

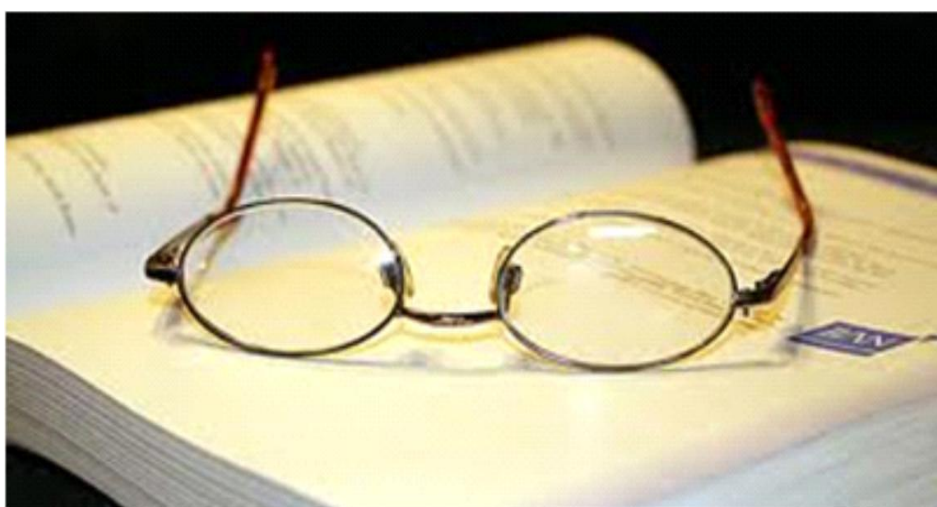
UNIwersYTET TRZECIEGO WIEKU W ŁAZACH



Historia pokazuje, że prawie w każdej Sferze życia istnieje próżnia, którą może wypełnić ten, kto potrafi stworzyć odpowiednią wizję a potem energię ludzką skierować ku wspaniałym celom.

AlanLoyGinnis

BIULETYN INFORMACYJNY ROK AKADEMICKI 2018/2019



SŁOWO WSTĘPNE



Już od 10 lat studenci Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Łazach poszerzają swoje horyzonty myślowe poprzez wykłady z wielu dziedzin: medycyny, prawa, psychologii, historii i innych. Pozwalają one także na poprawienie świadomości społecznej seniorów w zakresie aktywności fizycznej i profilaktyki prozdrowotnej. Dzięki zaangażowaniu wielu ludzi, poświęcających swój wolny czas, w ramach wykładów, szkoleń, warsztatów i sekcji tematycznych, słuchacze UTW mają zagwarantowany wysoki poziom przekazywanej wiedzy. Działalność naszego UTW udowadnia, że seniorzy są grupą bardzo aktywną w społeczeństwie. Łazowscy słuchacze UTW są dowodem na to, że w każdym wieku jest możliwe zdobywanie nowej wiedzy, realizacja marzeń i pasji, utrzymywanie sprawności fizycznej i pełny rozwój. Sport ma ogromne znaczenie dla zdrowia, pozwala też nawiązywać kontakty międzyludzkie. Brak ruchu powoduje gorszą kondycję zarówno ciała, jak i umysłu. Z tych powodów nasz Uniwersytet kładzie szczególny nacisk na działania mające ścisły związek ze sportem. Stąd pomysł na Olimpiadę Sportową Seniorów. Jest ona promocją zdrowia i aktywnego wypoczynku, kształtowaniem nawyków dbania o własne ciało, sprawność fizyczna i psychiczną oraz przyczynia się do wykształcenia umiejętności aktywnego spędzania czasu. Życzę słuchaczom naszego Uniwersytetu sukcesów w rozwijaniu swoich pasji, spokoju w życiu osobistym i dużo czasu dla siebie.

Prezes UTW – Krystyna Męcik

Wspomnienia wakacyjne.

1. Kongres Seniorów" Brucken Bauen" („Budowanie Mostów”) DORTMUND



W dniach 27 do 30 maja 2018 polska delegacja mogła zapoznać się z dobrymi praktykami dotyczącymi seniorów, obowiązującymi w systemie niemieckim, dyskutowano też o polskich rozwiązaniach. Celem były wzajemne deklaracje o podjęciu wspólnie z seniorami niemieckimi "budowania mostów" do tworzenia lepszej przyszłości i pogłębiania współpracy i więzi pomiędzy seniorami naszych krajów. Polską delegację reprezentowali: Małgorzata Zwiercan, poseł i przewodnicząca Komisji Polityki Senioralnej Sejmu RP, Janusz Marszałek, prezes Zarządu

Polskiej Unii Seniorów i jednocześnie wiceprezydent Europejskiej Unii Seniorów, przedstawiciele Ogólnopolskiego Porozumienia o Współpracy Rad Seniorów, przedstawiciele Organizacji Wrzos oraz Krystyna Męcik - przedstawiciel Ogólnopolskiej Federacji Stowarzyszeń Uniwersytetów Trzeciego Wieku. Dzięki udziałowi w Kongresie Seniorów w Dortmundzie weszliśmy na kolejny etap współpracy.

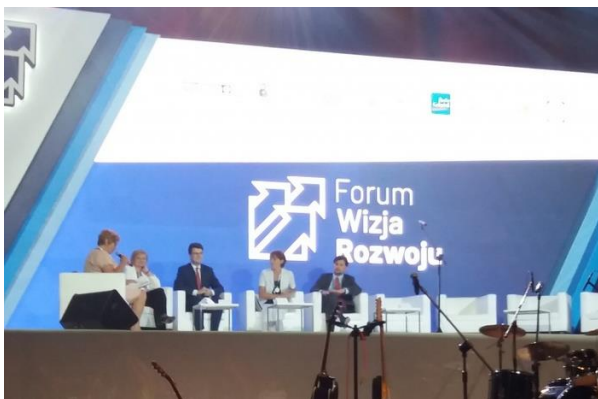
2. XII Europejskie Spotkanie Integracyjne Polskich Uniwersytetów Trzeciego Wieku. OLSZTYN. Warmia – Mazury. 24.06–29.06.2018 r.

W spotkaniu, które odbywało się na terenie kampusu Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego uczestniczyły delegacje z Rosji (Obwód Kaliningradzki), Kazachstanu, Białorusi, Litwy, Łotwy, Ukrainy, Republiki Czeskiej, Rumunii i Austrii – łącznie 22 delegacje zagraniczne oraz 8 delegacji z krajowych UTW. Gości przywitała Prezes Stowarzyszenia Akademia Trzeciego Wieku przy Miejskim Ośrodku Kultury w Olsztynie Aldona Bagińska. Uroczyste otwarcie XII Spotkania odbyło się 25 czerwca w Auli im. A. i G. Dietrichów, uświetnił je koncert Jarosława Chojnackiego. Atrakcje kolejnych dni to rejs po kanale ostródzko-elbląskim pod nazwą „Statkiem po Trawie”, zwiedzaniem Muzeum Kanału. W środę, 27 czerwca, uczestnicy i goście wzięli udział w panelach dyskusyjnych „Dobre praktyki i rozwiązywanie problemów Polskich UTW” oraz „Niepodległa w sercach Polaków i Polonii w Europie”. Wysłuchali także wykładu historycznego prof. Stanisława Achremczyka „Kresy dla Niepodległej”. Wieczorem, na przystani kortowskiej odbyło się spotkanie integracyjne „O mój rozmarynie” z występami członków Polskich UTW oraz udziałem olsztyńskich UTW i organizacji kresowych z Olsztyna. W czwartek, 28 czerwca, miało miejsce spotkanie „Olsztyn – Miasto Ogród”, w czasie którego uczestnicy zwiedzili Olsztyn, zapoznali się z historią miasta oraz informacji na temat współczesnego Olsztyna. Spotkanie zakończyło się uroczystą kolacją z nadzieją na kolejne spotkanie za rok.



3. Srebrna gospodarka na Forum Wizja Rozwoju w Gdyni. Seniorzy, gospodarka i innowacje. GDYNIA 25 – 26.06.2018

Tematyka Forum koncentrowała się na aktualnych i najważniejszych wyzwaniach stojących przed polską gospodarką. Wśród istotnych tematów omawiano zagadnienia związane z nowoczesnymi rozwiązaniami jak np. e-mobilność, e-gospodarka, automatyzacja i robotyzacja polskiego biznesu. Wymieniano doświadczenia oraz poszukiwano wspólnych projektów gospodarczych, w różnych



sektorach. Jeden z najważniejszych bloków tematycznych Forum Wizja Rozwoju poświęcony był „Srebrnej gospodarce” i dotyczył seniorów. W gronie panelistów, w 9 panelach „Srebrnej gospodarki” znaleźli się oprócz przedstawicieli parlamentu, rządu, naukowców i biznesu także przedstawiciele organizacji seniorskich. Środowisko uniwersytetów trzeciego wieku w panelach reprezentowały: Wiesława Borczyk,

prezes Ogólnopolskiej Federacji Stowarzyszeń UTW, Krystyna Męcik, prezes UTW w Łazach i Bożena Zglińska, dyrektor Centrum Aktywności Seniora, w ramach którego działa UTW w Gdyni. Wnioski płynące z wystąpień, debat i dyskusji

panelowych sprowadzić można do stwierdzenia, że starzejące się społeczeństwo, zgodnie z prognozami na kolejne lata, będzie potrzebowało nowych rozwiązań systemowych w wielu obszarach. Wszystkie sektory - publiczny, gospodarczy i społeczny- powinny ze sobą współpracować w przygotowaniu tych rozwiązań i programów, słuchając z uwagą seniorów.

4. II Międzynarodowy Festiwal Letniej Senioriady Sportowej pn. „Sport dla wszystkich, dla zdrowia” zorganizowany przez Centrum Oświaty Łuckiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku.

W dniach 22-26.08.2018 28 – osobowa grupa studentów UTW w Łazach przebywała w Łucku na Ukrainie. W dniu poprzedzającym Senioriadę uczestniczyliśmy w Festiwalu Sztuki „INSPIRA”. W programie były m. in.: mini targi, wystawa fotografii, warsztaty rękodzieła, warsztaty psychologiczne, prezentacje młodych artystów, pokaz mody, koncert arii operetkowych. W drugim dniu, w rywalizacji sportowej wzięło udział 19 naszych seniorów. Zdobyliśmy 15 medali, w tym 8 złotych, 6 srebrnych i 1 brązowy. W klasyfikacji generalnej zajęliśmy III miejsce i otrzymaliśmy puchar. W trzecim dniu uczestniczyliśmy w imprezach z okazji Święta Niepodległości Ukrainy.



5. X FORUM III WIEKU, konferencja towarzysząca XXVIII Forum Ekonomicznemu w Krynicy Zdroju, 5-8 września 2018 r.



Uroczystym przywitaniem przez Panią Wiesławę Borczyk, Prezes Sadeckiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku i Ogólnopolskiej Federacji Stowarzyszeń Uniwersytetów Trzeciego Wieku, Uczestników i Gości X Forum III Wieku oraz wystąpieniami Gości Honorowych rozpoczęło się X Forum III Wieku, z udziałem ponad 200 liderów UTW i organizacji seniorskich, z kraju i zagranicy. W ramach drugiego dnia X Forum III Wieku odbył się panel dyskusyjny "Srebrna gospodarka. Innowacje dla Seniora -

innowacyjny rozwój". Panel odbył się w Krynicy Zdrój podczas XXVIII Forum Ekonomicznym. Srebrna a może już złota, gospodarka - innowacje dla seniorów. Przy pełnej sali pasjonującą dyskusję wokół tematu: „Srebrna gospodarka. Innowacje dla seniora - inteligentny rozwój” poprowadziła jako moderator Marzena Rudnicka, Prezes Krajowego Instytutu Gospodarki Senioralnej. W znakomitym gronie ekspertów wymianę poglądów rozpoczęła pytaniem - czy świat nie wyklucza 25% populacji?, czy świat pasuje do wieku?, czy też wiek ma pasować do świata?

6. Senioralia - Kołobrzesckie Dni Seniora



UTW w Kołobrzegu w dniach 14-15 września 2018 r. zorganizował VI Edycja Senioraliów – Kołobrzesckich Dni Seniora. VI SENIORALIA były okazją do spotkania w jednym miejscu przedstawicieli wielu UTW, oraz innych ugrupowań senioralnych. Odbędzie się również debata na temat: „Przyszłość polityki senioralnej w Polsce” do udziału, w której zaproszono Krystynę Męcik – reprezentanta Zarządu Ogólnopolskiej Federacji Stowarzyszeń UTW. W trakcie przerwy kawowej można było podziwiać poplenerową wystawę malarską (plener malarski odbył się w Dziwnówku). Na zakończenie dnia wszystkim przyjezdnym z UTW z całego kraju organizatorzy zafundowali integracyjne

spotkanie w Hotelu Aquarius. Drugiego dnia w Kołobrzegu stawili się zaproszeni seniorzy z Polski, aby przemarszerować nadmorskimi bulwarami w barwnym korowodzie, który prowadziła orkiestra "Morka". Po przemarszu w amfiteatrze kołobrzesckiego Regionalnego Centrum Kultury na wszystkich czekała gorąca grochówka i można było obejrzeć występy różnych uniwersyteckich zespołów tanecznych i śpiewaczych. Seniorzy z całej Polski po raz kolejny pokazali jak piękny może być trzeci wiek a Kołobrzeg to wspaniałe klimatyczne miejsce do wypoczynku i do zamieszkania.

7. XI Juwenalia III Wieku w Warszawie - wielki come back Kabaretu 50+



KABARET UTW 50+ Po czterech latach przerwy i w nieco zmienionym składzie Małgorzata Iwińska, Małgorzata Barska, Małgorzata Ziaja, Stefan Glanda przedstawił program artystyczny pt. " Nie jestem ciekawa, ale lubię wiedzieć". Wulkan energii, dowcipu, inteligentnego dialogu, doskonałej gry aktorskiej ujął publiczność i jury. Kabaret 50+ zdobył I miejsce. Przez trzy dni 23-25 września na trzech warszawskich scenach Białoleckiego Ośrodka Kultury, Teatru Palladim, i Klubu Hybrydy wystąpiło ponad 3,5 tysiąca

seniorów z Uniwersytetów III wieku z całej Polski. Seniorzy zaprezentowali sztuki teatralne, zaśpiewali chóralnie, zespołowo, solowo, pokazali układy taneczne.

10 października w Chorzowskim Centrum Kultury odbył się II Festiwal Ludzi Szczęśliwych " Proskenion". Festiwal Ludzi Szczęśliwych to wydarzenie, którego celem jest promowanie wśród seniorów aktywnej postawy wobec życia kulturalnego oraz zachęcanie do realizowania własnych pomysłów artystycznych. Kabaret 50+ pierwszy raz wziął udział w drugiej edycji Proskenion i odebrali nagrodę za zajęcie II miejsca w kategorii " Teatry i Kabarety". Świetna gra aktorska, huragan śmiechu, porywający dowcip, to po prostu świetny kabaret. Wspaniały występ przyjęty entuzjastycznie przez publiczność i jury. Liderka kabaretu Małgorzata Iwińska otrzymała specjalną nagrodę jury za grę aktorską w spektaklu „Prawda czy plotka”.



8. NATURA NA POKOLENIA

W dniach 9-10.10.2018r. w Klembowie pod Warszawą odbyło się dwudniowe seminarium inauguracyjne projektu Fundacji Ziemia i Ludzie – „NATURA NA POKOLENIA”.



Natura na pokolenia

NATURA NA POKOLENIA to międzypokoleniowy program edukacji ekologicznej mieszkańców obszarów chronionych w województwach: śląskim, mazowieckim, dolnośląskim, wielkopolskim, pomorskim, warmińsko-mazurskim i lubelskim.

Cel projektu: wzrost świadomości ekologicznej mieszkańców obszarów chronionych nt. potrzeby oraz właściwych metod ochrony przyrody, jak również korzyści z dobrze zachowanej przyrody i krajobrazu.

Głównymi grupami docelowymi projektu są przedstawiciele dwóch pokoleń społeczności lokalnych:

- seniorzy, osoby w wieku 60+, w szczególności słuchacze Uniwersytetów Trzeciego Wieku,
- młodzież szkolna – ze szkół podstawowych, gimnazjalnych i średnich.

Piękna przyroda jest nieodłączną częścią lokalnego dziedzictwa i powodem do dumy społeczności lokalnych. Chrońmy przyrodę w interesie swoim i swoich najbliższych: chcemy przecież żyć w otoczeniu harmonijnego krajobrazu i bogatego w gatunki zróżnicowanego, czystego środowiska przyrodniczego. Projekt Natura na pokolenia angażuje społeczności lokalne w ochronę przyrody na obszarach cennych przyrodniczo w ich najbliższym sąsiedztwie.

UTW Łazy znalazł się w 10-tce uniwersytetów z Polski zaproszonych do udziału w tym projekcie. W ramach współpracy międzypokoleniowej zaprosiliśmy do udziału w projekcie Szkołę Podstawową Nr 3, harcerzy z grupy AMONIT oraz młodzież z „Gostka”. Projekt realizowany będzie do kwietnia 2020 roku.



9. Wyjazd do Rewala



Na przełomie sierpnia i września grupa 30 osób z Łaz przebywała na wczasach zdrowotnych w Rewalu. Pogoda była piękna i słoneczna. Obfite posiłki, liczne fakultatywne wycieczki (m. in. do Świnoujścia z rejsem statkiem po kanałach.) Były okazje do indywidualnych wypadów brzegiem morza do okolicznych miejscowości: Niechorze, Trzęsacz. Woda w morzu bardzo przyjemna, ciepła. Wiatr, który towarzyszył nam praktycznie cały czas, sprzyjał wdychaniu dużej ilości jodu. Pobyt był naprawdę udany.

**Tematy wykładów UTW dla słuchaczy
(semestr letni)**

*Miejski Ośrodek Kultury w Łazach ul. Kościuszki 5
Wykłady odbywają się w czwartki o godz. 16.00*

18. 10. 2018

Inauguracja roku akademickiego 2018/2019. Wykład inauguracyjny: „Tadeusz Różewicz – jako poeta zagłady”

Prof. zw. dr hab. Marian Kisiel

Polski poeta, krytyk literacki, badacz literatury polskiej XX wieku. Kierownik Zakładu Literatury Współczesnej Uniwersytetu Śląskiego.

Tadeusz Różewicz ur. 9.10.1921 w Radomsku. Polski poeta, dramaturg, prozaik i scenarzysta. Członek Wydziału Twórczości Artystycznej Polskiej Akademii Umiejętności.

25. 10. 2018

„Konstytucjonalizm odrodzonej Polski. Ewolucja ustroju politycznego II Rzeczypospolitej

Dr Dariusz Wizer

Dr Nauk Humanistycznych, pułkownik rezerwy WP, rodowity łazowianin.

8. 11. 2018

Trening ogólnorozwojowy: zdrowe serce, zdrowy umysł i aktywność fizyczna.

Dr Ryszard Grzywocz

Starszy wykładowca w Zakładzie Lekkiej Atletyki i sportów zimowych. Kierownik Zakładu.

15. 11. 2018

„Wzajemne relacje ludzi i zwierząt w wieku dojrzałym (projekt – „głaskacze”)

Dr nauk med. Tomasz Męcik – Kronenberg

Lekarz, strażak, absolwent Śląskiego Uniwersytetu Medycznego, dowódca Sekcji wspomagającej działania poszukiwawcze z psem – OSP Niegowonice.

22. 11. 2018

„Plener malarski – Od przygotowania stanowiska po udział w wystawie obrazów”

Mgr Piotr Olbrychowski

Absolwent Instytutu Plastyki WSP w Częstochowie, uzyskał dyplom z rzeźby w pracowni prof. Tadeusza Wencła. W swoim dorobku może poszczycić się licznymi indywidualnymi wystawami. Jego prace malarskie znajdują się w zbiorach prywatnych w wielu krajach europejskich. Prowadzi w wolontariacie sekcję plastyczną w naszym UTW.

29. 11. 2018

Zrównoważona dieta i jej wpływ na zdrowie i stan umysłu.

Mgr Gabriela Grzechuła

Prowadzi gabinet masażu i naturoterapii pod nazwą: „Bliżej Natury”. Ukończyła AWF w Katowicach. Odbyła wiele praktyk i szkoleń dot. różnych technik masażu. Prowadzi porady dietetyczne i ziołolecznicze.

6. 12.2018

„Człowiek renesansu – twórczość Marka Grechuty”

Lidia Kałuzińska

Autorka wierszy, opowiadań, scenariuszy teatralnych, tekstów piosenek i scenek kabaretowych. Laureatka konkursów prozy i poezji Juwenaliów III Wieku w Warszawie. Liderka Sekcji Literackiej.

Marek Grechuta – piosenkarz, poeta, kompozytor i malarz – nazywany był człowiekiem renesansu i mistrzem polskiej poezji śpiewanej. Architekt z wykształcenia, interesował się również rzeźbą i filozofią. Wykład jest próbą ukazania fenomenu twórczości Marka Grechuty na przykładzie jego tekstów i piosenek. Spotkanie przygotowane w ramach kawiarenki literackiej.

13. 12.2018

Kondycja umysłu a kondycja psychiki.

Dr Aleksandra Sarna

Dr nauk humanistycznych w zakresie psychologii, psychoterapeutka z wieloletnim stażem klinicznym, diagnosta, szkoleniowiec. Jej specjalizacje to: psychoterapia, seksuologia, psychologia kliniczna. Łączy pracę naukową z psychologią praktyczną.

20. 12. 2018

Spotkanie opłatkowe.

3.01.2019

Wykład okulistyczny + koncert gitarowy.

- „Najczęściej występujące schorzenia oczu u seniorów”

Lek. med. Barbara Madera

Lekarz specjalista chorób oczu.

- Oprawa muzyczna - koncert gitarowy, w wykonaniu Ludwika Konopko.

10.01.2019

„Świadomy senior, bezpieczny senior”

Ekspert Krajowego Instytutu Gospodarki Senioralnej

Wykład poświęcony jest ogólnie pojętemu bezpieczeństwu z naciskiem na sprawy prawne związane z zawieraniem umów i możliwościami ich rozwiązania, zerwania oraz konsekwencjami z tym związanymi.

17.01.2019

„Nie dla kopalni” – kontynuacja tematu.

Marek Seles – Prezes Stowarzyszenia.

24.01.2019

„Prawo spadkowe. Kwestia darowizn”.

Damian Łukasik

Prawnik, radny powiatu zawierciańskiego.

31.01.2019

„Chiny cesarskie”

Mgr Lidia Białas

Członek Zarządu, emerytowany nauczyciel szkoły średniej.

Kontynuacja wyprawy do Chin (z 2015r.) Trasa prowadzi od Pekinu do Hongkongu.

Władze Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Łazach

ZARZĄD

Prezes	Krystyna Męcik	728 404 741
V-ce Prezes	Ewa Wiekiera	692 446 639
Sekretarz	Lidia Białas	693 022 538
Skarbnik	Renata Bałazy	500 538 224
Członek	Bogdan Radko	32 67 33 623
Kronika	Bożena Haczyk	501 824 854

KOMISJA REWIZYJNA

Przewodnicząca	Janina Bajkowska	667 401 566
Członek	Danuta Merkel	601 940 464
Członek	Alicja Serwicka	503 024 058

RADA ORGANIZACYJNA

Przewodniczący	Bogdan Radko	32 67 33 623
Wiceprzewodnicząca	Magda Grzegorzczuk	32 67 21 691

KULTURA, SZTUKA

Kawiarenka Literacka	Lidia Kałuzińska	502 144 136
	Spotkania literackie odbywają się w Bibliotece Publicznej Łazy ul. Kościuszki nr 5	
Teatr, kino i in.	Magda Grzegorzczuk	32 672 16 91
Kabaret 50+	Gosia Iwińska	600 661 534
	Spotkania i próby wg potrzeb	
Modelki 50+	Małgorzata Ziaja	692 497 928
	Spotkania i próby wg potrzeb	
Plastyczna	Bożena Haczyk	501 824 854
	Zajęcia odbywają się w sali MOK Łazy ul. Kościuszki nr 5 wtorek od godz. 15 ⁰⁰	

SPORT, TURYSTYKA

Gimnastyka ogólnorozwojowa	Lidia Zimoch Zajęcia odbywają się w sali gimnastycznej ZS nr 1 Łazy ul. Szkolna 2 wtorek o godz. 17 ⁰⁰	604 829 340
Gimnastyka w wodzie	Maria Merta Zajęcia odbywają się w basenie „Parku Wodnego Jura” Łazy, ul. Kościuszki 46a środa o godz. 18 ⁰⁰ piątek o godz. 17 ⁰⁰	502 867 004
Joga	Urszula Rzepecka Zajęcia odbywają się w sali gimnastycznej ZS im. R. Gostkowskiego Łazy ul. Fabryczna 1 a środę o godz. 17 ⁰⁰	696 447 471
Nordic Walking	Teresa Łukasik	781 207 812
Olimpijska	Bogusława Wojtasik	602 607 943
Sporty wodne	Bogusław Męcik	600 332 461
Sporty zimowe	Małgorzata Ziaja	692 497 928
Turystyka i rekreacja	Grażyna Tokarska Ewa Wiekiera	668 049 636 692 446 639

PASJA I HOBBY

Kulinarna	Hanna Włodyka	604 094 061
------------------	---------------	-------------

KONTAKT

Adres e-mail: utw@utwlazy.pl

Strona: www.utwlazy.pl

Tematyka wykładów i podane informacje mogą ulec zmianie.

INFORMACJE

Dyżury Zarządu i Rady Programowej ustala się na: w biurze UTW ul. Jesionowa 1 lokal nr 5 (do 31.01.2019) w godzinach 10: 00 do 12:00.
W każdy czwartek (wykładowy) w godzinach od 16: 00 do 18: 00 – w MOK.

W zajęciach i wykładach może wziąć udział każdy niezależnie od wykształcenia.

Jednorazowe wpisowe 20 zł.

Opłata za rok akademicki 50 zł. (2 x 25 zł. za semestr)

(przypomnienie)

„Składki członkowskie winny być wpłacone do końca I kwartału każdego roku. Nowoprzyjęci członkowie wpłacają składki według zasad określonych przez Zarząd w ciągu dwóch tygodni od momentu otrzymania powiadomienia o przyjęciu w poczet członków Stowarzyszenia.”

STATUT – Stowarzyszenia Uniwersytet Trzeciego Wieku w Łazach

Rozdział V, § 26 pkt. 3

Termin uregulowania należności za rok 2018 mija 31.03.2019r.

Nr konta bankowego : **72 8450 0005 0070 0703 0935 0003**

Dokładne informacje dotyczące bieżących wykładów, spotkań, imprez są umieszczane na tablicy informacyjnej MOK oraz w „Echa Łaz”.

Zakończenie semestru – 31.01.2019r.