



Michałowicki Uniwersytet Otwarty Wszelkiego Wiek 2023



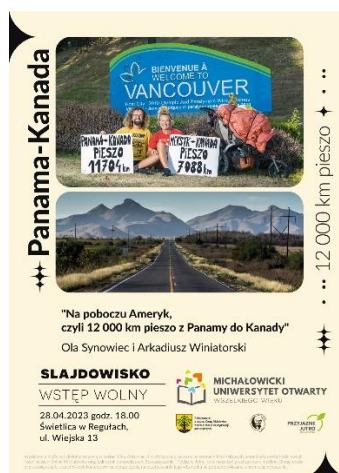
Michałowski Uniwersytet Otwarty Wszelkiego Wieku to projekt Stowarzyszenia „Przyjazne Jutro”, który realizujemy od 2019 roku dzięki wsparciu Gminy Michałowice w ramach dotacji dla organizacji pozarządowych. Za nami ponad 40 spotkań oraz 2 wyjazdy warsztatowe do Muzeum Pałacu Króla Jana III w Wilanowie. W naszych działaniach co roku bierze udział kilkuset mieszkańców gminy w różnym wieku – zarówno młodsza, jak i dojrzała młodzież.



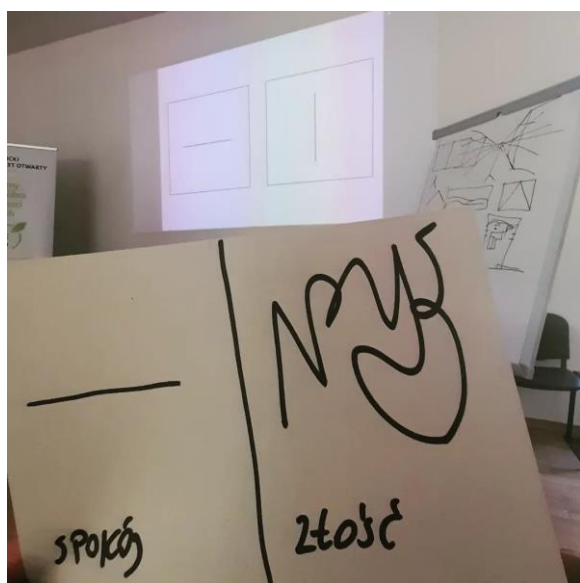
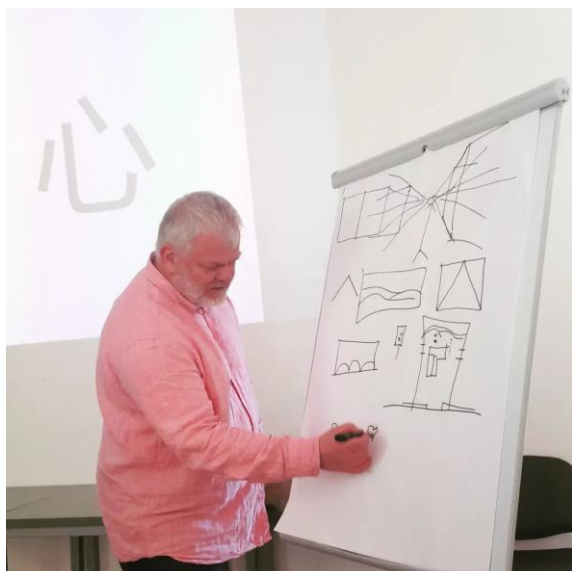
W tym roku staliśmy się iście Latającym Uniwersytetem. Gościły nas zarówno michałowicka, jak i komorowska biblioteka, świetlica w Regułach, sala Rady Gminy, a jesienią w końcu wróciliśmy tam, gdzie zaczęła się nasza przygoda – do odremontowanej sali multimedialnej w Urzędzie Gminy.

W ramach edycji wiosennej i jesiennej Uniwersytetu w 2023 roku widzieliśmy się 12 razy. Cykl wykładowy rozpoczęła w kwietniu Iwona Łopata – absolwentka ochrony środowiska na Uniwersytecie Warszawskim i oceanografii (specjalność biologia morza) na Uniwersytecie Gdańskim. Dowiedzieliśmy się więcej o mikroplastiku - czym jest, skąd się bierze, jakie przynosi dla nas zagrożenia, czy możemy zrobić coś, żeby temu przeciwdziałać i dlaczego ponad 90% ptaków morskich ma w żołądkach plastik.

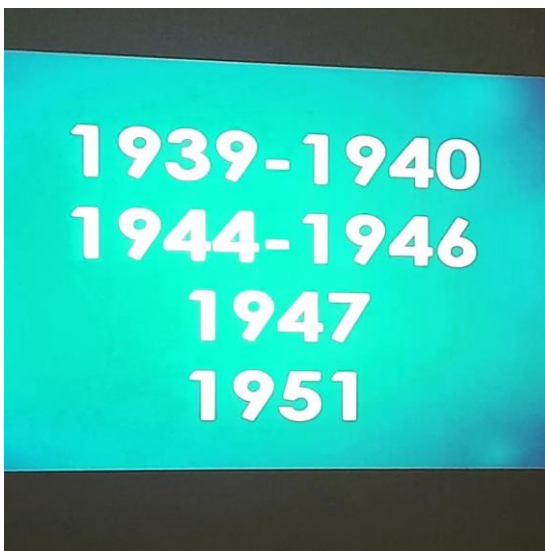
Dwa dni później rozpoczęliśmy również cykl slajdowisk podróźniczych wraz z Olą Synowiec i Arkadiuszem Winiatorem, podróżnikami i autorami książki "Na poboczu Ameryk, czyli 12 000 km pieszo z Panamy do Kanady". Od tej pozytywnie zakręconej pary usłyszeliśmy jak to jest przejść tyle kilometrów w półtora roku, odwiedzić po drodze 9 krajów, zużyć 19 par butów i spotkać... miłość. Razem zmierzali się z własnymi słabościami, niebezpieczeństwami drogi, pustyniami, mrozami, ruchliwymi metropoliami i sięgającymi 3000 metrów przewyższeniami.



W maju uczyliśmy się doświadczać sztuki abstrakcyjnej z Jarosławem Filipkiem – malarzem (Akademia Sztuk Pięknych w Warszawie) i architektem (Wydział Architektury Politechniki Warszawskiej). Co to było za wydarzenie! Rysowaliśmy, interpretowaliśmy, z zasłoniętymi oczami za pomocą zmysłu dotyku zaprzyjaźnialiśmy się z obrazami – z ich fakturą, temperaturą i przekazem. Mogliśmy także wczuć się w rolę malarza abstrakcjonisty.



Przed wakacjami spotkaliśmy się również z Łukaszem Bajdą – historykiem, regionalistą i przewodnikiem beskidzkim, autorem licznych publikacji poświęconych historii i atrakcjom turystycznym Podkarpacia. Przenieśliśmy w Bieszczady – te znane i nieznane. Były wspaniałe anegdoty i opowieści. Była historia powstania zespołu KSU i narodzin polskiego punk rocka. Dwory i cerkwie (nie cerkiewki!). Był marszałek Piłsudski, legenda o Biesach i Czadach, ropa naftowa, szybowiska, generał Walter, kurorty i letnicy, przemysł drzewny, retorty, przesiedlenia, Bojkowie, Łemkowie, mity, bieszczadzkie niebo, San, Kazimierz Orłoś i "Cudowna melina", Czerwone Gitary, Stachura. I wiele, wiele więcej!



W czerwcu zdobywaliśmy cenną wiedzę o zdrowym odżywianiu na wykładzie dr inż. Beaty Sińskiej z Zakładu Żywienia Człowieka (Warszawski Uniwersytet Medyczny) pt. "Talerz pełen zdrowia. Czy i kiedy suplementować?". Zaznajomiliśmy się z zaleceniami dotyczącymi zdrowego żywienia, budowania talerza pełnego zdrowia, uczyliśmy się czytania etykiet produktów spożywczych oraz na koniec zastanawialiśmy nad tym, czy faktycznie musimy kupować i zażywać suplementy diety. Wykład był realizowany w ramach projektu "Akademia Nauk o Zdrowiu#2 WUM", dofinansowanego z programu "Społeczna odpowiedzialność nauki" Ministerstwa Edukacji i Nauki.



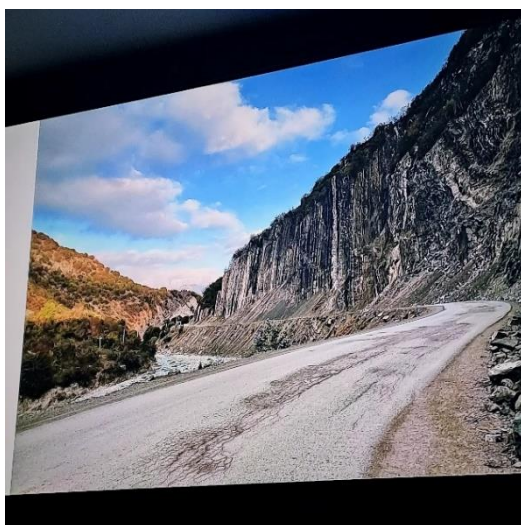
14 VI
godz. 11:00

Talerz pełen zdrowia Czy i kiedy suplementować?

Wykład poprowadzi
dr inż. Beata Sińska
Zakład Żywności Człowieka
Warszawski Uniwersytet Medyczny



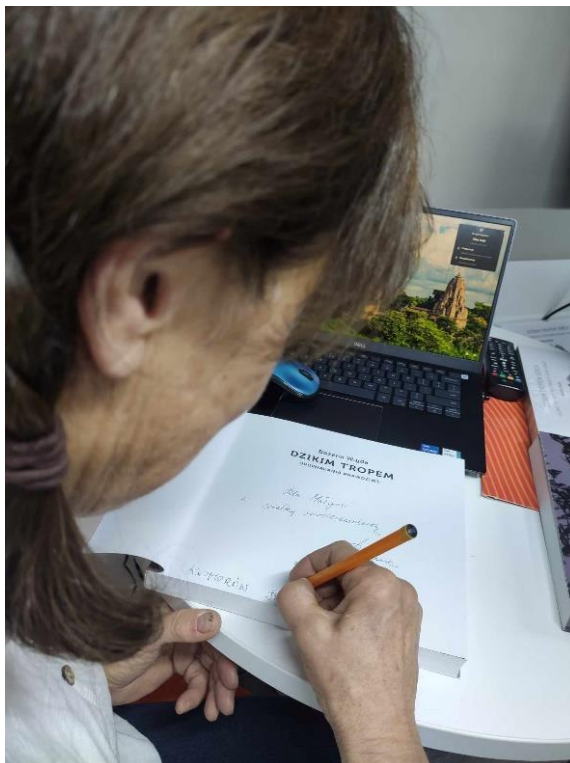
Po wakacjach rozpoczęliśmy od podróży do Azerbejdżanu z mieszkanką naszej gminy Anetą Strzemżałską – antropolożką kultury związaną z Uniwersytetem Warszawskim i Uniwersytetem Europejskim w Sankt Petersburgu. Dowiedzieliśmy się dlaczego Kraj Ognia ma dobre stosunki z Izraelem, mimo że jest krajem muzułmańskim. Poznaliśmy jego perskie korzenie. Posłuchaliśmy o minach, o sytuacji politycznej i strategicznych atakach na Armenię. Zobaczyliśmy błotne wulkany, niegasnący nawet w deszczu ogień, przepiękne widoki, miasto duchów. Mieliśmy także okazję napić się świeżo parzonej herbaty oraz spróbować popularnych w tamtym regionie smakołyków.





Po Azji przyszła pora na podróż po Polsce. Najpierw spotkaliśmy się z Bożeną Wajdą (z domu Myślińską) – pochodzącą z Komorowa fotografką, miłośniczką przyrody i poetką, od lat związaną z Tatrami. Tym razem okazją do ponownego zobaczenia się był wydany w 2023 roku zbiór opowiadań "Dzikim tropem. Opowiadania prawdziwe". Bożena Wajda jest mistrzynią wczesnego wstawania, tropienia i wyczekiwania. Zdobyła wyróżnienia i nagrody w licznych konkursach fotografii przyrodniczej. Swoje zdjęcia prezentowała na wystawach indywidualnych w Zakopanem, Poroninie, Białowieży czy Białymstoku. Wydarzeniu towarzyszyła wystawa fotografii autorki w bibliotece w Komorowie.





Następnie przenieśliśmy się do Puszczy Białowieskiej z Grzegorzem Okołowem – członkiem Związku Polskich Fotografów Przyrody, autorem ponad stu artykułów popularnonaukowych poświęconych polskiej przyrodzie, pomysłodawcą i współautorem kilku albumów fotograficznych, kilkudziesięciu broszur i folderów, laureatem konkursu pokazów Wizje Natury, Sztuka Natury oraz zdobywcą pierwszego miejsca Pomorskich Spotkań z Diaporamą. Tego wieczoru stanęliśmy oko w oko z żubrem Wikingiem. Podziwialiśmy uchwycone okiem aparatu białowieskie żubry, jelenie, świerki, dzięcioły, lisy, czosnek niedźwiedzi, kornika drukarza, babkę lancetowatą, cztery pory roku i wielu innych bohaterów tej przyrodniczej opowieści.



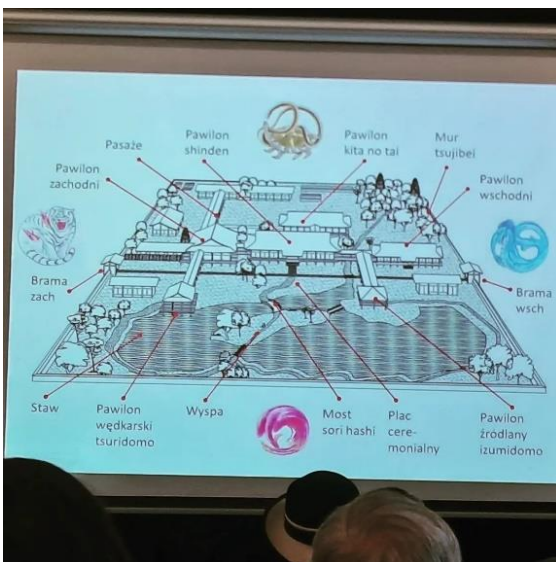


Jesienią poznawaliśmy także Kioto i wyjątkowość japońskich ogrodów. Wykład o symbolice natury, duchowych i filozoficznych ideach poprowadził znany już wcześniej naszym słuchaczom świetny wykładowca, mieszkaniec Izabelina, malarz i architekt Jarosław Filipek. Już wiemy, że w Polsce mamy ogrody "a la" japońskie, a także to, że nasze europejskie wyobrażenie ogrodu nie oddaje tego, czym dla Japończyka jest ta przestrzeń.



Kompozycje kamieni

- Triada Kamienna
 - Trójkąt z kamieni w płaszczyźnie poziomej
- Buddyjska Triada Kamienna
 - Trójkąt z kamieni w płaszczyźnie pionowej
 - Najwyższy kamień na środku, układ buddyjskich posągów
- Trzy siły / myśl zen
 - pozioma Ziemia, przekątna Człowiek, pionowa Niebo,



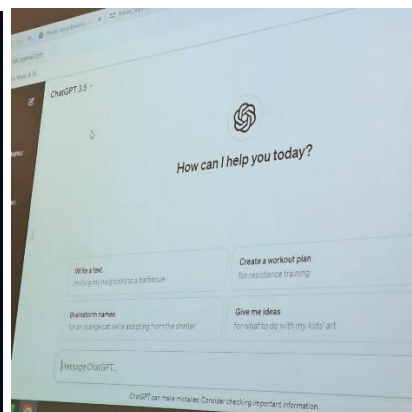
W tej edycji uniwersytetu po Azji i obu Amerykach zajrzeliśmy także na kolejny kontynent – do Afryki. Michał Jeżewski i Piotr Kamiński – podróżnicy i społecznicy z Komorowa zabrali nas na pasjonującą opowieść do Czadu, kraju odwiedzanego rocznie tylko przez ok. 10 tys. turystów. Byliśmy z nimi na najwyższych szczytach Sahary i podglądaliśmy pierwszą polską wyprawę wokół Tibesti.



W grudniu Dagmara Szolc – mieszkanka naszej gminy i biegaczka na sportowej emeryturze, która w 2018 roku ustanowiła **rekord Polski** w najszybszym obiegnięciu Sycylii (25 dni 3 godziny i 4 minuty) pokazała nam włoską wyspę, jakiej nie znajdziecie w przewodnikach. Podczas swojego samotnego biegu przekraczała granice miejsc, które normalnie są niedostępne dla turystów. O jej wyczynie było głośno od Palermo po Syrakuzy, a film, który opowiada historię realizacji tego marzenia zdobył główną nagrodę na Festiwalu Filmów Sportowych w Palermo (do obejrzenia na kanale YT: dagmaraszolc4523).



Ostatnie spotkanie w ramach Michałłowickiego Uniwersytetu Otwartego poświęciliśmy przyszłości oraz okiełznaniu nowych technologii. Nie straszny nam już ChatGPT. Spotkanie poprowadził Maciej Sopyło, trener edukacji medialnej i cyfrowej.



Dziękujemy, że byliście z nami 😊 Dziękujemy pilnym Słuchaczom, dzielnym Wolontariuszom oraz wszystkim Partnerom: Gmina Michałowice, Gminna Biblioteka Publiczna im. Marii Dąbrowskiej w Komorowie, Biblioteka Publiczna im. Zbigniewa Herberta w Michałowicach, Świetlica Reguły, Warszawski Uniwersytet Medyczny za to, że mogliśmy razem współtworzyć Michałowicki Uniwersytet Otwarty Wszelkiego Wieku 2023.

Zachęcamy do polubienia strony Uniwersytetu na Facebooku: <https://www.facebook.com/muoww> – tam znajdziecie zawsze najświeższe informacje o spotkaniach.

Katarzyna Gizińska



Fot.: Katarzyna Gizińska, Emilia Frydrych, Mariusz Marcysiak, Małgorzata Kamińska, Dagmara Szolc, Mikołaj Warsztoccki, materiały prasowe