

Uniwersytet Luboński III Wieku

Zespół redaktorek i redaktorów najwspanialszego ośrodka akademickiego III Wieku w Polsce



Dekadę temu spotkaliśmy się w Luboniu... I mamy się świetnie!



Wydawnictwo Uniwersytetu Lubońskiego III Wieku

Luboń, 2021

Zespół redakcyjny:

Błaszczak Maria
Górnaczyk Regina
Jankowski Zbigniew
Nowakowska Maria
Skrzypczak Irena
Stefaniak Elżbieta
Tomaszyk Mikołaj

Recenzja

Korekta: Regina Górnaczyk
Elżbieta Stefaniak
Maria Błaszczak
Zbigniew Jankowski
Irena Skrzypczak
Mikołaj Tomaszuk

Skład

Zdjęcia: autorami zdjęć umieszczonych w publikacji są członkowie ULTW

Źródło opracowań: własne

Spis treści:

CZĘŚĆ I

Uniwersytet Luboński III Wieku wczoraj i dziś

- 1.1 Wspomnienie Dariusza Szmyta – pierwszego Kanclerza Uniwersytetu Lubońskiego III Wieku
- 1.2 Wspomnienie Małgorzaty Machalskiej – aktualnej Kanclerz Uniwersytetu Lubońskiego III Wieku
- 1.3 Kadra profesorska Uniwersytetu Lubońskiego III Wieku
- 1.4 Studentki i studenci Uniwersytetu Lubońskiego III Wieku
- 1.5 Struktura organizacyjna, statut i hymn Uniwersytetu Lubońskiego III Wieku

CZĘŚĆ II

Historia Uniwersytetu Lubońskiego III Wieku

- 2.1 Kilka słów o nas - informacje ogólne o Uniwersytecie Lubońskim III Wieku
- 2.2 Przegląd ważniejszych wydarzeń organizacyjnych
- 2.3 Podstawa działania – wolontariat słuchaczy ULTW oraz wykładowców ULTW
- 2.4 Socjodemograficzny portret naszych słuchaczy

CZĘŚĆ III

Edukacja i kultura

- 3.1 Tematy wybranych wykładów ogólnych i wykładowcy
- 3.2 Działalność sekcji literacko-bibliotecznej Biblioteki Miejskiej w Luboniu
- 3.3 Działalność sekcji artystycznej – Ośrodek Kultury w Luboniu
- 3.4 Działalność sekcji sportowej – Luboński Ośrodek Sportu i Rekreacji

CZĘŚĆ IV

Aktywności braci studenckiej w sekcjach tematycznych Uniwersytetu Lubońskiego III Wieku

- 4.1 Zajęcia z dziedziny rekreacji ruchowej
- 4.2 Zajęcia integracyjno- sportowe
- 4.3. Relacje z wybranych zajęć integracyjno- sportowych
- 4.4 Relacje z wybranych zajęć turystyczno – krajoznawczych
- 4.5 Kabaret Humoreska

CZĘŚĆ V

Wspomnienia i refleksje słuchaczy „co mi dał Uniwersytet Trzeciego Wieku ?”

- 5.1 Zbigniew Jankowski
- 5.2. Maria Nowakowska
- 5.3 Maria Błaszczak
- 5.4 Lechosław Kędra
- 5.5 Irena Skrzypczak
- 5.6 Barbara Szczepaniak
- 5.7 Lucyna Gawrońska
- 5.8 Danuta Piestrzyńska
- 5.9 Elżbieta Królikiewicz

CZĘŚĆ I

Uniwersytet Luboński III Wieku wczoraj i dziś

1.1 Słowo wstępne Dariusza Szmyta – Burmistrza Miasta Luboń, który ustanowił Uniwersytet Luboński III Wieku, i został pierwszym Kanclerzem ULTW



Foto: Inauguracja I roku działalności ULTW. Na zdjęciu Dariusz Szmyt, prof. dr hab. Jerzy Smorawiński (Rektor AWF), prof. dr hab. Andrzej Lesicki (Pro-Rektor UAM), Regina Górniaczyk (dyrektor Ośrodka Kultury w Luboniu)

Kochani słuchacze,
przedstawiam moje krótkie wspomnienie z powstania Lubońskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku.

Jak w każdym urzędzie gminy również w Luboniu w ramach cotygodniowych dyżurów odbywają się spotkania władarzy z mieszkańcami. W Luboniu sporą grupę stanowili nowi mieszkańcy miasta, w tym również osoby starsze. Rozmawiając z Nimi na różne tematy, często pojawiały się problemy ich poczucia wyobcowania w lubońskim środowisku, braku znajomości innych ludzi w swoim wieku.

Szczęśliwie, od drugiej mojej kadencji w 2010 powołałem na stanowisko swojego doradcy pana Mikołaja Tomaszuka. Na jednej z porad, przedstawiłem nurtujący mnie problem integracji seniorów w mieście. Świetną propozycję przedstawił właśnie p. Mikołaj, który przekonał mnie do pomysłu powołania Uniwersytetu III Wieku w Luboniu. Doświadczenie akademickie oraz entuzjazm i pracowitość gwarantowały zrealizowanie pomysłu, głównie przez samego autora pomysłu. Moja rola sprowadzała się do akceptowania przedstawionych kolejnych działań organizacyjnych i naszych wspólnych spotkań z władzami gmin gdzie UTW już funkcjonowały. Tak w niespełna rok stworzyliśmy Luboński Uniwersytet Trzeciego

Wiek, którego zostałem Kanclerzem, a po konsultacjach powołałem wspianą, idealnie się uzupełniającą Radę Programową, do której studenci dołączyli, jej ostatnie bardzo istotne spajające ogniwo - wspianą Starościnę – Marię Nowakowską.

Teraz, po 10 latach, mam ogromną satysfakcję, że z roku na rok przybywa słuchaczy, którzy pogłębiają wiedzę praktyczną z wykładów tematycznych, uczestniczą w ciekawych zajęciach, spotkaniach i wycieczkach a co najważniejsze stałem się świadkiem nowych znajomości, przyjaźni i miłości. Jestem byłym Burmistrzem i Kanclerzem ale, jak ktoś sarkastycznie zauważył, pozostałem „Ojcem Założycielem” LUTW. Ja czuję się z tym dobrze, bo być współtwórcą czegoś wspianego daje poczucie dumy i satysfakcji.

Pozdrawiam

Dariusz Szmyt



Na zdjęciu od lewej: Mikołaj Tomaszuk, Zbigniew Jankowski, Dariusz Szmyt, podczas inauguracji pierwszego roku akademickiego ULTW w budynku Gimnazjum nr 2 im. Jana Pawła II w Luboniu

Z komentarzem [MT1]: Zdjęcie proszę wykadrować tak by byli widoczni tylko trzej Panowie od lewej



Na zdjęciu: Burmistrz Miasta Luboń Małgorzata Machalska wśród studentów ULTW podczas majówki w Tyczynie (powiat świebodziński)

1.2. Tytułem wstępu Małgorzata Machalska – Burmistrz Miasta Luboń, Kanclerz ULTW

Nauka jest jak niezmierne morze... Im więcej jej pijesz, tym bardziej jesteś spragniony.
Stefan Żeromski

Z okazji Jubileuszu 10-lecia działalności Uniwersytetu Lubońskiego Trzeciego Wieku składam serdeczne gratulacje dla założycieli, kierownictwa, Rady Programowej oraz wszystkich członków stowarzyszenia. Dziękuję mojemu poprzednikowi Burmistrzowi Dariuszowi Szmytowi za podjęcie decyzji o utworzeniu Uniwersytetu. To wspaniała inicjatywa.

Doceniam ogromną rolę, jaką Uniwersytet Luboński Trzeciego Wieku odgrywa dla lokalnej społeczności. Podejmowane przez Państwa przedsięwzięcia wspierają aktywność społeczną i kulturalną lubońskich seniorów. Dla słuchaczy studiowanie na Uniwersytecie jest szansą na odkrycie nowych talentów oraz zainteresowań. To też okazja do nawiązania szerokiej sieci kontaktów i przyjaźni wśród osób pełnych energii i pasji, wzajemnie inspirujących się i

gotowych na nowe wyzwania. Jak ważny jest dla słuchaczy Uniwersytetu aspekt społeczny pokazuje fakt, że wielu zaczynając studiować, nie zamierza tych studiów kończyć. Kontakty nawiązane na zajęciach przeradzają się często w stałe relacje i owocują wspólnym spędzaniem czasu poza Uniwersytetem.

Przez 10 lat działalności udało się Państwu zrealizować wiele wspaniałych inicjatyw. Gdy w sierpniu 2011 roku zakładano Uniwersytet, liczył on 96 członków. Obecnie to aż 195 słuchaczy. Świadczy to o Państwa zaangażowaniu i profesjonalizmie. Dostrzegam wśród Państwa wielu wyróżniających się indywidualistów i pasjonatów. Uniwersytet, który Państwo stworzyliście, daje możliwość samorealizacji i czerpania satysfakcji z pracy dla innych. Mam nadzieję, że tak jest i życzę, abyście Państwo nadal odczuwali zadowolenie ze wspaniałych efektów pracy.

Miło jest patrzeć na Państwa energię, zaangażowanie i niesłabnący zapał. Zdaję sobie sprawę z ogromu pracy, z której być może niekiedy wynika zmęczenie. W takich chwilach wystarczy zamknąć oczy i przypomnieć sobie widok naszych Studentów – Waszych koleżanek i kolegów, na uroczystości rozpoczęcia kolejnego roku akademickiego. Odświeżenie ubranych, uśmiechniętych, wzruszonych przy śpiewie „*Gaudeamus igitur*”, doceniających atmosferę środowiska, które Państwo współtworzyście.

Życzę Państwu kolejnych lat owocnej działalności, zadowolenia i radości z pogłębienia wiedzy. Niech Państwa energia i entuzjazm oraz chęć rozwijania się będą wzorem do naśladowania dla młodszych pokoleń.

Zwracając się do Studentów Uniwersytetu Lubońskiego Trzeciego Wieku, dziękuję Państwu za otwartość, życzliwość i zaangażowanie z jakim odpowiadacie na kierowane do Was zaproszenia i oferty. Tworzyście wspaniałą, serdeczną brać studencką. To wasza radość życia buduje miłą atmosferę na wspólnych spotkaniach. Praca dla Was to przyjemność.

Z serdecznymi pozdrowieniami
Małgorzata Machalska
Kanclerz

1.3 Kadra profesorska Uniwersytetu Lubońskiego III Wieku

Spis wykładowców Uniwersytetu Lubońskiego Trzeciego Wieku lata 2011 - 2021

1. + Antkowiak Paweł prof. dr hab. (WNPiD UAM)
2. Bernaciak Arnold; prof. dr hab. (WSB Poznań)
3. Błaszczak Jan; dr, inż. (Politechnika Poznańska)
4. Bolewski Andrzej
5. Boniecki Adam; ksiądz, redaktor naczelny „Tygodnika Powszechnego”
6. Brańka Tomasz; prof. dr hab. (WNPiD)
7. Cywińska Barbara; Towarzystwo Genealogiczne Gniazdo
8. Czaban Anatol; generał dywizji, dr WNPiD UAM
9. Donaj Łukasz; prof. dr hab. (WNPiD UAM)
10. Duda Krzysztof; dr (UAM)
11. Dybczyński Paweł; b. Komendant Straży Miejskiej w Luboniu
12. Dworaczyk Adam; dr (Uniwersytet Przyrodniczy – Poznań)
13. Fiedler Radosław; prof. dr hab. (WNPiD UAM)
14. Gawroński Włodzimierz; prof., NASA
15. Jachnik Agnieszka; Powiatowa Inspektor Sanitarna w Szamotułach
16. Jarosz Jacek; (Redemptoris Missio)
17. Kaczmarek Filip; dr hab. Poseł do PE
18. Kaczmarek Lech; dr; Stacja Ekologiczna UAM w Jeziorach
19. Karg Magdalena; prof. dr hab. (Pro-Dziekan WNPiD UAM)
20. Karwat Janusz; prof. dr hab.
21. Kędziora Andrzej; prof. dr hab. Instytut Środowiska Rolniczego i i Leśnego PAN
22. Klejdysz Natalia; prof. dr hab.; (WNPiD UAM)
23. Knopik-Skrocka Agnieszka; dr Wydział Biologii UAM
24. Kocur Piotr; dr
25. Kopacz Ewa; lekarz (w latach 2014–2015 prezes Rady Ministrów, od 2019 wiceprzewodnicząca Parlamentu Europejskiego.)
26. Kowal Paweł; dr hab. ISP PAN Warszawa
27. Kowalik Marta; radiolog
28. Kozłowska Agnieszka; (WSB Poznań)
29. Krzysztof Hajder; prof.dr.hab.
30. Kuświk Bartosz; dr IPN Poznań
31. Leciej Grażyna; b. dyr. SP 3 w Luboniu
32. Lesiewicz Elżbieta; prof. dr. hab. (WNPiD UAM)
33. Lorek Artur M.; mgr. WPiA w Poznaniu
34. Lubarski Dobrosław; dr (Lubmed)

35. Łukasik Jacek; nadkomisarz
36. + Łybacka Krystyna; dr (Minister Edukacji i Sportu w latach (2001 – 2004
37. Łykowska-Szuber Liliana; dr n. med.
38. Miechowicz Wojciech; Zastępca Dyrektora ZTM Poznań
39. Mikołajczak Mateusz; mgr wiceburmistrz Miasta Luboń
40. Niewiada Krzysztof; Miejski Komisariat Policji w Luboniu
41. Niewiejska Jagienka; Senior Wigor w Luboniu
42. Ołasińska Anna; dr n. med.
43. Pankiewicz Michał; mec.
44. Pilichowska- Woźniak Małgorzata; Zastępczyni Dyrektora ZTM Poznań
45. Polak Mieczysław; ksiądz prof.dr hab.; Pro-Dziekan WT UAM
46. Podsadzy Michał, adwokat
47. Radwański Marek; Powiatowy Rzecznik Konsumentów w Poznaniu
48. Raubo Jacek M.; dr (WNPiD UAM)
49. Reder Beata; Dyrektor Hotelu Poznańskiego
50. Remigiusz Tritt; dr n. med.(UM)
51. Rożnowski Krzysztof ; dr n. med..
52. Scheffs Łukasz; prof. dr hab. (WNPiD)
53. Secler Bartłomiej; dr (WNPiD UAM)
54. Skarżyński Mirosław; prof. dr hab. WNPiD UAM
55. Smorawiński Jerzy; prof. dr hab. Rektor AWF w Poznaniu
56. Stelmach Andrzej; prof. dr hab.; Dziekan WNPiD UAM
57. Suska Ewelina; rzecznik prasowa Wojewódzkiej Stacji Sanitarno - Epidemiologicznej w Poznaniu
58. Szczepaniak Izabela; dr nauk humanistycznych
59. Szpunar Marek Prezes Fundacji dla Uniwersytetu Jagiellońskiego
60. Szymaniak Adam; prof. dr hab (WNPiD UAM)
61. Świerczyński Robert; Bractwo Kurkowe Luboń
62. Tadeusz-Ciesielczyk Małgorzata; mgr (WNPiD UAM)
63. Tomaszuk Mikołaj; dr hab. (WNPiD UAM)
64. Urban Tadeusz; dyr. KOM-LUB
65. Wasilkiewicz Kamil; dr (IKE w Gnieźnie, UAM)
66. Wawrzynowicz Hanna; dr (WNPiD UAM)
67. Wolff-Powęska Anna; prof. dr hab. (WNPiD UAM)
68. Zandberg Adrian; Poseł na Sejm RP
69. Zembrzycki Stanisław prof. Wyższa Szkoła Zawodowa w Lesznie

1.4 Studentki i studenci Uniwersytetu Lubońskiego III Wieku (2011-2021)

Poniżej zamieszczamy wykaz zapisanych do naszego grona słuchaczek i słuchaczy
Uniwersytetu Lubońskiego Trzeciego Wieku.

Lp.	nazwisko	imię	od – do
1.	Adamczak	Henryka	2012-2014
2.	Adamczak	Bogdan	2013- 2014
3.	Adamczak Weber	Elżbieta	2011-2019
4.	Adamska	Ewa	2020- 2021
5.	Agaciak	Ewa	2012- 2014
6.	Andrzejak - Nagel	Elżbieta	2012- 2021
7.	Andrzejewska	Wiesława	2014- 2021
8.	Bajerlein	Elżbieta	2019- 2021
9.	Balcerek	Elżbieta	2018- 2021
10.	Balcerek	Jacek	2018- 2021
11.	Baraniak	Beata	2012- 2013
12.	Baraniak Lekki	Małgorzata †	2012- 2017
13.	Baranowska	Irena	2018- 2021
14.	Baranowska	Renata	2011- 2012
15.	Barłóg	Krystyna	2011- 2014
16.	Bartkowiak	Józefa Maria	2011- 2021
17.	Bartkowiak	Małgorzata	2013- 2014
18.	Bartkowiak	Maria	2016- 2021
19.	Bartosik	Dorota	2011- 2012
20.	Bączyk	Krystyna	2016- 2021
21.	Bąk	Ludmiła	2013- 2021
22.	Bąk	Włodzimierz	2011- 2021
23.	Bentka	Urszula	2012- 2013
24.	Biniaś	Ewa	2016- 2021
25.	Blaszka	Grażyna	2011- 2012
26.	Blaszka	Zenona	2011- 2014
27.	Bloch	Maria	2015- 2021
28.	Bober	Elżbieta	2011- 2021
29.	Bogacki	Jerzy	2020- 2021
30.	Bogacz	Danuta	2016- 2017
31.	Borowicz	Urszula	2011- 2012
32.	Brańka	Elżbieta	2011- 2013 2016 - 2021
33.	Bręczewski	Krzysztof	2018- 2021
34.	Bródka	Stanisław	2018- 2020
35.	Brzozowska	Elżbieta †	2014- 2016
36.	Buchert	Maria	2011-2013
37.	Bugaj	Irena	2011- 2013
38.	Burkoska	Maria Magdalena	2011- 2013
39.	Buryan	Aleksandra	2016- 2021
40.	Chmielowski	Grzegorz	2012- 2013 2014-2015 2019- 2021
41.	Cieślewicz	Lidia	2013- 2021

42.	Czaja	Halina	2012- 2021
43.	Czajka	Elżbieta	2012- 2013
44.	Czajka	Józef	2012- 2013
45.	Czaplewska	Wanda	2012- 2015
46.	Czernecka	Łucja	2015- 2021
47.	Czerwińska	Barbara	2011- 2021
48.	Czerwińska	Irena	2011- 2021
49.	Dauer	Elżbieta	2012- 2021
50.	Dembińska	Anna	2017- 2021
51.	Dembska	Danuta	2014- 2021
52.	Derda	Stanisława	2014- 2021
53.	Derucka	Maria	2017- 2021
54.	Dobrowolska	Barbara	2013- 2016
55.	Drajer	Urszula	2019- 2021
56.	Drajer	Wanda	2019- 2021
57.	Drozdowska	Maria	2015- 2021
58.	Działowa	Aleksandra	2011- 2012 2016- 2017
59.	Ellmann	Janina	2011- 2015 2016- 2018
60.	Faligowska	Iwona	2011- 2015 2016- 2018
61.	Faligowski	Grzegorz	2018- 2021
62.	Filip	Bogusław	2011- 2012
63.	Filipowicz	Sabina	2011- 2021
64.	Frankiewicz	Dorota	2018- 2021
65.	Frąckowiak	Irena	2015- 2016 2018- 2020
66.	Gaertig	Danuta	2011- 2013
67.	Gaetig	Jan	2011- 2013
68.	Garbacik	Danuta	2011- 2014
69.	Garczyńska	Elżbieta	2011- 2013 2017- 2021
70.	Gawrońska	Lucyna	2011- 2021
71.	Gąsiorowska	Lucyna	2017- 2021
72.	Gąska	Lidia	2012- 2013
73.	Gendek	Aleksandra	2020- 2021
74.	Glesmann	Danuta	2018- 2021
75.	Godek	Lidia	2011- 2014 2017- 2018
76.	Górecka	Danuta	2011- 2016 2018- 2021
77.	Grabska	Iwona	2019- 2021
78.	Grelus	Aleksandra	2015- 2016
79.	Grembowska	Alina	2012- 2021
80.	Grembowski	Karol	2012- 2021
81.	Gruszczyńska	Ewa	2014- 2016
82.	Gruszczyńska	Małgorzata	2011- 2013
83.	Gruszecki	Mieczysław	2013- 2019

84.	Herman	Genowefa	2015- 2016
85.	Hernes	Ewa	2014- 2021
86.	Hoppe	Przemysław	2018- 2021
87.	Hoppe	Urszula	2016- 2021
88.	Hulak	Anna	2011- 2016
89.	Idasiak	Aniela	2014- 2015
90.	Idasiak	Bronisław	2014- 2015
91.	Ignaszak	Danuta	2016- 2021
92.	Jakubczak	Lucyna	2019- 2021
93.	Jankowska	Maria	2018- 2021
94.	Jarmuszkiewicz	Janina	2020- 2021
95.	Jelińska	Kazimiera	2015- 2021
96.	Jeziak	Irena	2016- 2017
97.	Jezierska	Alicja	2012- 2013 2014- 2015
98.	Jęchorek	Bogumiła	2012- 2021
99.	Jęchorek	Krzysztof	2012- 2021
100.	Jędrzejewska	Halina	2018- 2021
101.	Jęsko	Krystyna †	2014- 2020
102.	Jopek	Irena	2018- 2021
103.	Kaczmarek	Daniela Teresa	2014- 2021
104.	Kaczmarek	Dorota	2011- 2012
105.	Kaczmarek	Elżbieta	2018- 2021
106.	Kaczmarek	Grzegorz	2011- 2012
107.	Kaczmarek	Irena	2014- 2021
108.	Kaczmarek	Jan	2012- 2013
109.	Kaczmarek	Janina	2014- 2015
110.	Kaczmarek	Mieczysław	2019- 2021
111.	Kałużniak	Grażyna	2016- 2017
112.	Kania Mielcarska	Bohdana	2012- 2016
113.	Kapsa	Emilia	2014- 2015
114.	Kaptur	Paweł	2018- 2021
115.	Karpińska	Elżbieta	2011- 2012
116.	Kasprzak	Alicja	2018- 2021
117.	Kaszkowiak	Elżbieta	2011- 2013
118.	Kaszkowiak	Leonard	2011- 2013
119.	Kędra	Halina	2015- 2021
120.	Kędra	Lechosław	2014- 2021
121.	Kędziora	Janina	2011- 2021
122.	Kędziora	Stanisław	2011- 2021
123.	Kiełbasińska	Mirosława	2020- 2021
124.	Kinas	Jerzy	2012- 2013
125.	Klaczyńska	Barbara	2011- 2012
126.	Klupiec	Aleksandra	2013- 2014
127.	Kołodziej	Genowefa Maria	2011- 2021
128.	Kołodziejczyk	Elżbieta	2014- 2015
129.	Konieczna	Elżbieta	2014- 2015
130.	Konieczna	Jadwiga	2012- 2013 2014- 2015

131.	Kortsch	Teresa Anna	2012- 2019
132.	Korytna	Barbara	2011- 2021
133.	Królikiewicz	Elżbieta	2011- 2021
134.	Królikowski	Henryk	2018- 2021
135.	Krusinska	Alicja	2011- 2012
136.	Krusinski	Rajmund	2011- 2012
137.	Krych	Wiesława	2012- 2013
138.	Kubalewska	Teresa	2017- 2021
139.	Kubiak	Halina Władysława	2018- 2021
140.	Kubiak	Henryk	2018- 2021
141.	Kubicka	Krystyna	2016- 2021
142.	Kuciak	Brygida	2017- 2021
143.	Kujawa	Mirosława	2014- 2021
144.	Kujawa	Zdzisława	2014- 2015
145.	Kujawska	Irena	2019- 2021
146.	Kurasińska	Danuta	2017- 2021
147.	Kurzawa	Barbara	2015- 2018
148.	Kusy	Piotr	2018- 2021
149.	Kuźniak	Lucjan	2012- 2021
150.	Lamot	Barbara	2011- 2014
151.	Lamot	Franciszek	2011- 2014
152.	Lar	Andrzej	2011- 2013
153.	Lekki	Ryszard	2012- 2021
154.	Lipiecka	Grażyna	2015- 2021
155.	Lisiecka	Alicja	2020- 2021
156.	Lisiecka	Elżbieta	2020-2021
157.	Lucińska	Wanda	2013- 2014 2014- 2015
158.	Luciński	Grzegorz	2014- 2015
159.	Lulka	Bożena	2020- 2021
160.	Lutomska	Krystyna	2013- 2015
161.	Lutomska	Krystyna	2016- 2017
162.	Łatuszyński	Henryk	2013- 2016
163.	Ławicka	Urszula	2018- 2021
164.	Maciejewska	Bożena	2015- 2021
165.	Maciejewska	Natalia	2016- 2021
166.	Majchrzycka	Danuta	2012- 2021
167.	Maleszka	Małgorzata	2015- 2021
168.	Mania	Zofia	2011- 2014
169.	Marciniak	Dorota	2018- 2021
170.	Marciniak	Zofia	2018- 2019
171.	Marciniak	Ryszard	2013- 2014
172.	Marcinkowska	Jolanta	2015- 2016
173.	Marcinkowska	Zofia	2013- 2021
174.	Marcinkowski	Jan	2013- 2021
175.	Matuszak	Irena	2013- 2021
176.	Matuszak	Roman	2013- 2017
177.	Mączyński	Edward	2011- 2018

178.	Melinger	Lucyna	2012- 2021
179.	Michalczak	Gabryela	2015- 2021
180.	Michalska	Henryka	2011- 2014 2016- 2018
181.	Michałowska	Ewa	2017- 2021
182.	Michulka	Elżbieta	2017- 2018
183.	Mikołajczak	Joanna	2017- 2021
184.	Mikulicz	Małgorzata	2019- 2021
185.	Miłodowska Osiadła	Anna	2018- 2021
186.	Mirek	Maria	2019- 2021
187.	Morawska	Janina	2014- 2021
188.	Morawska	Wanda	2015- 2021
189.	Mścisz	Danuta	2018- 2021
190.	Muszyńska	Krystyna	2018- 2021
191.	Nadobnik	Stefania	2013- 2014 2016- 2019
192.	Nadolczak	Adam	2018- 2019
193.	Nadolczak	Urszula	2018- 2019
194.	Narłowska	Barbara	2015- 2017
195.	Nieborak	Urszula	2015- 2016 2020- 2021
196.	Niedośpiał	Irena	2011- 2012 2014- 2016
197.	Nogala	Lidia	2016- 2020
198.	Norkowska	Bożena	2015- 2016
199.	Nowaczyk	Halina	2011- 2012
200.	Nowak	Bożena	2011- 2012 2016- 2018 2019- 2021
201.	Nowak	Grzegorz	2019- 2021
202.	Nowak	Jadwiga	2018- 2021
203.	Nowak	Krystyna	2014- 2017
204.	Nowak	Małgorzata	2013- 2014
205.	Nowak	Urszula	2011- 2021
206.	Nowak	Wiesława	2016- 2021
207.	Nowakowska	Ewa	2019- 2021
208.	Nowakowska	Maria	2011- 2021
209.	Nowakowski	Jerzy	2011- 2021
210.	Nowicka	Jadwiga	2013- 2015
211.	Odolanowska	Barbara	2018- 2021
212.	Ogrodowczyk	Waldemar	2011- 2012
213.	Okulicz – Kazaryn	Małgorzata	2012- 2021
214.	Olczyk Sobiesińska	Józefa	2012- 2015
215.	Olejniczak Nowak	Jolanta	2016- 2018
216.	Olejniak	Krystyna	2016 - 2019
217.	Orzechowska	Zofia	2018- 2021
218.	Owczarczak	Zofia	2011- 2021
219.	Paluszkiewicz	Maria	2018- 2021
220.	Paszkiewicz	Elżbieta	2017- 2019

221.	Paszkowska	Liliana	2015- 2021
222.	Pawłęty	Janina	2017- 2021
223.	Pawlicka	Hanna	2011- 2013
224.	Pawłowska	Janina	2016- 2021
225.	Perz	Gabriela	2012- 2013
226.	Piątek	Krzysztof	2019- 2021
227.	Piechnik	Henryka	2019- 2021
228.	Piechowiak	Hanna	2019- 2021
229.	Piechowiak	Marek	2019- 2021
230.	Piekarska	Janina	2019- 2021
231.	Pieprzyk	Elżbieta	2019- 2021
232.	Pieprzyk	Jerzy	2019- 2021
233.	Piestrzyńska	Danuta	2011- 2021
234.	Pietrzak	Bogdan	2011- 2014
235.	Pietrzak	Elżbieta	2012- 2014
236.	Pioch	Maria	2015- 2016
237.	Plucińska	Barbara	2015- 2017
238.	Pniewska	Wanda	2011- 2013
239.	Pniewski	Sławomir	2011- 2012
240.	Podbylska	Grażyna †	2012- 2017
241.	Pokladecka	Elżbieta	2012- 2021
242.	Pokrop	Benedykta	2020- 2021
243.	Potrawiak	Barbara	2016- 2021
244.	Potrawiak	Zenon	2018- 2021
245.	Preiss	Zofia	2011- 2012
246.	Przewoźniak	Henryk	2015- 2018
247.	Przybylak	Urszula	2013- 2021
248.	Przybylska	Barbara	2012- 2021
249.	Przybył	Maria	2012- 2013
250.	Przybył	Teresa	2014- 2015
251.	Przybyłowicz	Irena	2016- 2021
252.	Przygocka	Danuta	2018- 2021
253.	Przytocka	Elżbieta	2013- 2020
254.	Przytuła	Anna	2011- 2013 2014- 2015
255.	Przytuła	Jan	2012- 2013
256.	Pytlakowska	Barbara	2019- 2021
257.	Pytlakowski	Tadeusz	2019- 2021
258.	Raczkowska	Barbara	2016- 2021
259.	Rapczyńska Kaczmarek	Urszula	2015- 2021
260.	Ratajak	Genowefa	2014- 2018
261.	Ratajczak	Andrzej	2012- 2014
262.	Ratajczak	Bożena	2011- 2014
263.	Roehr	Barbara	2019- 2021
264.	Roehr	Zdzisław	2017- 2021
265.	Roszak	Lucyna	2011- 2015 2018- 2021
266.	Rotnicka Szkup	Barbara	2016- 2021
267.	Ruszkowska Nowak	Ewa	2011- 2012

			2014- 2015 2018- 2021
268.	Ruszkowska	Janina	2018- 2021
269.	Rybacka	Jolanta	2011- 2012
270.	Rybacki	Krzysztof	2011- 2012
271.	Rybarczyk	Mariola	2013- 2015
272.	Salata	Irena	2012- 2021
273.	Samulczyk	Wanda	2015- 2017
274.	Shoenrad	Lidia	2018- 2021
275.	Serafin	Edward	2011- 2021
276.	Sieradzka	Małgorzata	2016- 2018
277.	Sierżant	Barbara	2011- 2012
278.	Sikora	Danuta	2017- 2021
279.	Sikora	Janina	2012- 2016
280.	Siminiak	Barbara	2012- 2013
281.	Sitarz Wąsiewicz	Lukrecja	2011- 2016
282.	Skórska	Marianna	2011- 2019
283.	Skrzypczak	Bogdan	2013- 2018
284.	Snella	Lucyna	2012- 2018
285.	Sobczak	Maria	2011- 2017
286.	Sobiech	Barbara	2014- 2021
287.	Sobiesiński	Jerzy	2012- 2014
288.	Soja	Grażyna	2018- 2021
289.	Sojka	Janina	2014- 2015
290.	Soloch	Lidia	2016- 2017
291.	Sowińska	Danuta	2016- 2017
292.	Sprycha	Krystyna	2016- 2020
293.	Spychalska	Stefania	2012- 2013
294.	Sroczyńska	Jolanta	2011- 2021
295.	Sroczyński	Włodzimierz	2011- 2021
296.	Stachowiak	Krystyna	2020-2021
297.	Staniewska	Dorota	2018- 2021
298.	Stefaniak	Alina	2013- 2014
299.	Stefaniak	Elżbieta Iwona	2018- 2021
300.	Sobienia	Barbara	2017- 2018
301.	Stoińska	Jolanta	2011- 2012
302.	Strenk	Hanna	2017- 2021
303.	Surdyk	Elżbieta	2019- 2021
304.	Szajek	Elżbieta	2011- 2021
305.	Szajkowska Deneka	Dorota	2014- 2021
306.	Szaumkessel	Wiesława	2011- 2013
307.	Szczepaniak	Barbara	2018- 2021
308.	Szczepańska	Teresa	2014- 2021
309.	Szefer	Mirosława	2017- 2018
310.	Szmyt	Hanna	2011- 2021
311.	Szyler	Gabriela	2019- 2021
312.	Szymańska	Barbara	2011- 2015
313.	Szymański	Jacek	2011- 2013

314.	Szymczak	Bożena	2013- 2021
315.	Szymczak	Krystyna	2011- 2012
316.	Szymczak	Kazimierz	2011- 2012
317.	Szypura	Halina	2014- 2021
318.	Śleboda	Danuta	2018- 2021
319.	Świergiel	Lucyna	2017- 2021
320.	Tomczak	Krystyna	2014- 2018
321.	Tomkowiak	Aleksandra	2017- 2021
322.	Tonder	Irena	2012- 2021
323.	Tritt	Maria	2011- 2012
324.	Tumasz	Anna	2012- 2014 2015- 2017
325.	Tymczuk	Kazimierz	2018- 2021
326.	Urbaniak	Zofia	2017- 2021
327.	Urbanowicz	Dorota	2015- 2017
328.	Waltrowska	Aldona	2011- 2019
329.	Walkowska	Teresa	2019- 2021
330.	Wałęsa	Lucyna	2017- 2021
331.	Wasilewska	Elżbieta	2011- 2018
332.	Wasilewski	Zbigniew	2012- 2013
333.	Wawrocki	Krzysztof	2018- 2021
334.	Wąsowska	Zdzisława	2018- 2021
335.	Wichłacz	Halina	2011- 2013
336.	Wielgosz	Helena	2017- 2021
337.	Wilkowska	Halina	2012- 2014
338.	Witt	Urszula	2019- 2021
339.	Woda	Krystyna	2011- 2012
340.	Wojciechowska	Elżbieta	2011- 2021
341.	Wojciechowska	Henryka	2014- 2015
342.	Wojtasiak	Michał	2013- 2021
343.	Wolnowska	Halina	2018- 2021
344.	Woźna	Grażyna	2019- 2021
345.	Woźniak	Danuta	2014- 2021
346.	Wójciak	Krystyna	2013- 2014
347.	Wysocka	Barbara	2016- 2018
348.	Zabawa	Maria	2012- 2021
349.	Zakrzewska	Jolanta	2012- 2013
350.	Zamel	Irena	2020- 2021
351.	Zaremba	Jadwiga	2013- 2014
352.	Zaremba	Teresa	2015- 2016
353.	Zawada	Teresa	2018- 2019
354.	Zawalska	Halina	2011- 2021
355.	Zielińska	Ewa	2011- 2017
356.	Zieliński	Grzegorz	2011- 2021
357.	Żuk	Romualda	2012- 2014 2017- 2021
358.	Żurczak	Irena	2011- 2021

1.5.Struktura organizacyjna, statut i hymn Uniwersytetu Lubońskiego III Wieku

Hymn Seniora Uniwersytetu Lubońskiego Trzeciego Wieku

1. Luboń – to miasto każdy zna
Luboń – uczelnię nawet ma
To miejsce nam otwiera drzwi
Uniwersytet – dumnie brzmi
Czy to jest grudzień, czy też maj
To dla seniorów istny raj
Seniorzy przybywajcie więc
Gdy na atrakcje macie chęć

Refren

Teraz jest pora dla seniora
Dziś możliwości senior ma
Nie siedźcie przy telewizorach
Na spacer z nami dalej marsz
W południe wykład , potem kino
Po gimnastyce siłę masz
I nie myśl wszystko już za tobą
Marzenia to azymut nasz!

2. Na każdy wykład mamy czas
Głód wiedzy wciąż napędza nas
Z plecakiem pełnym dobrych rad
Gotowi choć się zmienia świat
Nie oglądamy się już wstecz
Na przekór i metryce wbrew
Na świat patrzymy dziś co dnia
Niezmiennie z życiem jeszcze raz

Refren

Teraz jest pora dla seniora
Spełniania marzeń to już czas
Ten trzeci wiek to nie jest zmora
Potencjał wielki drzemie w nas
Lećmy jak ptaki kolorowe
Wysłuchani co nam w duszy gra
Po doświadczenia ciągle nowe
To innym dobry przykład da

Tekst:

Seniorki Uniwersytetu Lubońskiego Trzeciego Wieku

Garczyńska Elżbieta, Świergiel Lucyna
Muzyka:
Kierownik muzyczny zespołu Szarotki w Luboniu
Albiński Olgierd

Z komentarzem [MT2]: Tu proszę wkleić nuty z pliku HYMN SENIORA

Władze ULTW:

1. Walne Zebranie Członków

Walne Zebranie Członków jest najwyższą władzą Stowarzyszenia i jest zwoływane co najmniej raz na 4 lata. Do kompetencji Walnego Zebrania należy przede wszystkim określenie głównych kierunków działania Stowarzyszenia, uchwalenie statutu i jego zmian, wybór i odwoływanie członków Zarządu, Prezesa i Komisji Rewizyjnej, ustalenie wysokości składek członkowskich, rozpatrywanie wniosków i postulatów zgłoszonych przez członków lub Zarząd oraz podejmowanie uchwał w sprawach wniesionych pod obrady.

2. Zarząd (Prezydium i Członkowie)

Zarząd kieruje całokształtem działalności Stowarzyszenia zgodnie z uchwałami Walnego Zebrania Członków i reprezentuje je na zewnątrz. Do zakresu działania Zarządu należy m.in. realizacja celów statutowych Stowarzyszenia, wyznaczenie jego kierunków działania, opracowanie i realizacja budżetu, powoływanie rady programowo – naukowej oraz określenie jej zadań. Zarząd składa się z 7 członków, w tym Przewodniczący, Wiceprzewodniczący, Sekretarz i trzech członków.

W 2018 roku na walnym zebraniu sprawozdawczo – wyborczym Stowarzyszenia ULTW wybrano władze naszej uniwersyteckiej rodziny na kolejną 4 – letnią kadencję (2018- 2022):

Zbigniew Jankowski – przewodniczący,
Mikołaj Tomaszuk – wiceprzewodniczący,
Maria Błaszczak – sekretarz,
Maria Nowakowska – skarbnik,
Maciej Kędziora – członek ds. sportu i rekreacji,
Regina Górniaczyk – członek ds. integracji akademickiej
Grażyna Leciej – członek ds. integracji akademickiej

Komisja rewizyjna

Jest powołana do sprawowania kontroli nad działalnością Stowarzyszenia. Składa się z trzech osób:

Jan Błaszczak – przewodniczący,
Irena Skrzypczak – członek,
Elżbieta Stefaniak – członek



Na zdjęciu członkowie Rady Programowej ULTW

Rada programowa

Rada Programowa stanowi organ doradczy Stowarzyszenia ULTW. Jej zadaniem jest pomoc w realizacji celów statutowych i wspieranie merytoryczne dotyczące ustalania na każdy semestr akademicki tematyki programów edukacyjnych i koordynacja wykładów, seminariów, kursów, warsztatów oraz pozostałych zajęć, a także pozyskiwanie wykładowców i prelegentów z wyższych uczelni, osobowości świata nauki, polityki, sportu, kultury i sztuki.

Radę Programową stanowi 18 - osobowy zespół w składzie:

1. **Begier Agnieszka** – dyrektor Biblioteki Miejskiej w Luboniu
2. **Błaszczak Jan** - emerytowany nauczyciel akademicki Politechniki Poznańskiej, członek kadry programowej Polskiego Towarzystwa Turystyczno-Krajoznawczego, wieloletni ławnik sądowy,
3. **Błaszczak Maria** - sekretarz Lubońskiej Rady Seniorów, członek kadry programowej Polskiego Towarzystwa Turystyczno-Krajoznawczego
4. **Górnaczyk Regina** - dyrektor Ośrodka Kultury w Luboniu

5. **Jankowski Zbigniew** – radny powiatu poznańskiego, były wieloletni dyrektor SP 1 w Luboniu, przewodniczący Stowarzyszenia ULTW
6. **Karwat Janusz** – nauczyciel akademicki Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu
7. **Kędziora Maciej** – przedstawiciel LOSiR
8. **Machalska Małgorzata** – burmistrz Miasta Luboń, obecny kanclerz ULTW
9. **Niewiejska Jagienka** – kierownik Dziennego Domu Senior – Wigor w Luboniu
10. **Nowakowska Maria** – członek Lubońskiej Rady Seniorów, emerytowana dyrektor SP 3 w Luboniu, starościna roku
11. **Leciej Grażyna** - była dyrektor SP 3 w Luboniu, mediator sądowy
12. **Skrzypczak Irena** – była Radna Powiatu Poznańskiego, przewodnicząca Powiatowej Rady Seniorów
13. **Splisgart Sławomir** – przedstawiciel lokalnej przedsiębiorczości
14. **Sroczyński Włodzimierz** – członek Lubońskiej Rady Seniorów
15. **Stefaniak Elżbieta** – z-ca przewodniczącego Lubońskiej Rady Seniorów, była dyrektor Biblioteki Miejskiej w Luboniu
16. **Szmyt Dariusz** – radny powiatu poznańskiego, były Burmistrz Miasta Luboń, pierwszy kanclerz Uniwersytetu
17. **Tomaszyk Mikołaj** – nauczyciel akademicki Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu, przewodniczący Rady Programowej ULTW, były Zastępca Burmistrza Miasta Luboń
18. **Ziółkowska Anna** – dyrektor Muzeum Martyrologicznego w Żabikowie

CZĘŚĆ II

Historia Uniwersytetu Lubońskiego III Wieku

„Bo każdy przecież początek, to tylko ciąg dalszy, a księga zdarzeń zawsze otwarta w połowie”

Wisława Szymborska

2.1 Kilka słów o nas - informacje ogólne o Uniwersytecie Lubońskim III Wieku

Uniwersytet Trzeciego Wieku w Luboniu rozpoczął swoją działalność w roku akademickim 2011/2012. Został powołany przez ówczesnego Burmistrza Dariusza Szmyta, który zaprosił do współpracy Radę Programową i stanął na czele uniwersytetu jako jego Kanclerz. W 2021 roku mija 10 lat jego istnienia. W swoich szeregach skupił osoby dojrzałe, z pewnym bagażem doświadczeń życiowych i z różnymi talentami, pragnące po przejściu na emeryturę kontynuować dalsze życie w sposób dobry i interesujący. W ciągu minionych 10 lat osoby te znalazły swoje miejsce wśród społeczności lokalnej. Uniwersytet stwarza im możliwość dalszej edukacji, osobistego rozwoju, przyczynia się do poprawy zdrowia fizycznego i psychicznego, uczy jak pokonywać trudności dnia codziennego, własne słabości i choroby, dąży do zwiększenia aktywności dla dobra własnego i otoczenia oraz stwarza okazję do zawierania nowych znajomości i przyjaźni.

W treści pierwszego Informatora dla Seniora wydanego nakładem miasta Luboń zachęcając do przyłączenia się do społeczności akademickiej ULTW napisaliśmy:

„Luboński Uniwersytet III wieku:

- *pragnie służyć dialogowi – spotkaniom osób i kultur przeszłości i teraźniejszości.*
- *jest inicjatywą społeczną środowiska lubońskiego, służącą i wspomagającą osoby starsze pragnące pogłębić swoją wiedzę, pracować twórczo wykorzystując różne formy aktywizacji psychofizycznej i intelektualnej.*

- *pragnie służyć konsolidacji środowiska lubońskiego wokół idei funkcjonowania Uniwersytetu w różnych jego postaciach.*
- *ma służyć włączeniu seniorów lubońskich do systemu kształcenia w oparciu o rosnący potencjał intelektualny, naukowy miasta i jego partnerów.*
- *zaprasza wszystkie osoby dorosłe powyżej 50 roku życia zameldowane na terenie miasta Luboń, bez względu na poziom posiadanego wykształcenia”.*

Tym celom jesteśmy wierni po dziś dzień. Od 2014 roku Uniwersytet Luboński Trzeciego Wieku działa w ramach Stowarzyszenia pod nazwą *Stowarzyszenie Luboński Uniwersytet Trzeciego Wieku*. Stowarzyszenie posiada osobowość prawną i działa w ramach statutowych uprawnień. Swoją działalność opiera na pracy społecznej członków. Stowarzyszenie LUTW jest wpisane do Krajowego Rejestru Sądowego w Poznaniu pod numerem KRS: 0000495430. Prezesem Stowarzyszenia jest Zbigniew Jankowski – wieloletni dyrektor Szkoły Podstawowej nr 1 w Luboniu, radny Powiatu Poznańskiego.



Na zdjęciu: Prezes Stowarzyszenia Zbigniew Jankowski w dniu inauguracji pierwszego roku akademickiego ULTW.

Celem Stowarzyszenia jest prowadzenie edukacji osób starszych, powyżej 50 roku życia, które odczuwają potrzebę kultywowania wysiłków poznawczych, rozwoju intelektualnego oraz aktywności społecznej i fizycznej. Program i metody pracy ULTW nastawione są na aktywność, samodzielność słuchaczy oraz dostosowane są do ich potrzeb i zainteresowań.

Program edukacyjny ULTW obejmuje wiedzę z zakresu nauk: humanistycznych, społecznych, przyrodniczych, historycznych i ścisłych oraz profilaktyki zdrowia.

Zajęcia są prowadzone w dwóch semestrach, w następujących formach:

- wykłady ogólne obowiązkowe,
- wykłady specjalistyczne,
- seminaria,
- warsztaty,
- lektoraty,
- ćwiczenia,
- inne formy zajęć grupowych.

Rada Programowa opracowuje i koordynuje programy edukacyjne na każdy semestr akademicki. Całością działalności ULTW kieruje Zarząd Stowarzyszenia, a kontrole nad jego działalnością wykonuje Komisja Rewizyjna.

Patronat organizacyjny nad ULTW sprawuje Burmistrz Miasta Luboń, natomiast patronat naukowy Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu oraz Akademia Wychowania Fizycznego w Poznaniu. Szczególną rolę w bieżącej działalności ULTW odgrywa społeczność akademicka Wydziału Nauk Politycznych i Dziennikarstwa UAM, z której to pochodzi największa grupa wykładowców ULTW. Zgodnie z przyjętym regulaminem, Kanclerzem Lubońskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku jest każdorazowo urzędujący Burmistrz Miasta Luboń. Od 2011 roku tą zaszczytną funkcję pełnił Burmistrz Dariusz Szmyt, a od 2014 roku do chwili obecnej kanclerzem jest burmistrz Małgorzata Machalska.

Pierwszą starościną grupy była p. Elżbieta Brańka. Od kilku lat funkcję tę pełni Maria Nowakowska.



Na zdjęciu: Maria Nowakowska podczas obchodów 5-cio lecia ULTW w Auli im. Bpa. Lubrańskiego w Collegium Minus Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

Maria Nowakowska w 1971 roku ukończyła studia na wydziale Matematyki Fizyki i Chemii Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu na kierunku matematyka. Z uniwersytetem jest związana do dziś przez Stowarzyszenie Absolwentów UAM w Poznaniu. W latach 2004-2005 pełniła funkcję przewodniczącej tego Stowarzyszenia. Pracowała jako nauczyciel matematyki. Przez wiele lat pracowała jako dyrektor Szkoły Podstawowej numer 3 w Luboniu, wicedyrektor Szkoły Podstawowej numer 2 w Luboniu oraz zastępca Inspektora Oświaty w Luboniu. Po zakończeniu pracy zawodowej oddała się pracy społecznej. Przez wiele pracowała społecznie w Stowarzyszeniu Ludzi Dobrej Woli oraz w stowarzyszeniu Wspólnota Lubońska. Jest skarbnikiem i członkiem Rady Programowej Stowarzyszenia Lubońskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku.

Siedzibą Stowarzyszenia ULTW jest miasto Luboń. Obecnie Biuro i Sekretariat Stowarzyszenia mieści się w Centrum Organizacji Pozarządowych przy ul. Sikorskiego 3 w Luboniu. Strona internetowa: www.ultw.pl.
Adres e mail: zarzad@ultw.pl



Logo ULTW na przestrzeni lat uległo zmianie. . Na początku przyjęliśmy nazwę Luboński Uniwersytet Trzeciego Wieku i obowiązywało logo z tą nazwą. Natomiast po rejestracji w sądzie jako Uniwersytet Luboński Trzeciego Wieku logo wygląda tak:



Projektantem starego i nowego logo jest dr Dariusz Głowacki, artysta plastyk, pracownik Ośrodka Kultury w Luboniu

W 2020 roku Miasto Luboń powołało Centrum Organizacji Pozarządowych w Luboniu przy ul. Sikorskiego (dalej: COP). Jest to miejsce , w którym działalność mogą rozwijać lubońskie organizacje pozarządowe. W COP Zarząd ULTW odbywa regularne dyżury. Centrum to powstało przy dużym zaangażowaniu naszych koleżanek Marii Błaszczak oraz Elżbiety Stefaniak. Obie Panie są od początku naszej działalności bardzo aktywne i wspierają organizacyjnie naszą działalność. Dzięki Marii Błaszczak i Jej Małżonkowi prężnie działa i rozwija się sekcja turystyki krajoznawczej. Pani Maria czuwa nad pracami Komisji Rewizyjnej, regularnie pisze sprawozdania z naszych spotkań, wycieczek, które są publikowane na łamach prasy lokalnej. Z kolei Elżbieta Stefaniak była wieloletnią dyrektorką Biblioteki Publicznej w Luboniu. Z chwilą powołania do życia Uniwersytetu Lubońskiego Trzeciego Wieku organizowała prace w ramach sekcji bibliotecznej. Po przejściu na emeryturę ma dla nas jeszcze więcej czasu i organizuje regularne wyjścia do teatru, spacerów rowerowe i inne spotkania integracyjne.



Na zdjęciu: uczestnicy wycieczki do Łodzi



Na zdjęciu młodzież szkolna ze Szkoły Podstawowej nr 3 w Luboniu, która dzięki ówczesnej dyrektor placówki Grażynie Leciej i przy przychylności dyrektora Ośrodka Kultury w Luboniu Reginy Górniaczyk, wystawiała dla nas Jasełka.

2.2 Przegląd ważniejszych wydarzeń organizacyjnych

Początki naszej uczelni sięgają 2011 roku.

Pomysłodawcą i inicjatorem powstania Uniwersytetu Lubońskiego Trzeciego Wieku był Dariusz Szmyt Burmistrz Miasta Luboń oraz późniejszy Zastępca Burmistrza Miasta Luboń Mikołaj Tomaszuk. Propozycja aktywizacji i wykorzystania potencjału starszych mieszkańców naszego Miasta była dla obu panów priorytetem i spotkała się z pełnym uznaniem i akceptacją wielu lubońskich środowisk. Wpływ na decyzję władz Miasta o powołaniu Uniwersytetu

Lubońskiego III Wieku, miały przesłanki demograficzne. Luboń jest jedną z kilku gmin Powiatu Poznańskiego, które w ostatnich latach cieszą się dużym zainteresowaniem nowych mieszkańców migrujących do nas z Poznania, oraz z innych części Wielkopolski. Presja migracyjna powoduje przekształcenie w strukturze demograficznej Miasta. Często w ślad za migrującymi, młodymi mieszkańcami innych części Wielkopolski, podążają ich rodzice oferując niekiedy niezastąpione wsparcie w opiece nad wnukami. Są to osoby, które swoje życie towarzyskie zostawiły w miejscu ich pochodzenia. Luboń jest dla nich nowym środowiskiem, w którym relacje międzyludzkie buduje się od początku. Założycielom ULTW chodziło o to, by z ofertą zajęć dotrzeć również do tych, nowych mieszkańców. Ówczesnie funkcjonujące w mieście kluby seniorów, koła pracownicze największych zakładów produkcyjnych działały i nadal działają bardzo prężnie. Nowym mieszkańcom - seniorom mogły się wydawać obce, zamknięte. Stąd nowe środowisko, z nowym otwarciem i z zasadami, na które każdy ma wpływ. Ta intuicja nie zawiodła. Do grona słuchaczy ULTW dołączyli długoletni jak i napływowi mieszkańcy miasta. Od podstaw zbudowana wspólnota akademicka działa po dziś dzień. W roku jubileuszowym prawie jedną trzecią mieszkańców Lubonia stanowią osoby powyżej 50 roku życia. Zaproszenie tych osób do współpracy i jeszcze większej aktywności, pozytywnie wpłynęło na ich zaistnienie w przestrzeni społecznej naszego Miasta.



Na zdjęciu: Występ dzieci podczas akcji promującej zdrowy tryb życia „Biała niedziela”.
Była to pierwsza z inicjatyw ULTW w naszym mieście

29 lipca 2011 roku w gabinecie Burmistrza Miasta Dariusza Szmyta odbyła się uroczystość wręczenia nominacji na członków Rady Programowej Lubońskiego Uniwersytetu III Wiek. Do Rady Programowej zostali zaproszeni: prof. dr hab. Janusz Karwat, dr Mikołaj Tomaszuk, Grażyna Leciej - dyrektor SP 3 w Luboniu, Regina Górniaczyk – dyrektor Ośrodka Kultury w Luboniu, Zbigniew Jankowski – dyrektor SP 1 w Luboniu, Zbigniew Trawka – dyrektor LOSiR, Irena Skrzypczak. Przewidziany został również wakat dla osoby z grona słuchaczy Uniwersytetu. Patronat nad Uniwersytetem Lubońskim III Wiek objęli Jego Magnificencje prof. dr hab. Bronisław Marciniak – Rektor Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu i Rektor Akademii Wychowania Fizycznego prof. dr hab. Jerzy Smorawiński.



Na zdjęciu: „Biała niedziela” na boisku Szkoły Podstawowej nr 1.

Nabór słuchaczy na pierwszy semestr rozpoczął się **w trzecim kwartale 2011 roku i trwał do 10 października 2011 roku**. Poprzedziła to szeroko zakrojona akcja informacyjna z udziałem lokalnych środków masowego przekazu. Do rekrutacji włączyli się proboszczowie parafii Rzymsko-Katolickich z Lubonia, którzy podczas ogłoszeń parafialnych odczytali list Burmistrza Dariusza Szmyta.

Od samego początku zasady działalności, rekrutacji do ULTW miały charakter formalny i nie miały ograniczać, lecz propagować aktywność senioralną. Aby zostać słuchaczem, wystarczyło wypełnić kwestionariusz zgłoszeniowy i uiścić opłatę semestralną (semestr zimowy) w wysokości 50,00 zł. Uniwersytet proponował słuchaczom udział w

programie podstawowym obejmującym: comiesięczne wykłady ogólne, zajęcia w sekcjach tematycznych, zajęcia sportowe i ruchowe, udział w spotkaniach okolicznościowych, poradnictwo prawne i biurowo – kancelaryjne oraz program dodatkowy uwzględniający: naukę języków obcych, edukację informatyczną, zajęcia sportowo- rekreacyjne, turystykę pieszą i rowerową i udział w imprezach kulturalnych.

20 października 2011 roku uroczystym Gaude Mater Polonia w wykonaniu chóru Bard z Ośrodka Kultury w Luboniu, rozpoczęła się w budynku ówczesnego Gimnazjum nr 2 im. Jana Pawła II w Luboniu uroczystość inauguracji pierwszego roku akademickiego 2011/2012 na Lubońskim Uniwersytecie III Wieku. Pierwszą uroczystość inauguracyjną przygotowała ówczesna dyrektor placówki mgr Irena Fojt ze współpracownikami. Na tę okoliczność przybyli zaproszeni goście, a wśród nich JM Rektor AWF prof. dr hab. Jerzy Smorawiński, JM Pro-Rektor UAM prof. dr hab. Andrzej Lesicki, Dariusz Szmyt Burmistrz Miasta Luboń i Kanclerz ULTW, Rada Programowa, Przewodniczący Rady Miasta Luboń i in.

Rektorzy, po okolicznościowych wystąpieniach, potwierdzili, że obejmują patronatem swoich uczelni nasz Uniwersytet. Potem nastąpiła uroczysta immatrykulacja słuchaczy – wręczenie indeksów. Wykład inauguracyjny wygłosił prof. dr hab. Janusz Karwat, który przybliżył temat: „*Lubonianie w walce o Niepodległą*”. Na zakończenie uroczystości ponownie wystąpił chór Bard, który wykonał Gaudeamus.

Zakres tematyczny wykładów jak i spotkań otwartych koncentrował się wokół następujących zagadnień:

- psychologia
- matematyka
- sport i rekreacja
- polityka międzynarodowa
- Unia Europejska
- wychowywanie wnuków
- poradnictwo podatkowe
- techniki nordic walking
- turystyka lokalna i regionalna.

W ramach programu zajęć zostały powołane sekcje tematyczne. Prężnie działają do dzisiaj: sekcja biblioteczna, artystyczna, teatralna, Fit-Art oraz turystyczna. Zajęcia ULTW odbywają się po dziś dzień w różnych miejscach miasta. Jest to celowy zabieg, który ma skrócić dystans przestrzenny mieszkańców do ciekawych zajęć.

21 października 2012 roku w Luboniu rozpoczęły się po raz pierwszy *Senioralia 2011* z bogatym programem dla seniorów. Po mieście jeździł *Wesoły Autobus Luboniady*, były wspólne śpiewy, tańce, kabarety, występy lubońskich zespołów i popisy gwary poznańskiej oraz ceremonia wręczenia medali Prezydenta RP za długoletnie pożycie małżeńskie.



Na zdjęciu: studenci ULTW w dniu inauguracji roku akademickiego 2011/2012

22 października 2012 roku odbyła się lubońska scena kabaretowa z udziałem seniorów.

Z uwagi na wyzwania przed którymi stanął nasz uniwersytet ówczesna **Rada Programowa ULTW w dniu 19 sierpnia 2013 roku** złożyła wniosek o rejestrację stowarzyszenia o nazwie Uniwersytet Luboński Trzeciego Wieku w Krajowym Sądzie Rejestracyjnym w Poznaniu. Pod wnioskiem podpisali się:

1. Błaszczak Jan
2. Błaszczak Maria
3. Dybczyński Paweł
4. Górnaczyk Regina
5. Jankowski Zbigniew
6. Karwat Janusz
7. Kędziora Maciej
8. Leciej Grażyna
9. Nowakowska Maria
10. Popow Zbigniew

11. Skrzypczak Irena
12. Stefaniak Elżbieta
13. Szmyt Dariusz
14. Tomaszuk Mikołaj
15. Trawka Zbigniew
16. Włodarska Jolanta
17. Ziółkowska Anna

W dniu **23.01.2014 roku** Stowarzyszenie ULTW zostało zarejestrowane w Krajowym Rejestrze Sądowym pod nr KRS: 0000495430. Skład Zarządu i Komisji Rewizyjnej Stowarzyszenia ULTW był wówczas następujący:

Zarząd:

1. Tomaszuk Mikołaj – przewodniczący
2. Jankowski Zbigniew – wiceprzewodniczący
3. Nowakowska Maria – skarbnik
4. Kędziora Maciej – sekretarz
5. Górniaczyk Regina – członek
6. Leciej Grażyna – członek
7. Skrzypczak Irena – członek

Komisja Rewizyjna:

1. Włodarska Jolanta – przewodnicząca
2. Błaszczak Maria – członek
3. Stefaniak Elżbieta – członek

13.01.2015 roku nastąpiły zmiany w składzie Zarządu i Komisji Rewizyjnej

Zarząd:

1. Jankowski Zbigniew- przewodniczący

2. Włodarska Jolanta – wiceprzewodniczący
3. Nowakowska Maria – skarbnik
4. Kędziora Maciej – sekretarz
5. Górnaczyk Regina – członek
6. Skrzypczak Irena – członek
7. Tomaszuk Mikołaj – członek

Komisja Rewizyjna:

1. Błaszczak Jan- przewodniczący
2. Leciej Grażyna członek
3. Stefaniak Elżbieta – członek

02.08.2018 roku na Walnym Zebraniu Członków ULTW wybrano nowy Zarząd i Komisję Rewizyjną, które ukonstytuowały się następująco:

Zarząd:

1. Jankowski Zbigniew – przewodniczący
2. Tomaszuk Mikołaj – wiceprzewodniczący
3. Błaszczak Maria – sekretarz
4. Nowakowska Maria – skarbnik
5. Maciej Kędziora – członek ds. sportu i rekreacji,
6. Górnaczyk Regina – członek ds. integracji akademickiej
7. Leciej Grażyna – członek ds. integracji akademickiej

Komisja Rewizyjna:

1. Błaszczak Jan – przewodniczący
2. Skrzypczak Irena - członek
3. Stefaniak Elżbieta – członek



W czerwcu 2016 w siedzibie WNPID UAM zorganizowaliśmy uroczystość zakończenia roku akademickiego.

2.3 Podstawa działania – wolontariat słuchaczy ULTW oraz wykładowców ULTW

Uniwersytet Luboński Trzeciego Wieku opiera swoją działalność na pracy społecznej swoich członków. Od początku swej działalności nigdy nie zatrudniał pracowników. Członkowie władz statutowych, Rady Programowej oraz sekcji wewnętrznych Stowarzyszenia inicjują i prowadzą działania społeczne na rzecz studenckiej społeczności oparte wyłącznie na wolontariacie, poświęcając swój wolny czas i doświadczenie oraz wykorzystując kompetencje niezbędne do działania. Również wykładowcy i prelegenci współpracujący z naszą uczelnią wspierają ją i prowadzą wykłady i spotkania ze studentami dobrowolnie, bez oczekiwania jakiegokolwiek wynagrodzenia. Uniwersytet w swoich strukturach tworzy także niesformalizowane grupy wolontariatu i współpracy z lokalną społecznością, oparte na osobistych kontaktach i koleżeńskej współpracy. Słuchacze ULTW w ramach tych działań np. czytają bajki dzieciom w przedszkolach, pomagają pielęgnować miejski tulipanowy skwerek, dziergają czapki i szaliki dla dzieci z Afganistanu, malują motyle dla dziecięcego hospicjum, biorą udział w uroczystościach lokalnych o charakterze patriotycznym, nawiązują współpracę

z organizacjami senioralnymi i Uniwersytetami Trzeciego Wieku, bezinteresownie pomagają w organizacji różnych wydarzeń związanych z bieżącą działalnością Uniwersytetu.



Na zdjęciu słuchaczki ULTW po jednym ze spektakli w Teatrze Nowym w Poznaniu



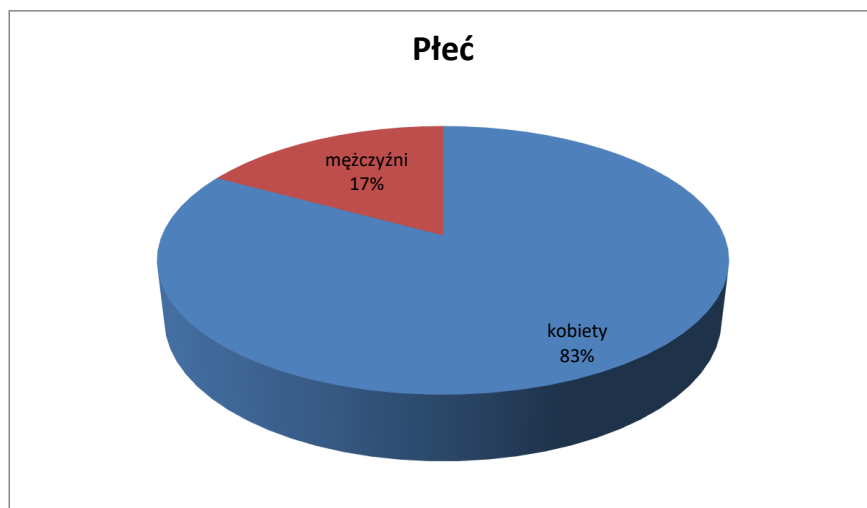
Na zdjęciu reprezentacja ULTW podczas Wielkopolskiej Olimpiady Seniora rozgrywanej w Sierakowie w województwie Wielkopolskim

Starosta Poznański p. Jan Grabkowski jest patronem konkursu „Wolontariusz Roku”. Nasi członkowie kilkakrotnie zostali uhonorowani tym wyróżnieniem. Wśród nich są Mikołaj Tomaszuk, Regina Górnaczyk, Irena Skrzypczak, Elżbieta Stefaniak, Maria Nowakowska, Marek Giese oraz Lucyna Gawrońska.

Wolontariusz to osoba, która część swojego prywatnego czasu chce poświęcić, ofiarować drugiemu człowiekowi, grupie w której realizuje swoje pasje i zainteresowania. W ramach wolontariatu nasze słuchaczki Danuta Woźniak i Helena Wielgosz pełniły dyżury w Centrum Organizacji Pozarządowych. Wśród podejmowanych tematów są m. in. dietetyka, obsługa komputera, porady podatkowe i in. Apogeum działalności wolontariackiej stanowiła pandemia SARS-CoV-2. Wielu z nas przechorowało tę chorobę. Wówczas mogli liczyć na wsparcie polegające na zrobieniu zakupów, rozmowie telefonicznej i innych płynących z serca darów. Ten szczególnie trudny czas, jest dla nas sprawdzianem naszej solidarności i życzliwej pamięci.

2.4. Socjodemograficzny portret naszych słuchaczy

Na dzień 31 grudnia 2020 roku nasze grono liczy 194 słuchaczek i słuchaczy. Wśród nich dominują kobiety. Jest ich 161. Panowie biorący udział w zajęciach stanowią grupę 33 osób.

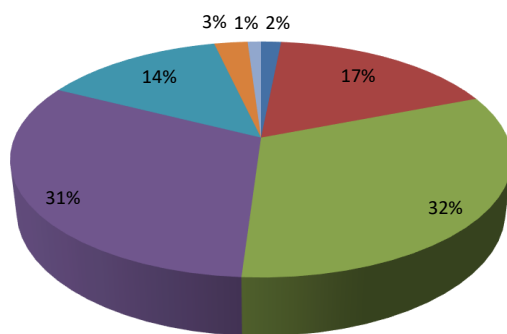


Wiek słuchaczy, to grupa w przedziale pomiędzy 59 – 87 rokiem życia (najmłodsza aktywna seniorka ma 59 lat, natomiast najstarsza 87 lat), z dominującymi grupami w wieku 66-70 lat i 71-75 lat.

Lp.	Przedział od - do (w latach)	Ilość osób
1	59- 60	3
2	61- 65	34
3	66 - 70	62
4	71 - 75	61
5	76 - 80	27
6	81 - 85	5
7	powyżej 85	2
razem		194

Wiek słuchaczy od do (w latach)

■ 59-60 ■ 61-65 ■ 66-70 ■ 71-75 ■ 76-80 ■ 81-85 ■ powyżej 85

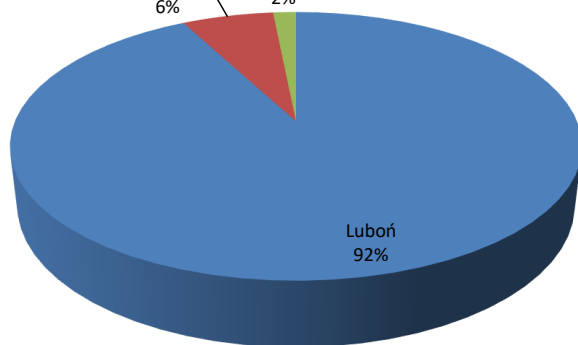


Miejsce zamieszkania:

Z ogólnej liczby 194 słuchaczy ULTW, 179 osób mieszka w Luboniu, 12 osób w Poznaniu i 3 osoby w Komornikach.

Miejsce zamieszkania

Poznań 6% Komorniki 2%



Wykształcenie: przeważają osoby ze średnim wykształceniem.

CZĘŚĆ III

Edukacja i kultura

3.1 Tematy wykładów ogólnych i wykładowcy

Do obowiązku każdego studenta i studentki należy czynne uczestnictwo w comiesięcznych wykładach ogólnych. Grono prowadzących te spotkania wywodzi się głównie z poznańskich uczelni wyższych. Większość prowadzących to naukowcy z Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. Poniżej przedstawiamy wykaz wybranych tematów poruszanych podczas naszych spotkań.

WYKŁADY OGÓLNE			
20.10.2011r.	dr Krystyna Łybacka	Jak pokochać matematykę?	Wykład inauguracyjny
10.11.2011r.	Prof. dr hab. Janusz Karwat	Lubonianie w Powstaniu Wielkopolskim.	
18.12.2011r.	Prof. dr hab. Jerzy Smorawiński	Aktywność fizyczna w procesie starzenia.	
12.01.2012r.	Komendant Policji	Jak mieszkać bezpiecznie w Luboniu?	
09.02.2012r.	Mgr Barbara Cywińska Towarzystwo Genealogiczne „Gniazdo”	Poznaj swoje korzenie.	
08.03.2012r.	Mgr Aleksandra Sommerfeld psycholog	Jak nie wychowywać wnuka tyrana?	
09.03.2012r.	Dr Krystyna Łybacka	Z matematyką na ty.	
12.04.2012r.	Dr Tomasz Brańka	Techniki twórczego myślenia.	
10.05.2012r.	Dr Piotr Kocur	Nordic walking dla seniorów.	
06.06.2012r.	Dr Tomasz Brańka	Kapitał społeczny.	
8.XI.2012r.	dr Paweł Antkowiak (WNPiD UAM)	Zaangażowanie obywatelskie w gminie.	
6.XII.2012r.	dr Bartłomiej Secler (WNPiD UAM)	Ksiądz Józef Tischner – życie i twórczość.	
10.01.2013r.	dr Adam Dworaczyk (Uniwersytet Przyrodniczy w Poznaniu)	Sztuka życia wg starożytnych filozofów.	
07.03.2013r.	Dr Łukasz Scheffs (WNPiD UAM) –	Marketing podprogowy.	
14.03.2013r.	Urząd Skarbowy	Jak rozliczyć ulgę rehabilitacyjną? –	
08.04.2013r.	Dr n med. Remigiusz Tritt (UM) –	Seksualność nie jedno ma imię – biologiczne podstawy seksualności w świetle wiedzy naukowej XXI wieku .	

18.04.2013r.	Dr Izabela Szczepaniak –	Historia Lubonia widziana z innej perspektywy.	
16.05.2013r.	Marek Radwański	Powiatowy Rzecznik Praw Konsumenta w Poznaniu.	
23.05.2013r.	Ewelina Suska – rzecznik Wojewódzkiej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej	Bezpieczeństwo sanitarne w Wielkopolsce.	
13.06.2013r.	Dr Bartosz Kuświk – IPN-Poznań	Wykład monograficzny- Historia PRL	
08.10.2013r.	s.Noemi Wyszczka	Bł. Edmund Bojanowski	Wykład inauguracyjny
13.03.2014r.	Dyr. Tadeusz Urban	O gospodarce odpadami w Luboniu i historii firmy KOM-LUB	
14.03.2014r.	Dr Filip Kaczmarek	10 lat członkostwa Polski w Unii Europejskiej	
28.03.2014r.	Ks. Adam Boniecki	Na obrzeżach „Notatek osobistych” Jana Pawła II	
10.04.2014	Dr Piotr Kocur	Aktywne formy ruchu dla osób 50+	
15.05.2014r.	Andrzej Bolewski	Opus Dei – prawda i mity.	
22.10.2014r.	Mec.Jakub Michalski	Prawa pacjenta.	Wykład inauguracyjny
23.10.2014r.	Dr n. med. Liliana Łykowska-Szuber	Schorzenia układu pokarmowego – gastroenterolog	
13.11.2014r.	Dr n med. Anna Ołasińska	Profilaktyka układu krążenia	
18.12.2014r.	Mec. Michał Pankiewicz	Senior na drodze.	
15.01.2015r.	Dr Piotr Kocur (AWF)	Aktywne formy ruchu dla osób 50+	
19.03.2015r.	Prof. dr hab. Włodzimierz Gawroński	Rojber w NASA (Narodowa Agencja Aeronautyki i Przestrzeni Kosmicznej USA).	
09.04.2015r.	Gen dyw. Dr Anatol Czaban (WNPiD UAM)	F-16 w Polsce	
14.05.2015r.	Dr hab. Mirosław Skarżyński (WNPiD UAM)	Udział polskich żołnierzy w ramach sił NATO w Macedonii.	
01.10.2015r.	dr Izabella Szczepaniak	Luboński Szlak Architektury Przemysłowej	Wykład inauguracyjny
22.10.2015r.	Fundacja dla Uniwersytetu Jagiellońskiego	Problemy inkontynencji w wieku senioralnym – czyli jak postępować i radzić sobie z problemem?	
26.11.2015r.	mgr Mateusz Mikołajczak	Senior Wigor w Luboniu	
10.12.2015r.	prof. dr hab. Stanisław Zembrzycki	Twój mózg – jak sobie pomóc -- dobre kontakty z sobą i innymi ?	
14.01.2016r.	radiolog Marta Kowalik	Badanie USG Doppler naczyń – co to jest, dlaczego jest tak ważne i kto powinien się badać?	

11.02.2016r.	dr Mikołaj Tomaszuk	Polska w Unii Europejskiej.	
10.03.2016r.	Krzysztof Niewiada (Komisariat Miejski Policji w Luboniu)	Bezpieczeństwo seniora .	
21.04.2016r.	dr Izabella Szczepaniak	Historia Lubonia	
11.05.2016r.	dr hab. Błażej Gierczyk, dr Maciej Żalas	Chemia rakietowa. Wykład połączony z pokazem.	
09.06.2016r.	dr Mikołaj Tomaszuk (UAM)	Konsekwencje wyjścia Wielkiej Brytanii z Unii Europejskiej.	
03.10.2016r.	prof. dr hab. Magdalena Musiał-Karg	O demokracji uczestniczącej w Szwajcarii słów kilka.	Wykład inauguracyjny
17.11.2016r.	dr Jacek M. Raubo (WNPiD UAM)	Oblicza współczesnego terroryzmu.	
08.12.2016r.	Nadkom Jacek Łukasik (b. KG Policji)	Zagrożenia ekstremalne w przestrzeni publicznej.	
12.01.2017r.	Prof. dr hab. Radosław Fiedler (WNPiD UAM)	Jak i dlaczego negocjować z terrorystami?	
23.02.2017r.	dr Mikołaj Tomaszuk (UAM)	Transport miejski w Polsce i na świecie.	
23.03.2017r.	dr Kamil Wasilkiewicz (IKE UAM)	Legends i fakty z działalności Templariuszy w Polsce	
20.04.2017r.	Mgr Agnieszka Kozłowska (WSB Poznań)	Techniki pielęgnacji pamięci.	
25.05.2017r.	Beata Reder Dyrektor Hotelu Poznańskiego	Jak zarządza się hotelem i centrum konferencyjnym?	
22.06.2017r.	Prof. dr hab. Elżbieta Lesiewicz (UAM)	Kulisy zamachu z 1926 roku.	
02.10.2017r.	Prof. dr hab. Arnold Bernaciak (WSB Poznań)	Miasto szczęśliwe.	Wykład inauguracyjny
19.10.2017r.	dr Krzysztof Duda (UAM)	Wybory polityczne Polaków.	
23.11.2017r.	Dr Dobrosław Lubarski (Lubmed)	Chory wnuk w domu.	
21.12.2017r.	Dr Agnieszka Knopik (Wydział Biologii UAM)	Biologia nowotworów –co wiemy, dokąd zmierzamy?	
18.01.2018r.	Prof. dr hab. Adam Szymaniak (WNPiD UAM)	Problem kary śmierci we współczesnym świecie	
22.02.2018r.	Towarzystwo Bambrów Poznańskich		

01.03.2018r.	Prof.dr hab.Adam Szymaniak (WNPiD UAM)	Problem kary śmierci we współczesnym świecie.	
22.03.2018r.	Patryk Pankowski Abrys,	Eko-edukacja: Ile jest smoka w smogu?	
19.04.2018r.	Jacek Jarosz (Redemptoris Missio)	Trzy miesiące w zambijskim buszu - wolontariat w tropiku	
24.05.2018r.	Jacek Jarosz (Redemptoris Missio)	Migracje wewnętrzne w krajach Afryki na przykładzie Zambii i Madagaskaru	
22.06.2018r.	Prof. dr hab. Elżbieta Lesiewicz	O Józefie Piłsudskim w 100 lecie odzyskania przez Polskę niepodległości.	
30.09.2019r.	Prof. dr hab. Andrzej Stelmach	System wyborczy w Polsce	
28.11.2019r.	Ks prof. dr hab. Mieczysław Polak	Kościół – uniwersytet – teologia – historia i teraźniejszość	
19.12.2019r.	Dr hab. Tomasz Brańka	Czym jest i na co pozwala kapitał relacyjny?	
20.02.2020r.	Bractwo Kurkowe Luboń	Sport strzelecki – dlaczego warto? Historia i teraźniejszość bractw kurkowych w Polsce.	



Na zdjęciu: słuchacze ULTW podczas wykładu w Auli Szkoły Podstawowej nr 5.

3.2. Działalność sekcji literacko - bibliotecznej Biblioteki Miejskiej w Luboniu

Lubońscy seniorzy stanowią bardzo zróżnicowaną grupę społeczną, dlatego ich potrzeb i potencjału nie można postrzegać w sposób jednakowy. W grupie tej są osoby aktywne społecznie jak i osoby, które potrzebują zachęty do aktywnego udziału w społeczności naszego miasta. Są też seniorzy niesamodzielnymi, częściowo lub całkowicie zależni od wsparcia innych osób czy instytucji. Stąd Biblioteka Miejska w Luboniu pragnie uwzględniać potrzeby zarówno osób starszych samodzielnych, jak również osób niesamodzielnych, zależnych od pomocy innych.

Biblioteka od wielu lat podejmuje różnorodne inicjatywy na rzecz poprawy jakości życia seniorów. Wychodząc naprzeciw oczekiwaniom naszych czytelników oraz reagując na zachodzące zmiany w społeczeństwie, zbiory biblioteki miejskiej, oferta kulturalna oraz zakres usług jest nieustannie modyfikowany i dostosowywany do potrzeb naszych odbiorców, a w szczególności seniorów.

Misją i celem Biblioteki Miejskiej w Luboniu jest stworzenie miejsca otwartego i pozbawionego barier architektonicznych, a także mentalnych. Dostosowanie wejścia do potrzeb osób z niepełnosprawnościami otwiera parter budynku na szersze grono odbiorców, niestety piętro nadal pozostaje niedostępne dla osób poruszających się na wózkach oraz seniorów posiadających problemy z poruszaniem. Zatem bogata oferta kulturalna oraz współpraca z Lubońskim Uniwersytetem Trzeciego Wieku¹ dedykowana jest osobom aktywnym oraz sprawnym ruchowo.

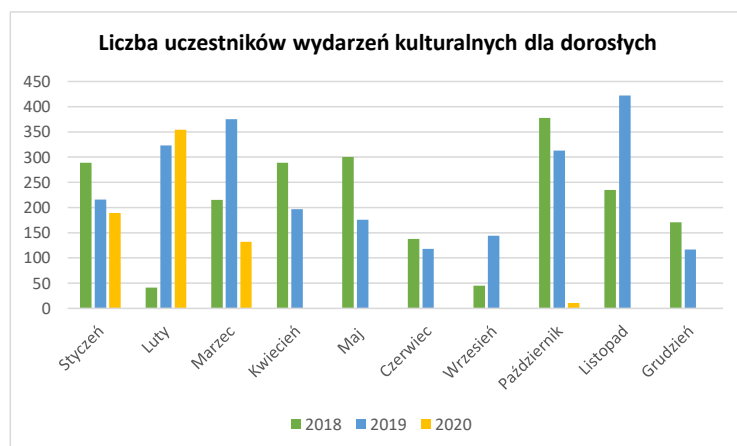
W ramach sekcji literacko-bibliotecznej Biblioteka Miejska organizuje dla słuchaczy ULTW bezpłatne wykłady z zakresu literatury, historii oraz sztuki. Spotkania odbywają się raz w tygodniu przy filiżance kawy. Zapraszani są wykładowcy akademicki, autorzy oraz ludzie świata kultury. W roku akademickim 2017/2018 odbyły się 23 wykłady sekcji, w roku 2018/2019 seniorów zaprosiliśmy na 21 wykładów, a miniony sezon nagle przerwany pandemią pozwolił na zrealizowanie 12 spotkań sekcji literacko-bibliotecznej. Ponadto w czytelni biblioteki przyszli słuchacze mogli zostawić dokumenty rekrutacyjne, a obecni słuchacze mogli odbierać programy zajęć i pozyskiwać niezbędne informacje.

Słuchaczom ULTW oraz posiadaczom Lubońskiej Karty Seniora przysługują zniżki na wydarzenia biletowe, kursy językowe oraz warsztaty organizowane w bibliotece.

¹ Dalej ULTW

Usytuowanie biblioteki w bardzo dogodnym miejscu oraz możliwość dojazdu komunikacją miejską sprawia, że jesteśmy miejscem chętnie wybieranym na warsztaty oraz zajęcia. W 2018 roku wraz z Fundacją APJA przeprowadziliśmy warsztaty teatralne, a dzięki środkom unijnym i współpracy z miastem Luboń w bibliotece odbył się kurs komputerowy dla seniorów.

Należy zaznaczyć, że seniorzy i słuchacze ULTW stanowią zdecydowaną większość uczestników biorących udział w wydarzeniach kulturalnych, około 85%. Średnio w ciągu roku organizujemy blisko 150 wydarzeń. To cotygodniowe seanse Kina Kamera, spotkania podróżnicze, wykłady, prelekcje, koncerty, wernisaże i spektakle. Na załączonym niżej wykresie prezentujemy liczbę uczestników z ostatnich 3 lat, niestety pandemia koronawirusa zmusiła nas do całkowitego wstrzymania działalności kulturalnej. W październiku 2020 roku podjęliśmy próbę wznowienia wykładów sekcji literacko-bibliotecznej oraz seansów filmowych, ale restrykcje zaostrzono i wszystkie wydarzenia ponownie zostały odwołane. Wspólne spotkania były i będą okazją do prowadzenia ciekawych dyskusji, wymiany doświadczeń i wsłuchania się w zróżnicowane, a wielokrotnie odmienne głosy. Wartością dodaną prowadzenia sekcji literacko – bibliotecznej jest zidentyfikowanie potrzeb lubońskich seniorów. Kameralna atmosfera spotkań sprzyja wyrażaniu opinii, myśli i odczuć, co jest nieocenionym wsparciem w budowaniu relacji i indywidualizowaniu oferty kulturalnej, kierowanej do słuchaczy.



W 2018 roku z usług biblioteki skorzystało 1801 osób w wieku 60+, w roku 2019 – 2 043, a w pierwszym kwartale 2020 – 652. Głównie działania realizowane przez bibliotekę na rzecz seniorów zestawione zostały w poniższej tabeli. Podkreślić należy, że nie są one przeznaczone wyłącznie dla słuchaczy sekcji literacko-bibliotecznej, ale to oni należą do głównych

odbiorców tej oferty. Opiekunowie sekcji literacko-bibliotecznej dbają, by słuchacze czuli się w bibliotece swobodnie i komfortowo, dlatego corocznie uczestniczą w szkoleniach z zakresu komunikacji i psychologii pracy z grupą. Zdajemy sobie sprawę, że osoba starsza to człowiek zmagający się z własnymi ograniczeniami, a często walczący z dolegliwością, czy chorobą; jego postrzeganie świata i szybkość reakcji są naturalnie coraz słabsze, dlatego w naszej pracy kierujemy się empatią, cierpliwością oraz życzliwością.

Wydarzenie	2018		2019		Do 10.03.2020	
	Ogółem	Senior.	Ogółem	Senior.	Ogółem	Senior.
Kino Kamera ²	248	175	421	294	206	144
Wykłady Sekcji literacko-bibliotecznej	-	535	-	496	-	53
Klub Promyk	-	293	-	252	-	74
Koncerty i spektakle	274	241	635	540	277	235
Podróże z pasją	151	128	93	79	36	30
Wykłady, prelekcje, spotkania autorskie, wernisaże	421	357	337	286	42	35
Kursy językowe, komputerowe	85	72	113	96	96	81
<i>Suma</i>	<i>1179</i>	<i>1801</i>	<i>1599</i>	<i>2043</i>	<i>657</i>	<i>652</i>
<i>Udział seniorów %</i>	<i>89,74%</i>		<i>87,05%</i>		<i>83,16%</i>	

² W przypadku Kina Kamera udział seniorów stanowi około 70% całej publiczności, w przypadku pozostałych wydarzeń przyjęto uśrednioną wartość 85%.



Na zdjęciu: „Śniadanie” z Jackiem Cyganem



Na zdjęciu: Studenci ULTW podczas Spotkania festiwalowego Festiwalu Polskiej Piosenki im. Janusza Kondratowicza



Na zdjęciu: studentka Lucyna Gawrońska podczas spotkania integracyjnego przez budynkiem Biblioteki Miejskiej w Luboniu

23 listopada 2016 roku w Ośrodku Kultury w Luboniu, studenci sekcji literacko-teatralno-bibliotecznej Uniwersytetu Lubońskiego Trzeciego Wieku wystąpili w przedstawieniu na podstawie powieści historycznej Józefa Ignacego Kraszewskiego pt. "Lubonie. Powieść z X wieku". Spektakl opowiadał o losach chrystianizacji Polski, czemu w całości podporządkowany został też fikcyjny wątek, czyli dzieje tytułowej rodziny Luboniów.

W przedstawieniu udział wzięli: Włodzimierz Bąk, Maria Błaszczak, Maria Drozdowska, Janina Ellmann, Sabina Filipowicz, Lechosław Kędra, Maria Nowakowska, Małgorzata Okulicz-Kozaryn, Zofia Owczarzak, Henryk Przewoźniak, Małgorzata Sieradzka, Elżbieta Stefaniak, Bożena Szymczak, Elżbieta Wasielewska i Paweł Wolniewicz. Spektakl został przygotowany przez uczestniczki ULTW p. Lucynę Gawrońską i p. Elżbietę Wasielewską.



3.3. Działalność sekcji artystycznej – Ośrodek Kultury w Luboniu

Ośrodek Kultury w Luboniu czynnie uczestniczy w życiu Uniwersytetu Lubońskiego III Wieku. W swojej ofercie kulturalnej ma wiele koncertów, spektakli, wystaw oraz zajęć w sekcjach tematycznych. Ośrodek Kultury przygotował wiele działań skierowanych wyłącznie dla studentów Uniwersytetu Lubońskiego III Wieku. Dla członków lubońskiego uniwersytetu przygotowano specjalną ofertę obejmującą:

- sekcję artystyczną (zajęcia praktyczne podczas których uczestnicy nabywają i rozwijają swoje zdolności plastyczne).

- warsztaty(tworzenie kartek świątecznych, przygotowywanie okolicznościowych ozdób i stroików, warsztaty decoupage, malowanie na jedwabiu, itp.).
- zabawy integracyjne (Dzień Kobiet, Andrzejki, bale karnawałowe spotkania opłatkowe, majówki, itp.)
- spotkania integracyjne (poligon Straży pożarnej w Luboniu)
- seanse filmowe.
- przedstawienia teatralne, koncerty
- zajęcia aktywności fizycznej i taneczne
- pólkolonie dla seniorów (w 2018r)
- nauka języka angielskiego
- zajęcia z informatyki
- zajęcia teatralne zakończone spektaklem na Wzgórzu Papieskim w projekcie "Millenium 50+"

Ośrodek Kultury w Luboniu był współorganizatorem I Powiatowej Olimpiady Senioralnej Powiatu Poznańskiego. W 2020 r pomimo pandemii koronawirusa Ośrodek Kultury w Luboniu przygotował VI Miejską Olimpiadę Aktywnego Seniora i to też tutaj odbyła się inauguracja Roku Akademickiego 2020/2021. Chór Bard oraz zespół TON działające przy Ośrodku Kultury w Luboniu dbają o oprawę muzyczną wszystkich najważniejszych uroczystości Uniwersytetu III Wieku w Luboniu.

W Ośrodku Kultury w Luboniu od lat cyklicznie odbywają się spotkania "Wokół sztuki, wokół fotografii". Spotkania te są zajęciami skierowanymi dla osób zainteresowanych sztukami plastycznym, ich historią i szeroko rozumianą kulturą wizualną. Mają one charakter prezentacji i wykładów, na których przedstawiamy różnorodne zagadnienia z nimi związane. Dociekamy na ile sztuka jest odzwierciedleniem i przyczyną zmian cywilizacyjnych, próbujemy ukazać jej uniwersalność i ciągłość rozwoju. Ukazujemy dynamiczne związki między sposobem obrazowania świata a porządkiem społecznym oraz rolą artysty w życiu publicznym Na zajęciach przybliżamy i omawiamy tematy od czasów prehistorycznych do współczesności. Celem spotkań jest nie tylko zapoznanie się z różnymi kwestiami, ale także nabycie umiejętności analizowania i interpretowania sztuki. Uczestników zachęcamy do dyskusji i wymiany zdań.

W ramach spotkań "Wokół sztuki, wokół fotografii" dr Dariusz Głowacki przygotował i poprowadził w latach 2011-2021 ponad 70 wykładów. W ich cyklu znalazły się między innymi następujące tematy i zagadnienia:

- Rysunek na przestrzeni czasu.
- Tajemnice perspektywy.
- Martwa Natura - różne oblicza jednego z podstawowych obszarów sztuki.
- Iluzja - oko, wiedzenie, postrzeganie - pułapki umysłu.
- Martwa Natura - od przedmiotu do instalacji, od przedmiotu do jego braku.
- Sztuka – analiza i interpretacja.
- Kicz – czym jest, kiedy się pojawił, jakie zajmuje miejsce w naszej kulturze.
- Akt w malarstwie i rzeźbie.
- Kobiety-artystki i ich wpływ na sztukę i kulturę
- Portret w malarstwie i rzeźbie.
- Klasyczna ikona oraz jej wpływom na sztukę współczesną.
- Manipulacja wizualna – od zagadnień psychofizjologii widzenia do kreowania obrazu świata.
- Kreatywność w sztuce. Interdyscyplinarność, idea synkretyzmu i transformacji.
- Portret w malarstwie i fotografii.
- Szkło weneckie – tradycja i współczesność.
- Malarstwo i cisza.
- Antyk. Wybrane tematy z ikonografii i sztuki antycznej.
- Światło w malarstwie.
- Starożytne mozaiki.
- Hieronim Bosch i ukryta symbolika.
- Giuseppe Arcimboldo – artysta, inżynier, filozof
- Giuseppe Arcimboldo i „arcimboldizm”.
- Piet Mondrian, gigant sztuki XX wieku, jeden z najważniejszych artystów spod znaku abstrakcji geometrycznej.
- Vincent Van Gogh. Dramat, szaleństwo, spełnienie – na rozdrożu między mitem a rzeczywistością.
- Między kiczem a sztuką, czyli skomplikowane

- przypadki rzeźby współczesnej.
- Rembrandt. Zapożyczenia, naśladowanie, kopiowanie – na tropach ciągłości w sztuce.
 - Idziemy do kina czyli Polska Szkoła Plakatu.
 - Dziecko w świecie reklamy.
 - „Imaginarium.pl”, czyli artystyczne wyobrażeniami na temat polskiej historii i tożsamości.
 - Idziemy w miasto – weduta czyli pejzaż miejski, jeden z najpopularniejszych tematów w sztuce.
 - Fotografia i sztuka – wspólne zasady (kolor, kompozycja, światło i perspektywa).
 - Fotografia – między schematem a różnorodnością (krajobraz, portret, reportaż, makrofotografia; fotografia: ślubna, mody, sportowa, natury).
 - Fotografia i sztuka – zależności i zapożyczenia. Dynamika zmian w percepcji rzeczywistości w XIX i XX wieku.
 - Fotografia – krajobraz w fotografii.
 - Fotografia – akt w fotografii.
 - Fotografia – portret.
 - Fotografia – reportaż.
 - Fotografia – timing. Czym jest timing, jaka jest rola przypadku, dlaczego fotografia takiego typu jest popularna i interesująca.
 - Fotografia – instrumentalizacja dziecka w fotografii.
 - Fotografia kreatywna – myślenie obrazem.
 - Fotografia i miejsca niezwykle.
 - Seksizm, rasizm, uprzedmiotowienie w świecie reklamy.
 - Architektura – rozróżnianie podstawowych stylów.
 - Architektura – niezwykle rozwiązania.
 - Architektura wnętrz – najpopularniejsze style wywodzące się z różnych kultur.
 - Architektura wnętrz a Feng Shui. Na poważnie i z przymrużeniem oka.
 - W poszukiwaniu śladów dawnych potęg. Wędrówka

śladami architektury przez
przestrzeń i czas.

- Architektura współczesna.
- Nowa architektura
Poznania.

- Kolor i emocje, symbolika
koloru.

- Prerafaelici. Od
młodzieńczej rewolucji w
sztuce do ewolucyjnego
rozwoju.

Zawsze chętnie gościmy u siebie Luboński Uniwersytet III Wieku i jesteśmy pełni podziwu dla ich pasji, radości i ciekawości życia.

Gratulujemy wszystkim studentom i Radzie programowej. To wielka radość pracować dla Państwa i z Państwem!

Regina Górniaczyk
Ośrodek Kultury w Luboniu.



Na zdjęciu: Warsztaty decoupage.



Na zdjęciu: warsztaty plastyczne – przygotowujemy kartki świąteczne



Na zdjęciu: podczas wykładu dr Dariusza Głowackiego z OK Luboń „Wokół sztuki, wokół fotografii”

3.4. Działalność sekcji sportowej – Luboński Ośrodek Sportu i Rekreacji

Każdy szanujący się Uniwersytet oferuje swoim studentom nie tylko zajęcia dla ducha, ale również dla ciała, a że Uniwersytet Luboński Trzeciego Wieku stara się aspirować do najlepszych wzorów także u nas studenci mają możliwość by zadbać o swoje ciało. W swojej ofercie posiadamy takie zajęcia by odpowiadały potrzebom studentów i były dopasowane do ich bieżących potrzeb. Jednymi z pierwszych zajęć jakie przy wsparciu Lubońskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji były zajęcia nordick-walking prowadzone przez Adriana Olejniczaka. Pan Adrian zapoznał studentów z techniką poruszania się z kijkami i zaszczepił silną potrzebę ruchu co do dziś jest bardzo mocno zauważalne w codziennym życiu studentów LUTW. Często naszych studentów można spotkać maszerujących po pięknych terenach Wielkopolskiego Parku Narodowego spacerujących w kilkuosobowych grupach, którzy spacerując wzdłuż Warty podziwiają piękno przyrody i z uśmiechem na twarzach spędzają miło czas na świeżym powietrzu. Spora dawka śmiechu oraz dużo radości uczestników zauważalna jest również na

zajęciach z gimnastyki, która pod okiem Pana Marka Giese odbywa się cyklicznie na obiektach Lubońskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Luboniu. Rozgrzewka, rozciąganie, wzmacnianie i przy tym bardzo dużo śmiechu i pozytywnej energii towarzyszy głównie studentkom na każdych zajęciach. Każdorazowo pełna sala świadczy o potrzebie takich zajęć a i same studentki bardzo pochlebnie wypowiadają się jaki zbawienny wpływ mają ćwiczenia na ich funkcjonowanie w codziennym życiu. Intensywność ćwiczeń rosła z każdymi zajęciami i ćwiczenia, które początkowo wydawały się niemożliwe do zrobienia na kolejnych zajęciach ćwiczący wykonywali z uśmiechem na ustach i jednocześnie satysfakcją, że po raz kolejny dały radę a Pan Marek tym samym miał sygnał by podnosić na kolejny poziom intensywność i zakres ćwiczeń. Nie zaprzestano ćwiczeń nawet w dobie pandemii, gdyż przed komputerami w swoich domach studentki pilnie ćwiczyły z panią Agnieszka Buciorą, która kontynuowała zajęcia z gimnastyki w ten nowy, ale szybko zaakceptowany sposób dbania o własne ciało poprzez Internet. Był to kolejny dowód jak bardzo potrzebne są zajęcia mające na celu codzienny ruch pozwalający studentom lepiej funkcjonować a często również powrócić po drobnych urazach do normalnego funkcjonowania. Duże skupienie i koncentracja wymagana jest za to na zajęciach z tenisa stołowego, które upodobali sobie głównie panowie, ale i studentki znakomicie radziły sobie przy stołach pingpongowych. Krople potu na parkiecie jak również częste używanie ręcznika do otarcia twarzy wskazywały, że ćwiczący solidnie walczyli by odbić piłkę na drugą stronę, wygrać zagranie i zdobyć kolejny punkt. Smecze, loby, podcinki, kręciołki dawały również dużo satysfakcji i uśmiechu ćwiczącym, którzy cotygodniowo mieli możliwość odbywania zajęć na hali LOSIR-u. Te jak również inne zajęcia sportowe dały naszym studentom możliwość pięknego zaprezentowania się na Olimpiadach Senioralnych , gdzie w różnych konkurencjach sportowych cieszyli się chwilami chwały dzierżąc piękne medale na swoich szyjach za zwycięstwa w różnorodnych konkurencjach.

CZEŚĆ IV

Aktywności braci studenckiej w sekcjach tematycznych Uniwersytetu Lubońskiego III Wieku

„Ludzie są jak rowery: utrzymują równowagę tylko wtedy, gdy się poruszają.”

Albert Einstein

4.1 Zajęcia z dziedziny rekreacji ruchowej

Ruch to zdrowie i najlepszy lek dla każdego seniora. Wszelkie formy aktywności fizycznej mają dobroczynny wpływ na opóźnienie procesów starzenia się organizmu, na jego prawidłowe funkcjonowanie, poprawę samopoczucia, a także przedłużenie życia. Nasi seniorzy wiedzą, że dla wzmocnienia starzejącego się organizmu nie wystarczają tylko ulubione spacer. Dodatkowo trzeba ćwiczyć. ULTW, wychodząc naprzeciw oczekiwaniom seniorów, stawia na wszechstronne formy ruchu tj.: gimnastyka relaksacyjna, taniec towarzyski, jazda rowerem, Nordic Walking, pływanie i gimnastyka w wodzie, zajęcia Tai Chi, siłownia oraz ćwiczenia usprawniające. Udział w tych zajęciach daje zadowolenie i satysfakcję, a w rezultacie przyczynia się do poprawy sprawności fizycznej, rozciągnięcia mięśni, zmniejsza dolegliwości bólowe, a także łagodzi stres i napięcie psychiczne. To także niezastąpiona dawka pozytywnej energii, a przede wszystkim spędzenie czasu w miłym towarzystwie.

Relacje z wybranych zajęć ruchowych.

NORDIC - WALKING

Wraz z powołaniem LUTW w 2011 roku, zorganizowana została grupa Nordic Walking. Pierwsze spotkania z p. Adrianem miały miejsce na ul. Buczka, a spacer. wśród okolicznych pól. Następnymi miejscami spotkań - Szachty, Kocie Doły, przez dłuższy okres ul. Kręta, natomiast po wybudowaniu wiaduktu ul. Łąkowa. Długość spacerów to 6 – 8 km, a nawet 10 km (miesięcznie 40 – 50 km). Spotkania odbywają się w każdy wtorek i czwartek bez względu na pogodę. Okresem przerwy – czas obostrzeń ze względu na covid-19. Liczebność różna od 5 – 20 osób. Podczas spacerów zatrzymujemy się w kilku miejscach (tzw. kawiarni, mostku przy

Zalewach Warciańskich oraz na Kątniku) gdzie odpoczywamy, rozmawiamy i nabieramy dystansu do spraw i wydarzeń dnia codziennego. Poza tym podczas tych całorocznych wędrówek mamy okazję obserwować przyrodę w kolejnych porach roku. Spotykamy ciekawe okazy flory i fauny. Czasami zaskoczą nas przebiegające w oddali dziki, innym razem sarenka, obserwujemy rezydujące łabędzie, wiosną upajamy się rechotem żab, ratujemy wygrzewające się na ścieżkach padalce, podziwiamy pracowitego dzięcioła. Wiosna towarzyszy nam również klangor żurawi zachwycający śpiew ptaków. Zrelaksowani wracamy do codziennych spraw i zajęć z myślą o kolejnym spotkaniu, by wyruszyć na ścieżki po Wielkopolskim Parku Narodowym.

Autorzy: Jolanta ur. 03 kwietnia 1951 r. i Włodzimierz ur. 19 lipca 1951 r. Sroczyńscy

4.2 Zajęcia integracyjno- sportowe

Niezaprzeczalnym faktem jest, że aktywność fizyczna, zarówno u ludzi młodych jak i starszych, jest bardzo ważna dla zachowania zdrowia i kondycji organizmu. Ruch ma dobroczynny wpływ na opóźnienie procesów starzenia się organizmu, łagodzi przebieg wielu przewlekłych chorób, daje poczucie niezależności, pozwala zachować witalność i samodzielność na długie lata. Uniwersytet Luboński Trzeciego Wieku wspiera i promuje wszelkie formy aktywności ruchowej wśród studentów. W trosce o ich zdrowie, w programie zajęć ruchowych ULTW, oprócz prostych zajęć prowadzonych regularnie takich jak: gimnastyka, spacer, nordic walking, pływanie czy taniec, na stałe wpisano Miejską Olimpiadę Aktywnego Seniora. Uniwersytet zorganizował także I Powiatową Olimpiadę Senioralną Powiatu Poznańskiego. Udział w tych imprezach sprzyja budowaniu więzi wśród studentów, zawieraniu nowych znajomości i przyjaźni, pozwala przełamywać własne słabości i sprzyja zdrowej, sportowej rywalizacji. To także wspaniała zabawa. Nasi słuchacze biorą też udział w wyjazdowych spotkaniach integracyjno- sportowych organizowanych przez inne organizacje senioralne. W kalendarzu takich spotkań znalazły się: Wielkopolskie Spotkanie Sportowo – Integracyjne Uniwersytetów III Wieku w Sierakowie, Spartakiada Seniorów w Komornikach oraz Parada Seniorów i Piknik Pokoleń Dojrzałych Wspaniałych w Warszawie. Imprezy te cieszą się dużym zainteresowaniem i frekwencją. Studenci wykorzystują każdą okazję do tego, aby przebywać razem, wspólnie świętować, tańczyć, śpiewać i się bawić. Mogą także korzystać z różnorodnych form zajęć integracyjnych, które pozwalają na budowanie poczucia wspólnoty. Wśród nich można

wymienić: spotkania z okazji Dnia Kobiet, karnawałowe, andrzejkowe, w świetlicy Rodzinnego Ogrodu Działkowego „CHEMIK”, kolędowanie, śpiewanie, zabawę w Kowbojskim Miasteczku i Country Klubie w Luboniu, ognisko w Mosinie - Pożegowie.



Na zdjęciu podczas jednego z pierwszych spotkań sekcji nordic walking. Sztuki „chodzenia z kijami” uczył nas dr Piotr Kocur.

Wykaz imprez z cyklu „Miejska Olimpiada Aktywnego Seniora”

Lp.	nazwa	data	Ilość konkurencji	Miejsce
1.	I Miejska Olimpiada Aktywnego Seniora ULTW	29.06.2015	10	Poligon Pożarniczej Szkoły Aspirantów Straży Pożarnej w Luboniu
2.	II Miejska Olimpiada Aktywnego Seniora ULTW	14.10.2016	10	Luboński Ośrodek Sportu i Rekreacji
3.	III Miejska Olimpiada Aktywnego Seniora ULTW	20.10.2017	10	Luboński Ośrodek Sportu i Rekreacji
4.	IV Miejska Olimpiada Aktywnego Seniora ULTW	19.10.2018	10	Luboński Ośrodek Sportu i Rekreacji

5.	V Miejska Olimpiada Aktywnego Seniora ULTW	24.06.2019	10	Ośrodek Kultury w Luboniu
6.	VI Miejska Olimpiada Aktywnego Seniora ULTW	11.09.2020	9	Ośrodek Kultury w Luboniu

Wykaz imprez z cyklu „Powiatowa Olimpiada Senioralna Powiatu Poznańskiego”

1	I Powiatowa Olimpiada Senioralna Powiatu Poznańskiego	11.10.2019	7	LOSi R
---	---	------------	---	--------

Źródło: Opracowanie własne

Udział studentek i studentów w spotkaniach integracyjno- sportowych z cyklu Wielkopolskie Spotkanie Sportowo – Integracyjne Uniwersytetów III Wieku w Sierakowie

Lp.	nazwa	data	miejsce
1.	V Wielkopolskie Spotkania Sportowo- Integracyjne UTW Sieraków 2014	24.05.2014	Sieraków boisko Orlika
2.	VI Wielkopolskie Spotkania Sportowo- Integracyjne UTW Sieraków 2015	23.05.2015	Sieraków boisko Orlika
3.	VII Wielkopolskie Spotkania Sportowo- Integracyjne UTW Sieraków 2016	21.05.2016	Sieraków boisko Orlika
4.	VIII Wielkopolskie Spotkania Sportowo- Integracyjne UTW Sieraków	20.05.2017	Sieraków boisko Orlika
5.	IX Wielkopolskie Spotkania Sportowo- Integracyjne UTW Sieraków	19.05.2018	Sieraków boisko Orlika
6.	X Wielkopolskie Spotkania Sportowo- Integracyjne UTW Sieraków	08.06.2019	Sieraków boisko Orlika

Źródło: Opracowanie własne

Udział studentek i studentów w spotkaniach integracyjno- sportowych z cyklu Spartakiada Seniorów w Komornikach

Lp.	nazwa	data	miejsce
1	V Spartakiada Seniorów – Komorniki 2015	10.07.2015	Komorniki Stadion GOSiR
2	VI Spartakiada Seniorów – Komorniki 2016	01.07.2016	Komorniki Stadion GOSiR
3	VII Spartakiada Seniorów – Komorniki 2017	07.07.2017	Komorniki Stadion GOSiR
4.	VIII Spartakiada Seniorów – Komorniki 2018	06.07.2018	Komorniki Stadion GOSiR
5.	IX Spartakiada Seniorów – Komorniki 2019	12.07.2019	Komorniki Stadion GOSiR

Udział studentek i studentów w spotkaniach integracyjno- sportowych z cyklu Parada Seniorów i Piknik Pokoleń Dojrzałych Wspaniali w Warszawie

Lp.	nazwa	data	miejsce
1.	IV Parada Seniorów i Piknik Pokoleń Dojrzałych Wspaniali w Warszawie	02.09.2017	Warszawa
2	V Parada Seniorów i Piknik Pokoleń Dojrzałych Wspaniali w Warszawie	18.08.2018	Warszawa
3.	VI Parada Seniorów i Piknik Pokoleń Dojrzałych Wspaniali w Warszawie	24.08.2019	Warszawa

Pozostałe imprezy integracyjne odbywają się w postaci nieformalnych spotkań integracyjnych i zyskują na popularności. Są to m. in. spotkania:

- a) Z okazji Dnia Kobiet
- b) Karnawałowe
- c) Andrzejk
- d) Kolędowanie
- e) Ognisko w Pożegowie
- f) Na terenie ROD „CHEMIK” w Luboniu
- g) W Kowbojskim Miasteczku i Country Klubie w Luboniu



Na zdjęciu: Studenci w pracowni plastycznej w Rogalinku – 2014 rok.

4.3 Relacje z wybranymi zajęć integracyjno- sportowych

V Miejska Olimpiada Aktywnego Seniora

24 czerwca 2019 r. na terenie Ośrodka Kultury w Luboniu odbyła się V Miejska Olimpiada Aktywnego Seniora ULTW. Celem organizowanego od pięciu lat wydarzenia jest promocja zdrowego trybu życia i aktywności oraz integracja i budowanie więzi między studentami. Seniorzy podjęli rywalizację sportową w 10 konkurencjach: rzut beretem antenką do góry, rzut do celu, rzut do kosza, gwóźdź olimpiady, rzut ringiem, wieża z puszkami, układanie książek, bezpieczny senior, bieg z szarfą i konkurs: „Czy znasz Luboń?”. Wymienione konkurencje przeprowadzali i wyłaniali zwycięzców członkowie: Rady Programowej ULTW, Uczniowskiego Klubu Sportowego Jedynka, Ośrodka Kultury, PTTK, Biblioteki Miejskiej w Luboniu, Lubońskiej Rady Seniorów oraz Straży Miejskiej. Olimpiadę poprzedziło spotkanie z przedstawicielami Enea, Stowarzyszenia My50+ i Komendy Wojewódzkiej Państwowej Straży Pożarnej, którzy w ramach projektu „Enea dla pokoleń. Wspólnie o bezpieczeństwie” przedstawili wskazówki dotyczące tego, jak dbać o bezpieczeństwo,

jak być świadomym konsumentem i jak udzielać w nagłych wypadkach pierwszej pomocy. Zawody zakończyły się ceremonią wręczenia nagród najlepszym zawodnikom, które wręczali burmistrz Miasta Luboń Małgorzata Machalska i prezes Stowarzyszenia ULTW Zbigniew Jankowski. Dla zwycięzców były pamiątkowe puchary i nagrody rzeczowe. Na zakończenie, wszyscy zostali zaproszeni na kawę i ciasto ufundowane przez Eneę. Impreza odbyła się dzięki finansowemu wsparciu Urzędu Miasta Luboń.

Maria Błaszczak



Na zdjęciu: Wyjazd integracyjny do Tyczyna 2021.

I Powiatowa Olimpiada Seniorów

W piątek 11 października 2019 r. w hali sportowej Lubońskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji odbyła się Pierwsza Powiatowa Olimpiada Seniorów zorganizowana przez Stowarzyszenie Luboński Uniwersytet Trzeciego Wieku przy współpracy Lubońskiego Ośrodka Kultury oraz LOSiR –u. Jej dewizą była promocja aktywnego stylu życia, integracja seniorów i dobre spędzenie czasu. Było to wyjątkowe wydarzenie, pełne emocji i wspaniałej zabawy. Do Lubonia przybyli przedstawiciele seniorów z 8 gmin powiatu poznańskiego, aby uczestniczyć w zawodach sportowych, zażyć ruchu, a przede wszystkim dobrze się bawić. Towarzyszył im uśmiech, niepohamowana chęć rywalizacji i zdobywania medali. Olimpiada została przygotowana przez Stowarzyszenie ULTW przy współpracy Ośrodka Kultury oraz Lubońskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w sposób profesjonalny. Impreza przebiegała w bardzo dobrej i przyjaznej atmosferze.

Zawody rozpoczęły się od wprowadzenia na płytę hali sportowej flagi olimpijskiej. Potem nastąpił przemarsz zawodników z prezentacją drużyn i powitanie gości, a wśród nich: Antoniego Kalisza i Piotra Zalewskiego Członków Zarządu Powiatu Poznańskiego, Małgorzaty Machalskiej Burmistrza Miasta Luboń, Ireny Skrzypczak, Elżbiety Bijaczewskiej i Elżbiety Tonder z Powiatowej Rady Seniorów. Gościem honorowym imprezy był Szymon Ziółkowski - mistrz olimpijski z Sydney z 2000 roku w rzucie młotem, który dopingował zawodników, a na zakończenie zawodów wręczał zwycięzcom medale. Przed rozpoczęciem zawodów wystąpił kabaret „Humoreska” z Lubonia. Kolorowe stroje wykonawców oraz oryginalne i pełne humoru scenki i skecze wprowadziły wesołą atmosferę. Zawodnicy rywalizowali w 6 konkurencjach sprawnościowych : Ciepnięcie moherem, Śwignięcie w dychę, Slalom z jajem, Gwóźdź olimpiady, Jednooki snajper, Wieża z puszek i konkursie tematycznym „Czy znasz powiat poznański?”. Każdy zawodnik mógł startować maksymalnie w trzech konkurencjach, a te były rozgrywane bez podziału na płeć, co absolutnie nie przeszkadzało paniom w rywalizacji z panami w uzyskaniu bardzo dobrych wyników we wszystkich konkurencjach. Ciepnięcie moherem polegało na wykonaniu 3 rzutów beretem na odległość. Zaliczany był najdłuższy rzut, koniecznie antenką do góry. W tej konkurencji najdłuższy rzut wykonał Andrzej Chudziak z Komornik. W dobrej formie była Bronisława Przybyłowicz z Suchego Lasu, która uzyskała największą ilość punktów w śwignięciu rzutką do tarczy. W slalomie między pachółkami z jednoczesnym prowadzeniem kijem hokejowym jajowatej piłki najlepszy czas osiągnął Antoni Paszkowiak z gminy Komorniki. Duże emocje towarzyszyły zawodnikom konkurencji Gwóźdź olimpiady. Piotr Kusy z Lubonia pokonał dobrze zapowiadającą się Danutę Kurasińską. Dwoma uderzeniami młotka wbił gwóźdź w drewniany kołek, co dało mu najlepszy wynik i pierwsze miejsce. Okazało się, że strzelanie nie jest wyłącznie domeną mężczyzn. W tej konkurencji najlepsza była Dorota Szajkowska z Lubonia, drugie i trzecie miejsce w strzelaniu z elektronicznego trenażera strzeleckiego również zajęły panie. Najwyższą wieżę z puszek zbudowała Regina Kaczmarek z Tarnowa Podgórnego, natomiast w konkursie tematycznym z wiedzy o powiecie poznańskim triumfował Luboń. Najlepszą zawodniczką tej konkurencji okazała się Danuta Woźniak. Drugie i trzecie miejsce zajęły również lubonianki. Po uroczystej ceremonii wręczenia zwycięzcom pucharów i opadnięciu emocji był poczęstunek, a potem wspólna zabawa przy znanych melodiach i piosenkach zaprezentowanych przez zespół instrumentalny „TON” z Ośrodka Kultury w Luboniu. Bardzo dziękujemy wszystkim zawodnikom za

wspólnie spędzony czas, za zdrową i wspaniałą rywalizację sportową, i gratulujemy osiągnięcia dobrych wyników. Olimpiada odbyła się dzięki finansowemu wsparciu Starostwa Powiatowego w Poznaniu.

Maria i Jan Błaszczakowie

VIII Wielkopolskie Spotkania Sportowo-Integracyjne Uniwersytetów Trzeciego Wieku – Sieraków 2017-

W sobotę 20 maja 2017 r. słuchacze ULTW wzięli udział w *VIII Wielkopolskich Spotkaniach Sportowo-Integracyjnych Uniwersytetów Trzeciego Wieku w Sierakowie*. Imprezę zorganizowali: Uniwersytet Trzeciego Wieku w Sierakowie, Gmina Sieraków i miejscowa Szkoła Podstawowa. Celem tych spotkań jest propagowanie zdrowego stylu życia wśród seniorów oraz integracja. Sportową rywalizację poprzedził przemarsz zawodników ulicami Sierakowa na boisko sportowe w asyście motocyklistów oraz członków stowarzyszenia „Vivat”.



Na zdjęciu grupa lubońska podczas przemarszu Seniorów w Sierakowie w 2015 roku.

Na boisku Orlik odbyły się zawody. Zawodnicy z 14 drużyn rywalizowali ze sobą w 6 konkurencjach: strzelanie z wiatrówki, kręgle, bieg z szarfą, hokej, ułożenie chłopka i rzuty woreczkiem do puszek. Były dogrywki. Na zakończenie, przedstawiciele drużyn biorących udział w zawodach otrzymali pamiątkowe dyplomy udziału w spotkaniu, a zwycięzcy poszczególnych dyscyplin medale oraz dyplomy. Tym razem naszej drużynie nie udało się zdobyć medali, ale świetnie się bawiliśmy. Po zmaganiach sportowych, gospodarze zaprosili nas na poczęstunek: bigos oraz kawę i ciasto. Spartakiada zakończyła się wspianą zabawą taneczną oraz śpiewaniem piosenek biesiadnych. Zadowoleni i pełni wrażeń powróciliśmy wieczorem do Lubonia.

Jan Błaszczak.

Parada Seniorów w Warszawie

W sobotę 24 sierpnia 2019 r. słuchacze ULTW wzięli udział w VI Paradzie Seniorów i Pikniku Pokoleń „Dojrzały Wspaniały” w Warszawie. Hasłem przewodnim imprezy było: *"Nie dbam o wiek, dbam o siebie"*. Po raz kolejny wydarzenie to wsparli Fundacja Zaczyn i Promedica 24. Na paradę przybyli seniorzy z ponad 400 miejscowości z całej Polski (około 15 tys. osób).



Na zdjęciu Lubońskie Studentki na Krakowskim Przedmieściu w Warszawie, sierpień 2019 roku

Wszyscy spotkali się przy rondzie Charles’a de Gaulle’a, skąd kolorowym korowodem, rozciągniętym na długości ok. 1 km, po niespełna godzinny przemarszu, dotarli do Miasteczka Pokoleń na teren Uniwersytetu Warszawskiego przy Krakowskim Przedmieściu. Tam czekała na nich ciepła grochówka oraz kawa i ciasto. Swoje przeboje zaśpiewał dla seniorów Krzysztof Krawczyk z zespołem. Wszyscy wspaniale bawili się na największym w Polsce Dancingu Międzypokoleniowym pod wodzą DJ Wiki i Zbyszka. Równolegle odbywały się ciekawe panele dyskusyjne, warsztaty i ćwiczenia ruchowe. Po opuszczeniu kampusu uniwersyteckiego udaliśmy się na obiad do restauracji na Placu Zamkowym. Tego dnia zwiedziliśmy jeszcze podziemia archikatedry św. Jana Chrzciciela, gdzie znajduje się sarkofag ze szczątkami naszego noblisty Henryka Sienkiewicza, sprowadzonymi ze Szwajcarii w 1924 roku. Sienkiewicz leży w doborowym towarzystwie, wśród najwyższych dostojników państwowych i kościelnych: książąt z rodu Piastów, prezydentów II Rzeczypospolitej, XIX-wiecznych arcybiskupów Warszawy, artystów i królewskich dworzan. W podziemiach złożono w 1926 r. ciało pierwszego prezydenta Polski Gabriela Narutowicza oraz sarkofagi prymasów Polski: kardynała Augusta Hłonda i Stefana Wyszyńskiego, a w latach 90. XX w. sprowadzono szczątki wybitnego pianisty i premiera Ignacego Paderewskiego oraz prezydenta Ignacego Mościckiego. Od 1995 r. w pięknym białym sarkofagu umieszczono prochy ostatniego króla Polski Stanisława Augusta Poniatowskiego. Po zwiedzeniu podziemi udaliśmy się w drogę powrotną do Lubonia. Wycieczka do Warszawy odbyła się dzięki finansowemu wsparciu Starostwa Powiatowego w Poznaniu.

Jan Błaszczak

4.3. Relacje z wybranych zajęć turystyczno – krajoznawczych

„Podróżować to żyć”

Hans Christian Andersen

Wycieczki i rajdy

Nasi studenci są osobami aktywnymi i ciekawymi świata. Wreszcie, po przejściu na emeryturę dysponują czasem, którego wcześniej dla siebie nie mieli. Nie chcą wyłącznie siedzieć w domu, rozmawiać o chorobach i narzekać. Chcą realizować niespełnione marzenia z młodości. Na

liście tych marzeń na pierwsze miejsce wysuwa się chęć podróżowania i poznawania świata. Seniorzy uwielbiają wycieczki, wyjazdy i rajdy, bo ta forma aktywności oprócz zwiedzania i delektowania się otaczającą nas przyrodą stwarza wiele okazji do poznania ciekawych osób, nawiązywania towarzyskich relacji, do dyskusji na interesujące tematy, czy też zawarcia z kimś przyjaźni. A poza tym przyczynia się do utrzymania naszych seniorów w dobrej kondycji psychicznej i fizycznej. Zajęci podróżą zapominamy o kłopotach i zmartwieniach dnia codziennego, jesteśmy zrelaksowani i wracamy do domu z bagażem miłych wspomnień oraz tak potrzebnym nam optymizmem.

W minionym okresie były organizowane wycieczki kilkudniowe i jednodniowe o zróżnicowanej tematyce. Studenci odkrywali ciekawe i nieznane im miejsca. Dużym zainteresowaniem cieszyły się wycieczki z cyklu *„Odwiedzamy zabytki kultury polskiej wpisane na listę światowego dziedzictwa UNESCO”*. W wielu przypadkach ilość uczestników przekraczała 70 osób, co świadczy o popularności i atrakcyjności tych imprez.

Uniwersyteckie kalendarium imprez turystycznych ULTW

14.04.2012	Wyjazd pociągiem „Piernik” do Torunia
27.05.2012	Majówka LUTW w Mosinie - Pożegowie
26-28.06.2014	Wycieczka do Kołobrzegu
26.07.2014	Wczasy w Grzybowie – I turnus
08.08.2014	Wczasy w Grzybowie – II turnus
15.10.2015	Wycieczka Szlakiem Kraszewskiego
07.12.2015	Wycieczka autokarowa do Drezna na Weihnachtsmarkt
09.2015	Wycieczka autokarowa – Częstochowa, Oświęcim, Kraków, Wieliczka, Wadowice
03.12.2016	Wycieczka autokarowa do Wrocławia na Jarmark Świąteczny
06.05.2017	Wycieczka do Torunia
16.05.2017	Wycieczka do Ogrodu Botanicznego w Poznaniu
07.10.2017	Rajd „Złota Jesień w Wielkopolskim Parku Narodowym”
15-17.09.2017	Wycieczka do Malborka i Trójmiasta
26.10.2017	Wycieczka do Chełmna
26.01.2018	Spotkanie integracyjne ULTW i gości z Dąbia w Łęczycy „Nad Wirynką”
19-23.02.2018	Półkolonie dla seniorów – wycieczki do Rakoniewic, Poznania i Lubonia
26.04.2018	Wycieczka do Mieszkowa, Gołuchowa, Russowa i Kalisza
29.06-1.07.2018	Wycieczka do Pragi i Świdnicy

04.07.2018	Warsztaty „Aktywny Senior” Dzienny Dom „Senior-Wigor” Luboń
05.08.2018	Wycieczka do Karszewa w Gminie Dąbie na Święto Ogórka
14-16.09.2018	Wycieczka do Kalwarii Zebrzydowskiej, Zakopanego i Krakowa
23.10.2018	Koncert Orkiestry Filharmonii Poznańskiej z okazji 100-lecia odzyskania Niepodległości w Berlinie w gmachu Filharmonii Berlińskiej
06.11.2018	Zwiedzanie Stadionu Lecha w Poznaniu
13.12.2018	Wycieczka do Wrocławia
04.04.2019	Wycieczka do Łodzi
07-09.06.2019	Wycieczka „Szlakiem Pomników Historii Polski” do Kołobrzegu i na Bornholm
23-27.09.2019	Wycieczka na Lubelszczyznę „Odwiedzamy zabytki polskiej kultury wpisane na listę światowego dziedzictwa UNESCO – Zamość”
10.12.2019	Jarmark Bożonarodzeniowy w Poczdamie



Na zdjęciu: Studentki i studenci ULTW podczas wyjazdu integracyjnego do Tycyna w województwie lubuskim w powiecie świebodzińskim. Czerwiec 2021.

„Ten kto żyje widzi dużo ten kto podróżuje widzi więcej”

Arabskie przysłowie

Sekcja Turystyki Pieszej i Krajoznawczej

W strukturach Uniwersytetu Lubońskiego III Wieku działa Sekcja Turystyki Pieszej i Krajoznawczej. Sekcję prowadzą Jan i Maria Błaszczakowie z Oddziału PTTK im. Cyryła Ratajskiego w Luboniu. Działalność sekcji skupia się na organizowaniu jednodniowych

wycieczek i rajdów pieszych, w ramach których słuchacze Uniwersytetu poznają najciekawsze miejsca związane z historią i tradycją naszego miasta i regionu, takie jak: muzea, miejsca historyczne, zabytkowe, kulturalno- oświatowe, cmentarze, parki, obiekty sportowo – rekreacyjne. Organizatorzy dbają o to, aby każda impreza była inna oraz dostarczała nowych atrakcji i wrażeń. Zgodnie z harmonogramem, zajęcia odbywają się w drugą lub trzecią sobotę miesiąca. Nie sposób opisać wszystkie imprezy zorganizowane przez sekcję w ciągu minionych lat. Pierwszą imprezą była wycieczka do Muzeum Martyrologicznego przy ul. Niezłomnych (były obóz karno-śledczy w Żabikowie) i na cmentarz parafialny przy ul. Cmentarnej w Luboniu zorganizowana w grudniu 2011 roku. Wzięło w niej udział 11 osób. Z biegiem lat zainteresowanie tą formą aktywności systematycznie wzrastało. Sekcja zaczęła się na dobre rozwijać i ten stan trwa do dzisiaj.



Na zdjęciu słuchacze ULTW w Bydgoszczy podczas wycieczki szlakiem zabytków hydrotechniki. Lipiec 2021 rok.

Wykaz imprez zorganizowanych przez Sekcję Turystyki Pieszej i Krajoznawczej:

05.11.2011	Prelekcja pt. „Turystyka piesza - najstarsza i najbardziej popularna forma aktywnego wypoczynku”
03.12.2011	Cmentarz parafialny i Muzeum Martyrologiczne w Żabikowie
07.01.2012	Park Wilsona i Palmiarnia Poznańska
04.02.2012	Wzgórze Papieskie w Luboniu
03.03.2012	Spacer po WPN
31.03.2012	Wiosenne przechadzki po Puszczykównu
28.04.2012	Ścieżka dydaktyczna „śladami przyrody i historii” Luboń-Puszczykowo

27.05.2012	Majówka w WPN (rajd pieszo – autobusowy, połączony z turystyczną biesiadą)
20.10.2012	Nowe ZOO w Poznaniu
03.11.2012	Spacer po Cytadeli Poznańskiej, Muzeum Uzbrojenia
01.12.2012	Cmentarz Zasłużonych Wielkopolan na Wzgórzu św. Wojciecha w Poznaniu
05.01.2013	Spacer do Kątnika
02.02.2013	Muzeum Bambrów Poznańskich i Muzeum Etnograficzne w Poznaniu
02.03.2013	Ostrów Tumski w Poznaniu, Rezerwat archeologiczny „Genius loci”
06.04.2013	Makieta Dawnego Poznania
11.05.2013	Ogród Botaniczny UAM w Poznaniu
15.06.2013	Park Sołacki w Poznaniu
12.10.2013	Rajd pieszy „Złota jesień w WPN”
09.11.2013	Ostrów Tumski - Muzeum Archidiecezjalne w Poznaniu
07.12.2013.	Spacer po Rogalinu. Malowanie bombek w Pracowni Artystycznej Lucyny Smok
04.01.2014	Muzeum Ziemi Średzkiej „Dwór w Koszutach” i spacer po zabytkowym parku krajobrazowym
01.02.2014	Zimowy spacer do Kątnika
01.03.2014	Muzeum Archeologiczne w Poznaniu
15.03.2014	Wiosenny spacer do Radojewa i Śnieżycowego Jaru
12.04.2014	Rajd pieszy na trasie Rogalin – Rogalinek, Pracownia Artystyczna Lucyny Smok
10.05.2014	Wycieczka: Stęszew (Muzeum Regionalne), Woźniki (kościół i Klasztor Franciszkanów na Wzgórzu Wyrwał), Rakoniewice (Muzeum Pożarnictwa)
21.06.2014	Letni spacer po Szachtach Poznańskich
05.07.2014	Wycieczka na Kobyłą Górę
15.11.2014	Muzeum Martyrologiczne w Żabikowie – prezentacja filmu edukacyjno - historycznego: „Zniewolony Poznań 1939 – 1945”; spacer po Wzgórzu Papieskim
13.12.2014	Zimowy rajd pieszy po Luboniu
10.01.2015	Muzeum Literackie Henryka Sienkiewicza w Poznaniu, spacer ulicami Starówki
07.02.2015	„Rajd Walentynkowy z niespodzianką dla kochających piesze wędrówki”
07.03.2015	Palmańia Poznańska, Park Wilsona, podziemny schron
11.04.2015	„Willa wśród róż” - Salon Muzyczny Feliksa Nowowiejskiego (zwiedzenie Muzeum, wysłuchanie prelekcji oraz gry na fortepianie w wykonaniu syna kompozytora – Jana Nowowiejskiego)
09.05.2015	Wiosenny spacer po Szachtach Poznańskich
30.05.2015	Kowbojskie Miasteczko w Luboniu - Centrum Country i Western City
10.10.2015	Rajd pieszy po Wielkopolskim Parku Narodowym „Złota jesień w WPN – szlakami po dobrach hr Władysława Zamoyskiego”
07.11.2015	Muzeum Martyrologiczne w Żabikowie – prezentacja filmu pt. „Listy do Lilli” Michała Maćkowiaka i Marcina Krzysztonia
05.12.2015	Rajd Mikołajkowy
16.01.2016	Rogalowe Muzeum Poznania (pokaz wypieku Rogali Świętomarcińskich na żywo prowadzony przez Rogalowego Mistrza oraz najprawdziwszego Poznaniaka – Wuja Binia)
13.02.2016	Rajd Walentynkowy z niespodzianką dla kochających piesze wędrówki
18.03.2016	Muzeum Farmacji Wielkopolskiej

02.04.2016	Muzeum Środowiska Przyrodniczego i Łowiectwa w Uzarzewie
14.05.2016	Arboretum w Kórniku
12.11.2016	Muzeum Instrumentów Muzycznych w Poznaniu
03.12.2016	Jarmark bożonarodzeniowy we Wrocławiu, zwiedzanie Rydzyny i Trzebnicy
07.01.2017	„Poznańskie żłóbki” – spacer po kościołach Starego Miasta
11.02.2017	Rajd Walentynkowy z niespodzianką dla kochających piesze wędrówki
18.03.2017	Muzeum Powstania Poznańskiego – Czerwiec 1956 r.
08.04.2017	Wycieczka do Rogalinka (zwiedzanie prywatnego Muzeum Szablewskich i warsztaty plastyczne w Pracowni Artystycznej Lucyny Smok)
27.05.2017	Centrum Edukacji Regionalnej i Przyrodniczej w Mniszkach (ginące zawody)
17.06.2017	Kowbojskie Miasteczko w Luboniu, spacer ulicami Lubonia, zwiedzanie miasteczka, biesiada
04.11.2017	Jesienny spacer po Cytadeli Poznańskiej
02.12.2017	Prywatne Muzeum Miar i Wag Aliny i Juliusza Gustowskich w Sadach
13.01.2018	Poznańska Fara (zwiedzanie wnętrza i podziemi, spotkanie przy kawie w kawiarni „Cafe Misja”)
03.02.2018	Rajd Walentynkowy po Luboniu „Kijki dla Walentego”
17.03.2018	Wycieczka do Rogalinka (spacer po Rogalinku, Wielkanocne Warsztaty Plastyczne w Pracowni Artystycznej)
07.04.2018	Muzeum Bambrów Poznańskich
12.05.2018	Wielkopolski Park Etnograficzny w Dziekanowicach
15.06.2018	Na Dzikim Zachodzie. Klub country. Miasteczko kowbojskie
27.10.2018	Czerwone korale - Ludowa sztuka tworzenia biżuterii z cyklu WEEKENDOWE SPOTKANIA Z WIDZEM w Muzeum Narodowym Rolnictwa I Przemysłu Rolno- Spożywczego w Szreniawie
14.11.2018	Rogalinek warsztaty
17.11.2018	Muzeum Powstańców Wielkopolskich im. Generała Józefa Dowbora Muśnickiego w Lusowie
08.12.2018	Rajd Mikołajkowy (przejście piesze po Luboniu)
12.01.2019	Muzeum Martyrologiczne w Żabikowie (prelekcja)
09.02.2019	Rajd Walentynkowy „Kijki dla Walentego” (spacer po Puszczykowie)
02.03.2019	Muzeum w Winnej Górze - Oddział Muzeum Ziemiaństwa w Dobrzycy.
06.04.2019	„Ostrów Tumski przez Wiek” – Brama Poznania
09.05.2019	Majówka w Rogalińskim Parku Krajobrazowym (ścieżka przyrodnicza „Szlakiem Bobra”, piknik w wigwamie w Czmońcu)
15.06.2019	Szachty Poznańskie i „Otwarte Ogrody – weekend na działkach”- zabawa w ogrodowej świetlicy przy muzyce i własnym prowiancie.
10.10.2019	Jesienny spacer po Szachtach Poznańskich. Wieża widokowa.
08.11.2019	Kościół karmelitów Bosych i Cmentarz Zasłużonych Wielkopolan w Poznaniu
07.12.2019	Rajd Mikołajkowy po Puszczykowie
04.01.2020	Muzeum Ziemiaństwa w Dobrzycy
01.02.2020	Muzeum Archidiecezjalne na Ostrowie Tumskim w Poznaniu
07.03.2020	Poznańskie Muzeum Pyry

Od marca 2020 roku, z uwagi na obecną sytuację zagrożenia koronawirusem terminy poszczególnych wycieczek turystycznych zaplanowane na 2020 rok zostały odwołane i przełożone na okres późniejszy.

*„Nie odkładaj marzeń
odkładaj na marzenia”*

Autor nieznany

RELACJE Z WYBRANYCH WYCIECZEK

Majówka w Botaniku

Dzięki naszej współpracy z Uniwersytetem im. Adama Mickiewicza w Poznaniu w dniu 17.05.2017 roku słuchacze ULTW udali się na majówkę do Ogrodu Botanicznego UAM w Poznaniu, aby pospacerować wśród kwitnących roślin, odpocząć i naładować akumulatory. Ogród Botaniczny jest jednym z najczęściej odwiedzanych parków w mieście, szczególnie wiosną, kiedy przyroda jest w pełnym rozkwicie. Idąc tym śladem, chcieliśmy zażyć majowego słońca i pooglądać piękne kwitnące drzewa, krzewy i kwiaty. Po przyjeździe, udaliśmy się na spotkanie z przewodnikiem do centralnej części parku, gdzie mieści się Pawilon Edukacyjno-Dydaktyczny. Na dwóch kondygnacjach pawilonu rozmieszczone są pracownie naukowe, dydaktyczne, biblioteka, sala ekspozycyjna i edukacyjna oraz sympatyczna kawiarenka zlokalizowana na malowniczym tarasie widokowym. Przed wejściem do pawilonu przyciągnęła nasz wzrok, interesująca fontanna, położona wśród zieleni założonej w stylu francuskim. Fontanna przedstawia postać baletnicy w tanecznej pozie. Z jej spódniczki tryska mieniąca się w słońcu woda. Pracownik Ogrodu Pani mgr inż. Małgorzata Kalinowska zaprosiła nas do sali edukacyjnej na warsztaty ogrodnicze. Odbiliśmy je w dwóch grupach. Pani Małgorzata zaznajomiła nas ze sposobami prawidłowego sadzenia roślin, przygotowywania podłoża kwiatowego i podlewania. Chętnie odpowiadała na nurtujące uczestników pytania. W specjalnie przygotowanych doniczkach, własnoręcznie posadziliśmy sadzonki wieloletniej byliny o nazwie Aster krzaczasty (*Aster dumosus*). Posadzone roślinki pozwolono nam zabrać do domu. Potem udaliśmy się na godzinny spacer z przewodnikiem po Ogrodzie, podczas którego poznaliśmy historię jego powstania. Dowiedzieliśmy się, że początki Ogrodu sięgają czasów odradzania się państwa polskiego. Dzisiaj Ogród zajmuje powierzchnię około 22 ha. Jest podzielony na 10 działów tematycznych i kolekcje.

Zgromadzono tutaj ponad 7 tysięcy gatunków, podgatunków i odmian roślin ze wszystkich stref klimatycznych Ziemi. To miejsce pełne zieleni i spokoju. Jest tutaj dużo ławeczek, na których można przysiąść i np. spokojnie poczytać książkę lub pograć się w swoich myślach. Spacerowaliśmy alejkami parkowymi, a Pani przewodnik opowiadała o ciekawych roślinach, zarówno rodzimych gatunków, jak i obcych. Towarzyszyły nam wszechobecna zieleń, zapachy kwitnących roślin, spokój, śpiew ptaków i rechot żab nad strumykiem i oczkami wodnymi. Po spacerze, organizator majówki zaprosił nas na kawę i ciasto do ogrodowej kawiarenki. Delektowaliśmy się zarówno słodkim poczęstunkiem jak i wspaniałym widokiem rozciągającym się z tarasu kawiarni. Zrelaksowani i wypoczęci wróciliśmy do Lubonia.

Maria Błaszczak

Rewizyta seniorów z Dąbia

26 stycznia 2018 roku, społeczność akademicka ULTW gościła seniorów z Dąbia nad Nerem oraz z Gminy Komorniki. Seniorom z Dąbia towarzyszył burmistrz Miasta Tomasz Ludwicki i skarbnik Anna Lewińska. Spotkanie przygotowano pod kątem rewizyty, po pobycie słuchaczy LUTW w Gminnym Ośrodku Kultury w Dąbiu w ubiegłym roku, zorganizowanym z okazji Dnia Seniora. Pobyt w naszych stronach goście rozpoczęli od wizyty na Wydziale Nauk Politycznych i Dziennikarstwa UAM na Morasku w Poznaniu, po którym oprowadził ich mgr Marcin Pera. Po obiedzie wysłuchali wykładu na temat „Czym podróżujemy dzisiaj?”, który wygłosił dr Mikołaj Tomaszuk.



Na zdjęciu: W holu budynku Wydziału Nauk Politycznych i Dziennikarstwa UAM



Na zdjęciu: Seniorzy z Dąbia, Lubonia i Komornik podczas spotkania w Łęczycy w gminie Komorniki.

Z Poznania udali się do Łęczycy, gdzie czekali na nich gospodarze spotkania i zaprzyjaźnieni seniorzy z Komornik oraz goście powiązani z naszą społecznością, a w wśród nich: Małgorzata Machalska burmistrz Miasta Luboń, Marian Adamski przewodniczący Rady Gminy Komorniki, Antoni Pawlik dyrektor GOK w Komornikach i Regina Górniaczyk dyrektor Ośrodka Kultury w Luboniu. Po okolicznościowych wystąpieniach przedstawicieli gospodarzy i gości rozpoczęły się występy artystyczne. Jedną z atrakcji był występ Reginy Zajączek z Rogalinka. Ta sympatyczna „gadula” przedstawiła kilka barwnych scenek w gwarze poznańskiej. Gwoździem programu był występ kabaretu „Humoreska”, działającego pod kierownictwem Barbary Przybylskiej w ramach ULTW. Organizatorzy spotkania zadbali o słodki poczęstunek i oprawę muzyczną. Bardzo smaczne, domowe wypieki przywiozły Panie z Dąbia, czym mile zaskoczyły gospodarzy. Spotkanie przebiegało w serdecznej i przyjaznej atmosferze. Seniorzy mieli okazję do rozmów, zabawy i tańca. Wspólnym śpiewom i tańcom nie było końca. Burmistrz Miasta Luboń wręczyła drobne upominki wszystkim uczestnikom spotkania. Przedstawiciele samorządu obecni na spotkaniu zadeklarowali kontynuowanie i pogłębianie działań integrujących środowisko seniorów. Zadowolenie i radość oraz aktywność

seniorów nie mają limitów wiekowych. Rewizyta zakończyła się w późnych godzinach wieczornych i zapewne trwałaby dłużej, gdyby nie długa droga powrotna gości do domu.

Wizyta w Muzeum Bambrów

7 kwietnia 2018 roku, odwiedziliśmy Muzeum Bambrów Poznańskich przy ul Mostowej w Poznaniu na zaproszenie Pana Romana Hamelki z Towarzystwa Bambrów Poznańskich. W lutym pan Roman gościł u nas z niezwykle ciekawym wykładem o tematyce bamberskiej. Chętnie skorzystaliśmy z możliwości zwiedzania Muzeum, aby lepiej poznać historię osadników z Bambergu, których potomkowie do dziś zamieszkują w Luboniu i Poznaniu. Bambrzy przybyli do wyludnionych podpoznańskich wsi na zaproszenie władz Poznania w latach 1719 do 1753 kilkoma falami. Pierwsi przybysze osiedlili się we wsi Luboń 1 sierpnia 1719 roku. Potem osiedlano ich na Dębcu, Boninie, Jeżycach, Winiarach, Ratajach, Wildzie i Górczynie. Na pamiątkę tego wydarzenia, co roku 1 sierpnia, Towarzystwo Bambrów Poznańskich obchodzi *Święto Bambrów*. Odbywa się ono na Starym Rynku w Poznaniu przy studzience z Bamberką. Święto rozpoczyna się od odczytania fragmentu pierwszego kontraktu ze wsi Luboń, zawartego między miastem Poznań a osadnikami z Bambergu. Uroczystościom towarzyszą różne atrakcje. Muzeum Bambrów Poznańskich powstało w 2003 roku dzięki wieloletnim staraniom prof. Marii Paradowskiej, wysiłkom Towarzystwa Bambrów Poznańskich i pomocy wielu Poznaniaków. Naszymi przewodnikami po Muzeum byli: prezes Towarzystwa Bambrów Poznańskich Ryszard Skibiński, wiceprezes Juliusz Kubel i członek Zarządu Roman Hamelka. Po zapoznaniu się z historią osadników zwiedziliśmy chatę typową dla wsi podpoznańskiej z XIX i XX wieku, otoczoną ogródkiem i płotkiem, wyposażoną w meble, sprzęty gospodarstwa domowego, obrazy i pamiątki bamberskich rodów. Dom składa się z sieni, pokoju sypialnego, pokoju stołowego, komory zwanej alkierzem i kuchni. Na piętrze, przewodnicy zapoznali nas z dawnymi narzędziami wykorzystywanymi w domu i zagrodzie i nietatnymi gospodarskimi obowiązkami. Mieliśmy trudności z rozpoznaniem nazw i przeznaczenia niektórych przedmiotów. Trzeba przyznać, że dzisiejsze życie na wsi, w porównaniu z tym, co było dawniej, to ogromna przepaść. Na dłużej zatrzymaliśmy się przed gablotami, w których zgromadzono przedmioty osobiste i bieliznę Bamberek z przeciętymi pośrodku majtkami zwanymi „piorun trzasł”. Są tam m. in. czepek chmielny z przełomu XVII i XVIII wieku, czepe i wstęgi haftowane, chusty i fartuchy oraz różne dokumenty. Poznaliśmy odświętny, strój bamberski obfitujący w szerokie spódnice, koronki, wstążki i hafty. Strój

składał się z sukni, kaftana, sznurówki, bluzeczki, wałka zwanego „kiszka”, na którym opierała się spódnica i jedna z trzech watówek. Pod fartuchem umocowana była ozdobna kieszeń na różaniec, książeczkę do nabożeństwa i chusteczkę. Szyję zdobiły sznury prawdziwych koralików z krzyżykiem. Dopełnieniem stroju jest wysokie nakrycie głowy zwane kornetem, zdobione kolorowymi sztucznymi kwiatami. Każda kobieta posiadała 14 sukien, w tym robocze i 4 przeznaczone na specjalne okazje. Były to suknie szyte z dobrych materiałów w kolorach: karmazynowym, zielonym, niebieskim i białym lub kremowym w kwiatki. Najbogatsza suknia była zakładana na procesje święta Bożego Ciała oraz na wesele. Barwny strój bamberski jest mieszanką wpływów ludowych ubiorów noszonych na terenie Saksonii, Frankonii, Dolnych Łużyc oraz mieszczańskiej mody biedermeieru i XIX wiecznych ludowych strojów wielkopolskich.

Rogalowe Muzeum Poznania

13 stycznia 2016 roku słuchacze ULTW odwiedzili Rogalowe Muzeum Poznania i uczestniczyli w pokazie wypieku rogali. Muzeum poświęcone jest kulturze i tradycji wypieku powszechnie znanego i cenionego w naszym regionie Rogala Świętomarcińskiego. Mieści się w renesansowej kamienicy w samym centrum Poznania. W jego wnętrzu zachowały się piękne, renesansowe belki stropu, a posadzka została odtworzona na podstawie zachowanych fragmentów oryginalnych płytek. Z okien muzeum rozlega się wspaniały widok na Ratusz i koziółki poznańskie, które można podziwiać podczas pokazu. Uczestniczyliśmy w przeprowadzonym na żywo pokazie wypieku rogala wg oryginalnej receptury w wykonaniu Rogalowego Mistrza, który wzbogacony był elementami gwary poznańskiej, przez Wuję Binia.



Na zdjęciu: Jan Błaszczak i Włodzimierz Sroczyński w rywalizacji rogalowej. 16.01.2016

W lekcji przygotowywania ciasta i wypieku rogała wzięli też udział nasi studenci i ich wnuki, pełniąc rolę pomocników mistrza cukierniczego. Ubrani w wysokie czapki i fartuchy ugniatali ciasto i wałkowali je, a potem w wielkim skupieniu wycinali z niego trójkąty, na które nakładali farsz z białego maku i zwijali je nadając im kształt rogała. W czasie wypieku ciasta, obejrzelśmy film o świętym Marcynie i historii powstania oraz wypieku Rogala. Na zakończenie pokazu była degustacja rogali. Można też było kupić Rogala Świętomarcińskiego na wynos w pamiątkowym opakowaniu.

Wycieczka do Wrocławia

23 kwietnia słuchacze ULTW odwiedzili najpiękniejsze miasto w Polsce południowo – zachodniej, stolicę województwa dolnośląskiego – Wrocław. Plan pobytu we Wrocławiu obejmował zwiedzenie „Panoramy Racławickiej” i „Afrykarium” w ogrodzie zoologicznym oraz krótki spacer ulicami miasta. Wrocław zwiedzaliśmy z przewodnikiem miejskim. Z uwagi na ograniczenia czasowe, wybrano najciekawsze miejsca, bogate w zabytki, pełne historii,

urzekającego piękna i klimatu. Poznaliśmy historię i średniowieczny układ urbanistyczny miasta oraz dowiedzieliśmy się o życiu wrocławskich mieszczan i rzemieślników. Naszą wędrówkę rozpoczęliśmy przy rotundzie „Panoramy Raławickiej”. Szeroką aleją, wysadzaną stuletnimi platanami, doszliśmy do pomnika Juliusza Słowackiego, a następnie do dwóch zabytkowych obiektów: Muzeum Poczty i Telekomunikacji. Minęliśmy częściowo zrekonstruowany fragment miejskich fortyfikacji z XV w., dalej Zatokę Gondoli i budynek Muzeum Narodowego. Dotarliśmy do rynku, który należy do najpiękniejszych w Polsce, a wielkością dorównuje krakowskiemu. Tutaj zatrzymaliśmy się na dłużej, aby przyjrzeć się wspinałej, bogato rzeźbionej fasadzie ratusza z żebrowanym szczytem i renesansowymi wykuszami. Poznaliśmy jego interesującą historię i znajdującą się w nim „Piwnicy Świdnickiej”. Przed ratuszem kamienny pręgierz, mozaika z kostki brukowej przedstawiająca herb Wrocławia oraz przywieziony ze Lwowa pomnik Aleksandra Fredry. Dopelnieniem założenia rynku są przepiękne kamieniczki z licznymi restauracjami i winiarniami, w tym dwie urocze kamieniczki połączone ze sobą łukiem arkadowym: większa „Małgosia”, i mniejsza „Jaś”. W pobliżu znajduje się bazylika p.w. św. Elżbiety z gotyckim wnętrzem i wysoką 93 metrową wieżą z tarasem widokowym. Na ul. Jatki odwiedziliśmy zespół kramów mięsnych, powstały w XIV w. Dawniej handlowano tu mięsem zwierząt domowych. Przy wejściu jest pomnik zwierząt rzeźnych: kozy, prosiaka, gęsi, kury oraz koguta. Dzisiaj na ul. Jatki znajdują się galerie oraz sklepiki z artykułami artystycznymi. Spacerując brukowanymi uliczkami miasta, dotarliśmy do gmachu głównego Uniwersytetu Wrocławskiego, gdzie zwiedziliśmy przepiękną, barokową, reprezentacyjną salę uniwersytecką zwaną Aulą Leopoldyńską. Zachwyca ona bogatymi rzeźbami, sztukaterią i iluzjonistycznym malarstwem. Prowadzi do niej dwubiegowa klatka schodowa przyozdobiona freskami Schefflera z 1734 r. Potem udaliśmy się na tzw. „Ścieżkę historii”, położoną na szerokim chodniku, pomiędzy Zaułkiem Ossolińskich i kościołem św. Wincentego. Jest to 19 brązowych tablic umieszczonych pomiędzy płytami chodnikowymi, które ukazują najważniejsze wydarzenia z dziejów miasta, począwszy od 1000 roku (ustanowienie biskupstwa), a rokiem 1997 (powódź tysiąclecia). Niezapomniane wrażenie wywarł na nas spacer bulwarem Xawerego Dunikowskiego oraz Marii i Lecha Kaczyńskich wzdłuż południowego brzegu Odry. Z bulwaru, który poddano rewitalizacji w 2015 r., rozciąga się widok na przeciwległe nabrzeże i panoramę najstarszej części miasta – Ostrowa Tumskiego.



Bulwary odrzańskie we Wrocławiu, 23.04.2016

Dla większości z nas, największą atrakcją Wrocławia było zwiedzenie „Panoramy Racławickiej”, wielkiego batalistycznego malowidła z XIX w., zaliczanego do największych na świecie. Obraz przywieziono do Wrocławia ze Lwowa w 1946 r. Jego autorami są polscy malarze Wojciech Kossak i Jan Styka. Przedstawia bitwę pod Racławicami, stoczoną pomiędzy wojskami polskimi dowodzonymi przez Tadeusza Kościuszkę, a oddziałami armii rosyjskiej. Zmierając w stronę Ogrodu Zoologicznego, mieliśmy okazję zobaczyć Halę Stulecia, wybudowaną w pierwszej połowie XX w., wg projektu Maxa Berga i 96 metrową iglicę – pamiątkę po wystawie „Ziem Odzyskanych” oraz Pawilon Czterech Kopuł – wpisane na Listę Światowego Dziedzictwa Kulturowego UNESCO. Podziwialiśmy łany tulipanów przy fontannie multimedialnej, a w Ogrodzie Japońskim kwitnące wiśnie. Ostatnim punktem wycieczki był pobyt w Afrykarium w ogrodzie zoologicznym, jedynym na świecie tematycznym oceanarium poświęconym faunie afrykańskiej. W wielkich akwariach pływają ryby raf koralowych, hipopotamy, rekiny, płaszczyki, żółwie morskie, manaty, krokodyle nilowe i wiele innych. Dużym zainteresowaniem cieszyły się lwy i żyrafy rezydujące na wybiegu przed Afrykarium, a także słonie, niedźwiedzie i figlujące małpy oraz rozbrykane koźlęta w zagrodzie

dla maluchów. Czas szybko mijał, i okazało się, że jeden dzień wycieczki to zdecydowanie za mało, aby zwiedzić to piękne miasto. Podczas podróży przydatne okazały się śpiewniki z tekstami piosenek turystycznych i biesiadnych, przygotowane przez Bibliotekę Miejską w Luboniu. Słuchacze ULTW dziękują p. Zbigniewowi Jankowskiemu i Marii Nowakowskiej za zorganizowanie wycieczki, za mile spędzony czas, wspaniałe emocje i wyjątkowe wspomnienia.

Zimowy spacer po Szachtach Poznańskich

W lutym udaliśmy się na zimowy spacer po Szachtach Poznańskich. Chcieliśmy skorzystać z możliwości aktywnego wypoczynku i kontaktu z naturą oraz zobaczyć, jakie zaszły tam zmiany. Sprzyjała nam ładna pogoda. Dzień był mroźny, ale słoneczny. Wyruszyliśmy z pl. Bojanowskiego i dalej ulicą Niezłomnych doszliśmy do Stawu Edy. Na teren okalający Szachty nie można wjechać samochodem. Informują o tym znaki zakazu i słupki uniemożliwiające wjazd. Ścieżki przeznaczone są wyłącznie dla pieszych, ewentualnie mogą z nich korzystać rolkarze i rowerzyści. Szachty, to zespół malowniczych stawów powstałych po dawnych wyrobiskach gliny. Są one położone w południowo – zachodniej części Poznania, w dolinie Strumienia Junikowskiego, w pasieciągającym się od Junikowa, Fabianowa i Świerczewa, aż do Lubonia. Cegielnie na tym terenie powstały w czasie boomu budowlanego, który przeżywał Poznań na przełomie XIX i XX w. Cegłę produkowano tutaj jeszcze w latach 90. XX w. Po wygaszeniu produkcji cegły i likwidacji zakładów przyroda bez udziału człowieka sama zagospodarowała to miejsce. Stawy napęłniły się wodą, pojawiła się bujna roślinność, wiele gatunków ptaków, ryb i płazów. Jednak ten ciekawy pod względem przyrodniczym i rekreacyjnym teren, do niedawna był bardzo zaniedbany i niebezpieczny. Dookoła leżały sterty śmieci, ścieżki były zarośnięte, a wjeżdżające tutaj ciężarówki wysypywały gruz i różne śmieci pochodzące z okolicznych gospodarstw domowych.



Na zdjęciu: Studenci i studentki ULTW podczas wycieczki na Szachtach. 8.XII.2018

Brakowało gospodarza. Wiele się zmieniło, od kiedy pojawiła się koncepcja zagospodarowania tego terenu, a pieczę nad nim przejął Zarząd Zieleni Miejskiej w Poznaniu. Spacer po Szachtach rozpoczęliśmy asfaltową alejką, wzdłuż południowego brzegu Stawu Edy. W czasie spaceru podziwialiśmy ładne ławki i kosze na śmieci. Dalszą wędrówkę ułatwiały nam umieszone na ścieżce drogowskazy z nazwami stawów i ścieżek. Teren uporządkowano, zlikwidowano dzikie wysypiska, a drzewa przycięto i przeprowadzono ich inwentaryzację. Nad Stawem Parkowym wykonano taras z punktem widokowym, z którego rozciąga się wspaniały widok na glinianki i okolicę oraz wytyczono miejsce na ognisko.

Wycieczka ULTW nad morze

Wycieczka odbyła się w dniach 7 – 9 czerwca. Towarzyszyła nam piękna słoneczna pogoda i dobry nastrój, bo wszyscy lubimy morze, szczególnie w pogodne dni. Po przyjeździe do Kołobrzegu zostaliśmy zakwaterowani w Ośrodku Wypoczynkowym Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza, który znajduje się tuż nad samym morzem. Był to dla nas dobry czas, zarówno na zwiedzanie, spacer brzegiem morza, relaks i odpoczynek, jak i na przejażdżkę rowerową

nadmorskimi alejkami. Pierwszego dnia, po ulokowaniu nas w hotelu, udaliśmy się na spacer po mieście. Kołobrzeg jest pięknym nadmorskim miastem uzdrowiskowym o wyjątkowym uroku. O jego atrakcyjności decydują przede wszystkim specyficzny mikroklimat i powietrze pozbawione alergenów, dobre położenie u ujścia do morza rzeki Parsęty, otaczające lasy iglaste oraz źródła wody mineralnej i pokłady borowiny. Spacerując po mieście zwiedziliśmy: moło, port z latarnią morską, pomnik Zaślubin z morzem, neogotycki Ratusz, pomnik Milenijny i gotycką Bazylikę Mariacką. Po obiadokolacji ponownie udaliśmy się nad morze, aby odpocząć i przefiltrować płuca. Następnego dnia, grupa studentów jadących na wycieczkę na Bornholm, wczesnym rankiem udała się do portu. Ci, którzy nie jechali na wycieczkę zostali w Kołobrzegu i po śniadaniu mieli do własnej dyspozycji cały dzień. O godzinie 06.00 rozpoczęło się zaokrętowanie pasażerów na statek na Terminalu Międzynarodowym w Kołobrzegu oraz odprawa graniczna i zaokrętowanie na katamaran m/s „Jantar”. Rejs po Morzu Bałtyckim na malowniczą wyspę Bornholm trwał ok. 4,5 godziny. Pasażerowie mieli do dyspozycji restaurację, kawiarnię i duże pokłady słoneczne, pomocne w zniesieniu długiej podróży. Po przybyciu do portu Nexø udaliśmy się na autokarową wycieczkę po wyspie z polskim przewodnikiem. Początkowo z okien autokaru podziwialiśmy wschodnie, skaliste wybrzeże wyspy. Z miejscowości Arsdale, gdzie znajduje się biały holenderski wiatrak muzeum, udaliśmy się do Svaneke - najmniejszego i najbardziej nasłonecznionego miasta w Danii. W czasie 30 minutowego postoju zwiedziliśmy rynek położony wśród kolorowych kamieniczek, wytwórnię cukierków i sklepiki oferujące wyroby z kolorowego szkła z niewielkiej miejscowej huty. Przez Listted, Gudhjem, Tejn i Alinge dotarliśmy do Hammershus, gdzie zwiedziliśmy największe w Skandynawii ruiny potężnego zamku. Dużą atrakcją wyspy są tajemnicze kościoły rotundowe o wyjątkowej architekturze, pamiętające odległe czasy Templariuszy. Zwiedziliśmy taki kościół w miejscowości Olsker. Widzieliśmy skaliste wybrzeża wyspy o charakterze klifów, zielone pofalowane wzgórza, białe kominy wędzarni ryb, ukwiecone ogródki nie zamykanych przez mieszkańców domów z dachami z czerwonej dachówki, dobrze rozwiniętą sieć tras rowerowych, pomnik gęsi i wszechobecną zielen z ukrytymi w niej maleńkimi wioskami, a wszystko skąpane w promieniach słońca. Było cicho, czysto i pięknie. Wydawało się, jakby czas zatrzymał się w miejscu. Autokar przywiózł nas z powrotem do Nexø, które jest drugim pod względem wielkości miastem na Bornholmie. Po krótkim spacerze po mieście i portowym bulwarze udaliśmy się na statek. Do Kołobrzegu przypłynęliśmy ok. godz. 22.00. W niedzielę cieszyliśmy się czasem wolnym. Każdy mógł go wykorzystać w dowolny sposób. Najczęściej były to spacery brzegiem morza i wizyty w urokliwych nadmorskich kawiarenkach. Po obiedzie wyjechaliśmy z Kołobrzegu i pełni wrażeń

powróciliśmy do Luboniu w godzinach wieczornych. Wycieczka odbyła się dzięki finansowemu wsparciu Urzędu Miasta Luboń.

Uroki Zamojszczyzny

Podczas 5 dniowej wycieczki studenci ULTW z udziałem przewodnika zwiedzili, poznali historię i najciekawsze zabytki Lublina i jego okolic oraz miło spędzili czas Wycieczka na Zamojszczyznę z cyklu „*Odwiedzamy obiekty wpisane na listę światowego dziedzictwa kultury UNESCO*” odbyła się w dniach 23 – 27.09. W poniedziałek, z miejsca zbiórki (parking Intermarche przy ul. Żabikowskiej) grupa 67 studentów udała się w długą drogę do położonego nad Wisłą Kazimierza Dolnego. Korki na drodze i nieprzewidziane objazdy spowodowały, że do Kazimierza przyjechaliśmy nieco spóźnieni. Grupę odebrała trochę zniecierpliwiona przewodniczka, która od razu zaprosiła chłonnych wrażeń studentów do zwiedzania tego historycznego, pełnego zabytków i niepowtarzalnego uroku miasteczka. W dość szybkim tempie bulwarem nadwiślańskim podążyliśmy do Przystani Żeglugi Pasażerskiej przy ul. Nadwiślańskiej, gdzie zaproszono nas na statek w celu odbycia godzinnego rejsu po Wiśle. Królowa naszych rzek jest tutaj szeroka, płynie meandrami i jest niezwykle malownicza i urocza. Podczas rejsu mijaliśmy ruiny zamku w Kazimierzu i w Janowcu. Widzieliśmy farę, basztę oraz Górę Trzech Krzyży, spichlerze, zabudowania Kazimierza, czy też nieczynny kamieniołom. Przez całą długość rejsu nie można było oderwać wzroku od rozpierających pierś widoków. Nie trzeba dodawać, że jest to jedna z najciekawszych atrakcji turystycznych tej miejscowości. Po rejsie przeszliśmy na Rynek.



Na zdjęciu studenci przed Ratuszem w Zamościu, 25.09.2019

Według legendy miasto założył i wybudował w nim zamek król Kazimierz Wielki. Powszechnie znana jest historia jego romansu z piękną Żydówką Esterką i tajemniczego przejścia podziemnego prowadzącego z zamku do jej komnaty. Prawa miejskie uzyskał Kazimierz w XIV wieku, a lokacji miasta na prawach magdeburskich dokonał król Władysław Jagiełło. Przewodniczka zaznajomiła nas z bogatą historią miejscowości, m.in. z jego rozkwitem gospodarczym w okresie handlu zbożem spławianym Wisłą do Gdańska i upadkiem miasta po spaleniu podczas najazdu Szwedów. Do dzisiaj zachwycają zachowane zabytki architektury sakralnej i świeckiej, m.in.: kościół farny p.w. św. Jana Chrzciciela i św. Bartłomieja z XVI w., kamienice Przybyłów i kamienica Celejowska z pocz. XVII w., spichlerze, czy też ruiny zamku z XIV – XVI w. Wszystkich zaciekała legenda o Kazimierskim Kogucie, który stał się symbolem miejscowości. Z Kazimierza, zaopatrzeni w słodkie Kazimierskie Koguty pieczone wg tradycyjnej receptury w miejscowej piekarni Sarzyńskiego, przyjechaliśmy na nocleg do Lublina. Drugiego dnia, zaraz po śniadaniu, po dotarciu do wsi Kozłówka, udaliśmy się do zespołu parkowo – pałacowego rodziny Zamoyskich z pocz. XVIII w., w którym od 1979 roku mieści się Muzeum Zamoyskich.

Zwiedziliśmy wnętrza pałacowe z oryginalnym wyposażeniem z przełomu XIX i XX wieku, zgromadzone przez I ordynata kozłowieckiego Konstantego Zamoyskiego oraz kaplicę zaprojektowaną na wzór kaplicy królewskiej w Wersalu z kopią nagrobka Zofii z Czartoryskich Zamoyskiej. Obok wejścia do kapicy znajduje się pokój księdza Stefana Wyszyńskiego, w którym ukrywał się w latach 1940 -1941. Dzisiaj możemy podziwiać zbiory i wyposażenie pałacu, które w czasie drugiej wojny światowej nie zostały wywiezione przez hr. Zamoyską do Warszawy i cudem ocalały. Interesującym doznaniem był pobyt w Galerii Sztuki Socrealizmu z pracami artystów z okresu komunizmu, ze stojącymi na zewnątrz zdemontowanymi monumentalnymi pomnikami tow. Włodzimierza Lenina, Bolesława Bieruta, czy Juliana Marchlewskiego. W powozowni zgromadzono zabytkowe powozy i sprzęt jeździecki wypożyczone z Muzeum w Łańcucie. Pałac otacza ogród w stylu francuski ego baroku z fontanną, a w głębi park angielski. Tego samego dnia zwiedziliśmy także Stare Miasto Lublina. Byliśmy na Placu Zamkowym i w znajdującej się przy nim kaplicy Świętej Trójcy, zaliczanej do najcenniejszych zabytków sztuki średniowiecznej w Lublinie i Polsce. Freski na ścianach kaplicy pochodzą z początku XV wieku. Tworzący je malarze, prawdopodobnie byli to mnisi, stworzyli malowidła według bizantyjskiego kanonu ikonograficznego. Przedstawiają one sceny ze Starego i Nowego Testamentu, wizerunki świętych i aniołów. Od 1954 roku w kaplicy trwały prace konserwatorskie przez wiele lat z przerwami. Zakończyły się one dopiero w 1997 roku i od tego momentu zabytkowa bizantyjska polichromia została udostępniona zwiedzającym. Ze Wzgórza Zamkowego doszliśmy do Bramy Grodzkiej z przyporami i opuszczaną żelazną kratą, wybudowaną pierwotnie w XIV wieku. Na przestrzeni wieków zmieniano jej styl oraz przeznaczenie. Początkowo pełniła funkcje obronne, potem mieszkalne, handlowe, a obecnie ma tutaj swoją siedzibę Ośrodek *Brama Grodzka – Teatr NN*. Potem znaleźliśmy się na Placu Po Farze, który powstał w wyniku rozebrania kościoła farnego p.w. św. Michała Archanioła z okresu średniowiecza z zachowanymi fragmentami fundamentów i wspaniałym widokiem na wschodnią część miasta. Rynek Starego Miasta jest najpiękniejszy w Lublinie i chętnie odwiedzany przez turystów. Otaczają go stare kamieniczki o oryginalnej architekturze. Jest tutaj wiele obiektów, zakamarów i miejsc godnych uwagi. Czas wolny ogłoszony przez przewodniczkę wystarczył zaledwie na wypicie filiżanki kawy w urokliwej kawiarence, a trzeba przyznać, że lokali gastronomicznych mamy tutaj sporo i jest w czym wybierać. Po przerwie kontynuowano zwiedzanie. Mijając neogotycką wieżę Trynitarską, przylegającą kiedyś do murów miejskich kolegium jezuickiego, w której obecnie mieści się Muzeum Archidiecezjalne Sztuki Religijnej weszliśmy do kościoła oo. Dominikanów i potem do Archikatedry. Zwiedzanie zakończyliśmy przy Bramie Krakowskiej, wzniesionej w XIV wieku

jako integralną część murów obronnych otaczających gród. Jest ona zaliczana do najstarszych zabytków Lublina, a jej nazwa pochodzi od traktu biegnącego z Lublina do Krakowa. W trzecim dniu przewodniczka przywiozła nas do Zamościa, miasta powstałego na korzeniu w XVI wieku na zamówienie kanclerza i hetmana wielkiego koronnego hr. Jana Zamoyskiego, które zaprojektował słynny włoski architekt Bernard Morando. Zamość jest uważany za perłę renesansu lubelskiego i jeden z najcudowniejszych zespołów urbanistycznych na świecie, charakteryzujący się harmonią i prostotą. Jego Rynek zbudowany na planie kwadratu z otaczającymi go kamieniczkami z arkadowymi podcieniami i dużym ratuszem z charakterystycznymi obustronnymi schodami - za najpiękniejszy w Polsce. Stare Miasto Zamościa wpisano na listę światowego dziedzictwa kultury UNESCO. Zwiedziliśmy Rynek Wielki wraz z kamieniczkami i Ratuszem, katedrę ufundowaną przez Jana Zamoyskiego i pełniącą rolę rodzowego grobowca, Gmach Akademii Zamoyskiej ufundowany w XVII wieku przez Katarzynę i Tomasza Zamoyskich, zabytkowe bramy, mury obronne i fragmenty fortyfikacji. Byliśmy na tarasie widokowym Nadszańca bastionu VII, z którego rozciąga się wspaniała panorama miasta. Nie każdy wie, że z Zamościa pochodzi legenda Stołu Szwedzkiego. Było to w czasach potopu szwedzkiego. Król szwedzki Karol Gustaw przyrzekł Zamoyskiemu, że wycofa swoje wojska spod Zamościa, jeżeli będzie mógł zjeść posiłek pożegnalny z obrońcami twierdzy. Jan Sobiepan Zamoyski nakazał przygotowanie posiłku. Stoły zastawiono wykwintnym jadłem, ale nie wystawiono krzeseł ani ław, co spowodowało, że posiłek spożywano na stojąco trzymając talerze w rękach. Potem udaliśmy się do Zwierzyńca położonego w południowo – wschodniej części województwa lubelskiego nad Wieprzem przy Roztoczańskim Parku Krajobrazowym. Po drodze, w Szczebrowszynie znanym z wiersza o chrząszczu, przewodniczka pokazała nam stojący przed ratuszem Pomnik Szarańczy. Natomiast w Zwierzyńcu zwiedziliśmy słynny Kościółek na Wodzie p.w. św. Jana Nepomucena, budynki byłego Zarządu Ordynacji Zamoyskiej, dawny pałac Plenipotenty, w którym obecnie mieści się dyrekcja Roztoczańskiego Parku Narodowego oraz Stary Browar Zamoyskich z 1806 roku. Czwartego dnia przyjechaliśmy do Sandomierza, miasta położonego nad Wisłą na siedmiu wzgórzach w Nizinie Nadwiślańskiej, rozslawionego w ostatnim czasie przez kręcony tutaj serial telewizyjny pt. „Ojciec Mateusz”. Jest to jedno z najstarszych miast w Polsce, które zachowało średniowieczny układ ulic i zabudowy. Podczas spaceru po Starym Mieście zwiedziliśmy najważniejsze zabytki: IV wieczny Ratusz, Bramę Opatowską, Zamek Kazimierzowski, wawóz św. Jadwigi i bazylikę katedralną Narodzenia NMP oraz muzeum figur woskowych prezentujące aktorów i pomieszczenia, w których rozgrywa się akcja serialu „Ojciec Mateusz”. Wieczorem było wyjście do Teatru Juliusza Osterwy w Lublinie na spektakl

Leona Schiillera pt. „*Kram z piosenkami. Obrazki śpiewające*”. W piątek, po śniadaniu i wykwaterowaniu pojechaliśmy do znanego w naszym kraju Uzdrowiska Nałęczów, gdzie leczy się głównie choroby układu krążenia. Znajdują się tutaj: piękny Park Zdrojowy z pałacem Małachowskich (odkrywców walorów zdrowotnych tutejszej wody i założycieli uzdrowiska), sanatoria, zabytkowe wille, szpital, kilka klinik i niepublicznych placówek oraz pijalnia i rozlewnia wody mineralnej „Nałęczowianka”. W Nałęczowie mieszkali i nabierali sił pisarze Stefan Żeromski i Bolesław Prus. To był ostatni punkt programu naszej wycieczki. Do Lubonia wróciliśmy w godzinach wieczornych. Wycieczka odbyła się dzięki finansowemu wsparciu Starostwa Powiatowego w Poznaniu.

Zimowe półkolonie dla seniorów

Okazuje się, że nie tylko dzieci szkolne mogą uczestniczyć w półkoloniach. Tym przywilejem, z powodzeniem mogą być objęci również seniorzy. W okresie tegorocznych ferii zimowych, Uniwersytet Luboński Trzeciego Wieku zorganizował po raz pierwszy z inicjatywy Mikołaja Tomaszuka zimowe półkolonie dla swoich studentów. Mogły się one odbyć dzięki finansowemu wsparciu Urzędu Miasta Luboń. Zajęcia tak ułożono, aby studentom zapewnić jak najwięcej atrakcji i dobry wypoczynek. Półkolonie miały charakter wyjazdowy i prowadzone były w godzinach od 10.00 do 14.00. W ramach 5 – dniowego turnusu, który odbywał się od poniedziałku 19.02 do piątku 23.02.2018 roku, przygotowano ciekawy program, m.in.: zwiedzanie muzeów, seans filmowy i zajęcia w plenerze. Grupą opiekowała się dyrektor Ośrodka Kultury Regina Górnaczyk.



Na zdjęciu: Uczestnicy półkolonii dla Seniorów podczas zwiedzania Browaru w Poznaniu. 22.02.2018

W poniedziałek seniorzy zwiedzili Wielkopolskie Muzeum Pożarnictwa w Rakoniewicach. Jego najstarsza część mieści się w dawnym zborze ewangelickim z 1763 r. Od 1995 r. stanowi Oddział Zamiejscowy Centralnego Muzeum Pożarnictwa w Mysłowicach. Zgromadzono tutaj ponad 4 tys. eksponatów związanych z tradycją i historią pożarnictwa na terenie Wielkopolski oraz miast europejskich współpracujących ze Strażą w Rakoniewicach. Studenci zwiedzili pawilony z ekspozycją samochodów strażackich, wozownię, Salę Techniki, Medalierską, Biblioteczną, Mundurów i Sztandarów oraz pomieszczenie z interesującą ekspozycją przyrodniczą Albina Łackiego znanego w Rakoniewicach miłośnika przyrody i historii. Duże wrażenie wywarła Multimedialna Sala Edukacji Ratowniczej „Ognik+”. Jej zadaniem jest edukacja i profilaktyka w zakresie bezpieczeństwa przeciwpożarowego. Pokazano w niej film obrazujący pożar domu i błyskawiczne rozprzestrzenianie się ognia, skutki niszczycielskiego działania ognia na przykładzie spalonego mieszkania i pożaru lasu oraz wypadek komunikacyjny z akcją ratowniczą, a także symulator jazdy do akcji ratowniczej w kabinie wozu strażackiego. We wtorek studenci zwiedzili Muzeum Sztuk Użytkowych w Zamku Przemysła, które jest oddziałem Muzeum Narodowego w Poznaniu. W Muzeum prezentowana

jest stała ekspozycja poświęcona sztuce użytkowej. W specjalnie zaaranżowanych nowoczesnych salach znajdują się eksponaty z różnych epok - od średniowiecza do współczesności (meble, wyroby z ceramiki, szkła i metalu, broń, stroje, tkaniny i biżuteria). Z wysokiej 43 m wieży zamkowej podziwiano wspaniały widok na miasto i okolice. Środę przeznaczono na kino. W Multikinie w Galerii Malta studenci obejrzeni komediodramat Kingi Dębskiej pt. „Plan B” opowiadający o trudzie radzenia sobie po stracie bliskich. W czwartek, 22.02 przed wyjazdem na wycieczkę do browaru LECH -a na Franowie złożono kwiaty i zapalono znicze pod pomnikiem upamiętniającym ofiary wybuchu dekstryny w Wielkopolskim Zakładzie Przemysłu Ziemniaczanego w 1972 r. w Luboniu. Wycieczka do Centrum Wycieczkowego LECH –a trwała ponad dwie godziny. Pobyt w browarze był okazją do zobaczenia jak łączą się w nim nowoczesne technologie z tradycją. Przewodniczka oprowadzała grupę w gwarze poznańskiej. Zapoznała ją z historią browaru, procesem warzenia piwa i z ciekawostkami związanymi z piwem. Potem zaprosiła do firmowego pubu na piwny poczęstunek. W piątek odbyła się wycieczka po Luboniu „*Szlakiem architektury przemysłowej Lubonia*”. Po szlaku oprowadzała nas dr Izabella Szczepaniak. Podczas spaceru studenci zwiedzili budynek dawnej szkoły elementarnej z 1904 r., położony u zbiegu ulic Armii Poznań i Dąbrowskiego, ceglany budynek dworca kolejowego stacji „Luboń”, secesyjny zespół budynków fabryki przetworów ziemniaczanych Koehlmanna z dawną willą dyrektora, zespół budynków dawnej fabryki drożdży Sinnerów o architekturze nawiązującej do sakralnego gotyku, domy mieszkalne dawnej fabryki chemicznej z pomnikiem Siewcy Marcina Rożka w Parku Siewcy oraz zespół budynków fabryki chemicznej Milchów ze słynną Halą Hansa Poelziga. Na zakończenie był obiad w zakładowym barze. Dziękujemy p. Reginie Górniaczyk za zorganizowanie turnusu. Tak wielu atrakcji i wrażeń można doświadczyć tylko na półkoloniach.

Majówka w Rogalińskim Parku Krajobrazowym – 09.05.2019 r.

W maju postanowiliśmy wybrać się w plener na wędrowkę po Rogalińskim Parku Krajobrazowym. Cieplesze i dłuższe dni sprzyjają wypadom za miasto. Chcieliśmy ten dzień spędzić na świeżym powietrzu, błogo, aktywnie i ciekawie, a przede wszystkim zrelaksować się i odpocząć od codziennej bieganiny. Nikt z nas nie zaprzeczy i wszyscy dobrze wiedzą, że tradycja majowych wypadów za miasto jest nadal aktualna. Na miejsce naszej wycieczki nieprzypadkowo wybraliśmy niewielką i spokojną miejscowość Czmoniec, położoną w

powiecie poznańskim w gminie Kórnik, bo chcieliśmy mieć pewność, że znajdziemy tutaj miejsce relaksu i wspaniałe widoki. Wyruszyliśmy rankiem z Lubonia i autokarem przez Puszczykowo, Rogalin, Świątniki, Radzewice, Trzykolne Młyny dotarliśmy na skraj wsi Czmoniec gdzie rozpoczyna się „Ścieżka edukacyjno – przyrodnicza - *Bobrowy Szlak*”. Po prawej stronie, przy wąskiej leśnej drodze z tabliczką kierującą na ścieżkę oczekiwał na nas przewodnik pan Zbyszek, który poprowadził nas po trasie ścieżki. Biegnie ona przez kompleksy leśne i równinne obszary łąk nadrzecznych, skąd rozciąga się mocarny widok na starorzecze Warty oraz jej naturalne rozlewisko. Właściwie wytyczono tutaj trzy ścieżki spacerowe o różnym stopniu trudności: dla najmłodszych, średnio – zaawansowanych i zaawansowanych, różniące się między sobą długością trasy. Było ciepło, ale czuło się w powietrzu nadchodzącą zmianę aury. W pewnym momencie pogoda nieco się załamała i istniała obawa, że się rozpada, dlatego wybraliśmy wariant dla średnio wytrwałych, czyli szlak zielony długości ok. 2,5 km . Tablice edukacyjne ustawione przy szlaku informują o roślinności i zwierzętach występujących na tym terenie. Podczas wędrowki widzieliśmy żerujące na łące żurawie i czaple białe oraz ślady działalności bobrów w postaci nor, powalonych, ogryzionych i zaostzonych jak ołówki drzew oraz stert wiórów. Z 14-metrowej drewnianej wieży widokowej, którą można uznać za wielką atrakcję szlaku, podziwialiśmy panoramę okolicy. Rozciąga się z niej wspaniały widok na rozległe ukwiecone łąki z dębami szypułkowymi i starorzecze Warty, co sprzyja celebrowaniu wyjątkowych chwil. Pobyt w Czmońcu zakończyliśmy biesiadą w miejscowym wigwamie, gdzie czekał na nas poczęstunek w postaci kawy, herbaty, placka, chleba ze smalcem, ogórków kiszonych i kiełbasy z ogniska. Były tańce i śpiewy, a oprawę muzyczną zapewnili nam dwaj akordeoniści. Wszyscy wspaniale się bawili. Do Lubonia wróciliśmy zadowoleni i zrelaksowani. Wszystkich szukających ciszy i spokoju zachęcamy do podziwiania pięknych krajobrazów z perspektywy ścieżki przyrodniczej w Czmońcu. My na pewno wrócimy tutaj jeszcze nie raz.

Wycieczka do Bramy Poznania ICHOT – Interaktywnego Centrum Historii Ostrowa Tumskiego

Miejsce przyjazne seniorom – 06.04.2019 r.

Był to interaktywny spacer przez wieki po wyspie katedralnej, opowiadanie o historii i dziedzictwie Ostrowa Tumskiego zatytułowane „*Ostrów Tumski przez Wieki*”. Zwiedziliśmy cztery sale wystawiennicze z udziałem przewodnika, który w tradycyjny sposób przekazywał

wiadomości i jednocześnie pomagał nam w korzystaniu z nowoczesnych urządzeń multimedialnych i audioprzewodnika. Ostrów Tumski, to ważne miejsce na mapie Poznania. Na przestrzeni wieków był miejscem wielu istotnych wydarzeń historycznych, mających kluczowe znaczenie dla naszego kraju. Opowieść zaczyna się od powstania na Ostrowie Tumskim grodu piastowskiego w IX wieku i pokazania życia jego mieszkańców. Potem przewodnik i multimedia przybliżają fakt przyjęcia chrztu przez Mieszka I i jego znaczenie dla rozwoju naszej państwowości. Dalej opisują złoty wiek renesansu, wydarzenia związane z odzyskaniem niepodległości i na końcu przełomowe odkrycia archeologiczne dotyczące m.in. znalezienia w podziemiach katedry poznańskiej relikwii świątyni, domniemanej misy chrzcielnej i grobów pierwszych władców Polski.



Na zdjęciu: Studenci na tarasie widokowym Bramy Poznania. Kwiecień 2019.

Na zakończenie zwiedziliśmy taras widokowy na budynku muzeum, z którego rozciąga się wspaniała panorama Poznania. Okazało się, że korzystanie z multimedialnej i interaktywnej ekspozycji jest łatwe i przyjemne i nam seniorom nie sprawiło żadnych trudności.

Filharmonia

W ramach ULTW z inicjatywy Pani Hanny Delimaty powstała grupa sympatyków Filharmonii Poznańskiej, w która w sezonie muzycznym bierze udział w comiesięcznych koncertach. Z filharmonia Poznańską przy wsparciu finansowym Pani Burmistrz Małgorzaty Machalskiej, dwukrotnie gościliśmy na koncertach w Konzerthaus w Berlinie. Pierwszy koncert „Niepodległej na urodziny” odbył się 23 października 2018 roku. Był on częścią oficjalnych obchodów 100 rocznicy odzyskania przez Polskę niepodległości. Orkiestra dyrygował Marek Pijanowski a koncert uświetnił występ Bomsoi Kim, która zajęła drugie miejsce na XV Międzynarodowym Konkursie Skrzypcowym im. Henryka Wieniawskiego w Poznaniu w 2016 roku. Dnia 14 lutego 2020 roku ponownie gościliśmy w Konzerthaus w Berlinie i wysłuchaliśmy koncertu gościnnego Orkiestry Filharmonii Poznańskiej pod batutą Marka Pijanowskiego. Niezapomnianych wrażeń dostarczył nam pianista Rafał Blechacz wykonujący utwory Chopinowskie.

J. W. Sroczyńscy



Na zdjęciu: Studenci ULTW i młodzież szkolna w Konzerthaus w Berlinie. Listopad 2018.

Kabaret Humoreska

Historia naszego kabaretu rozpoczęła się pewnego zimowego wieczora, szesnaście lat temu (2005 r.). Pod przewodnictwem Barbary Przybylskiej powstały wówczas dwa Kabarety – Humoreska-Makabreska i Aktywny Senior. Z kilkunastoma seniorami na pokładzie od 2016 gramy przy Lubońskim Uniwersytecie Trzeciego Wiek już jako jeden Kabaret Humoreska. Aktorami w kabarecie są studenci ULTW. Występujemy charytatywnie za miłą gościń, czy pyszny poczęstunek. Zagraлиśmy już 150 razy, bo występy są dla nas ogromną życiową przygodą pozwalającą rozbudzić w sobie drzemające talenty. Nasz przebogaty repertuar na każdą okazję liczy sobie, aż 66 scenek, wierszy i piosenek.

A co tak naprawdę robimy?

Śpiewamy, mówimy i tańczymy na scenie rozśmieszając i zabawiając publiczność. Ale najpierw Barbara Przybylska miksuje utwory, przypomina stare wyciągnięte z lamusa piosenki. Wymyśla scenariusze, stroje, układy taneczne, często przy wsparciu i pomysłach swoich członków. Spotykamy się każdego tygodnia na próbach i wspólnych towarzyskich rozmowach.

Pokazujemy ludziom, że karierę aktorską można rozpocząć w każdym wieku czerpiąc z niej wiele radości. Chcieć to móc.

Aktorzy kabaretu



Na zdjęciu: aktorzy kabaretu Humoreska



Na zdjęciach: aktorzy kabaretu Humoreska z inicjatorką jego powołania Barbarą Przybylską

CZĘŚĆ V

WSPOMNIENIA I REFLEKSJE SŁUCHACZY „CO MI DAŁ UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU ?”

5.1 Zbigniew Jankowski

Jak trafiłem do Uniwersytetu Lubońskiego Trzeciego Wieku ?

Rozpoczynają się wakacje letnie roku szkolnego 2010/2011. Jest początek lipca 2011 r. wracam z pracy do domu i w skrzynce pocztowej znajduję zaproszenie z Urzędu Miasta w Luboniu podpisane przez Burmistrza Miasta Dariusza Szmyta na spotkanie w związku z założeniem Lubońskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Nigdy wcześniej nie interesowały mnie sprawy seniorów , bo przecież w tym czasie byłem Dyrektorem Szkoły Podstawowej nr 1 w Luboniu i nie myślałem o emeryturze. Usiadłem przy komputerze i z internetu zacząłem zdobywać wiedzę o uniwersytetach trzeciego wieku. Przeczytałem, że pierwszy polski UTW powstał 12 listopada 1975 roku w Warszawie. Poszedłem na pierwsze spotkanie , gdzie Burmistrz i jego wtedy doradca dr Mikołaj Tomaszuk przedstawili czym będzie się zajmował LUTW. Ustalono wówczas, że osoby , które przyszyły na pierwsze spotkanie spróbują zaprosić do współpracy swoich znajomych oraz, że Burmistrz powoła Radę Programową Uniwersytetu, który będzie działał przy Ośrodku Kultury w Luboniu. Udało mi się namówić do współpracy z seniorami moich młodych nauczycieli : mgr Joannę Pajkert (informatyka), mgr Małgorzatę Goch - Celler (informatyka), mgr Annę Poprawkę (j. angielski), mgr Hajkowicz Klimaszewską (taniec) oraz przebywającego na praktyce Yasina studenta filologii angielskiej z Turcji, który przedstawiał między innymi tematykę kultury wschodu. Na pierwszym spotkaniu Rady Programowej wybrano przewodniczącego dr Mikołaja Tomaszuka oraz został określony regulamin działania uniwersytetu. Ważnym wpisem w regulaminie jest fakt, że każdego burmistrza naszego miasta będziemy prosić o sprawowanie funkcji kanclerza uniwersytetu. Po tych 10 latach jestem przekonany , że pomysł powstania UTW w Luboniu był bardzo trafny. Nasi seniorzy potrzebują poszerzania wiedzy i umiejętności, wykonywania społecznie użytecznych zadań, wypełnienia wolnego czasu, utrzymania więzi towarzyskich oraz możliwości realizacji młodzieńczych marzeń , które były dotychczas nie do pogodzenia z życiem zawodowym i obowiązkami wobec rodziny. W 2014 roku zmieniamy nazwę na Uniwersytet Luboński Trzeciego Wieku i rejestrujemy się w sądzie jako stowarzyszenie. Od tego czasu w ramach wolontariatu składamy wnioski o dofinansowanie naszych imprez do Burmistrza Miasta i Starosty Powiatu Poznańskiego. Jestem bardzo zadowolony z faktu coraz większego zainteresowania się naszymi działaniami przez seniorów. Pierwszy rok działalności kończymy, w dniu 24 czerwca 2012 r. (niedziela) o godz. 18:00 pod wiatą na poligonie Szkoły Aspirantów Państwowej Straży Pożarnej w Luboniu koło zakładów chemicznych Luvena. Po 10 latach mamy 226 studentów oraz 18 osobową Radę Programową. Radzie Programowej ULTW dziękuję za bardzo aktywną pracę na rzecz lubońskich seniorów, a wszystkim studentom życzę zdrowia, ciekawych spotkań, nowych przyjaźni, rozwijania własnych pasji i zainteresowań, zdobywania nowych umiejętności i doświadczeń, zapału do pracy nad swoim rozwojem oraz kolejnego jubileuszu w naszych szeregach.



Na zdjęciu Zbigniew Jankowski i Mikołaj Tomaszuk w autobusie podczas wizyty w Trójmieście we wrześniu 2017 roku

5.2 Maria Nowakowska

Wspomnienie Starościny.

Gdy przed wielu laty wybrano mnie starościna , poczułam wielką odpowiedzialność za stan ducha moich koleżanek i kolegów. Bardzo zależało mi i nadal zależy , aby nasi seniorzy oprócz zajęć edukacyjnych i sportowych doznali wiele radości z bycia razem. Nie było to łatwe, ponieważ nasze środowisko jest bardzo zróżnicowane. Po pierwszych spotkaniach, wycieczkach i zabawach okazało się, że seniorzy potrafią wspaniale się bawić i cieszyć życiem. Gdy zorganizowałam konkurs „ Jeden z pięciu” na wzór teleturnieju „Jeden z dziesięciu” okazało się ,że seniorzy przeżywali go bardzo nerwowo i emocjonalnie. Po pięciu etapach

wręczono nagrody zwycięzcom. Przekonałam się, że naszym seniorom potrzeba nie tylko zabawy w „ciuciubabkę” ale też poważnego pozytywnego stresu jak kiedyś na egzaminach. Wycieczki, wyjazdy, zabawy to były bardzo radosne spotkania. Nie zawsze było tak „różowo”. Otrzymywałam też telefony smutne i sygnały niezadowolenia. Czułam się odpowiedzialną za smutną minę u kogoś i za wzajemne nieporozumienia. Okazało się jednak, że większość naszych seniorów pomogła rozwiązać najtrudniejsze problemy. Staralam się bardzo scalać naszą „uczelnianą” grupę. Fakt, że tak wiele osób przybywało co roku do nas (było nas 10 lat temu około 30 osób , obecnie jest ponad 200 osób) świadczy o tym, że seniorzy dobrze się u nas czują i chcą być razem. Okres pandemii udowodnił, że w trudnym okresie potrafimy sobie pomagać. Liczne telefony, sms-y udowodniły, że potrzebujemy się wzajemnie. Będziemy razem do końca świata i jeden dzień dłużej.

5.3 Maria Błaszczak

Co mi dał Uniwersytet Trzeciego Wieku?

Na emeryturę przeszłam po 37 latach pracy zawodowej. Lubiłam swoją pracę. Dawała mi wiele satysfakcji i zadowolenia. Pracując wychowywałam dzieci, zajmowałam się domem, opiekowałam się schorowanymi rodzicami, pracowałam społecznie w wielu organizacjach, czasami realizowałam swoje pasje i zainteresowania. Nie było łatwo pogodzić te wszystkie zajęcia, zawsze brakowało mi czasu na wypoczynek i chwilę dla siebie. Obowiązki matki i żony są bardzo absorbujące, a do tego jeszcze wolontariat i praca zawodowa, która każdego dnia pochłaniała co najmniej 10 godzin. Wstawałam wczesnym rankiem, a kładłam się spać prawie o północy. Dawałam radę, jednak czasami marzyłam o przejściu na emeryturę. Wmawiałam sobie, że kiedy nastąpi ten czas, to wreszcie się wyśpię, nadgonię zaległości i będę realizowała swoje hobby i marzenia. Ale kiedy to się stało, mój świat wywrócił się do góry nogami. Zmieniła się moja sytuacja rodzinna, zdrowotna i materialna. Zostawiłam za sobą kawał mojego życia, lata młodości i nagle uświadomiłam sobie, że jako emerytka nikomu nie jestem już potrzebna. Nigdy nie przypuszczałam, że dopadnie mnie taka chandra. Przez 2 miesiące nie przespłam ani jednej nocy. Zaprzyjaźniłam się wtedy z krzyżówkami panoramicznymi, które namiętnie rozwiązywałam każdej nocy, kiedy domownicy spali. Moja dotychczasowa aktywność, ciekawość świata i ludzi zmalała niemal do zera. Ograniczyłam kontakty towarzyskie i schowałam się jak żółw we własnej skorupie. Byłam osowiała, załamana i przygnębiona. Pomimo rozległych zainteresowań i stałej współpracy z Uniwersytetem brakowało mi pracy zawodowej, a tej pustki, która po jej utracie powstała nie umiałam niczym innym zastąpić. Może trwałabym do dzisiaj w tym marazmie i otępieniu, gdyby nie kontynuacja przygody z Uniwersytetem, którą rozpoczęłam jeszcze w trakcie pracy zawodowej, i która trwa do dzisiaj. A wszystko zaczęło się w 2011 roku. Pewnego dnia niespodziewanie otrzymałam ofertę współpracy z tą uczelnią. Należę do kadry programowej PTTK, od wielu lat wraz z mężem Janem zajmuję się organizowaniem wycieczek i rajdów. Turystyka i krajoznawstwo, to jedna z naszych pasji. Nasz przyjaciel Zbigniew Jankowski, pełniący wówczas funkcję członka Rady Programowej UTW, zaprosił nas do współpracy i zaproponował poprowadzenie sekcji turystyczno –krajoznawczej w ramach umowy wolontariackiej. A ponieważ lubimy nowe

wyzwania, nasza odpowiedź mogła być tylko jedna. Decyzja o podjęciu tej współpracy okazała się strzałem w dziesiątkę, o czym przekonaliśmy się później. Zajęcia rozpoczęliśmy w 2011 roku prelekcją „*Turystyka i krajoznawstwo dla seniorów*”, którą wygłosiliśmy w Szkole Podstawowej nr 3 w Luboniu. Frekwencja na spotkaniu była duża i większość uczestniczących w nim osób, ku naszej ucieście, zadeklarowała przystąpienie do sekcji. Opracowaliśmy semestralny harmonogram jednodniowych wycieczek i rajdów, które były realizowane raz lub dwa razy w miesiącu. Dobrze pamiętam naszą pierwszą wycieczkę do Muzeum Martyrologicznego w Żabikowie i wszystkie następne. W okresie 10 lat zorganizowaliśmy ok. osiemdziesięciu różnych imprez dla naszych seniorów, głównie o charakterze turystyczno – krajoznawczym i zwiedziliśmy prawie całą Wielkopolskę. Wycieczki cieszyły się dużym zainteresowaniem, frekwencja wzrastała, co oczywiście motywowało nas do organizowania kolejnych. Podczas wspólnych wyjazdów poznaliśmy wiele nowych ludzi, ich problemy, zainteresowania i oczekiwania. Poszerzyliśmy grono znajomych, i znaleźliśmy przyjaciół. Zawsze spędzaliśmy ten czas w miłej i serdecznej atmosferze. Uzyskanie statusu emeryta i rozpoczęcie przeze mnie nowego etapu życia nie było łatwe. Miałam jednak za sobą „zaplecze” w postaci Uniwersytetu. Dzisiaj cieszę się z jesieni życia i czuję się potrzebna. Zawdzięczam to akademickiej społeczności i przyjaciołom, którzy pomogli mi odnaleźć się w nowej rzeczywistości i przetrwać te trudne chwile. Z całego serca dziękuję im za to. Moją życiową dewizą jest aktywność, zdrowy styl życia i profilaktyka zdrowotna oraz kreatywne działanie i tego do końca moich dni będę się trzymać, zachęcając równocześnie przyszłych i obecnych emerytów do rozpoczęcia przygody z naszą Uczelnią.

5.4 Lechosław Kędra

Wspominki wiecznego studenta.

Do naszej biblioteki chodziłem od dziesięcioleci, bo ciągle coś ciekawego się tam działo. Któregoś razu pani dyrektor Ela zapytała mnie, dlaczego nie należę do Uniwersytetu III wieku i pokazała mi program wykładów i spotkań w danym semestrze. Na moje pytanie, o egzaminy wstępne, czy są uwzględniane punkty za pochodzenie warunkujące przyjęcie na uniwersytet, dowiedziałem się, że nie ma nawet sesji egzaminacyjnej pod koniec semestru. Warunek jest jeden, trzeba zapłacić 50 zł za semestr, czyli 100 zł za rok. Po sprawdzeniu naszego konta, z Żoną zaszaleliśmy i oboje zapisaliśmy się na studia. Wśród studentów byłem nowy i oczywiście nierozpoznawalny. Nadarzyła się okazja, żeby zaistnieć. Na spartakiadzie w Sierakowie wystartowałem w biegu we workach, chciałem jak najlepiej wypaść i udało się. Złamałem rękę, jako jedyny. W tak w prosty sposób zostałem zapamiętany. W następnym roku organizatorzy spartakiady wyeliminowali tę konkurencję, by nikt nie powtórzył mojego wyczynu. Kiedyś w rozmowie z pani dyrektor biblioteki powiedziałem, że chętnie przyszedłbym na spotkanie śpiewające, bo wiele osób lubi śpiewać i byłiby chętni do wspólnego śpiewania. Ela jak przystało na rasowego dyrektora powiedziała „proponujesz – wykonujesz,..”. Zostałem zobligowany do opracowania i wykonania śpiewników, a panidyrektor załatwiła akompaniament. Przygotowałem teksty piosenek i dzięki pomocy kilku osób, mogliśmy się pochwalić 30- stu stronicowymi śpiewnikami. Zaczęły się raz w tygodniu spotkania śpiewające. Do śpiewu przygrywał nam p. Wojtek na pianinie. Ale sielanka nie trwała długo. Po zmianie dyrektora zabrakło dla nas miejsca w bibliotece, ale przygarnęła nas p. Jagienka z Wigoru i tam kontynuowaliśmy nasze śpiewanki. Z sentymentem wspominam wykłady Doroty Molińskiej, dzisiaj pani doktor na temat architektury, oraz wykłady prof. Janusza Karwata, które też się skończyły.

Nam studentom ciągle brakowało miejsca do spotkań, nawet z byle okazji. Pewnego dnia nasze koleżanki dowiedziały się, że PKO z ul. Sikorskiego zamierza sprzedać lokal i przenieść się w inne miejsce. Zamarzyliśmy o własnym kącie i następnego dnia, z gotowym pismem potwierdzonym przez Radę Seniorów udałem się do p. Burmistrz Małgorzaty Machalskiej, prosząc by miasto zakupiło te pomieszczenia z przeznaczeniem dla seniorów. Pani Burmistrz zaakceptowała naszą propozycję i rozpoczęła się cała procedura zakupu. Trwało to dość długo, ale dzisiaj możemy się pochwalić własnym GNIAZDEM. Po uroczystym otwarciu COP- u zaczęły się różne spotkania, ale przyszedł podstępny wirus i nie możemy się spotykać w realu, a co najwyżej w „chmurach „. Dzisiaj, gdyby ktoś mnie zapytał, na którym jestem roku, to odpowiedziałbym, że nie wiem. Wydaje mi się, że jestem wiecznym studentem i korzystam z dobrodziejstw karty studenta czyli:

- nie płacę za przejazdy w komunikacji miejskiej
 - nie płacę za telewizor i radio
 - przysługują mi jakieś darmowe lekarstwa
 - nawet w autobusie ustępują mi miejsca
- Jednym słowem warto być studentem.

5.5 Irena Skrzypczak

„Nawet przed krótką podróżą ,trzeba zrobić pierwszy krok,, Stało się ,zapadła decyzja . Zaczyna działać w Luboniu LUTW. Ideę należy wypełnić treścią na rzecz aktywności seniorów. Dlatego pracując w Radzie Programowej starałam się ,aby wykłady ,spotkania z ciekawymi osobami, dawały możliwość słuchaczom poznawania i rozwijania osobowości zainteresowań i aktywności. Wykładowcy zapoznawali nas tematami z zakresu komunikacji społecznej, historii, zdrowia, polityki prawnej i społecznej. Byliśmy też ciekawi historii naszych rodzin, naszego miasta, najbliższej i całkiem odległej okolicy. Dlatego interesujące wydało mi się podjęcie współpracy ze Stowarzyszeniem TURKOL z Poznania , które przez kilka lat ,umożliwiło podróże z „Piękną Heleną „w góry ,nad morze ,w Polskę z dymem i gwizdem lokomotywy.....

Nasi słuchacze brali również udział w akcjach i spotkaniach organizowanych przez Powiat Poznański i Urząd Marszałkowski: stoisko internetowe na Targach Senioralnych i w I i II Wielkopolskim Forum Seniora oraz Powiatowych Dniach Seniora w Lisówkach i Komornikach.

Osobiście bardzo mi zależało na współpracy słuchaczy z młodymi mieszkańcami naszego miasta. w ramach działań międzypokoleniowych. Dlatego braliśmy udział w uroczystościach i spotkaniach w przedszkolach i szkołach . W ramach szkolnego wolontariatu , razem z młodzieżą wykonywaliśmy karty świąteczne , szaliki , chusty ,ozdoby na rzecz Hospicjum Palium w Poznaniu i dzieci z Afganistanu.

W trakcie tych działań ,osiągnięciem były nie tylko materialne dowody naszej wspólnej aktywności ,ale wspaniała atmosfera , która pozwalała poznawać możliwości i potrzeby nasze i młodych ludzi. To były wspaniałe przeżycia.

Lata płyną ,a my razem, i jest nas coraz więcej. Obudziliśmy w sobie to , co było uśpione . Seniorzy potrafią cieszyć się życiem, tańczyć , śpiewać, poznawać nowe ... I to otwieranie na życie , realizacja potrzeb, zadań, rozwijanie różnorodnej aktywności to nasze zadania na przyszłość , aby to co za nami , było nie tylko cudownym wspomnieniem , ale drogowskazem na przyszłość.



Na zdjęciu pierwsza z prawej Irena Skrzypczak inicjatorka spotkań członków ULTW z lubońskimi przedszkolakami.

5.6 Barbara Szczepaniak **Jeszcze wiele przed nami dróg , nieznanymi miejsc i przeżyć**

Moje studenckie życie na emeryturze nie trwa długo , bo to tylko rok akademicki 2019/2020, w który wpisuje się jeszcze czas pandemii. Początek października, uroczysta inauguracja, wręczanie indeksów ... Zaglądam do harmonogramu – oferta zajęć i imprez bardzo różnorodna. Dylemat – co wybieram? Moje życie nabiera znowu tempa . Trzeba się dobrze zorganizować, żeby w codzienne zajęcia i spotkania z gromadką wnuków , choć już nie tak absorbujące jak kiedyś, wpisać nordic walking, lektorat języka angielskiego, obecność na koncercie czy spektaklu teatralnym. A tu jeszcze ciekawy wykład, którego warto posłuchać, czy film z oskarową etykietą, który koniecznie trzeba zobaczyć (przy kawie lub herbacie w bibliotece). Babciu, czy mogę ci poszukać słówek ? (w słowniku internetowym) – pyta pięcioletnia wnuczka towarzysząca mi przy odrabianiu ćwiczeń z języka angielskiego. Babciu, powiedz nam po angielsku o psie, który pogryzł buty – zaśmiewają się przez telefon „zagraniczne” wnuki na moje dukanie angielskich idiomów. Babciu , znowu cię nie będzie w sobotę? – narzekają , bo w moim uniwersyteckim planie jest wyjście do muzeum lub wyjazd na wycieczkę. Tydzień upływa szybko. Ale co ważne każdy akademicki poranek rozpoczyna się krzepiącym cytatem na dzień dobry w wykonaniu Eli Stefaniak – to działa terapeutycznie,

zwłaszcza w trudnym czasie pandemii. Działa też koleżeńska atmosfera podczas różnych spotkań, pogaduchy w czasie spacerów z kijkami po lesie i zwykle życzliwe bycie z drugim człowiekiem.

5.7 Lucyna Gawrońska **„Warszawa da się lubić...”**

W dniach 10 i 11 grudnia 2014 r. członkowie Uniwersytetu Lubońskiego Trzeciego Wieku przebywali w Warszawie na wycieczce zaplanowanej przez Radę Uczelnianą. Jej organizatorami byli: przewodniczący Zarządu Uniwersytetu mgr Zbigniew Jankowski i skarbnik mgr Maria Nowakowska. Program wycieczki był świetnie skonstruowany. W takiej scenerii nie było żadnych niedomówień, przestojów i uwag. Każdy z uczestników otrzymał plan wycieczki z uwzględnieniem miejsca i czasu zwiedzania. Nie będę opisywać dokładnie co i w jakim godzinach zwiedzaliśmy w naszej stolicy. Wymienię tylko to, co w danym dniu zaliczyliśmy. A więc dzień pierwszy. Wyjazd z Lubonia godzina 6.00. W Warszawie mimo korków byliśmy w przewidywanym czasie na Placu Marszałka Józefa Piłsudskiego, gdzie spotkaliśmy się z przewodnikiem oprowadzającym nas po mieście. Po zapoznaniu się z centralnym placem Warszawy, udaliśmy się na Stadion Narodowy. Zrobił on na nas ogromne wrażenie, tym bardziej, że udostępniono nam wejście do różnych ważnych pomieszczeń. Kolejnym obiektem do zwiedzania był Zamek Królewski, do którego od Muzeum Narodowego dotarliśmy idąc spacerem przez Nowy Świat i Krakowskie Przedmieście. Po drodze przewodnik wskazywał ważniejsze obiekty i objaśniał różne wydarzenia historyczne. W tym miejscu należy przypomnieć, że Zamek Królewski hitlerowcy zrównali z ziemią, ale on jednak dźwignął się z ruin i czaruje zwiedzających urokiem wspaniałych wnętrz świadczących o wielkich wydarzeniach dziejowych historii naszej Ojczyzny. Pełni wrażen zebrałych z całego dnia pojechaliśmy na obiad, a następnie na nocleg. Mieszkaliśmy w hotelu na Mokotowie u jednego z trzech Muszkietierów, czyli u Aramisa, który przyjął nas mile i gościnnie.

Dzień drugi rozpoczął się śniadaniem w hotelu, a następnie już o godzinie 7.30 rozpoczęliśmy dalsze zwiedzanie miasta. W pierwszej kolejności udaliśmy się na cmentarz Wojskowy na Powązkach. Osobiście byłam tam pierwszy raz. Kwatery nagrobków poległych żołnierzy oraz brzoźowe krzyże na grobach powstańczych harcerzy wywołały we mnie nastrój zadumy. Następnie zwiedziliśmy Sejm Polskiej Rzeczypospolitej. Potem spacerowaliśmy w Łazienkach Królewskich, a przewodnik wyczerpująco objaśniał napotykaną po drodze unikatową zabytki. W godzinach południowych pojechaliśmy do Wilanowa. W jesiennej scenerii zwiedzaliśmy Park w Wilanowie, a następnie wnętrze Pałacu Wilanowskiego. Zachwytu było tu co niemiara. Ekspozyty, obrazy, posadzki oraz ilość pomieszczeń udostępniona dla zwiedzających robiła ogromne wrażenie. Przewodnik opowiedział nam o tym, jak powstał Wilanów za czasów króla Jana III Sobieskiego oraz przedstawił kolejnych następców i dzieje tego obiektu. Opuszczając Pałac w Wilanowie przeszliśmy na smaczny obiad do restauracji „Wilanowska”, która zachwyciła nas pięknym wystrojem. Zakończyliśmy nasz pobyt w unikatowym obiekcie na „bombie czekoladowej”. Nasyceni i pełni wrażen ruszyliśmy w kierunku Lubonia. Na trasie autostrady A-2 przed Strykowem czekaliśmy w korku około godziny z powodu wypadku drogowego. Podsumowując naszą eskapadę, według mojej oceny wyjazd do Warszawy był bardzo udany pod każdym względem. Biorąc pod uwagę wspaniałą nastrój myślę, że wielu uczestników wycieczki podziela moje zdanie. Na koniec zacytuję wypowiedź naszego

przewodnika po Warszawie pana Bogumiła: „ Organizatorzy zasłużyli na oklaski, kierowcy – oklaski, uczestnicy – oklaski. Dodam, że pan przewodnik został również sownie obdarzony przez nas oklaskami.

5.8 Danuta Piestrzyńska

Wizyta Uniwersytetu Lubońskiego Trzeciego Wieku w Muzeum w Żabikowie

3 czerwca 2017 r. grupa słuchaczy Uniwersytetu Lubońskiego Trzeciego Wieku odwiedziła Muzeum Martyrologiczne w Luboniu – Żabikowie . Oprowadzał nas kustosz Jacek Nawrocik. Przybliżył nam historię powstania obozu karno – śledczego w Żabikowie , który nazywał się podczas okupacji niemieckiej: Więzienie Policji Bezpieczeństwa i Wychowawczy Obóz Pracy Poznań – Żabikowo. Swoje funkcjonowanie rozpoczął wiosną 1943 r. Był on kontynuacją funkcjonującego od 1939 r. obozu Fort VII w Poznaniu. Osadzono tu osoby oskarżone przez poznańskie gestapo o wrogą działalność wobec Trzeciej Rzeszy. Wzruszyły nas losy więźniów , których z tego obozu przejściowego kierowano do wielu obozów koncentracyjnych. Smutny też był los więźniów tzw. „niedzielników” , czyli Polaków przetrzymywanych przez gestapo na czas od soboty do poniedziałku rano za przewinienia i uchybienia w pracy, którzy w czasie osadzenia byli poddawani wyjątkowo brutalnemu traktowaniu. Z wielką uwagą słuchaliśmy o ciężkiej pracy żydowskich więźniów, którzy byli wykorzystywani do budowy autostrady Berlin – Warszawa . W 1940 roku skierowano do tych prac Żydów pochodzących z getta łódzkiego. Nasi rodzice opowiadali nam o tych więźniach i tym jak rzucali im jedzenie na trasach przemarszu. Wzdłuż autostrady powstały 24 obozy autostradowe Rzeszy. Na obszarze Lubonia zostały założone dwa obozy pracy. Jeden na granicy Lubonia i Poznania, drugi w Żabikowie przy ulicy Kościuszki. Zaplecze budowlane autostrady utworzono przy ulicy Kościelnej w Luboniu. Obejrzelśmy makietę obozu. Dowiedzieliśmy się do jakich celów służyły budynki obozowe i jakie nieludzkie panowały tam warunki np. więźniowie spali na ziemi , bo nie było pryczy. Na jednej ze ścian Muzeum wiszą zdjęcia okrutnej załogi obozu. Wzruszyły nas zgromadzone pamiątki po więźniach, które pozwalają zrozumieć ciężkie i tragiczne życie w obozie. Muzeum posiada też wiele dokumentów takich jak listy i kartki pisane przez więźniów do swoich rodzin. W nocy z 19/20 stycznia 1945 r. nastąpiła likwidacja obozu. Część więźniów zamordowano i podpalono ich ciała w jednym baraku. Pozostali byli wywiezieni do innego obozu lub szli w tzw. „marszu śmierci”. Sprawcy zbrodni popełnionych w dniu likwidacji obozu oraz podczas jego funkcjonowania nigdy nie ponieśli odpowiedzialności za swoje czyny. Na koniec pobytu kustosz Renata Wełniak zaprosiła nas na wzruszający film dokumentalny „Listy do Lilli”. Bardzo dziękujemy Pani Dyrektor Muzeum Annie Ziółkowskiej za zaproszenie , a pracownikom za oprowadzanie i przypomnienie tragicznej historii, która rozgrywała się w naszym mieście.

5.9 Elżbieta Królikiewicz

Uniwersyteckie wspomnienia

Jestem studentką Uniwersytetu Lubońskiego III Wieku od momentu jego powstania. Mimo upływu czasu mile wspominam wieczornice w Szkole Podstawowej nr 3 w Luboniu. Nauczyciele wraz z uczniami klas I-III organizowali dla seniorów ucztę nie tylko dla duszy czyli występy słowno-muzyczne, ale i dla podniebienia. Po występach przy pięknie nakrytym

stole pojawiały się domowe wypieki przygotowane przez nauczycieli. Były to spotkania pełne wzruszeń i pozytywnych doznań. Przykładem integracji młodego pokolenia z seniorami były przygotowane przez nauczycieli SP3 wróżby andrzejkowe i tańce. Pozwolę sobie wspomnieć również udział w I Powiatowej Olimpiadzie Seniora, gdzie miałam zaszczyt pełnić funkcję kapitana reprezentacji seniorów z Lubonia

Podsumowując : Najcenniejszym osiągnięciem dla mnie studentki to oprócz wspomnień, pogłębienia wiedzy praktycznej, wiedzy o historii Wielkopolski i Polski , poprawienie sprawności fizycznej to przede wszystkim zyskanie przyjaciół. **Przyjaciół na dobre i na złe.**

5.10 Danuta Woźniak

Dlaczego jestem Członkiem Uniwersytetu Lubońskiego Trzeciego Wieku?

Aby nie zmarnować pozostałej części mojego życia na rozpamiętywaniu tego co było, ale cieszyć się możliwością aktywnego spędzenia czasu w gronie ludzi pozytywnie nastawionych do życia zapisałam się do Uniwersytetu Lubońskiego Trzeciego Wieku.

Na zajęcia uniwersytetu zaczęłam uczęszczać w 2014 roku. W tym czasie jeszcze pracowałam zawodowo, więc korzystałam z zajęć w ograniczonym zakresie. Po przejściu na emeryturę w 2016 roku wybierałam różne zajęcia z bogatego programu oferowanego przez Radę Programową.

Co mi dał udział w zajęciach uniwersytetu?

Przede wszystkim odnalezienie się w nowej rzeczywistości, w kolejnym etapie mojego życia. Postawiłam na aktywność sportową: gimnastykę dla seniorów na sali, marsze nordic walking, siłownię dla seniorów, rajdy rowerowe, gimnastykę aerobową w basenie, zajęcia taneczne. To wszystko zapewniał Uniwersytet w swoim bogatym programie w kolejnych semestrach. Brałam również udział w różnych zajęciach kulturalno – rekreacyjnych, które umożliwiały nawiązywanie nowych kontaktów i przyjaźni. Do niezapomnianych chwil mojego życia należą wycieczki autokarowe, pełne śpiewu i śmiechu, organizowane zarówno przez Radę Programową jak i Sekcję Turystyki Pieszej i Krajoznawczej. Wreszcie miałam czas na rozpoczęcie nauki języka angielskiego organizowaną dla grupy seniorów, z niewątpliwą korzyścią finansową jako student Uniwersytetu. Nie była to moja jedyna aktywność. Bardzo ciekawym wydarzeniem był turniej „Jeden z pięciu”. Pytania dotyczyły różnych dziedzin nauki, literatury, kultury, sportu, gwary poznańskiej. Był to sprawdzian własnej wiedzy i opanowania emocji. Znalazłam się w gronie finalistów, którym nagrody wręczała Pani Burmistrz. Organizowane Olimpiady Seniorów były nie tylko sprawdzianem sprawności fizycznej lecz również mobilizacją do uzupełnienia wiedzy o naszym mieście i powiecie, gdyż jedna z konkurencji była sprawdzianem w tym zakresie. Kolejnym ciekawym wydarzeniem, w którym trzykrotnie brałam udział była Parada Seniorów w Warszawie „Dojrzały wspaniały”. Przemarsz ulicami Warszawy kolorowych seniorów, zajęcia na terenie Uniwersytetu Warszawskiego oraz zwiedzanie ciekawych miejsc w stolicy pozostaną na długo w mojej pamięci.

Jak widać złota jesień życia może być dobrym okresem na realizowanie czegoś co daje przyjemność i satysfakcję. Mam nadzieję, że przyszłe lata będą równie owocne, czego życzę Radzie Programowej i wszystkim studentom Uniwersytetu Lubońskiego Trzeciego Wieku.