

Uniwersytet Trzeciego Wieku - metodą aktywizacji i integracji osób starszych

Dlaczego i dla kogo Uniwersytet Trzeciego Wieku w gminie Igołomia-Wawrzeńcach?

Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku „Aktywni, ambitni, asertywni” w gminie Igołomia-Wawrzeńcach zostało utworzone z myślą o seniorach w wieku 55+ z terenu gminy Igołomia-Wawrzeńcach, proponując przede wszystkim zajęcia o charakterze integracyjnym, artystycznym i turystycznym. Uczestnictwo słuchaczy na UTW ma stanowić źródło niewyczerpanych inspiracji i ciągłej pracy seniorów nad sobą.

Najważniejsza jest jednak panująca rodzinna i przyjacielska atmosfera, oferująca poczucie jedności i przynależności do grupy, osób starszych, z bagażem doświadczeń i ciągłymi pomysłami na dalsze dni życia. W ten sposób została stworzona seniorom możliwość integracji, wymiany doświadczeń i poglądów oraz realizacji własnych pasji. Ze względu na możliwości, jakie daje UTW w gminie, oraz jego pozytywny wpływ na kształtowanie postaw osób starszych, koordynator działań dyrektor Centrum Kultury i Promocji Joanna Murek wraz z Zarządem podjęli się szeregu działań, których celem jest promowanie i upowszechnianie różnych formy działalności. Prowadzący Stowarzyszenie dołożą możliwych starań, aby dostosować ofertę zajęć do potrzeb i zainteresowań zrzeszonych członków w UTW z terenu gminy. Oprócz funkcji kulturalno-społecznych i ogólnorozwojowych, UTW będzie spełniać funkcje pomocowe, podejmując się zadania niesienia pomocy najbardziej potrzebującym, schorowanym i samotnym uczestnikom. Najważniejszymi celami, jakie realizować ma nowe stowarzyszenie, jest zapewnienie odpowiednich warunków do przyjemnego i pożytecznego spędzania czasu, rozwoju zainteresowań oraz utrzymania i wzmacniania kontaktów towarzyskich. Turystyka i rekreacja m.in. organizowanie wycieczek, zajęcia sportowo-ruchowe (nauka pływania, aqua aerobick, zumba Gold, nordic) spotkania z wykładowcami, ciekawymi ludźmi, zajęcia artystyczne i rękodzielnicze, kurs obsługi komputera, nauka języków obcych to szereg działań, które przyświecają i stanowią priorytet na naszym Uniwersytecie, który zajmuje się rozwojem życia kulturalnego, oświatowego, towarzyskiego i rekreacyjnego osób starszych. Uczestnictwo w takim stowarzyszeniu jak UTW to doskonała okazja do aktywnego spędzania czasu, rozwoju pasji i otwierania się na nowe doznania i doświadczenia. W trakcie spotkań początkowych zaplanowaliśmy zaprezentować treści związane z działalnością i ogólną charakterystyką UTW, źródłami finansowania działań na rzecz osób starszych. Do przedstawienia tej tematyki zaangażujemy Panią Poseł na Sejm VII Kadencji Elżbietę Achinger założycielkę UTW w Wieliczce i Kłaju. W październiku 2013 roku pani dyrektor uczestniczyła w konferencji pn. „Aktywny senior – prezentacja dobrych praktyk”. Na spotkaniu w Mi LA oraz w Koronie Północnego Krakowa a także Centrum Kongresowym w Krakowie zauroczona występem artystycznym senierek z UTW Klucze zaprosiła te miłe i pełne pasji Panie na spotkanie z seniorami z UTW „Aktywni,ambitni, asertywni” do Centru Kultury. Dobre praktyki to „klucz” do sukcesu dalszych działań UTW. Spotkanie było również okazją do popularyzacji dobrych praktyk w zakresie działalność UTW z rejonów wiejskich w województwie. Seniorki z Kluczy dały koncert noworoczny pn „Z czego śmieją się Polacy”. Teksty współczesnych pisarzy, anegdoty, taniec i śpiew pozwoliły radosnym krokiem przejść w Nowy 2016 Rok wszystkim licznie zgromadzonym na zebraniu.

Zarząd Stowarzyszenia UTW i rejestracja

Skład Zarządu:

Krzysztof Barwiński Prezes

Maria Jachimczyk Wice Prezes

Krystyna Zabrzeńska Skarbnik

Irena Gądek Sekretarz

Teresa Gądek Członek

Małgorzata Nowak Członek

Barbara Sroga Członek

Data rejestracji w sądzie: 5.02.2016 r.

Numer KRS: 0000600166

NIP: 6821772178

Adres: 32-125 Wawrzeńcach 160

Prelekcja i bezpłatne badanie słuchu

W miesiącu grudniu pani dyrektor Joanna Murek zaprosiła na wspólne zebranie słuchaczy UTW oraz emerytów z Koła nr 8 przedstawicieli firmy GEERS DOBRY SŁUCH na prelekcję oraz bezpłatne badanie słuchu. W marcu 2015 powstała Fundacja GEERS Dobry Słuch, której misją jest aktywne zaangażowanie w projekty na rzecz budowania świadomości problemu słuchu, jego profilaktyki, ochrony i rehabilitacji. Fundacja pragnie zwrócić uwagę opinii społecznej na ten ważny problem, pokazując że tylko dzięki dobremu słuchowi możemy prowadzić aktywne, pełne i zadowalające życie z pożytkiem dla nas samych, najbliższych i społeczeństwa. Profilaktyka słuchu powinna się stać rutynowym badaniem wpisanym do naszego kalendarza, gdy ukończymy 55 rok życia. O nasz komfort życia, sprawność fizyczną i psychiczną musimy zadbać sami. Przesiewowa kontrola słuchu zajmuje tylko 15 minut, a zyskujemy pewność czy dobrze słyszymy, czy nadszedł czas, aby zadbać o jego poprawę i rehabilitację. Pamiętajmy też, że problem niedosłuchu to nie tylko nasz problem, ale także naszych najbliższych, z którymi na co dzień się kontaktujemy. To najbliżsi doświadczają skutków naszego pogarszającego się słuchu – ile razy muszą zadać pytanie, abyśmy na nie odpowiedzieli? Ile razy zrozumieliśmy coś na opak, bo niedosłyszeliśmy? Ile razy proszono nas, aby ciszyć telewizor albo radio?

Każdej osobie z niedosłuchem można pomóc. Ważne jest, aby rozpoznanie nastąpiło jak najwcześniej Dlatego dbajmy o dobry słuch, aby cieszyć się z życia, z kontaktów z ludźmi i z pasji, które ciągle możemy realizować. Niedosłyszysz? Zbadaj słuch, ale nie rezygnuj z życia! Takie hasło jako myśl przewodnia skierowana została do seniorów." Z badania słuchu skorzystało 60 osób przybyłych na spotkanie.

Przy wspólnym stole zorganizowanym przez Zarząd UTW w składzie: prezes Krzysztof Barwiński, wiceprezes Maria Jachimczyk, skarbnik Krystyna Zabrzeńska, sekretarz Irena Gądek, członkinie: Barbara Sroga, Małgorzata Nowak, Teresa Gągół podjęto decyzję co do planów działalności na najbliższe miesiące.

Plany na przyszłość:

W styczniu planujemy:

- Wyjazd do Muzeum Historycznego Miasta Krakowa, zwiedzanie podziemi krakowskich oraz pokonkursowej wystawy szopek krakowskich.
- Spotkanie z wykładowcami w kwestii polityki senioralnej w Małopolsce, Rad Seniorów, środków finansowania stowarzyszeń.
- Zaplanowaliśmy integracyjny bal karnawałowy z animatorką zabaw dziecięcych i atrakcjami przygotowanymi przez słuchaczy UTW „Seniorzy z najmłodszymi mieszkańcami na balu”,
- od 19 stycznia rozpoczyna się cykl wykładów i ćwiczeń z edukacji finansowej „Senior na plus”- Bezpieczny świat finansów a w nim : „Pożyczki z głową”, „Przez internet bez kolejki”, „ Bankomat nie taki straszny”, „Z kartą płatniczą no tak:)", „Dane osobowe na wagę złota”. Dzięki warsztatom opartym na praktycznych przykładach w łatwy sposób seniorzy dowiedzą się: jak bezpiecznie korzystać z konta internetowego, kart płatniczych bankomatu, czym są płatności zbliżeniowe, mobilne, cash-back, dlaczego chwilówki mogą być ryzykowne, co to jest historia kredytowa, jak ją zbudować i o nią dbać, jak chronić się przed kradzieżą tożsamości.