



Jesień życia wcale nie musi być szara, wręcz przeciwnie – może być pełna płomiennych barw. Dowodem potwierdzającym tą tezę są 2 Kluby Seniora z Pszenna i Bystrzycy Górnej oraz grupy seniorów działające przy sołectwach w gminie Świdnica. W miniony weekend Seniorzy z Bystrzycy Górnej podsumowali cykl 5 letnich spotkań z zaprzyjaźnionym klubem z Lauchhammer (Niemcy).

Najbogatsze tradycje ma Klub Seniora z Bystrzycy Górnej, który od 16 lat prowadzi działalność integracyjną, kulturalną i turystyczną dla seniorów w swoim regionie. Zapobiega poczuciu osamotnienia i zachęca do zwiększenia aktywności społecznej i zdrowotnej ludzi starszych. Klub w sposób różnorodny organizuje seniorom ich wolny czas, przygotowując spotkania noworoczne, wielkanocne, bożonarodzeniowe, dożynki, śniadanie patriotyczne 11 listopada, wyjazdy integracyjne, mając aspiracje do pogłębiania ich zainteresowań. Swoją działalność skrupulatnie dokumentują w kronice (którą nieprzerwanie od początku działalności Klubu prowadzi prezes Stanisław Kraiński). Efekt ich aktywności daje impuls kolejnym grupom seniorów w sąsiednich sołectwach gminy Świdnica. Tak powstał w 2009 r. Klub seniora w Pszennie.

W ostatni weekend czerwca br. Seniorzy z Bystrzycy Górnej gościli seniorów z Lauchhammer. Celem spotkania było podsumowanie 5 letnich spotkań.

Nasze międzynarodowe spotkania miały na celu przełamanie utartych wyobrażeń na temat Niemców i Polaków. Stwarzać przestrzeń do poznawania się, dyskusji nt. walorów turystycznych obu naszych regionów, rozmów o wspólnych pasjach i hobby, a także integracji seniorów z młodzieżą poprzez wspólne działania. Podsumowując możemy powiedzieć, że poprzez te 5 lat zbudowaliśmy trwałe przyjaźnie, które z pewnością będą dobrym fundamentem dla przyszłych, młodszych pokoleń Polaków i Niemców - mówią członkowie Klubu Seniora z Bystrzycy Górnej.

Każde tego typu działanie niesie za sobą wydatki. Jednak seniorzy korzystają ze sprawdzonych rozwiązań jakim jest wolontariat. Zapraszają do pomocy w organizacji spotkań przedstawicieli organizacji działających w swoich miejscowościach: młodzież, członków zespołów folklorystycznych, śpiewaczych, reprezentantów stowarzyszeń, rad sołeckich, sportowców czy strażaków z OSP. Wiele czynności wykonują także samodzielnie, tj. przygotowanie posiłków czy dekoracji. Realizacja ich zadań cieszy się uznaniem w środowisku lokalnym oraz w gminie Świdnica. Ich ostatnim pomysłem były kulinarne wariacje. Jak sami mówili - *Osoby starsze kojarzą się młodzieży z apatią. Gotowanie pojawiło się jako dobre skojarzenie – z babcią, z domem, ale i z konkretnymi umiejętnościami, które młodzież pragnie poznać i się nauczyć. Być może takie właśnie spotkania przyczynią się do powstania międzypokoleniowego projektu kulinarnego. Wspólny stół zaciera dystans między osobami starszymi i młodzieżą. Zbliża, tak jak zbliżają wspólne posiłki z rodziną czy przyjaciółmi.*

W ambitnych planach seniorów z obu krajów jest m.in. realizacja następujących projektów:

- ABC języka polskiego i niemieckiego;
- Jesteśmy razem – seniorzy w Europie - oferta spędzania czasu wolnego dla osób dorosłych, poszerzanie zakresu współpracy międzynarodowej Klubów seniora z Bystrzycy Górnej i regionu Senftenberg;
- Nasze małe ojczyzny w harmonii z przyrodą - np. organizacja warsztatów przyrodniczo-ekologicznych, wycieczki do parków krajobrazowych;
- Tradycje zwyczaje, obrzędy – podobieństwa i różnice w kulturze polskiej i niemieckiej. np. nawiązanie dialogu międzykulturowego, poszerzenie horyzontów kulturowych;
- Co kraj to obyczaj – Kuchnia Pachnąca Tradycją - wymiana informacji kulinarnych, poznanie tradycji, historii, zwyczajów, pasji kulinarnych seniorów z Polski i Niemiec poprzez warsztaty kulinarne dla seniorów.

Miłym akcentem wizyty seniorów z Lauchhammer było spotkanie z Klubem Seniora w Pszennie. Ten aktywnie działający klub również poszukuje partnera po stronie niemieckiej. Wizyta w Pszennie była ostatnim punktem pobytu gości z Niemiec. Oprócz smacznych potraw jakie własnoręcznie przygotowały członkinie klubu, seniorzy Pszenna zaprezentowali swoje rękodzieło: obrazy wykonane haftem krzyżykowym, serwetki, ręcznie wykonaną biżuterię. Kolejne spotkanie za rok, tym razem w Lauchhammer k/ Cottbus.

[Galeria zdjęć >](#)