

Do starości im daleko

Napisano dnia: 2018-04-15 17:51:40

Ostatnia aktualizacja dnia: 2018-04-15 17:51:40



NOWA RUDA. Aktywność miejscowego Uniwersytetu Trzeciego Wieku może zaskakiwać. Nie ma tygodnia, aby jego słuchacze nie uczestniczyli w jakimś atrakcyjnym wydarzeniu pogłębiającym ich wiedzę albo czyniącym ich bardziej sprawnymi fizycznie.



Kilka dni temu w ramach zajęć UTW gościem jego uczestników była **Beata Kras** - trenerka rozwoju osobistego. Poprowadziła bardzo zajmujący wykład. Wynika z niego, że dziś okres seniorstwa dzieli się na trzy etapy: wczesny (po przejściu na emeryturę), średni (po ukończeniu 75. roku życia) oraz sędziwy (po 90. roku życia). O żadnej z tych osób nie da się powiedzieć, że są stare, jeśli aktywnie biorą udział w życiu rodzinnym i społecznym, są otwarci na oferty kulturalne, rekreacyjne czy sportowe.



Te słowa były niczym miód na serce słuchaczy UTW, bo oni wszyscy nie lubią się nudzić. Jest czymś normalnym, że wybierają się pieszo w góry, autokarem lub samolotem jadą na wycieczki krajoznawcze np. na Sycylię, biorą udział w konkursach kulinarnych, nie są im obce wieczorki taneczne. Słowem - mają nad wyraz wiele energii, aby ją pożytecznie szybko wykorzystać. Patrząc np. na tegoroczny kalendarz ich spotkań przygotowany przez szefową NUTW **Karolinę Popiel** - jej zasoby muszą być wielkie.

(bwb)

Foto **NUTW**