

▶ életmódváltásról személyes tapasztalatok alapján Hajdú Zoltán és Tóthné Török Tímea számolt be. Az előadásokat követően személyes konzultációkra adódott lehetőség az előadókkal.

Köszönet illeti a művelődési központ munkatársait a

lehetőségért, a szervezésért - és a vendéglátásért!

Baranya Pálné
60 pluszos résztvevő

II. Szenior Akadémia

Már a tavalyi évben elvárásolt az első alkalommal megszerzett „Aktív és méltó idősor megéléséhez” című, a felnőtt lakosság élethosszig tartó tanulását szolgáló pályázati program. Az egyes napokon a korosztályt érintő, a mindennapok jobb megélését szolgáló lehetőségekről, az időskori ellátás intézményes formáiról, az életmódváltásról, az egészséges táplálkozásról, a mozgás örömről és nehézségeiről hallhattunk remek előadásokat. A szociális és egészségügyi szakemberek mellett Endrei Judit népszerű televíziós szakember, író és könyvkiadó, Csirmaz Szilvia, a magyarországi „Örömtánc” meghonosítója, Papadimitriu Athina művésznő színésznő lebilincselő előadása is színesítette a programot.

Örömmel vártam tehát a Művelődési Központ új, 3 egymást követő napon át tartó programsorozatát, a „Szeretet-híd a Generációk között” címmel meghirdetett II. Szenior Akadémiát.

Ismét nagyon tetszettek a témák, és ahogyan egymásra épültek. Köszönöm a lehetőséget!

Különlegességgel, látványfestéssel indult az első nap. Közben zajlottak az előadások, Kolozsvári Mia Johanna helyi amatőr festő vászonra vitte inspirációit. Csodálatos volt látni, végig követni egy-egy mű születését. Jó volt látni magabiztos, erőteljes ecsetkezelését, ugyanakkor lágyágát, az érzések színekben tolmácsolását és nem utolsósorban azt, ahogy átszellemült és láthatóan élvezte a „munkát”. Hihetetlenül gyorsan elkészültek megkapó alkotásai. És a díszletről még nem is beszéltem. A nagyteremben a színpad előtt, körben a paravánokon egy gyönyörű kiállítás, szebbnél szebb festmények sora, melyek mind-mind a művésznő alkotásai. Köszönöm az élményt!

Az előadások sorában elsőként Jákó Mária tanárnőtől hallhattunk a tanulás szerepéről, a megváltozott szakképzetéről. Rávilágított, miért jó tanulni, beszélt az élethosszig tartó tanulásról, ami nem csak az iskolai tanulást jelenti. Borbély Mária, a Tópart Otthon fejlesztőpedagógusa a szellemi frissesség megőrzéséről, a játék, a mozgás és a művészet szerepéről tartott előadását sok személyes tapasztalattal, példával színesítette.

Az Ilosvai Varga István Művelődési Központ 3 napos rendezvénye

Október 1-3-án az Ilosvai Varga István Művelődési Központ „Szeretet-híd a Generációk között” címmel rendezte meg a II. Szenior Akadémiát.

Csütörtökön a tanulási formákról, a játék közösségépítő erejéről tájékoztunk. Izgatottan vártuk Dr. Bagdy Emőke előadását. Nem csalódtunk! A professzor asszony Hit, remény, szeretet pszichológiája témában újszerűen, érdekesen beszélt. Mi, az előadáson ülő tanítók, óvónők örömmel hallgattuk a pozitív gondolkodásról, tervezésről, hozzáállásról, szeretetről vallott gondolatait. Csodálatos a lendületesen, tele energiával tartott előadását. A nap zárásaként Dr. Bagdy Emőke dedikálta az előtérben megvásárolt könyveit.

Sajnos a pénteki programon nem tudtam részt venni. Így nem hallhattam Dr. Örsi Julianna előadását és a családfakutatásról szóló beszámolókat.

Szombaton délután az egészségé volt a főszerep. Tájékoztatót

Bagdy Emőke pszichológus professzor előadásának fő témája a hit-remény-szeretet volt. Ismertetett tudományos kutatásokat, beszélt Teréz anyáról, az ő áldásos munkájáról, a stresszről mely megbetegíthet, de fel is emelhet, a jó ízű nevetésről, mely gyógyító erővel bír, az érintés áldásos hatásáról, a hit szerepéről, a jövőkép fontosságáról. Nagyon tetszett, hogy használta a szakkifejezéseket, de azonnal lefordította „konyhanyelvre”. Profi, humoros, szuggesztív, nagyon élvezetes előadást láttunk-hallottunk. Hozott kb. 10-12 általa írt jobbnál jobb témájú könyvet, melyeket kérésre a helyszínen dedikált is.

A második nap a család, a hagyományok köré szerveződött. Dr. Örsi Julianna etnográfus előadása nyitotta a sort a 20-21. századi családstruktúrák és azok változásairól. Ezt követően bepillantást nyerhettünk Bodó Istvánné Andrea munkája által a családfakutatásba, melyet Kisné Veres Edit tolmácsolt. Köszönöm az ötleteket, tanácsokat.

Ezt követte Létainé Sigulinszky Zsuzsa által a Sigulinszky család eddig feltárt családfájának bemutatása, illetve az idáig vezető útnak az ismertetése. Csodálatos kitaratását, szenvedélyét, ahogy keresi-kutatja azóta is a legapróbb nyomot is. Bevallom, én is készítettem egy kezdetleges családfát 2010-ben, az akkor 100 éves nagyapámnak, Bíró Lajosnak. Megtapasztaltam, hogy nagyon időigényes, bonyolult, összetett feladat, ám megéri a fáradozást.

Ezek után többgenerációs családi vállalkozások mutatkoztak be: a Nagykun-Hús Kft-t történetét Szegedi Zsolt termelési igazgató ismertette, a Tradíció Bútor Kft múltjáról és jelenéről id. Nagy András és ifj. Nagy András beszélt. Zárásként a Nagykun-Hús Kft finom termékeit kóstoltuk, gyönyörködtünk a Tradíció Bútor Kft kiállított termékeiben.

Sajnos a harmadik napon nem tudtam részt venni, ezért lemaradtam a Pappné Szabó Anita párkapcsolati tanácsadó, Molnár Jánosné jógaoktató, Doma Istvánné, Vighné Golyha Ildikó előadásairól.

Remélem, jövőre is megrendezésre kerül a Szenior Akadémia hasonlóan érdekes témákkal, színvonalas előadásokkal.

Vincze Lászlóné

kaptunk a jogáról, az ACCESS BARS-ról, a reikíról. Pappné Szabó Anita pszichológus a boldog párkapcsolat témában mutatott rá kapcsolataink erősségeire, gyengeségeire. Jó volt őt újra látni, hallani. Köszönjük, hogy megosztotta tapasztalatait.

Számomra különösen fontos volt az Életmódváltás című előadás. Hajdú Zoltán és Tóthné Török Tímea azért jöttek Kunhegyesre, hogy bemutassák ezt a Magyarországon december óta működő programot. A Kúra vagy életmód című tájékoztató tartalmából: Cukorfüggőség, Puha zsírpárna vagy kemény pocak? Mi eredményez tartósan optimális testsúlyt? Az éhség tényleg hízlal? Bemutattak egy megoldást a súlyproblémánkra. Kínáltak egy megoldást a jobb élethez, jobb közérzethez.

Örülök a művelődési ház nagyszerű kezdeményezésének. Köszönjük a dolgozók aktív munkáját. Várjuk a programok folytatását!

Bódisné Kota Zsóka