

Senior i TY

Nr 41 ■ marzec 2024



Magazyn Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Grodzisku Mazowieckim

*„Wesoła myśl jest niczym wiosna.
Otwiera pąki natury ludzkiej.”
Jean-Paul Sartre*

Niech te Wielkanocne Święta
będą pełne radosnych myśli,
dobrych nadziei i spokoju.
Niech przyniosą do Waszych domów
mnóstwo zdrowia, uśmiechu, ciepła i miłości.

Wesołych Świąt!

życzy

Redakcja, Zarząd UTW
oraz Stowarzyszenie Europa i My





Żurawie Powiatu Grodziskiego po raz piąty

23 lutego 2024 roku odbyła się V Gala Aktywności Lokalnej, podczas której przyznano „Żurawie Powiatu Grodziskiego” w pięciu kategoriach: **Spółecznik Roku, Wolontariusz Roku, Organizacja Pozarządowa Roku, Firma Przyjazna Społeczności Lokalnej i Wydarzenie Społeczne 2023 Roku.**

Żurawie Powiatu Grodziskiego to nagroda, która ma na celu promocję aktywności obywatelskiej, docenienie liderów lokalnych i stojących za nimi organizacji, nagłaśnianie pozytywnych postaw społecznych oraz szerzenie wiedzy na temat społecznej odpowiedzialności biznesu. Współorganizatorem gali był Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego oraz Centrum Kultury w Grodzisku Mazowieckim.

– *Już po raz piąty nagrodziliśmy najbardziej aktywne osoby, organizacje i firmy w obszarze działań społecznych w powiecie grodziskim* – mówi Daniel Prędkopowicz, inicjator i organizator Gali ze Stowarzyszenia Europa i My. – Od początku naszej inicjatywy mieszkańcy zgłosili już 360 kandydatur do nagrody, z których Kapituła nagrodziła 136 laureatów, laureatek i wyróżnionych. Pokazuje to niezwykle dużą aktywność w naszym regionie – dodaje.

Obecny podczas wydarzenia Robert Sitnik, I Wicewojewoda, odczytał list Wojewody Mazowieckiego Mariusza Frankowskiego, w którym pisał on m.in. – (...) Poprzez swoją aktywność na rzecz mieszkańców powiatu realizują Państwo w praktyce ideę obywatelskiego zaangażowania, a zarazem – wskazują drogę i kierunek kolejnym społecznikom. Z kolei Wojciech Kaczmarczyk, dyrektor Narodowego Instytutu Wolności – Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego wskazywał, że tam gdzie obywatele przekraczają drzwi swoich domów, gdzie czynią coś razem, tam zaczyna się społeczeństwo obywatelskie.

Wieczór uświetnili występami: Azaryan/Bartosiewicz oraz Kuba Jurzyk.

Tytuł **Spółeczніка Roku 2023** za nieustanną troskę o dobro wspólne, codzienne zaangażowanie w pracę na rzecz innych, wspieranie inicjatyw mieszkańców i inspirowanie do podejmowania działań



oraz szerokie spektrum aktywności społecznych otrzymała Grażyna Tober ze Stowarzyszenia na Rzecz Rozwoju Kask i Okolic w gminie Baranów.

Wyróżnione w tej kategorii zostały:

- Karolina Roztocka, organizatorka kampanii społecznych
- Tomasz Drelichowski, Niezależny działacz lokalny, architekt-urbanista.
- Karola Gąsiorowska, dyrektorka Domu Rehabilitacyjnego w Milanówku
- Wiktoria Kierzkowska, młodzieżowa liderka.

Wolontariuszami 2023 Roku za nadanie ciszy (tak ważnej dla osób w spektrum autyzmu) odpowiedniego rozgłosu, spójność w różnorodności działań łączących edytorstwo, animację społeczną, turystykę pieszą, popularyzację wiedzy i promocję uśmiechu, a także zwiększenie świadomości lokalnej społeczności na temat spektrum autyzmu poprzez realizację kampanii społecznej została grupa Neuroróżnorodni w składzie: Karolina Roztocka, Małgorzata Dłubak, Marta Przychodzka, Maciej Żyła, Piotr Szulowski, Ksenia Potępa, Katarzyna Grabarczyk, Paulina Majewska, Agata Bartczak, Magdalena Cebulak, Dominika Łobaszewska, Justyna Siamborska.

Wyróżnieni w tej kategorii zostali:

- Agnieszka Jasińska,
- Krzysztof Dominiak, Jaktorów
- Ogniki – parafialne koto Papieskich Dzieł Misyjnych Dzieci

Organizacją pozarządową Roku 2023 zostało Stowarzyszenie Bezdumniaki Zabiewolskie. Za walkę z bezdomnością

15%

Wszystkie pozyskane środki przeznaczamy na realizację naszych programów, szczególnie Działaj Lokalnie, jako wkład własny do konkursu grantowego lub wsparcie działania Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Grodzisku Mazowieckim. Dzięki temu wszystkie wracają do społeczności lokalnej poprzez dofinansowanie realizacji ich działań. Wystarczy w PIT wpisać nasz nr KRS 0000119073

zwierząt poprzez profilaktykę i aktywną pomoc, a także za integrację lokalnej społeczności wokół szczytnej idei oraz kreatywne podejście do rozpowszechniania wiedzy na jej temat.

Jednocześnie przyznano drugą nagrodę. Za niestrudzone krzewienie żeglarsstwa jako formy rekreacji i sposobu na ciekawe i aktywne życie, wsparcie młodzieży chętnej, by rozwijać swoje umiejętności, a przede wszystkim za zapewnienie mieszkańcom dostępu do morza Organizacją pozarządową roku 2023 został również Grodzki Klub Żeglarski Czysty Wiatr

Wyróżnione w tej kategorii zostają:

- Stowarzyszenie Nasza Rodzina w Żabiej Woli
- Fundacja Sorno
- Koto Gospodyń Wiejskich w Golach

W kategorii **Firma Przyjazna Społeczności Lokalnej** statuetkę Żurawie Powiatu Grodzkiego za wzorcową adaptację do lokalnych potrzeb idei społecznej odpowiedzialności biznesu, gotowość do niesienia pomocy i wsparcia, jak również zdolność do empatycznej reakcji na zmieniającą się rzeczywistość otrzymał Łukasz Koźbiał, Apteka Omega, Jaktorów

Wyróżnione w tej kategorii zostają:

- Pałac Ojrzanów
- Strefa dobrych roślin, rodzinne gospodarstwo ogrodnicze
- FizjoFinezja
- Zakład poligraficzny Madas
- Le Coeur – Katarzyna Flis, Podkowa Leśna

Wydarzeniem Społecznym Roku 2023 został Festiwal integracyjny „Tak jak Ty”, 6 pełnych różnorodnych atrakcji festiwalowych, jak spotkania z autorami, warsztaty taneczne, czy projekcja filmów z audiodoświadczeniem. Całe wydarzenie nie tylko zintegrowało osoby z różnych środowisk, ale także dostarczyło mnóstwo radości i uśmiechu!

Wyróżnione w tej kategorii zostały:

- Jarmark bożonarodzeniowy w Podkowie Leśnej
- Wielka Pętla Milanowska, bezpłatny cykl biegów amatorskich
- Akcja charytatywna dla Kornelii, zbiórka środków na rzecz rocznej dziewczynki z hipoplazją nerwów wzrokowych.
- Młodzieżowe Tarapaty, panele dyskusyjne, konkursy i warsztaty mające na celu zwiększenie świadomości młodzieży na temat praw ucznia, aktywizacji oraz psychologii.
- Podkowiński Festiwal Gier
- Walentynki dla Seniora w Bożej Woli
- II Puchar Dzieci w Karate w Grodzisku Mazowieckim. SEiM



Konkurs Działaj Lokalnie

8 kwietnia 2024 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 zarówno organizacje pozarządowe, jak



i grupy nieformalne mieszkańców powiatu grodzkiego.

– *Dotychczas w ramach programu Działaj Lokalnie na terenie powiatu grodzkiego i gminy Brwinów wsparliśmy ponad 190 projektów, pozyskując i przekazując na ten cel ponad 750 tys. zł* – mówi **Daniel Prędkopowicz**, prezes Stowarzyszenia Europa i My.

Akademia Liderów Lokalnych Zachodniego Mazowsza

Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego ogłosił wyniki konkursu na działania z zakresu wzmocnienia potencjału mazowieckich organizacji pozarządowych oraz budowania podstaw aktywności obywatelskiej. Projekt Stowarzyszenia Europa i My pt. Akademia Liderów Lokalnych Zachodniego Mazowsza otrzymał dofinansowanie w wysokości 33.000 zł.

– *Już wkrótce wspólnie z Lokalną Grupą Działania „Zielone Sąsiedztwo” zaprosimy przedstawicieli środowiska organizacji pozarządowych do udziału w szkoleniach, doradztwie, konsultacjach i spotkaniach sieciujących koalicji NGO powiatu grodzkiego* – mówi **Daniel Prędkopowicz**, prezes Stowarzyszenia Europa i My. Szczegóły na www.europaimy.org.

Mazowsze Lokalnie ma już 10 lat!

514 złożonych wniosków, to wynik zakończonego 28 marca 2024 roku naboru fiszek w programie Mazowsze Lokalnie. Grupy nieformalne i młode stowarzyszenia, fundacje, kluby i koto gospodyń wiejskich pozarządowe walczyły o mikrodotację do 7.000 zł na inicjatywy oddolne lub rozwój organi-



zacji. Budżet konkursu wynosi ponad 650 tys. zł.

W czerwcu świętować będziemy 10 lat programu, w ramach którego wsparliśmy już ponad 1200 projektów, w których uczestniczyło już ćwierć miliona mieszkańców województwa. Szczegóły na www.mazowszelokalnie.pl

IBL Z nauką w las

21 marca 2024 obchodziliśmy Międzynarodowy Dzień Lasów. Święto mające na celu promowanie wiedzy na temat lasów i ich znaczenia dla społeczeństwa i naszej planety. Z tej okazji Stowarzyszenie Europa i My zaprosiło mieszkańców na spacer „Z nauką w las” po jednym z dwóch dużych kompleksów leśnych w gminie Grodzisk Mazowiecki, tzw. lesie osowieckim.

Podczas spaceru pracownicy Instytutu Badawczego Leśnictwa – dr inż. Mariusz Ciesielski oraz dr inż. Mitosz Tkaczyk – chętnie dzielili się swoją wiedzą dotyczącą lasów jak również dendrologii. Licznie przybyli uczestnicy spotkania mogli przy wykorzystaniu specjalnych urządzeń zmierzyć obwód lub wysokość drzew, dowiedzieć się jakie czynniki wpływają na kon-

dycję polskich lasów a także wykorzystać telefony komórkowe do poszukiwania informacji o lasach, w którym się przebywa.

– *Biorąc pod uwagę frekwencję, a także opinie uczestników spotkania, planujemy już kolejne tego typu wydarzenia poświęcone propagowaniu wiedzy o środowisku naturalnym* – mówi **Mariusz Ciesielski** z IBL. SEiM



Hiszpania i emocje

Po raz drugi w tym roku słuchacze UTW mieli możliwość wędrowki z Conrado Segismundo Moreno-Szypowskim. Tym razem po Hiszpanii – rozbudzającej emocje wyrażające się w sztuce, jedzeniu, krajozrazach i historii. Razem z prelegentem mieliśmy możliwość znalezienia się w Madrycie, jednej z najwyższych położonych stolic Europy (600 m.n.p.m.). Stąd też wzięto się powiedzenie „z Madrytu do nieba”. Zobaczyliśmy przepiękną bazylikę Świętej Rodziny (Sagrada Familia), której budowa powinna zakończyć się w 2026 r., gdy przypadać będzie setna rocznica śmierci jej architekta Antonio Gaudiego. Później przenieśliśmy się na wybrzeża Andaluzji (7905 km), najbardziej wysuniętego na południe regionu na Półwyspie Iberyjskim, i podziwialiśmy przepiękne krajozrazy.

Powędrowaliśmy do Galicji, mającej 1489 km wybrzeża, wysuniętego na krańcu północno-zachodnim nad Atlantykiem, Galicji stycznej z gór, zielonych lasów i niemal zawsze deszczowej pogody. Największą atrakcją turystyczną jest tu archipelag wysp Cies, który wchodzi w skład Parku Narodowego. Znajduje się tu Playa



De Rodos, najdłuższa plaża na Wyspach Cies (Vigo), położona na wyspie Monteagudo, tworząca półksiężyc białego piasku i niebiesko-zielonych wód, który zamyka małe jezioro o czystej wodzie, oddzielające wyspy Monteagudo i Faro. Plaża uznawana jest za najpiękniejszą plażę świata.

Jednym ze zwyczajów w Hiszpanii jest tradycja noworoczna związana z jedzeniem 12 winogron, po jednym z każdym uderzeniem zegara. Potykanie winogron, ma oczywiście, przynieść szczęście i pomyślność w ciągu następnego roku.

Z Hiszpanią łączy nas wiele wspólnych zdarzeń, m.in. piosenka „Mury”, której słowa zostały napisane w 1978 roku przez Jacka Kaczmarskiego do melodii piosenki L'Estaca, skomponowanej w 1968 r. przez katalońskiego pieśniarza Lluísa Llachá. Piosenka wkrótce zaczęła rozbrzmiewać w środowisku ówczesnej polskiej opozycji.

By dokładniej zgłębić krajozrazy, zabytki i zwyczaje Hiszpanii, musimy ją zwiedzić osobiście. Będą to na pewno niezapomniane wspomnienia, które można przekazać innym. [TG]

Dobre przychodzi do uśmiechniętych

„Sekrety istnienia”, „Sto i więcej lat w aktywności”, „Myśl i działaj dla przyszłości”, „Złap na zawsze wiatr w żagle” – to tylko kilka z wielu publikacji, których autorką jest Jolanta Szwalbe, prelegentka, która po raz kolejny spotkała się ze słuchaczami UTW w Grodzisku Mazowieckim

Misją wykładu było zainspirowanie obecnych do aktywności, dającej radość, dobrą energię i nadzieję, że można przezwyciężyć najgorszą sytuację w życiu. Autorka, wykorzystując ogromne pokłady poczucia humoru, potrafiła rozśmieszyć słuchaczy do tego.

Cytując z pamięci złote myśli ludzi pióra, nauki i kultury, podkreślała, jak ważny jest optymizm i śmiech, bycie aktywnym, realizacja własnych marzeń i rozpoczynanie każdego dnia z wewnętrzną radością i pozytywnym nastawieniem.

A śmiać się możemy ze wszystkiego. Tak mówi Lucy Maud Montgomery: „Śmieję się ze swoich błędów, ale czerp z nich naukę, kpij ze swoich trosk, ale zdobywaj z nich siłę”. Według Wiliama Szekspira „Kto wesół, ten długo żyje”. Prelegentka stwierdziła, że emerytura nie może być naszym ostatnim portem. Powinniśmy czerpać radość – przede wszystkim ze swoich pasji – źródła radości, które nie ma dna. Pasją może być zdobywanie nowej wiedzy przez każdego bez względu na wiek. Na świecie jest wiele osób, które zaangażowane w różne aktywności dożyły sędziwego wieku. Przykładem może być Johana, emerytowana nauczycielka wychowania fizycznego z Niemiec, która pokazuje, że trenować można w każdym wieku. Karierę gimnastyczną wznowiła w wieku 57 lat i kontynuuje ją po dzień dzisiejszy. Bo wiek, to tylko liczba!

„Jeśli jest coś, co możesz zrobić, albo ci się śni, że możesz, zacznij to robić” – tak twierdzi Johan Wolfgang von Goethe. Myśl tę potwierdzają słowa Marka Twaina – „Za dwadzieścia lat bardziej będziesz żałował tego, czego nie zrobiłeś, niż tego, co zrobiłeś. Więc odwiąż liny, opuść bezpieczną przystań. Złap w żagle pomyślne wiatry. Podróżuj, śnij, odkrywaj!”.

Niech to przesłanie wzbudzi w nas refleksję związaną z wyborem własnej ścieżki życia. A sentencja „Uśmiechnij się. Wszystko, co jest dobre, czeka na Ciebie! I najchętniej przychodzi do tych, którzy się uśmiechają” (Beata Pawlikowska, Lubię Cię) doda nam siły do działania. [TG]



Waldemar Matuszewski 15 lutego przyjechał do nas z filmem pt. „Twardy” – o kapitanie Henryku Walickim dowódcy kompanii Brzezinka, oddziału Armii Krajowej działającego

podczas okupacji niemieckiej na terenie Brwinowa – Podkowy Leśnej i Nadarżyna.

Film został zrealizowany i wyreżyserowany przez Adama Gzyrę mieszkańca Brwinowa przy współpracy Waldemara Matuszewskiego i Marka Tofila

Materiały historyczne, relacje rodziny i osób pamiętających jeszcze wydarzenia z czasów okupacji, przedstawiają postać kapitana Henryka Walickiego aresztowanego 16 stycznia 1944 roku przez gestapo. Por. Walicki był torturowany w katowni Schupo (niemieckiej policji porządkowej) w pałacyku Tobolków w Brwinowie, potem przewiezli go do więzienia w Grodzisku Mazowieckim. Usiłowali wydobyć od niego nazwiska członków kompanii, ale nie wydał nikogo. Został rozstrzelany 2 lutego w Lesie Młochowskim.

Władysław Barbasiewicz pochował go na polance w lesie, w pobliżu Karolina. Po śmierci „Twardego” nikt na terenie Podkowy nie został aresztowany. Po wojnie ciało ekshumowano. Jego grób znajduje się na cmentarzu podkowińskim, naprzeciwko kwatery żołnierzy węgierskich.

W filmie przedstawione są również wątki nadarzyńskie, m.in. o magazynie broni i działaniu radiostacji na terenie młyna pana Ertnera.

Ten film przypomni losy niezwyklego człowieka i żołnierza, zasady i wartości według których żył i postępował.

Henryk Walicki został odznaczony Krzyżem Walecznych i Srebrnym Krzyżem Virtuti Militari i pośmiertnie awansowany na kapitana.

„Był niewątpliwie człowiekiem obdarzonym charyzmą. W czasie okupacji rządzenie kompanią, czyli jednostką liczącą 200 do 250 żołnierzy, nie należało do zadań łatwych [...]. Wielką podporą była kochająca żona. Pani Helena nie tylko pełniła rolę sekretarki, gońca, brata udział w wszystkim, co było potrzebne dowódcy kierującego sporym oddziałem [...]. Dodam, że na wypadek aresztowania oboje mieli cyjanek” – pisał o Walickich Lech Dzikiewicz. [MP]

Kultury prekolumbijskie w Ameryce Łacińskiej (cz. 1)

Chyba każdy słyszał już o Inkach, Aztekach czy Majach. Ale niejednokrotnie przekonałem się, że wiele osób myli miejsca gdzie żyły te kultury. A jeszcze częściej słyszę o tym, że były to kultury starożytne. Nic bardziej mylnego. Z wyjątkiem Majów, żadna nawet nie zahaczyła o starożytność. Pora zatem na przybliżenie Czytelnikom tych cywilizacji.

Zacznijmy od Inków. W okresie swego największego rozkwitu zajmowali olbrzymie terytorium obejmujące tereny dzisiejszego Peru, Ekwadoru oraz częściowo Boliwii, Chile, Kolumbii i Argentyny. W chwili rozpoczęcia podbojów (1531–1536) przez Hiszpanów pod dowództwem Francisco Pizarro imperium Inków zajmowało prawie wszystkie terytoria na zachodnich wybrzeżach Ameryki Południowej. Postulowali się językiem keczua (choć niektórzy naukowcy twierdzą, że w życiu codziennym raczej językiem aymará, a keczua to język elit, coś jak francuski w XVIII w.). W keczua określali się Tahuantinsuyu, dostownie: Imperium Czterech Części czy Zjednoczone Cztery Części. Ocenia się, że państwo Inków zostało założone w XII wieku i tuż przed konkwistą liczyło około 12 milionów mieszkańców. Zajmowali się oni głównie rolnictwem, uprawiając kukurydzę, ziemniaki, komosę ryżową, fasolę, gujawy, paprykę, chili bawełnę i kokę (nie mylić z kokainą!), a także hodowlą kaczek, świńek morskich, psów, lam i alpaki. Rolnictwo było tak rozwinięte, że imperium dysponowało dużymi nadwyżkami żywności.

Stolicą państwa Inków było miasto Cuzco. Interesującym i zagadkowym miastem jest Machu Picchu, położone wysoko w górach i zbudowane tak, że nie jest widoczne z dołu. Z niewiadomych powodów zostało opuszczone przez mieszkańców krótko przed przybyciem Hiszpanów do Ameryki. Notabene, do dziś nie wiemy jak się to miasto nazywa-

ło naprawdę. Nazwa Machu Picchu oznacza w keczua „stary szczyt” i taką nazwę usłyszał odkrywca Hiram Bingham od swojego przewodnika. Przyjął to za nazwę miasta i tak już pozostało.

Władcy Inków otoczeni byli wielkim przepychem i czczeni jak bogowie. Po śmierci ich ciała mumifikowano. Inkowie są też jedną z nielicznych kultur, gdzie nakazem były śluby władców z własnymi siostrami. Ten nakaz nie obowiązywał już reszty społeczeństwa.

Główną religią był kult Inti czyli słońca. Stąd dzisiejszą walutą Peru jest nuevo sol, a najwyższym odznaczeniem Order Słońca Peru. Wszyscy władcy uważani byli za potomków Słońca. Obok kultu Słońca jednym z najbardziej popularnych kultów był kult bóstwa zwanego Wirakocza. Najważniejszym świętem (do dziś obchodzonym) było Inti Raymi, które odbywało się podczas przesilenia zimowego (na półkuli południowej – około 24 czerwca). Specyficzną instytucją były klasztory Acclahuasi (Dom Wybranych Kobiet bądź bardziej znany jako klasztor Dziewic Słońca). Były to rzeczywiście klasztory żyjących w celibacie mniszek (Kobiet Wybranych, kecz. Accla Cuna), których zadaniem było pełnienie służby w miejscach kultu religijnego, opieka nad świętym ogniem raymi oraz świadczenie rozmaitych postug na rzecz świątyni i osoby króla. Były uważane za poświęcone bogu słońca Inti. Złamanie celibatu było karane śmiercią poprzez zakopanie żywcem: kochanek był wieszany. Jedyny wyjątek dotyczył osoby króla, który jako



Sacsayhuaman – mury inkaskie koło Cusco

Syn Słońca miał prawo do brania sobie spośród mniszek nadożnic, co uważane było za akt religijny i w pewnym sensie wręcz obowiązek monarchy. Kobieta wybrana przez króla nie powracała już do klasztoru, lecz zapewniano jej dostatnie życie na koszt państwa. Podobny los spotykał mniszki, które po osiągnięciu odpowiedniego wieku zwalniane były ze ślubów czystości i postanawiały opuścić klasztor. Klasztorów Acclahuasi w imperium Inków funkcjonowało kilkaset.

Inkowie nie wykształcili własnego pisma, a wszystkie informacje były zapisywane pismem węzłkowym zwanym kipu. Do dzisiaj nie wyjaśniono sposobu, w jaki to robili. Podczas konkwisty większość kipu zniszczono. Do naszych czasów zachowało się około 600 egzemplarzy kipu.

Pomimo, że Inkowie nie znali koła i nie używali do transportu żadnych pojazdów, a jedynym wykorzystywanym zwierzęciem jucznym aż do podboju hiszpańskiego była lama, królestwo pokryte było niezwykle gęstą siecią dróg. Rozmiary i jakość inkaskich szlaków były tak wielkie, iż często porównuje się je do dróg rzymskich. Łączną długość inkaskiej sieci komunikacyjnej szacuje się na ponad 40 000 kilometrów, z czego do dnia dzisiejszego zachowało się ponad 20 000 km.

Inkowie mieli dobrze rozwiniętą edukację, astronomię, medycynę i sztukę inżynierską. Do dziś podziw budzą budowle inkaskie, konstruowane bez zaprawy, a odporne także na trzęsienia ziemi. (cdn.)

Tekst i fot. Dariusz Latoszek



Machu Picchu



Sillustani – cmentarz preinkaski i inkaski

Wyjątkowe miejsca



Za drzwiami Pałacu Prezydenckiego

18 stycznia 2024 r. członkowie Gminnej Rady Seniorów uczestniczyli w wyjeździe edukacyjno-integracyjnym do Pałacu Prezydenckiego w Warszawie. Poznali historię i piękno tego niezwykłego miejsca, pełnego historycznych wnętrz, zachowujących ducha minionych epok. Zwiedzanie dostarczyło wyjątkowych wrażeń, które na długo pozostaną w pamięci każdego z nich.

Trochę historii o tym nadzwyczajnym miejscu.

Pałac Prezydencki jest największym pałacem w Warszawie, który od 1994 roku do chwili obecnej jest siedzibą Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej. Wzniesiony w XVII wieku jest naocznym świadkiem wielu „burz i zawieruch”, jakie przetoczyły się przez Rzeczpospolitą i odegrał niebagatelną rolę w polskiej historii i kulturze.

Wraz z upływem czasu budynek zmienił się, wielokrotnie był modernizowany. Nazywał się też różnie. Był znany jako Pałac Koniecpolskich, Radziwiłłów, Lubomirskich, Namieśnikowski oraz Rady Ministrów. Przez stulecia był miejscem różnych zgromadzeń publicznych, debat, uczt, balów, a także przedstawień teatralnych oraz widowisk. Podczas insurekcji kościuszkowskiej znajdował się tam szpital wojskowy. Tutaj w 1818 r. Fryderyk Chopin dał swój pierwszy publiczny koncert. Po powstaniu listopadowym siedzibą namiestników Królestwa Polskiego stał się Zamek Królewski i Pałac stracił na swojej randze w stolicy. W latach 1918-1939 budynek był własnością odrodzonego państwa polskiego i został przeznaczony na siedzibę Prezesa Rady Ministrów i Rady Ministrów. Podczas obrony Warszawy we wrześniu 1939 roku oraz w trakcie trwania II wojny światowej rezydencja nie została zniszczona, ponieważ w latach 1941-1942 pałac przebudowano na Deutsches Haus, według projektu Janusza Nagórskiego i Jana Łukasika i stał się wówczas luksusowym hotelem z kasynem.

Dopiero w 1994 roku Prezydent Rzeczypospolitej Polskiej Lech Wałęsa

przeniósł się tu z Belwederu. Od tego czasu rozpoczął się nowy etap w historii gmachu, który oddał został przemianowany na Pałac Prezydencki.

W Pałacu odbyło się wiele ważnych konferencji, m.in. w 1955 r. podpisano Układ Warszawski, w roku 1970 – układ o normalizacji stosunków pomiędzy Polską i Republiką Federalną Niemiec. Tu tworzyła się historia nowej Polski – od 6 lutego do 5 kwietnia 1989 roku toczyły się obrady Okrągłego Stołu. Tutaj Prezydent RP podpisał Konstytucję Rzeczypospolitej Polskiej (1997 r.) oraz ratyfikował akt o przystąpieniu Polski do NATO (1999 r.) i Unii Europejskiej (2003 r.).

Gośćmi Pałacu wielokrotnie były i są głowy państw, mężowie stanu, osobistości ze świata polityki. Tutaj Prezydent RP podpisuje ustawy i wręcza odznaczenia państwowe, nominacje sędziowskie, profesorskie i generalskie.

Ten zabytkowy obiekt wielokrotnie restaurowany i przebudowany, swój aktualny wygląd zyskał już w pierwszej połowie XIX wieku, a obecnie wykonany w stylu klasycystycznym, posiada ogród z pięcioma tarasami oraz fontannę z neobarokowym basenem.

Co zobaczyliśmy w Pałacu Prezydenckim?

Salę Kolumnową – największe miejsce w Pałacu, w którym Prezydent RP powołuje i odwołuje rządy, nadaje tytuły naukowe, mianuje sędziów, nadaje stopnie generalskie, najwyższe odznaczenia i ordery państwowe. Tutaj podpisano akt przystąpienia Rzeczypospolitej Polskiej do Traktatu Północno-atlantycznego (NATO), a 23 lipca 2003 r. przystąpienia

do Unii Europejskiej. Jest to sala najbardziej znana z mediów.

Ogromne wrażenie na obecnych wywarła **Sala Chorągwi**, otwarta 2 maja 2013 r., w dniu Święta Flagi Rzeczypospolitej. Znajdują się tu repliki polskich chorągwi z różnych okresów historycznych – od bitwy pod Grunwaldem po epokę Solidarności. W Sali Chorągwiowej prezentowane są także kopie dwóch ważnych zabytków polskiego piśmiennictwa politycznego, które są symbolami polskiej państwowości:

- Konstytucja 3 Maja;
- Konstytucja dla Europy Wojciecha Jastrzębowskiego z 1831 roku.

W **Sali Orderu Orła Białego**, oprócz ekspozycji współczesnych odznak Orderu Orła Białego, znajdują się wybrane insygnia i pamiątki historyczne związane z Drugą Rzeczpospolitą i rządem Rzeczypospolitej Polskiej na uchodźstwie, między innymi odznaki Orderu Orła Białego i odznaki Wielkiej Wstęgi Orderu Odrodzenia Polski, noszone przez kolejnych Prezydentów, a także rękopis Konstytucji Rzeczypospolitej Polskiej z 1935 roku, nazywanej konstytucją kwietniową. Ten historyczny dokument należy dziś do najważniejszych pamiątek z okresu Drugiej Rzeczypospolitej. Biały orzeł symbolizuje dostojność, siłę i odwagę i jest polskim godłem od zarania naszych dziejów. Sala została otwarta we wrześniu 2018 r. w 100-lecie odzyskania przez Polskę niepodległości. Orderem Orła Białego odznaczono wiele wybitnych osób. Jest to najstarsze i najważniejsze polskie odznaczenie.

Wyjątkowe miejsca

W **Sali Białej im. Lecha Kaczyńskiego** – im. Lecha Kaczyńskiego polski Prezydent przyjmuje głowy państw i szefów rządów z innych krajów. Sala jest usytuowana na osi głównego wejścia, więc po powitaniu gościa przez prezydenta na dziedzińcu, przechodzą tu na pierwsze rozmowy w cztery oczy. Sala ta jest także miejscem, w którym prezydent spotyka się z dziennikarzami.

Ważniejsze konferencje oraz zagraniczne delegacje są przyjmowane w **Sali Niebieskiej**. Pośrodku stołu ustawionego w tej sali jest miejsce dla Prezydenta RP.

Sala Obrazowa (Bankietowa) jest przeznaczona na rady gabinetowe – posiedzenia rządu pod przewodnictwem Prezydenta RP oraz przekazywane są przez nowo nominowanych ambasadorów listy uwierzytelniające. Sala bywa także wykorzystywana jako miejsce organizowania konferencji i spotkań prezydenta z mediami.

Salą dla dam jest **Sala Rokoko**. Tutaj, w oczekiwaniu na zakończenie rozmów mężów, przyjmowane są małżonki prezydentów innych państw, prowadzących

rozmowy w Sali Białej. Zdarza się także, że w tej sali prezydent wręcza upominki swoim gościom.

Miejscem modlitwy prezydenta, małżonki i ministrów Kancelarii oraz zaproszonych gości jest **Kaplica**. Na ścianach znajdują się podarunki od papieża, od Jana Pawła II i Benedykta XVI, a także krzyż wycięty z pozostałości po zniszczonych w 2001 roku wieżach World Trade Centre. Obok krzyża znajduje się tablica poświęcona zamachom w Nowym Jorku, na której wyryte zostały słowa psalmu: „Wstrząsnąłeś i rozdarteś ziemię. Ulecz jej rozdarcie, albowiem się chwieje”. W podłodze, w miejscu, w którym modlił się Jan Paweł II oraz Benedykt XVI, znajdują się pamiątkowe tablice. Na ścianie umieszczone są tablice pamięci urzędników Kancelarii, którzy zginęli w katastrofie samolotowej pod Smoleńskiem.

Oprowadzeni przez sympatyczną przewodniczkę, mieliśmy możliwość sięgnięcia do historii Pałacu, pełnego symboli patriotycznych, stanowiących ponadczasowe wartości, niezwykle ważne dla współczesnego społeczeństwa. Wędrowkę po kolejnych komnatach potraktowa-

liśmy jako opowieść o dziejach naszego państwa, o ludziach, którzy kształtowali Rzeczpospolitą, jako szansę na zrozumienie wpływu historii na kształtowanie naszej tożsamości narodowej.

Niniejszy artykuł zawiera tylko część opisanych miejsc Pałacu Prezydenckiego. Wszystkich, którzy pragną przypomnieć sobie ważne momenty z życia narodu polskiego i chcą osobiście zobaczyć narodowe symbole Polski, zachęcamy do odwiedzin Pałacu Prezydenckiego w Warszawie. Godzinne zwiedzanie jest bezpłatne, prowadzone przez przewodnika. Preferowane są grupy, osoby indywidualne tylko w tzw. dni otwarte. Informacje oraz niezbędne formularze do wypełnienia na stronie: <https://www.prezydent.pl/kancelaria/rezydencje-kprp/palac-prezydencki>

Bardzo dziękujemy Burmistrzowi Grdziska Mazowieckiego, Panu Grzegorzowi Benedykcińskiemu, za umożliwienie poznania tego wyjątkowego miejsca oraz estetyczne i patriotyczne doznania wywołane obecnością w Pałacu Prezydenckim.

Teresa Gańko

Wielkanocne potrawy

Wielkanoc to ten świąteczny czas, który dla wielu wierzących jest najważniejszym okresem ich religijnego życia. Ale oprócz uroczystego charakteru tych Świąt, jak i każdego innego, zwyczajem jest ich świętowanie w gronie bliskich. A jeżeli spotykamy się z bliskimi to siadamy przy wspólnym stole, na którym pojawić się muszą różne potrawy.

W polskim zwyczaju do tradycyjnych potraw wielkanocnych należą:

- jaja w różnych postaciach,
- szynka wędzona surowa i parzona,
- żurek z białą kielbasą,
- ćwikła z chrzanem,
- baby drożdżowe,
- mazurki.

Jednocześnie w każdym rejonie naszego kraju podaje się regionalne potrawy.

Małopolska:

- chrzanówka lanckorońska czyli zupa na bazie świeżo startego chrzanu, krojonej wędzonki i kielbasy oraz warzyw i jajek. Zagęszcza się ją mąką, kwaśną śmietaną, czosnkiem i koprem. Wszystkie te produkty gotuje się na serwatce;
- strząska czyli zwarta masa z pokrojonych wędlin i jajek doprawiona chrzanem i przyprawami. Taką masę zalewa się roztworem wody i octu.

Podhale:

- zadra znana też jako chrzonica, krzonica, święcolina czyli krojona wędlina, biała kielbasa, jajka zagęszczona kwaśnym mlekiem i śmietaną;
- fizota czyli fasola wymieszana z jarmu-

żem, suszonymi śliwkami dla smaku spożywana z oscypkami.

Śląsk:

- buchty czyli drożdżowe, słodkie buteczki, czasem nadziewane;
- święcelnik czyli ciasto drożdżowe zapiekane z kawałkami wędzonych wędlin;
- babka majonezowa wypiekana z mąki pszennej i ziemniaczanej doprawionej majonezem.

Wielkopolska:

- cielęcina pieczona z czosnkiem;
- studzienina czyli galaretką z wieprzowych nóżek, pokrapiana octem i doprawiana pieprzem;

Pomorze:

- szynka zapiekana w cieście, którą je się na ciepło i na zimno;
- młodziowy kuch z kruszonką czyli babka drożdżowa z kruszonką;

- marchewkowy kuch czyli ciasto z marchwi, mąki i wody;
- jajka smażone na stoninie.

Kujawy:

- żur kujawski czyli gęsta zupa gotowana na żytnim zakwasie;
- kujawiak czyli słodka babka drożdżowa wypiekana w stożkowej, karbowanej formie.

Kaszuby:

- prażnica czyli jajecznicza smażona na różnych dodatkach takich, jak stonina, boczek, wędzona ryba /najlepiej węgorz/;
- zylc czyli galaretką z siekanych wieprzowych nóżek i włośzczyzny.

Podlasie:

- czerwony barszcz z kiszonych buraków;
- zalewajka z dodatkiem grzybów;
- srebrna pascha stożkowa przygotowywana z twarogu, śmietany, masła, wanilii, miodu i żółtek.

Wydaje się, że dziś w każdym domu zachowujemy jakieś, choćby minimalne, elementy regionalnych smaków i potraw na świątecznym stole.

Opracowanie: Teresa Fifińska-Nowak



Nasza twórczość i nie tylko...

Wielkanoc 2024

Chociaż śniegi już stopniały,
to „bałwany” nam zostały!
Trzeba tylko mieć nadzieję,
że wraz z wiosną wiatr przewieje.
– Moc rozważli, moc czułości i tej
zwykłej takiej ludzkiej życzliwości!

Już się jaja różnie mnożą
i „barany” kliki tworzą,
a „szaraczki” drżą w zieleni,
co ta wiosna nam odmieni?
I czy palmy wielkanocne
powodują „skutki mroczne”!

Czy są zgodne z przepisami,
gdy się pyszną kolorami?
Niezależnie od wszystkiego,
życzę dobra wszelakiego.
W święta życzę cudnych jaj,
super, super, sielskich naj...!

Niech pilnują nas zajęczki
i koniecznie – myjmy rączki...
Niech tradycja górę bierze
w sercach, głowach w każdej mierze!
Niech nadzieja w sercach trwa
„Nie pisanka”, tylko Ja.

Grażyna Rudolf



GADU, GADU O KATARZE...

Tak dawno nie miałam kataru,
tak dawno nie byłam chora
a teraz czuję, jakby siedziła na mnie,
jakaś wredna stwora.

I męczy mnie i drapie,
w nos i gardziotko moje
a ja staram się z nim walczyć,
dwoję się i troję.

Wlewam krople do nosa,
tykam ferweksy, czy coś takiego
i chciałabym szybko!
przegonić już, tego stwora złego.

On jednak wciąż okoniem!
do mnie staje,
walczę z nim, ale on się,
tak łatwo nie daje!

Dziś solą nos i gardło
sobie popłuczę,
już ja, to choróbko,
ataku na mnie oduczę.

Cóż, trzeba sobie radzić,
wszak to niewielka choroba,
ale ona całkiem,
mi się nie podoba!

I co tam w tym temacie
powiedzieć jeszcze chciałam?
Już nic, już chyba wszystko
o tym „katarze” powiedziałam.

Halina Ślesińska-Ziętek

Ogłoszenie

W marcu br., z inicjatywy społecznej, powstała grupa wsparcia dla opiekunów osób dotkniętych demencją. Opiekunami są głównie członkowie rodzin /współmatżonek, dzieci, rodzeństwo, inni krewni/.

Sensem istnienia takiej grupy jest samopomocowa forma pomocy psychologicznej osób dotkniętych podobnym problemem.

Na spotkaniach wymieniamy się problemami, doświadczeniami, przekazujemy sobie sposoby rozwiązywania trudnych sytuacji. Możemy podzielić się rozterkami i sukcesami. Uczymy się łatwiej znosić trudy bycia z chorym członkiem rodziny. Otrzymujemy wsparcie od takich osób, jak my sami.

Obowiązują nas pewne zasady: nie oceniamy, nie krytykujemy, nie prze-

rywamy wypowiedzi i najważniejsze to zachowujemy poufność.

Spotykamy się w każdą pierwszą środę miesiąca o godzinie 17:00 w grodzkim Centrum Kultury w pokoju 213 lub w sali konferencyjnej na II piętrze.

Zapraszamy wszystkich, którzy borykają się z przedstawionymi problemami oraz zaniepokojeni są zachowaniem bliskich lub swoim.

Teresa Fifielska-Nowak

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 78 71
www.europaimy.org,
utw@europaimy.org
utw@utw-grodzisk.pl

Redakcja:

Teresa Fifielska-Nowak
Małgorzata Pawłowska
Daniel Prędkopowicz

Zdjęcia:

Waldemar Zbyszyński

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 Gminy Grodzisk
Mazowiecki w ramach realizacji zadania publicznego.

