

Tegoroczne Senioralia

Wszyscy z zadziwieniem nie możemy się nacieszyć ukwieconym otoczeniem, jako że wiosna zwariowała z tempem i chyba zahacza już o jesień. Ale świętując uroki pokoleń, pokonaliśmy ją na głowę, gdyż łódzkie Senioralia zahaczyły o Juwenalia i odwrotnie.

Krystyna Borysewicz-Charzyńska

Niektóre członkinie Koła Lekarzy Seniorów szykowały się do wzięcia udziału w okolicznościowym pochodzie, odkurzając stare kapelusze, ale w tym roku organizatorzy nie przewidzieli takiej atrakcji. Inauguracyjne spotkanie odbyło się w sobotę jedenastego maja w Manufakturze. Przed sceną, na której występowały różne barwne, tańczące i śpiewające grupki „-siąt plus”, stała w wielu rzędach nieskończona liczba białych plastikowych krzesełek, okupowanych przez... jak to tam?... wcześniej urodzonych. Siadano, wstawano, klaskano, komentowano, przychodzono, odchodzono, słuchano, gadano, podśpiewywano, podtańcowywano, zdejmowano sweterki... I *da capo*.

Sekundowały różne młodsze grupy, które z szacunku nie zajmowały wolnych miejsc siedzących. Obok w białych namiocikach pełno młodzieży informującej osoby odwiedzające o różnych możliwościach profilaktycznych, zdrowotnościowych i aktywizujących. Przy okazji doznałam małej osobistej radości. Tego dnia obliczono mi BMI – wynosiło tylko 28. Bywało gorzej. Bogate żniwa miały przy okazji oryginalne włoskie kramy, obok których trzeba było przechodzić idąc ku rozrywkom.

Następnego dnia zaliczyliśmy z synem film o Amazonce w wędrującym kinie Przytulnym, które tym razem korzystało z sali kinowej biblioteki Memo. Niby foteli jest tam trzydzieści, ale są tak szerokie i blisko siebie osadzone, że praktycznie zmieści się tam chyba każda liczba widzów. No, całkiem przytulne. Z przyjemnością posłuchaliśmy właściciela kina, który przez wiele lat wyświetlał filmy seniorom w ŁDK i jest wielu osobom znany.

Trzeciego dnia Senioraliów zapisałam się z ciekawością na indywidualną konsultację dotyczącą emisji głosu. A co! I teraz po różnych ćwiczeniach własnym (somatycznym) językiem i własnymi ustami (zaznaczam – przy stabilnej, nieruchomej głowie!) będę prawdopodobnie przemawiać wyraźnie i głośno. A co najważniejsze: krótko! A wszystkiego tego mogłam doświadczyć dzięki niesprawnemu okresowo samochodowi, gdyż, między nami mówiąc, żadne miejskie rozrywki nie pociągają mnie bardziej niż banalny kontakt z przyrodą w rejonie mojej działki, blisko lasu, gdzie mogę zatracić się w powtarzanym

wciąż *shinrin yuku* i na nowo *shinrin yuku*, czego wszystkim serdecznie życzę.

Zdjęcie: materiały prasowe Manufaktury "Senioralia zainaugurowano w Manufakturze piknikiem oraz serią występów i koncertów na plenerowej scenie"

Panaceum 6/2024