

VIII FORUM DOLNOŚLĄSKICH UNIwersYTETÓW TRZECIEGO WIEKU W ZGORZELCU 22.03. 2014 r.

Organizatorem VIII Forum Dolnośląskich UTW był Transgraniczny Uniwersytet Trzeciego Wieku w Zgorzelcu.

Temat: **„Żeby życie nie bolało...”**. W programie FORUM zamieszczono informację - „Żeby życie nie bolało...powinniśmy : a)zadbać o zdrowie, b)poszukiwać piękna, c)pogłębiać wiedzę, d)rozwijać talenty”. Aby zrealizować założenia FORUM zaproponowano cykl wykładów i warsztatów.

Otwierając obrady VIII FORUM Pani Prezes TUTW mgr Anna Śliwińska powitała zaproszonych Gości i przedstawicieli 25-ciu Uniwersytetów Trzeciego Wieku z Dolnego Śląska. Podkreśliła ogromną życzliwość Władz Samorządowych Miasta Zgorzelec i Regionu. Bez tej życzliwości nie udałooby się zorganizować Forum. Obecność na spotkaniu przedstawicieli różnych środowisk i organizacji pokazuje, że możliwe są wspólne działania ponad podziałami i ponad granicami. Wśród zaproszonych Gości obecni byli przedstawiciele Parlamentu Europejskiego, Sejmu i Senatu RP, Dolnośląskiego Urzędu Marszałkowskiego, Wojewody Dolnośląskiego, miejscowych Władz Samorządowych oraz przedstawiciele środowiska senioralnego z Goerlitz

Pani Lidia Geringer de Oedenberg (Europarlament) pogratulowała organizatorom VIII Forum. „Cieszę się- mówiła, - że to kolejne spotkanie zgromadziło tak liczne grono Seniorów. Europa starzeje się, chcielibyśmy, aby osoby starsze uczestniczyły aktywnie w życiu społecznym swoich krajów. Są pieniądze na różne projekty wspierające działalność Seniorów. Spotkania z Uniwersytetami Trzeciego Wieku są dla ważne. Życzę energii i wielu działań integrujących senioralne środowiska Dolnego Śląska.”

Pan Jan Michalski – Senator RP mówił, że środowisko senackie sprzyja środowiskom senioralnym. Pamiętamy, że Senat ustanowił Rok 2012 Rokiem Uniwersytetów Trzeciego Wieku. „Przekazuję serdeczne pozdrowienia i życzenia owocnych obrad od Pana Posła Sławomira Piechoty i Pana Posła Michała Szczerby-szefa Parlamentarnego Zespołu ds. UTW.” Zaoferował swoją pomoc w działaniach na rzecz Seniorów.

Pan Rafał Gronicz- Burmistrz Miasta Zgorzelec w serdecznych słowach powitał Gości, którzy przyjechali na VIII FORUM. „Gratuluje słuchaczom TUTW, bo Wasza aktywność przyczynia się do budowania dobrego wizerunku Zgorzelca jako miasta przyjaznego Seniorom”. Pan Kazimierz Janik złożył gratulacje słuchaczom TUTW podkreślając Ich olbrzymią ciekawość świata i zaangażowanie społeczne. Uczestnikom FORUM życzył owocnych obrad.

„Spełniają się moje marzenia – mówiła dr Walentyna Wnuk - kiedy 8 lat temu powoływałam nowe Uniwersytety Trzeciego Wieku odkryłam, że konieczne są cykliczne spotkania wszystkich uniwersytetów. Na Dolnym Śląsku działa około 50 UTW, wśród nich takie wyjątkowe jak Transgraniczny UTW w Zgorzelcu. Życzę aby to VIII Forum było kolejnym naszym wzmocnieniem. Widzę potrzebę wspólnych konferencji.”

W tym roku, w gronie kilkunastu uniwersytetów, dyskutowaliśmy o powołaniu organizacji zrzeszającej Dolnośląskie Uniwersytety Trzeciego Wieku. Widzimy potrzebę takiej organizacji, która reprezentowałaby interesy wszystkich uniwersytetów wobec władz państwowych i samorządowych naszego kraju. 4 kwietnia 2014 r. spotkamy się we

Wrocławiu na zebraniu i zdecydujemy, jaką organizację powołamy. Wszystkie zainteresowane UTW zapraszamy do Wrocławia.

W pierwszej części FORUM wysłuchano wykładów:

„Jak żyć 100 lat, albo i dłużej” – prof. Tomasz Kostka Uniwersytet Medyczny w Łodzi.
„Formy aktywności fizycznej seniorów” – prof. Wojciech Hagner CM UMK Bydgoszcz.
„Oswoić wspomnienia, polsko –niemiecka narracja historyczna”-mgr Kinga Hartman-Wóycicka - Kuratorium Saksonii.

Prof. Zbigniew Kuliberda (Strasburg) przedstawił informację na temat badań nad postawą. „Postawa” – człowiek w wyprostowanej pozycji dzięki mięśniom otrzymującym bodźce ze świata zewnętrznego i wewnętrznego. Układ mięśniowy człowieka może być stymulowany. Badania przeprowadzono przy pomocy specjalnego urządzenia na 25-osobowej grupie słuchaczy TUTW przed koncertem tybetańskich gongów i po koncercie. Pan profesor powiedział –„ byłem zaskoczony, że hałas z koncertu może być przyczyną bólu lub zmieniać poczucie bólu.” Myślę, że jest to ciekawa informacja, ale wymaga poszerzonych badań.

Rozważając temat długości życia człowieka prof. Tomasz Kostka (UM Łódź) powiedział, że można liczyć na przeżycie 120 lat. Sprzyjać temu będzie: utrzymywanie dobrego stanu zdrowia, niezależności finansowej i mieszkaniowej, utrzymywanie więzi rodzinnych i społecznych oraz możliwość kształcenia się i samorealizacji. Po raz pierwszy w historii ludzkość stoi przed problemem długowieczności. Rośnie liczba stulatków. W Wielkiej Brytanii co druga dziewczynka, która urodzi się teraz może dożyć 100-tu lat.

Transgraniczny UTW współpracuje z seniorami z Goerlitz. Pani mgr Kinga Hartman-Wóycicka (Kuratorium Saksońskie) wygłosiła wykład „Oswoić wspomnienia, polsko –niemiecka narracja historyczna”. To od nas wszystkich zależy czy Niemcy i Polacy potrafią się porozumieć i opowiedzieć swoją historię. Organizowane są „Laboratoria historyczne”- projekty, w których młodzi ludzie próbują opowiedzieć swoją historię np. przez wspólny projekt „Miasto i jego obywatele”. Przedstawiciel „Zespołu Ekspertów Seniorów Goerlitz- Zgorzelec” mówił, że działają od 2011r. są Seniorami „50+” z Goerlitz, Bautzen, Drezna, Pieńska. Angażują się społecznie i charytatywnie ponad podziałami politycznymi i ponad granicami. Współpracują z Polską, z seniorami i z młodzieżą we wzajemnym poważaniu, akceptacji i tolerancji.

Założenia programowe VIII FORUM realizowano poprzez warsztaty. Każdy z uczestników mógł wybrać jeden z dziesięciu warsztatów:

1. „Ruchu nie zastąpi żaden lek”- prowadząca –dr Maria Jaruga
2. „Smaki na zdrowie”- dr Ewa Motyka
3. „Architektura Starówki Miasto Zgorzelec – Goerlitz”- przewodnik z Muzeum Łużyckiego
4. „Muzyka i taniec źródłem endorfin”- mgr Dorota Baranowska
5. „Spotkanie z wizażystką” – mgr Marzena Wawrzęło
6. „Piękno Flory” – Mistrz florystyki Monika Wigocka
7. „Greckie smaki”- Nikos Rusketos
8. „Oswoić wspomnienia – spotkanie z historią”- mgr Kinga Hartman- Wóycicka
9. „Coś z niczego – warsztaty terapii zajęciowej” – DPS „Ostoja”
10. „Na teatralnej scenie” – mgr Izabela Wochna.

UTW w UWr reprezentowały i uczestniczyły w warsztatach: Mila Nowaczyk- „Architektura Starówki”, Anna Sokołowska – „Oswoić wspomnienia- spotkania z historią”, Stanisława Warmuz- „Ruchu nie zastąpi żaden lek”.

W ramach warsztatu „Na teatralnej scenie” słuchacze TUTW w Zgorzelcu przygotowali i przedstawili „ Bajkę o królowie Ś...” Królowa Śnieżka zarządzała Krasnoludkami Trzeciego Wieku, które brały udział w różnych ważnych zajęciach. Przeszkadzał w tych zajęciach ciągle niezadowolony „Zły Krasnolud”. Krasnoludki apelowały, aby się zmienił proponowały udział w warsztacie tańca prezentując „taniec orientalny” w wykonaniu Słuchaczki UTW z Bolesławca. Kolejna propozycja – to warsztat „Coś z niczego”. Wreszcie udało się namówić Krasnoluda do udziału w warsztacie wizażu, gdzie poddany upiększającym zabiegom oświadczył, że razem z innymi chce się uczyć, chce pięknie wyglądać i zapisuje się do UTW. W przedstawieniu nie zabrakło też Królewicza, wyznał miłość Królowie Ś..., którą okazała się Pani Anna Śliwińska – Prezes TUTW.

Na zakończenie przedstawiciele Uniwersytetów Trzeciego Wieku dziękowali Organizatorom za merytoryczne przygotowanie FORUM, za bogatą oprawę uroczystości, serdeczne przyjęcie i za „słodki akcent” – ogromny tort ofiarowany uczestnikom Forum przez Pana Franciszka Wurszta z Cechu Rzemiosł Różnych.

Jeszcze Hymn odśpiewany przez Słuchaczy TUTW:

„Dodawajmy lat do życia

Niechaj jak najdłużej trwa

Pamiętajmy o tym, co dnia

Z życiem nam do twarzy jest”.

Idea organizowania „Forum Dolnośląskich UTW” jest ciągle żywa. Zarysował się pewien ciąg działań podejmowanych przez kolejne uniwersytety w celu zorganizowania następnego FORUM. Pani Anna Śliwińska - Prezes TUTW w Zgorzelcu uroczystie przekazała „pałeczkę” kolejnego Forum, wręczając „List” z wieloma serdecznymi życzeniami Pani Prezes Grażynie Smolińskiej z Bielawskiego UTW, który będzie organizatorem FORUM w 2015 roku.

Jeszcze tylko wspólny obiad i pora się żegnać, opuścić piękne, gościnne i przyjazne Seniorom miasto Zgorzelec. Do zobaczenia za rok w Bielawie.

Stowarzyszenie TUTW przy współpracy z Miejską Biblioteką Publiczną w Zgorzelcu zorganizowało Konkurs Poetycki pod hasłem „Żeby życie nie bolało..”. Zgłoszono 46 wierszy. Komisja Konkursowa w składzie : Ryszard Turkiewicz, Wiesława Letza, Maria Dragan ogłosiła werdykt:

Miejsce I- Janina Znamienkiewicz (Jelenia Góra) za utwór pt. „Karnawał”

Miejsce II – Krystyna Grzegorzka (Bogatynia) za utwór pt. „Bezradność”

Miejsce III – Ewa Zofia Jednoróg (Długołęka) za utwór pt. „Czas”

Przyznano także 3 wyróżnienia: Marian Swacha (Zgorzelec), Janusz Stanisław Jachnicki (Jelenia Góra), Felicja Wołyńska (Kamieniec Ząbkowicki).

W Konkursie wzięło udział dwoje Słuchaczy UTW w UWr- Anna Zadorecka i Ireneusz Leśniowski. Otrzymali „Dyplomy” uczestnictwa.

/Zapisała- Stanisława Warmuz/ UTW w Uniwersytecie Wrocławskim