zmiany modelu życia osób starszych (komputer, internet)

Zdaniem referującego, aktualnie realizowana polityka społeczna nie potrafi sprostać tym wyzwaniom, gdyż nadal obowiązuje scentralizowany system zarządzania, w którym zabrakło godnego, także ekonomicznego miejsca dla rodziny i wzajemnego w niej wsparcia.

Prof. dr hab. Olga Czerniawska z Uniwersytetu Łódzkiego, Wydziału Nauk o Wychowaniu, Zakładu Oświaty Dorosłych w swoim wystąpieniu p.t. „Nowe tendencje w działalności UTW w świecie" – wiele uwagi poświęciła trendom propagowanym przez Międzynarodowe Stowarzyszenie Uniwersytetów Trzeciego Wieku AIUTA z siedzibą w Paryżu. Trendy te to:

- obowiązek ustawicznej edukacji osób starszych, dla przeciwdziałania wykluczeniu społecznemu
- integracja, której wyrazem może być międzypokoleniowy przekaz kultury według wzoru „starsi →młodym i młodzi →starszym"
- interaktywność cybernetycznej przestrzeni, poprzez Międzynarodowy Uniwersytet Trzeciego Wieku mający siedzibę w Australii. Uniwersytet ten przyjmuje słuchaczy z całego świata, a w zajęciach uczestniczyć można poprzez internet
- wykorzystanie w kształceniu nowych technologii, tzn. telewizji, internetu, telefonu komórkowego. Technologie te silnie wpływają na tempo zmian zachodzących w świecie i zmieniają życie osób starszych, wymuszając niejako konieczność ciągłego uczenia się.

Prelegentka podkreśliła też, że ostatnio odchodzi się od konferencji „dla wszystkich", na rzecz seminariów, warsztatów, pokazów, ćwiczeń itp., czyli zajęć w grupach.
Poinformowała również zebranych o najbliższym Kongresie Stowarzyszenia AIUTA, który odbędzie się we wrześniu 2006 r. (ostatni odbył się w Chinach).

Prof. dr hab. Andrzej Jopkiewicz – kierownik UTW w Akademii Świętokrzyskiej w Kielcach i jednocześnie przewodniczący Polskiego Towarzystwa Gerontologicznego, w swoim referacie pt. „Sprawność oraz wydolność fizyczna jako wyraz jakości życia osób starszych" skupił się na przedstawieniu badań dotyczących tych cech (sprawność i wydolność fizyczna), które ściśle się łączą ze sprawnością psychiczną, ale nie mają istotnego wpływu na długość życia i zachorowalność.
Po referatach – przedstawiciele UTW z kraju składali, na ręce Kierownika i Prezesa Zarządu UTW w Warszawie, serdeczne gratulacje, kwiaty i upominki.

Uroczyste zakończenie roku akademickiego 2004/2005 , które odbyło się po przerwie w obradach, to feeria poezji, prozy i śpiewu obrazujących 30-lecie działalności UTW im. Haliny Szwarc. Rocznicowa kolacja sprzyjała „międzyuniwersyteckiej integracji".

Drugi dzień Konferencji poświęcono na spotkanie przedstawicieli Uniwersytetów Trzeciego Wieku w ramach Sekcji Polskiego Towarzystwa Gerontologicznego. Spotkanie prowadził przewodniczący Sekcji – prof. dr hab. Andrzej Jopkiewicz. Omówiono:

- nowy regulamin Sekcji UTW przy Polskim Towarzystwie Gerontologicznym
- możliwość pozyskania grantów z Polsko - Amerykańskiej Fundacji „Wolność"
- propozycję Wydziału Edukacji Ustawicznej Ministerstwa Edukacji Narodowej i Sportu, który to Wydział swoją działalnością chce objąć również uniwersytety trzeciego wieku.

Wszystkie wydarzenia związane z Konferencją Naukową z okazji XXX - lecia Uniwersytetu Trzeciego Wieku im. Haliny Szwarc przy CMKP w Warszawie wzbogaciły przedstawicielki UTW we Wrocławiu w nowe treści dotyczące merytorycznej działalności uniwersytetów trzeciego wieku. Rola UTW, w świetle przemian demograficznych będzie rosła, gdyż seniorzy chcą starzeć się świadomie, aktywnie uczestniczyć w wydarzeniach życia społecznego, godnie i pogodnie cieszyć się jesienią życia.

Maria Radczak-Kulik

LUBELSKI JUBILEUSZ

Coraz więcej uniwersytetów trzeciego wieku i coraz więcej jubileuszy.
Europa i Polska starzeją się, temu procesowi od wielu lat ulega społeczeństwo naszego kontynentu.

Jedną z najistotniejszych potrzeb człowieka starszego, mającą wymiar nie tylko jednostkowy ale również społeczny, jest potrzeba bycia aktywnym. Jak uczynić ten czas „późnej dorosłości" okresem, który przyniesie człowiekowi nie obawy, lęki i niepokoje ale satysfakcję z życiowych osiągnięć i możliwość dalszej samorealizacji? Być może antidotum na te problemy będą kontakty seniorów z ludźmi nauki na uniwersytetach trzeciego wieku.

Najstarszy w Tuluzie powstał w 1973 r. Obecnie jest ich w całej Europie kilkaset, a w Polsce około 90. Nieustannie powiększa się także grono słuchaczy tych uczelni, dowodząc potrzeby ich istnienia.

Na ostatnie dni maja (30 – 31) przypadł jubileusz XX lecia LUTW, w którym miałam zaszczyt uczestniczyć. Z tej okazji odbyła się w Lublinie konferencja na temat: „Żyć dla siebie i innych. Psychologiczne i społeczne uwarunkowania satysfakcji z życia w okresie starzenia się". Uczestnikami zjazdu byli zarówno wykładowcy jak i słuchacze UTW z całej Polski.

W skład Komitetu Organizacyjnego i Programowego – poza kierownikiem LUTW – dr Zofią Zaorską, weszli pracownicy naukowi UMCS i KUL. Celem konferencji była prezentacja problemów z dziedziny gerontologii społecznej oraz popularyzowanie badań naukowych dotyczących ludzi w starszym wieku. Program konferencji obejmował także zadanie zainteresowania młodzieży studiującej perspektywą starzejącego się społeczeństwa i koniecznością przygotowania programów umożliwiających aktywne, twórcze życie po przejściu na emeryturę.

Zagadnienia, które stały się przedmiotem obrad konferencji to między innymi:

- troski i niepokoje ludzi starszych
- rola człowieka starszego w rodzinie i społeczeństwie
- aktywność społeczna i osobista ludzi starszych
- znaczenie kontaktów wielopokoleniowych
- międzypokoleniowy przekaz wartości
- programy aktywizacji seniorów

Tym zagadnieniom zostały podporządkowane zarówno obrady plenarne, jak również zajęcia w sekcjach.

Uczestników konferencji przywitał prof. dr hab. Wacław Kamiński przewodniczący Rady Naukowej Lubelskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Krótkim wystąpieniem wskazał na konieczność promowania pozytywnego wizerunku starości. Odwołał się do obrad II – go Światowego Zgromadzenia w Madrycie w 2002 r., gdzie został opracowany program działania społeczeństwa dla każdego wiek

Obrady plenarne rozpoczął referat prof. dr hab. Stanisławy Steuden nt. „O godność człowieka w okresie starzenia się". Profesor podkreśliła, że wzrastanie człowieka w poczuciu własnej godności łączy się z wyrażeniem zgody na trud rozwoju, niezależnie od wieku, stanu zdrowia i okoliczności. Jego istotą jest „przekraczanie siebie" i ukierunkowanie na realizację wartości wyższego rzędu. Godność osoby ludzkiej nie jest wartością relatywną ale fundamentalną. Może być wrodzona w przeciwieństwie do praw nabywanych. Poziom godności zależy od wartości, które człowiek przyjmuje jako wartości centralne, mają one charakter hierarchiczny. Ich realizacja świadczy o sile człowieka.
Jeśli nie jest to dobro, człowiek wybiera miernotę, jeśli nie wybiera prawdy, staje się nieufny. W efekcie prowadzi to do bezsensu życia, braku realizacji zadań.

Zdaniem Pani Profesor, trudne zadania pogłębiają w człowieku poczucie własnej wartości, uczą odpowiedzialności za innych, wychodzenia naprzeciw drugiemu człowiekowi. Moralny składnik osobowości każdego z nas to właśnie godność.

Godność to zadanie, które wpisuje się we wzrastanie i rozwój. Każdy etap życia ma swoje zadania, a wyzwaniem człowieka w wieku starszym jest ich pokonywanie. Starość ma różne oblicza, szuka bardziej trwałych zasad. To czas, w którym można próbować osiągnąć pełnię człowieczeństwa. Realizacja zadań staje się czasem trudna, chociaż nie do końca niemożliwa. Według prof. St. Steuden starość jest przygodą, która dopiero się zaczyna, jest portem, do którego się przypłynęło ale nie jest kresem.
To okres mądrości, syntezy życiowej. Doświadczenie własnej godności powinno mieć charakter szczególny – nieść ze sobą odpowiedzialność, wyznaczanie priorytetów. Swoje wystąpienie prof. St. Steuden zakończyła myślą, że: „Poszanowanie własnej godności i szacunek dla godności drugiego człowieka są w istocie afirmacją i przyzwoleniem na pełne i dojrzałe człowieczeństwo na każdym etapie życia".

Kolejnymi prelegentami obrad plenarnych byli: dr Zofia Zaorska i doc. dr Mieczysław Marczuk - członkowie Rady Naukowej LUTW.
Swoje wystąpienie podzielili państwo na dwie części. W pierwszej zaprezentowano historię LUTW – jego rozwój, zakresy działalności edukacyjnej i kulturowej organizowanej poprzez wykłady i działania zespołów zainteresowań w wielu różnych dziedzinach. Dokonano charakterystyki społeczno – demograficznej uczestników LUTW, który liczy sobie 1400 słuchaczy. Druga część wystąpienia została poświęcona różnym formom działalności uniwersytetu na rzecz innych.
Dr Zofia Zaorska wspomniała także o wizycie przedstawicieli słuchaczy LUTW w Tuluzie. Delegacja przekazała na ręce syna podziękowania dla prof. Pierra Vellase za inicjatywę powołania do życia pierwszej w świecie uczelni dla osób w wieku dojrzałym.
Prof. Pierre Vellase był przez kilka lat jej kierownikiem, a później współtwórcą Międzynarodowego Stowarzyszenia UTW pod nazwą AIUTA. Obecnie opiekę naukową nad UTW w Tuluzie sprawuje syn profesora prof. Francois Vellase, który w zastępstwie ojca przyjął lubelską delegację.
Referaty zakończyły wnioski i propozycje dalszego doskonalenia działalności LUTW wkraczającego w trzecie dziesięciolecie.

Po przerwie rozpoczęły się obrady w sekcjach.
Wśród wrocławskich referentów znalazły się: p. dr Walentyna Wnuk z tematem: „Sytuacje trudne osób starszych w perspektywie geragogiki", p. dr inż. Anna Sokołowska, która mówiła o słuchaczkach UTW we Wrocławiu w roli „zastępczych babć" oraz p. mgr Stanisława Warmuz prezentująca temat: „Aktywność społeczna i osobista ludzi starszych na przykładzie UTW we Wrocławiu".

Uczestnicy konferencji z całej Polski mogli zadeklarować swój udział w pracy konkretnej sekcji, miało to jednak zarówno swoje dobre, jak i złe strony. Większość obrad odbywała się w tym samym czasie, co ograniczało uczestnictwo do udziału tylko w jednej grupie „tematycznej".

Ciekawy charakter miały przygotowane przez organizatorów warsztaty. Odbywały się w trzech grupach:

- „Polskie tradycje towarzyskie i rodzinne w animacji czasu wolnego seniorów"
- „Być ze sobą i z ludźmi"
- „Tańce dla seniorów – nowa forma aktywizacji ruchowej przy muzyce"

Uczestniczyłam w ostatniej grupie warsztatów i wyniosłam z tych zajęć wiele miłych wrażeń. Warto byłoby pomyśleć o podobnej formie pracy w naszym UTW.

Dla każdego z uczestników obrad zostały przygotowane materiały informacyjne. Dwa biuletyny z życia LUTW, mające charakter miesięczników, w tym ostatni o charakterze jubileuszowym, prezentujący formy działalności LUTW i wydarzenia z ostatniej chwili.

Dwa kolejne zeszyty zawierały szczegółowy program konferencji z godzinami i adresem zajęć oraz streszczenia referatów i wystąpień prelegentów. Drugi z zeszytów mógł pomóc w dokonaniu wyboru interesującej nas sekcji i uczestnictwa w wybranych spotkaniach.

Jak zawsze, przy okazji uroczystości jubileuszowych miały miejsce imprezy towarzyszące obchodom. Na uwagę zasługiwały otworzone z okazji jubileuszu wystawy:

- Międzynarodowa - Aktywnych Seniorów: „Złote Marzenia"
- Dorobku Zespołu Plastycznego LUTW w roku akademickim 2004/2005

Uczestnicy konferencji mieli możliwość zwiedzenia zabytków Lublina, Obozu Zagłady na Majdanku, Ogrodu Botanicznego UMCS, Skansenu Wsi Lubelskiej, osiedli LSM – jednej z wzorcowo zarządzanych w Polsce spółdzielni mieszkaniowej i Miasteczka Akademickiego UMCS.

Pierwszy dzień pobytu w Lublinie zakończył się niezwykle aktywnie „Wieczorem Integracyjnym" z tańcami i wspomnieniami z dwudziestu lat działalności lubelskiego uniwersytetu. Dobra zabawa, niezłe menu, rozmowy ze studentami z innych miast, nowe znajomości stały się ciekawym uzupełnieniem wrażeń wieczoru.

Dzień drugi upłynął pod znakiem kontynuacji pracy w grupach i zajęciach warsztatowych, a w godzinach popołudniowych nastąpiło zamknięcie konferencji sprawozdaniami z obrad w poszczególnych sekcjach.

Uroczyste zakończenie 20 – go roku akademickiego LUTW miało miejsce wieczorem w Pałacyku – siedzibie Lubelskiego Towarzystwa Naukowego. Pozostały wspomnienia, refleksje i przemyślenie ale te w większości mają charakter osobisty.

Marianna Słowińska
Maria Zatorska

JUBILEUSZ X-LECIA UTW W OLSZTYNIE

Uroczystości miały miejsce w dniach 16 – 17.09.2005 r.

Pierwszy dzień – to obchody jubileuszowe, które odbywały się w pięknym nowoczesnym budynku pod nazwą „Centrum Naukowe".

Świąteczny wystrój przestrzennego hallu wprowadzał uczestników w zachwyt, dostarczając wielu niezwykłych przeżyć. Twórczość studentów UTW w Olsztynie prezentowała się wspaniale. Na podkreślenie zasługuje różnorodność i bogactwo wytworów artystycznych. Na wystawie eksponowano: obrazy olejne, akwarele, grafiki, kompozycje kwiatowe w ramach, a także rękodzieła haftów, robótek szydełkowych i na drutach. Swój dorobek pokazywali również słuchacze – autorzy utworów pisanych wierszem oraz prozą.

Podczas zwiedzania wystawy podejmowano gości tradycyjną lampką wina, kawą czy herbatą, co wytwarzało miłą atmosferę.

Przedstawiciele UTW z Poznania, Bydgoszczy, Białegostoku, Gorzowa Torunia a także Wilna i Offenburga, wymieniali się informacjami na tematy doświadczeń swych uniwersytetów.

Przedstawiciel UTW z Wilna mile wspominał p. dr Wnuk i prosił o przekazanie pozdrowień, co niniejszym czynię.

Przed rozpoczęciem części oficjalnej uczestnicy otrzymali materiały – informacje dotyczące 10-letniego dorobku UTW w Olsztynie.

Na podkreślenie zasługuje ogromne zaangażowanie słuchaczy w rozwój UTW w Olsztynie, liczna grupa – 600 osób, brak bariery wiekowej przy naborze kandydatów.

Otwarcia uroczystości dokonała p. Prezes Eugenia Dudzik, witając Władze Miasta Olsztyna, Rektorów Uczelni, Arcybiskupa i innych gości.

Inauguracyjny wykład – to historia Uniwersytetu Mazursko – Warmińskiego.

Następnym punktem uroczystości było składanie życzeń, gratulacji i podziękowań. W imieniu UTW we Wrocławiu wystąpiła p. Maria Zatorska, która podziękowała za zaproszenie, przedstawiła specyfikę naszego UTW oraz wstępnie zaprosiła przedstawicieli UTW Olsztynie na jubileusz 30-lecia naszego uniwersytetu.

Wśród składanych gratulacji, kwiatów i symbolicznych upominków, najbardziej ciekawy okazał się przedstawiciel UTW z Wilna. Wyszedł na scenę, po czym z dużej torby wyjmował po kolei: Obraz Matki Boskiej Ostrobramskiej, bochenek czarnego chleba, słodycze oraz butelkę koniaku. Tymi „darami" p. Prezes częstowała uczestników spotkania przy ognisku, które kończyło pierwszy dzień uroczystości.

Drugi dzień – to zwiedzanie miasta i zabytków z przewodnikiem. Zwiedziliśmy Stary Rynek, kościół Katedralny św. Jakuba, Ratusz oraz Zamek. Każdy uczestnik miał okazję odbić monetę z wizerunkiem Mikołaja Kopernika.

W uroczystościach uczestniczyły 2 osoby jako przedstawicielki UTW we Wrocławiu – Marianna Słowińska i Maria Zatorska. Swój udział upamiętniły wpisem do „Złotej Księgi" – UTW w Olsztynie.

Stanisława Warmuz

5 LAT KARKONOSKIEGO UNIWERSYTETU TRZECIEGO WIEKU W JELENIEJ GÓRZE

(czerwiec 2005 r.)

„Jesteśmy stworzeni na podobieństwo gwiazd, a nie kamieni brukujących brutalną rzeczywistość". Te słowa H. Skolimowskiego przytoczone przez p. Alinę Obidniak można odnieść do Konferencji Jubileuszowej KUTW w Jeleniej Górze.

Pani Janina Peikert, kierownik KUTW, przywitała przybyłych na konferencję przedstawicieli władz Kolegium Karkonoskiego, władz miasta Jelenia Góra, przedstawicieli uniwersytetów trzeciego wieku z różnych miast oraz słuchaczy. Stwierdziła, że życie człowieka powinno być ciągłym rozwojem, a rozwój w wieku senioralnym przebiega w sposób bardzo zindywidualizowany, dostosowany do możliwości człowieka. Podkreśliła, że Uniwersytety Trzeciego Wieku mogą bardzo wspomagać rozwój swoich Słuchaczy.

Pan Rektor Kolegium Karkonoskiego składając życzenia z okazji Jubileuszu wyraził swoje zadowolenie z faktu rozwoju Uniwersytetu we wszystkich wymiarach. A to, co zostało już osiągnięte powinno być przenoszone w szerokie środowisko miasta.

Przewodniczący Rady Miasta powiedział: „Kiedy pierwszy raz zetknąłem się z nazwą UTW, nie bardzo wiedziałem o co chodzi. Ale Pani Janina pomogła mi zrozumieć, że „trzeci wiek" można przeżyć bardzo aktywnie i twórczo. Gratuluję słuchaczom, że mają taką możliwość i wykorzystują ją dla własnego rozwoju". Słowa te świadczą o tym, że UTW zajmuje znaczące miejsce w życiu miasta Jelenia Góra.

Wielu wzruszeń dostarczyło słuchaczom i zaproszonym gościom wręczanie podziękowań i dyplomów. Tym, którzy szczególnie wspierali działalność KUTW wręczono plakiety „Serce za serce". Każdy słuchacz, który przez 5 lat uczestniczył w zajęciach Uniwersytetu otrzymał dyplom.

W drugiej części Konferencji KUTW słuchano interesujących wykładów. Pani Alina Obidniak postawiła pytania: Kim są Słuchacze UTW? Co przed nimi? Czy tylko pustka i gorycz przemijania? A może wielka szansa?

Słuchacze UTW to ludzie, którzy zakończyli aktywność zawodową - zewnętrzną. Szansą dla nich może być Uniwersytet Trzeciego Wieku, który prowadząc wielokierunkową działalność

integruje słuchaczy we wspólnotę ludzi życzliwych, radosnych, uczestniczących w różnych zajęciach. Jako przykład zajęć wymieniła „Warsztaty samorozwoju", których istotą jest spotkanie „Człowiek-Człowiek", gdzie się nie ocenia, nie krytykuje, lecz stara się zrozumieć drugiego człowieka.

Z wystąpienia p. dr Jadwigi Tomczyk -Tołkacz wynika, że w wieku senioralnym bardzo dobrze jest wejść w krąg jakiejś wspólnoty. Można wtedy doświadczyć „rozświetlenia bytu", można realizować swoje idee, swoje marzenia z młodości. Na zakończenie zacytowała Ajschylosa „Nikt nie jest tak stary, aby nie mógł dalej się uczyć". I dodała „Ośmiel się być mądry. Zacznij"!

We współczesnym świecie występuje kryzys wartości, mówiła p. mgr Janina Hobgarska. Społeczeństwo nasze jest rozbite, pęknięte. Współczesnego człowieka określiła (za St. Baumanem) jako „koczownika w świecie, włóczęgę, turystę". Dlaczego „turysta"? – bo, brak mu wartości, bo stara się za wszelką cenę być niezależnym od wszystkich i wszystkiego. Uniwersytet Trzeciego Wieku wprowadza swoich słuchaczy w świat wartości poprzez umożliwianie im uczestnictwa w bardzo wielu przedsięwzięciach, różnorodnych działaniach.

Pięknym dopełnieniem spotkania z okazji Jubileuszu 5-lecia były występy: „Kabareciku z przymrużeniem oka", chóru KUTW oraz koncert zorganizowany w Kościele Garnizonowym.

Jako podsumowanie Konferencji przytoczę słowa piosenki śpiewanej przez chór:

„Pięknie żyć - znaczy kochać świat
Pięknie żyć – tak jak żyję ptak
Pięknie żyć – tańczyć tak jak wiatr
A ziemi życzyć jak najdłuższych lat".

Na uroczystości Jubileuszowej obecne były: dr Walentyna Wnuk i Stanisława Warmuz z Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Uniwersytecie Wrocławskim.

Stanisława Warmuz

KONFERENCJA
„Uniwersytety Trzeciego Wieku w Polsce – perspektywy rozwoju"

W dniach 20 – 21 października 2005 r. odbyła się w Bydgoszczy druga już konferencja poświęcona Uniwersytetom Trzeciego Wieku w Polsce. Pierwszą konferencję dotyczącą tej tematyki zorganizowano w Krakowie w 2004 r.

Organizatorami II Konferencji były: UTW w Bydgoszczy i Fundacja dla Uniwersytetu Jagiellońskiego przy wydatnej pomocy Polsko – Amerykańskiej Fundacji Wolności.

Polsko – Amerykańska Fundacja Wolności (PAFW) działa w Polsce od 2004 roku. Jej celem jest m.in. działanie na rzecz umacniania społeczeństwa obywatelskiego, w tym wyrównywanie szans rozwoju indywidualnego i społecznego. Fundacja w swoich działaniach programowych, podejmuje inicjatywy w zakresie edukacji, które obejmują także Uniwersytety Trzeciego Wieku.

Podczas dwudniowych obrad wysłuchano kilku wykładów, omówiono problematykę jakości kształcenia seniorów oraz możliwości włączania się słuchaczy UTW w działania na rzecz środowiska lokalnego.

Przedstawiciele PAFW zapoznali uczestników konferencji z programami grantowymi tej Fundacji oraz programami Fundacji PZU.

W pierwszej części konferencji prof. dr hab. Roman Ossowski wygłosił referat nt. „Uniwersytet Trzeciego Wieku w kreowaniu jakości życia w okresie późnej dorosłości". Na wstępie postawił pytanie „czy późna dorosłość to poczucie spełnienia, czy wchodzenie w smutną starość"?

Człowiek w późnej dorosłości ma poczucie utraty czegoś. Co traci wchodząc w trzeci wiek? Otóż, „wypada" on z pewnych ról takich jak: rola zawodowa – staje się emerytem; rola człowieka zdrowego i pełnosprawnego. Niekiedy traci współmałżonka i wypada z roli małżeńskiej; wypada z roli osoby znaczącej w społeczeństwie, na rzecz roli obserwatora. Czy zatem, należy poddać się? A może przyjąć inne role – np. rolę opiekuna, przyjaciela, rolę słuchacza UTW lub członka innej grupy społecznej?

Poziom pełnienia tych nowych ról zależy od:

- ogólnej aktywności
- zainteresowania otoczeniem
- kontaktów z innymi ludźmi
- koncentracji na zadaniach
- przeciwstawianie się chorobom

Wszystko to wpływa na jakość życia człowieka. Bo jakość życia to:
dobre samopoczucie psychiczne, zdrowie fizyczne, praca adekwatna do własnych możliwości, to także rozrywka oraz działanie na rzecz drugiego człowieka.

Uniwersytet Trzeciego Wieku pełni ważną rolę w kreowaniu jakości życia swoich słuchaczy gdyż:

- zapewnia dalszy rozwój poznawczy człowieka w stosunku do siebie i świata
- stwarza możliwości nawiązywania przyjaźni i nowych kontaktów towarzyskich
- utrzymuje człowieka w „biegu życia"
- pozwala „doświadczać"
- pełni rolę kulturotwórczą

W UTW czas szybciej leci, nie dłuży się, bo „żyje się po coś". Słuchacze aspirują do elit intelektualnych społeczeństwa dojrzałego wieku.

Pani dr Brygida Butrymowicz stwierdziła, że słuchacze Uniwersytetu Trzeciego Wieku są wybrańcami losu, gdyż mogą w „swojej uczelni" zaspokajać potrzeby wyższego rzędu.

Pożądany model życia osób starszych zdaniem prof. dr hab. Andrzeja Jopkiewicza to „model kompetencyjny".„Kompetencja" wg profesora - to zdolność przyjęcia odpowiedzialności za własne życie, nie należy wycofywać się z życia lecz uczestniczyć w nim, aktywnie przyczyniać się do zmiany negatywnego stereotypu człowieka starego.

Uniwersytety Trzeciego Wieku postrzegane są jako ośrodki kształtujące wzór człowieka aktywnego, dobrze radzącego sobie w sytuacjach trudnych. Sprzyja to powstawaniu kolejnych uniwersytetów. Według ostatnich danych, w Polsce działa około 90 UTW.

Obserwuje się znaczne urozmaicenie zajęć, zwiększenie samorządności i samodzielności poszczególnych grup, tworzenie filii. Najbardziej wskazaną formą organizacyjną uniwersytetów trzeciego wieku byłoby powiązanie ich z uczelniami wyższymi. Działanie UTW we współpracy z uczelnią wyższą zapewnia odpowiedni wymiar edukacji, sprzyja integracji międzypokoleniowej, umożliwia prowadzenie obserwacji i badań oraz opracowaniu różnych metod pracy z ludźmi późnej dorosłości.

dr Walentyna Wnuk

SYTUACJE TRUDNE OSÓB STARSZYCH W PERSPEKTYWIE GERAGOGIKI

„W tym świecie spotykają nas tylko dwie tragedie:
jedną jest nie otrzymywanie tego, czego się chce,
drugą otrzymywanie tego, czego się nie chce".
(O. Wilde)

Środowisko osób starszych obserwuję już od wielu lat, będąc opiekunem UTW. Moje codzienne, bliskie kontakty i bezpośrednie spotkania z podopiecznymi dają możliwość ostrego widzenia wielości potrzeb, różnorodności spraw, a także trudności w ich rozwiązywaniu.

Bardzo często współczesny senior staje wobec problemów, które pojawiają się nagle i nieoczekiwanie. Niekiedy wymagają zmian w dotychczasowym, utrwalonym biegu życia. Najtrudniejsze są te, które trwają zbyt długo, czasem nie potrafimy sobie z nimi sami poradzić.

Problemy przeciągające się w czasie blokują naszą dotychczasową aktywność. Posiadane dotąd zachowania przystosowawcze okazują się niewystarczające, stają się pretekstem do zmian w zachowaniu i działaniu. Każdy z nas posiada własną subiektywną ocenę owych problemów, przypisując im większe lub mniejsze znaczenie.
Najczęściej te problemy powodują nieuniknioną zmianę, którą określa się jako sytuację trudną – kryzysową.

Wśród problemów są:

- problemy wymagające rozwiązania jakiejś trudności, np. nie radzenie sobie z prozą życia codziennego, zakupy, utrzymanie czystości domu, problemy lokomocyjne (poruszanie się we własnym domu i poza nim), zdobycia sprzętu rehabilitacyjnego (kupno, wypożyczenie), kłopoty finansowe (w tym zdobycie informacji o możliwej pomocy), kłopoty ze sprawnością intelektualną (słabnąca pamięć, brak koncentracji) itp.
- problemy wymagające czegoś nowego: pokonanie analfabetyzmu informatycznego, o który oskarża się pokolenie najstarszych (obsługa telefonu komórkowego, komputera, bankomatu), zdobycie mieszkania o odpowiednim standardzie (metrażowo czy wyposażeniowo), decyzja o zamieszkaniu w domu starców, nawiązanie kontaktu z grupą wsparcia itp.
- problemy wymagające pozbycia się czegoś niepożądanego: brak akceptacji swego losu, długo noszona uraza do kogoś, brak poczucia sensu życia, negatywny bilans życia, poczucie osamotnienia, konflikty rodzinne, zagrożenia (fizyczne, psychiczne), lęki, frustracje itp.
- problemy z własnymi uczuciami: agresja wobec otoczenia, wobec siebie, brak tolerancji, brak bliskości i czułości bliskich, wymiany emocji, przyjaźni, strach przed śmiercią itp.
- problemy będące wynikiem wydarzeń traumatycznych: śmierć partnera życiowego, innych osób bliskich, utrata zdrowia, nabyte kalectwo o różnym źródle pochodzenia itp.[1)]

1) ta kategoryzacja problemów jest wynikiem sondażu, jaki przeprowadziłam wśród słuchaczy UTW we Wrocławiu

Można mnożyć problemy i ich kategorie. Ważniejsze jest poszukiwanie dla nich rozwiązań, tym bardziej, że większość z nich ma charakter wielowarstwowy, zróżnicowany indywidualnie etapem życia (starość: młoda, średnia, sędziwa).

Problemy, krytyczne wydarzenia, wywołujące sytuacje trudne (kryzysowe),określane tak przez literaturę przedmiotu, kojarzą się przede wszystkim z psychologią, w konsekwencji z pomocą psychologiczną. Mają też swoje implikacje w gerontologii, czy andragogice, w konsekwencji w geragogice, która powstała z przenikania się tych dwóch dyscyplin naukowych.

Gerontologia, zajmując się procesem starzenia się, stawia sobie m.in. pytanie: jak żyć w starości?, kategoryzuje problemy tego etapu życia i poszukuje dla nich strategii właściwego postępowania.

Andragogika, traktując późną dorosłość, jako kolejny etap rozwoju człowieka, formułuje zadania edukacyjne oraz podpowiada propozycje ich realizacji.

Jako osoba zajmująca się od wielu lat problemem andragogicznym, jakim jest rozwój człowieka przez całe życie, w tym szczególnie rozwojem późnej dorosłości, nie mam wątpliwości co do tezy, że człowiek rozwijający się (niezależnie od wieku) musi rozwiązywać problemy, które pojawiają się w jego życiu. Owe rozwiązywanie potwierdza rozwój – zmianę, jednocześnie daje szansę na dalszy rozwój – pełne życie. Dla ludzi starszych szczególnie mi bliskich, rozwiązywanie problemów , z którymi się borykają jest podstawą godnego starzenia się, konstruktywnego życia.

Można w tym miejscu postawić pytanie: kiedy będziemy skuteczni w rozwiązywaniu własnych problemów? Jakie strategie opiekuńcze będą właściwe wobec osób starszych?

Ludzie starsi przede wszystkim sami muszą czuć się odpowiedzialni za swoje problemy i aktywnie włączyć się w ich „pokonywanie". Potwierdza to teoria „konstruktywnej starości" w andragogice, zakładająca odpowiedzialność za siebie. Podobnie, teoria „starości z wyboru, nie narzuconej przez otoczenie zewnętrzne (rodzinę, opiekę społeczną) pozostawia nam wybór – decyzję. Dopełnieniem będzie proponowany przez andragogikę „styl życia jako uczenie się" zakładający ciągłe poszukiwanie wiedzy, rekonstrukcję doświadczenia, jednym słowem aktywność edukacyjną. „Teoria kompetencyjna" proponuje wręcz zdobywanie drogą edukacji (formalnej i nieformalnej), kompetencji niezbędnych do pokonywania kryzysów rozwojowych. Jeśli do tego dodamy „teorię przepływu", to zmiana świadomości osób starszych wydaje się zasadniczą odpowiedzią na wcześniej postawione pytanie.

Seniorzy sami muszą chcieć rozwiązywać swój problem, nie należy ich wyręczać, nie utrwalać, jakże częstych, postaw roszczeniowych. Pomoc z zewnątrz, w tym wypadku – to dostarczanie wiedzy, proponowanie takich ofert, które będą rzeczywiście pomagały w rozwiązywaniu problemów np. jak „przerobić żałobę", jak żyć z określoną chorobą, jak wpłynąć na poprawę jakości życia, jak pokonać stres itp. Tak więc należy bezwzględnie działania opiekuńcze (tak charakterystyczne wobec osób starszych) łączyć z działaniami o charakterze edukacyjnym.

Umiejętność racjonalnego uczenia się musi wykorzystać zaistniałą sytuację problemową, która stawia wyraźne wymagania w aspekcie edukacyjnym. Szukamy rozwiązania, sposobu poradzenia sobie z zaistniałą nową sytuacją. Uczymy się przecież przez doświadczenie krytyczne, stąd pewnie przez starszych wymyślone powiedzenie, że „ból, czy cierpienie, jest konstruktywne". W ten sposób będziemy się przeciwstawiać instrumentalnemu (przedmiotowemu) traktowaniu osób starszych, jednocześnie protekcjonalnemu, na rzecz pracy z osobą starszą. Zakłada to aktywny udział osób w organizowaniu opieki dla nich i innych starszych, potwierdzając zasadność „teorii aktywności" w gerontologii.

To wymaga wielu zmian w sferze instytucjonalnej i pozainstytucjonalnej opieki nad osobami starszymi.

Kolejne pytania, które warto zadać, wobec analizowanego problemu to: jaka edukacja ma szansę? jakie oferty na rynku usług edukacyjnych są konieczne? Edukacja ludzi starszych

nie może ograniczać się do kontaktu z prelegentem, lekarzem, terapeutą, wreszcie książką na temat. Jest ona integralnym składnikiem życia i rozgrywa się w naturalnym układzie „człowiek – świat".

Prawdziwa edukacja musi służyć humanistycznemu rozwojowi, dojrzewaniu w człowieczeństwie. Mam tu na myśli krytyczną samorefleksję, rozwój refleksyjny, rozwój duchowy, dystansowanie się wobec świata, przewartościowanie własnej roli w związkach (służba innym), wydobywanie nowych wartości życia (nowe cele, pola aktywności), a więc zmiana struktury życia, pozytywne nastawienie do ludzi (w tym wybaczanie najbliższym), osłabienie potrzeb „ja", wreszcie afirmacja losu, bez względu na to, jaki jest. To trudne, ale nie widzę innej drogi, innych treści w tak postrzeganej pomocy edukacyjnej.

Inaczej mówiąc, owa edukacja ma z jednej strony pomagać w akceptacji niektórych problemów, z drugiej strony pomagać w ich przezwyciężaniu. Jest to często uczenie się „milczące", czyli nie wygląda jak uczenie standardowe, dostarczamy tylko stymulacji, które pomogą w uruchomieniu tych procesów. Z perspektywy doświadczeń zbieranych w UTW we Wrocławiu dostrzegam ogromne możliwości, gdy idzie o rodzaje i formy edukacji seniorów.

Obok Uniwersytetów z dobrą ofertą edukacyjną widzę potrzebę powoływania do życia poradni gerontologicznych (geragogicznych) wraz z „telefonami zaufania", „liniami kryzysowymi" czy „gorącymi".

Istnieje pilna konieczność uzupełniania leczenia biomedycznego o elementy psychospołeczne np. warsztaty psychologiczne, andragogiczne, gerontologiczne, psychologii późnej dorosłości, komunikacji międzyludzkiej, asertywności, samorozwoju. Dopełnieniem mogą być terapie: tańcem, muzyką, sztuką, weekendy (podejmujące określony problem np. „Jak żyć po zawale"), wreszcie gabinety relaksacyjne, autoterapii, (uczenie samoobsługi), odnowy biologicznej, pomocy psychologicznej itp. Bardzo istotnym elementem tak postrzeganej pomocy edukacyjnej będzie organizowanie grup samopomocowych, grup wsparcia społecznego, wspólnot mieszkaniowych.

Reasumując uznaję, jako niezwykle ważny obszar w edukacji osób starszych, oferty – które pomogą ludziom starszym pokonać trudności i żyć pełnią życia, korzystać z jego uroków. Jak powiedział Jan Paweł II: „Starość jest wyzwaniem, na które trzeba umieć odpowiedzieć". Ta odpowiedź to m.in. zdobywanie wiedzy, kompetencji, które umożliwią rozwiązywanie spraw, jakie przynosi nam życie. Rozpatrywany tu problem, dotyczy nas wszystkich, niezależnie od wieku i statusu społecznego.

Stanisława Warmuz

AKTYWNOŚĆ SPOLECZNA I OSOBISTA LUDZI STARSZYCH NA PRZYKŁADZIE UTW WE WROCLAWIU

Aktywność jest właściwością każdego człowieka, jest synonimem życia, opóźnia procesy starzenia się. Aktywność człowieka ma określony kierunek wyznaczony przez cel (biologiczny lub społeczny), któremu podporządkowany jest jej przebieg. Może przejawiać się w różnych formach i różnym nasileniu.

Aby określić różnorodne formy aktywności używa się takich pojęć jak: zachowanie, czynność, reakcja, działanie czy działalność.[1)]

Działanie to aktywność ukierunkowana na jakiś przedmiot zewnętrzny, wywołująca w nim zmiany.

Czynność – zmierza do określonego stanu końcowego, ma wewnętrzną strukturę i organizację.

Działalność przejawia się w dwóch zasadniczych formach:

- działalność przedmiotowa – zmierza do wywołania zmian w przedmiotach świata zewnętrznego
- działalność społeczna – czyli zespoły działań i czynności, które zmierzają do oddziaływania na innych ludzi

Aktywność człowieka jest jego właściwością autonomiczną, regulowaną przez układ czynników zewnętrznych i wewnętrznych. Na aktywność bardzo silnie wpływają czynniki osobowościowe: dążenia, aspiracje, samoocena, postawy, zainteresowania, system wartości. Nie bez znaczenia jest również budowa organizmu i określone możliwości funkcjonalne. Nieodzownym warunkiem aktywności człowieka jest stały dopływ informacji z otoczenia, ich wymiana między jednostką a otoczeniem.

W rozwoju osobniczym i w procesie historycznym człowiek wychodzi poza czynności codzienne, nawykowe, umożliwiające mu przystosowanie się do świata. Staramy się poszerzyć własne możliwości określone przez naturę, tradycje kulturowe, społeczeństwo. Wychodzimy poza to, kim jesteśmy i co posiadamy.

„Działania, które polegają na tym, że człowiek świadomie przekracza dotychczasowe granice materialne, społeczne, symboliczne – to działania transgresyjne (transgresja)".[2)] Aktywność transgresyjna to działania, które pozwalają przekształcać rzeczywistość. W ich wyniku powstają nowe odkrycia, wynalazki, dzieła sztuki itp. Przekraczanie granic jest w miarę łatwe u twórców, naukowców. Jednak najważniejsze są prywatne transgresje „zwykłych ludzi".

Źródłem najbardziej wartościowych transgresji, wg J. Kozieleckiego, są potrzeby:

- witalne – czyli materialne, pokarmowe i zdrowotne
- społeczne
- osobiste

Niezaspokojenie ważnych dla człowieka potrzeb rodzi napięcie, stres, frustrację. Powstaje sytuacja trudna, którą należy rozwiązać. Człowiek podejmuje świadomy wysiłek, szuka sposobu, możliwości, które pozwolą zaspokoić daną potrzebę. Szuka sensu danego działania, stara się zrozumieć, czemu służyć ma podjęta przez niego aktywność. A wszystko po to, aby osiągnąć spójność własnego „Ja", która pozwala lepiej radzić sobie w życiu.

Potrzeby osobiste takie jak: potrzeba osiągnięć indywidualnych, dążenie do poznania i samopoznania, poszukiwanie sensu życia, potwierdzenie własnej wartości, samorealizacja, inicjują i ukierunkowują aktywność osobistą człowieka.

Celem aktywności osobistej jest utrzymanie wiary w sens życia, rozwijanie zainteresowań, stymulowanie działań twórczych. Aktywność osobista daje możliwość wyrażania siebie.

Aktywność osobista słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku można określić jako „edukację gerontologiczną". [3)]

Słuchacze UTW we Wrocławiu uczestniczą:

- w wykładach audytoryjnych
- w seminariach z zakresu andragogiki, kultury fizycznej, sztuki, etyki
- w modułach związanych tematycznie z psychologią, medycyną, twórczością
- w warsztatach andragogicznych, filozoficznych, malarskich
- w zajęciach kultury fizycznej
- w lektoratach

Ponadto:

- śpiewają w chórze UTW
- występują w Teatrzyku Poezji lub Kabarecie.

W roku akademickim 2004/2005 z ogólnej liczby 590 słuchaczy 1/5 nie uczestniczyła w wykładach i wybrała tylko jedną z zaproponowanych możliwości kształcenia. Pozostali słuchacze brali udział w wielu różnych zajęciach. Każdy znalazł odpowiadający mu rodzaj działalności edukacyjnej. Taka edukacja, wydłużona na całe życie człowieka, zapewnia lepsze rozumienie rzeczywistości, mechanizmów zachodzących zmian, pozwala realizować dawne marzenia, zmniejsza poczucie lęku i zarazem powoduje wzrost zaufania do otaczającego nas świata.

Aktywność społeczna determinowana jest potrzebami społecznymi człowieka takimi jak: miłość do innych ludzi, przyjaźń, braterstwo, potrzeba poczucia bezpieczeństwa społecznego.

Celem aktywności społecznej jest pomaganie tym, którzy są samotni, starzy, chorzy, głodni itp. Cel wyznacza kierunek aktywności i jej formę, wpływa również na stopień naszego zaangażowania, decyduje, na ile jesteśmy w stanie przekroczyć pewne granice, pewne bariery.

Aby pomagać innym trzeba posiadać pewne cechy, które nazwano „cnotami obywatelskimi". Te cnoty, to:

- uczciwość wobec siebie i innych
- wrażliwość
- szacunek dla siebie i innych ludzi, dla prawa, dla przyrody
- odpowiedzialność za swój rozwój, za podejmowane działania
- odwaga przekraczania pewnych barier

Polska Akcja Humanitarna przedstawiła „Dekalog pomagania"[4)] , z którego wynika, że:

- Warto pomagać, bo wszyscy jesteśmy ludźmi.
- Pomoc to także wsparcie psychiczne dla ludzi, których obdarowujemy.
- Samo oczekiwanie na naszą pomoc daje nadzieję i często wręcz „trzyma ludzi przy życiu"
- Pomaganie daje satysfakcję i radość.

  U podstaw aktywności społecznej leży przekonanie, że życie innych ludzi jest dla nas ważne.

Aktywność społeczna słuchaczy UTW we Wrocławiu najpełniej przejawia się w działalności Sekcji Wzajemnej Pomocy.

Członkowie Sekcji pomagają słuchaczom w czasie zajęć w UTW – udzielają „pierwszej pomocy", dokonują pomiarów ciśnienia, zapewniają opiekę w nagłych przypadkach, towarzyszą niektórym słuchaczom przy „pokonywaniu" schodów w budynku, zabezpieczają powrót do domu, odwiedzają chorych słuchaczy, pomagają załatwić „urzędowe sprawy". Ponadto organizują okolicznościowe spotkania: „Andrzejki", „Dzień Babci", „Mikołajki". Z okazji urodzin, imienin składają życzenia nie tylko aktualnym słuchaczom, ale także tym, którzy już nie mogą przychodzić na zajęcia.

Aktywność społeczna słuchaczy to również okresowe zbiórki leków, okularów, które przekazywane są do domów dziecka na Ukrainie i Wołyniu oraz do Domów Pomocy Społecznej i Hospicjum we Wrocławiu.

Wśród słuchaczy jest grupa osób, które jeden raz w miesiącu odwiedzają wybrany Dom Pomocy Społecznej. W czasie spotkań z mieszkańcami DPS odbywają się wspólne zajęcia z zakresu plastyki, gimnastyki, zabawy ze śpiewem.

Słuchacze UTW we Wrocławiu działają w różnych Sekcjach zgodnie z własnymi zainteresowaniami.

Działalność UTW na rzecz środowiska osób starszych we Wrocławiu zainspirowała grupy aktywnych mieszkańców takich miast jak: Oborniki Śląskie, Strzelin, Bielawa do zorganizowania na swoim terenie Uniwersytetów Trzeciego Wieku.

Większość słuchaczy UTW jest aktywna społecznie. Do bardzo aktywnych można zaliczyć grupę 80 osób, które potrafią organizować pomoc w różnym zakresie i sprawnie przeprowadzić zaplanowane działania.

Trudno oddzielić aktywność społeczną od aktywności osobistej. Bardzo często pomagając innym zaspokajamy potrzeby osobiste i odwrotnie, realizując osobiste plany – pomagamy innym.

Człowiek starszy, który świadomie podejmuje wysiłek aby brać czynny udział w różnych dziedzinach życia, zaprzecza negatywnemu stereotypowi starości, przeciwdziała osamotnieniu własnemu i innych ludzi.

Życie człowieka, a człowieka w „trzecim wieku" w szczególności, to ciągłe przekraczanie granic. Wszyscy słuchacze Uniwersytetów Trzeciego Wieku przekraczają pewne granice podejmując decyzję o wstąpieniu do Uniwersytetu. Nie chcą „odpoczywać", chcą się uczyć, zrozumieć otaczającą ich rzeczywistość i nadać sens, wartość temu okresowi życia, który często określany jest „trzecim wiekiem".

I kiedy patrzę na tę panią, która o kulach pokonuje schody do wysokości II piętra po to, aby wysłuchać wykładu; kiedy słucham wiersza w wykonaniu p. Krysi z Teatrzyku, której niedawno wszczepiono rozrusznik; kiedy spotykam lektorkę – p. Romę, poruszającą się z trudem, opartą na lasce, zdążającą do sali, w której czekają słuchacze na zajęcia z lektoratu; gdy widzę p. Jankę, jak odstawia kulę i spieszy na pomoc osobie, która zasłabła – to wierzę w siłę „aktywności" i rozumiem, co to znaczy „przekroczyć granicę".

Czy każdą granicę da się przekroczyć?

Józef Kozielecki wymienia granice, które człowiek pokonuje lub może pokonać:

- fizyczne – związane z terytorium fizycznym i budową organizmu człowieka
- społeczne – czyli nakazy i zakazy publiczne, pozycja społeczna, zakres posiadanej władzy
- symboliczne – intelektualne – to zakres posiadanej wiedzy o świecie i o sobie samym

Można powiedzieć, że istnieją granice nieprzekraczalne na danym etapie rozwoju jednostki i rozwoju ludzkości.

Czy istnieją granice absolutne? Granice, których nie uda się nigdy przekroczyć? Granice, których dana jednostka nie przekroczy nigdy, bo jest to związane z uznawanymi przez nią wartościami? Te pytania pozostawiam do osobistej refleksji każdego z nas.

Znaczenie aktywności w życiu człowieka starszego można zamknąć w słowie „SAMODZIELNOŚĆ". Samodzielność w czynnościach życia codziennego, samodzielność w pokonywaniu trudów życia. A jeżeli spojrzeć na elementy składowe tego słowa to odczytamy, że SAMODZIELNOŚĆ – to: Siła – Ambicja – Miłość – Otwartość – Działanie – Zapał – Inicjatywa – Energia – wytrwaLość – Nadzieja – Odwaga – Świadomość – Cierpliwość.

Bibliografia:

1) Józef Kozielecki: Koncepcja transgresyjna człowieka. Analiza psychologiczna. PWN, Warszawa, 1987 r.
2) Janusz Homplewicz: Wykład – „20 – lecie UTW w Rzeszowie" – Rzeszów, 2003 r.
3) „Działam, więc jestem" – dodatek do Gazety Wyborczej, kwiecień 2005 r.
4) Maria Tyszkowa: Aktywność i działalność dzieci i młodzieży, WSiP, Warszawa, 1990 r.

Anna Sokołowska

MIĘDZYPOKOLENIOWY PRZEKAZ WARTOŚCI. SŁUCHACZKI UTW WROCŁAW W ROLI ZASTĘPCZYCH BABĆ *

Zamiast wstępu.

Pewna legenda hinduska opowiada o człowieku, który każdego dnia przez wiele lat nosił do swojej wioski wodę w dwóch ogromnych dzbanach. Jeden z dzbanów był starszy od drugiego i cały popękany. Za każdym razem, gdy mężczyzna wracał ścieżką do domu tracił połowę wody. Młodszy dzban był bardzo dumny ze swojej pracy.
Starszy zaś śmiertelnie się wstydził, że tylko w połowie wypełnia swoje zadanie, chociaż ***wiedział***, że było to wynikiem wielu lat jego wytężonej pracy. Zawstydzony swoją starością powiedział pewnego dnia do mężczyzny: chciałbym cię bardzo przeprosić. Jestem już zbyt stary i nie mogę utrzymać wszystkiej wody, którą mnie napełniasz. Człowiek uśmiechnął się i łagodnie powiedział: kiedy będziemy wracać do domu, przyjrzyj się uważnie ścieżce, którą od wielu lat chodzimy od studni do domu. Dzban tak uczynił i zauważył wiele kwiatów i warzyw rosnących wzdłuż drogi z ***jednej*** tylko strony. Człowiek powiedział: wiedziałem, że masz pęknięcia i postanowiłem je wykorzystać. Dzięki twojej pracy, urosły te wszystkie warzywa i kwiaty. ***Gdybyś nie był taki, jaki jesteś, nigdy nie miałbym tego, co mam.*** [1)]

Rok akademicki 2004/2005 i nieco wcześniej

Jesienią 2003 r. w Szkole Podstawowej nr 90 im. prof. dr hab. Stanisława Tołpy we Wrocławiu, z inicjatywy dyrekcji i rady uczniowskiej, powołano ***Klub Przyjaźni Juniora z Seniorem.***

W „Księdze spotkań" Klubu zapisano, iż celem jego powołania jest:

- wyrabianie u dzieci szacunku wobec starszych
- rozwijanie wrażliwości na potrzeby innych
- wdrażanie do udzielania pomocy
- wymiana doświadczeń międzypokoleniowych
- prezentowanie własnych umiejętności i zainteresowań oraz zdobywanie nowych
- rozwijanie umiejętności prezentowania własnego zdania
- uwzględnianie poglądów innych ludzi

Do współpracy zaproszono osoby starsze z osiedla otaczającego szkołę, oraz słuchaczy UTW we Wrocławiu. W początkowym okresie przysyłane zaproszenia nie wywołały oddźwięku (lęk?, nieufność?, własna wygoda?). Ponawiane zaproszenia spowodowały jednak chęć nawiązania kontaktu ze szkołą, głównie ze względu na jej Patrona prof. dr hab. Stanisława Tołpę, nauczyciela akademickiego autorki, człowieka o ogromnej wiedzy i wielkim autorytecie moralnym.[4)] Nie bez znaczenia była też jej POTRZEBA nawiązania kontaktu z młodszym pokoleniem.

Wspólnota jaką tworzy UTW daje szansę nie tylko na rozwój intelektualny, społeczny i fizyczny słuchaczy, ale także na spełnienie marzeń, którymi tym razem była chęć „otarcia się" o pokolenie wnuków. Początkowo nie było to łatwe. Wymagało bowiem przełamania lęku przed poczuciem niekompetencji i zagubienia wśród znacznie młodszego pokolenia.
Stanowiło jednocześnie podnietę do doświadczenia czegoś nowego, dawało okazję do redefinicji własnego życia i poglądów. [5)]

Jak zwykle w chwilach wahań niezawodne okazały się członkinie Sekcji Wzajemnej Pomocy UTW, której przewodniczy p. Alicja Siotor. Sekcja ta zrzesza osoby wrażliwe, o wielkich sercach, chcących ŻYĆ DLA SIEBIE I INNYCH.

* - komunikat wygłoszony w czasie konferencji „ŻYĆ DLA SIEBIE I INNYCH" zorganizowanej z okazji jubileuszowych obchodów UTW w Lublinie (maj 2005 r.)

Utworzyła się więc grupa osób, która zadeklarowała chęć uczestniczenia w spotkaniach z uczniami klas I-III. Organizatorką i inicjatorką comiesięcznych spotkań ze strony Szkoły była kierownik świetlicy p. Joanna Sinicka, a ze strony UTW autorka.

Spotkania odbywały się w szkole lub siedzibie UTW (z pewnymi wyjątkami). Tematy spotkań proponowane przez nauczycieli i uzupełniane przez przedstawicielki UTW były zróżnicowane. Od „poezji ks. Jana Twardowskiego", poprzez „moja rodzina", „nasze autorytety", „południe pieśni patriotycznych", „Mikołajki", „Andrzejki", „Dzień Babci i Dziadka", po „wiosenne inspiracje". Wszystkie spotkania były przepięknie przygotowane przez nauczycielki lub słuchaczki UTW (gdy spotkanie odbywało w siedzibie Uniwersytetu). Były występy uczniów, inscenizacje, mini – kiermasze, piękne stroje uczniów, ogólna radość i niekiedy zadziwienie, czego przykładem może być śpiewana przez uczniów załączona piosenka:

„Dziadek i babcia"

sł. Andrzej M. Grabowski
muz. Krzysztof Marzec

Czy to możliwe
Wierzyć się nie chce,
że dziadek kiedyś
też był oseskiem.
Nosił pieluchę,
Zajadał kaszki,
tak jak to robią
wszystkie bobaski!
Czy to możliwe,
rzecz niesłychana
babcię też nosił
ktoś na barana,
a nasza babcia
zupełnie mała
czasem ze złości
w kącie chlipała!

Ref. *Chociaż minęło już wiele lat,*
nasz dziadek wcale się nie starzeje
chce z nami zdobyć cały świat
i zawsze się wesoło śmieje.
Chociaż minęło już wiele lat,
babcia jest fajna jak koleżanka,
z wszystkimi zawsze za pan brat,
mówi, że życie to niespodzianka !

Uczniowie uczestniczyli też w inauguracji roku akademickiego w UTW oraz zwiedzili teren Instytutu Uprawy, Nawożenia i Gleboznawstwa, gdzie zapoznali się z ekologicznymi metodami zwalczania chwastów i różnymi gatunkami uprawianych ziół. Zwiedzanie zakończono mini konkursem rysunkowym. Nie bez znaczenia był również fakt przebywania dzieci „świetlicowych" na terenie poletek doświadczalnych.

Ukoronowaniem współpracy trzech pokoleń (uczniowie, nauczyciele, słuchacze UTW) była uroczystość opłatkowa w Filharmonii Wrocławskiej, w czasie której chór UTW śpiewał

kolędy, a uczniowie wystawili Jasełka, w których treści religijne połączono z historią naszej Ojczyzny.

Piękne były również „Mikołajki" zorganizowane w siedzibie UTW, w których uczestniczyła kierownik naszej placówki i prawie wszyscy (około 50 osób) członkowie Sekcji Wzajemnej Pomocy. Zaangażowanie, gorliwość, szczodrość i radość z przygotowania sali spotkań i paczek dla uczniów, a także okazywana serdeczność i zapał Mikołajów (słuchacze UTW) w zadawaniu dzieciom pytań i zagadek, obdarowywaniu ich uśmiechem i miłością były zniewalające.

Podkreślić należy, że spotkania pokoleń łączono z małym wspólnym poczęstunkiem i obdarowywaniem się symbolicznymi upominkami, a także uwieczniono na fotografiach. (Fotografie wraz z treścią organizowanych spotkań przedstawiono na posterach, które wykorzystano w czasie wygłaszania komunikatu).

W n i o s k i

Zatem, czy międzypokoleniowy przekaz wartości poza domem rodzinnym jest możliwy? Zdaniem autorki – jest nie tylko możliwy, ale i konieczny.

Dobrze przygotowane spotkania dzieci w wieku 7-10 lat z zastępczymi babciami w świadomości tych **uczniów** utrwalają bowiem takie wartości jak: patriotyzm, tożsamość narodowa, tradycja, szacunek wobec starszych, uznanie odmienności drugiej osoby, dobro, wierność zasadom, chęć pogłębiania wiedzy, umiejętność wyrażania swoich poglądów, wrażliwość.

U **nauczycieli** przygotowujących i uczestniczących w spotkaniach: także dobro ale i serdeczność, atencję wobec starszych, uznanie dla intelektualnej i społecznej aktywności tych osób i ich życiowego doświadczenia, tolerancję.

U **słuchaczek UTW** występujących w roli zastępczych babć wzbogaciła się natomiast świadomość dotycząca profesjonalizmu, odpowiedzialności i zaangażowania nauczycieli, budząc podziw dla ich pracy. „Poszerzyły się"[7] też serca o czułość, szczodrość, cierpliwość, miłość, wzruszenie i to nie tylko wobec dzieci. Indywidualne rozmowy z dziećmi, wspólna zabawa i praca zaspakajały POTRZEBĘ bycia użytecznym i były zachętą do zapalania światła na drodze ich życia, by dążyły do tego co godne, cenne i warte pożądania, do tego by z naszego życia ktoś miał pożytek, by służyć dobru [2, 6], bo jak pisał Jan Paweł II „Wartości bowiem są tymi światłami, które rozjaśniają bytowanie, a w miarę jak człowiek pracuje nad sobą, coraz intensywniej świecą na horyzoncie jego życia".[3]

---

1) Coelho Paulo (list.2002). - „Popękany dzban". Przypowieść o ścieżce. Zwierciadło.
2) Gajda Janusz (1997) - „Wartości w życiu człowieka". Lublin: Wyd. UMCS
3) Jan Paweł II (2005) - „Pamięć i tożsamość". Kraków: Wyd. Znak
4) Rutkiewicz Ignacy(1966) - „Archipelag nauki". Wrocław-Warszawa-Kraków: Zakład Narodowy im. Ossolińskich
5) Szmidt J. Krzysztof (1997) - „Elementarz twórczego życia" Warszawa: Wyd. Intra
6) Szczeklik Andrzej (2004) - „Katharsis" Kraków : Wyd. Znak
7) Zięba Maciej OP, Michał Zioło OCSO (2002) – „Lekarstwo życia", Poznań, Wyd. „W drodze"

Anna Sokołowska
Stanisława Warmuz

UDZIAŁ UNIWERSYTETU TRZECIEGO WIEKU WE WROCŁAWIU W VIII DOLNOŚLĄSKIM FESTIWALU NAUKI

VIII Dolnośląski Festiwal Nauki trwał od 16 do 23 września 2005 r. Jego organizatorami i realizatorami były wszystkie wyższe uczelnie i instytuty naukowe Wrocławia wraz z wydziałami zamiejscowymi.

Prof. dr hab. inż. Kazimiera Wilk, Środowiskowy Koordynator Festiwalu, we wstępie do P r o g r a m u* nazywa Festiwal „świętem nauki", w czasie którego istnieje możliwość intelektualnych wędrówek „po najaktualniejszych problemach i zagadnieniach współczesnej nauki". Obejmuje on bowiem „imprezy z przedmiotów humanistycznych i ścisłych, przyrodniczych i medycznych, z dziedziny ekonomii, wojskowości i prawa, dotyczące techniki i sztuki", ale także „zaawansowane technologie komputerowe i czar dawnej nauki".

W tym znakomitym i szacownym „święcie nauki", po raz pierwszy uczestniczył nasz Uniwersytet Trzeciego Wieku. Do udziału zaproszeni zostaliśmy przez mgr Elżbietę Płoszczańską - Radoch., kierownika Biura Festiwalu.

W przebogatym „Programie" w rozdziale „Prezentacje uczelni, instytutów PAN i instytucji pozauczelnianych", w części „Psychika-ciało-sport" czytamy:

Sobota (17.09) 10-14^{00} **Uniwersytet Wrocławski. Uniwersytet Trzeciego Wieku, ul. Dawida 1/3 Edukacja seniora z perspektywy 30-lecia Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Uniwersytecie Wrocławskim. Dzień Otwarty** – dr Walentyna Wnuk (andragog UWr), dr Grażyna Dąbrowska (fizjoterapeuta AWF), mgr Stanisława Warmuz (pedagog, przewodnicząca Zarządu Uniwersytetu Trzeciego Wieku)

Sobota (17.09) 18^{00} **Klub „Wrzoskowisko" ul. Olszewskiego 23 „Kawiarnia Rozwoju Seniora"** – dr Walentyna Wnuk (andragog UWr), dr Grażyna Dąbrowska (fizjoterapeuta AWF), mgr Stanisława Warmuz (pedagog, przewodnicząca Zarządu Uniwersytetu Trzeciego Wieku).

Przygotowanie obu spotkań wymagało sporego wysiłku, zarówno ze strony Kierownika UTW (dr Walentyna Wnuk), jak Zarządu i Słuchaczy.
Przybyłym gościom chcieliśmy zaprezentować różne rodzaje, formy i metody działalności UTW. Chcieliśmy pokazać twórczość Słuchaczy UTW : poetycko – prozatorską, malarską, hafciarską i fotograficzną oraz pracę i występy chóru, kabaretu i teatrzyku poezji. Chcieliśmy przedstawić nasze zaangażowanie w prace na rzecz środowiska ludzi starszych i ludzi młodych, nasze spotkania z Uniwersytetami Trzeciego Wieku w kraju i zagranicą.

Edukację Seniorów, rozumianą jako ciągle postępujący rozwój w wymiarze intelektualnym, fizycznym, psychicznym, duchowym oraz społecznym przedstawiły dr Grażyna Dąbrowska i mgr Stanisława Warmuz.

Na prośbę dr Walentyny Wnuk w **„Kawiarni Rozwoju Seniora"** wystąpił prof. dr hab. Jerzy Semków, który wygłosił referat „Blaski i cienie egzystencji

człowieka w okresie późnej dorosłości". Następnie dr inż. Anna Sokołowska mówiła o międzypokoleniowym przekazie wartości na podstawie współpracy UTW ze szkołą podstawową. Dr Grażyna Dąbrowska (AWF), która jest również członkiem Rady Naukowej UTW, zwracała uwagę Seniorów na znaczenie ruchu w życiu człowieka zgodnie z zasadą „Życie to ruch, a ruch to Życie". Mgr Stanisława Warmuz mówiła o aktywności osób starszych, zachęcając do różnych form aktywności osobistej i społecznej.

W obu spotkaniach udział wzięli także: mgr Wanda Dąbrowska – animatorka gimnastyki mózgu, która przekonywała, że „żyjemy tak – jakie są nasze myśli i myślimy tak, jak żyjemy" oraz mgr Marek Ferenc reprezentujący Fundację „Teraz życie", który przedstawił jej założenia i cele.

Piękny pokaz różnych rodzajów działalności naszego uniwersytetu przygotowały panie:

Barbara Bączkiewicz, Maria Śleboda, Stanisława Urban, Grażyna Szyszło, Elżbieta Stępień. Mogliśmy zobaczyć wystawę prac malarskich, hafciarskich, utworów poetyckich, posterów, kronik oraz fotografii wykonanych przez Słuchaczy UTW.

Udział Uniwersytetu Trzeciego Wieku jako jednostki ogólnouczelnianej Uniwersytetu Wrocławskiego* w VIII Dolnośląskim Festiwalu Nauki można uznać za udany, zarówno pod względem merytorycznym, jak i formalnym. Wyrazem uznania był aplauz uczestniczących, zadawane pytania i ogólne zainteresowanie działalnością Uniwersytetu Trzeciego Wieku.
W obu spotkaniach brała udział kierownik Biura Festiwalu mgr Elżbieta Płoszczańska – Radoch.

Wrocław, wrzesień 2005 r.

*patrz : Zarządzenie nr 39/99 Rektora Uniwersytetu Wrocławskiego z dnia 17 maja 1999 r.

UTW WE WROCŁAWIU Z WIZYTĄ W PARLAMENCIE EUROPEJSKIM

I Wizyta Bruksela 10.07 – 14.07.2005 r.

Stanisława Warmuz

Na zaproszenie Pani Poseł Lidii Geringer de Oedenberg, z wizytą do Parlamentu Europejskiego wyjechała grupa reprezentująca UTW w składzie: dr Walentyna Wnuk, dr Grażyna Dąbrowska, Stanisława Warmuz i Iwona Stęplowska.
Była to piąta wizyta zorganizowana przez Panią Poseł dla mieszkańców Dolnego Śląska i Opolszczyzny. Byli wśród nas laureaci konkursów wiedzy o Unii Europejskiej oraz przedstawiciele różnych zawodów i grup społecznych.

Z Wrocławia wyjechaliśmy 11 lipca 2005r. rano. Do Brukseli dotarliśmy późnym wieczorem. Następnego dnia całą grupą udaliśmy się do Gmachu Parlamentu Europejskiego, tam przywitała nas Pani Poseł Lidia Geringer de Oedenberg. Następnie zwiedzaliśmy Parlament – m.in. salę obrad plenarnych, sale obrad poszczególnych Komisji Parlamentarnych.

Uczestniczyliśmy w seminarium, z udziałem Pani Poseł i innych parlamentarzystów, na temat prac i roli Parlamentu Europejskiego. Pani dr Grażyna Dąbrowska zapytała, czy problemy ludzi wieku senioralnego są w obszarze zainteresowań Parlamentu. Uzyskaliśmy zapewnienie, że dla Unii Europejskiej niezwykle ważną sprawą jest edukacja ciągła i zachowanie aktywności ludzi do późnego wieku. Unia Europejska przeznacza środki na edukację w ramach programów, skierowanych do różnych grup społecznych.
W VII programie ramowym przewiduje się środki finansowe na rozpoznanie i walkę z chorobami wieku starszego. Tworzy się tzw. „Europejską przestrzeń badawczą". Wybrano dziewięć podstawowych tematów, w zakresie których przeprowadzone będą badania porównawcze w różnych krajach. Wyniki badań posłużą opracowaniu strategii działania UE.

Podczas pobytu w Brukseli mieliśmy również możliwość zwiedzenia tego pięknego miasta. Krótka wycieczka, pozwoliła nam dostrzec urok miasta i zapamiętać pewne rzeczy.

Nazwa miasta BRUKSELA tłumaczy się jako „mieszkanie na bagnach" lub „zimne mieszkanie".
21 lipca obchodzony jest w Belgii „Dzień Króla". Odbywają się wtedy liczne uroczystości, np. defilada wojskowa, a w Rynku układa się dywan z kwiatów. Kwiatem symbolizującym Belgię jest begonia. Kolory miasta to czerwień i zieleń.

W Brukseli można znaleźć „polskie akcenty", np. budynek Parlamentu projektowali Polacy – Czyż i Grocholski. W Muzeum Wojska jest sala, w której można odnaleźć „polonica". Tutaj usłyszałam, że kiedy w Belgii wybuchło powstanie w 1830 r. skierowane przeciwko Holandii, to car rosyjski wyruszył z wojskiem na pomoc Holendrom. Nie dotarł jednak do granic Belgii, przeszkodą okazało się powstanie w Polsce (1830 r.). Po upadku powstania listopadowego wielu Polaków znalazło schronienie w Belgii. Wspomina się również tutaj generała Maczka, który wyzwalał Gandawę w czasie ostatniej wojny. Bruksela udzieliła również gościny Polakom w trudnych czasach stanu wojennego w Polsce.

Chyba każdy, kto zwiedza Brukselę zatrzymuje się przed figurką *Manneken Pis,* podziwia *Atomium – symbol Wystawy Światowej(1958)* i powinien wypowiedzieć jedno życzenie dotykając pewnej płaskorzeźby.

Do Wrocławia wróciliśmy 14 lipca rano, bogatsi o wiedzę nt. Unii Europejskiej, pełni przeżyć, które pozostaną na długo w naszej pamięci.

II Wizyta Bruksela 8.11 – 11.11.2005r.
Jerzy Marczak

Z Wrocławia wyjechaliśmy 8 listopada w godzinach porannych, w składzie: Teresa Gasperowicz, Jerzy Marczak, Teresa Powązka, Jerzy Semków, Marianna Słowińska i Janina Żywicka. W Brukseli byliśmy już w godzinach wieczornych. Czternastogodzinna podróż upłynęła w przemiłej atmosferze przy ładnej pogodzie. Bruksela powitała nas pięknie iluminowanymi uliczkami i gmachami. Po przespaniu się w trzygwiazdkowym hotelu USTEL i po smacznym śniadaniu przejechaliśmy autobusem do gmachu PE. Tam zostaliśmy niezwykle serdecznie powitani przez Panią Poseł i zaproszeni do udziału w seminarium na temat prac i roli UE.

Pani Geringer de Oedenberg na wstępie zapoznała nas ze strukturą instytucjonalną UE, a w szczególności z głównymi instytucjami politycznymi tj. Parlamentem Europejskim, Radą UE, Komisją Europejską i Komitetem Regionów. W trakcie dyskusji Pani Poseł opowiedziała nam o wyborach do PE, pracach w Komisjach, Grupach Parlamentalnych i Delegacjach. Szczególną uwagę zwróciła na cele PE oraz priorytety Grupy Partii Europejskich Socjalistów, której jest członkiem. Dowiedzieliśmy się też, że Pani Lidia jest osobą bardzo aktywną, pracuje w kilku Komisjach i Delegacjach.

Następnie zwiedziliśmy salę obrad PE, Komisji Europejskiej oraz westybul PE, gdzie wykonaliśmy zdjęcia pamiątkowe m.in. na tle flag państw członkowskich. Po obiedzie, korzystając z uprzejmości p. przewodnik rozpoczęliśmy zwiedzanie pięknej Brukseli. Pomimo ograniczonego czasu zdążyliśmy poznać zabytkowy zespół Rynku (Grande Place), gotycki ratusz, Dom Królewski, Katedrę St. Michel et Gudule i Pałac Sprawiedliwości z olbrzymią złoconą kopułą. Bruksela jest miastem malowniczo położonym na sześciu wzgórzach. To główny ośrodek naukowy, kulturalny i stolica państwa od czasu jego założenia w 1830 r.

Niezapomniane wrażenie wywarło na nas Muzeum Królewskie Armii i Historii Wojska, w którym obok różnorodnego sprzętu oglądaliśmy dużo poloników m.in. dokumenty związane z działalnością Polaków we współorganizowaniu armii belgijskiej pod dowództwem gen. J. Skrzyneckiego.

W trzecim dniu pobytu spotkaliśmy się w Biurze Regionalnym Województwa Dolnośląskiego z Panią Dyrektor – Małgorzatą Lipińską, odpowiedzialną za promocję naszego regionu, z ramienia Urzędu Marszałkowskiego we Wrocławiu.

Po obiedzie mieliśmy jeszcze czas na bardziej szczegółowe zapoznanie się z miastem, wykonanie zdjęć pamiątkowych. W godzinach popołudniowych wyjechaliśmy z Brukseli, aby w godzinach rannych być już we Wrocławiu, bogatsi o wiedzę o UE i niezapomniane wrażenia.

Wizytę w Europarlamencie i spotkanie z Brukselą możemy zaliczyć do bardzo udanych, dzięki sprawnej organizacji i opiece Pani Zofii Ulatowskiej – Rybaj oraz asystentek Pani Poseł - Moniki Salamon, Karoliny Zielińskiej i Ilony Lelonek.

dr Walentyna Wnuk

UTW WROCŁAW
- CZŁONKIEM EUROPEJSKIEJ FEDERACJI STARSZYCH STUDIUJĄCYCH

EFOS to *Europejska Federacja Starszych Studiujących*; założona w 1990 roku przez Leopolda Aningera z Innsbrucku. Siedzibą Biura Głównego EFOS jest Wiedeń.
Prezydentem EFOS - jest obecnie dr Nadia Hrapkowa z Bratysławy. W EFOS- zrzeszone są kraje europejskie : Niemcy, Czechy, Belgia, Francja, Austria, Słowacja, a obecnie Polska, którą przyjęto z dużym zainteresowaniem.

Ludzie starsi mają prawo dostępu do akademickiego nieformalnego kształcenia. Dlatego wspieranie interesów osób starszych wiekiem na uniwersytetach Europy, EFOS uznaje za główny cel. Wynikiem tego założenia jest stała współpraca między uniwersytetami i studentami na płaszczyźnie narodowej i europejskiej.
Środkami do osiągnięcia tego celu mają być ;

- wymiana informacji o organizacjach i oferowanie możliwości kształcenia się ;
- wzajemna wymiana doświadczeń życiowych ludzi starszych, związanych z ich uniwersytetami, środowiskiem, rodziną, miastem czy też krajem ;
- wspieranie i popieranie programów kształcenia ludzi starszych.

Twórcy i założyciele EFOS stawiają sobie ambitne cele, którymi mają być wspólne projekty dla studiujących w starszym wieku w całej Europie, oraz współpraca z innymi europejskimi organizacjami, które działają na rzecz ludzi starszych.

W ciągu dziesięciu lat istnienia, EFOS co pół roku organizował zjazdy w krajach europejskich na różnych uniwersytetach senioralnych, które są współczłonkami jego Zarządu, m.in. w Niemczech, Francji, Czechach, Słowacji i Austrii. Służyły one m.in. wymianie doświadczeń. EFOS harmonijnie współpracuje z największą organizacją studiów senioralnych **- AIUTĄ.**

W Listopadzie 2004r. zjazd EFOS odbył się w Brnie, w którym uczestniczyły dr Walentyna Wnuk i p. Urszula Mierzejewska – lektorka j. niemieckiego.

Komunikaty przedstawicieli zrzeszonych uniwersytetów, wygłoszone na zjeździe w Brnie (2004r.), wykazują wzrost starszych osób studiujących, szczególnie kobiet. Większość programów, realizowanych jest odpłatnie. Dużym ciągle zainteresowaniem cieszą się kursy komputerowe. Wśród proponowanych wspólnych projektów znalazł się pomysł przygotowania przewodnika turystycznego po mieście, będącym siedzibą UTW. W naszym przypadku byłby to „przewodnik po Wrocławiu dla seniora" („euroseniora", w języku obcym, np. niemieckim czy angielskim), proponujący miejsca interesujące osobę starszą.

Pani Prezydent N. Hrapkowa podsumowując Zjazd wyraziła zadowolenie z obecności przedstawicieli z Polski.

W kwietniu 2005r. zjazd EFOS odbył się w Dreźnie. Gospodarzem spotkania była Akademia Seniora, z którą UTW we Wrocławiu współpracuje.

Na dwa dni przed zjazdem w Dreźnie odbyło się spotkanie przedstawicieli EFOS – p. Nadii Hrapkowej i p. M. Kruckenberga ze słuchaczami naszego UTW. Goście zwiedzili

Uniwersytet Wrocławski, spacerowali po Rynku, zjedli obiad w Dworze Polskim i odjechali do Drezna. Towarzyszyły im p. dr Walentyna Wnuk i p. Urszula Mierzejewska, przedstawicielki UTW we Wrocławiu na zjazd EFOS.

Polska Delegacja zaproponowała zorganizowanie następnego zjazdu we Wrocławiu w roku 2006, w ramach przewidywanych uroczystości XXX – lecia działalności UTW we Wrocławiu.. Wówczas byłaby możliwość rozpoczęcia integracji polskich uniwersytetów trzeciego wieku z prezentowaną tu Federacją.
Akceptacja nieformalnych Studiów Senioralnych wzrasta w społeczeństwach europejskich.
Na stronie internetowej EFOS **www.hovoseniorenacademie.nl/efos/** można uzyskać szerszą i pogłębioną informację na ten temat, w tym również o Zjeździe w Brnie.

Inga Rombalska

„INTEGRACJA POKOLEŃ W ZAKRESIE POROZUMIENIA EUROPEJSKIEGO"

Międzynarodowe Seminarium – maj 2005 r. - Łotwa

Wielka niespodzianka. Razem z kolegą Jerzym Marczakiem zostałam wytypowana przez kierownictwo UTW do wzięcia udziału w międzynarodowym seminarium organizowanym w ramach programu Unii Europejskiej „Sokrates".
Okazało się, że Fundacja „Krzyżowa" dla Porozumienia Europejskiego miała w ostatniej chwili przed wyjazdem trudności w skompletowaniu delegacji polskiej na to spotkanie. Zwrócono się więc do UTW o delegowanie dwóch osób ze znajomością języków obcych. Po krótkiej konsultacji telefonicznej kolega Marczak, jak i ja, zdecydowaliśmy się na wyjazd.

Pierwszy etap podróży grupy polskiej liczącej 8 osób z Wrocławia do Warszawy odbył się mikrobusem. Reprezentowaliśmy różne pokolenia, od seniorów po licealistę. W miłej koleżeńskiej atmosferze dotarliśmy na warszawskie lotnisko Okęcie. W dalszą podróż do stolicy Łotwy udaliśmy się samolotem.

Ryga przywitała nas ulewnym deszczem. Do hotelu w Yurmala, 20 km od stolicy, dojechaliśmy dwoma taksówkami. Na miejscu okazało się, że przyjechaliśmy jako pierwsza grupa i mamy kilka godzin wolnego czasu, wykorzystaliśmy go na zwiedzanie Rygi, niestety bez przewodnika. Choć wiele w tak krótkim czasie nie mogliśmy zobaczyć, to jednak stolica Łotwy bardzo nam się spodobała.
Na najważniejszym placu miasta znajduje się przeogromny pomnik zwycięstwa, w otoczeniu pięknego dużego parku. Zwiedzaliśmy katedrę oraz muzeum narodowe, które zostało otwarte po długim remoncie gmachu. Ciekawe, różnorodne ekspozycje obrazowały historyczny rozwój miasta i państwa. Swoje wrażenia, odczucia i podziw dla bogactwa niezwykłych zbiorów sztuki narodowej uwieczniliśmy wpisem do księgi pamiątkowej muzeum.

Pierwsze wspólne spotkanie wszystkich uczestników seminarium odbyło się już po obiedzie pierwszego dnia. Brało w nim udział 30 osób, reprezentantów z 5-ciu państw tj. z Bułgarii, Łotwy, Niemiec, Polski i Słowacji oraz dodatkowo, gościnnie dwie młode panie z Rosji. Każda z tych grup składała się z osób starszych i młodszych, co było warunkiem realizacji przewidzianego programu.

Tego rodzaju seminarium, mające na celu integrację pokoleń w zakresie porozumienia europejskiego startowało 5 lat temu, jako kooperacja między Krajową Centralą Politycznego Kształcenia w Turyngii i Fundacją „Krzyżowa" w Polsce. Seminarium realizowane dzięki finansowemu poparciu Unii Europejskiej w oparciu o Program „Sokrates/Grundtwig 2" miało za zadanie wzajemne porozumienie się pokoleń.

Prowadzony dialog między osobami starszymi i młodzieżą, zapoznanie się z doświadczeniami i sytuacjami życiowymi ludzi w różnym wieku miało na celu wyznaczenie dróg dla wzajemnej akceptacji przeszłości, jak i oczekiwań przyszłościowych.

Po krótkim, ale serdecznym przywitaniu uczestników spotkania przez gospodarzy - profesorów Instytutu Psychologii Uniwersytetu Łotewskiego rozpoczęto realizację przewidzianego programu.

Wszyscy uczestnicy otrzymali plakietki rozpoznawcze, ale zamiast wizytówek - karteczki „in blanco", na których należało wpisać swoje nazwisko i imię oraz narysować dowolnie wybrany symbol charakteryzujący daną osobę lub jej hobby. Następnie każdy z nas przedstawił się i wyjaśnił dlaczego taki, a nie inny symbol narysował. I ja i mój kolega mówiliśmy nie tylko o sobie. Mówiliśmy o naszym UTW. Krótko scharakteryzowałam jakie zajęcia odbywają się na naszej uczelni i jaką ogromną aktywnością w zdobywaniu wiedzy, nauce języków obcych wykazują się nasi studenci - seniorzy. Jerzy natomiast w humorystyczny sposób przedstawił drugą stronę aktywności seniorów; spotkania towarzyskie z okazji różnych świąt i co najważniejsze - zabawy taneczne, na których panowie szczególnie muszą się wykazać, gdyż na każdego przypada aż 10 pań. Aplauz po tych wystąpieniach świadczył, że nasze relacje były ciekawe.

W ciągu następnych dwóch dni uczestnicy podzieleni na 3 grupy, w odrębnych salach konferencyjnych, sporządzali wykresy, które miały obrazować przebieg całego ich życia. Każdy z nas przedstawiał swój życiorys, ilustrując go wykresem. Wtedy okazało się, że wykresy osób starszych wykazywały stale podnoszącą się linię sukcesów życiowych, nawet w starszym wieku. Linie te na wykresach młodzieży miały ciągłe tendencje gwałtownych wzlotów i upadków. Po wspólnej dyskusji doszliśmy do sedna sprawy - starszy człowiek już z pewnej perspektywy ocenia łagodniej swoje życiowe niepowodzenia i gdy jest w danej chwili zadowolony, to i całe swoje życie ocenia bardziej pozytywnie aniżeli młodzież, która jest bardziej niecierpliwa przy pewnych niekorzystnych zmianach losu.

Jednym z tematów było ustosunkowanie się poszczególnych uczestników do przemian społeczno-politycznych w swoich krajach oraz ich wpływ na życie osobiste. Wypowiedzi były różne, nawet krańcowe. Koleżanka z Bułgarii opowiedziała o tragedii swojego ojca, który przez wiele lat jako pedagog starał się przekazywać młodzieży najlepsze wartości życiowe jak: patriotyzm, aktywność społeczną, uczciwość itp.. Po przemianach musiał odejść na wcześniejszą emeryturę wbrew swej woli i nie mogąc się z tym pogodzić ciężko chorował i po zawale serca zmarł. Dla niektórych natomiast, tak starszych jak i młodszych, po zaistniałych przemianach społeczno-politycznych otworzyły się drzwi do nowego, lepszego życia oraz możliwości większego wykorzystania aktywności zawodowej i poprawy warunków bytowych. Zapoznanie się z doświadczeniami, sytuacjami życiowymi i warunkami bytu osób starszych oraz tych z młodego pokolenia miało na celu wzajemne porozumienie i zrozumienie się.

Na początku tych zajęć byłam bardzo sceptycznie nastawiona do młodych ludzi, którzy mówili o krańcowo sprzecznych poglądach przy wyborze drogi życiowej. Po pewnym czasie stwierdziłam, że mają wiele racji, bo szukając swojej drogi życiowej, dokonując wyboru zawodu, lepiej jest zmienić kierunek studiów, nawet kilka razy, aby w końcu odnaleźć ten właściwy, niż później wykonywać pracę z konieczności, bez satysfakcji.

W czwartym dniu zajęć nastąpił nowy podział uczestników. Osobno mieli zajęcia starsi i osobno młodzież, gdyż tematem dnia było: „Oczekiwania osób starszych w powiązaniu z istniejącymi uwarunkowaniami oraz przyszłościowe oczekiwania życiowe młodzieży".

Każdy uczestnik wypisywał swoje indywidualne oczekiwania w spojrzeniu na teraźniejszość i przyszłość. Przewodniczący każdej grupy sporządzał zestawienie tych zapatrywań i poglądów, a następnie na wspólnym posiedzeniu porównywano te dane.

Zaskoczeniem dla wszystkich było to, że oczekiwania życiowe seniorów i młodzieży nie różniły się prawie.

Jako najważniejsze dla wszystkich wymieniano następujące wartości:

- szczęście rodzinne (dzieci, wnuki)
- zdrowie
- godne życie z zapewnieniem stałej pracy i dobrych dochodów (płace i emerytury powyżej
- średniej krajowej)
- możliwość dalszego kształcenia i dokształcania się
- aktywność życiowa
- podróże zagraniczne
- podnoszenie kwalifikacji, nauka języków obcych
- uznanie w swoim środowisku
- możliwość dysponowania wolnym czasem i rozwijania swoich zainteresowań

Na tym wspólne zajęcia seminaryjne się skończyły.

W piątym dniu był wykład na temat struktur Parlamentu Europejskiego oraz wielkiej finansjery, która rządzi światem.

Po zajęciach seminaryjnych organizowano „wieczory narodowe". Każda grupa przedstawiała swój kraj, prezentując kulturę, folklor i kuchnię swojego kraju. Nasza polska grupa miała również taki wieczór. Przy „polskim stole", przy popularnych piosenkach bawiliśmy się wspólnie z gośćmi z innych krajów.

Dla nas, delegatów UTW Wrocław uczestniczenie w tym międzynarodowym seminarium było nie tylko wielkim wyróżnieniem, ale równocześnie ciekawym doświadczeniem życiowym. My, jako ludzie trzeciego wieku potrafiliśmy nawiązać bezkonfliktowo serdeczne stosunki nie tylko z równolatkami z innych państw, ale również bardzo dobrze czuć się w towarzystwie ludzi młodych i pozyskać ich sympatię.

INNI O NAS

Zofia Mogilnicka

Słuchaczka UTW w Brzegu Opolskim

UNIWERSYTETY TRZECIEGO WIEKU

Brzeski Uniwersytet Trzeciego Wieku jest ponoć czterdziesty w Polsce. W Strzelinie powstaje „konkurencja" dla Brzegu. Czterdziesta pierwsza tego typu instytucja. Tworzą ją zapaleńcy pp. Mendakowie, którzy nawiązali kontakty z duchem opiekuńczym Uniwersytetu dr Walentyną Wnuk. Ta kobieta zapracowana „po uszy" – nie pozostała obojętna na głosy i potrzeby seniorów zamieszkałych w Strzelinie i okolicy.

18 lutego 2005 roku słuchacze Uniwersytetu Wrocławskiego wyjechali w grupie około 40 osób do Strzelina, by zaprezentować swój dorobek i pokazać kierunki działania. Miałam zaszczyt i wielkie szczęście być w tej grupie ludzi z pasją, uśmiechniętych, zarażonych potrzebą działania, często na rzecz drugiego człowieka, ludzi niezwykle życzliwych, komunikatywnych, dowcipnych, pomimo to – zwyczajnych. Przyznaję, że mi zaimponowali.

W doskonałe ręce ulokowano przewodnictwo tą grupą. Jest to pani, która stawia sobie i innym duże wymagania, ale cechuje Ją wielka życzliwość, umiejętność nawiązywania kontaktów i łamania wszelkich barier: tremy, zawstydzenia, oporów w publicznym prezentowaniu się. Jej swoboda bycia powoduje, że wszyscy pozostali są tacy sami, są sobą, tylko każdy, co innego prezentuje, ma inne oczekiwania, zainteresowania, inną osobowość.

Owo spotkanie w Strzelinie odbyło się w Urzędzie Miasta z udziałem Burmistrza i 42 osób, które pragną należeć do wspólnoty, której na imię Uniwersytet Trzeciego Wieku. Ciepło powitana została grupa wrocławska, po czym przystąpiono do roboczych warsztatów prezentujących dokonania wrocławian.

Prowadząca owo niezwykłe spotkanie pani Stanisława Warmuz, scenariusz oparła na roboczym dniu Uniwersytetu. Po gestach i słowach:

- ofiaruję ci przyjaźń
- ofiaruję ci spokój
- słyszę wasze potrzeby,

które powtórzyli i wykonali wszyscy zebrani, zabrała głos osoba najważniejsza, dr W. Wnuk wygłaszając wykład o idei powstania Uniwersytetu Trzeciego Wieku, potrzebie tego rodzaju działań i wymiernych efektach, które te działania przynoszą. Przedstawiła to pięknie, obrazowo, dzieląc życie człowieka na trzy okresy:

- do 25 lat, kiedy dzieją się na dobre ważne rzeczy w naszym życiu tak zwane „haftowanie sztandarów"- wiek I
- od 25 do 60 lat – wiek II zwany „łopotaniem sztandarów". Wyhaftowany sztandar wynoszę, proszę go zauważyć, dokonałam wielu ważnych w życiu rzeczy, chcę by były przydatne, chwalone, podziwiane; przynajmniej zauważone
- po 60 roku życia – III wiek, działania na rzecz tego, by te „haftowane przez nas sztandary" nie zblakły, byśmy się odradzali w sukcesach naszych dzieci, w radości, młodości naszych wnuków, które są ostatnią, ale największą miłością naszego życia. Może to być wiek pełen aktywności.

Pomysł tworzenia Uniwersytetu Trzeciego Wieku trafił do nas z Francji. Tam w Tuluzie w 1973 roku, kiedy Francję dotknął niż demograficzny i nie było pełnego naboru na studia wyższe, zaczęto nie ograniczać wieku dla studentów. Z tej przyczyny trafili na uczelnie ludzie w wieku senioralnym. Przeprowadzone badania wykazały ogromne możliwości intelektualnego rozwoju tej grupy ludzi.

Człowiekowi do życia nie zawsze wystarcza zaspokajanie podstawowych potrzeb, potrzebuje wiedzy, dąży do kontaktów ze sztuką, kulturą szeroko pojętą, bowiem człowiek przez całe życie rozwija się i zmienia w aspekcie biologicznym, psychicznym i społecznym.

Najsilniejszą motywacją jest motywacja poznawcza. Chcemy smakować wiedzę, dopełnia ją potrzeba bycia z drugim człowiekiem, potrzeba wypełniania wolnego czasu, potrzeba bycia w społeczeństwie, potrzeba tworzenia, potrzeba duchowej satysfakcji, dla każdego indywidualnie w zgodzie z jego zegarem biologicznym. I oto okazuje się, że czas wolny może stać się czasem „zajętym".

„Samotnym jest ten, który nie zrobił nic dla drugiego człowieka", w myśl tej dewizy działa przy Wrocławskim Uniwersytecie Trzeciego Wieku Sekcja Wzajemnej Pomocy, Sekcja Kultury Fizycznej, Sekcja Muzyczno – Taneczna, Sekcja Wydawnicza, wreszcie Komisja Integracji Słuchaczy.

Prowadzone są lektoraty pięciu języków obcych, pracuje chór, teatrzyk poezji, kabaret. Organizowane są imprezy z wielu okazji, najbliższa z okazji powitania wiosny, wspólne chodzenie do teatru, opery, operetki, filharmonii, organizowane są wycieczki, wyjazdy integracyjne, prowadzona wymiana doświadczeń z innymi uniwersytetami i inne formy, których nie zapamiętałam. Od tego, co usłyszałam pozytywnie zakręciło mi się w głowie i dumam jak wzorce te przenieść na grunt brzeski.

Tomasz Fox
Student andragogiki

SEKCJA MUZYCZNO – TANECZNA

Nadszedł wreszcie piątek, dzień, w którym miałem przekonać się, czymże jest gimnastyka pleców i szkoła tańca UTW. Udałem się do budynku na rogu ulic Kotlarskiej i Kuźniczej. Na sali gimnastycznej panowało już lekkie zamieszanie. To studenci UTW witali się przed kolejnymi zajęciami. Od razu zwróciłem uwagę na pewną panią, która wydała mi się szczególnie uradowana ze swojej tam obecności. Podszedłem i przedstawiłem się. Już po chwili swobodnie rozmawialiśmy; w końcu oboje jesteśmy Studentami. Pani Maria Śleboda, bo tak się nazywała ta przemiła pani powiedziała mi, że przyszła do UTW, ponieważ potrzebowała kontaktu z ludźmi. Pani Marii doskwiera chory kręgosłup i jak to zwykle bywa kilka innych rzeczy.
- „Bycie studentem UTW – mówi pani Maria – to kontakt z ludźmi, to ruch tak mi potrzebny, to rozmowy, przyjaźnie na dobre i złe".
To kobieta silna – pomyślałem; jest członkiem sekcji dekoratorskiej, gimnastycznej, bierze udział w zajęciach chóru, tańczy w sekcji.

Grupa wyraźnie ożywiła się jeszcze bardziej, gdy na salę weszła pani Maria Parkitna, przesympatyczna kobieta obdarzona darem przyciągania do siebie ludzi. Już po kilku minutach cała grupa ćwiczyła. Nie powiedziałbym, żeby były to najprostsze zestawy ćwiczeń, jakie widziałem. Zajęcia są tak sprytnie ułożone, że już po chwili przeobrażają się w szkołę aerobiku, gdzie ćwiczenia wykonywane są przez studentów UTW z wyczuciem w takt muzyki. Pani Maja, jak zwracają się do niej przyjaciele, daje możliwość wyboru rodzaju ćwiczeń w zależności od schorzeń dokuczających kolegom, a także na preferowaną pozycję ciała. Następnie zajęcia przekształcają się ponownie i moim oczom ukazuje się najprawdziwsza szkoła tańca. Specjalista od sprzętu, pan Mirek to jedna z czołowych postaci obok pani Marii i pana Henryka, który zachęca mnie do ćwiczeń:
- „Proszę wziąć koleżankę za rękę (to o mojej przemiłej koleżance Gosi Wanickiej) i na parkiet!!! – Zapraszam".
Cała grupa już uśmiechnięta uczy się dziś Cza - Czy. Już po chwili taniec coraz bardziej zaczyna przypominać prawdziwą Cza – Czę. Oboje, z Gosią jesteśmy pod wielkim wrażeniem.

Po skończonych zajęciach udało mi się porozmawiać wreszcie z panią Marią Parkitną.

- Skąd pomysł na taką sekcję?

- W młodości ćwiczyłam gimnastykę artystyczną, pochodzę z muzykalnej rodziny, dużo tańczyłam, więc pociąg do muzyki i ruchu jest u mnie czymś naturalnym. Razem z przyjaciółmi organizujemy wyjścia na koncerty, festiwale, np. wtorki muzyczne w Akademii Muzycznej, w Arsenale, wiele wyjść na wieczorki taneczne do różnych miejsc (przy Januszowickiej, czy przy Górnickiego). Serdecznie pana zapraszam. Proszę przyjść z sympatią i zobaczyć jak my się doskonale bawimy. Każdy przeżywa drugą młodość.

Dłuższa historia sekcji muzycznej UTW opisana jest przez
Panią Marię Parkitną w Kurierze UTW nr 4-2001/5-2002

POEZJE

Alicja Maczulonis- Kalińczek

ŚWIATŁO ZWYCIĘŻA

Niebo zdławione szarością namiotu
Park dyszy w mglistej zasłonie...
Już chóry ptaków, bez chęci do lotów,
Zamilkły w drzewach strwożone.
Patrzę wkoło – wiąz stoi nieruchomo,
Bez wietrznej poczty, bez wieści.
Potężnych ramion z ozdobną koroną
Nawet zefirek nie pieści.
Rycerski Trent, ulubieniec Burtonu
Swe wody smutno dziś toczy.
Bez blasków słońca i ptasich tonów
Wierzby nie plotą warkoczy.
Buki, jesiony, graby i kasztany
Całe w rubinach i złocie,
Nagle w tajemnej biało mlecznej toni
Osłabły i zbladły w pocie.
Obudź się słońce! Wstań ze swego łoża!
Przepędź srogiego tyrana!
Cała nasza ziemia, wody i przestworza
Ciebie ma za władcę i pana.
Bądź hojne! Nie żałuj złotych promieni.
Niech park nad rzeką nie tęskni za latem,
Ale urzeka barwami jesieni,
Ogniem się żarzy i płonie szkarłatem.
I jarzębina w czułym flircie w Trentem,
Przeglądając w nim czerwone korale
W mglisty poranek niech nie patrzy z lękiem –
Wszak światło ciemność zwycięża stale!

Rozjaśnia się. Słońce na niebie zabłysło.
Władanie ponurej mgły z niechęcią prysło.

Październik 1993

WROCŁAWSKA PRZYGODA

Od Sudetów podnóża ze stacji Rębiszów
Na podbój Wrocławia babiniec wyruszył
Ledwie przyjechały „Dwieście mil żeglugi"
Za pierwszym podejściem chciały po raz drugi
Tak się podobały bajdy kapitana
Że mogłyby słuchać do samego rana
On rolą przejęty ster wypuścił z ręki
Szczęściem pochwyciły go sprytnie panienki.
Jasny i szczęśliwy dzień jak mgnienie minął
Już „Triton" do portu „Zwierzyniec" zawinął
Pan kapitan panie na bankiet namawia
Trzy byłyby chętne lecz czwarta odmawia.
Dzionek się pochylił zwierzęta uśpione
Odwiedziny w ZOO są więc przełożone
Na jutro też w planie Ogród Botaniczny
Uperfumowany bajecznie prześliczny.
Od samego rana kościołów zwiedzanie
Katedry Madonny Rycerskiej na Piasku
św. Wojciecha na Dominikańskim
W południe galopem jadła szykowanie
Piętnaście na „łebka" pierogów w śmietanie
Po sutym posiłku od rzeczy gadały
Jedna chce do parku, druga do kawiarni
Madzia do Muzeum, a Kinga na Rynek
Lecz po chwili grzecznie szły do Panoramy.
Ach jaki geniusz dał Bóg Kossakowi
Przywiódł wszystkie naraz aż o zawrót głowy.
Opowieść prawdziwa i nic zmyślonego
Nazwy i imiona podane dlatego
I ciotka Edytka także jest prawdziwa
Co całą rodzinkę jak kura wodziła
Gdzie najlepsze lody, gdzie cień dla ochłody
Z Krzyków na Oporów na basen do wody
By podreperować po tym wszystkim kieszeń
Poszła na zarobek przez calutką jesień

Wrocław, lipiec 1991 r.

Otylia Kernicka

Z ISKRAMI

Jak iskry skaczą myśli, myśli
I już przebaczam, już przebaczam

Nie ruszaj ognia, bo tak boli
Niech się przepali, poczekajmy

Dziękujmy Bogu żeśmy zdrowi
I choć mi ból pozostał tępy
Już się nie miotam w bezsilności
Świat wydaje się być lepszy

Niech się przepali
Wiatry rozwieją popioły
Jak blisko z ognia do nicości

Irena Skowrońska

* * *

Lubię myślą uciekać do tej dawnej krainy,
Gdzie wy dawne chłopaki i my dawne dziewczyny
Tyle w myślach mam ciepła, tyle w oczach mam słońca
Chciałabym z wami tak przetrwać aż do końca.
Zda się jeszcze, że lato rześkim świtem jaśnieje
A to przecież już późno włos nad czołem siwieje,
A to przecież jesienna idzie niemoc i gruda
A ja sięgam ku wiośnie, a ja sięgam po cuda
Kiedy z wami się śmieję, kiedy widzę was wszystkich
Roześmianych radosnych i bliskich
To nie czuję, że przecież jesień już gości,
We mnie wtedy jest wiosna, ja nie czuję starości.
Ja wam mówię kochani dawni chłopcy, dziewczęta
Moja jesień jest młoda, moja jest uśmiechnięta!

WROCŁAW

Studenci seniorzy rozpoczęli nowy rok

LUDZIE UNIWERSYTETU TRZECIEGO WIEKU

ROZEŚMIANI SENIORZY

Studenci w jesieni życia

● Walentyna Wnuk
● Kierownik Uniwersytetu Trzeciego Wieku

Wrocławski Gość Niedzielny

Uniwersytet Trzeciego Wieku

Sens życia w aktywności

Gazeta wrocławska, 11 grudnia 2006 r.

Uniwersytet Trzeciego Wieku

Babcie z indeksami

Na emeryturze nie musisz się nudzić

Aby starzeć się wolniej

Emeryt z indeksem

W kolejce do UTW po godne życie

„Dobra rada, dla tych, którzy się starzeją.
Niech zaciszną zęby i z życia się śmieją.
Kiedy wstaną rano „części" pozbierają.
Niech rubrykę zgonów w prasie przeczytają.
Jeśli ich nazwiska tam nie figurują.
To znaczy, że ZDROWI I DOBRZE SIĘ CZUJĄ!"

Babcia na studiach

Dozwolone od lat sześćdziesięciu

Edukacja

Uniwersytet późnej dorosłości

www.slowopolskie.pl/eglozyenia

Szukaj w Internecie

NA EMERYTURZE CHCE SIĘ ŻYĆ