Senior i TY

Magazyn Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Grodzisku Mazowieckim

To już osiem wspólnych lat

Szanowni Państwo!

Oddajemy do Państwa rąk pierwszy numer magazynu przeznaczonego dla grodziskich seniorów. Jest on kolejnym etapem działań Stowarzyszenia Europa i My mających na celu aktywizację osób starszych w powiecie grodziskim i gminie Grodzisk Mazowiecki.

Powołując do życia Uniwersytet Trzeciego Wieku w 2006 roku postanowiliśmy przekonać ludzi, którzy przychodzą na zajęcia UTW, by uwierzyli, że można postawić znak równości między byciem seniorem a aktywnością i radością. Między zakończeniem aktywności zawodowej a dalszym spełnianiem marzeń. Ta idea towarzyszy naszym działaniom również dziś. Prowadzony przez nas od 8 lat uniwersytet cieszy się niesłabnącą popularnością. Każdego roku sale wykładowe wypełniane są przez blisko 300 seniorów, którzy pragną zdobywać wiedzę, nowe umiejętności oraz czynnie spędzać czas.

Aktywność Stowarzyszenia Europa i My w sferze działań na rzecz osób starszych nie kończy się na UTW. Już wkrótce, z naszej inicjatywy, dzięki burmistrzowi Grzegorzowi Benedykcińskiemu w Grodzisku Mazowieckim powstanie Rada Seniorów. Będziemy stale informować o jej pracach.

Numer, który trzymają Państwo w rękach, przygotowali słuchacze Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Znajdują się w nim artykuły, informacje i wywiady, których tematyka bezpośrednio interesuje grodziskich seniorów. Mamy nadzieję, że naszym wydawnictwem zachęcimy Państwa do jeszcze większej aktywności, a także współpracy z nami. Życie każdego człowieka to bogactwo, z którego można i trzeba czerpać, dlatego liczymy na Państwa sugestie odnośnie treści, formy i kształtu naszego magazynu.

Zachęcamy także do śledzenia innych działań Stowarzyszenia Europa i My, o których przeczytać można na stronie www.europaimy.org. Jeżeli podoba się Państwu to, co robimy, jeśli uznajecie, że jest to ważne i potrzebne, wesprzyjcie nas swym 1%.

Z najlepszymi życzeniami świątecznymi

Daniel Prędkopowicz
Prezes Stowarzyszenia
Europa i My

UTW - nasze miejsce

Zaczęło się w Tuluzie, czyli kilka słów o historii UTW

Uniwersytety Trzeciego Wieku w Polsce mają już blisko czterdziestoletnią historię i tradycję. Jedną z ponad 500 takich placówek jest grodziski UTW, który skupia ponad 300 słuchaczy.

Pierwszy w Polsce Uniwersytet Trzeciego Wieku powstał z inicjatywy prof. Haliny Szwarc w Warszawie w 1975 r. Było to niespełna 3 lata po założeniu pierwszego na świecie UTW, którego pomysłodawcą był prof. Pierre Vellas, francuski uczony, pochodzący ze starej rodziny sukienników, od wielu pokoleń mieszkającej w Tuluzie. Jego półwieczną profesorską karierę uniwersytecką wypełniła praca dydaktyczna ze studentami. W latach 70. XX wieku, obserwując starzenie się populacji państw Europy Zachodniej, prof. Pierre Vellas zainteresował się gerontologią społeczną. Łącząc teorię z praktyką nauczania, zaproponował na Uniwersytecie w Tuluzie realizację badań umożliwiających poprawę warunków życia osób starszych, emerytów często pozbawionych wszelkiej pomocy.

W takich warunkach i środowisku w 1973 roku powstał pierwszy na świecie Uniwersytet Trzeciego Wieku. Jego założenia zostały zaakceptowane przez Światową Organizację Zdrowia i UNESCO, a do głównych celów, które do dzisiaj są aktualne, należały: umożliwienie zdobywania wiedzy osobom starszym, które nie mogły kształcić się w młodości oraz poprawa jakości życia seniorów m.in. poprzez szerzenie oświaty, aktywności fizycznej, umysłowej i artystycznej.

Francuski przykład szybko znalazł naśladowców w innych krajach. Prasa, radio, telewizja we Francji, Ameryce zaczęły pisać i mówić o niezwykłej placówce. Dziennikarze przyjeżdżali do Tuluzy po informacje. Sukces Pierre'a Vellasa był ogromny.

Na bazie tych doświadczeń pomysł na integrację osób starszych dotarł także do Polski. Po blisko trzydziestu latach od powstania pierwszego UTW w Polsce ich popularność znacznie wzrosła. Obecnie jest ich około 500. Jednym z nich jest stale rozwijający się UTW w Grodzisku Mazowieckim, który został powołany przez Stowarzyszenie Europa i My w 2006 roku. Każdego roku w zajęciach grodziskiej „uczelni" bierze udział ponad 300 słuchaczy. Działalność realizowana w UTW nie ogranicza się jedynie do edukacji, również aktywizuje i inspiruje seniorów do aktywności społecznej, umożliwia udział w radach seniorów, w konferencjach i debatach krajowych. Dzięki działalności uniwersytetów trzeciego wieku następują zmiany postrzegania i traktowania osób starszych. To istotne zwłaszcza w kontekście zmian demograficznych polegających na starzeniu się społeczeństwa, a zarazem wydłużenia życia ludzkiego.

Krystyna Rymaszewska-Prędkopowicz,
koordynator UTW w Grodzisku Maz.

Co, jak i kiedy w UTW Grodzisk Mazowiecki

Wykłady Uniwersytetu Trzeciego Wieku odbywają się w sali widowiskowej Centrum Kultury w Grodzisku Mazowieckim w każdy czwartek w godzinach 10.00-12.00 i prowadzone są przez wybitnych wykładowców akademickich.

W tym semestrze gościliśmy m.in. pilota Andrzeja Bocianowskiego, który przybliżył wstęp do nauk lotniczych, Tadeusza Bańkowskiego, który wygłosił wykład pt. „Wielcy artyści sceny polskiej", Bogusława Kaczyńskiego, który opowiedział o swoich fascynacjach muzycznych, a także Igora Stryjeckiego z prelekcją „Stulecie urodzin aktorki Elżbiety Barszczewskiej", atakże mieliśmy okazję wysłuchać recitalu Romualda Tesarowicza.

Terminy kolejnych wykładów:

24.04.2014 – „Guadalupe – meksykańskie Sanktuarium Maryjne" – Marek Łasisz – doktorant na UW, absolwent kulturoznawstwa na UJ

8.05.2014 – „Chełmoński i jego dzieło – 100 rocznica śmierci" – Tadeusz Bańkowski – pilot wycieczek

15.05.2014 – „Postępowanie przed sądem" – Sso Anna Błażejczyk – przewodnicząca wydziału

22.05.2014 – „Koncert dla kochanych Mam" – wykonanie: Dominika Tomaszewska i Dariusz Biernacki

29.05.2014 – Bankowość – „Nowoczesne i bezpieczne finanse Seniora" – wykładowcy z Narodowego Banku Polskiego

5.06.2014 – Zakończenie roku akademickiego, koncert „Cudowny letni czas" – recital Doroty Porawsky

Nowe miejsce, nowe wyzwania

Przez kilkadziesiąt lat mieszkałam w podgórskiej gminie, ale z powodu pogarszającej się infrastruktury postanowiliśmy przeprowadzić się bliżej cywilizacji, czyli do pobliskiego miasta. I wtedy pojawiła się myśl, że skoro już decydujemy się na przeprowadzkę, możemy przenieść się bliżej dzieci i wnuków, a więc do Grodziska Mazowieckiego.

Wśród młodych ludzi częste zmiany miejsca zamieszkania to zjawisko coraz bardziej powszechne. Nieco inaczej jest z osobami starszymi – polscy emeryci niechętni są przeprowadzkom. Inaczej niż w USA, gdzie seniorzy zaczynają nowe życie na Florydzie, osiedlając się w miastach z przygotowaną do ich potrzeb infrastrukturą. U nas tak jeszcze nie ma, ale migrację polskich emerytów już się daje zauważyć. A przynajmniej widać to w Grodzisku Mazowieckim, gdzie osiedlają się młodzi ludzie z całej Polski, a za nimi przyjeżdżają ich rodzice-emeryci. Niektórzy zamieszkują tu okresowo, ale spora grupa przeprowadza się na stałe.

Sama jestem tego przykładem – mieszkam tutaj niewiele ponad dwa lata. Wcześniej mieszkałam przez kilkadziesiąt lat w podgórskiej gminie, ale z powodu pogarszającej się infrastruktury postanowiliśmy przeprowadzić się bliżej cywilizacji, czyli do pobliskiego miasta. I wtedy pojawiła się myśl, że skoro już decydujemy się na przeprowadzkę, możemy przenieść się bliżej dzieci i wnuków, a więc do Grodziska Mazowieckiego. To już była olbrzymia zmiana, bo dzieliło nas ponad 450 km. Po konsultacji z dziećmi decyzja zapadła i zamieszkaliśmy tutaj.

Wiele osób dziwiło się nam, a i sami mieliśmy świadomość niebezpieczeństw wynikających z tak radykalnej zmiany. Była to przecież zmiana nie tylko klimatu, ale też organizacyjna, związana choćby ze sprawami administracyjnymi, przeniesieniem wszystkich świadczeń, opieki lekarskiej itd. Oznaczała rozstanie ze starymi przyjaciółmi, a nawet z ulubionymi sklepami, kawiarniami, miejscami do spacerów. Jak się w tym odnaleźć?

Ale nowe środowisko to nowe wyzwania. Nikt nam niczego nie zorganizuje. Trzeba zadbać o siebie i swoją przyszłość, żeby nie stać się zgorzkniałym człowiekiem albo babcią na etacie. Jeszcze zanim tu zamieszkałam, korzystając z Internetu, znalazłam informacje o grodziskiej ofercie dla starszych ludzi. Jedną z nich był Uniwersytet Trzeciego Wieku, na który zgłosiłam się już w pierwszym tygodniu po przeprowadzce.

To w UTW znalazłam miejsce do dalszego samorozwoju intelektualnego i nie tylko. Tutaj poznałam nowych ludzi, którzy też są przybyszami z różnych stron kraju i podobnie jak ja przyjechali „za dziećmi". Nikomu z nas nie jest łatwo, ale wspieramy się. Poznajemy też w UTW rodowitych grodziszczan albo wieloletnich mieszkańców miasta i okolic – większość z nich jest nam życzliwa. Biorąc udział w wycieczkach organizowanych przez UTW poznaję nowe miejsca naszego kraju, w których nigdy jeszcze nie byłam. Bywam na spektaklach teatralnych, koncertach i w muzeach. Mogę korzystać z różnych form aktywności ruchowej, mam z kim pójść na kawę czy do kina.

Jestem przekonana, że gdyby nie UTW byłoby mi zdecydowanie trudniej się tutaj odnaleźć, a tak próbuję stworzyć tu swoje nowe miejsce na ziemi. I choć czasami fizycznie nie jest łatwo, trzeba wierzyć w siebie, w innych i w każdym wieku żyć ku przyszłości.

Teresa Fifielska-Nowak

Senior i TY
Magazyn Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Grodzisku Mazowieckim

Wydawca:
Stowarzyszenie Europa i My
ul. Spółdzielcza 9
05-825 Grodzisk Mazowiecki
tel. 22 734 79 36
www.europaimy.org,
utw@europaimy.org

Redakcja:
Krystyna Rymaszewska-Prędkopowicz (redaktor naczelny),
Anna Brzęcka (sekretarz redakcji),
Teresa Fifielska-Nowak, Bogumiła Wielocha, Alicja Zdrojewska,
Zofia Brysiak, Władysław Heidinger.
Opieka redakcyjna: Krzysztof Bońkowski

Skład:
Ling Brett, Małgorzata Pawłowska

Czasopismo „Senior i Ty"
jest bezpłatne i powstało dzięki dofinansowaniu ze środków Urzędu Gminy Grodzisk Mazowiecki w ramach realizacji zadania publicznego.