O tym, jak seniorzy z Będzina pokochali swój uniwersytet

Będziński Uniwersytet Trzeciego Wieku ma ponad 200 studentów, którzy aktywnie uczestniczą we wszystkich zajęciach. Lubią i komputery, i zajęcia z zumby

Katarzyna Kapusta

Czasy, w których babcie kojarzyły się tylko z pieczeniem chleba i gotowaniem pysznych obiadków dla wnucząt, a dziadkowie łapali z wnukami dżdżownice na przynętę do łowienia ryb, już minęły. Teraz seniorzy oprócz tego, że są cudownymi dziadkami dla swoich wnucząt, dbają także o swój własny rozwój.

Seniorów przybywa, tworzą swoje uniwersytety

Z raportu Głównego Urzędu Statystycznego wynika, że w 2014 roku w wieku poprodukcyjnym było 7,3 mln osób (65 lat i więcej dla mężczyzn oraz 60 lat i więcej dla kobiet). Co ciekawe, w 2000 roku takich osób było 5,7 mln. Według prognoz GUS, ludzi starszych w Polsce będzie jeszcze więcej. Szacunki mówią o 8,6 mln w 2020 r. i 9,7 mln w 2030 roku. Seniorów przybywa, podobnie jak Uniwersytetów Trzeciego Wieku, a ten najlepszy, zdaniem Czytelników „Dziennika Zachodniego", znajduje się w Będzinie. Od razu powinnam zaznaczyć, że spotkać się z seniorami w cale łatwo nie było. Dlaczego? A właśnie dlatego, że dzięki uniwersytetowi mają mnóstwo zajęć i wszystko dokładnie zaplanowane co do minuty.

Będziński Uniwersytet Trzeciego Wieku powstał w 2014 roku i od razu na zajęcia zgłosiło się ponad 200 osób.

– Idea powstała w lutym 2014 roku. Prezydent Będzina podrzucił pomysł, aby taki uniwersytet stworzyć w naszym mieście – mówi Magdalena Szulc, koordynatorka Będzińskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku.

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Będzinie wziął na siebie organizację. Początkowo sądzono, że chętnych nie będzie więcej niż 30 osób... Ale seniorzy zaskoczyli wszystkich. – Podczas pierwszej rekrutacji zapisało się 211 studentów. Byliśmy zaskoczeni, nawet bardzo. Nie było jakiejś wielkiej kampanii informacyjnej. Kolejna rekrutacja odbyła się w październiku, wówczas zgłosiło się 156 osób. Chyba największym sukcesem jest fakt, że zajęcia, w których uczestniczą seniorzy, są bezpłatne – mówi Magdalena Szulc.

Będziński Uniwersytet Trzeciego Wieku powstał w zasadzie z niczego. W mieście nie ma żadnej uczelni wyższej, nie ma bazy lokalowej, która byłaby przystosowana do tego, żeby pomieścić 200 osób na wykładzie. Na to też znaleziono sposób. Studenci spotykają się na wykładach w sali sesyjnej Urzędu Miejskiego w Będzinie. I za każdym razem sala jest wypełniona po brzegi. – Choć nie uświadczy pani żadnego plakatu, który by zachęcał do przyjścia na zajęcia. Studenci sami się mobilizują. Byliśmy zmuszeni ograniczyć rekrutację, bo nie byliśmy w stanie fizycznie zapewnić tylu chętnym miejsca – dodaje Magdalena Szulc.

Studenci seniorzy chętnie się angażują i chcą się nauczyć dosłownie wszystkiego. Największą popularnością od początku działalności Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Będzinie cieszą się zajęcia komputerowe. Organizatorzy śmieją się nawet, że w pierwszym dniu zapisów na te zajęcia nie ma już miejsc. A każdego roku miejsc jest 80.

– Zajęcia prowadzone są w porozumieniu z Miejską i Powiatową Biblioteką Publiczną. Utworzyliśmy 10 grup, które uczą się obsługi komputera. Bardzo dużą popularnością cieszą się także zajęcia z zumby – śmieje się pani Magda.

Oprócz zumby studenci równie chętnie uczęszczają na zajęcia latino solo, czyli tańce latynoamerykańskie, ale tańczone solo. Powód? Brakuje par. Panie jednak nie przywdziewają tanecznych butów i sukienek, stawiają zdecydowanie na wygodę w trakcie szkolenia swoich umiejętności. Jednak gdy już wychodzą na scenę, by zaprezentować się szerszej publiczności, każdy element stroju doskonale współgra. Będziński Uniwersytet Trzeciego Wieku może się pochwalić występami na 5. Kongresie Obywatel-Senior, podczas którego będzińskie seniorki zaprezentowały właśnie latino solo. Same występy sprawiają dużo radości zarówno studentkom, jak i publiczności.

FOT. LUCYNA NENOW

Będzińscy studenci seniorzy zorganizowali pierwsze w Zagłębiu senioralia

Będziński Uniwersytet Trzeciego Wieku oferuje także swym studentom między innymi zajęcia teatralne, oprócz tego treningi pamięci, fitness z elementami zumby, warsztaty z rękodzieła, warsztaty psychologiczne i języki: niemiecki i angielski. Są także zajęcia typowo dla pań, czyli moda i uroda. Bardzo dużą popularnością cieszą się zajęcia ze śpiewu, BUTW ma także swój chór.

Dziadkowie zabiegani i bardzo szczęśliwi

Coraz trudniej spotkać dziadków siedzących w fotelu i rozwiązujących krzyżówki. Kochają swoje wnuki, ale także kochają życie, a gdy spotykają się na zajęciach, czują się, jakby przeżywali drugą młodość. Seniorów z Będzińskiego UTW spotykam podczas wykładu na temat fizjoterapii. Wykład prowadzi Justyna Ćwieląg, fizjoterapeutka z Oddziału Ortopedii i Traumatologii Narządu Ruchu w Szpitalu Miejskim w Sosnowcu. Sala dosłownie pęka w szwach, wszyscy skrzętnie notują, padają także pytania z sali. Gdy wykład się kończy, sala nie pustoszeje błyskawicznie. Każdy ma jeszcze indywidualne pytania i na każde uzyskuje odpowiedź.

– Od trzech lat jestem studentką. Mamy bardzo dużo zajęć, mnie najbardziej odpowiadają zajęcia z treningu pamięci i psychologii. Lubię też zajęcia z języka niemieckiego – mówi Danuta Kupis.

– Cztery godziny w tygodniu ćwiczymy śpiew. Ja preferuję zumbę, bo mam po prostu możliwość poruszania się, co w moim wieku jest bardzo dobre. Poza tym bardzo fajne są także zajęcia komputerowe. Wie pani, niektórzy się dopiero zapoznają z komputerami, to są dla nas nowe możliwości, no i wnukom można zaimponować – śmieje się Anastazja Andrzejak.

FOT. LUCYNA NENOW

Studenci Będzińskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku zawsze licznie stawiają się na wykładach

FOT. LUCYNA NENOW

Studenci są jak jedna wielka rodzina

FOT. LUCYNA NENOW

Podczas wykładów pilnie n otują każde słowo

– To zdecydowanie jest druga młodość. Mamy zajęcie. Gdyby nie to, pewnie byśmy siedziały w domu, a tak idziemy na zajęcia – mówi Henryka Mazur. Dzięki uniwersytetowi studenci seniorzy nawiązują nowe znajomości. – Zapisałam się zaraz pierwszego dnia, gdy tylko ruszyły zapisy w 2014 roku. Wnuczkę mam już dorosłą. Wnuczka rozumie babcię i bardzo się cieszy, że mam swoje zajęcia, o których jej potem opowiadam. Zresztą bardzo lubię przychodzić na wykłady i uczestniczyć w różnych warsztatach. To takie oderwanie się od codzienności, poza tym nawiązujemy nowe znajomości – mówi Krystyna Klimas.

Romanse też się zdarzają? – dopytuję z zaciekawieniem.

– Nie, za mało mężczyzn – wybuchają jednocześnie śmiechem panie, które przysłuchują się naszej rozmowie.

– Moje wnuki do przedszkola, a babcia na zajęcia – śmieje się Elżbieta Nagiel. – Podczas zajęć z treningu pamięci układamy wyrazy, ćwiczymy tę naszą pamięć. Magda wymyśla fantastyczne rzeczy, śmiejemy się podczas tych zajęć. No, co tu dużo mówić, po prostu dobrze się bawimy. Godzina zajęć tak szybko mija – mówi Irena Sosnowska.

Z sukcesów studentów bardzo cieszy się Magda Szulc.

– Chyba odnalazłam swoje miejsce w życiu i pracy zawodowej. Studenci odczarowali mi życie po 50. Czerpię od nich niesamowitą energię. Mam ze studentami dokładnie pięć godzin treningu pamięci z grupami po 25 osób i to daje mi niesamowitego kopa energetycznego i energię na cały tydzień. Są naprawdę cudowni – mówi Magda Szulc.

Od kiedy są zajęcia, życie po 50. jest weselsze

Obraz dzisiejszych seniorów jowi seniorzy, eleganccy, z idealnie przystrzyżonymi włosami, nienagannym makijażem i świeżo zrobionym manicurem. – Zajęcia są bardzo pożyteczne, bo po pierwsze mamy obowiązek. Jest dyscyplina, a gdyby tego nie było, to człowiek by się przewracał tylko z boku na bok. To jest nasz cel każdego dnia. Razem z koleżankami chodzę z Syberki na zajęcia. Nie dość, że jesteśmy aktywne na zajęciach, to jeszcze mamy zaliczony spacer i to dwa razy w ciągu dnia – zapewnia Bożena Filipowska, skarbnik BUTW.

Choć Będziński Uniwersytet Trzeciego Wieku jest bardzo sfeminizowany, to panowie nie narzekają. – Rzeczywiście jest mało mężczyzn, a szkoda. Próbuję namawiać kolegów, niektórzy się zastanawiają, ale zapisy są od sierpnia – mówi Albin Dziuk. Pan Albin postawił na psychologię i komputery. – Często się wspomagamy na zajęciach komputerowych, chociaż jak w jednej grupie są współmałżonkowie, to czasami iskry lecą – śmieje się student.

– W domu nie mamy czego szukać, cztery ściany. A tu widzisz drugiego człowieka, pośmiejesz się. Zauważasz jego zmiany nastrojów – mówi Barbara Trzcionka, przewodnicząca rady studentów. Z racji tego, że w grupie mocno dominują kobiety, panie mają także warsztaty z mody i urody. – Czy jesteśmy zadowolone? Oczywiście, proszę tylko spojrzeć. Kosmetyczka nam mówi, jak o siebie dbać, jak się malować. Jakie mamy figury, a co za tym idzie, jakie ubrania nam pasują. Do wszystkich rad staramy się stosować. Mamy nadzieję, że widać – śmieje się Barbara Trzcionka.

Tu nie ma wagarów, jeden student drugiego dyscyplinuje. – Ciągniemy się w górę. Jak się którejś koleżance nie chce i mówi, że nie ma nastroju, to jedna drugiej mówi, że nie ma takich wymówek. Ma się zbierać na zajęcia i koniec. Moja rodzina jest bardzo zadowolona, że wychodzę, nie siedzę w domu. Moja wnuczka chwali się, że jej babcia jest studentką uniwersytetu. Ona ma 16 lat, pokazuję jej indeks i zaliczenia, które tam są wpisane – mówi Bożena Filipowska.

I jakkolwiek zabawny może wydawać się fakt, że seniorzy każdą wycieczkę muszą konsultować z rodziną, to ma to praktyczne zastosowanie w życiu codziennym. – To jest bardzo proste: normalnie wnuki odebrałaby babcia, a tak rodzina musi wziąć wolne, bo babcia wyjeżdża na wycieczkę – dodaje Szulc.

Studenci często to, czego się nauczą, ćwiczą w domu wraz ze swoimi wnukami. – Moja studentka języka migowego ćwiczy ze swoją małą wnuczką – potwierdza Wiktoria Stępień, która prowadzi zajęcia z języka migowego. Jest także instruktorem teatralnym na uniwersytecie. – To grupa elitarna, czyli ci najbardziej wy-trwali na nie uczęszczają, bo to bardzo wymagający przedmiot – dodaje.

Co ciekawe, na Będzińskim Uniwersytecie Trzeciego Wieku po latach spotkało się sporo pań, które kiedyś pracowały w „Chełmku" w Będzinie, czyli Południowych Zakładach Przemysłu Skórzanego „Chełmek", które w Będzinie miały zakład obuwia. – Odnawiamy tu stare znajomości. Naprawdę dzięki temu uniwersytetowi życie po 50. jest dużo weselsze – mówią jednym głosem studenci seniorzy. ©℗