

# Senior i TY

Nr 21 ■ kwiecień 2019



Magazyn Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Grodzisku Mazowieckim

*Wiosna! cieplejszy wieje wiatr  
Wiosna! Znów nam ubyło lat  
Wiosna, wiosna w koło . . .*

*Skaldowie*



*Życzymy  
ciepłych, pełnych radości i nadziei  
Świąt Wielkanocnych,  
kolorowych spotkań z ludzącą się przyrodą,  
radosnego, wiosennego nastroju,  
czasu spędzonego w gronie rodziny i przyjaciół*

*Zarząd UTW i Redakcja*

## Dziękujemy za 1%

Od 15 lat podatnicy mają możliwość przekazania 1 procenta swojego podatku z deklaracji rocznej PIT na rzecz dowolnie wybranej organizacji pożytku publicznego. Po raz pierwszy w 2004 roku 80 tys. podatników wypełniając zeznanie dochodowe za 2003 rok wskazało KRS danej OPP, przekazując sumę 10,4 mln zł. Z roku na rok coraz chętniej podatnicy korzystają z tej możliwości. W zeszłym roku 14 mln Polaków, czyli ponad połowa wszystkich podatników, przekazała już ponad 760 mln zł.

Podatnik samodzielnie wybiera komu ma zostać

przekazana kwota pochodząca z jego zeznania rocznego. Co ważne przekazując 1% z własnego PIT, podatnik nie traci ani złotówki, to nie jest darowizna – rozdysponowuje on jedynie kwotę, którą i tak musiałby przekazać na rzecz Skarbu Państwa.

Stowarzyszenie Europa i My posiada status organizacji pożytku publicznego, co oznacza, że od 2004 roku korzysta z możliwości otrzymywania 1%. – W 2018 roku podatnicy przekazali nam 3.881,50 zł – mówi Daniel Prędkopowicz. – Kwota ta w całości została rozdysponowana na wsparcie realizacji pro-

**ZOSTAW SWÓJ 1% w Grodzisku Mazowieckim!**  
**KRS 0000 119073**  
Zobacz jak to zrobić na nowych zasadach oraz na co go przeznaczamy:  
[www.europaimy.org](http://www.europaimy.org)

EUROPA I MY

gramu Działaj Lokalnie i dofinansowanie wielu ciekawych inicjatyw w powiecie grodziskim. Wśród projektów, które zostały dofinansowane z programu znalazły się m.in. wydanie komiksu o Le-

onidzie Telidze, działania Chóru UTW „Fermata”, wystawienie przedstawienia „Piosenki Kazika” i wiele innych. Szczegóły na [www.europaimy.org](http://www.europaimy.org).

SEIM

## Jak przekazać 1 procent podatku?

W 2019 roku podatnicy mogą korzystać z usługi Twój e-PIT. To nowy sposób rozliczania się z podatków przez Internet. Dotyczy deklaracji PIT-37 i PIT-38. Podatnicy mogą wskazywać nowe OPP w swoich zeznaniach elektronicznych lub pozostawiać stare (wskazane w latach ubiegłych).

Aby wybrać swój PIT należy wejść na stronę [www.podatki.gov.pl](http://www.podatki.gov.pl) i wybrać swój e-PIT. Następ-

nie wpisać swoje dane: PESEL (albo NIP i datę urodzenia), kwotę przychodu z deklaracji za rok 2017 oraz kwotę przychodu z jednej z informacji od pracodawcy (np. PIT-11) za rok 2018. Zamiast tego można skorzystać z profilu zaufanego. Następnie należy wybrać organizację, której chcemy przekazać 1% (w naszym przypadku Stowarzyszenie Europa i My, KRS 0000119073). Sprawdzić zeznanie, za-

akceptować i wysłać. Jeśli do tej pory nie przekazywaliśmy 1% możemy dopiero zacząć. Jeśli chcemy zmienić dotychczasową organizację – także możemy to zrobić.

Co ważne, jeśli ktoś woli nadal wypełniać papierowe deklaracje, nadal może to zrobić korzystając z PIT-OP. Jest to specjalny PIT dla emerytów i rencistów (dla osób rozliczanych przez organy rentowe), który umożliwia

im wskazywanie organizacji pożytku i przekazanie 1%, bez konieczności rozliczania podatku. Ten „wyspecjalizowany” PIT, opracowany tylko z myślą o ułatwieniach w przekazywaniu 1%, pojawił się 2 lata temu. Przy rozliczeniach za 2017 r. z PIT-OP skorzystało ponad 100 tys. uprawnionych. Zachęcamy, aby korzystać z tej możliwości.

SEIM



### Konkurs Działaj Lokalnie

W kwietniu zostanie ogłoszony kolejny konkurs Działaj Lokalnie. Do 6 tys. Zł dofinansowania będą mogły otrzymać projekty angażujące lokalne społeczności oraz działające na rzecz dobra wspólnego. Uprawnione do udziału w konkursie są zarówno organizacje pozarządowe, jak i grupy nieformalne mieszkańców powiatu grodziskiego.

Szczegóły na [www.europaimy.org](http://www.europaimy.org)



### Zaproszenie

UTW zaprasza słuchaczy chętnych do współpracy nad dalszym rozwojem naszego uniwersytetu. Czas robi swoje i siłą natury, w niedalekiej przyszłości, stery przejmą inni. Zachęcamy słuchaczy, aby zgłaszali swoje propozycje zarówno merytoryczne, jak i osobowe. Prosimy też tzw. młodych seniorów, aby sami wykazali się inicjatywą i zgłaszali chęć działania dla naszego wspólnego dobra. Seniorów, którzy chcą dbać o swój rozwój zapraszamy do współpracy. Spotkajmy się w biurze UTW w dni dyżurów.





## Rada Seniorów po raz drugi

Na terenie naszej gminy 23 stycznia 2019 roku po raz drugi w historii została powołana Rada Seniorów. W składzie drugiej kadencji, która potrwa tyle samo, co kadencja Rady Miejskiej, znalazło się 14 osób reprezentujących różne środowiska i organizacje skupiające seniorów lub działające na ich rzecz. Prezydium tworzą: przewodnicząca Teresa Fifielska-Nowak, zastępca przewodniczącej Stanisław Górecki oraz sekretarz Adam Gogłóza.

Rada Seniorów ma charakter konsultacyjny, doradczy i inicjatywny. Jej głównym celem jest reprezentowanie interesów i potrzeb ludzi starszych zamieszkających na terenie gminy wobec władz samorządowych.

### Przykładowe obszary tematyczne, które mogą być przedmiotem działań rady:

- opiniowanie i konsultowanie spraw dotyczących seniorów,
- opiniowanie aktów prawa miejscowego dotyczących seniorów,
- przedstawianie propozycji dotyczących ustalenia priorytetowych



zadań na rzecz seniorów w perspektywie krótko- i długoterminowej,

- wspieranie różnych form aktywności wśród seniorów,

- inicjowanie działań na rzecz seniorów,
- współpraca z władzami samorządowymi na rzecz seniorów,
- podejmowanie działań na rzecz umacniania międzypokoleniowych więzi społecznych,
- monitorowanie potrzeb seniorów – mieszkańców gminy,
- upowszechnianie wiedzy o potrzebach i prawach seniorów oraz budowanie ich pozytywnego wizerunku.

Mając na uwadze powyższe, obecna Rada Seniorów zwraca się do wszystkich seniorów z prośbą o zgłaszanie swoich potrzeb, propozycji, wniosków, różnych uwag i przemyśleń, które mogą pomóc w ułatwianiu i organizacji codziennego życia seniorów z naszej gminy.

**Zapraszamy na spotkania podczas dyżurów członków Rady Seniorów w każdy poniedziałek od 10.30 do 12.00 – Mediateka, hol na pierwszym piętrze.**

TFN

## Grodzisk z powietrza, Grodzisk z lądu

Grodzisk Mazowiecki poznałem w latach dziewięćdziesiątych z powietrza, podczas lotniczych powrotów z południowo-zachodnich rejonów Polski do domu, do Warszawy. Grodzisk Mazowiecki i Błonie to brama wlotowa dla samolotów i śmigłowców zdążających z widzialnością ziemi VFR\* do lotniska Warszawa Bemowo. Przez Ursus nie było wolno, ponieważ był to rejon przelotów samolotów komunikacyjnych, podchodzących do lądowania na lotnisko na Okęcie.

Grodzisk wyglądał z góry sympatycznie. Podwójna linia torów kolejowych i czarna asfaltowa droga do Warszawy spięta drogą do Błonia (ważny punkt nawigacyjny). Zielone plamy lasów koło Książenic, centrum miasta z niską zabudową, zakłady Polfy, a dalej pola i łąki.

Dzisiaj miasto rozrosło się, powstały takie obiekty jak szpital, Centrum Kultury i ostatnio Mediateka. Nowe obiekty przemysłowo-handlowe, place zabaw dla dzieci i oazy spacerów nad wodą, a także drogi łączące się z autostradą A2. Po wielu latach konfrontacja tego, co widziane z góry, z tym, co zobaczyłem na ziemi, nie zmieniła mojej sympatii do miasta i jego mieszkańców. Widać gospodarską rękę ludzi decydujących o tych zmianach w mieście.

Życie mieszkańców nie zamyka się w czterech ścianach mieszkań, miasto jest przystosowane zarówno do potrzeb młodych, jak i seniorów.

Młodzież może zdobywać wykształcenie, są dobre szkoły i obiekty sportowo-rekreacyjne, a seniorzy mają gdzie regenerować siły



i nie najlepsze już zdrowie. Władze miasta zauważają te problemy i inwestują w rozszerzanie oferty dla seniorów. Istnieją ośrodki aktywizujące seniorów, zarówno te działające w strukturach samorządowych, jak np. Strefa Aktywnego Seniora, jak i te powołane do życia przez organizacje pozarządowe, jak nasz Uniwersytet Trzeciego Wieku.

Dziękuję w imieniu seniorów ponieważ jestem jednym z nich.

inż. pilot Andrzej Bocianowski

\*VFR (ang. Visual Flight Rules), czyli zasady lotu z widocznością, to zestaw zasad w lotnictwie, w zgodności z którymi pilot statku powietrznego może odbywać lot w warunkach pozwalających na kontrolę położenia statku za pomocą zewnętrznych punktów odniesienia.



## Rozwój technologii dla sentymentalnych

Czy widok naszych wnuków wpatrzonych w małe ekrany urządzeń budzi nasze zdziwienie? Gdy kilkoro dzieci siedzi obok siebie na ławce i zamiast ze sobą rozmawiać, każde z nich przebywa w swoim wirtualnym świecie, widać, jak bardzo ten ich świat różni się od tego naszego, gdy byliśmy w ich wieku. Takie refleksje wywołała u mnie ostatnio publiczna wypowiedź pana, naszego rówieśnika, który ten rozbudowany telefon nazwał „sfarfonem”.

To przekręcenie nazwy uświadomiło mi, jak często nie nadążamy za techniką albo jak trudno nam zaakceptować zmiany w obyczajowości. Powróciły wspomnienia z dzieciństwa i wczesnej młodości. Ileż to sytuacji budziło nasze zdziwienie?

Mam siedem lat, mieszkam z rodzicami w Warszawie w pobliżu placu Konstytucji. W granatowym fartuszu z białym kołnierzykiem i przyszytą do rękawa tarczą z cyferką „1” idę, kurczowo trzymając rękę mojej mamy, do pierwszej klasy. Mijamy ruiny domów, w których na parterze zachowały się małe pomieszczenia i rozkwitły w nich jakieś luksusowe sklepiki: z kolorowymi materiałami, pasmanteria, księgarnia, a nawet kwaciarnia. Fasadowo nowoczesne domy spotykają się z ruinami i gruzami – to nasza oczywistość.

Co innego budziło nasze emocje. Gdy ulicą Wilczą tuż przy naszej szkole jedzie z zawrotną prędkością (tak nam się wtedy wydawało) samochód kierowany przez, o zgrozo, kobietę, to za pojazdem biegnie kilku chłopców z okrzykiem: „Baba za kierownicą, baba za kierownicą...”.

Mam też w tym czasie swoje trudne osobiste zdziwienie, gdy w połowie pierwszej klasy idę do toalety dla starszych dzieciaków i sylabizując odczytuję napisy na drzwiach i ścianach. Niektóre słowa już wcześniej słyszałam, ale szok jest wielki.

Za to zupełnie oczywiste jest to, że po powrocie ze szkoły wylegamy na podwórko, gdzie zabawa koncentruje się przy trzepaku lub przy burzonej kamienicy. Jakież rachityczne drzewka walczą z nami o przetrwanie, bo są atrakcyjne do wspinaczki.

Oczywiste jest to, że do szkoły przynosi się noże, by w czasie przerwy na boisku grać w „pikuty” lub „państwa”. Nauczycieli też to począt-



kowo nie dziwiło, ale potem pewnie coś się takiego zdarzyło, że nam zabroniono tej zabawy. Za to zawsze królowały skakanki i szmaciane piłki, a podstawową zabawą na każdej kolonii podczas obowiązkowego leżakowania była gra w kamienie lub bardziej wyrafinowane hacele. Trochę później niezapomnianych przeżyć dostarczały chłopakom kapsle.

Były też telefony. Zrobione własnoręcznie z dwóch puszek po paście do butów i sznurka. A prawdziwe telefony? Były rzadkością i zwykle ułatwiały życie, ale w mojej rodzinie nie zawsze tak było. Odziedziczyliśmy numer po aptece leków zagranicznych. Początkowo nawet kilkadziesiąt osób dziennie pytało z nadzieją o jakiś lek, a czasami wysłuchiwałam niezadowolonych wyzwisk od zdesperowanych potencjalnych klientów. Gdy po kilku latach przeprowadziliśmy się ze Śródmieścia na Wolę, dużo oddalibyśmy nawet za taki „apteczny” telefon. Tam jednak jeszcze „nie było okablowania” – jak nam przez wiele lat odpowiadano na nasze pisma.

Trzeba było sobie radzić. Korzystało się z budek telefonicznych, do których zwykle były kolejki. A ileż to nieporozumień wynikało z braku możliwości kontaktu. Umawiasz się gdzieś na określoną godzinę, a tu nie ma oczekiwanego osoby. Czekasz kwadrans, czas się dłuży i dylemat: opuścić czy tkwić dalej.

Na Ursynowie, gdzie zamieszkałam już po ślubie, największym powodzeniem cieszyły się telefoniczne automaty wrzutowe umieszczone na murach budynków. Wiecznie zajęte, a niektórzy ucinali sobie długie pogawędki, którym siłą rzeczy przysłuchiwali się oczekujący. Czasami komentowali. Byli tacy cwaniacy, którzy robili otwór w monecie i umieszczali ją jakoś sprytnie na cienkim sznureczku, dzięki czemu mogli monetę wydstać i wrzucić ponownie. Bo to „wrzucić monetę, wrzucić monetę” jakoś niezwykle szybko dało się słyszeć.

Jako studentka sekcji „metody numeryczne” na Wydziale Matematyczno-Mechanicznym Uniwersytetu Warszawskiego dość wcześnie miałam do





czynienia z komputerami. Obecnie ta dziwna nazwa najbardziej odpowiada pojęciu metod programowania czy informatyki. Komputer wówczas, na początku lat 70., to było urządzenie zajmujące duży pokój z głośno pracującymi wentylatorami, które obniżały temperaturę lamp.

Naszym zadaniem jako studentów było napisanie ciągu poleceń dla tego „potwora” i podanie mu jakichś danych, a urządzenie odpowiadało wynikiem, ale czasami potrafiło się zawiesić. Polecenia pisało się początkowo na papierowych paskach – taśmach, które były dziurkowane w odpowiednich miejscach, a potem podobnie na kartach układanych w pliczek i podsuwanych do tzw. czytnika. Wówczas urządzenie za szybko było obsługiwane przez operatora, a my studenci oczekiwaliśmy na efekt w postaci wydruku z drukarki.

Potem, w latach 80., pojawiły się pierwsze komputery domowe, wciągające gry sprawnościowe, „strzelanki”, Atari czy ZX Spectrum



sprzedawane za pośrednictwem Pe-wexu zawitały już do wielu domów.

Gdy pracowałam w TVP, kolejne zdziwienie i sensację wywołało małe urządzenie – myszka komputerowa. To było pod koniec lat 80. Do tej pory pracowało się wyłącznie przy pomocy klawiatury, a myszka stała się przełomem. Każdy, kto zaczynał pracę z tym urządzeniem, wie, jak trudno początkowo trafić w określone miejsce na ekranie. Zabawy przy tym dużo.

W podobnym czasie niejednen z nas doznał szoku, gdy na spacerze z psem zobaczył osobę, która mówiła do jakiegoś sporej wielkości pudełka trzymanego przy uchu. A to były pierwsze telefony komórkowe. Wówczas służyły tylko do rozmawiania, ale w tej dziedzinie nastąpił szybki postęp.

Gdy w latach 90. komputery stacjonarne były podstawą prac biurowych i badawczych, jak grzyby po deszczu zaczęły powstawać komputery przenośne. Nazywamy je laptopami, choć wielu z nas nazywało je, nie wiadomo dlaczego, „laptokami”.

Prawdziwa rewolucja w dziedzinie oprogramowania nastąpiła wraz z realizacją pomysłu globalnej sieci, czyli stron www. Początkowo komputery uzyskały dostęp do sieci przez połączenie kablowe, a wkrótce przez punkty dostępu, czyli tzw. wi-fi – sieć bezprzewodową.

W tym czasie telefony komórkowe podlegają stałej ewolucji. Można już przy ich pomocy robić zdjęcia, można słuchać stacji radiowych. Największa rewolucja nastaje wraz z ekranem dotykowym. I teraz już telefon staje się przyjaznym urządzeniem nazywanym smartfonem (z angielskiego smartphone: smart – inteligentny, mądry, sprytny, elegancki i phone – telefon). To przenośne urządzenie telefoniczne i multimedialne łączące w sobie funkcję telefonu komórkowego i komputera przenośnego.

Pewnie jeszcze nieraz coś nas zaskoczy, czemuś będziemy się dziwić. Teraz w pewnych dziedzinach lepiej poruszają się nasze dzieci albo nawet wnuki, więc rozmawiamy z nimi. No chyba, że nie mamy dzieci ani wnuków, to wówczas może przyda nam się taki krótki, nieco sentymentalny techniczny artykuł.

Grażyna Kwaśniewska

## Pułapka strefy komfortu

Tak się zdarzyło, że po złamaniu nogi i operacji musiałam przez dłuższy czas ograniczyć swoją aktywność. Ze zdziwieniem zauważyłam, że im dłużej to trwało, tym bardziej czułam się w tej sytuacji komfortowo. Odwiedzali mnie znajomi, telefonowali, pytając z troską o moje zdrowie. Rodzina poczuwała się do opieki nade mną. To wszystko było bardzo miłe i miałam coraz mniejszą ochotę na wyjście z roli chorej i powrót do dawnej aktywności.

Strefa komfortu daje miłe uczucie stabilizacji – wszystko jest przewidywalne, rozkład dnia uporządkowany. Oznacza jednak zamknięcie się na nowe bodźce i wyzwania. A to jest szkodliwe dla naszej psychiki, a w konsekwencji dla naszej egzystencji. Dlatego warto wyjść poza schemat i posłuchać „dziecka w sobie”, które podpowie nam, że warto wyjść z domu, spotkać się ze znajomymi, otworzyć się na nowe znajomości, a może nawet zaproponować jakąś wspólną ciekawą aktywność.

Dla mnie „motywatorem” do aktywności była rehabilitacja, która rozpoczęła się o godzinie jak dla mnie nieprzyzwoicie wczesnej. Po kilku dniach doceniłam jednak konieczność porannego wstawania, gdy witał mnie ba-

jecznie kolorowy wschód słońca i stadko ptaków przyfruwających o świcie do karmnika w moim ogródku.

Studenci UTW są osobami, które wychodzą z domu, spotykają się z rówieśnikami, wysłuchują ciekawych wykładów, uczestniczą w spotkaniach integracyjnych, wycieczkach i wspólnie oglądają przedstawienia teatralne. Po wykładach często wpadają grupkami do pobliskiej kawiarni czy restauracji, by komentować to, co dzieje się wokół nas, jak również powspominać lata młodości. Z rówieśnikami rozumiemy się „na skróty”, bo łączą nas podobne doświadczenia, wspominamy to, czego młodszym nawet nie potrafimy obrazowo opisać. Słuchaliśmy podobnej muzyki, oglądaliśmy te same filmy.

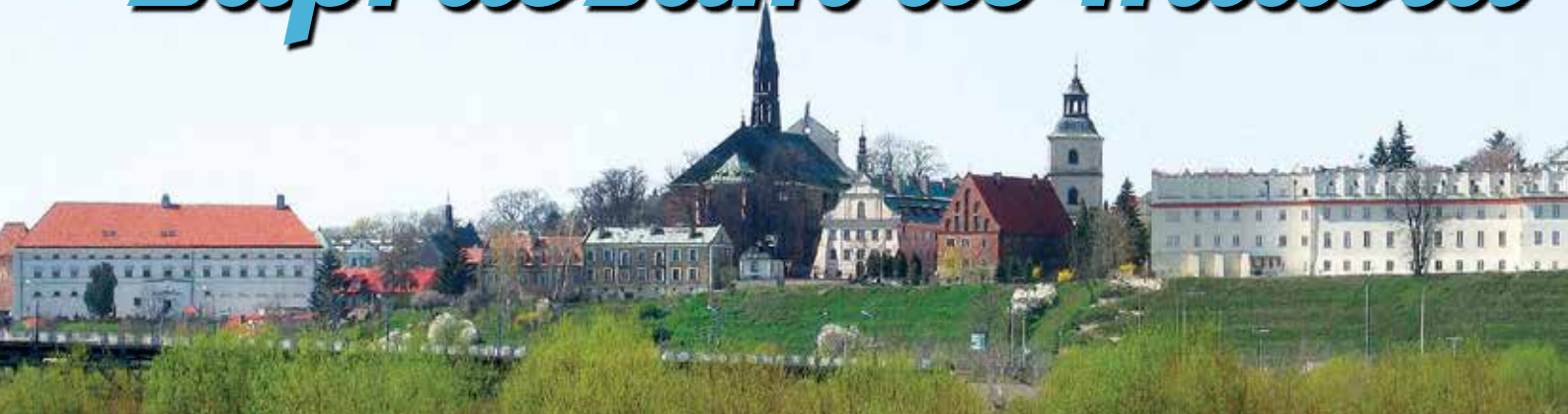


Jednak dla wielu z nas zrobienie tego pierwszego kroku nie było wcale łatwe. Może ktoś nas zachęcił opowiadaniem o ciekawych zajęciach na UTW? A może jednak mieliśmy wątpliwości, jak będziemy przyjęci w społeczności studenckiej? Zwykle niepokoiły nas „na wyrost”, bo wspólne przebywanie na zajęciach jest po prostu przyjemne, a często nawet zabawne.

Rozejrzyjmy się wokół, może są wśród nas osoby, którym trudno wyjść ze strefy komfortu, postrzeganej jako bezpieczna przystań, podczas gdy tak naprawdę bywa dla niektórych rodzajem ograniczającej klatki. Znajdźmy pretekst, by zagadnąć sąsiadkę czy osobę robiącą obok zakupy. Każdy uśmiech czy miłe słowo może komuś dodać odwagi.

Grażyna Kwaśniewska

## *Zapraszam do miasta*



Sandomierz, miasto o dziewięciowiekowej historii, malowniczo położone nad Wisłą, nazywane jest małym Rzymem – gdyż jak stolica Italii powstało na siedmiu wzgórzach. Pod prawdziwym Rzymem ciągną się podziemne labirynty-katakumby, natomiast w Sandomierzu – dawne piwnice kupieckie i legendarne lochy. Sandomierz jest usytuowany na Nizinie Nadwiślańskiej i rozciąga się na pograniczu Wyżyny Kielecko-Sandomierskiej oraz Kotliny Sandomierskiej, które dzieli Wisła.

Rangę Sandomierza potwierdza wysoki poziom szkolnictwa, który przetrwał niemal do czasów współczesnych. Miasto zadziwia, bo choć liczy jedynie 27 tys. mieszkańców, znajdowało się w nim siedem dużych szkół średnich i Wyższe Seminarium Duchowne.

Jedną z najstarszych szkół średnich w Polsce jest Collegium Gostomianum – kolegium jezuickie w latach 1602-1773, a po 1773 roku szkoła świecka. Collegium Gostomianum liczy sobie 6 kondygnacji, w tym trzy poniżej poziomu gruntu. Budynek zachował pierwotny układ przestrzenny, dekorację sklepień oraz unikalną w skali kraju eliptyczną klatkę schodową. Szkoła o zastrzeżonym rygorze wydała wiele znakomitych osób, znanych w całym kraju. Młodzież mieszkająca przeważnie w bursach i internatach, 95 proc. to przyjezdni z całej Polski.

Drugą ciekawą placówką jest „Marmolada”, czyli Technikum Przetwórstwa Owocowo-Warzywnego. Zwyczajowa nazwa wywodzi się od marmolady, jaką młodzież produkowała i produkuje nadal w szkolnej przetwórni. W moich czasach szkolnych była jedyną krajową placówką tego typu. Ponieważ jestem jej absolwentką, mogę zdradzić kilka szkolnych sekretów. Bo oprócz tego, że było wiele trudnych przedmiotów

zawodowych, biochemia, mikrobiologia i inne nafaszerowane językiem łacińskim, to ciekawe były zajęcia praktyczne, a ulubioną przez młodzież pozycją w programie nauczania był rozlew wina. Wesoło było.... Przeważnie wino czerwone – dobre, o wysokim bukicie smakowo zapachowym. Fachowa kadra szkoły zapewniała wysoką jakość produkowanych przez młodzież (przeważnie na eksport) przetworów owocowo-warzywnych. Wchodząc do szkoły czuło się kuźnię nauki – szerokie schody, na ścianach korytarzy zawieszone duże tabla, czyli obrazy w pięknych ramach, za szkłem, w których znajdowały się zdjęcia absolwentów wraz z gronem pedagogicznym. Robiło to wrażenie i nadal jest pamiątką dla pokoleń. W szkole był profesjonalny zespół muzyczny i zespół taneczny w pięknych kolorowych regionalnych strojach.

Szkoła bardzo duży nacisk kładła na zajęcia sportowe, tym bardziej że młodzież mogła korzystać ze stadionu miejskiego Wisły Sandomierz, ładnego jak na przełom lat 60. i 70. Jednak część kadry nauczycielskiej była mocno konserwatywna, bardzo łatwo można było ze szkoły wylecieć. Wielu uczniów miało duże problemy po obecności na występie włoskiego piosenkarza i kompozytora – Marino Mariniego.

W Sandomierzu znajduje się ponad 120 ciekawych zabytków reprezentujących niemal wszystkie style i epoki, więc turystów, w tym młodzieży, nigdy nie brakowało. Zwykle zaczynało się od gotyckiej bramy wjazdowej z drewnianymi schodami – Bramy Opatowskiej, na której szczycie był taras widokowy z ciekawą panoramą miasta. Za bramą cały szereg kolorowych kamieniczek, w których każdy z nas chciał kiedyś zamieszkać. Dalej Rynek Sandomierski, a na nim ratusz, duża ceglana budowla z okazałą, na białą wytykowaną, wieżą z zegarem, a obok zabytkowa drewniana studnia. W podziemiach natomiast liczne piwnice i tunele, wydrążone przez pierwszych mieszkańców grodu, służące jako schrony przed najazdami, pożarami czy po prostu jako piwnice. Dalej te same od lat kawiarnie i restauracja, hotel o pięknych wnętrzach. Kiedyś w większości przesiadywała w nich młodzież, a teraz jeszcze masa zwiedzających i liczne ekipy filmowe ze znanymi aktorami.

W lecie na staromiejskim rynku odbywa się dużo ciekawych imprez. Najbardziej popularną jest Truskawkowa Niedziela, odbywająca się w czerwcu, na zakończenie sezonu truskawkowego, a także rozmaite festiwale, m.in. Festiwal Spo-



# Mate ojczyzny

## mojej młodości



tką-Filmów Niezwykłych, Jarmark Jagielloński i Międzynarodowy Turniej Rycerski o Miecz Zawiszy Czarnego itp. Od kilku lat bardzo popularnym wydarzeniem, związanym z Sandomierzem, jest realizacja serialu „Ojciec Mateusz”.

Idąc do katedry, mijamy klasycystyczny Pałac Biskupi, wybudowany w latach 1861-1864. Jedną z ciekawostek związanych z tą budowlą jest fakt, że to właśnie tutaj goszczono papieża Jana Pawła II w trakcie Jego pielgrzymki do ojczyzny w 1999 roku. Odpoczywał tu po odprawieniu nabożeństwa dla zgromadzonej na sandomierskich błoniach półmilionowej rzeszy wiernych. W miejscu, gdzie stał ołtarz papieski, na 10-metrowym cokole znajduje się 5-metrowy pomnik z brązu, przedstawiający św. Jana Pawła II. Papież kochał Sandomierz. Do chwili wyboru jako Karol Wojtyła diecezję sandomierską odwiedzał kilkanaście razy. Mówił: „Ze czcią pozdrawiam prastary Sandomierz tak bardzo mi bliski. Ileż to razy nawiedzałem ziemię sandomierską, jakże często dane mi było spotykać się z historią waszego miasta i uczyć się tu dziejów narodowej kultury...”.

Katedra to piękny gotycki kościół. Ołtarze i portale wykonane z czarnego i różowego marmuru są unikatowym wyrobem kamieniarskich warsztatów spod Krakowa. Pod chórem wiszą 4 obrazy przedstawiające ważne wydarzenia z historii Sandomierza – męczeństwo sandomierzan w 1260 roku, męczeństwo dominikanów w tym samym roku, rytualny mord żydowski oraz atak Szwedów na zamek w 1656 roku.

Konieczne trzeba przejść przez Furtę Dominikańską zwaną potocznie Uchem Igielnym, i pomyśleć życzenie..., a może się spełni.

Jednym z ulubionych miejsc młodości były Kozie Schodki, opadające zakosami w dół nadwiślańską skarpą do sandomierskich błoni (ok. 150 schodków). Trzeba mieć końskie zdrowie, dobrą kondycję oraz zdrowe nogi, aby przejść tę trasę. Wszyscy, którzy znają Sandomierz od dawna, wiedzieć będą, że tutaj jedna randka zawsze obowiązkowa.

Kiedyś na Błoniach były ogromne ilości różnorodnego ptactwa, a najwięcej krzykliwych zaczepnych rybitw. Ze wzgórza jest piękny widok na płynącą tu leniwie wstęgę Wisły, brzegi porośnięte tatarakiem, trzcinami i całymi dywanami kaczeńców, niezapominajek i stokrotek.

Sandomierz – miasto morza zieleni, wielu wzgórz i wąwozów lessowych. Najpiękniejszym z ocalałych jeszcze wąwozów jest Wąwóz Św. Jadwigi, który ma 10 m wysokości i ok. 0,5 km długości. Bajkowa płatanina wystających korzeni, różnych drzew i krzewów. Po prostu cudo.

Warto też przejść się alejami starych parków – Ogród Miejski, zwany inaczej Ogrodem Saskim, znajduje się niemal w centrum Sandomierza, Park Piszczele mieszczący się w wąwozie lessowym z tzw. Ścieżką Tarzana, czyli parkiem linowym.

Miasto było wielokulturowe, o czym świadczy kierunek z ciekawie ułożoną bryłą pomnika z macew. Dobrze zachowana jest synagoga, gdzie mieści się Archiwum Państwowe. Będąc w Sandomierzu nie można ominąć Zamku Królewskiego

– okazałej renesansowej rezydencji na wzgórzu. Obecnie jest siedzibą Muzeum Okręgowego. Swój czas w Sandomierzu należy też poświęcić na zwiedzenie podziemnej Trasy Turystycznej, biegnącej po sandomierskich lochach.

Ulubionym miejscem spotkań młodości były również Góry Pieprzowe, potocznie zwane Pieprzówkami. Zbudowane są ze skał kambryjskich, tak zwanych łupków i kwarcytów o charakterystycznej, brunatno-szarej barwie. Góry pieprzowe pod wieloma względami są unikalne, a w 1979 roku zostały uznane za rezerwat przyrody, który obejmuje powierzchnię 18 ha. Występuje tu roślinność sucholubna – kserotermiczna (stepowa), trawy, zioła i wiele gatunków przepięknych dzikich róż. Znajduje się tu największe naturalne rosarium w Europie – warto to piękno zobaczyć.

Miasto otaczają niezliczone ilości sadów owocowych. Rosnące kiedyś na czarnoziemach, jabłonie, śliwy, grusze i czereśnie, dziś zmieniły się w sady morelowe, brzoskwiniowe, uprawy aronii i borówki amerykańskiej. Na wzgórzach można spotkać piękne winnice z wysokiej jakości aromatycznymi bardzo smacznymi owocami.

Nie możemy też ominąć rejsu statkiem po Wiśle, zobaczymy ciekawą panoramę wzgórz, a czego nie dowiemy się od przewodników opowie nam kapitan statku.

Zapraszam do zwiedzania miasta mojej młodości, bo kto tu zagościł na dłużej, wraca kilkakrotnie, bo warto!

Grażyna Rudolf

# Co nam w duszy gra

## Mój przyjaciel

Mój przyjaciel na imię ma Roman.  
Kiedy o nim myśli moja głowa siwa,  
to jej lat ubywa.

Romeczku!  
Miej to na względzie.  
Nie zapominaj o mnie,  
gdziekolwiek jesteś  
– a najlepiej wszędzie!

Bo gdy zapomnisz...  
To lat jej przybędzie!

Barbara Klonowska



\*\*\*

Wróciłam wczoraj do domu  
zła jak cholera!  
Ale to nie z powodu założenia mi Holtera.

Byłam tak zmęczona,  
że po zjedzeniu zupy  
padłam jak zemdlona.

Spałam kilka godzin,  
z nogami na dole zamiast w górę;  
po obudzeniu się od razu wiedziałam,  
że okropnie się wkurzę.

Nic nie widziałam w telewizji,  
do nikogo nie dzwoniłam;  
telefon był w torbie – wyciszony na maxa.  
Wszystko przegapiłam.

PS.  
Pamięć szwankuje, a zdrowie doskwiera.  
Wstałam dziś rano zmęczona  
I zła jak cholera!

Barbara Klonowska

## Pozwól mi, proszę...

Pozwól mi, proszę,  
kochać Ciebie,  
sercem całym miłować,  
być z Tobą i Twoje  
słodkie usta całować.

Pozwól mi, proszę,  
Cię rozpieszczać,  
być zawsze blisko Ciebie,  
byśmy razem czuli  
się jak w niebie.

Pozwól mi, proszę,  
na tę krótką chwilę,  
wziąć Cię w swoje ramiona,  
tulić i wiedzieć, że nasza  
miłość jest spełniona.

Pozwól mi, proszę,  
dziś już i zawsze  
tylko przy Tobie być  
– pozwól mi, proszę...

Rys



## Stawy Goliana

Uroczę grodziskie Stawy Goliana  
pozdrawiają na spacerze  
miłośników przyrody od rana.

To moja oaza spokoju w obłoku fontanny  
zapisana – pozdrawia mieszkańców Grodziska  
we wspomnieniach tego wiersza zapisana.

Tu na ławce przy kpt. żeglugi L. Telidze  
siadam – słucham barwnych opowieści o morzu  
a ja swoje przeżycia mu opowiadam.

Przy stolikach seniorzy w szczy grają  
dawne marznia o wojsku i miłości wspominają.  
Siedzę pogodny – zamyślony podziwiam

to kochane nasze miasteczko  
historią i urokiem jego urzeczony.

W oddali przed nami wyrosły wysokie bloki  
w ul. Sienkiewicza a z drugiej strony  
nowe osiedle „Kopernika”.

Dziś świat pędzi naprzód, wszystko tak szybko się  
zmienia, a moja przedwojenna dusza  
pamięta odległe wydarzenia, które każda noc  
przemienia w niespełnione młodzieńcze marzenia.

One się zawsze pierwsze budzą o świcie  
te najważniejsze spełnia nam sen  
– a te maleńkie – dopiero nasze życie.

Bernard Maciejewski

## Senior i Ty

Magazyn Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Grodzisku Mazowieckim

### Wydawca:



Stowarzyszenie Europa i Ty  
ul. Spółdzielcza 9  
05-825 Grodzisk Mazowiecki  
tel. 22 734 79 36  
www.europaity.org,  
utw@europaity.org  
utw@utw-grodzisk.pl

### Redakcja:

Teresa Fifielska-Nowak (redaktor naczelny),  
Małgorzata Pawłowska (sekretarz redakcji).

### 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.

