

Wiesław Łabęcki
Prezes Zarządu Świdnickiego
Uniwersytetu Trzeciego Wieku
58-100 ŚWIDNICA
Tel. 513 005 811
Email: bazy150@interia.pl

Świdnica, 4.10.2023 r.

*List Rekomendujący
Alicję Przepiórską Ułaszewską*

Znam tysiące ludzi, ale Alicję Przepiórską Ułaszewską trudno mi zakwalifikować do jakiejś grupy z wagi na swoistą kreatywność, otwartość, energię, bardzo dobre przygotowanie się do wszystkich zajęć, warsztatów oraz serdeczność i emanujące ciepło. Wszystkie cechy, bogate doświadczenie mimo młodego wieku, wiedzę ze studiów wyższych i podyplomowych poświęciła aktywizacji i integracji osób starszych na Dolnym Śląsku.

Jak poznałem Alicję Przepiórską, siedem lat temu, ujęła mnie systemowa aktywność na rzecz środowisk senioralnych z aglomeracji wałbrzyskiej. Zaczęła integrować kręgi osób dojrzałych, głównie na emeryturze, przede wszystkim ze Strzegomia, Świdnicy i Wałbrzycha oraz okolicznych małych miejscowości jak Pastuchów, Morawa.

Postawiła sobie za cel realizację projektów uwrażliwiających na temat starości i wychodzące na przeciw potrzebom związanym ze starzejącym się społeczeństwem. Swoje wieloletnie doświadczenie związane z edukacją i aktywizacją osób dorosłych w zakresie planowania kariery oraz pozyskiwania funduszy na projekty znakomicie wykorzystuje do tworzenia licznych programów, których była i jest koordynatorką. Główny obszar Jej działania to aktywizacja i edukacja osób starszych i edukatorów seniorów-wolontariuszy, czemu poświęca większość autorskich programów. Na przykład pomogła założyć w Świdnickim UTW „Srebrny Wolontariat”, który w latach 2020-22 w czasie wakacji wspierał projekt dla dzieci na osiedlach Świdnicy pt. „Lato na podwórkach”, organizował przedstawienia teatralne i wziął udział w teatrze międzypokoleniowym.

Zrealizowała z seniorami regionu trzyletni projekt „Tradycja łączy pokolenia” i dwuletni „Moja i Twoja historia – ocalić od zapomnienia” czy ostatnio w 2022 r. „DraBiNię”. Seniorzy, dzięki Alicji szkoleniom zaowocowały udziałem wolontariuszy w przedszkolu i Dziennym Domu „Senior-Wigor” w Strzegomiu i Wałbrzychu. W projektach ww. pozytywnie spięła, zintegrowała seniorów i młodzież szkół ponadpodstawowych z kilku miejscowości w działaniach teatralnych, radiowych i wolontariacie. Uzmysłowiła, że istnieje tzw. dobrostan oraz odkrywanie się samego i dzielenie się, a także przypominała o braniu odpowiedzialności. Szkoliła liderów senioralnych w gminie Ścinawa i współpracuje tam z Domem Seniora „Przystań”, przygotowując seniorki do roli wolontariuszek.

W bieżącym roku Mobilną Akademią Nestora im. Krystyny Lasek niesie dobre imię naszej mentorki Krysi w świat urzeczywistniając idee, które Krysi i nam przyświecały i które są naszym kierunkowskazem i dziś. Z ofertą edukacyjną dociera gdzie inni nie docierają na całym Dolnym Śląsku; m.in. w: Bielawie, Kunicach, Wierzchowicach gmina Gaworzyce, Strzelinie, Szklarskiej Porębie, Wałbrzychu, Zgorzelcu Żmigrodzie. Współpracuje w tym zakresie z wyśmienitym wykładowcami.

Prowadzi liczne warsztaty o tematyce psychologicznej, podczas których buduje bezpieczeństwo emocjonalne i psychologiczne uczestników, wyposażamy w narzędzia do

zmiany postawy, uczy jak nadawać pozytywne znaczenia wydarzeniom i jak dokonać pozytywnego bilansu poszczególnych etapów życia.

Alicja Przepiórska Ułaszewska stymuluje, ożywia różne formy aktywizacji seniorów także na polu kultury. Organizuje koncerty muzyki poważnej, w tym projekt „Kwitną wiśnie”, festiwal kultury japońskiej, gdzie w ramach niego mieszkańcy zapoznają się z kulturą japońską, integrują się wokół znaczenia tradycji i sztuki w życiu.

Zaprosiła w 2022 r. seniorów Dolnego Śląska do kolejnego ważnego dla nas seniorów projektu pt. wzMOCnieni, w którym wypracowywany jest innowacyjny program osiągnięcia dobrostanu w wieku senioralnym. Dzięki takim projektom nabywamy wiedzę, umiejętności, szkolimy siebie, doskonalimy swoją kadrę ale także budujemy nowe partnerstwa i realizujemy nowe przedsięwzięcia. We wrześniu br. zaprosiła kilku seniorów z Dolnego Śląska na pierwsze warsztaty nowo powstałego Uniwersytetu Ludowego Memento Vitae do Rytwian m.in. poświęconego osiągnięciu dobrostanu przez osoby starsze.

Alicja Przepiórska Ułaszewska to Osoba wrażliwa, subtelna, dostrzegająca piękno oraz dziedzictwo narodowe, dziedzictwo kulturowe, nawet tam, gdzie ludzie kultury i sztuki nie zauważają żadnych symptomów, przesłanek. Istotną cechą Jej charakteru jest umiejętność pracy od podstaw, organizacji, tj. dostrzeżenie, że efekty przyjdą z czasem po przepracowaniu kolejnych etapów zaplanowanych programów i będą skutkować długoterminowo.

Wiesław Zabęcki