

Senior i TY

Nr 19 ■ październik-listopad 2018



Magazyn Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Grodzisku Mazowieckim



Fot. Jarosław Pytlarczyk

Czwartkowe radości

Pierwszy czwartek października od lat dla słuchaczy UTW oznacza jedno: uroczysta inauguracja kolejnego semestru nauki. Uroczystości jak zawsze towarzyszy hymn akademicki „Gaudeamus igitur” w wykonaniu naszego chóru Fermata. Tytuł pieśni w tłumaczeniu oznacza „Radujmy się więc”. I radujemy się, że spokojnie minęły nasze wakacje, że wróciliśmy na zajęcia i możemy spotkać się ze znajomymi, że przybyło nam nowych słuchaczy, którzy złożyli ślubowanie i otrzymali indeksy.

Oficjalnie uroczystość rozpoczął Daniel Prędkopowicz, prezes Stowarzyszenia Europa i My, przy którym działa UTW. Inaugurację zaszczylicili swoją obecnością znamienici goście, m.in. starosta grodziski Marek Wieźbicki, zastępca burmistrza Grodziska Mazowieckiego Tomasz Krupski, sekretarz Urzędu Miejskiego Maria Grabowska, przewodniczący Gminnej Rady Seniorów Stanisław Górec-

ki, a także przedstawiciele związków i organizacji emeryckich i ościennych uniwersytetów.

Oklaskami zostały przyjęte słowa starosty Marka Wieźbickiego, który składając nam życzenia sukcesów, stwierdził, że prędzej czy później sam do nas dołączy. Tomasz Krupski, jako młody człowiek, mówił z uznaniem o tym, że w każdym wieku można się uczyć i to jest istotą UTW. Stwierdził,

że młodzi mogą uczyć się od starszych, tak jak on uczy się pracując w samorządzie, m.in. od pani sekretarz Marii Grabowskiej. Ona z kolei podkreśliła, że w magistracie panuje zasada, że zatrudnia się sporo młodych ludzi, aby mogli uczyć się od doświadczonych specjalistów. Jest to przejaw troski o tzw. zastępowalność pokoleń, żeby nie wytworzyła się luka, gdy doświadczeni urzędnicy odejdą na emeryturę i nie będzie kompetentnych kadr, które ich godnie zastąpią. Przewodniczący Rady Seniorów życząc nam samych dobrych ocen przestrzegał przed chodzeniem na wagary – uczymy się bowiem nawet wtedy, gdy coś nas mniej lub wcale nie interesuje.

cd. na str. 3





**Działaj
lokalnie**

Wspieramy organizacje i grupy

Kolejny rok z rządu Stowarzyszenie Europa i My zostało wybrane operatorem regionalnym rządowego programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich. Jednocześnie już po raz trzynasty przekazało granty w ramach programu Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności Działaj Lokalnie.

Zachęcamy do udziału w różnorodnych wydarzeniach, które dzięki dofinansowaniu są bezpłatne i trwałe będą do końca tego roku.

Oto kilka przykładów:

- Stowarzyszenie Praca i Rozwój z Baranowa prowadzi warsztaty piśmarnic, których celem jest wspólne stworzenie bajki o historii Gminy Baranów. Powoli powstaje zarys książki, zbierane są informacje o gminie. Są już pierwsze szkice. Wiemy jak będzie wyglądał baranek Benio – narrator bajki, który odwiedzi najciekawsze miejsca gminy.

- Kolejnym działaniem nawiązującym do historii regionu jest projekt pt. „Poznaj Grodzisk z jeżem Igłasiem”. Sympatyczny jeżyk oprowadza nas po Grodzisku Maz. i zaprasza do odwiedzenia strony internetowej: <https://iglaswgrodzisku.blogspot.com/>. Na stronie można znaleźć, py-

tania, opowiadania, zdjęcia, kółkowanki i łamigłówki sprawdzające naszą znajomość rodzinnego miasta.

- Klub Przedsiębiorczych Mam w Grodzisku Maz. realizuje projekt „Leonid Teliga-komiks”. Młodzi ilustratorzy w wieku 8-16 uczą się jak rysować komiksy, poznają niesamowitą historię człowieka, który samotnie opłynął świat.



- Ochotnicza Staż Pożarna w Skułach organizowała dni otwarte, w trakcie których, wszyscy odwiedzający mieli możliwość zobaczyć i wypróbować sprzęt strażacki, nauczyć się pierwszej pomocy, zwiedzić Izbę Tradycji oraz wziąć udział krótkiej olimpiady strażackiej. „Nie wiedziałam że kobiety też mogą być strażakami – mówi

8-letnia Natałka. Jak dorosnę też będę strażakiem tak jak pani prezes”.

- W Jaktorowie i Książenicach harcerze zachęcali do wstąpienia w ich szeregi. Ci pierwsi organizując piknik historyczny przy okazji kolejnej rocznicy Bitwy pod Jaktorowem. Z kolei harcerze ze Stowarzyszenia „Bogoria” zorganizowali akcję szkoleniową z pierwszej pomocy i pierwszej ratowniczej.

- W Książenicach członkowie grupy „AleBabki” w ramach projektu „Mój ogród – moja pasja” spotkali się w ogrodach pasjonatów przyrody. Podczas spotkań właściciele ogrodów mogli skonsultować się ze specjalistą z dziedziny zakładania i pielęgnacji ogrodów. Dowiedzieli się jak prawidłowo przycinać rośliny, jak przesadzać, jak walczyć z nieproszonymi gośćmi.

- Podobne spotkanie odbyło się w Żelechowie. Członkowie Koła Gospodyń w trakcie ogrodowych spotkań uczyli się, między innymi, jak w niedużym ogródku kwiatowym wygospodarować miejsce na warzywnik oraz jak smacznie i zdrowo gotować.



Mazowiecka Akademia Współpracy UTW

Mazowsze.
serce Polski

Przystąpiliśmy do projektu, którego celem jest uruchomienie partnerskiej i sieciowej współpracy UTW na poziomie regionalnym.

cal.

Wymiana najlepszych doświadczeń edukacyjnych pomiędzy UTW, stworzenie banku dobrych praktyk oraz nawiązanie przez środowisko UTW stałych relacji współpracy z instytucjami regionalnymi w obszarze polityki społecznej, kulturalnej, profilaktycznej, naukowej i edukacyjnej to planowane efekty działań.

W ramach Akademii przeszkolimy społeczników z naszego UTW z tego jak rozwijać działania edukacyjne i jak angażować w nie różne grupy uczestników. Warsztatom będzie towarzyszyło uruchamianie wydarzeń angażujących społeczność seniorów w terenie. Organizatorzy projektu li-

czą na to, że wspólna praca zaowocuje uruchomieniem kilkunastu projektów i wydarzeń środowiskowych prowadzonych przez lokalne UTW.

Ważnym elementem Akademii będą działania informacyjno-konsultacyjne. Chodzi o to by wesprzeć środowisko aktywistów UTW w wyrażaniu opinii i poszerzaniu współpracy nie tylko między sobą, ale także z samorządami lokalnymi i jego instytucjami. Przestrzenią do spotkania inicjatyw, głosów, liderów i środowisk stanie się doroczny Konwent osób zajmujących się edukacją ustawiczną realizowaną przez Uniwersytety Trzeciego Wieku – Chcemy by konwent

stał się miejscem twórczego i przyjaznego spotkania liderów i społeczników UTW z radnymi i władzami Samorządu Województwa Mazowieckiego po to by wspólnie rozwijać aktywną politykę senioralną w naszym regionie – mówią organizatorzy.

Partnerzy projektu – Stowarzyszenia CAL, Gminne Centrum Kultury „POWOZOWNIA” w Radziejowicach, Ośrodek Pomocy Społecznej w Tłuszczu oraz Instytut Profilaktyki Społecznej i Resocjalizacji UW zapraszają animatorów UTW do wspólnego tworzenia Mazowieckiej Akademii Współpracy.

SEiM



nieformalne

• W Podkowie Leśnej Nieformalna Grupa Teatralna MIĘDZY SŁOWAMI energicznie próbuje już do nowego repertuaru: PIOSENKI KAZIKA. Premiera – 1 grudnia w Podkowie Leśnej.

• W Żabiej Woli spotykają się i szukają „skarbów” Geocachingowcy

• Z kolei w gminie Baranów, z jednej strony rodzice młodzieżowego klubu sportowego FC Boża Wola dzielnie im kibicują i integrują lokalną społeczność, a z drugiej członkowie Stowarzyszenia na Rzecz Rozwoju Kask i Okolic zbudowali mini plac zabaw oraz przygotowują obchody odzyskania niepodległości.

• Warto dodać, że drugi już raz beneficjentem programu jest Chór UTW „Fermata”, który dzięki dotacji podnosi umiejętności wokalne oraz rozszerza garderobę sceniczną.

Działania dofinansowane w ramach programu Działaj Lokalnie Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności i Akademii Rozwoju Filantropii w Polsce. Patronat nad tegoroczną edycją programu sprawują Burmistrz Gminy Grodzisk Mazowiecki, Wójt Gminy Baranów oraz Wójt Gminy Jaktorów.

SEiM

Stowarzyszenie Radomskie Centrum Przedsiębiorczości przy dofinansowaniu Samorządu Województwa Mazowieckiego prowadzi regionalny system wsparcia projektów senioralnych w formule bonów społecznych!



Bony dla seniorów

W latach 2018-2020 Stowarzyszenie RCP udzieli ponad 300 bonów społecznych na realizację przedsięwzięć wspierających środowiska senioralne z terenu woj. mazowieckiego. Wsparcie finansowe w formie bonu społecznego w wysokości do 1850 zł będzie udzielane na realizację projektów, które odpowiadają na potrzeby seniorów i mają na celu wsparcie samodzielności społecznej oraz aktywności tej grupy osób. Przedmiotem przedsięwzięć wspierających środowiska senioralne mogą być m.in. działania kulturalne, edukacyjne, aktywizacji fizycznej, czy też pielęgnacja tradycji lokalnych i inne.

O bony społeczne mogą się ubiegać minimum pięcioosobowe grupy seniorów. Członkowie grupy wybierają spośród siebie lidera, który będzie reprezentował grupę na etapie podpisania i składania wniosku o udzielenie bonu społecznego, pod-

pisania umowy o udzielenie bonu społecznego, realizacji projektu społecznego oraz rozliczenia finansowego bonu społecznego.

Realizacja bonów społecznych umożliwi wykorzystanie intelektualnego potencjału seniorów przy istniejącej infrastrukturze społecznej i będzie się opierała na pracy wolontariuszy – seniorów bezpośrednio organizujących działania w ramach realizowanych projektów społecznych.

Nabór wniosków o bony społeczne dla seniorów jest prowadzony w systemie ciągłym począwszy od dnia 1 lipca 2018 roku do 30 sierpnia 2020 roku.

Zasady ubiegania się o bony społeczne zostały opisane w Regulaminie przyznawania i rozliczania bonów społecznych, dostępnym na stronie www.srcp.radom.pl w zakładce Bony dla seniorów.

SEiM

Czwartkowe radości

Ciąg dalszy ze str. 1

Odczytano też list z życzeniami owocnej pracy, który nadszedł z Urzędu Marszałkowskiego.

Z wykładem inauguracyjnym pt. „Myślenie rocznicowe” przybył do nas nauczyciel akademicki, historyk z Collegium Civitas dr hab. Paweł Dobrowolski – polski dyplomata i wieloletni rzecznik prasowy MSZ. Postawił w swoim wykładzie tezę, że wszelkie historyczne rocznice są traktowane z punktu widzenia zysków i strat, jakie mogą przynieść ich obchody, a nie zawsze z punktu widzenia jednego człowieka. Organizatorom świętowania różnych rocznic chodzi

głównie o to, aby obchody przynosiły zamierzony przez nich efekt rocznicowy. Dlatego też głównym z celów jego osiągnięcia jest przekazywanie, w najszerszy dostępny sposób, różnych informacji o danej rocznicy, co ma uboczny skutek w postaci ich przesytu. Różne, nawet istotne rocznice, traktowane są wybiórczo. Wybiórcze traktowanie rocznic powoduje, że huczne obchodzenie tych wybranych jednych cieszy, a jeszcze innych wręcz smuci.

W Polsce od kilku lat wyraźnie widać, że obchodzenie rocznic uzależnione jest od wewnętrznych podziałów poli-

tycznych, a nawet społecznych. Najchętniej obchodzi się rocznice okrągłe – głównie setne, narzucając im symboliczno-magiczne znaczenie. Obchodzi się też chętnie rocznice takie, jak 50, 150 lat itp. Nie zabrakło też refleksji nad tym, jakie rocznice będą obchodzić w przyszłości obecni młodzi ludzie, bo to młodym trzeba dawać szansę. Swoje wystąpienie Paweł Dobrowolski zakończył dość smutną refleksją, że historia przestaje już być nauczycielką życia, a bogini historii Klio bywa pamiętliwa acz złośliwa. Wykład choć – i za sprawą tematu, i za sprawą prelegenta – bardzo ciekawy, nie nastrajał słuchaczy do radości.

Dobrze więc, że po wykładzie wystąpił chór z zestawem różnych piosenek, w tym kilku gruzińskich. Na zakończenie minirecital dał, jak zawsze niezawodny, Maciej Kłociński.

Warte podkreślenia jest zaangażowanie naszych koleżanek, które zajmują się prowadzeniem naszego UTW. To one zadbały o wystrój sceny oraz przygotowały słodki poczęstunek, który miał elegancką i gustowną oprawę.

Teresa Fifielska-Nowak

Fot. Jarosław Pytlarczyk





Czekamy na teleopiekę

Szacuje się, że w Europie w 2030 roku liczba seniorów wzrośnie do 150 milionów osób, co będzie stanowić ok. 28 proc. ogółu mieszkańców Starego Kontynentu. W Polsce seniorzy w wieku powyżej lat 65 będą stanowić około 27 proc. ogółu społeczeństwa, tworząc 10-milionową rzeszę.



Taka struktura społeczeństwa związana jest ze spodziewanym ujemnym przyrostem naturalnym i wzrostem liczby seniorów. Starzenie się społeczeństwa będzie wymagać wzrostu nakładów finansowych oraz liczby działań ukierunkowanych na ochronę zdrowia, leczenie i rozmaite usługi opiekuńcze.

W Polsce w 2015 roku powstał Narodowy Komitet Seniora. Jest to fundacja założona przez wybitnych naukowców z różnych dziedzin: medycyny, nauk społecznych i ekonomicznych. Celem organizacji jest integracja rozmaitych środowisk zajmujących się problemami seniorów, jak również troska o zaspokajanie ich potrzeb zdrowotnych,

społecznych, kulturalnych, edukacyjnych i rekreacyjnych. Fundacja wspiera również wszelkie projekty i inicjatywy na rzecz seniorów. Jedną z promowanych przez Narodowy Komitet Seniora inicjatyw jest rozwój teleopieki (IT).

Pilotażowe programy teleopieki były realizowane w Opolu i Poznaniu. Istotą tego przedsięwzięcia w podstawowej wersji jest wyposażenie seniora w tzw. terminal telefoniczny oraz brelok, wisiorek lub bransoletkę z przyciskiem SOS, którego użycie powoduje automatyczne połączenie w trybie głośnomówiącym z centrum monitoringu, gdzie operator może uruchomić odpowiedni rodzaj pomocy.

Z propozycją testowania tej formy pomocy ogólnomedycznej przedstawiciele fundacji i Polskiej Teleopieki Rodzinnej zwrócili się i do naszej gminy. Znalazła się grupa osób chętnych do udziału w tej inicjatywie. Jednak z uwagi na problemy natury organizacyjnej ze strony oferentów cały czas czekamy na podjęcie realizacji tego eksperymentu.

Z uzyskanych od organizatorów informacji wynika, że gdy zakończą się kolejne procedury przetargowe i organizacyjne, rozpoczynać testowanie teleopieki w naszej gminie. Prawdopodobnie nastąpi to jeszcze jesienią.

Teresa Fifielska-Nowak

Koperta życia

Tak się życie układa, że wielu seniorów mieszka samotnie. I nie jest to niczyja wina. Powrotu do tradycji istnienia domów wielopokoleniowych obecnie nie chcą ani starzy, ani młodzi.

Starość ma swoje prawa, szczególnie w zakresie problemów zdrowotnych. I dlatego powinniśmy być przygotowani, jeśli dopadnie nas niedyspozycja. Gdy nas boli, nie zawsze potrafimy myśleć logicznie, a gdy tracimy przytomność, osoba pomagająca nie wie o nas nic.

Dlatego w 1981 roku oddział Czerwonego Krzyża w Sacramento zaczął propagować „Kopertę życia”.

W „Kopercie życia” znajdują się informacje o naszych schorzeniach, przyjmowanych lekach, rodzajach uczuleń oraz kontakt do osób nam bliskich. Taki zbiór wiadomości wkładamy do koperty, którą pakujemy w foliowy woreczek, a następnie umieszczamy w lodówce (najlepiej w górnej części drzwi). Na drzwiach lodówki zostawiamy wyraźną in-

formację o tym, gdzie dokładnie znajduje się nasza „Koperta życia”. Taka informacyjna kartka może być umieszczona w innym widocznym dla wchodzących do mieszkania osób, np. przedpokój, lustro itp. Ważne jest też, aby senior aktualizował na bieżąco wszystkie dotyczące go informacje.

Są też sugestie, aby każdy senior nosił przy sobie, a szczególnie gdy wychodzi z domu, niezbędne informacje o swoim stanie zdrowia oraz kontakt do bliskich. Można też posiadać przy sobie oświadczenie, czy i w jaki sposób, mamy być w nagłej, zagrażającej życiu, sytuacji ratowani.



Powinniśmy też mieć umieszczone w widocznym miejscu numery telefonów alarmowych, gdyż w trudnej chwili możemy ich nie pamiętać. A numery te to: **z komórki 112 a ze stacjonarnego 999.**

Oczywiście wszystkie powyższe informacje mają wyłącznie charakter poszerzający naszą wiedzę. Ich ewentualne wykorzystanie jest indywidualną decyzją każdego z nas.

Teresa Fifielska-Nowak

Refleksje na dziś

Nauka z konstytucji, nauka z piosenki

Konstytucja, jako najważniejszy akt prawny, jest umową społeczną, która od chwili publikacji w Dzienniku Ustaw obowiązuje wszystkich obywateli. Jeszcze bardziej ogólnym dokumentem jest preambuła. Preambuła określa intencje, odniesienia historyczne i odniesienia światopoglądowe. To rodzaj wstępu, którego forma może być nawet poetycka.

Z okazji ostatniego święta Konstytucji 3 maja mogliśmy tekst preambuły przeczytać na ekranie i wysłuchać go w interpretacji aktora Jerzego Radziwiłowicza. Sformułowanie „W trosce o byt i przyszłość naszej Ojczyzny (...) my, Naród Polski – wszyscy obywatele Rzeczypospolitej, zarówno wierzący w Boga będącego źródłem prawdy, sprawiedliwości, dobra i piękna, jak i nie podzielający tej wiary, a te uniwersalne wartości wywodzący z innych źródeł” jest tekstem wybitnie koncyliacyjnym, czyli łączącym. Nikt nie powinien czuć się wykluczony czytając ten tekst, którego autorstwo przypisuje się Tadeuszowi Mazowieckiemu.

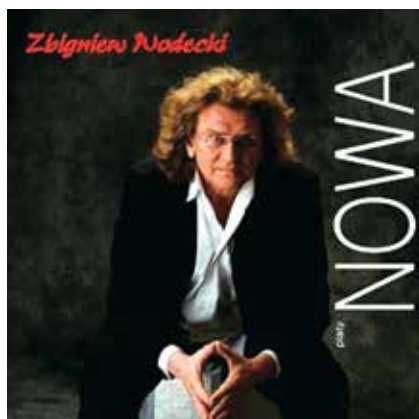
Pierwszą konstytucją, z której jako naród jesteśmy dumni, była Konstytucja 3 maja 1791 roku. Ten doniosły akt był próbą radykalnego uzdrowienia państwa oraz wyeliminowania wpływów obcych mocarstw, czego dalszą konsekwencją była wojna w obronie konstytucji oraz kolejne rozbiory. Czy tamta konstytucja też była poprzedzona preambułą? Tak. I warto się z nią zapoznać, bo świadczy o trosce o byt naszego narodu...

Preambuła Konstytucji

3 maja 1791

W imię Boga w Trójcy Świętej Jedynego.

Stanisław August z Bożej łaski i woli Narodu Król Polski, Wielki Książę Litewski, Ruski, Pruski, Ma-



zowiecki, Żmudzki, Kijowski, Wołyński, Podolski, Inflancki, Smoleński, Siewierski i Czerniechowski, wraz z stanami skonfederowanymi, w liczbie podwójnej Naród Polski reprezentującymi, uznając, iż los nas wszystkich od ugruntowania i wydoskonalenia konstytucji narodowej jedynie zawisł, długim doświadczeniem poznawszy zadawnione rządu naszego wady, a chcąc korzystać z pory, w jakiej się Europa znajduje, i z tej dogorywającej chwili, która nas samym sobie wróciła, wolni od hańbiących obcej przemocy nakazów, ceniąc drożej nad życie, nad szczęśliwość osobistą egzystencją polityczną, niepodległość zewnętrzną i wolność wewnętrzną narodu, którego los w ręce nasze jest powierzony, chcąc oraz na błogosławieństwo, na wdzięczność współczesnych i przyszłych pokoleń zasłużyć, mimo przeszkód, które w nas namiętności sprawować mogą, dla dobra powszechnego, dla ugruntowania wolności, dla ocalenia ojczyzny naszej i jej granic, z największą stałością ducha niniejszą konstytucję uchwalamy i tę całkowicie za świętą, za niewzruszoną deklarujemy, dopóki by naród w czasie, prawem przepisany, wyraźną wolą swoją nie uznał potrzeby odmienienia w niej

jakiego artykułu. Do której to konstytucji dalsze ustawy sejmu terazniejszego we wszystkim stosować się mają.

Przy okazji wykładu o Zbigniewie Wodeckim zaprezentowałam Państwu film, który ja odbieram jako mocne ostrzeżenie przed wzajemną wrogością. Piosenka „Trwoga” pochodzi z płyty z 30 czerwca 2010 roku, a jej tekst, napisany przez Jana Wołkę, jest niestety ciągle aktualny:

*Masz gotowość i masz wolę
Żeby jutro ruszyć w pole
I przywalić z siłą gromu
Tylko w mordę nie ma komu.*

*Trwoga, ludzie, wielka trwoga
Trzeba nam wyznaczyć wroga
Bo inaczej, Panie, Pany
Same się powyrzynamy
(...)
Więc przed łaskę marszałkowską
Naród składa z wielką troską
Apel – niech się w Sejmie ziści
Podkomisja nienawiści*

*Lecz nim dali to pod głosy
Już targali się za włosy
Więc chwilowo rada w radę
Ustalili my z sąsiadem*

*Że od środy on mi wrogiem
Do soboty ja mu mogę
A w niedzielę, jak w niedzielę
Spotykamy się w kościele.*

*Trwoga, ludzie, wielka trwoga
Trzeba nam wyznaczyć wroga
Bo inaczej, Panie, Pany
Same się powyrzynamy”.*

Wyciągając wnioski z tego ostrzeżenia szukajmy tego, co nas łączy i choć to nie jest łatwe, szukajmy źródła informacji, które do nas docierają.

Grażyna Kwaśniewska



foto: arch. TVP/PAT/Urszula Wójcik

Miejskie wydarzenia

Miejsce przyjazne seniorom

Zapewne wszyscy seniorzy już byli albo właśnie się wybierają, by obejrzeć nowy obiekt kultury, zwany potocznie mediateką. Może zamiast słowa „obejrzeć”, bardziej pasowałoby „skorzystać”, bowiem położony u zbiegu ulic Bartniaka i 3 Maja budynek mieści nie tylko nową siedzibę Biblioteki Publicznej, lecz także zgodnie z zamysłem lokalnych władz ma być miejscem przeznaczonym przede wszystkim dla seniorów, którzy znajdą tu możliwość odpoczynku, spotkań i rozwoju różnych form aktywności fizycznej, intelektualnej, a nawet duchowej.

W salach na parterze już odbywają się niektóre zajęcia w ramach strefy aktywnego seniora (SAS). Jest też sala, w której pod okiem instruktora można ćwiczyć na przyrządach typu rower, bieżnia i inne. Nie brakuje również odpowiedniego zaplecza, gdzie znajdują się przebieralnie, prysznice itp. W dużej sali już zaczęły odbywać się niedzielne koncerty, ale będą tam mogły być organizowane różne bale, zabawy, wykłady, odczyty itp. Jeśli jeszcze pomieszczenie zostanie z czasem doposażone w jakąś, choćby przenośną, scenę dla artystów, orkiestry i wykładowców oraz sprzęt, nazwijmy go audiowizualnym, to będzie pełnia szczęścia.

Budynek mediateki jest imponujący i – co warto podkreślić – mimo dominującego w nim „szkła i aluminium” świetnie wpasował się w otoczenie, a błyskawiczne tempo jego powstania jest godne podziwu.

Mediateka jest miejscem, które się jeszcze doposaża i kształtuje, a któremu seniorzy mogą nadać odpowiadający im charakter i stworzyć optymalny dla dobrego samopoczucia klimat. I choć osoby 60+ nadal będą korzystać z sal Centrum Kultury oraz bywać tam na filmach, różnych spektaklach i wykładach, to atmosfera w mediatece będzie zależeć w dużej mierze od nich samych.

Obiekt został uroczystie otwarty 6 października w obecności władz, gości krajowych i zagranicznych, a przede wszystkim mieszkańców Grodziska Mazowieckiego. Przy okazji taka rodzi się refleksja, że dzień otwarcia mediateki to wydarzenie, które powinno przejść do historii miasta ku pamięci i nauce dla przyszłych pokoleń.

Teresa Fifielska-Nowak



fol. fb. Mediateka Grodzisk Maz.

Muzyczne wakacje

Kolejny już rok w wakacyjne miesiące każda niedziela zachęcała do wizyty w Parku Skarbków koncertami z cyklu „Klasyka w parku”. Ten rodzaj rozrywki cieszył się dużą popularnością, szczególnie wśród słuchaczy w wieku senioralnym, bo tych w średnim wieku i młodszych nie było wielu. Ale – co bardzo cieszy – na koncertach bywali słuchacze z dziećmi i to małymi. Wokół miejsca koncertowego odpoczywali na trawie dorośli z maluchami w wieku żłobkowo-przedszkolnym, które żywo reagowały na dźwięki muzyki i w jej rytm wykonywały różne figury taneczne. Wielu spacerowiczów, przechodząc alejkami, zatrzymywało się na chwilę i słuchało jednego czy dwóch utworów, oddając się tym samym edukacji muzycznej.

Każdy wakacyjny koncert poświęcony był innemu rodzajowi muzyki.

Niektóre, jak ten, którego motywem przewodnim była muzyka filmowa, podobały się bardziej, inne mniej. Ale sądząc po reakcjach publiczności, można wysnuć wniosek, że jesteśmy tradycjonalistami i bardziej przemawia do nas koncert orkiestry dętej niż muzyka klasyczna. Ponieważ uczymy się całe życie więc i utwory Bacha, Chopina czy Mozarta też powinny być nam znane.

Olbrzymie zainteresowanie mieszkańców wzbudziły dwa koncerty sierpniowe, które zgromadziły niezliczoną rzeszę słuchaczy. Pierwszy, zorganizowany z okazji Święta Miasta, odbył się 26 sierpnia. Grodziscy melomani mieli okazję obejrzeć spektakl „Z Wiednia do Rio Janeiro” w wykonaniu artystów Teatru Muzycznego z Łodzi. Pięć dni później, w związku z setną rocznicą odzyskania niepodległości, po części oficjalno-religijnej odbył się koncert Zespołu Pieśni i Tańca Mazowsze, którego artyści zaprezentowali specjalnie na tę okoliczność przygotowany program pt. „Mazowsze Niepodległe”.

Teresa Fifielska-Nowak



fol. fb. Mediateka Grodzisk Maz.



Nieopodal też jest ciekawie

Mimo obiektywnych trudności w ostatnim semestrze udało się nam być w kilku ciekawych miejscach naszego kraju. Jak to często bywa, by znaleźć ciekawe miejsce, wcale nie trzeba przemierzać tysięcy kilometrów.

W maju wybraliśmy się w nie tak odległe Góry Świętokrzyskie – niewysokie, ale owiane mitem wielu legend, jak również aurą różnych historycznych wydarzeń. W trakcie pobytu wybraliśmy się na Łysą Górę, która wznosi się 595 m n.p.m. Nie udało się nam spotkać żadnej czarownicy, sabatu też nie odnotowaliśmy. Na najwyższy szczyt, Łysicę, już się nie wdrapaliśmy. Góry te mają ciekawą budowę geologiczną zwaną gołoborzem, czyli rumowiskiem skalnym składającym się z różnego rodzaju kamieni i bloków skalnych, gdzie nie ma żadnego żwiru ani piasku i drzew.

Oprócz turystyki pieszej podczas pobytu mieliśmy okazję do bardziej stacjonarnych aktywności. Zwiedziliśmy muzeum minerałów w Świętej Katarzynie, gdzie podziwialiśmy obróbkę krzemienia pasiastego. Przeszliśmy też śladami Henryka Sienkiewicza, gdyż zwiedziliśmy jego dworek w Oblęgorku, подарowany

pisarzowi przez społeczeństwo. Mieliśmy też okazję podziwiać piękną, subtelną porcelanę produkowaną w hucie w Ćmielowie. Z zacięciem obejrzeliśmy ruiny zamku z przełomu XIII/XIV wieku w Chęcinach. Zachwyt i smutek, wzbudził w nas liczący może 700, a może 1200 lat najstarszy polski dąb „Bartek”. Wygląda imponująco, niestety drzewo dotknięte jest próchnicą.

Zajechaliśmy też do Bałtowa, aby obejrzeć miniatury architektury obronnej i rezydentury usytuowane na obszarze przypominającym obszar naszego kraju.

W ramach kolejnego wyjazdu, również niezbyt odległego, zwiedziliśmy twierdzę Modlin. Wdrapaliśmy się na wieżę zwaną Tatarską, z której mieliśmy wspaniały widok na okolicę. Podziwialiśmy zbiór fortyfikacji obronnych oraz mur tamtejszych koszar o długości 2250 m. Po zwiedzaniu twierdzy i jej zabudowań wybraliśmy

się na wycieczkę statkiem po Zalewie Zegrzyńskim, a następnie na obiad do restauracji w uroczym Nieporęcie.

Jak co roku wyruszyliśmy na turnus rehabilitacyjny. I chyba pierwszy raz się zdarzyło, że pojechaliśmy drugi raz do tej samej miejscowości i na dodatek do tego samego ośrodka. W ubiegłym roku byliśmy w ośrodku wojskowym w Mielnie i ponieważ prawie wszystkim się tam bardzo podobało, uznaliśmy, że można tam pojechać ponownie. Ośrodek ten usytuowany jest w leśnym terenie przy brzegu jeziora Jamno, a i do morza jest rzut beretem. Wyposażenie ośrodka i baza rehabilitacyjna, jak również wyżywienie zaspokajają oczekiwania wszystkich gości.

Mamy nadzieję, że i w kolejnych semestrach będziemy nadal zwiedzać Polskę i nie tylko. Zapraszamy tych, którzy jeszcze z nami nie byli.

Alicja Zdrojewska

Pamięć ważniejsza niż znicze

Dzień 1 listopada to dzień Wszystkich Świętych. Dzień 2 listopada to Dzień Zaduszny. Chciałam napisać o historii ich powstania. Zwyczajach obchodzenia na przestrzeni wieków w różnych kulturach i religiach.

Pomyślałam jednak, że może nie o to chodzi w te dni.

Myślę, że chodzi o przywołanie pamięci bliskich nam osób – krewnych, przyjaciół, powinowatych, znajomych, a i tych, których nie znaliśmy,

ale zostawili społeczeństwu istotne przesłania.

Świat może teraz jest tak samo i dobry, i zły jak zawsze, ale tempo życia jest coraz szybsze. Zagonieni, nie zawsze pamiętamy o tych, co odeszli. I może w te listopadowe dni zwyczaj przodków nakazuje ich wspominać. I nie jest istotne, jaki postawimy pomnik, ile kwiatów, wieńców i wiązanek zaniesiemy na groby ani ile zapalimy zniczy. Najważniejsza jest ta chwila zatrzymania się w biegu i zadumy – nad życiem i nad śmiercią.

Oskar Wilde powiedział: „Życia nie można opisać, można je tylko prze-

żyć”. Adam Asnyk zaś snuł poetycką refleksję o śmierci:

*Śmierć – to ciągłego postępu chorąży,
Który na nowe świat prowadzi tory,
Wschodzącym kielkom usuwa zapory
I z rzeszą istot w nieskończoność dąży.*

Mnie uczono, że ci, którzy odeszli, żyją stale w naszej pamięci. I że możemy z nimi „rozmawiać” w każdym miejscu i w każdym czasie. Opowiadać im o tym, jak żyjemy, a dzieciom i wnukom mówić, jacy byli, co robili. I chyba to jest istotą pamięci o tych, co byli, odeszli, a jednak są.

Teresa Fifińska-Nowak



Co nam w duszy gra

Gratulacje

Panu Grzegorzowi Benedyksińskiemu oraz wszystkim radnym wybranym 21 października 2018 roku gratulujemy wyborczego sukcesu i życzymy efektywnej pracy dla dobra wszystkich mieszkańców miasta i gminy Grodzisk Mazowiecki.

Słuchacze UTW

Zachęcamy do współpracy!

Tradycyjnie redakcja „Senior i Ty” zwraca się do słuchaczy naszego UTW, jak również do wszystkich grodziskich seniorów z prośbą o współpracę. Zachęcamy, abyście Państwo podzielili się z czytelnikami historiami swoich małych ojczyzn, z których tu przybyliście. Może zechcecie Państwo napisać kilka słów o swoich ulubionych miejscach, ważnych dla Waszego życia dniach, przeżyciach – tych radosnych i tych smutnych. Istotne dla każdego przyjaźnie – i te szkolne, i te dojrzałe, jak również pierwsze miłości i ich wpływ na dalsze życie – to też są tematy godne opisanie.

Bardzo istotne w naszym życiu jest to, co dzieje się tu

i teraz, w naszym miejscu zamieszkania, w naszym kraju, na świecie, w naszej rodzinie. Piszmy i o tym.

Czekamy też na propozycje dotyczące organizacji UTW i prowadzonych zajęć.

Teksty nie muszą być długie. A w publikacji – jeśli komuś zależy na anonimowości – mogą być podpisane inicjałami lub pseudonimem.

Propozycje artykułów można przysyłać na adres biura UTW lub zostawiać w zaklejonej kopercie w naszym biurze. Można też przysyłać na adres mailowy jednej z osób opracowujących nasze czasopismo: tefistnow@poczta.onet.pl.

Redakcja

Nasza twórczość



Jesienna noc

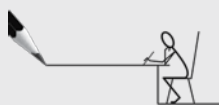
Ciemna noc płaszczem okryła miasto
Białe latarnie wiatr kołysze
Siedzę samotnie teraz w pokoju
czytam notatki i trochę piszę.

Patrzę przed siebie a wokół cisza
własnego serca słyszę bicie.
Wspominam najpiękniejsze chwile,
które przyniosło w darze me życie

Na biurku leży stary zeszyt, gdzie
spisywałem swoje pierwsze wiersze.
Przeglądam pożółkłe strony, te o miłości
dla mnie są najważniejsze

Zegar odmierza szybko godziny
anioł na niebie już gwiazdy zapalił
Księżyc wyruszył w daleką podróż
podziwia uśpiony Grodzisk z oddali

Drodzy kochani przyjaciele, wiem że
w sercach waszych wiatr szczęścia jeszcze
powieje, chwytajcie miłość w swoje dłonie
W jesieni życia najpiękniejsze są
niespełnione nasze nadzieje



Bernard Maciejewski
10.01.2018

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
utw@utw-grodzisk.pl

Redakcja:

Teresa Fifińska-Nowak (redaktor naczelny),
Małgorzata Pawłowska (sekretarz redakcji),
Grażyna Kwaśniewska, Alicja Zdrojewska
Bernard Maciejewski.

Opieka redakcyjna:

Krzysztof Bońkowski

Skład: Ling Brett – Małgorzata Pawłowska

Druk: dB Print Polska

Zastrzega się prawo skracania i redagowania tekstów oraz zmiany tytułów.

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

