



## ROK 2012 – ROKIEM UNIWERSYTETÓW TRZECIEGO WIEKU

1 lutego 2012 r. to data, która zapisze się w 37-letniej historii Uniwersytetów Trzeciego Wieku w Polsce w sposób szczególny. Senat Rzeczypospolitej Polskiej podjął uchwałę w sprawie ustanowienia roku 2012 Rokiem Uniwersytetów Trzeciego Wieku.

To wielka nobilitacja dla tego największego ogólnopolskiego projektu, zainicjowanego przez Uniwersytet Trzeciego Wieku Szkoły Głównej Handlowej w Warszawie, a realizowanego obecnie przez bardzo szerokie środowisko Uniwersytetów Trzeciego Wieku, pod honorowym patronatem Pierwszej Damy RP Anny Komorowskiej.

To też wielka satysfakcja dla ponad 100-tysięcznej rzeszy słuchaczy skupionych w Uniwersytetach Trzeciego Wieku, bo obchody ROKU UTW zaznaczą się bardzo licznymi imprezami o charakterze centralnym – zainaugurowanym Kongresem Uniwersytetów Trzeciego Wieku w Sali Kongresowej PKiN 19 marca 2012 r., ale też imprezami regionalnymi i lokalnymi na terenie całej Polski. Będzie to wielkie święto słuchaczy UTW.



Od lewej stoją: senator Mieczysław Augustyn, Krystyna Lewkowicz, marszałek Senatu Bogdan Borusewicz, Wiesława Borczyk, Marek Szpunar, poseł Michał Szczerba

### Jak do tego doszło?

Uniwersytet Trzeciego Wieku Szkoły Głównej Handlowej w Warszawie stał się inicjatorem i założycielem organizacji przedstawicielskiej – Ogólnopolskiego Porozumienia UTW. W 2009 r. miało ono już 43 Uniwersytetów – członków. Dziś jest już ich 64.

W listopadzie 2009 r. odbył się na terenie SGH I zjazd członków i sympatyków OP UTW, na którym m.in. wytyczono cele i strategię działania.

Głównym jej kierunkiem było promowanie wysokich standardów działania Uniwersytetów, wzmocnienie współpracy z samorządami i szkołami wyższymi, a także inicjatywa ustanowienia roku 2012 Rokiem Uniwersytetów Trzeciego Wieku.

Na przestrzeni 2010 i 2011 roku trwały konsultacje społeczne w środowisku uniwersyteckim, organizacjach pokrewnych i urzędach współpracujących. Prezentowany publicznie na kilku krajowych i międzynarodowych konferencjach projekt wzbudził wielkie zainteresowanie i deklaracje szerokiego po-

parcia zarówno ze strony słuchaczy UTW, jak i najwyższych organów państwa.

Do grona organizatorów przyłączyły się: Ogólnopolska Federacja Stowarzyszeń Uniwersytetów Trzeciego Wieku w Nowym Sączu oraz Fundacja dla Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie, tworząc wraz Ogólnopolskim Porozumieniem UTW koalicję organizacyjną.

Honorowym przewodniczącym Komitetu organizacyjnego została prezydent Warszawy Hanna Gronkiewicz-Waltz, oferując na koszt miasta Salę Kongresową na zorganizowanie Kongresu.

Kongres jest współfinansowany przez koncern mediowy Media Express Sp. z o.o. oraz Polsko-Amerykańską Fundację Wolności w ramach programu Seniorzy w Akcji, realizowanego przez Towarzystwo Inicjatyw Twórczych „e”.

*Uniwersytety Trzeciego Wieku są znakomitą inicjatywą – powiedziała Anna Komorowska, podejmując delegację seniorów w maju 2011 r. w Pałacu Prezydenckim. – W swoich podróżach po Polsce wielokrotnie spotykałam się ze słuchaczami UTW i zawsze to były fantastyczne spotkania. Z ogromną wdzięcznością i radością przyjąłam propozycję objęcia patronatem obchodów roku Uniwersytetów Trzeciego Wieku, który przypada w 2012 roku.*

Zaś szef Kancelarii Prezydenta RP, minister Jacek Michałowski dodał: *To wielki projekt, przed którym jest gigantyczna przyszłość; (...) chcemy rozpocząć proces wspierania Uniwersytetów Trzeciego Wieku na większą skalę (...).*

Także w uzasadnieniu Uchwały Senatu RP w sprawie ustanowienia Roku 2012 Rokiem Uniwersytetów Trzeciego Wieku jest zawarta deklaracja wspierania obchodów ROKU UTW.

### Czym jest ruch Uniwersytetów Trzeciego Wieku?

To swoisty fenomen niemający sobie równego w Europie, zapoczątkowany w 1975 przez prof. Halinę Szwarz, która założyła pierwszy w Polsce Uniwersytet, dziś rozrósł się do ok. 360 podmiotów skupiających ponad 100 tys. członków. UTW działają w różnych formach organizacyjno-prawnych jako samodzielne stowarzyszenia, w strukturach samorządowych, w ramach uczelni.



*Komitet Organizacyjny Obchodów ROKU UTW. Od lewej: Krystyna Lewkowicz, OP UTW, Marek Szpunar, Fundacja dla UJ, Wiesława Borczyk, prezes OF St. UTW*



*Ostatnie uzgodnienia Komitetu Organizacyjnego Obchodów ROKU UTW z senatorem M. Augustynem.*

Niezależnie od formy prawnej większość UTW posiada patronat naukowy szkoły wyższej, dbającej o poziom naukowy programu.

Uniwersytety Trzeciego Wieku są coraz bardziej popularnym sposobem na życie głównie dlatego, że reprezentują wyjątkową interdyscyplinarność swojej działalności. Tu każdy, bez względu na zainteresowania i wykształcenie, może znaleźć dla siebie coś ciekawego, realizować marzenia z młodości, angażować się w pracę społeczną, uzupełniać lub aktualizować wiedzę, prowadzić aktywny tryb życia, podróżować, a przede wszystkim być wśród ludzi podobnych do siebie, kreatywnych, utalentowanych artystycznie, pragnących wreszcie zrobić coś wyłącznie dla siebie.

W Uniwersytetach słuchacze uczą się też asertywności wobec częstej zaborczości rodziny, walki z bezduszością urzędów, poznają swoje prawa obywatelskie, konsumenckie, prawa pacjenta i szereg innych.

Aktywność seniorów i wzrost ich aspiracji intelektualnych przekłada się na niezwykle ekspansywny wzrost ilościowy Uniwersytetów, jak również niezwykłą pomysłowość samych seniorów w animowaniu życia kulturalnego i programów merytorycznych.

Jeden z liderów środowiska Edward Korban z Gorzowskiego UTW użył dla scharakteryzowania słuchaczy UTW niezwykle trafnej metafory, a mianowicie: **zamiast modlić się na pustyni o deszcz, bierzemy się za kopanie studni.**

Tacy właśnie są słuchacze UTW, potrafią podejmować się niezwykle trudnych zadań i wyzwań, potrafią rozmnożyć otrzymane skromne środki finansowe, wzbogacając je swoim ogromnym potencjałem wolontariackiej pracy, potrafią zadziwiać swoimi talentami i śmiałością pomysłów.

Działalność realizowana w UTW nie ogranicza się bowiem jedynie do edukacji. Aktywizuje i inspiruje seniorów do aktywności społecznej, politycznej i obywatelskiej, jak np. wolontariat, udział w radach seniorów, w konferencjach

i debatach krajowych oraz międzynarodowych, wyzwala ruchy artystyczne, współpracę z dziećmi i młodzieżą, inspiruje integrację europejską i współpracę międzypokoleniową.

Uniwersytety stały się ważnymi ośrodkami profilaktyki gerontologicznej, które w istotny i widoczny sposób przeciwdziałają wykluczeniu społecznemu osób starszych, utrzymują ich w dobrej kondycji psychofizycznej, przedłużają tzw. trzeci wiek, tj. okres pełnej samodzielności do prowadzenia własnego gospodarstwa domowego.

Przygotowują też seniorów poprzez pomoc psychologiczną, prawną, wolontariat, grupy wsparcia itp. samopomocowe działalności do okresu tzw. „czwartego wieku”, tj. czasu postępującej niesamodzielności, wymagającej pomocy ze strony rodziny i osób trzecich.

Przygotowanie i zapewnienie godnego życia w tym okresie to ogromne wyzwanie zarówno dla Uniwersytetów Trzeciego Wieku, jak i polityki społecznej państwa.

Uniwersytety Trzeciego Wieku to, krótko mówiąc, ważny partner w realizacji zadań polityki społecznej państwa oraz zadań własnych samorządów terytorialnych. I bardzo skutecznie te zadania realizują.

Pora zatem, aby stały się one równorzędnymi partnerami najwyższych organów państwa, co jest celem horyzontalnym projektu.

#### **Cele projektu**

Za główny cel ustanowienia Roku UTW uznano podniesienie kształcenia osób starszych do rangi rządowego zadania administracji publicznej i objęcie go systemowym wsparciem ze strony państwa, czyli stworzenie podwalin partnerstwa między środowiskiem UTW a najwyższymi organami RP, a ponadto:

- budowanie autorytetu UTW jako ważnych centrów kształcenia ustawicznego oraz aktywności obywatelskiej seniorów;
- zacieśnienie współpracy z lokalnymi ośrodkami akademickimi oraz organami samorządu terytorialnego;
- otwarcie UTW na nowe kontakty z NGO w kraju i za granicą;
- integracja polskich seniorów funkcjonujących poza granicami kraju, w tym szczególnie w Uniwersytetach za wschodnią granicą;
- budowanie pozytywnego wizerunku osób starszych jako pełnoprawnych i aktywnych obywateli chcących mieć wpływ na sprawy społeczne, polityczne i kulturalne państwa;
- rzecznictwo interesów środowiska seniorów wobec urzędów administracji publicznej, służby zdrowia oraz w rozwiązaniach legislacyjnych dotyczących środowiska osób starszych.

Tej tematyce poświęcone będą wystąpienia honorowych gości Kongresu w Sali Kongresowej 19 marca br., wśród których będą: naukowcy, politycy, parlamentarzyści i liderzy Uniwersytetów Trzeciego Wieku, jak również panelistów i dyskutantów w drugim dniu Kongresu, który odbędzie się 20 marca 2012 r. w salach Muzeum Galeria Porczyńskich na Placu Bankowym 1/3/5.

Zapraszamy wszystkich zainteresowanych, samorządowców, organizacje pokrewne działające na rzecz seniorów, a także ludzi młodych zaangażowanych w problematykę osób starszych do udziału w Kongresie.

Akredytacja prowadzona jest pod adresem e-mail: a.maslaga@upc poczta.pl

W imieniu Komitetu Organizacyjnego

**Krystyna Lewkowicz, prezes UTW SGH,  
koordynator Ogólnopolskiego Prozumienia UTW  
Fot. Irena Koszewska**

# Absolwent SGH jaki jest... nie każdy widzi

A szkoda. Bo każdy wie, na przykład, że za gwiazdą Mercedes, nadgryzionym jabłkiem na pokrywie laptopa, bocianem Atlasa kryje się produkt znanej korporacji o wysokiej jakości. Taki znak graficzny wyróżnia produkt doskonały spośród zalewu innych. A co wyróżnia, na pierwszy rzut oka, absolwenta SGH? A przecież jako znakomicie wykształcony ekonomista jest „produktem” równie wysokiej jakości, który nie ma się co wstydzić swojej „korporacji”, jaką w pewnej mierze jest SGH. A więc do dzieła! Może powszechnie noszona przez absolwentów „ikona” w postaci Odznaki Absolwenta SGH? Istniała już taka za czasów SGPiS (mam ją, mogę dać na wzór), może pamiątkowy sygnet (także w wersji dedykowanej imiennie dla doktorów honorowych i jubilatów 50-lecia immatrykulacji), może krawat o wyrazistym wzornictwie, może ozdobne spinki do mankietów, może... Liczba corocznych absolwentów studiów stacjonarnych i niestacjonarnych, doktoranckich, podyplomowych, WEMBA, MBA SGH, w je-

zyku polskim i angielskim, stanowiłaby wystarczającą zbiorowość do wdrażania produkcji takich „ikon” w większej skali. Publikowane wywiady z absolwentami SGH potwierdzają ich ponadprzeciętne zarobki, co pozwoliłoby na uzyskanie przyzwoitej ceny pokrywającej nie tylko koszty wytworzenia. A czy ja jestem od tego, aby podpowiedzieć działaczom Stowarzyszenia Absolwentów SGH, jak się uruchamia „interes” i generuje zyski dla Stowarzyszenia? Jestem w tym wieku, kiedy mogę tylko „rzucić myśl”, a Wy ją „chwyćcie”. Czy to wszystko nie pachnie snobizmem? Ależ tak i to bardzo. Ale jesteśmy tego warci jako „dzieci” tej jedynej Alma Mater SGH! I nagle okazałoby się ile tych „dzieciaków” jest w lokalnych społecznościach i we własnym środowisku pracy. Nie wstydźmy się nosić logo naszej „budy”! A przy okazji, niejako, już teraz zamawiam komplet takich „ikon”.

*dr Wincenty Raczkowski*  
*Nr Karty Absolwenta: 710*

## Być za pan brat z uciekającym czasem

Choćbyśmy nie wiem jak się starali, to i tak czas zawsze płynie w tym samym kierunku, niezależnie od naszej woli. A każda chwila mija już bezpowrotnie. Czasu nie zatrzymamy, nie cofniemy, nie zmienimy też jego biegu, ale za to zawsze możemy się tak zorganizować, żeby zyskać więcej w krótszym czasie.

Nabywanie jakże cennej umiejętności sprawnego zarządzania sobą w czasie jest jedną z tych kluczowych życiowych zdolności, które pozwalają odnieść sukces i to zarówno na polu zawodowym, jak i prywatnym. Podwój ilość swojego czasu. Okiełznaj swój codzienny rozkład dnia. Powiedz stanowczo NIE czasowi, który przecieka Ci przez palce. Jak? Wystarczą tylko cztery słowa: zarządzanie sobą w czasie (*in time management*). Brzmi zachęcająco? Poznaj najlepsze techniki zarządzania sobą w czasie.

### **Po pierwsze, co w głowie – to na papierze, czyli zrób listę spraw do zrobienia**

Najlepiej skorzystać z pocziwego i niezastąpionego kalendarza. Może być on w tradycyjnej formie książkowej. Równie wygodny w użyciu jest ten w telefonie komórkowym, który *notabene* posiada bardzo przydatną funkcję przypominania. Niestety zwykły papierowy kalendarz nie może się poszczycić takimi udogodnieniami. Możemy się spotkać również z organizmem internetowym. Ale nawet jeśli nie posiadasz kalendarza (a zapewniam, że warto go mieć), zawsze możesz użyć zwykłego notesu, zeszytu czy nawet luźnej kartki (aczkolwiek takie luźne kartki „mają” tendencję do gubienia się). Zapisuj wszystkie zadania do wykonania, spotkania, plany, ale także i telefony czy listy zakupów. Odnotowuj też każdy pomysł, jaki Ci tylko przyjdzie do głowy. Dobrze wiemy, jak zawodna potrafi być pamięć ludzka.

Pamiętaj, żeby takie listy spraw planować w przód i ewentualnie modyfikować w trakcie realizacji zadań. Jeśli wcześniej sporządzisz sobie listę czynności niezbędnych do wykonania danej pracy, będzie Ci łatwiej. Taki szczegółowy plan stanie się dla Ciebie drogowskazem, dzięki któremu szybciej i sprawniej osiągniesz zamierzony cel.

Ważne jest, żeby stworzyć listy zadań do zrobienia nie tylko na każdy pojedynczy dzień, lecz także na przyszłość, planując obowiązki na tydzień lub miesiąc do przodu i regularnie do nich zaglądać. Dlatego właśnie dobrze jest mieć taką listę spraw zawsze przy sobie, żeby móc w każdej chwili do niej zajrzeć i skonfrontować swoje działania z wcześniejszymi planami.

### **Po drugie, sama lista nie wystarczy, czyli ustalaj priorytety**

Stworzenie takiej listy spraw zawsze musi poprzedzić chwila głębszej refleksji. Najpierw spisz wszystkie zadania, które musisz wykonać, a potem zabierz się za ich selekcję. Czynności do wykonania układaj w odpowiedniej kolejności, zawsze zaczynając od:

- 1) spraw najważniejszych, czyli tych pilnych i priorytetowych, których nie możesz odłożyć na później (ich wykonanie bądź niewykonanie będzie miało poważne skutki);
- 2) spraw mniej ważnych i mniej pilnych (powinno się je wykonać, ale przynoszą mniejsze konsekwencje niż zadania wymienione w pkt 1);
- 3) zadań, które dobrze byłoby zrealizować, ponieważ ich wykonywanie niesie za sobą pewne przyjemności (jednak nie są one niezbędne i nie generują żadnych poważnych konsekwencji);
- 4) zadań (dotyczy to głównie pracy, ale może też i domu, np. obowiązki domowe), które niekoniecznie musisz wykonać sam i które spokojnie możesz przekazać do zrobienia komuś innemu – jeśli tylko możesz, dziel się obowiązkami;
- 5) zadań nieważnych, błahych, wręcz zbędnych, które tak naprawdę nic nie wnoszą do twojego życia i z których w związku z tym możesz całkowicie zrezygnować (są to rzeczy, które nie przybliżają cię do osiągnięcia tych kluczowych, najważniejszych celów w życiu).

Przy tym wszystkim pamiętaj, żeby wykonywanie zadań zawsze zaczynać od tych najważniejszych, czyli zawartych w punkcie 1. Dopóki nie skończysz realizować wszystkich

zadań z punktu 1, nie zabieraj się za czynności z punktu 2 itd. W danym momencie zajmuj się tylko i wyłącznie jedną sprawą. Robienie kilku rzeczy na raz potrafi bardzo łatwo rozpraszać uwagę i zmniejsza naszą efektywność. Liczne badania dowodzą, że ludzki mózg nie jest w stanie efektywnie skoncentrować się na kilku zadaniach jednocześnie.

#### **Po trzecie, terminy, terminy, czyli mobilizująca siła deadline'u**

Do każdego zadania koniecznie ustal ostateczny termin, do kiedy masz je wykonać. Jest to niezwykle mobilizujące i pomaga nam nie stracić celu z oczu. Taki deadline staje się wtedy dla nas rzeczywistym punktem odniesienia.

Jeszcze łatwiej ci będzie, kiedy ustalisz, ile czasu potrzebujesz na realizację danego zadania i zapiszesz konkretną datę, kiedy możesz je zrealizować. Warto zawsze narzucać sobie pewne ramy czasowe na wykonanie danej czynności. Dzięki temu wprowadzisz dyscyplinę i porządek do swojego rozkładu dnia.

Nie zapominaj przy tym o prawie Parkinsona: „praca rozszerza się tak, aby wypełnić czas dostępny na jej ukończenie”. Mówiąc prościej, w rzeczywistości zużywamy tyle czasu, ile wyznaczmy sobie na zadanie. W związku z tym, jeśli założysz sobie, że daną sprawę załatwisz w parę godzin, to po tych paru godzinach ją zakończysz (zgodnie z planem). Jeśli zaś wyznaczysz sobie czas na wykonanie tego zadania znacznie dłuższy, np. 1 dzień, to właśnie tyle ci to zajmie. Dlatego zawsze planuj krótsze terminy. To cię zmobilizuje do natychmiastowego zabrania się do działania i pozwoli skoncentrować się tylko i wyłącznie na tych naprawdę kluczowych aspektach, a pozwoli pominąć te nieistotne. Dodatkowo taki krótki termin podziała mocno motywująco na twoją podświadomość.

Jeśli masz już gotową listę zadań, nie czekaj – od razu zabierz się do działania. Zrób ten pierwszy, a zarazem najważniejszy krok. Pamiętaj, że każdy nawet ten najmniejszy krok przybliży cię do celu – do realizacji twojego zadania. A im wcześniej zaczniesz, tym wcześniej skończysz.

Nie odkładaj na później. Jest to bardzo zły i niestety dość popularny nawyk. Najlepiej będzie, jeśli w ogóle wyrzucisz ze swoich myśli i ze swojego słownika słowo „później”. Nawet nie zdajesz sobie sprawy, jak bardzo zmiana tylko jednego przyzwyczajenia może zmienić Twoje życie na lepsze.

I pamiętaj, żeby nie zostawiać wszystkiego na ostatnią chwilę. Takie postępowanie jest dość ryzykowne. Nie masz już wtedy żadnego pola manewru. Działasz w dużym stresie i pośpiechu, co może skutkować tym, że zrobisz coś złe, że nie zdążysz już tego uzupełnić czy poprawić, albo co gorsza, że nie zdążysz już w ogóle tego zrobić.

#### **Po piąte, 80/20, czyli Zasada Pareto**

Zasada Pareto mówi, że tak naprawdę zaledwie 20% naszych działań wpływa na 80% osiągniętych rezultatów (liczby

80 i 20 nie są liczbami sztywnymi, są takim przybliżeniem, obrazowaniem owej zasady). Mówiąc prościej, najczęściej jest tak, że spośród wszystkich 10 zadań, które wykonasz w ciągu dnia, tak naprawdę tylko 2 z nich będą ważne i będą generować te naprawdę istotne dla ciebie konsekwencje. Dlatego też nieustannie zadawaj sobie pytanie, które zadania są dla ciebie kluczowe, a które tak naprawdę zbędne (te od razu eliminuj – szkoda poświęcać czas na coś, co przynosi znikome efekty). Zastanów się dobrze, które czynności przyniosą ci prawdziwe korzyści. Dąż do tego, żeby podejmować właśnie te działania, które przynoszą maksymalny zwrot z zainwestowanego czasu. Eliminuj ze swojego rozkładu dnia zjadacze czasu, np. oglądanie telewizji.

I już na sam koniec, zapamiętaj ostatnią prostą zasadę. Jeśli zrobienie czegoś zajmuje mniej więcej 15 minut, po prostu zrób to od razu (reguła 15 minut).

Wszystkie te wyżej wymienione zasady pozwolą ci wycisnąć z każdego dnia, ile tylko się da, dzięki czemu osiągniesz maksymalne wyniki w minimalnym czasie. Nie warto spróbować? Więc na co jeszcze czekasz? *Do it now!*

*Anna Górską*

---

## **Zjazd Absolwentów Stowarzyszenia Absolwentów Szkoły Głównej Handlowej w Warszawie**

W tym roku przypada 100 rocznica utworzenia Stowarzyszenia Absolwentów Szkoły Głównej Handlowej w Warszawie. Dla jej uczczenia Zarząd Stowarzyszenia postanowił zorganizować Zjazd Absolwentów, który odbędzie się w sobotę, 20 października 2012 roku.

Część merytoryczna Zjazdu będzie miała miejsce w siedzibie Uczelni. W trakcie jej trwania przewidujemy spotkanie z władzami Uczelni, na którym zostanie zaprezentowana strategia rozwoju Uczelni oraz odbędzie się dyskusja na temat roli Stowarzyszenia w życiu Uczelni. Zostaną zorganizowane również panele dyskusyjne na temat aktualnych problemów gospodarczych świata i Polski. Wezmą w nich udział pracownicy naukowcy Uczelni oraz praktycy gospodarczy. Będą one doskonałą okazją do wymiany poglądów na temat aktualnej sytuacji gospodarczej świata i Polski. Zaplanowane jest również zwiedzanie kampusu Uczelni pod hasłem „Poznaj Uczelnię, jakiej nie znasz”. Ta część Zjazdu zostanie uświetniona uroczystym koncertem.

Po części oficjalnej Zjazdu zapraszamy na uroczystą kolację, która odbędzie się w Klubie Bankowca przy ulicy Smolnej 6 w pobliżu pierwszej siedziby naszej Uczelni.

Koszt uczestnictwa w Zjeździe wynosi 170 PLN od osoby. Zapraszamy wszystkich członków Stowarzyszenia oraz innych absolwentów naszej Uczelni do wzięcia udziału w tym przedsięwzięciu. Zaliczkę w wysokości 70 PLN należy wpłacić na konto Stowarzyszenia nr 75 1540 1287 2001 6874 1990 0001 w terminie do 30 marca 2012 roku.

Zachęcamy również do włączenia się w organizację Zjazdu. Czekamy na Państwa propozycje dotyczące tego spotkania oraz zgłaszanie akcesu do uczestnictwa w panelach dyskusyjnych. Z uwagi na to, że chcemy zorganizować wystawę poświęconą 100-leciu Stowarzyszenia, zwracamy się z prośbą o przekazanie lub wypożyczenie pamiątek dotyczących działalności Stowarzyszenia.

*Zarząd Stowarzyszenia Absolwentów SGH*

## **ABSOLWENT**

Miesięcznik Stowarzyszenia Absolwentów SGH

**Redaktor naczelny:** Piotr Wachowiak

**Redaktor prowadzący:** Anna Matysiak-Kolasa, tel. 22 564 98 36,  
e-mail: sasgh@sgh.waw.pl

**Zespół redakcyjny:** Krystyna Lewkowicz, Bartosz Majewski

**Adres redakcji:** Stowarzyszenie Absolwentów SGH „Absolwent”  
al. Niepodległości 162, pok. 133, 02-554 Warszawa