Senior i TY

Nr 12 grudzień 2016

UTW Magazyn Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Grodzisku Mazowieckim

Kilka zwykłych słów...

W literaturze, Internecie, prasie, kalendarzach i kartkach świątecznych można przeczytać wiele wierszy i wierszyków lub ustępów o Świętach Bożego Narodzenia i Nowym Roku. Są publikowane utwory lub cytaty z wszystkich epok literackich. Różne dowcipne lub nie życzeniowe opowieści. Można wybierać. Ale można też powiedzieć kilka zwykłych, prostych, ciepłych, ale płynących z życzliwości lub serca słów.

Życzmy sobie, aby tegoroczne Święta upłynęły nam w radości i ciepłej rodzinnej atmosferze. Nowy 2017 Rok niech nam dostarczy zdrowia i spokoju.

Wszystkiego dobrego!

życzy Redakcja, Zarząd UTW oraz Stowarzyszenie Europa i My.

Działaj lokalnie 2016

Wzruszenie widoczne w oczach sąsiadów wspominających dawne czasy rodzinnych stron, rytmiczne przytupywanie w czasie warsztatów bębniarskich, skupione twarze dzieci w czasie lepienia gliny. Takie i wiele innych emocji, można było obserwować na twarzach uczestników programu Działaj Lokalnie w 2016 roku.

– To już 11 edycja programu Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności realizowanego na terenie powiatu grodziskiego – mówi Daniel Prędkopowicz. – W mijającym roku 13 organizacji i grup nieformalnych zrealizowało działania, które otrzymały wsparcie w wysokości 55 200 PLN – dodaje.

Nasz krajobraz wzbogacił się o kolejne inicjatywy, z których każda była wyjątkowa i skupiała wokół siebie ludzi aktywnych, pełnych zapału i chęci do działania.

Część realizatorów położyła nacisk na zachowanie lokalnych tradycji i przybliżenie historii regionu. W ramach projektu „Natolińska glina wciąż żywa" odbył się cykl warsztatów poświęconych pracy z tym surowcem, poznawaniu historii regionu oraz jego bogactwa naturalnego. Wyjątkowym atutem tego projektu było zaangażowanie rdzennych mieszkańców starszego pokolenia w przybliżenie historii wsi. Zachowaniu lokalnej pamięci poświęcony był również projekt „Kozerki, moje miejsce na ziemi". Polegał między innymi na zebraniu dokumentacji i pokazaniu, że miejsce, w którym żyjemy, ma swoją tradycję, swoją historię, wartościowych ludzi i jest piękne. Jednym z efektów działań był wernisaż zdjęć. Historię regionu i tradycje pokazywały również trzy projekty z Milanówka: „Milanówek dziś, Milanówek wczoraj – mapa Milanówka z 1933 r. z fotografiami zabytkowych willi", „Łączy nas jedwab", w trakcie którego m.in. zaprezentowano wystawę jedwabiu oraz stworzono mural w przestrzeni publicznej oraz „Otwieramy drzwi Walerii – Willa Waleria jako przestrzeń publiczna dla Milanówka" – czyli cały cykl wydarzeń kulturalnych począwszy, od malarstwa, a skończywszy na pokazie panów w spódnicach.

Stowarzyszenie na Rzecz Kask i Okolic od lat zabiega o uatrakcyjnienie swojej miejscowości.

– Chcemy, aby nasza wieś wyglądała pięknie. Aby każdy był z niej dumny. Korzystamy z każdej sposobności upiększenia naszego otoczenia. W tym roku skwer, klomby i ławeczki, a w przyszłym roku może minitężnia – mówi Grażyna Tober.

„Bębny i Świat" to cykl warsztatów bębniarskich dla dzieci i młodzieży z Jaktorowa. Stowarzyszenie Szansa w projekcie „Zadziwiający Świat Owadów Przybliżamy" zakupiła zestaw mikroskopów, dzięki którym dzieci lepiej poznają świat motyli. Projekt grupy nieformalnej z Baranowa w swoich działaniach skupił się na najmłodszych odbiorcach (5-9-latkach). Dzięki wsparciu rodziców, szkoły i Klubu Sportowego Orion Cegłów utworzyli najmłodszą ligę piłkarską w powiecie. „Chopinowski Quest" to projekt, którego głównym celem było przybliżenie postaci Fryderyka Chopina. Wokół szkoły w Książenicach powstały tablice informacyjne, które są cennym źródłem informacji, oraz Quest tematyczny dostępny na stronie Fundacji Przyjaciele Szkoły w Książenicach. Związek Podkowian przygotował spektakl pt. „Podkowianin Aktorem". Przedstawiane jest ono szerokiej publiczności w CKiIO w Podkowie Leśnej i w szkołach. Stowarzyszenie Nasza Odrano-Wola zorganizowało cykl spotkań, dzięki którym mieszkańcy wsi pogłębiali wiedzę na temat bezpiecznego poruszania się na drogach, udzielania pierwszej pomocy, a także integrowali się.

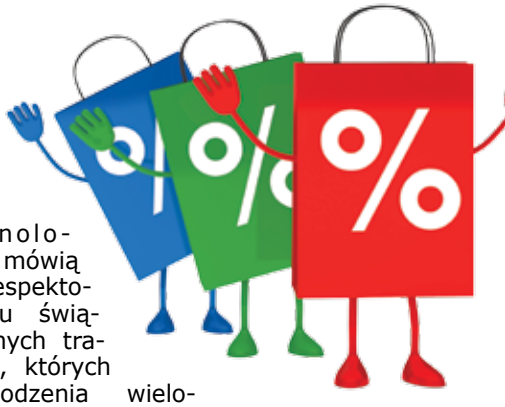
Korzystać z efektów projektów będzie można jeszcze długo. Prace grupy nieformalnej Plecionkarze można zobaczyć między innymi wokół Domu Kultury w Żabiej Woli.

Stowarzyszenie Europa i My pełniące role Ośrodka Działaj Lokalnie już dziś zaprasza do uczestnictwa w kolejnej edycji programu. Więcej na temat programu można przeczytać na naszej stronie www.europaimy.org.

(SEiM)

Święta okiem etnologów i ekonomistów

Gdy zbliżają się różne kolejne święta, a szczególnie Boże Narodzenie i Nowy Rok, wszystkie sklepy, media, banery uliczne zachęcają do zakupów. Widzimy, słyszymy oferty i pojawia się myśl: to by było warto kupić i to też, i tamto też. A jeśli jeszcze jest dopisek o promocji, to nasza chęć nabywania wzrasta.



Nie dajmy się zwieść. Pomyślmy o świętach racjonalnie. Każdy może powiedzieć, że tradycja zobowiązuje. Ale czy tradycja ma oznaczać drenaż kieszeni, a szczególnie kieszeni emeryta? A na dodatek nadmierne zmęczenie związane z gotowaniem i pieczeniem.

By zachować zdrowy rozsądek, pomocny może być zestaw porad dotyczących wydatków świątecznych i tradycji świętowania, opracowany przez grupę młodych doradców finansowych i etnologów. Ekonomiści pragną ustrzec klienta przed sięganiem w okresie przedświątecznej gorączki po oszczędności czy szybki kredyt. Podstawowa zasada hamowania wydatków każe pamiętać, że po świętach też trzeba mieć fundusze na życie, leki, opłaty itp. Finansiści radzą, aby wszystkie wydatki związane ze świętami precyzyjnie zaplanować. W czasie odwiedzania galerii, sklepów czy targu trzeba być asertywnym, co w tym wypadku oznacza, że kupujemy tylko to, co zaplanowaliśmy kupić. Najlepiej zrobić sobie listę zakupów i listę zaplanowanych wydatków. I tego konsekwentnie się trzymać. Ponadto ekonomiści przypominają o podstawowej zasadzie ergonomii, że należy pracę dostosować do możliwości psychofizycznych człowieka. Oznacza to, że niekoniecznie trzeba robić generalne porządki na święta, bo o porządek trzeba dbać systematycznie cały rok. Nie ma też powodów do tego, aby w święta przejadać się, bo superpotrawy możemy szykować sobie na poszczególne weekendy.

Etnolodzy mówią o respektowaniu świątecznych tradycji, których pochodzenia wielokrotnie nie znamy. Proponują, aby świąteczny czas poświęcić na rodzinne spotkania, rodzinne opowieści o przeszłości i o tradycjach właśnie. Proponują, żeby święta były skromne, ale wesołe i radosne. Z tylko symbolicznym upominkiem.

W Boże Narodzenie posiedźmy zatem przy choince, pośpiewajmy kolędy, porozmawiajmy, bo na to mamy mało czasu, a jest on zbyt cenny, aby tracić go na zbędny wysiłek.

Teresa Fifielska-Nowak

Ratowanie po maltańsku

W dniach 3-4 grudnia dla grupy zainteresowanych studentów UTW odbyło się spotkanie w ramach programu „POMOC MALTAŃSKA – razem dla wspólnego bezpieczeństwa". Korzenie Zakonu wywodzą się od szpitalnego bractwa rycerskiego, założonego w Jerozolimie w pierwszej połowie XI w. przez pobożnych włoskich kupców z Amalfi. W pobliżu Grobu Świętego zbudowali oni hospicjum dla pielgrzymów przybywających z Europy.

Zakon czynnie realizuje działalność charytatywną i szpitalną w ponad 120 państwach. Kawalerowie Maltańscy niosą pomoc ofiarom klęsk żywiołowych i wojennych. Ich poświęcenie było szczególnie widoczne podczas obu wojen światowych i innych konfliktów zbrojnych.

Fundacja Pomocy Maltańskiej zaprosiła nas na bezpłatne szkolenia z zakresu Podstawowej Pierwszej Pomocy, przeznaczone dla osób 55+. Zajęcia prowadzone są przez ratowników medycznych i ratowników kwalifikowanej pierwszej pomocy Maltańskiej Służby Medycznej.

W programie naszego szkolenia znalazły się m.in: podstawy prawne udzielania pierwszej pomocy, ocena stanu poszkodowanego i wezwanie pomocy, resuscytacja krążeniowo-oddechowa (RKO), postępowanie w stanach zagrożenia życia: zawał serca, udar mózgu, zakrztuszenie, pierwsza pomoc w stanach nagłych: drgawki, omdlenie, ostra reakcja alergiczna, duszność, urazy kostno-stawowe, krwotoki zewnętrzne, krwawienie z nosa, wypadek komunikacyjny, wyposażenie apteczki pierwszej pomocy. Na zakończenie wszyscy uczestnicy otrzymali dyplomy ukończenia szkolenia. Miła atmosfera i wielkie zaangażowanie ratowników medycznych sprawiło, że zdobywanie wiedzy było czystą przyjemnością.

Bogumiła Wielocha

fot. Świeczak (3)

Wykorzystać potencjał

Z okazji Dnia Seniora 14 listopada w Senacie RP odbyła się konferencja „Aktywne, Zdrowe Starzenie".

W spotkaniu uczestniczyła minister rodziny, pracy i polityki społecznej Elżbieta Rafalska, która w swoim wystąpieniu zasygnalizowała problemy demograficzne wynikające z procesu starzenia się społeczeństwa. Mówiła, że funkcjonująca przy jej resorcie Społeczna Rada ds. Polityki Senioralnej jest rodzajem otwartego forum dialogu o koncepcji i kształtowaniu polskiej polityki społecznej wobec starości i starzejącego się społeczeństwa. Jak przekonywała, priorytetem jest stworzenie warunków, by osoby starsze jak najdłużej były samodzielne i społecznie produktywne, a ich potencjał w życiu gospodarczym i na rynku pracy był wykorzystywany. Równie ważna jak ochrona zdrowia jest również jego promocja i profilaktyka.

Aktualnie realizowane są dwa programy, dzięki którym można próbować aktywizować ludzi starszych. Program Senior-WIGOR (od 2017 Senior +) to wsparcie gmin w tworzeniu i prowadzeniu Dziennych Domów dla osób starszych, a od 2017 roku prawdopodobnie również Klubów Seniora. Celem tego programu jest wsparcie nieaktywnych osób w wieku 60 lat i więcej.

Z kolei ASOS to rządowy program Aktywności Społecznej Osób Starszych, którego głównym zadaniem jest poprawa jakości i poziomu życia osób starszych dla godnego starzenia się poprzez aktywność społeczną.

Do konkursów, ogłaszanych na realizację obu programów, przystępują głównie samorządy, bo to na ich barkach spoczywa troska o losy seniorów.

Opracowała na podstawie informacji i materiałów opublikowanych w Internecie
Teresa Fifielska-Nowak

Co w ofercie dla seniorów?

Z okazji Ogólnopolskiego Dnia Seniora 20 listopada w Kinie Centrum Kultury z inicjatywy Gminnej Rady Seniorów zostało zorganizowane spotkanie, podczas którego licznie przybyli seniorzy mieli okazję obejrzeć komedię romantyczną „Planeta singli" z Maciejem Stuhrem w roli głównej, a także zapoznać się z ofertą, jaką w ich stronę kierują gminne placówki.

Projekcja została poprzedzona krótkimi wystąpieniami. Przewodniczący Rady Stanisław Górecki wygłosił kilka ciepłych słów na okoliczność święta. Potem przyszła kolej na Martę Kowalczyk z Centrum Kultury, która przedstawiła seniorom propozycje i plany na najbliższą przyszłość.

Już 21 grudnia o godz. 13:30 za symboliczną złotówkę w grodziskim kinie będzie można obejrzeć film „Boska Florence", który zostanie wyświetlony w cyklu „Kino dla seniora". Film przedstawia historię słynnej Florence Foster Jenkins, w roli której występuje Meryl Streep. Jest to wspaniała i naprawdę godna polecenia komedia biograficzna, o czym można się przekonać samemu, wybierając się na seans.

Propozycją na nadchodzący rok jest cykl imprez zatytułowany „Retro w samo południe". W programie znajdą się zróżnicowane wydarzenia, z udziałem interesujących gości. Spotkania odbywać się będą raz w miesiącu, w piątki, o godz. 12.00. Najbliższe czeka nas 20 stycznia 2017 r. w sali lustrzanej Centrum Kultury. Zaproszone będą Danuta Stankiewicz i Rena Rolska. Podczas drugiego spotkania, które odbędzie się 10 lutego, odwiedzi nas Joanna Rawik. Jeżeli zainteresowanie okaże się duże, spotkania organizowane będą w sali kinowej.

Warto również zapoznać się z repertuarem imprez organizowanych przez Willę Radogoszcz, Centrum Kultury oraz Bibliotekę Publiczną, szczegółowo opisanymi w „Bogorii". Wybór jest duży, każdy ma szansę znaleźć coś dla siebie.

Nie zapominajmy również o możliwości odwiedzania punktu naszych dyżurów w każdą pierwszą środę miesiąca w godz. 10:00–12:00 oraz w trzecią środę miesiąca w godz. 14:00–16:00 na drugim piętrze w Centrum Kultury. Dyżurują tam członkowie Gminnej Rady Seniorów, a naszym celem jest zmienianie miasta na bardziej przyjazne seniorom. Bardzo chętnie wysłuchamy wszelkich uwag i propozycji zgłaszanych przez Państwa, starając się w miarę naszych możliwości pomóc.

Bogumiła Wielocha,
członek Gminnej Rady Seniorów

Mieliśmy swoje... 15 minut

W listopadzie na antenie Radia Bogoria wybrzmiały trzy audycje z cyklu „Historyczne 15 minut", które opracowali i sami w nich wystąpili seniorzy z Grodziska Mazowieckiego, w tym również słuchacze UTW.

Nasz radiowy debiut poprzedzony był bardzo solidnym przygotowaniem dziennikarskim i merytorycznym. Nikt z uczestników wcześniej nie miał tego rodzaju doświadczeń. Na warsztatach zgłębialiśmy wiedzę na temat przeszłości Grodziska, jego wybitnych mieszkańców, ni zwykłych wydarzeń historycznych i cywilizacyjnych, które zaważyły na rozwoju miasta, jak chociażby budowa kolei warszawsko-wiedeńskiej. Mówiliśmy też o bolesnych czasach II wojny światowej.

W gościnnych progach Willi Radogoszcz odbyły się spotkania ze specjalnie zaproszonymi historykami: prof. Anną Dorotą Potocką, Januszem Sobierajem, Andrzejem Paszkem i Jakubem Bendkowskim Uczestnicy warsztatów, już w roli reporterów, przeprowadzili z ekspertami wywiady, pod czujnym okiem redaktora Radia Bogoria Mieczysława Osiadacza, który odkrywał przed nami tajniki pracy radiowca. Dominika i Jacek Wolszczakowie uczyli nas warsztatu dziennikarskiego inspirując i zachęcając do podejmowania wyzwań, przygotowując do samodzielnej pracy.

Tematem audycji, którą opracowałam wspólnie z koleżanką, były „Tajemnice dworu Mokronoskich w Jordanowicach". Naszej pierwszej wizycie w dworze Mokronoskich, nazywanym obecnie Dworkiem Skarbków, gdzie aktualnie siedzibę ma Państwowa Szkoła Muzyczna, towarzyszyła nam telewizja grodziska GTV. Mieliśmy rzadką okazję wejść do zamkniętego zwykle osobistego gabinetu Izabelli z Poniatowskich Branickiej, towarzyszki życia Andrzeja Mokronoskiego. To tu znajduje się jeden z największych skarbów naszego miasta w postaci bezcennych polichromii z 1782 roku autorstwa Jana Bogumiła Plerscha. Warto podkreślić, że podobne prace tego autora znajdują się na Zamku Królewskim i w Łazienkach.

Później do sekretnych pomieszczeń Radia Bogoria zaprosił nas redaktor Mieczysław Osiadacz. Poznaliśmy tam arkana montowania i nagrywania audycji radiowej. Cenną dla nas wiedzę merytoryczną przyniosło spotkanie z prof. Anną Dorotą Potocką, która dokonała konserwacji i częściowej rekonstrukcji jordanowickiego arcydzieła Plerscha. Z podziwem wysłuchaliśmy wykładu na temat ciężkiej, pięcioletniej pracy nad przywróceniem dawnego blasku gabinetu królewskiej siostry. W naszym wywiadzie z panią profesor padły pytania dotyczące rangi zabytku, trudności w pracy konserwatorskiej oraz historii miłosnej Andrzeja Mokronoskiego, właściciela dóbr Jordanowice, i pięknej Izabeli.

Z elementów reportażu, wywiadów i tekstu narracji powstała audycja przybliżająca postaci historyczne epoki stanisławowskiej związane z Grodziskiem Mazowieckim. Nagranie dokonało się w studiu radiowym pod opieką redaktora Osiadacza.

Autorką projektu „Historyczne 15 minut" była Dominika Wysmułek-Wolszczak, która wyobraziła sobie seniorów, mieszkańców miasta realizujących swoje pasje, odkrywających ciekawe fakty z historii miejscowości i dzielenie się wiedzą z innymi poprzez media, kontakty osobiste. Projekt zrealizowany przez Bibliotekę Publiczną, w partnerstwie z Radiem Bogoria i Willą Radogoszcz zajął 39. miejsce na 1500 zgłoszonych w konkursie Muzeum Historii Polski pt. „Patriotyzm jutra" i otrzymał dofinansowanie na jego realizację.

Dla nas, uczestników tej dziennikarskiej przygody, to była także możliwość poznania ciekawych ludzi, zawarcia nowych przyjaźni i wiedzy, której nigdy dość. Uwieńczeniem projektu będzie płyta z nagraniem audycji.

Bernadetta Bieniawska

Drodzy Czytelnicy!
Wydajemy kolejny – już 12 – numer naszego emeryckiego magazynu, który potocznie nazywamy „gazetką". Staramy się zamieszczać w niej bieżące informacje z życia naszego UTW. Istniejemy przy Stowarzyszeniu Europa i My i o jego działalności też chcemy informować. Zamieszczamy różne porady, wspomnienia, wiersze i wierszyki oraz opisy bieżących wydarzeń dotyczących nas, seniorów. Naszego czynnego bądź biernego udziału w działalności społecznej, zdrowotnej czy kulturalnej. Zależy nam, aby każdy czytelnik znalazł coś dla siebie. Nasze łamy otwarte są dla wszystkich. Nie jesteśmy doskonali. Staramy się, abyście Państwo znaleźli w tej gazetce odzwierciedlenie tego, co się wokół nas dzieje. A ponieważ „Senior i Ty" jest dla was, nie może istnieć bez was. Zapraszamy na rozmowy w dni dyżuru biura UTW – możemy je potem zrelacjonować na naszych łamach czy też mogą się stać dla nas inspiracją do podjęcia jakiegoś tematu. Czekamy na wspomnienia, listy, wiersze, opisy wydarzeń ze środowiska. Będziemy wdzięczni za każde słowo, które podniesie poziom i znaczenie naszego czasopisma w środowisku.

W imieniu zespołu
Teresa Fifielska-Nowak

Od kopalni po sanktuarium

Ostatnia w tym sezonie turystycznym jednodniowa wycieczka naszego UTW odbyła się w połowie listopada, a jej celem były Kopalnia Soli w Kłodawie i Sanktuarium Matki Bożej w Licheniu.

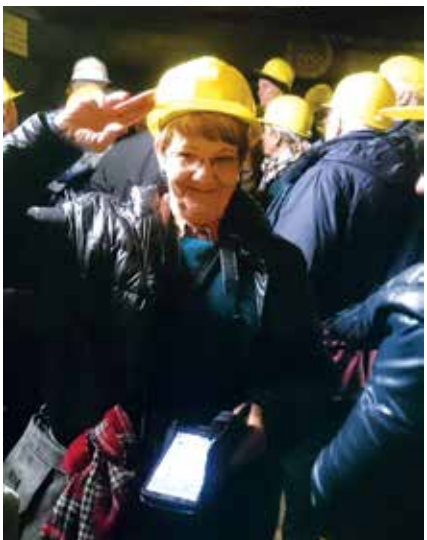
Pierwszym miejscem na naszej trasie była jedyna w Polsce czynna kopalnia soli, produkująca naturalną sól kamienną o barwie białej. Ciekawostką jest, że w Kłodawie wydobywa się również unikalną sól o barwie różowej, której złoża ukształtowały się ponad 200 mln lat temu, z odparowania mórz i oceanów, jak również niewielkie ilości soli o barwie niebieskiej. Jest to kopalnia głębinowa, a aktualne poziomy wydobycia to 600 i 750 m pod powierzchną ziemi. Pochodząca stąd sól używana jest w gospodarstwach domowych, rolnictwie, przemyśle chemicznym i spożywczym, a także w drogownictwie przy zimowym utrzymaniu dróg.

W odróżnieniu od wiekowych kopalni soli w Wieliczce czy Bochni, które już nie są eksploatowane, jest to kopalnia młoda. Istniejąca na tym terenie struktura solna została odkryta w latach 1937-1939 przez prof. Edwarda Janczewskiego. Decyzja o budowie kopalni została podjęta w 1949 roku, a już w latach 1950-1954 zbudowano szyby Michał i Barbara.

My zjechaliśmy windą na poziom 600 m, z prędkością 6 m/sekundę. Idąc korytarzowymi wyrobiskami mieliśmy okazję zobaczyć kaplicę św. Kingi z rzeźbą solną tej opiekunki górników, maszyny stosowane przy wydobywaniu „białego złota", wagoniki służące do przewozu urobku. Przewodnik zapoznał nas z technologią wydobywania soli, polegającą na nawiercaniu ścian, zakładaniu ładunków wybuchowych i dokonywaniu odstrzałów. Warto wiedzieć, że na początku działalności kopalni jako siłę pociągową wykorzystywano tu konie. Pracowało ich tu 40 przez 10 lat, do momentu uruchomienia w kopalni trakcji elektrycznej. Duże wrażenie na nas zrobiły wyeksploatowane kominy solne ułożone pionowo, jedne nad drugimi. W jednej z takich ogromnych komór urządzona jest sala koncertowa o bardzo dobrej akustyce. W całej kopalni jest takich „pomieszczeń" ponad 1500. W Kłodawie wydobywa się 3500 ton soli na dobę. Ze względu na zbliżający się sezon zimowy na kopalnianym składowisku zgromadzono 200 tys. ton soli oczekującej na wywóz w celu zabezpieczenia dróg.

Po smacznym obiedzie w Domu Górnika ruszyliśmy do Sanktuarium Maryjnego w Licheniu, gdzie dzięki ofiarności pielgrzymów i darczyńców z kraju i ze świata została zbudowana Bazylika Matki Boskiej Bolesnej Królowej Polski. Ponieważ dotarliśmy na miejsce tuż przed szybko zapadającym zmrokiem, oświetlające bazylikę promienie zachodzącego słońca nadały jej wręcz nieziemski wygląd. Zresztą takie było zamierzenie architektów, by świątynia wraz z otoczeniem przypominała wyglądem łan falującego złotego zboża.

Oczekująca na nas przewodniczka opowiedziała nam historię sanktuarium, którego początek datuje się na 1813 rok. Związani z tym miejscem byli zarówno legionista Tomasz Kłossowski, jak i pasterz Mikołaj Sikatka. Kilkukrotne ukazanie się Matki Boskiej, a także cuda, jakie czynił niewielki obraz z jej wizerunkiem, sprawiły, że miejsce to zaczęto otaczać czcią. Obraz Mat-



ki Boskiej słynący łaskami został w 1852 roku umieszczony w parafialnym kościele św. Doroty w Licheniu Starym. W 1967 roku kardynał Stefan Wyszyński dokonał aktu koronacji obrazu. Obecnie znajduje się on w ołtarzu głównym bazyliki, do której został przeniesiony w lipcu 2006 roku. Sanktuarium Maryjne prowadzone jest przez księży Marianów, a inicjatorem budowy bazyliki był wieloletni kustosz, ksiądz Eugeniusz Makulski. W 1999 roku podejmował on w tym miejscu papieża Jana Pawła II. Dzięki uprzejmości pani przewodniczki mieliśmy niepowtarzalną okazję obejrzeć apartamenty, w których 2 noce spędził nasz papież. Zwiedziliśmy bazylikę, kościół dolny z kaplicami, m.in. kaplicę poświęconą św. Stanisławowi Papczyńskiemu, założycielowi zakonu Marianów Niepokalanego Poczęcia NMP, oraz muzeum, w którym prezentowane są pamiątki związane z historią Polski, zgromadzone przez księdza Józefa Jarzębowskiego.

Czas upłynął nam w tym niezwykłym miejscu bardzo szybko. Nadeszła pora powrotu do Grodziska, choć wielu z nas na pewno zechce wrócić tutaj na dłużej. Tym bardziej że pozostało tu jeszcze wiele miejsc do obejrzenia, np. las grąbliński z drogą krzyżową i kapliczkami, 25-metrowej wysokości Golgota usypana z kamieni przywiezionych z różnych stron świata, m.in. z Izraela. Koniecznie trzeba wjechać windą na taras widokowy wieży bazyliki, skąd roztacza się piękny widok na całą okolicę, a także napić się wody z cudownego źródełka.

Wiesława Dębińska

Dobre rady i nie tylko

Po jednym z wykładów zaprosiłam Państwa do odwiedzenia w sobotę 5 listopada PIKOD-u na placu Wolności w Grodzisku Mazowieckim, wybrałam się tam również osobiście. Tym z Państwa, którzy tam z różnych powodów nie dotarli, chcę przekazać krótką relację z tego wydarzenia.

Namiot i flagi, umieszczone na wysokich drzewcach, były widoczne z daleka, co przyciągnęło wielu odwiedzających. Grupa kilkunastu osób ze znaczkiem KOD zachęcała do zapoznania się z najnowszym numerem pisma „Obywatel" i informowała przy pomocy ulotek o marszu z okazji Święta Niepodległości 11 Listopada. Baloniki z napisem „KOD łączy, nie dzieli", cieszyły oczy najmłodszych.

– Jesteśmy grupą KOD skupiającą mieszkańców Grodziska Mazowieckiego, Milanówka, Podkowy Leśnej i Brwinowa – mówiła KODerka Aga. – Funkcjonujemy jako „KOD Miasta Ogrody". Podczas trzygodzinnego dyżuru rozdaliśmy ponad 350 ulotek o zbliżającym się marszu, około 200 ulotek z danymi kontaktowymi grupy oraz kilkadziesiąt deklaracji członkowskich. Kilka deklaracji wypełniono na miejscu, a dużo odwiedzających wyraziło chęć przystąpienia do grupy. Co nas niezmiernie ucieszyło, odwiedziło nas też kilka bardzo młodych osób, wyrażających swoje poparcie dla działalności KOD. Po raz pierwszy rozdawane były nasze regionalne znaczki, na których znalazła się jabłonka, będąca symbolem grupy KOD Miasta Ogrody. Przez znaczną część dyżuru atmosfera była bardzo pozytywna, ale zdarzały się uwagi pod naszym adresem. Dostaliśmy „dobre rady". Jeden z przechodniów wysłał nas do garów, inny kazał wziąć się do roboty. Jedna z pań sprawnym ruchem „złapała" Konstytucję ze słowami: „Nie popieram, ale Konstytucję poczytam", co w gruncie rzeczy uznaliśmy za dobry znak. Dostaliśmy też radę od pani nam sprzyjającej, często podróżującej służbowo po świecie, żebyśmy „coś robili, bo się z nas zagranicą śmieją." Kiedy jednak nasza KODerka Hania zapytała ją co ona robi, usłyszała, że przede wszystkim nie chwali się tym, że jest z Polski, a jeśli już ktoś wprost zapyta ją o sytuację w naszym kraju, tłumaczy, że tylko część społeczeństwa głosowała na PiS i na tym kończy się jej działanie. Z przykrością musimy skonstatować, że nadal jest wielu ludzi, którzy czekają, aż inni za nich coś zrobią, a sami ograniczają się do krytykowania. Odwiedziły nas też osoby nieprzekonane, które postanowiły jednak poczytać „Obywatela", żeby się czegoś dowiedzieć i zweryfikować swoje poglądy. Miała również miejsce rzeczowa, konstruktywna i grzeczna rozmowa z wyborcą PiS. Inny wyborca PiS wyraził swoje oburzenie „dobrą zmianą" i stwierdził, że już nigdy w życiu na nich nie zagłosuje – opowiadała Aga.

Dzieląc się z czytelnikami moimi obserwacjami z Punktu Informacyjnego KOD-u chcę podkreślić, że osoby, które nie były zainteresowane, przechodziły na ogół bez nawiązywania kontaktu wzrokowego lub grzecznie dziękowały. Większość jednak była życzliwa. Taka postawa napawa nadzieją, że w oddaleniu od sztandarowej polityki możemy się wzajemnie słuchać i może kiedyś uda się osiągnąć porozumienie nie tylko w sprawach lokalnych i samorządowych.

Grażyna Kwaśniewska

Zapraszamy na łamy

Nadwarciańskie uroki

Mój wuj Jędrzej mawiał, że mieszkamy w rejonie, gdzie zające muszą biegać w okularach, aby im piasek do oczu się nie kurzył.

To prawda. Ziemie w mojej rodzinnej, nadwarciańskiej wsi w powiecie wieluńskim są piaszczyste. Dzisiaj takiej wioski jak ta z mojego dzieciństwa już nie ma. Nie ma już drewnianych chat krytych słomą. Nikt nie uczy się przy naftowych lampach. Nie ma koni i wozów na drewnianych kołach. Praktycznie to tej mojej wsi też już nie ma.

Mój ojciec, syn wójta, światły człowiek, zrobił wszystko, aby żadne z jego dzieci w tej wsi nie zostało. I choć mama wiele łez wylała z tęsknoty za nami, tato był nieugięty. Wszyscy jesteśmy mu wdzięczni. Mamie zaś zawdzięczamy umiłowanie do nadwarciańskiej przyrody. Obojgu miłość do rodziny i odpowiedzialność za nią.

Dzisiaj wożę nad Wartę moje wnuki. Znają one wioskę mojego dzieciństwa i wiedzą, jak wyglądało w niej życie. Poznają przeszłość i teraźniejszość powiatu wieluńskiego, a przede wszystkim jego przyrodę, którą opisuje w swoich wierszach, miejscowy poeta, Walenty Jarecki:

...tu szara codzienność
jest upiększana przez przyrodę
przez wszystkie pory roku
tu niebo jest błękitniejesz

i rzeka Warta bardziej urocza
niż gdzie indziej
i zieleńsze są nadrzeczne drzewa
podczas letnich upałów...

Proszę, wybierzcie się na wczasy do nadwarciańskiej Konopnicy, do Załęczańskiego Parku Krajobrazowego. Odwiedźcie Jurę Wieluńską i zabytki Wielunia. Nie będziecie żałować.

SN

Boże Narodzenie 2016

Już anielski wietrzyk wieje
Przekazując nam nadzieję,
Wiarę w dobro i pogodę,
W przyjaźń,
Ludzką miłość,
Zgodę!
Czego życzę wszystkim wkoło?
Spędźcie święta na wesoło!
Oby zawsze się darzyło!
Z roku na rok lepiej było.
Kochani emeryci,
Niech was Nowy Rok zachwyci!

Choć się w oku kreci łza –
Serdeczności życzę ja.

Grażyna Rudolf

Cieszmy się chwilą

Aurę w naszym kraju kształtował będzie wyż, a może niż. Może będzie słońce, a może zachmurzenie. Może deszcz, a może śnieg.

Polacy, jak kraj długi i szeroki, słuchają prognoz pogody w radiu, oglądają je w telewizji. Na wszystkich spotkaniach temat pt. „pogoda" jest obecny. Gdy nas strzyka, gdy nas pika, zastanawiamy się, jaka to zmiana pogody nas czeka. Jakie będzie ciśnienie.

W grudniu jedno jest pewne. Nadejdzie astronomiczna zima. A jaka ona będzie, nie wiemy. Synoptycy będą przewidywać wszystko, korzystając ze swej najlepszej wiedzy. Ale my zamiast zastanawiać się, jaka ta zima będzie, zastanówmy się nad sobą. Zima bowiem, jaka by nie była, jest czasem przestoju w przyrodzie. Rodzajem biologicznego snu i odpoczynku. Niestety czasami i my zapadamy w taki sen. Sen, który nie przynosi nic dobrego. Namawiam, spróbujmy potraktować zimę towarzysko. W dosłownym i przenośnym tego słowa znaczeniu. Nie przesiedźmy jej w fotelu. Nie przeleżmy na kanapie. Korzystajmy z zimowych spacerów po parku czy lesie. Umawiajmy się z bliskimi lub przyjaciółmi czy znajomymi na herbatę, a nawet odrobinę naleweczki „dla zdrowotności". Nie czekajmy na śnieg lub mróz. Będą to dobrze, a jeśli nie – też dobrze. Cieszmy się chwilą. Tego życzę sobie i wszystkim czytelnikom.

Teresa Fifielska-Nowak

Senior i TY *Magazyn Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Grodzisku Mazowieckim*

Wydawca:
EUROPA I MY
Stowarzyszenie Europa i My
ul. Spółdzielcza 9
05-825 Grodzisk Mazowiecki
tel. 22 734 79 36
www.europaimy.org,
utw@europaimy.org

Redakcja:
Teresa Fifielska-Nowak *(redaktor naczelny)*, Małgorzata Pawłowska *(sekretarz redakcji)*, Bernardetta Bieniawska, Grażyna Kwaśniewska, Grażyna Rudolf, Bogda Wielocha, Wiesława Dębińska.

Opieka redakcyjna:
Krzysztof Bońkowski

Skład:
Ling Brett – Małgorzata Pawłowska

Druk: dB Print Polska

Zastrzega się prawo skracania i redagowania tekstów oraz zmiany tytułów

Czasopismo „Senior i Ty" jest bezpłatne i powstało dzięki dofinansowaniu ze środków Urzędu Gminy Grodzisk Mazowiecki w ramach realizacji zadania publicznego.