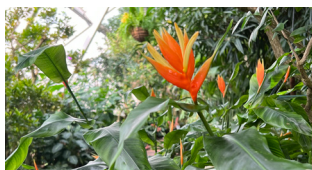




人與機器人 | p. 5 個



季節性影響
混亂 | p. 9



吉姆索普簡介 | p. 11



我們在 Facebook 上！
UWRA-麥迪遜



THE SIFTER

NEWSLETTER OF THE UNIVERSITY OF WISCONSIN-MADISON RETIREMENT ASSOCIATION

財務事宜

遺產規劃研討會系列

傑克·索倫森，退休財務事務委員會聯席主席

嘖 UWRA 的退休財務事務委員會 (CFMR) 很高興地宣布將於 2023 年 1 月開始舉辦由三部分組成的遺產規劃研討會系列。這些研討會將由麥迪遜的律師主持，他們所在的公司以製定和執行遺產計劃的專業知識而聞名。

遺產規劃對於任何想要確保其資產在死後根據其意願進行分配且法律監督和成本最低的人來說都是一項必不可少的任務。

該系列旨在為 UWRA 成員提供有關遺產規劃的基本知識，觀眾可以從中瀏覽這個重要主題並自信地提出合理的問題。

- **1月12日**什麼是遺產規劃以及誰應該參與？它為什麼如此重要？南卡羅來納州克魯格、埃爾南德斯和湯普森的斯蒂芬妮湯普森和薩迪米諾貝
- **2月7日**實現目標的機制：遺囑、信託和直接轉移 每個的細節和優點/缺點。以及如何決定哪個最適合您。Borakove Osman, LLC 的 Peter Osman



- **3月7日**如何規劃您的遺產的解散如何確保您的目標得以實現。

在 1 月份觀看該系列的最終細節 篩子在 UWRA 網站上。-

ELIE'S 咖啡廳的早餐

909 E. Broadway, Monona, WI 上午
9:00-10:30 面對面聚會

與其他 UWRA 成員一起在 Elie's Family Restaurant 享用早餐 (或一杯咖啡或茶)。
會員每月聚會一次，共進早餐並進行熱烈的交談。無需註冊。

將這些日期保存到 2023 年春季！

(無十二月聚會)

- 1月24日，星期二
- 2月28日，星期二
- 週二，3月28日

來自執行董事的辦公桌

年度轉折點

桑迪哈斯

一個又是一年的尾聲，是時候了



停下來反思過去的十二個月。正是由於您的持續支持和參與，UWRA 才能在挑戰中繼續取得成功。

UWRA 成功舉辦了 25 次網絡研討會、6 次虛擬和 5 次現場早餐會、101 次虛擬委員會會議和 5 次虛擬

新成員歡迎聚會。UWRA 一直很忙，而且看不到放緩的跡象！

在我們繼續尋找推動世界前進的新方法之際，我想讓你們知道我是多麼感激你們每一個人。您已經開始運行，因此，UWRA 在新環境中蓬勃發展。你太棒了！謝謝你度過了美好的一年。



享受裝飾傢中的每個角落，品嚐當季美食，與家人和朋友相聚。願快樂和幸福在假期過去很久後繼續在你的生活中散發出來。-

- 現在註冊

UWRA Zoom 網絡研討會的在線註冊很容易，但會員也可以向 UWRA 辦公室發送電子郵件

在 retireassn@mailplus.wisc.edu 或致電

608-262-0641 註冊事件。網絡研討會鏈接和

電話信息包含在

活動前 7 天和 2 天通過電子郵件向註冊人發送註冊確認和提醒。

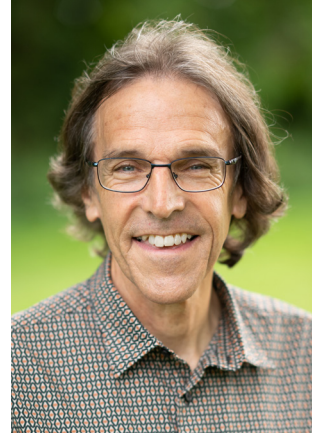
在 Zoom 方面需要幫助？接觸

UWRA.tech@gmail.com

新機上

斯科特·希爾德布蘭德

我在擔任負責財務和行政的副校長高級特別助理 11 年後（先是 Darrell Bazzell，後來是 Laurent Heller），他於 2020 年從威斯康星大學麥迪遜分校退休。在校期間，我在眾多舉措中扮演重要角色，包括兩個財務和行政部門——



化戰略計劃、可持續發展工作組、人力資源設計和行政改進獎勵計劃。

此前，我在 UW-Green Bay 工作了八年，擔任營銷和媒體關係總監以及 UW-GB 校長的高級行政助理。

在擔任記者 23 年之後，我進入了高等教育管理和傳播領域，其中包括 12 年擔任綠灣新聞公報的州議會大廈分社社長。我於 1978 年獲得了威斯康星大學麥迪遜分校的新聞學學士學位。

我的妻子麗莎（她最近從拉福萊特公共事務學院的傳播總監一職退休）和我有兩個兒子和兒媳，我們在 2022 年 8 月迎來了我們的第一個孫子。

考慮到我在大流行病爆發前幾週才退休，我仍在尋找“正常”的退休生活。麗莎和我是篩子的退休活動特色，我在 UWRA 董事會和退休機會委員會任職。

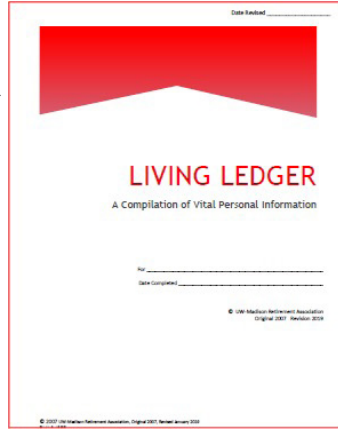
讓我忙碌的還有我的大流行病和退休周刊。我在橢圓機上、打高爾夫球和穿雪鞋行走時保持身體活躍。-

烏拉新聞

是什麼活賬本？

大號 艾文·萊傑是一份全面的文件

專為 UWRA 成員及其家人設計。本質上，活賬本是幫助會員編制個人、財務和健康狀況的工具



供其繼承人和指定的個人代表在需要時查找重要文件和查找個人聯繫人時使用的信息。

這活賬本工具旨在盡可能全面，因此包含一些可能與任何給定用戶的需求無關的部分。儘管如此，填寫所有相關部分應該提供幫助者和倖存者在用戶死亡或殘疾時需要的所有信息。為了保護包含在信息的機密性，活賬本，用戶不應分發太多副本，並應將某些信息（例如 Internet 密碼）保存在單獨的地方。

活賬本是 UWRA 會員的一項福利，可在 UWRA 網站的會員專區獲得。要訪問它，您需要使用您的電子郵件和密碼登錄該網站。你會發現五個版本的活賬本在網站上：兩種 Microsoft Word 格式（doc 和 docx）、Adobe PDF、Adobe 可填充 PDF 和 Apple Pages 格式。喜歡手動填寫工作簿的成員可以從 PDF 文件打印它。

要下載數字模板，請訪問 UWRAmadison.org，以會員身份登錄，然後導航至 Resources/Living Ledger。如果您無法在家打印賬本，您可以訪問“我們的商店”選項卡購買紙質副本（每份 10 美元），網址為 UWRAmadison.org 或將支票抬頭為 UWRA 的請求發送至位於 21 North Park Street, Room 7205, Madison, WI 53715-1218 的協會辦公室。

還有時間註冊

**烏克蘭戰爭：如何發生
發生了什麼，接下來會發生什麼**
2022 年 12 月 6 日，星期二
下午 2:00-3:30 在線網絡研討會

報名截止日期：12 月 2 日
需要提前註冊。在線註冊：

UWRAmadison.org/event-4988646

**經濟展望：通貨膨脹，
經濟衰退或兩者兼而有之？**

2022 年 12 月 14 日，星期三
上午 10:00 至中午 在線網絡研討會

報名截止日期：12 月 9 日
需要提前註冊。在線註冊：

UWRAmadison.org/event-4933337

在 Zoom 方面需要幫助？
接觸 UWRA.tech@gmail.com

捐贈機會

你用過的眼鏡可以幫助別人看到

是您可能知道威斯康星獅子基金會 (WLF) 收集用過的眼鏡。他們還對這些規格進行分類、清洗、編目、裝箱和寄送，以免費分發給發展中國家的有需要的人。在 WLF 的最後一年，他們收集了 919,543 副用過的眼鏡，並運送了超過 124,000 副到世界各地。獅子會的眼鏡回收中心完全依靠個人捐贈眼鏡來為有需要的人送去視力。要了解有關眼鏡回收的更多信息，請訪問眼鏡回收 | 威斯康星獅子基金會 (wlf.info)。用過的眼鏡可以送到 Wisconsin Lions Foundation, 3834 County Road A, Rosholt, WI 54473。在這個捐贈季節，考慮通過接觸、觸摸和改善生活來幫助 WLF。

財務問題網絡研討會

什麼是遺產規劃以及誰應該參與？它為什麼如此重要？

傑克·索倫森，退休財務事務委員會聯席主席

噸這是 2023 年舉辦的 由三部分組成的遺產規劃研討會系列中的第一個研討會，由 UWRA 退休財務事務委員會主辦。對於任何想要確保其資產在死後根據自己的意願進行分配且法律監督和成本最低的人來說，遺產規劃是一項必不可少的任務。



Stephanie Thompson 和 Sadie Minobe 律師將介紹遺產規劃的基礎知識。湯普森強調，她公司的使命是實現客戶的遺產規劃目標。通過了解他們的願望和擔憂，她可以就如何有效且高效地實現這些目標的各種工具和選項進行教育、指導和諮詢。-

如果您對演講者有初步問題，請通過電子郵件將其發送給項目協調員 Jack Sorenson 和 Karen Holden，地址為 jwsoren1@gmail.com 和 kholden@wisc.edu 到 1 月 5 日星期四。

什麼是遺產規劃？

2023 年 1 月 12 日，星期四

下午 1:00-3:00 在線網絡研討會

報名截止日期：1 月 10 日

需要提前註冊。在線註冊：

UWRAmadison.org/event-5028148

斯蒂芬妮湯普森是 Krueger, Hernandez & Thompson 的所有者，SC。她的執業領域包括遺產規劃、遺產避稅規劃、遺囑認證/信託管理和真實

財產。



Sadie Minobe 是 Krueger, Hernandez & Thompson, SC 的合夥人，專注於遺產規劃、信託管理和

遺囑認證。

食品儲藏室的貢獻

我代替 UWRA 計劃的註冊費，鼓勵向為糧食不安全的 UW 學生提供服務的開放式食品儲藏室捐款。儲藏室是 ASM 的一個項目，麥迪遜的聯合學生。了解更多信息，請訪問 asm.wisc.edu/the-open-seat/

支票抬頭為威斯康星大學基金會，備註欄上寫有“Open Seat”，可郵寄至：UWRA, 21 North Park Street, Room 7205, Madison, WI 53715-1218。-



退休機會網絡研討會

人機交互和團隊

退休機會委員會成員 FAISAL KAUD

噸機器人在不確定環境中運行的能力，無論是靠近人類還是遠離人類控制，都開闢了巨大的可能性，從幫助老年人和殘疾人的機器人到為人類到達火星表面做準備的機器人。

到目前為止，該領域的研究進展緩慢，側重於特定任務而不是自然界中典型的普遍能力。挑戰同時出現在機器人和人類方面：機器人很難適應非結構化環境，而人類的認知在適應機器人和掌握複雜的 2D 和 3D 運動任務方面存在嚴重局限。

擺脫這種僵局的方法是為機器人配備全身感應功能——一種感知機器人全身周圍物體的能力——以及能夠實時利用這些數據的算法。一種解決方案是為機器人提供靈活的傳感陣列——覆蓋整個機器人身體的敏感“皮膚”，類似於覆蓋人體的皮膚。全身感應帶來了有趣的，甚至是意想不到的特性。我們的主持人 Vladimir Lumelsky 將回顧實現此類系統所涉及的認知、數學、算法和硬件問題。

如果您對演講者有初步的問題，請將它們發送給項目協調員 Faisal Kaud，地址為 fakaud@wisc.edu 到 1 月 10 日星期二。

弗拉基米爾·盧梅爾斯基是教授
機械和名譽退休
大學的電氣工程和計算機
科學

威斯康星 - 麥迪遜。他有
在福特汽車研究中心擔任工
程、研究、行政和教職

實驗室，通用電氣研究
中心、耶魯大學、威斯康星大
學麥迪遜分校、馬里蘭大學、
NASA-戈達德航天中心和
國家科學基金會。



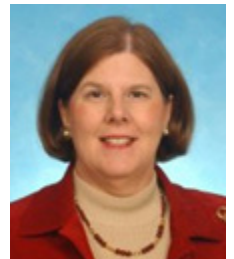
不要讓你的 家譜獲取 頭重腳輕



噸這是 Diane 的第三屆會議
德西的家譜系列。您已經開始搜索您的家族史，但
這裡有文件，那裡有電子文件。本次會議將建議技
術和工具，以及文件命名約定和存儲選項，以組織
您的家譜數據、照片和文檔。

如果您對演講者有初步的問題，請提前通過電子郵件將其發送給項目協調員 Mary Beth Plane，網址為 marybethplane@yahoo.com 到 1 月 2 日星期一。

黛安·哈特·德西開始她
45年前的家譜研究。她
專業領域是東南和大西洋中部地區。
作為威斯康星州
DAR 州註冊官，她已經提出
許多家譜類。



人機交互 和團隊

2023 年 1 月 17 日，星期二
下午 2:00-3:30 在線網絡研討會

報名截止日期：1 月 13 日
需要提前註冊。在線註冊：
UWRAmadison.org/event-4966043

不要讓你的 家族樹頭重腳輕

2023 年 1 月 9 日，星期一
上午 10-11:30 在線網絡研討會

報名截止日期：1 月 6 日
需要提前註冊。在線註冊：
UWRAmadison.org/event-4813133

認識 UWRA 成員

為起泡器做準備

瓊·休斯頓·霍爾

W當我 1975 年來到麥迪遜大學英語係與 Fred Cassidy 一起研究美國地區英語詞典 (DARE) 時，我已經在俄亥俄州、加利福尼亞州、愛達荷州、佐治亞州、俄勒岡州和緬因州生活過。所以，我傲慢地認為威斯康星英語不會有任何問題。錯誤的！我不知道什麼是“起泡器”，或者孩子們可以“讓步”排隊，或者“黃金生日”是與一個人出生的月份相吻合的生日。我還沒有被介紹到我喜歡的地方食物：brats、Berliners、kringle、krumkake 和吱吱作響的奶酪。（我還沒有愛上 lutefisk。）

人們對他們使用和聽到的語言有著與生俱來的興趣。

在 DARE 工作的 40 年裡（作為助理、助理，以及在 Fred Cassidy 去世後擔任主編），我從未失去對美國各地各種單詞、短語和發音的迷戀，以及美國演講者的創造力。儘管我們說同一種語言，但有時我們會以令人愉快的不同方式進行交流。

我特別喜歡的工作之一是在全州範圍內談論該項目。人們對他們使用和聽到的語言有著與生俱來的興趣，而那些住在老年中心的人尤其感興趣。他們回憶起祖父母用過的詞語，或者“遠方”的人說的搞笑短語，或者從孫輩口中聽到的奇怪俚語。

幾十年來，DARE 工作人員出版了五卷文本、另外一卷地圖和實地數據，以及一個數字版本。儘管該項目不再獲得資助，但我的繼任者喬治

格貝爾，繼續（作為志願者）準備季度-ly 更新文本，這是然後上傳到數字版每年由 Har-沃德大學按。（訪問 wisc.edu）

自從我退休後——2015 年換貨，我的丈夫，喬治霍爾，我喜歡穿雪鞋-在黃石公園

二月份的國家公園（在那裡我與野牛意外地親密接觸），探索紐芬蘭，並在整個太平洋西北地區旅行。計劃於 2020 年前往內布拉斯加州體驗起重機遷徙的計劃因大流行病而取消，但現在已排在 2023 年的日曆上。-



2022 年 10 月 1-31 日

我們歡迎新成員

卡倫·克魯克香克斯，
眼科與視覺
科學，人口健康科學

芭芭拉·杜斯特，學術事務，
Medicine & Public Health

邁克爾·鄧恩，威斯康星
公共媒體

理查德·古斯，
細菌學

威廉格拉夫，大學通訊

卡羅爾·赫蘭德，醫學與公
共衛生，婦產科

丹尼斯·曼西，
工程物理

喬斯林米爾納，教務長辦公
室

威爾瑪羅斯，細菌學斯蒂

芬·斯特魯內爾

詹姆斯沃克，經濟學馬克

沃爾特斯，人類

資源

— UWRA 是您退休後的網絡！ —

退休活動

植樹造林的諸多樂趣

邁克·羅伊 (MIKE ROY)，UWRA 成員

一個 23 年來，Applewood Tree Farm 是一個美妙但有時令人筋疲力盡的愛好。這個城市男孩對森林的興趣始於童子軍林業營。但是大學生物學研究使我開始了為政府和工業開發疫苗的職業，並在威斯康星大學麥迪遜分校的生物技術 MS 項目中任教。

您是否知道個人和家庭擁有威斯康星州 1700 萬英畝森林的 56%？我的林場位於博斯科貝爾附近威斯康星河上方的山脊上，既可以將以前的農田和樹林恢復為原生林地，也可以保持我的健康和幸福。今天，我在鬱鬱蔥蔥的林地種植優質硬木——主要是黑胡桃木、黑櫻桃木、山核桃木和橡木。

林地管理包括種植、修剪和採伐樹木，以及保護森林免受疾病、入侵物種和草地侵害。早期，我專注於在被侵蝕的山頂田地和森林開闢地種植 10,000 棵樹苗，並控制鹿的食草。我的林地生活方式簡單而季節性，包括現代拖車藏身處、棚屋、拖拉機以及電動和手動工具。

早晨的分娩最為激烈。我修剪拖拉機通道、遠足或觀鳥的小徑。我還通過切割或噴灑來控制不需要的植物。下午用於做家務、放鬆或探索 Driftless 地區。木材銷售，專業林務員和伐木工對成熟樹木的選擇性間伐，是一個 20 年的活動。2004 年種植的樹木將由我的孫子們收割。

我從種樹中獲得了很多樂趣。我的孫子們探索大自然並享受篝火。鄰居提供對話或建議，攝像機顯示居民和過客：山貓、狐狸、黃鼠狼、獾和（呃！）臭鼬的繁殖種群。在月光下，我聽到土狼在山頂上教它們的幼崽叫喚。

我喜歡在絕對寂靜的雪地里散步，向粗糙的橡樹致敬（在 1762 年或 1870 年還只是幼苗），以及



品嚐果園裡清脆的蘋果和梨。不幸的是，商陸的突然到來也證明了氣候變化的影響。

但最大的樂趣是本洛根在他的書中表達的，*土地記得*。“一旦你在這片土地上生活過，成為它的心情、秘密和季節的伙伴，你就不能離開。土地記得。它說‘我在這裡。你是我的一部分。’”

學習機會

柏拉圖冬季課程公佈

RPLATO（參與式學習和教學組織）提供的冬季課程的註冊時間為 12 月 13 日至 1 月 8 日。

經典電影(線上虛擬課堂)

探索創造力(藝術工作坊，基督教長老會)

電影史：從爵士歌手到汽船威利(奧克伍德村 - 大學伍茲)

虛構偵探(麥迪遜高級中心) 查找課程和註冊

詳細信息，請訪問

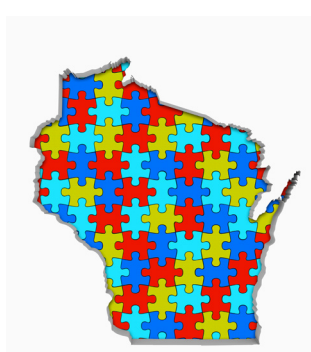
platomadison.org/Winter-2022-Course-Schedule。

網絡研討會回顧

威斯康星州的 Gerrymandering 和一般的 Gerrymandering

退休機會委員會成員米拉德·蘇斯曼 (MILLARD SUSMAN)

乙就在 2022 年大選前一周，威斯康星大學麥迪遜分校數學系的 Jordan Ellenberg 舉辦了一場關於選舉地圖的精彩網絡研討會。他指出，精確的比例代表制並不是在繪製選舉地圖時對公平性的檢驗。比如說，獲得 10% 普選票的少數黨在立法機構中並沒有獲得 10% 的席位——而且沒有人可能會爭辯說他們應該這樣做。



對選舉地圖公平性的更好測試是看它與完全無黨派計算機生成的地圖相比如何，所以

第四，但不考慮公民的黨派關係。目前有效的威斯康星州選舉地圖已與此類計算機程序繪製的 10,000 個地圖變體進行了比較。事實證明，州議會中的黨派失衡落在計算機繪製的鐘形曲線的末端。威斯康星州立法機關選擇採用更公平的地圖的可能性極小，而且法院迄今為止一直不願承擔這項工作。

Ellenberg 教授建議，重新審視這個問題的公民壓力可能會有所幫助。如果可以說服立法機關接受這種方法，這項工作可以分配給一個公正的委員會，就像在密歇根州和愛荷華州一樣。採用排名選擇投票可能會使立法者更難繪製不公正的地圖，或者通過全民投票賦予選民否決地圖的權力可能是可行的。

義工機會

需要報稅員

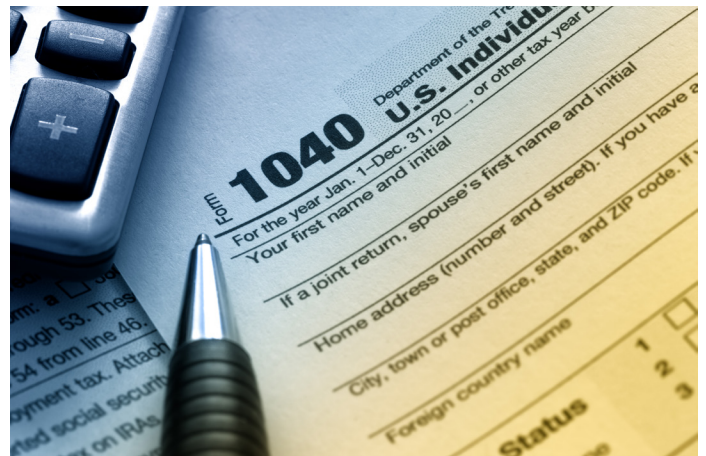
蓋爾·伯格曼 (GAIL BERGMAN)、UWRA 成員和 VITA 志願者

G 威斯康星州中南部 (SCWI) 的 goodwill 很榮幸再次提供志願者所得稅援助 (VITA) 診所，我們需要您的幫助。VITA 診所旨在為老年人、殘疾人和英語能力有限的人等低收入納稅人提供免費的報稅幫助。

您不必成為一名會計師就可以做志願者，只需致力於我們的社區。通過志願服務，每年將數百萬美元帶入低收入家庭的家中，使他們能夠支付賬單，為擁有房屋做準備，並積極參與當地經濟。您可以決定提供多少志願時間，以及是遠程還是在保持社交距離的地點準備稅款。

今年，培訓將再次通過 Zoom 和通過 IRS Link and Learn 培訓計劃的自定進度的電子學習課程提供。培訓課程將於 1 月初開始，一直持續到 2 月的報稅季開始。

欲了解更多信息，請發送電子郵件 vita@goodwillscwi.org 或致電 608-852-8355。



健康很重要

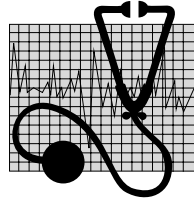
我是悲傷，還是只是喜怒無常？

作者：David M. DECI 醫學博士，UWRA 成員

我過去，提到喜怒無常的布魯斯會讓人想起“白緞之夜”，搖滾樂的熱門歌曲

從 1960 年代後期開始。快進 50 年，每個人都在談論冬季憂鬱症或 SAD。

SAD（或季節性情感障礙）是公認的抑鬱症類型。症狀包括對日常活動缺乏興趣、退縮、激動、睡眠障礙、疲勞、自卑以及體重或食慾改變。要滿足 SAD 的定義，這些症狀必須僅限於秋冬季節，在春夏季節完全消退，並且每年都會復發。



我們並不完全了解 SAD 的成因。這可能與光與大腦某些中心之間複雜相互作用的中斷有關。SAD 更常發生在女性和生活在高緯度地區的人群中。

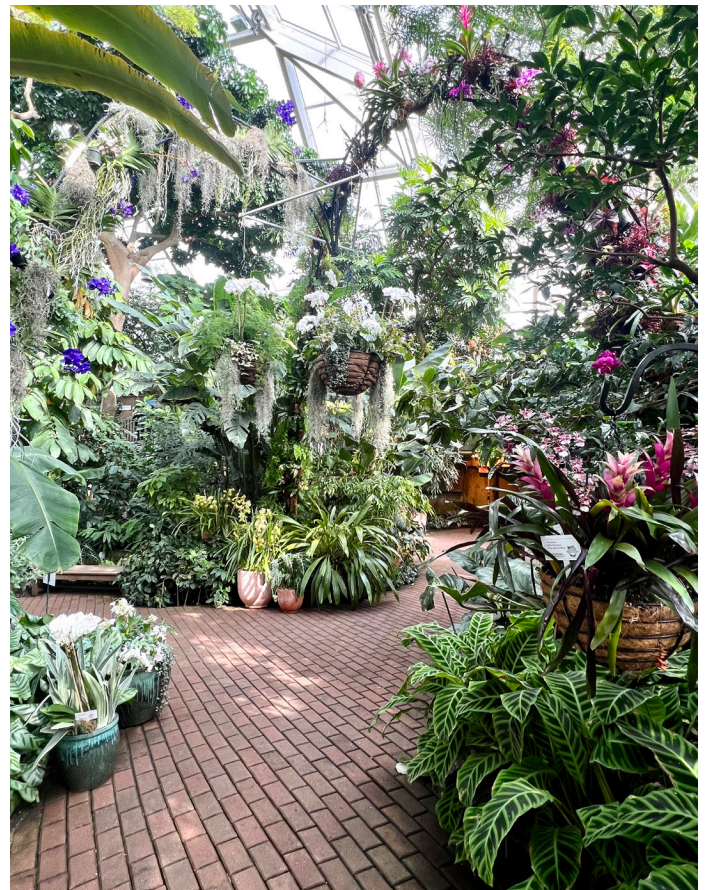
臨床研究表明，光照是最有效的治療方法。特殊的 SAD 燈箱可在市場上買到，旨在提供已過濾掉有害紫外線輻射的規定數量的光。應給予 2,500 至 10,000 LUX 的光當量

每天保持眼睛水平 30-60 分鐘。坐在電腦前或看書時，將光線對準您的臉，是使用這種療法的理想方式。

其他行之有效的治療方法包括每晚固定時間的充足睡眠、鍛煉、戶外活動和認知行為療法。

只有一種藥物被批准用於治療 SAD。安非他酮的長效製劑在初秋開始服用時，已被證明可以預防大約 50% 的人復發性 SAD。副作用有時可能包括血壓升高和心率加快，因此必須仔細諮詢您的初級保健提供者。

因此，當冬天陰暗沉悶的日子變成“喜怒無常的憂鬱症”時，考慮一下 SAD 燈箱、增加運動量，以及在奧爾布里希植物園 Bolz 溫室的熱帶植物中散步。-



反思

解決生活難題

瑪麗·巴納德·雷

一個隨著年齡的增長，我會抓住任何表明我的頭腦仍然敏銳的跡象。其中一個標誌是每日數獨*威斯康星州雜誌*。每天吃早飯時，我都在解決這個難題，即使是最難的周六課程。通常，我通過對自己說“改天再理智”來慶祝成功的解決方案。這是一個令人欣慰的儀式。



我試著優雅地接受衰老的變化。我真的喜歡。但有幾個幾個月前，國家日報改變了拼圖頁面，這些變化已經將我的接受度延伸到極限。最具破壞性的變化是

數獨的新格式，改變了線條的字體和暗度。奇怪的是，這種形式上的變化嚴重降低了我拼圖的成功率，這當然也降低了我每天對自己仍然神誌清醒的信心。

雪上加霜的是，數獨現在變得很小了，所以當我在方格上寫可能的數字時，我必須使用我手頭最好的筆。即便如此，數字還是太小了，以至於我不得不費力閱讀自己的作品。“那是2還是3？我是把那個數字標出來了還是只是模糊了？”一次誤讀可能會毀掉整個解決方案，但我很少發現它，直到我深入了解最後幾個數字。雖然我可以在單獨的紙上重畫拼圖，但誰願意費心去做呢？也許編輯們忘記瞭如今他們的大多數讀者都處於雙眼年齡。

除了這一變化之外，他們還使用不同的數獨遊戲供應商，而這家供應商製作遊戲的方法略有不同。這需要我改變解決它們的方法。一次解決所有九個方格中的一個數字，我再也無法獲得太多牽引力。有時我必須專注於行。這是很多

很少能找到連續三個方塊的三種可能性的良好分組，這樣我就可以從所有其他方塊中刪除這些數字。

毫無疑問，這種強制改變方法對我的大腦有好處，比如學習-學習一門新語言。這無疑迫使我以新的方式解決難題。但這很痛苦。這需要耐心和



謙遜。這個需要每天早上更多時間-

ing，創造一種心理耐力測試。幸運的是，這也需要一定的毅力，而這正是我所具備的品質。因此，我沒有向《華爾街日報》的編輯抱怨，而是告訴自己，我正在冒險進入新領域並發展新技能。我慶幸自己年紀不大，學不會。我正在用“再一次投入戰鬥”來代替“再過一天保持理智”。而且，慢慢地，我越來越擅長解決這些難題。-

閣樓天使協會

12月的繼續教育和音樂會

噸Attic Angel Association 的繼續教育課程向公眾開放，每週一早上在米德爾頓 Old Sauk Road 8301 的 Attic Angel Place 舉行。



上午 10:00 供應咖啡，上午 10:30 開始節目 免費，無需預訂，但可容納 80 人。計劃參加者必須在正門進行篩查並佩戴健康級口罩。

12月5日Badger Prairie 需求網絡：使命影響和與社區的伙伴關係 Marcia Kasieta，草原廚房/K2T 總監

12月12日天使合唱團向公眾公開的。-

書籤

閃電之路：吉姆索普的一生

由 Scott Hildebrand、董事會成員和 UWRA 成員審核

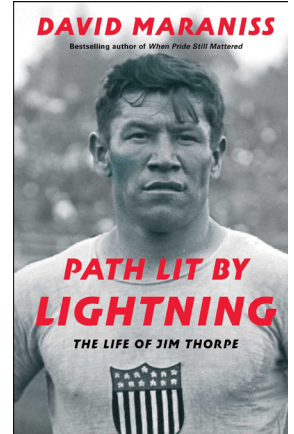
我1912年7月，吉姆·索普成為傳奇，他在瑞典斯德哥爾摩奧運會上獲得兩枚田徑金牌。六個月後，他被剝奪了獎項，因為有報導稱他之前參加小聯盟棒球比賽是為了獲得報酬，這違反了嚴格的業餘奧林匹克規則。

在《閃電之路：吉姆索普的一生》(Simon & Schuster, 2022年)，傳記作者大衛·馬拉尼斯記錄了索普在球場內外的勝利和艱辛。Maraniss 曾就讀於威斯康星大學麥迪遜分校並在這座城市長大，他是美國最傑出的傳記作家之一。他將索普的故事置於與美洲印第安人的歷史和待遇相關的社會和文化問題的背景。索普是 Sac and Fox 民族的成員，曾在賓夕法尼亞州的卡萊爾印第安工業學校接受教育，成為白人社會對待這種待遇的象徵。它包括聯邦政府的努力，迫使成千上萬的印度兒童融入白人規範。

Maraniss 寫道：“一些人反抗，許多人遭受苦難，一些人茁壯成長，大多數人學會瞭如何

在保持其美洲原住民身份的同時生存下來。吉姆·索普幾乎成了這一切的象徵。有時他會反抗。有時他受苦。有時他興旺發達。而他活了下來。”

索普晚年在電影中由白人演員伯特·蘭卡斯特飾演吉姆索普：所有美國人。蘭開斯特得到了



角色，Maraniss 指出，儘管 Thorpe 的競選活動尋求在好萊塢為美洲原住民演員扮演更多角色。

索普還出演過橄欖球並打過美國職業棒球大聯盟，他的一生有起有落。但有一點很清楚：他作為歷史上最偉大運動員的形象佔了上風。在 1950 年美聯社評選半個世紀最偉大運動員的民意調查中，索普以壓倒性優勢獲勝。最後，今年國際奧委會恢復了索普在 1912 年奧運會上唯一獲得十項全能和五項全能金牌的地位。

請將書籤的簡短書評通過電子郵件發送給專欄協調員 Laurie Mayberry，地址為[勞裡](mailto:mayberry@wisc.edu)。
mayberry@wisc.edu .

- 威斯康星大學麥迪遜分校退休協會日曆日期-

繼續監測 UWRAmadison.org 網站以獲取進一步更新。

虛擬事件 (V)、面對面事件 (IP)

- | | |
|------------------------------------|---------------------------------|
| •2022 年 12 月 6 日，星期二下午 2:00-3:30 | 網絡研討會 烏克蘭戰爭(五) |
| •2022 年 12 月 14 日星期三上午 10:00-中午 | 網絡研討會 經濟展望：通脹、衰退，兩者兼而有之?(五) |
| •2023 年 1 月 9 日，星期一 上午 10:00-11:30 | 網絡研討會 不要讓家譜變得頭重腳輕(五) 網絡研討會 |
| •2023 年 1 月 12 日，星期四 下午 1:00-3:00 | 什麼是遺產規劃？為什麼要這樣做?(五) 網絡研討會 |
| •2023 年 1 月 17 日，星期二 下午 2:00-3:30 | 人機交互和團隊(五) Elie's Cafe 早餐(知識產權) |
| •2023 年 1 月 24 日，星期二 上午 9:00-10:30 | |
| •2023 年 2 月 7 日，星期二 下午 2:00-4:00 | 網絡研討會 遺囑、信託和直接轉移(五) |

有關即將到來的 PLATO 旅行的信息，請訪問 platomadison.org/page-18561 .有關董事會的信息和委員會會議和截止日期篩子，請參閱 UWRA 網站 UWRAmadison.org .

這小號干擾

UWRAmadison.org

威斯康星大學麥迪遜分校退休協會 轉交
繼續研究部 21 North Park Street,
Room 7205 Madison, WI 53715-1218

Nonprofit
Organization
US Postage

PAID
UMS

搬家還是搬家？

篩子郵政服務不會自動轉發。請使用電子郵件、普通郵件或訪問我們的網站向我們提供您的新地址，以便您可以繼續接收篩子定期。

這小號干擾

編輯器 · [希拉利瑞](#)

專欄作家 · [瑪麗·巴納德·雷](#)

專欄協調員

會見會員 · [新月克林格爾](#)

退休活動 · [斯科特和麗莎希爾德布蘭德](#) 書籤 · [勞裡·梅伯里](#) 健康問題 · [大衛德西](#)

威斯康星大學麥迪遜分校退休協會 網站：
UWRAmadison.org 電話：608-262-0641

電子郵件：retireasn@mailplus.wisc.edu

執行董事 · [三迪哈斯](#)

董事會主席 · [簡·戴蒙德](#)

當選總統 · [克里斯·克萊因茨](#)

過去的公關 · [以斯帖奧爾森](#)

秘書 · [瑪麗安費舍爾](#)

商人 · [貝絲·贊普](#)

董事

[邁克·伯納德-唐納斯](#) · [湯姆布羅曼](#) · [瑪麗·欽扎克-萊恩](#) · [馬克芬克](#) · [雷蒙娜加斯珀](#)

· [斯科特·希爾德布蘭德](#) · [勞裡·梅伯里](#) · [於爾根帕托](#)

· [吉姆斯特拉頓](#)

在這個問題上

研討會系列：遺產規劃 **p. 1個**

保存日期：春季早餐聚會 **p. 1個**

來自執行董事；新上任：Scott Hildebrand **p. 2個**

生活分類帳；網絡研討會：還有時間註冊 **p. 3個**

網絡研討會：什麼是遺產規劃？ **p. 4個**

網絡研討會：人機交互 **p. 5個**

網絡研討會：不要讓家譜頭重腳輕 **p. 5個**

會見會員：Joan Houston Hall；新成員 **p. 6個**

退休活動：植樹 **p. 7**

柏拉圖冬季課程 **p. 7**

網絡研討會回顧：Gerrymandering **p. 8個**

志願者所得稅援助 (VITA) **p. 8個**

健康問題：SAD 或喜怒無常的憂鬱症 **p. 9**

反思：解決生活難題 **p. 10**

閣樓天使繼續教育演講者 **p. 10**

書籤：[被閃電照亮的道路](#) **p. 11**

UWRA日曆 **p. 11**