Senior i TY

Nr 5 kwiecień 2015

UTW Magazyn Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Grodzisku Mazowieckim

Wiosenne nadzieje

Skończyła się pora zwana zimą. I chociaż nie była to zima jak te z czasów naszego dzieciństwa i młodości, to jednak zawsze jest to okres, w którym nasze samopoczucie i nastrój nie są w najlepszej formie. Czekamy na wiosnę jak na zbawienie – dłuższy dzień, słońce – to daje nadzieję w zasadzie na wszystko. Nawet jak spadnie deszcz, to nie jest on taki jak ten listopadowy, bo niesie ze sobą ożywcze ciepło.

Dla niektórych wiosna to oczekiwanie, pojawi się w ich życiu ktoś nowy, nowa miłość, nowi przyjaciele, bardziej zainteresuje się nami rodzina, zniknie poczucie osamotnienia, że zacznie się nowy rozdział. Mamy nadzieję, że doskwierająca nam samotność stopi się jak zimowy śnieg. Przyjście wiosny traktujemy w stosunku do samych siebie zadaniowo i gdy nic się nie zmienia, zostajemy z poczuciem jeszcze większej samotności, a czasami i odrzucenia.

Psychologowie mają różne definicje samotności, osamotnienia, odrzucenia. A nam przecież nie chodzi o naukowe podejście, ale o trochę zainteresowania ze strony innych. Tylko że samotność to coś, co jest w nas, bo można być samotnym wśród bliskich, wśród przyjaciół czy w grupie rówieśniczej. To, żeby inni nas zauważyli, chcieli z nami być, nie zależy od nich, tylko od nas. To my musimy wyjść z własnej skorupy i otworzyć się na innych i nawet jeśli nic się nie zmieni, to jest bardzo duża szansa, że zmienimy się my sami. A to jest nowa droga w naszym senioralnym życiu. Inicjujmy spotkania nowych znajomych, odszukajmy dawnych przyjaciół, zaprośmy lub odwiedźmy krewnych. Można wszystko, tylko trzeba chcieć i znaleźć nową drogę życia.

Adam Asnyk napisał: „Ten jest prawdziwie samotnym na ziemi, Kto nawet współczuć nie umie z drugiemi". Tołstoj twierdził, że „Mądrość osiąga się dzięki wewnętrznej pracy w samotności i pracy nad sobą samym w obcowaniu z ludźmi". I niech nam przyświeca mądrość wynikająca ze słów Maxa Schellera, który przekonywał, że „człowiek jest szczęśliwy tylko wtedy, kiedy kocha i coś daje. Albowiem większym szczęściem jest dawać niż brać".

Pomyślmy o sobie i swoich oczekiwaniach w te wiosenne dni.

Teresa Fifielska-Nowak

OGŁOSZENIE WYDAWCY

Zostaw 1% w powiecie grodziskim

Trwa okres rozliczania podatków, a tym samym czas wspierania swym 1 procentem organizacji pożytku publicznego. W spocie przygotowanym przez Stowarzyszenie Europa i My mieszkańcy powiatu grodziskiego przekonują, że warto zainwestować w lokalne inicjatywy.

– 1 procent pomaga nam działać lokalnie. Dzięki niemu budujemy więzi międzypokoleniowe i zmieniamy nasze otoczenie na lepsze – mówi Katarzyna Galla, dyrektorka Szkoły Podstawowej w Książenicach. To właśnie tu Stowarzyszenie Europa i My wsparło dotychczas 4 projekty w ramach programu „Działaj lokalnie", na które środki przekazywane są m.in. z 1 procenta podatków. Stowarzyszenie od 2006 roku wspiera działania lokalnych organizacji i grup nieformalnych w wielu miejscowościach powiatu grodziskiego. – 1 procent przekazany lokalnie wspiera inicjatywy mieszkańców – przekonuje Katarzyna Tusińska, liderka z Podkowy Leśnej. Dzięki dofinansowanym projektom i inicjatywom zrealizowano już dziesiątki wydarzeń kulturalnych, edukacyjnych i sportowych, w których uczestniczyło blisko 50 tys. osób.

Jeden procent lokalnie to także bardzo ważny element programu stypendialnego, który wspiera dzieci i młodzież z powiatu grodziskiego. Do tej pory z jego finansowych możliwości skorzystało piętnaścioro dzieci i młodzieży, w tym studentów Uniwersytetu Dziecięcego.

– Środki z 1% pomagają nam tworzyć lokalną telewizję internetową, dzięki której spełniamy swoje marzenia – deklaruje Justyna Kopeć, wolontariuszka i zarazem koordynatorka telewizji GTV Twoja Okolica. W ciągu blisko dwóch lat działalności tego obywatelskiego medium Stowarzyszenie Europa i My wspólnie z partnerami zaangażowało kilkudziesięciu wolontariuszy, którzy przygotowali ponad 170 materiałów wideo dotyczących m.in. wydarzeń lokalnych.

W ramach kampanii informacyjnej powstał internetowy spot oraz materiały promocyjne. Na stronie www. europaimy.org udostępniono darmowy program do wypełnienia i wysłania deklaracji. Dodatkowo uruchomiono dyżury księgowych, które pomagają bezpłatnie rozliczyć PIT. Aby skorzystać z fachowej i kompetentnej pomocy, należy zgłosić się w środę lub czwartek w godzinach 17:00-19:00 do biura Stowarzyszenia w Centrum Kultury w Grodzisku Mazowieckim na I piętrze. Dyżury odbywać się będą do końca kwietnia.

ZaDziałacie Lokalnie? Udostępnijcie te informację dalej! Więcej informacji o kampanii: https//www.europaimy.org/

(SEiM)

Działaj lokalnie

Lokalne działania mają moc

Blisko 2000 uczestników projektów, 50 zaangażowanych wolontariuszy i 30 partnerów – to bilans ósmej edycji programu „Działaj Lokalnie", która zakończyła się marcu. Dzięki wsparciu Stowarzyszenia Europa i My na terenie powiatu grodziskiego zrealizowano siedem kolejnych projektów.

Krajobraz społecznych działań naszego powiatu wzbogacił się o następne, zrealizowane z sukcesem, inicjatywy grantobiorców programu Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności. W ramach ósmej edycji „Działaj Lokalnie" przeprowadzono szereg działań aktywizujących społeczności lokalne, wzmacniających lokalną tożsamość, skierowanych na dobro wspólne.

Wśród projektów szczególne miejsce miały te związane z 25. rocznicą pierwszych częściowo wolnych wyborów w Polsce. Do rozmów o społecznych, politycznych i obyczajowych zmianach ostatniego ćwierćwiecza realizatorzy projektu „Migawki historii" zaprosili osoby uczęszczające na zajęcia do Dziennego Ośrodka Wsparcia Osób Starszych. Pięć spotkań tematycznych z osobami ze świata polityki (m.in. Ryszardem Bugajem, byłym doradcą prezydenta RP) cieszyło się dużym zainteresowaniem. Podobnie jak spektakl Akademii Profil, która na warsztat wzięła utwory ostatnich dwóch dekad, brawurowo zaprezentowane w formie spektaklu „Wolność – kocham i rozumiem" przez uczniów Szkoły Podstawowej w Książenicach. Z kolei Stowarzyszenie na Rzecz Rozwoju Kask i Okolic zaproponowało mieszkańcom gminy Baranów debatę na temat demokratycznych zmian w wymiarze lokalnym, połączoną z wystawą archiwalnych zdjęć pt. „Kaski – 25 lat później".

Część realizatorów położyła akcent na integracji międzypokoleniowej. W ramach projektu „Senior nasz skarb" Fundacji Przyjaciele Szkoły w Książenicach starsi mieszkańcy tej miejscowości prezentowali uczniom swoje pasje i zainteresowania. W Petrykozach Nieformalna Grupa Animatorów i Twórców stworzyła mekkę zabaw dziecięcych, dokąd zaproszono również dziadków najmłodszych uczestników. „Piknik Bezpieczeństwa" Stowarzyszenia Bezpieczne Miasto i Gmina Grodzisk Mazowiecki oraz „Wolność na Konarowej Polanie" Nieformalnej Grupy Animatorów i Twórców to projekty, które stanowiły ofertę spędzenia czasu wolnego dla mieszkańców Grodziska bez względu na wiek.

Stowarzyszenie Europa i My, pełniące rolę Ośrodka Działaj Lokalnie, już teraz zaprasza do kolejnej edycji programu. Szczegóły wkrótce na stronie http://www.europaimy.org/

Katarzyna Łabędź

Dokonania i wyzwania

Ponieważ jesteśmy społeczeństwem starzejącym się, w parlamencie powstała Sejmowa Komisja Polityki Senioralnej. Jej przewodniczącym jest młody, 38-letni poseł Michał Szczerba, którego cechuje nie tylko pasja, lecz także profesjonalizm. Z jego inicjatywy rok 2015 ogłoszony został Rokiem UTW, co zostało uczczone Ogólnopolskim Kongresem UTW.

W ramach przygotowania do 40-lecia UTW 15 grudnia 2014 roku pod patronatem Marszałka Sejmu RP odbyła się w parlamencie III Ogólnopolska Konferencja UTW. Oprócz słuchaczy UTW z całego kraju wzięli w niej udział przedstawiciele prezydenta, premiera, a także naukowcy.

W toku dyskusji mówiono o dokonaniach ruchu UTW w Polsce i stojących przed nim wyzwaniach oraz analizowano zasady powołania Obywatelskiego Parlamentu Seniorów.

Z dyskusji panelowych wynikają propozycje skierowane głównie do struktur oddolnych UTW, które – zgodnie z wnioskami – powinny być upodmiotowione, ale aby to się stało muszą zapaść decyzje na szczeblu centralnym. Inne tezy są dość oczywiste, choć ważne: potrzebna jest długofalowa polityka senioralna, umiejętne wykorzystanie dorobku i doświadczenia intelektualnego i życiowego seniorów, propagowanie zdrowego stylu życia, wzajemna współpraca ruchów senioralnych, jak również ich współpraca z samorządem. Zwrócono też uwagę na rozwój instytucjonalnej opieki nad starzejącym się społeczeństwem w postaci tworzenia domów opieki, w tym dziennych domów opieki nad osobami dotkniętymi m. in. chorobą Alzheimera, zapewnienie seniorom bezpłatnej pomocy prawnej, profesjonalnej opieki medycznej – najlepiej przez lekarzy geriatrów, których ma kształcić powstający instytut geriatrii.

Teresa Fifielska-Nowak

Kongres na jubileusz

W 1975 roku profesor Halina Szwarc, lekarz medycyny zawodowo zajmująca się gerontologią, czyli nauką o procesach starzenia, utworzyła w Warszawie pierwszy w Polsce Uniwersytet Trzeciego Wieku. Dzisiaj, po czterdziestu latach, jest tych uniwersytetów 520 i skupiają one 150 tys. słuchaczy. Z okazji okrągłej rocznicy w warszawskim Teatrze Wielkim odbył się II Kongres UTW.

Wśród gości znaleźli się posłowie, senatorowie, minister pracy i polityki społecznej, naukowcy, działacze samorządowi. Najważniejsi byli jednak przedstawiciele UTW z całej Polski, których zjechało na obrady około 1200. Nie zabrakło też licznej delegacji grodziskiego UTW, który aktywnie uczestniczy w większości działań ogólnopolskich integrujących i wspierających środowisko uniwersytetów trzeciego wieku.

Kongresowi patronowała Anna Komorowska, Małżonka Prezydenta RP, zaś gościem honorowym – sam prezydent Bronisław Komorowski, który podkreślił, że siła demokratycznego państwa zależy od siły jego obywateli, a ta z kolei potrzebuje solidarności międzypokoleniowej, a więc również aktywizacji społecznej seniorów.

Problematykę obrad Kongresu zarysowała Krystyna Lewkowicz, prezes Fundacji Ogólnopolskie Porozumienie UTW. Wraz z przewodniczącym Sejmowej Komisji Polityki Senioralnej Michałem Szczerbą zgodnie stwierdzili, że celem głównym polityki senioralnej powinno być wykorzystanie wiedzy i doświadczenia seniorów oraz przygotowanie młodych na starość. Politykę senioralną kształtować musi państwo i będzie to robić, ale we współpracy z samorządami, dla których jest to i zadanie, i wyzwanie. Aby samorządy mogły efektywniej rozwijać pomoc seniorom w postaci tworzenia dla nich domów dziennego i całodobowego pobytu, klubów seniora, wspierania różnych lokalnych inicjatyw, państwo tworzy program Senior-Vigor.

Z inicjatywy ONZ 1 października ogłoszony został Międzynarodowym Dniem Seniora. Właśnie tego dnia zainaugurować ma obrady Obywatelski Parlament Seniorów, który znajduje się obecnie w fazie organizacyjnej.

W toku panelowej dyskusji przewijało się hasło „druga młodość w trzecim wieku" – na wszystkich poziomach administracji państwowej i samorządowej konieczne jest tworzenie regionalnej polityki senioralnej, wykorzystanie lokalnego potencjału, np. miejsca i sal w szkołach, domach kultury itp. Wskazane jest integrowanie środowisk senioralnych, których celem może być edukacja, inspiracja do działań, wzajemne wsparcie, opiniowanie działań samorządu na rzecz seniorów, tworzenie rad seniorów, korzystanie z programów aktywności społecznej osób starszych. W ministerstwie pracy powstał departament polityki senioralnej, którego celem jest inicjowanie działań na rzecz seniorów i ich wspieranie oraz dofinansowywanie.

Teresa Fifielska-Nowak

Motywacja do młodości

W marcu, jak co roku, grupa naszych studentów wyjechała do Zubrzycy i do ciepłych źródeł do Orawicy (Słowacja). Tam przez 11 dni pracowaliśmy nad poprawą kondycji fizycznej i psychicznej.

Czy możliwe jest biologiczne odmłodzenie organizmu?

W wędrówce po zdrowie dobrze jest mieć dobrych nauczycieli. Jednym z nich na pewno jest dr Norman Walker, który sam swoim przykładem dożywając w zdrowiu do 116 lat pokazał światu, że o zdrowie należy aktywnie dbać przez całe swoje życie.

Odmładzanie jest procesem długotrwałym, wymagającym cierpliwości i wytrwałości. Z dnia na dzień można się zestarzeć, ale nie odmłodzić. Nie odmłodniejesz, dopóki nie naprawisz szkód, które tak długo sobie wyrządzałeś, trzymając się złych nawyków zarówno żywieniowych, jak i myślowych oraz prowadząc taki, a nie inny tryb życia... – tak wiele lat temu pisał dr Norman Walker.

Od czego rozpocząć?

Od motywacji, która powinna być na tyle mocna, aby podtrzymywała nas każdego dnia w wędrówce do pełni zdrowia. Wiemy nie od dziś, że największą motywacją w życiu jest być potrzebnym drugiemu człowiekowi. *Nigdy nie chorować* – pisze dr Jackson – *to nie znaczy żyć wiecznie, lecz to znaczy zawsze czuć się dobrze, dopóki się żyje, to znaczy również, że żyje się przez wiele lat bez duchowych i cielesnych dolegliwości, aż do najpóźniejszego wieku zebraną mądrością i zdobytym doświadczeniem służy się ludzkości, jest się natchnieniem dla młodych, a dla rodziny, przyjaciół i bliźnich, nie ciężarem, lecz błogosławieństwem...*

Poszukajmy więc mocnej motywacji, każdy niech szuka jej w sobie, a jeżeli już jest, to zasadę „wiedza – zrozumienie – działanie" wspólnie wprowadzamy w życie. Mózg zbiorowy funkcjonuje dużo lepiej i daje szybsze rezultaty. Pamiętajmy przy tym, że kiedy mówimy, powtarzamy, to co wiemy, a także kiedy czytamy i słuchamy, możemy się czegoś nauczyć.

Zatem otwórzmy nasze serca i rozum na nowe doświadczenia, posłuchajmy, co chcą nam powiedzieć inni, a nade wszystko wsłuchajmy się we własny organizm. Na poprzednich warsztatach zdrowia wprowadzaliśmy nawyki zdrowego stylu życia, kładąc nacisk na zdrowe, pełnowartościowe żywienie, właściwe łączenie pokarmów, tak by nie powodowało nietolerancji pokarmowej, oraz na aktywność ruchową. Te dwa elementy, tj. właściwe odżywianie i ruch, pozostają cały czas aktualne, są po prostu wpisane w naszą ludzką naturę.

Co nowego?

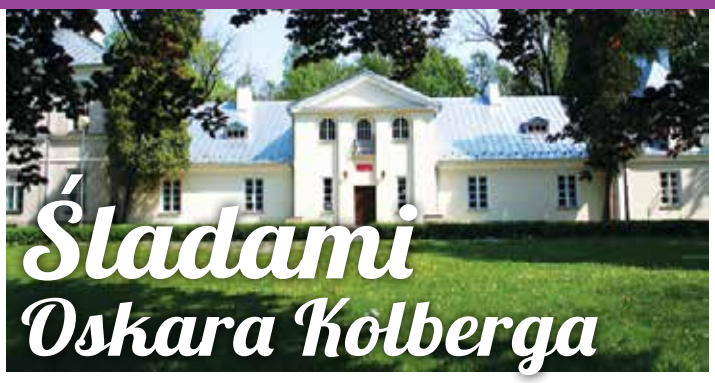
Przecież nauka odkrywa ciągle przed człowiekiem nieznane nam dotąd zakamarki. Tym razem chciałabym, aby na warsztatach zdrowia przybliżyć znaczenie zaangażowania społecznego na rzecz drugiego człowieka w relacji do własnego zdrowia. Pomogą nam w tym znani lekarze, między innymi Dean Ornish – kardiochirurg, który jako pierwszy lekarz na świecie udowodnił w sposób naukowy cofanie się miażdżycy, zmieniając u swoich pacjentów nawyki żywieniowe i zachęcając do wprowadzenia zdrowego stylu życia. W swojej książce *Miłość i przetrwanie* pisze o jeszcze innym ważnym czynniku mającym bardzo istotny wpływ na zdrowie człowieka, a mianowicie o biologii altruizmu.

Drugim lekarzem, autorem książek z zakresu neurobiologii, jest David Amen, który pisze: *Mózg potrzebuje tlenu, aby wytwarzać energię; bez niego elektrownie neuronów zwane mitochondriami nie wyprodukują dostatecznie dużo energii, żeby utrzymać mózg przy życiu. Ponieważ krew dostarcza do mózgu glukozę i tlen, nie może być żadnych przeszkód w jej dopływie, jeśli mózg ma pozostać zdrowy… Najlepsze źródło stymulacji mózgu to ćwiczenia fizyczne, ćwiczenia umysłowe oraz więzi społeczne…*

Pamiętajmy o tym!

Krystyna Prędkopowicz

Wyjazd na warsztaty zdrowia został wsparty dofinansowaniem na transport przez Urząd Miejski w Grodzisku Mazowieckim w ramach dotacji na zadanie publiczne.



Śladami Oskara Kolberga

Nasz pierwszy tegoroczny wyjazd wiódł szlakiem wybitnego etnografa, Oskara Kolberga. Udaliśmy się do Przysuchy, gdzie w zabytkowym dworze z połowy XIX wieku znajduje się siedziba Muzeum jego imienia. Zostało ono otwarte w 1990 r. z okazji 100. rocznicy śmierci etnografa. Materiały i eksponaty etnograficzne i historyczne do tego muzeum zaczęto gromadzić z okolic Przysuchy już w latach siedemdziesiątych. Obecnie eksponowana jest wystawa biograficzna „Oskar Kolberg (1814-1890) – etnograf, folklorysta, kompozytor".

Po zwiedzeniu dworku i wystawy czekała na nas niespodzianka. Pod okiem mieszkanek wsi radomskiej malowaliśmy pisanki i robiliśmy z krepiny kwiaty do palm. Kobiety ubrane w stroje ludowe chętnie dzieliły się z nami swoimi wiadomościami związanymi z techniką wykonania.

W Przysusze zostaliśmy podjęci obiadem przygotowanym przez uczniów tamtejszej szkoły, którzy w obsłudze nie ustępowali doświadczonym kelnerom.

Tereny Przysuchy i Radomia kiedyś należały do Ziemi Sandomierskiej, obecnie są częścią Mazowsza. Po drodze do Radomia przejeżdżaliśmy przez najmniejsze miasto w Polsce, liczące 858 mieszkańców Wyśmierzyce, która prawa miejskie otrzymała 12 grudnia 1338 r. Dobre warunki klimatyczne i glebowe sprawiły, że od 23 lat uprawia się tu paprykę. Centrum uprawy znajduje się w Potworowie (80% produkcji w Polsce). Od wielu już lat w sierpniu obchodzone są dni papryki, na których wybierana jest królowa tego warzywa.

Ostatnim punktem naszego zwiedzania było muzeum wsi radomskiej znajdujące się na obrzeżach Radomia. W tym skansenie zgromadzone są charakterystyczne dla regionu obiekty architektury ludowej oraz przedmioty codziennego użytku. Muzeum organizuje kilka razy w roku plenerowe festyny, podczas których prezentują się kapele, zespoły folklorystyczne, twórcy ludowi i rzemieślnicy.

Alicja Zdrojewska

Niedziela w Łysych

Co roku w Niedzielę Palmową różne stacje telewizyjne przedstawiają miejscowości w Polsce, w których możemy zobaczyć tradycje religijne i kulturowe związane z tym dniem. W tym roku postanowiliśmy zorganizować wycieczkę do Łysych, aby zobaczyć na własne oczy kilkumetrowe palmy. Łyse to mała wieś położona na Kurpiach przy drodze do Myszyńca. Można tu obejrzeć tradycyjny strój, posłuchać gwary w codziennym użyciu, zapoznać się z licznymi obrzędami związanymi z porami roku i rolnictwem. Najpopularniejszym obrzędem związanym z tradycją chrześcijańską jest Palma Kurpiowska. Tradycja święcenia własnoręcznie wykonanych palm sięga na Kurpiach XVII wieku. Podobnie jak w innych regionach Polski, tak i tu palmie wielkanocnej przypisywano magiczną moc. Zatknięta za obrazem miała chronić gospodarstwo przed nieszczęściem i zapewnić dobre zdrowie domownikom. Wystawione w oknie zabezpieczały domy od uderzenia piorunu oraz zapewniały dostatek. Prace nad palmami rozpoczynano po środzie popielcowej. Mieszkańcy z kolorowej bibuły wyczarowują piękne kwiaty, które zostają umieszczone na długim leszczynowym lub sosnowym kiju oplecionym gałązkami jałowca, borówki lub bukszpanu. Pierwszy konkurs na najpiękniejszą palmę ogłosił w 1969 r. proboszcz parafii w Łysych ks. Adolf Pogorzelski. Od tego czasu konkursy odbywają się co roku.

Alicja Zdrojewska

Tegoroczne wycieczki

02.05.2015 r. – 11.05.2015 r. – Wyjazd do Chorwacji. Pobyt w mieście Trogir w Dalmacji nad Adriatykiem z wycieczkami do Medjugorie, Mostaru, Dubrownika, Zadaru, Nim, Szybeniku oraz wypadem na wyspę Krk i rejsem do Splitu.

18-19.05.2015 r. – Mazury – cud natury – Giżycko, Mikołajki, Ruciane-Nida, Mrągowo, Święta Lipka, Reszel (Warmia), Leśniczówka Pranie, Krzyże.

04.06.2015 r. – Boże Ciało w Łowiczu i Spycimierzu – barwna procesja w kolorowych strojach ludowych oraz kolorowe dywany kwiatowe, kwietne aleje.

15-17.09.2015 r. – Wrocław – Panorama Racławicka, Ostrów Tumski, Stare Miasto, Hala Tysiąclecia oraz różnorakie niespodzianki.

Będziemy także wypoczywać:

30.05.2015 r. – 13.06.2015 r. – **Sarbinowo** nad polskim Bałtykiem – pobyt rekreacyjno-wypoczynkowy.

30.08.2015 r. – 11.09.2015 r. – **Mielno** – wypoczynek nad morzem.

Bożenna Zielińska

Moje wędrówki od Polski do Polski (4)

Pierwsze wrażenie z Mińska – przerażenie! Mała, brudna, zaniedbana mieścina z chaotyczną zabudową, częściowo drewnianą, i śmierdzącą rzeczką płynącą przez środek. Brak wyraźniejszego centrum, gdzie skupiałoby się życie miasta. Tak przedstawiała mi się Polska B, mimo że gospodarczo Mińsk nie stał źle.

Słodkie maleństwa

Po ukończeniu studiów w 1960 r. i ja, i brat bezzwłocznie podjęliśmy pracę zawodową – Jaśku w jeleniogórskim Zakładzie Energetycznym, ja w DZWSSE M-13 w Piechowicach koło Jeleniej Góry (konia z rzędem temu, kto ten skrót dzisiaj rozszyfruje). Do pracy dojeżdżałem 12 km pociągiem, za to zarabiałem o blisko połowę więcej niż brat. Nawiązały się nowe znajomości, odnowiły się stare. Robiliśmy wypady w góry, poznawaliśmy najpiękniejsze zakątki Kotliny Jeleniogórskiej, Karkonoszy czy Gór Izerskich. W końcu tegoż roku ożeniłem się i trzeba było zacząć szukać miejsca na własny dom. Żona pochodziła z Mazowsza i marzyła o zamieszkaniu w Warszawie, mnie – myślałem – nic nie trzyma w Jeleniej Górze, to przecież nie Lwów, dlaczego nie spróbować szukać szczęścia w stolicy? Podjąłem pracę w Warszawie. Na krótko, gdyż szybko zorientowałem się, że nie mam szans na spełnienie marzeń żony – mieszkania trzeba było szukać gdzie indziej. Znalazłem je wraz z zatrudnieniem w Mińsku Mazowieckim, tam Fabryka Urządzeń Dźwigowych potrzebowała specjalisty elektryka.

Pierwsze wrażenie z Mińska – przerażenie! Mała, brudna, zaniedbana mieścina z chaotyczną zabudową, częściowo drewnianą, i śmierdzącą rzeczką płynącą przez środek. Brak wyraźniejszego centrum, gdzie skupiałoby się życie miasta. Były dwa duże zakłady przemysłowe: FUD i ZNTK, przy nich dwa przyzakładowe osiedla, znajomości i przyjaźnie też były przyzakładowe. W fabrykach pracowało wielu chłoporobotników z pobliskich wsi, głównie z kierunku siedleckiego. To wszystko nie sprzyjało integracji społecznej, solidarności, powstawaniu lokalnego patriotyzmu. Tak przedstawiała mi się Polska B, mimo że gospodarczo Mińsk nie stał źle. We Wrocławiu i w Jeleniej Górze ludność była w 100 proc. napływowa, jednak bardzo szybko zintegrowała się w lokalnych społecznościach. Ludzie byli dumni ze swoich miast. We Wrocławiu, jak mniemam, spoiwem integrującym byli osiadli tu lwowianie, którzy przez wieki mieli za sąsiadów nie tylko Polaków, ale i Ukraińców, Ormian, Żydów, mieszały się też we Lwowie wyznania: rzymskokatolickie, greckokatolickie, ormiańskokatolickie (jedyne miasto w Europie, gdzie były trzy archidiecezje katolickie), prawosławne czy mojżeszowe, mieli zatem we krwi dużą tolerancję dla odmienności oraz chęć współpracy dla dobra swojego miasta. W Jeleniej Górze integracji pomogło istnienie wyraźnego centrum – to nie był tylko Rynek, ale i długi deptak – ulice 1 Maja i Konopnickiej oraz Długa i 22 Lipca.

W Mińsku urodziło się nam dwoje dzieci. Trzeba było wziąć odpowiedzialność za rodzinę, jej byt i wychowanie potomstwa. Szybko dotarło do mnie, że dzieci trzeba traktować poważnie. Gdy mały synek zasypywał mnie różnymi pytaniami, zniecierpliwiony na kolejne odpowiedziałem: „nie wiem", on popatrzył na mnie poważnie i powiedział: „tata taki duży i nie wie". Wstyd! Więcej takiego błędu nie popełniłem. Dzieci to nie tylko ogromny trud, ale i ogromna radość. Gdy swej nieco ponad trzyletniej córeczce chorej i leżącej w łóżeczku na dzień kobiet podarowałem maleńką buteleczkę wody kwiatowej, ona obdarzyła mnie takim uśmiechem, że zrozumiałem, iż w tej chwili ona jest najszczęśliwszym dzieckiem na świecie, a ja najszczęśliwszym ojcem. Żona na ponad 10 lat przerwała pracę zawodową, aby lepiej zająć się dziećmi. Na szczęście, mnie udało się dostać dodatkową pracę w Zespole Szkół Zawodowych, gdzie uczyłem nie tylko przedmiotów technicznych, ale i matematyki oraz fizyki w miarę potrzeb szkoły. To znów zadziałała opatrzność, miałem dodatkowy zarobek, a także pewną satysfakcję. Udzielałem też korepetycji. Pewnego dnia zgłosiła się do mnie pani z bardzo ciekawym zagadnieniem matematycznym, później okazało się, że był to temat jej pracy magisterskiej. Temat mnie porwał, napisaną pracę jej promotor określił jako wybitną, a ona sama stała się

sławna na uczelni. Gdy przyszło do rozliczenia finansowego (wg stawek za korepetycje), zaczęła się targować ze mną o jedną godzinę, gdyż na pierwszym spotkaniu nic nie napisaliśmy, tylko zapoznawałem się z tematem. Za to w podzięce dostałem różyczkę. Niesmak? Ogromny! Zaraz potem przyszła do mnie mieszkająca w sąsiednim bloku,nauczycielka, żona sekretarza zakładowego PZPR, która wprost powiedziała, żebym i jej napisał pracę magisterską, wszak jedną już napisałem i to znakomitą. I napisałem. Nie tak dobrą, jak poprzednia, za to za friko. Miałem z tego taką korzyść, że towarzysz sekretarz w fabryce omijał mnie szerokim łukiem.

Fabryka Urządzeń Dźwigowych produkowała dźwigi portowe i stoczniowe oraz suwnice. Suwnica to urządzenie jeżdżące po torowisku pod stropem hali produkcyjnej lub magazynowej, służące do transportu ciężkich materiałów i wyrobów. Dokumentację na dźwigi i suwnice specjalne wykonywało biuro konstrukcyjne (CBKM) w Bytomiu, na suwnice typowe – biuro Głównego Konstruktora, do którego mnie przyjęto. Do mnie należało sporządzanie dokumentacji elektrycznej. Do pomocy miałem dwóch techników. Pracę naszą uprościłem w taki sposób, że opracowałem kilkanaście wersji napędu mechanizmów, do tego kilka wersji zasilania i tabelę doboru przewodów. Później dokumentacja powstawała jak puzzle – dobierało się gotowe schematy i po robocie. Oczywiście, najpierw musiałem nauczyć się napędu elektrycznego

Kasia i Wojtek

suwnic i dźwigów, opanowałem to w takim stopniu, że wkrótce mieściłem się w dziesiątce najlepszych specjalistów w kraju. Czasem wpadła nam jakaś fucha – opracowanie na umowę zlecenie ekstradokumentacji. Najciekawszą i najbardziej pouczającą dla mnie była dokumentacja dla Celulozy w Świeciu nad Wisłą. Suwnica miała mieć możliwość precyzyjnej manipulacji dzięki zastosowaniu przetwornicy częstotliwości. Dla mechaników suwnica była typowa, dla elektryka – wyzwanie. Fabryka w Katowicach wyprodukowała pierwsze przetwornice, CBKM w Bytomiu prowadziło prace badawcze, których wyników mi nie udostępniono. Jednak suwnica została wykonana i uruchomiona jako pierwsza w Polsce, a ja byłem projektantem elektryki. Projektanci z Bytomia mieli takiego pecha, że gdy przyjechali do Świecia podejrzeć moje rozwiązania, ja ich na tym nakryłem. Udobruchanie mnie nie przyszło im łatwo.

Z biurem konstrukcyjnym fabryki pożegnałem się w gwałtowny sposób. Zostałem powołany na trzymiesięczne przeszkolenie wojskowe, w pierwszych dniach mojej nieobecności szef biura, jako kierownik zespołu realizującego umowę zlecenie, otrzymał od Celulozy pieniądze za dokumentację i nadzór autorski suwnicy, szybko podzielił i wypłacił pomijając mnie. Po tygodniu udało mi się wrócić z wojska, ale pieniędzy już nie było. Zrobiłem piekielną awanturę, zresztą nie tylko jemu, bo jakoś nikt nawet nie pisnął, że beze mnie nie byłoby dokumentacji, nie byłoby zarobku. Powiedziałem wszystkim, że ze złodziejami pracować nie będę i złożyłem wypowiedzenie. Głównemu Konstruktorowi obrobiłem pewną część ciała i to nie tylko w dyrekcji: w związkach zawodowych, wśród znajomych, a nawet w Komitecie Powiatowym PZPR; tylko to mogłem zrobić, choć satysfakcji mi to nie przyniosło.

Nie było mi jednak dane rozstać się z Fabryką, gdyż była pilna potrzeba obsadzenia stanowiska Głównego Energetyka i padło na mnie. Propozycję przyjąłem i było to jakby skok do basenu bez sprawdzenia, czy jest w nim woda.

Władysław Heidinger

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

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

Redakcja:
Krystyna Rymaszewska-Prędkopowicz *(redaktor naczelny)*,
Anna Brzęcka *(sekretarz redakcji)*,
Alicja Zdrojewska, Władysław Heidinger, Teresa Fifielska-Nowak, Bożenna Zielińska.

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.

Olga Boznańska

(1865-1940)

Muzeum Narodowe w Warszawie stworzyło wyjątkową okazję spotkania ze światem sztuki Olgi Boznańskiej, jednej z najwyżej cenionych polskich artystek, której twórczość zaliczana jest do kanonu malarstwa europejskiego.

Przypadająca 15 kwietnia 2015 roku 150. rocznica jej urodzin dała impuls do stworzenia wyjątkowej, imponującej rozmachem i wysmakowaną oprawą plastyczną wystawy, liczącej przeszło180 obrazów, z których 80 zajaśniało nowym blaskiem po kompleksowej konserwacji.

Choć niewielu było twórców, którzy pozostawili po sobie tak bogatą spuściznę, zarówno malarską, jak i dotyczącą prywatnego życia, fenomen jej twórczości do dziś spowija mgła pewnego niedopowiedzenia, tajemnicy, a jej stylu jeszcze nikomu nie udało się jednoznacznie zaszufladkować. Była silną indywidualnością. Należała do pierwszego pokolenia profesjonalnych artystek malarek, tworzących w realiach obyczajowo-społecznych XIX wieku, gdy kobiety nie mogły jeszcze odbierać regularnych studiów akademickich. Dopuszczane były jedynie do nauki w prywatnych pracowniach profesorów i wybicie się na zawodową niepodległość musiały wywalczyć wielkim wysiłkiem i determinacją w dążeniu do celu. Boznańską od innych malarek odróżnia jednak dodatkowo wielka potrzeba wolności i niezależności. O ile inne kobiety miały mężów, kochanków, mistrzów czy protektorów wspierających ich w karierach, ona z wyboru poświęciła się tylko sztuce, zrezygnowała z małżeństwa i osiągnęła zawodowe spełnienie o własnych siłach. A jej codzienne życie nie było wcale łatwe. Pomimo osobistych nieszczęść (przedwczesna śmierć matki, konieczność opieki najpierw nad chorym ojcem, a później nad niezaradną życiowo siostrą, uzależnioną od alkoholu i morfiny), nieśmiałości i materialnej niezaradności, prowadziła samodzielne pracownie kolejno w Krakowie, Monachium i Paryżu, wystawiała na europejskich salonach, otrzymywała prestiżowe nagrody. Choć była w pełni świadoma wartości swej sztuki, wszyscy znajomi i przyjaciele wspominali ją jako osobę skromną i wielkoduszną. Była filantropką, która żyjąc bardzo skromnie pomagała finansowo młodym artystom z kraju kontynuować naukę. Całkowity brak snobizmu i nieumiejętność zabiegania o własne interesy nie ułatwiały jej kariery.

Mimo to zasłynęła przede wszystkim jako wybitna portrecistka, obdarzona szczególnym zmysłem obserwacji, potrafiąca oddać sedno natury portretowanej osoby. Z niezrównaną wrażliwością i wnikliwością ujmowała indywidualny wyraz oczu, twarzy. Charakterystyki modela zawsze dopełniają dłonie, zdradzające na równi z twarzą intymny rys osobowości portretowanego.

Dla znawców i miłośników obrazów Boznańskiej przedmiotem szczególnego podziwu jest jej mistrzowska technika malarska, wypracowana w oparciu o styl impresjonistów: swobodnym, lekkim duktem pędzla nakładała czyste, jasne barwy nie mieszając ich ze sobą. Uzyskiwała efekt barwnej, wibrującej faktury na płótnie, a jej postaci spowijała charakterystyczna mgła, lekka zasłona dzieląca je od patrzących.

Po zakończeniu wystawy nie zapominajmy, że w Muzeum Narodowym w Warszawie zawsze czeka na zwiedzających duży zespół obrazów artystki, stale obecnych w Galerii Malarstwa Polskiego, w tym takie arcydzieła jak *W oranżerii, Imieniny babuni, Portret chłopca w gimnazjalnym mundurku*. Warto się tam wybrać, by bez tłoku i pośpiechu spotkać się z wielką damą polskiego malarstwa i jej sztuką, która od przeszło stu lat intryguje i niezmiennie zachwyca.

Anna Postek

Wycieczka UTW do Muzeum Narodowego na wystawę prac Olgi Boznańskiej odbyła się 14 kwietnia.