



rys. Piotr Madej

Jesień...

Jesień to barwna pora roku,
Która się szczyli w kolorach,
Bo ta się jawi już o zmroku
Na tych liściach, w barwnych wzorach.

Te liście rdzawe i czerwone,
Z żółcią, rdzą i czerwienią,
A wokół nich liście zielone...
Żółte, rdzawe barwy się mieniają.

To wszystko, to przepych jesieni,
Która nam się co roku staje.
Kolorystyka się nie zmieni:
Liści, barw, które jesień daje...

Jesień to piękna pora roku!
Która co roku nam przychodzi.
Jak za dnia, także i o zmroku:
Co roku nam jesień przychodzi.

Marek Migdał

Redakcja:

Sylwester Chalastra
Barbara Dąbska
Bożena Florek
Tadeusz Gorlach
Krzysztof Kijowski
Marek Migdał
Marian Skoczylas
Elżbieta Tokarz
Lidia Wąsik
Anna Wolska

Współpracują:

Zofia Budek
Ireneusz Kawalek
Mirek Konieczny
Ewa Krzeczyńska
Andrzej Kuś
Marek Leiss
Piotr Ordyk
Perła
Piotr Stawowy
Wojciech Wierzbicki

Pomagają:

Dorota Najder
Beata Słowakiewicz

Drodzy Czytelnicy!

Nadeszła jesień, piękna złota polska jesień... To czas magicznych barw i poetyckiej zadumy. Na ten jesienny czas mamy dla Was nowy numer naszego pisma, a w nim wiele atrakcyjnych tematów. Piszemy o wielu ciekawych wydarzeniach z życia Domu, opisujemy piknik i turnus rehabilitacyjny, a także liczne w ostatnim czasie wycieczki, na których byliśmy korzystając z ciepłych dni. Zamieszczamy interesujące artykuły, eseje, refleksje, stały cykl poświęcony naszemu miastu. Mamy dla Was także wiele poezji, piękne malunki, kącik humoru, recenzję i krzyżówkę. Mamy nadzieję, że każdy znajdzie coś dla siebie, tym bardziej, że nasza gazeta stale się rozwija. W tym kwartale do naszego redakcyjnego grona dołączyły nowe osoby, które debiutują na łamach „Impulsu” ze swą twórczością. Zapraszamy Was do lektury i współpracy!

Redakcja

Z życia Domu

Piknik Country 2014

4 września w godzinach popołudniowych odbył się Piknik Country w naszym Domu. Pogoda była słoneczna, więc ta coroczna impreza integracyjna mogła odbyć się w plenerze. Tegoroczny piknik został zorganizowany przede wszystkim dla mieszkańców naszego Domu, a jest ich 318, oraz dla ich rodzin. Zaproszeni zostali również przedstawiciele kilku zaprzyjaźnionych Domów. Teren przed budynkiem był jak co roku wspaniale przygotowany, a także przepięknie udekorowany, nad czym pracowały panie terapeutki, korzystając oczywiście z pomocy mieszkańców. Najwięcej osób oglądało to, co się działo na estradzie, także wspaniale udekorowanej. Najpierw odbyła się część oficjalna, a więc powitanie mieszkańców Domu oraz zaproszonych gości przez Prezesa Stowarzyszenia „Wspólna Radość”, a następnie wszystkich powitał Dyrektor naszego Domu, który podziękował sponsorom, dzięki nim bowiem

impreza mogła być zrealizowana. Należeli do nich m.in. przedstawiciele Regionalnej Dyrekcji Lasów Państwowych oraz władze Miasta Krakowa, które reprezentował przybyły Wicewojewoda Małopolski. Panie z terapii były ubrane w piękne stroje w stylu kowbojskim. Imprezę prowadziła jedna z terapeutek, zapowiadała na estradzie kolejnych wykonawców i informowała o atrakcjach odbywających się na estradzie i na całym terenie Domu. Po części oficjalnej rozpoczęła się muzyczna część pikniku. Rozpoczął ją zespół „Krakowskie Andrusy”, który jak co roku wystąpił z wesołymi, satyrycznymi piosenkami, które były przeplatane kabaretowymi, humorystycznymi przerywnikami solisty grającego na gitarze. W dalszej części zabawy na estradzie pojawił się zespół muzyczny składający się z trzech muzy-



Bożena Florek

kantów i solistki, która śpiewała piosenki w języku polskim, angielskim i włoskim, wykonując większość z nich nawet bardziej profesjonalnie niż oryginalni wykonawcy. Należy dodać, że pozostali członkowie zespołu również śpiewali przeboje, szczególnie z lat siedemdziesiątych, osiemdziesiątych, czy dziewięćdziesiątych, nie zapominając również o piosenkach współczesnych. W przerwach śpiewu i zabawy tanecznej pani prowadząca zachwalała atrakcje wokół estrady, a były nimi w tym roku: kule przeźroczyste, do których można było





wejść i pływać po wodzie, oraz przejażdżka na koniach. Organizatorzy pikniku nie zapomnieli o sprawach kulinarnych. Były zlokalizowane stanowiska, każde z innym przysmakiem, a więc grochówka, grill, kaszanka, chleb wiejski ze smalcem i ogórkiem kiszonym, wata cukrowa, popcorn, oraz herbata i kawa, a przede wszystkim w dowolnych ilościach napoje owocowe, woda mineralna, a także pyszne ciasta. W późniejszych godzinach atrakcją na estradzie była piosenka o życiu kowbojów na Dzikim Zachodzie, wykonana przez pięć pań terapeutek i panią rehabilitantkę. Piosenka ta była motywem przewodnim naszego pikniku w stylu country. Wkrótce potem nastąpiło ciekawe wydarzenie na estradzie, a mianowicie aukcja prac artystycznych wykonanych przez mieszkańców. Ceną wywoławczą

każdej pracy biorącej udział w licytacji była kwota 40 lub 50 zł, którą uczestnicy pikniku mogli podwyższyć. Dopiero po trzykrotnym werdykcie potwierdzającym ostateczną, końcową kwotę, prace licytowane trafiły do swego nowego właściciela. Ponadto znajdowało się stanowisko z mniejszymi, różnorodnymi pracami wykonanymi przez mieszkańców, które można było zakupić za niższą cenę. Oprócz tego znajdowało się stanowisko przedstawicieli Regionalnej Dyrekcji Lasów Państwowych, ubranych w odpowiednie mundury i można było tu wylosować pytanie dotyczące korzyści z lasów, a za prawidłową odpowiedź otrzymać nagrody. Dużą atrakcją pikniku były przejażdżki na koniach, a przede wszystkim pływanie po wodzie w przezroczystych, zamkniętych kulach.



Cały czas były robione zdjęcia przez pracowników naszego Domu, mieszkańców lub członków ich rodzin. Można było sobie zrobić zdjęcie pełne fantazji, a mianowicie wkładało się głowę w wycięty otwór w grubej tekturze przedstawiającej sylwetkę kobiety lub mężczyzny, ubranych w stroje kowbojskie. Atrakcją pikniku była również krowa, przepięknie wymalowana w różnobarwne kwiaty, którą kowboje upolowali przy pomocy lassa. Na pikniku można było obserwować robienie różnych, pięknych przedmiotów z wikliny.

W godzinach wieczornych na estradzie odbyło się karaoke. Z tą rozrywką zmierzyło się kilkunastu wykonawców, w tym również dzieci, które wykonywały różne piosenki. Po tych atrakcjach słonecznego popołudnia i od zmierzchu nastąpiła zabawa taneczna. Był to przy-

kład wspaniałej integracji, wszyscy bawili się przepięknie, kulturalnie i z kurtuazją – w parach, w kółeczku, czy też indywidualnie, w rytm fantastycznie wykonanych piosenek w kilku językach. Bawiliśmy się świetnie i nie mogliśmy się rozstać z zespołem, który wykonywał także piosenki na życzenie. W końcu postanowiliśmy pożegnać się piosenką biesiadną o sokołach.

Stokrotne dzięki za tak wspaniałą imprezę integracyjną – dla organizatorów, sponsorów i wszystkich, którzy przyczynili się do tego, że piknik był tak udany. Żegnaliśmy się wszyscy wzajemnie i z zespołem ze wzruszeniem, a niech żałują ci, którzy nie bawili się na pikniku, bo będą musieli z tęsknotą i zazdrością czekać na podobną imprezę w tej samej obsadzie aż cztery pory roku.

Wczasy w górach

Tegoroczne wczasy spędziliśmy w Tyliczu, malowniczej miejscowości górskiej, położonej niedaleko Krynicy i Muszyny. Mieszkaliśmy w ekskluzywnym, bardzo dobrze wyposażonym ośrodku, oddalonym od Tylicza o około 2 kilometry. Nasz ośrodek posiadał własne Spa, w każdym pokoju był telewizor, a w niektórych pokojach były również duże tarasy, na których można się było opalać. Na terenie ośrodka było też miejsce, gdzie można było rozpalić ognisko i usmażyć kielbasę, z czego chętnie korzystaliśmy.

W pierwszych dniach pobytu urządzono dla nas wieczorek zapoznawczy w bacówce, która znajdowała się nieopodal naszego ośrodka. Podczas wieczorku słuchaliśmy muzyki góralskiej, było też grillowanie. W kolejnych dniach odwiedziliśmy stadninę końską w Tyliczu, gdzie mieliśmy możliwość jeździć wierzchem konno, a także zwiedzić teren stadniny. Jedną z atrakcji pobytu w stadninie były również konkursy polegające na strzelaniu z łuku i przeciąganiu liny. Podczas turnusu mieliśmy kilka wycieczek, jedną z nich była wycieczka do Muszyny, ze zwiedzaniem miasta i ogrodów sensorycznych położonych na wzgórzu, z którego rozciągała się piękna panorama na Dolinę Popradu oraz uzdrowisko. Ogród sensoryczny, czyli ogród zmysłów, został tak zaprojektowany, aby oddziaływać na wszystkie zmysły. Po ogrodzie można nie tylko spacerować, ale spełnia on również funkcję terapeutyczną oraz dydaktyczną dla

osób niepełnosprawnych i dzieci. Ogród podzielony jest na kilka stref: zdrowia, zapachową, wzrokową, słuchową, dotykową i smakową. W parku znajdują się alejki spacerowe, ścieżki rowerowe oraz urządzenia do ćwiczeń na wolnym powietrzu, są także sztuczne stawy, altanki, ławeczki, stylowe latarnie, a także wiata grillowa dla turystów i kuracjuszy.





Podczas naszego pobytu byliśmy dwa razy w Krynicy, zwiedzaliśmy Park Zdrojowy, a także byliśmy na Górze Parkowej, skąd rozciąga się piękny widok na Słowację. Na kolejną wycieczkę wybraliśmy się na Słowację, tam zwiedziliśmy stary gród, obecnie miasto 30-tysięczne, z pięknym dużym Rynkiem, wielkości prawie krakowskiego. Kilkanaście kilometrów od tego miasta znajduje się uzdrowisko z wodami leczniczymi, z którego chętnie korzystaliśmy. Oprócz wycieczek mieliśmy też potańcówki oraz wspomniane wcześniej ogniska i grille.

Pogoda była nieco kapryśna, ale to nie przeszkodziło nam korzystać z wielu atrakcji, które nam przygotowano. Wczasy były udane i pozostaną na długo w mojej pamięci.



Moje pół roku

O wrażeniach z pobytu w naszym Domu



**Elżbieta
Tokarz**

19 września minęło 6 miesięcy jak jestem w tu-tejszym Domu. 19 marca o godz. 13-ej po południu przyjechałam tutaj. Byłam w stanie złym, prawdziwy obraz nędzy i rozpaczy. Przed zamieszkaniem w DPS mieszkałam sama, ponieważ nie mam już rodziców, jestem jedynaczką, po śmierci mamy zostałam sama. W ostatnim czasie przestałam sobie radzić. Miałam depresję, a także inne problemy: bardzo duży cukier, dużą otyłość, ogólne złe samopoczucie. Przez ostatnie lata tkwiłam w depresji z powodu mojej sytuacji, samotności po śmierci matki, następnie narastały inne trudności, kłopoty finansowe, brak pieniędzy na utrzymanie mieszkania i na leki. Miałam dwa pieski wykarmione od smoczków, w końcu jednak zostały zabrane do schroniska, gdyż nie byłam w stanie zajmować się nimi, musiałam się z nimi rozstać i zostałam sama. Byłam zamknięta w sobie, całymi dniami pozostawałam z domu, zostały mi radio i telewizja, nic więcej. Czułam się bardzo źle. Miałam co prawda pomoc opiekunki społecznej z MOPS oraz pomoc przyjaciela, ale to nie wystarczało. W końcu moją sytuacją zajął się bliżej MOPS i sąd, który zdecydował, że muszę mieć opiekę 24 godziny na dobę. Na początku nie chciałam tego, broniłam się przed tym, byłam nieufna. W tym czasie niewiele wiedziałam o Domach Pomocy Społecznej, kojarzyło mi się to z hospicjum, czy jak to się mówi „domem starców”.

Na szczęście okazało się, że jest całkiem inaczej. Nie jest to ani hospicjum, ani „dom starców”, wręcz przeciwnie, dom tętni życiem, jest to dom z ludźmi na dobre i na złe. Jak jest teraz? Teraz ważę blisko 19 kilo mniej – udało mi się zrzucić wagę, poprawił mi się cukier, zaczęłam się ruszać, samodzielnie wychodzę z budynku, chodzę po schodach by mieć więcej ruchu (choć tu przyznaję, że jak tylko mogę unikam tego wysiłku). Czuję się bezpieczna, a co za tym idzie mam mniej stresów. Poza tym mam różne zajęcia i – co dla mnie bardzo ważne – nawiązuję kontakty, mam wokół siebie grono ludzi, z którymi się dobrze czuję. Mam dużo koleżanek i personelu, który jest dla mnie bardzo dobry, a ja robię wszystko, by wracać do dobrej formy. Są rozrywki, zajęcia terapeutyczne, różne imprezy mu-

zyczne i taneczne, można pożyczyć i przeczytać dobrą książkę. Zaczęłam robić na szydełku, próbuję ry-sować, uczestniczę co tydzień w spotkaniach redakcji „Impulsu”.

Nadal mam chwile melancholii, które czasem wracają, ale – w miarę jak płynie czas – są one coraz rzadziej i mniej nasilone, bo mam w sobie tę zdolność, że rozmawiam, nie trzymam w sobie problemów, tylko staram się wychodzić z nimi do ludzi. Nie każdy to zrozumie, ale jestem przekonana, że tak jest lepiej, to jest mówić o problemach, mówić o tym, co czuję i przyjmować pomoc. Mam tu na myśli głównie personel, który jest gotowy mnie wysłuchać i wesprzeć, ale także niektóre moje koleżanki, chociaż pozostają ostrożna by nie mówić o moich intymnych sprawach ze wszystkimi, a tylko z wybranym gronem. Tutaj mam na myśli moją współlokatorkę Olę, która od samego początku jest mi życzliwa, bardzo dobrze mnie przyjęła i znosi moje złe i dobre chwile. Ostrożna jestem dlatego, że jeden zrozumie, ale niektórzy nie rozumieją moich kłopotów i tak mogą powstać plotki lub mogą narazić się na śmiechy. Smutki staram się odganiać, np. modłę się z różańcem, ale również wychodzę do ludzi, idę do opiekunów lub do psychologa, na terapię. Przyjmuje regularnie leki, co wcześniej przez półtora roku nie było tak regularnie, nie będziemy się cyganić. Dopiero tutaj zrozumiałam jaki jest mój stan zdrowia i jak ważne jest regularne leczenie, podobnie jak dieta, chociaż muszę się przyznać, że czasami ta dieta cukrzycowa mi się nudzi i wolałabym zjeść coś lepszego, chociaż nie mogę... Ogólnie jednak coraz bardziej rozumiem moje trudności, czyli te obszary, gdzie potrzebuję pomocy, a nawet dopingiu i nadzoru (np. dieta czy ruch), ale też uczę się doceniać moje mocne strony i staram się je rozwijać.

Wychodzi na to, że dobrze się stało, że tu przyszedłam.

PS Ja, Elżbieta Tokarz, przepraszam wszystkich, z którymi miewam konflikty, bardzo serdecznie przepraszam, a wszystkim pozostałym bardzo dziękuję, jestem Wam bardzo wdzięczna.

Złote Myśli

*Zdrowie jest zdolnością
do wszechstronnego życia.*

Perła

Wycieczka nach Mosen i do sanktuarium na Górę Świętej Anny



**Mirosław
Konieczny**

Tego dnia zbudziłem się o pół do siódmej, szybko się ubrałem i hops na wózek. Potem po śniadaniu zasiadliśmy w fotelach wypożyczonego na tę wycieczkę przez naszą niezastąpioną panią Jadzię neoplanu i wyruszyliśmy z zachmurzonego Krakowa w komfortowych

warunkach z włączoną na full klimatyzacją. Było nas 42 pątników i 6 opiekunek, włączając w to panią pielęgniarkę. Po jednym postoju zajechaliśmy aż w Dolny Śląsk, do miejscowości Moszna, z niemieckiego Mozen – o czym informowały dwujęzyczne tablice jakie są w całym województwie opolskim. Tam, po wyjściu z autokaru, przeszliśmy niewielki kawałek i zaczął się nam ukazywać pałac – jak z kreskówek Disneya. Piękna budowla eklektyczna wzorowana na zamku w Austrii i na pałacach z doliny Loary we Francji. Był to zamek w Mosznej, a dokładniej pałac. Zbudowany on został przez hrabiego Tiele-Wincklera, który był wielkim bogaczem bo należały do niego wszystkie kopalnie węgla w okolicach Katowic i Bytomia. Posiadał on również kopalnię złota w RPA. Aby majątek nie uległ roztrwonieniu, jedynie najstarszy syn dziedziczył wszystkie dobra i tytuł hrabiego. Reszta potomstwa nosiła tytuł barona, lub markizy i była na łasce i niełasce swojego najstarszego brata. Po tym jak opłaciliśmy wstęp, pojawiła się przed naszą grupą wielce urodziwa przewodniczka, która oprowadzała nas po zamku. Zamek nawet

po utracie swojej świetności (gdyż spłonął on w wielkim pożarze i jego skrzydło zachodnie nie zostało odbudowane, a po II wojnie światowej rosyjscy żołnierze dokonali dzieła zniszczenia zamieniając go w stajnie dla



koni i pałac gobelin zdobiący jego główną ścianę, a resztę sprzętów rozkradając) wygląda nadal okazale i w jednym jego skrzydle znajdują się nawet pokoje gościnne dla turystów. Co prawda, po oryginalnym wystroju pałacu pozostał jedynie kasetonowy sufit w jednej z sal, ale już sam układ i jego współczesne zdobienia robią wrażenie. Tak jak i rozpościerający się widok na park w stylu holenderskim o powierzchni 100 ha. Zamek najpiękniejszy jednak jest z zewnątrz, zwłaszcza widziany od strony dużego zespołu fontann. Ma on czarodziejski wygląd, gdyż posiada podobno 99 wież i wieżyczek. A to dlatego, że według prawa cesarza Franciszka Józefa II, kto posiadał siedzibę ze stu wieżyczkami musiał utrzymywać własne wojsko. Tym więc wybiegiem właściciel zamku, który był zresztą wielkim przyjacielem cesarza, obszedł ten przepis.

Następnie poszliśmy na posiłek, który spożyliśmy w salce parafialnej kościółka w Mosznej. Upał był wielki, 28 stopni w cieniu, dlatego z przyjemnością wsiedliśmy w nasz wiejący chłodem autokar i ruszyliśmy do drugiego punktu naszej wycieczki, a więc do sanktuarium na Górze Świętej Anny. Znajduje się tam seminarium Dominikanów, oraz oczywiście kościół o randze Bazyliki Mniejszej, którą to rangę nadał mu Pontifex Maximus Jan Paweł drugi w roku 1980 (co było zapisane złotymi zgłoskami po łacinie). W 1983 modlił się w tym przybytku oraz poprowadził msze dla 100 tysięcy wiernych na ołtarzu zbudowanym poniżej, który staraniem Braci Dominikanów zachowywane jest w niezmięnionej postaci od tego momentu. Brat Leon opowiedział nam o tym, kim była święta Anna i pokazał nam obraz, na którym ściska ona rączkę swego wnuka Jezusa, powiedział też, że dożyła ona 80 lat, co w tamtych czasach było nie lada wyczynem. Potem pożegnał się z naszą grupą. A gdy wychodziliśmy, położyłem się krzyżem i modliłem się do moich przodków. Po zakończeniu skróconej wersji mojej litanii do wszystkich przodków podniosłem się, otrząpiałem z lekka, po czym podszedłem do skarby, na której było napisane „na potrzeby sanktuarium”, wyjąłem z kieszeni pieniądze, odliczyłem 10 zł, wrzuciłem je do niej i odwróciłem się. I wtedy dopiero zobaczyłem, że nie jestem w bazylice sam – spora grupka wiernych była świadkiem moich czynów.



Wyszedłem więc na skwar popołudnia i usiadłem sobie na ocienionej ławeczce. Inni pątnicy z mojej grupy robili

sobie zdjęcia, ja niestety nie mogłem ich robić, bo mój aparat rozładował się na zdjęciu pięknej przewodniczki jeszcze w zamku. Nic dziwnego, skoro połowę zdjęć zarejestrowałem w drodze do Mosznej uwieczniając różne huty, elektrociepłownie i inne szczegóły terenu jak np. znaki drogowe.

Po zejściu z tej Golgoty, jaką było dla mnie pokonanie długiego podejścia schodów (bo na Górę Świętej Anny nie można wjechać wózkiem) wsiadłem do naszego wychłodzonego autokaru. Całą drogę z powrotem spędziłem na ubieraniu kolejnych warstw na siebie, tak, że gdy przyjechaliśmy do siebie na Łanową zostało mi

jedynie do założenia szalik i płaszcz przeciwdeszczowy, który sprawdził się i w tej wyprawie, bo letnia burza zmoczyła nas jedynie w drodze z Mosznej do góry Świętej Anny, a poza tym słońce nam dopisywało – tak, jako i humory. A to za sprawą naszego grona opiekunów, któremu to ja się do końca życia nie wypłacę za to wożenie mojego szanownego ciała na wózku. Choć sam się nachodziłem, bo i w zamku i w sanktuarium nie było żadnych udogodnień dla wózkowiczów i musiałem całe trasy pokonywać per pedes, czyli na własnych nogach – co można by uznać za cud ozdrowieńczy za wstawiennictwem Świętej Anny.

Wycieczki

Góra Świętej Anny i łaskami słynąca figurka

Na Wyżynie Śląskiej rozciągającej się od Tarnowskich Gór do Opola znajduje się najwyższe wzniesienie masywu Chełma – Góra Świętej Anny. Znajduje się tam zabytkowy franciszkański zespół klasztorny z bazyliką i sanktuarium, w której punktem centralnym jest łaskami słynąca figurka św. Anny Samotrzeciej (XV wiek) z jej relikwiami. Kiedy w 1655 roku Franciszkanie przybyli na Górę Chełmską, był na niej kościółek pod wezwaniem Świętej Anny.



Figurka z Góry Św. Anny
(fot. Sławomir Klim)

W kronikach klasztornych nie ma dokładnych przekazów na temat pochodzenia tej figury. Istnieje tylko podanie o księciu hiszpańskim, wracającym wołami z wyprawy wojennej, który wybudował w tym miejscu kościół, umieszczając w nim figurę Świętej Anny. Biorąc pod uwagę styl i kształt czy okres sztu-

ki, w którym rzeźbiono podobne dzieła, można spróbować określić czas powstania figury Św. Anny na drugą połowę XV wieku. Jedyny zachowany dokument dotyczący figurki to pergamin z początku XVI wieku, który mówi o relikwiach Św. Anny. Figura została wyrzeźbiona z jednego kawałka lipowego drewna, ma około 66 cm wysokości z podstawą. Przedstawia trzy postaci, w środku stoi starsza niewiasta, Św. Anna, która trzyma w swoich ramionach dwoje dzieci, na lewym ramieniu swoją córkę, Najświętszą Maryję, a na prawym swojego wnuka – Pana Jezusa.

Pierwszy kościół został zbudowany w tym miejscu na przełomie lat 1480-85. Fundatorami byli Mikołaj i Krzysztof Strzała. Najstarsza urzędowa wzmianka o istnieniu kościoła na Górze Chełmskiej pochodzi z 25 czerwca 1516 roku. Kościół klasztorny Franciszkanów pierwotnie miał wystrój gotycki, był przebudowywany w 1781 roku oraz w latach 1957-1963 w stylu neobarokowym. W ołtarzu głównym znajduje się figura Świętej Anny, w kościele znajdują się także relikwie świętej Anny. Malowidła na suficie wzdłuż środkowego przejścia nawiązują do życia Św. Anny, pierwsze nad wejściem do bazyliki przedstawia narodzenie Marii, w środku – ofiarowanie Maryi w świątyni jerozolimskiej, trzecie przedstawia życie Św. Anny, z kolei malowidło w prezbiterium ukazuje śmierć Św. Anny. Do zespołu klasztornego należy także Rajski Plac czyli dziedziniec arkadowy, na którym stoi 15 stuletnich konfesjonaliów, jest tam także grota wykonana na wzór grotty z Lourdes oraz 40 kaplic kalwaryjnych z początku XVIII wieku.



Krzysztof
Kijowski

Wyprawa do Zatorlandu

18 września wybraliśmy się do zatorskiego „Zatorlandu – parku rozrywki”. Rankiem mając mało czasu na przygotowanie, wskoczyłem szybko w swoje ubranie, na wózek, z wózka do autokaru i hajda w trasę. Jechaliśmy drogą na Oświęcim, przez Bodla i stamtąd niedaleko już było do Zatora. Pogodę mieliśmy wymarzoną – słońeczko ostatnimi promieniami tego lata ogrzewało moje stare kości. Jednak co pięćdziesiątka, to pięćdziesiątka. Na początek zwiedziliśmy Park Owadów, gdzie mogliśmy podziwiać kilkumetrowe modliszki, stonki, czy komary, które na przemian bzycały lub poruszały czułkami. Ale to było jeszcze nic – rzecz by można przystawka. W dalszą drogę ruszyliśmy do „Parku mitologii”, a tam już liczba bodźców była porażająca. Otóż, na obszarze kilku hektarów rozciągał się tam staw, na którym znajdowały się czytelnie podpisane figury bogów i greckich heroś w zmaganiach z potworami zamieszkującymi świat antyczny. W stawie roiło się od karpia, a posągi owe poruszały się napędzane bateriami słonecznymi. Na wstępie więc oglądaliśmy taniec fontann, które przy wtórze

V symfonii Beethovena wytryskały w powietrze w takt muzyki. Była tam konsola, którą można było samemu kontrolować erupcje owych fontann, po zakończeniu muzyki. Potem łódź zabrała naszą grupę w podróż po tym jeziorze – w trakcie 17 minut poznaliśmy przedsta-

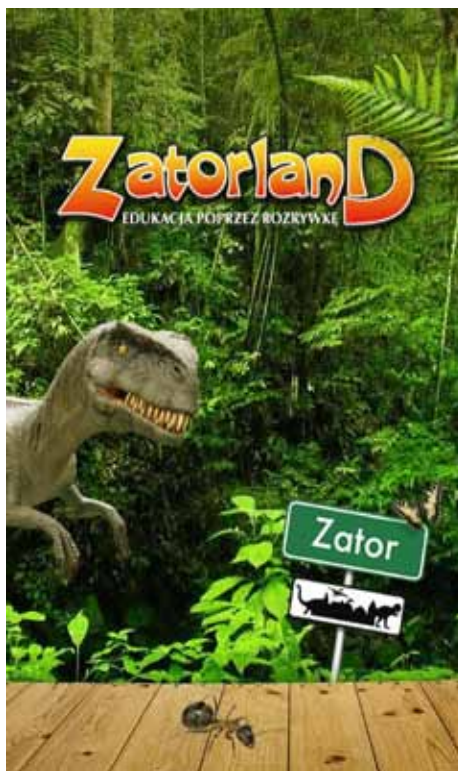
wioną głosem lektora całą historię świata antycznego od chaosu po wyprawę Argonautów w łodzi „Argo”, co oznacza „Szybki”. Każdy fragment wypowiedzi opowiadał o posągu, który właśnie mijaliśmy w naszej wędrowce

przez staw. Następnie poszliśmy do wesołego miasteczka, gdzie pośród gwaru dziecięcych pisków i śmiechów i pomiędzy przechadzającymi się postaciami Czerwonego Kapturka, Królika Bugsa i Pikachu, zjedliśmy przy stole nasz posiłek południowy, zagryzając kotleta swoją działką leków. Na koniec przestąpiliśmy bramy Parku Jurajskiego – głównej atrakcji Zatora. W parku tym odbyliśmy wędrowkę pośród ukrytych pomiędzy starymi dębami i inną roślinnością figur różnorodnych gadów prehistorycznych, od morskich plezjozaurów i ichtiozaurów, przez roślinożerne triceratopsy i diplodoki, do mięsożernych raptorów i latających pterozaurów i pterodaktyli. Były tam również wystawione makie ty jaj dinozaurów i świeżo wyklutych z nich piskląt. Największą jednak atrakcję stanowił tyranozaur

w skali 1:1, który przytłaczał wszystko swoim ogromem i do tego co jakiś czas... sikał na ścieżkę, tak że i ja zostałem przez niego obłany. Wśród naszej kadry panowały różnorakie wątpliwości co do biologii odległych czasów, jak i przyszłości Ziemi. Muszę wy-



**Mirosław
Konieczny**





jaśnić, że dinozaury i ludzi dzieliły miliony lat ewolucji, bo po katastrofie i zderzeniu się z planetoidą nastąpiła noc spowodowana milionami ton pyłów wyrzucanych do atmosfery i wzmożoną aktywnością wulkanów. W wyniku następującej po tej nocy zimy obumarały rośliny, a po nich dinozaury roślinożerne, a następnie mięsożerne. Przetrwały jedynie drobne ssaki kryjące się w wykrotach między korzeniami drzew – podobne do współczesnych myszy i niewielkie gady stałocieplne, których potomkami są dzisiejsze ptaki, oraz niektóre gatunki gadów, płazów, ryb i bezkręgowców. A człowiek? Człowiekowate i małpy naczelne miały wspólnego przodka, proconsula, który żył w okresie miocenu 23-14 mln lat temu. Czyli na długo po upadku tej zabójczej asteroidy w końcu kredy 66 mln lat temu. Przepaść między tymi okresami jest ogromna. A co się tyczy przyszłości człowieka, to nie sądzę aby nastąpiły w budowie fizycznej znaczne różnice teraz i za milion lat. Człowiek nie będzie miał ani wielkiej łysej głowy, ani też nie będzie supergenialny. Po pierwsze nadal popularne jest stwierdzenie: „Citus Altius Fortius” (szybciej, wyżej, mocniej), więc granice wydolności fizycznej będą przesuwane nadal do przodu, po drugie przemysł kosmetyczny prędzej odkryje płyn na porost włosów niż one wypadną, a po

trzecie człowiek jako gatunek społeczny osiągnął już maksimum IQ – przesuwanie go wyżej spowodować by mogło tylko rozpad społeczeństwa – bo osobniki superinteligentne są i tak już uważane za ponuraków i odludków i dobór genetyczny promuje średniaków intelektualnych i raczej piękniejszych i mocniejszych ludzi. Zresztą badanie inteligencji w szkołach USA dowiodło, że dwa lata temu zatrzymał się postęp wysokości IQ – co oznacza, że osiągnęło ono swoje optimum. Tak więc możemy być o to spokojni, ewolucja ludzi już się zatrzymała. Teraz może być tylko ewolucja narzędzi, które w coraz prostszy sposób będą wykonywać coraz bardziej skomplikowane czynności. Niepokojący jest tylko zanik chromosomu Y. Niektórzy badacze uważają, że jeśli tendencja się utrzyma, to może to doprowadzić do tego, że mężczyźni będą mieć genom X, a kobiety XX. Ale to jest raczej niemożliwe, bo pewne cechy męskiego fenotypu są jednak promowane w populacji i że w związku z tym musi istnieć odpowiedni genotyp je kodujący.

Po obejrzeniu wszystkiego i zrobieniu mnóstwa zdjęć wsiedliśmy do autokaru i wróciliśmy do Krakowa. Ja z tej wycieczki – oprócz „milionu zdjęć” i wspomnień – przywoziłem sobie balonik na patyku i kawałek kognopnego sznurka.



Poniżej zamieszczamy relacje – prozą, jak i wierszem – z kilku atrakcyjnych wycieczek i imprez w plenerze. Odbyły się one w ramach projektu „Przez pokolenia – przez świat. Małe i duże wycieczki krakowskich seniorów”, realizowanego przez Forum Rozwoju Inicjatyw Lokalnych w partnerstwie z naszym Domem. Jest to projekt promujący aktywność fizyczną z wykorzystaniem terapeutycznych funkcji lasu oraz integrację wewnątrz i międzypokoleniową. W ramach projektu odbywają się międzypokoleniowe wyjazdy krajoznawcze z pogadankami edukacyjnymi i zajęciami ruchowymi odbywającymi się w takich miejscach jak: Puszcza Niepołomska, Ojcowski Park Narodowy, Dolinki Podkrakowskie i Nadleśnictwo Krzeszowice. Celem wyjazdów jest upowszechnianie wśród uczestników terapeutycznych właściwości lasu (sylwoterapia), promowanie aktywności fizycznej oraz edukację przyrodniczo-leśną. W ramach projektu odbywają się również zajęcia komputerowe, spotkania z podróżnikami oraz plenerowe imprezy integracyjne.



Wycieczki

Dolina Grzybowska

W ramach zajęć w terenie „60+”, 15 lipca wybraliśmy się na wycieczkę do Doliny Grzybowskiej. Jechaliśmy autokarem i busem, droga nam się nie nudziła, bo było co podziwiać. Po godzinnej jeździe znaleźliśmy się na miejscu i weszliśmy do lasu Nadleśnictwa Krzeszowice.

Dolina Grzybowska rozciąga się między zboczami wschodniej części Garbu Tenczyńskiego, na Wyżynie

Pierwsze, co nas zachwycało po przyjeździe, to cisza, przerywana śpiewem ptaków i szumem drzew. Dolina jest zalesiona lasem głównie dębowym, chociaż rosną tam także inne drzewa, zarówno iglaste (sosna, jodła, limba, świerk), jak i liściaste (poza dębem buk, lipa, brzoza, topola). Po przyjeździe przystanęłam na chwilę i objęłam jedno



**Anna
Wolska**

z drzew – przyłożyłam ucho do pnia i słyszałam poszum soków, które płynęły od korzeni do szczytu.

Szliśmy dnem dolinki, gdzie Nadleśnictwo Krzeszowice wyznaczyło ścieżkę dydaktyczną „Dolina Grzybowska”, ścieżka ma długość 2,5 km, ma ona 5 przystanków z informacjami o ochronie przyrody i o gospodarce leśnej. Z chęcią skorzystałam z propozycji nadleśniczego, który nas podwiózł swym terenowym łazikiem, bo droga pięła się pod górę, w drodze powrotnej znowu trafił nam się samochód i spory kawałek przejechaliśmy. Poznałam koleżankę Anię i trzymałyśmy się już razem. Ktoś



Krakowsko-Częstochowskiej, między miejscowościami Balice i Zabierzów, płynie nią niewielki potok będący dopływem Rudawy. Na terenie dolinki znajduje się duża wapienna skała wchodząca w skład rezerwatu Skała Kmity, a cały obszar dolinki znajduje się na terenie Tenczyńskiego Parku Krajobrazowego.

ze znajomych nabierał siatkę kozaków czerwonych, były też maliny. Po prawej stronie stało Ranczo Grzybowe. Tam też weszliśmy i zjedliśmy pyszny obiad i sporo ciasta na deser, były też napoje. Potem zwiedziłam cały skansen. Czego tam nie było – wóz drabiniasty na drewnianych kołach, podkowy, brony i narzędzia rolni-

cze, stary traktor. Oprócz tego były gołąbki w klatkach, króliki, nawet specjalne sprowadzone kozy, osioł i krowa, ale tej nie widziałam, gdyż była schowana w swojej oborze. Wszędzie idealny ład i porządek.

Po obiedzie przeszliśmy do następnej partii stołów i ław (wszystko drewniane) i tam zaczęła się zabawa.

Wymyślaliśmy piosenki – i te znane, i nieznanne – i śpiewaliśmy gromkimi głosami, urządzaliśmy konkursy, np. szukanie skojarzeń do nazw drzew. Po lekkim deszczu zaświeciło słońce, które chyliło się ku zachodowi i żal było wracać. Wróciliśmy akurat na kolację – zmęczeni, ale szczęśliwi.

Wycieczki

Wycieczka do Ojcowskiego Parku Narodowego



Bożena Florek

29 sierpnia odbyła się wycieczka do Ojcowskiego Parku Narodowego w ramach projektu „50+”. Po przyjeździe na teren parku, na małej łące pani rehabilitantka poprowadziła gimnastykę. Następnie dowiedzieliśmy się od pana przewodnika, że Ojcowski Park Narodowy to najmniejszy spośród 23 parków narodowych w Polsce, utworzony na mocy rozporządzenia

Rady Ministrów z 14 stycznia 1956. Znajduje się on w województwie małopolskim, około 15 km od Krakowa. Położony jest na obszarze 4 gmin: Skała, Jerzmanowice-Przegonia, Wielka Wieś, Sułoszowa. Leży w południowej części Wyżyny Krakowsko-Częstochowskiej i obejmuje środkową część Doliny Prądnika. Na obszarze parku znajdują się ciekawe zabytki i inne obiekty, które warto zobaczyć, między innymi: ruiny średniowiecznego zamku w Ojcowie, późnorennesansowy zamek w Pieskowej Skale, kaplica „Na Wodzie”, pustelnia błogosławionej Salomei na Grodzisku, Muzeum Ojcowskiego Parku Narodowego im. prof. Władysława Szafera, Maczuga Herkulesa, Jaskinia Łokietka.

Następnie udaliśmy się do Muzeum Ojcowskiego Parku Narodowego, gdzie najpierw na tle różnobarwnych reflektorów oglądaliśmy umieszczoną w gablotach szklanych florę i faunę. Pomimo znacznych przeobrażeń dokonanych przez człowieka przed utworzeniem parku narodowego – wyniszczono zupełnie m.in. 36 gatunków roślin – przyroda zachowała tutaj dużą różnorodność. Na bogactwo flory składa się 950 gatunków roślin. Głos pani narrator opowiedział nam o oglądanej w gablocie faunie na tle flory, występują tam 84 gatunki roślin chronionych, m.in.: róża alpejska, brzoza ojcowska, kruszczyk, gnidosz, goryczuszka orzęsiona, kosatka kielichowa, rokitnik zwyczajny, skrzyp olbrzymi, zerwa kulista. Przedstawicielami flory stepowej są: wiśnia karłowata, aster gawędka, ostnica Jana. Florę górską reprezentują: jodła, grab, tojad smukły, tojad mołdawski, chaiber miękkowłosy. Największą powierzch-



nię zajmują lasy i zarośla. Wiosną przed rozwojem liści przez drzewa w ich runie masowo zakwitają: przylaszczka pospolita, miodunka ńma, zawilec gajowy i żółty, śledziennica skrętolistna, zdrojówka rutewkowata. Na skałach występują mury kserotermiczne, a na dnach dolin las łągowy. Wilgotne skały porośnięte są glonami, wśród których występuje reliktowy gatunek wodolubna.

Bardzo charakterystyczną dla Ojcowskiego Parku Narodowego grupą zwierząt i będącą jego symbolem są zamieszkujące jaskinie nietoperze – występuje ich tutaj aż 17 gatunków (w całej Polsce jest 25 gatunków), najczęstszymi są nocek duży i podkowiec mały. Stwierdzono występowanie 120 gatunków ptaków, w tym 94 łągowe, m.in. są to: bocian czarny, pluszcz, zimorodek, puszczyk, jastrząb gołąbiarz, sowa uszata, dzięcioł czarny, dzięcioł zielony, dzięcioł zielonosiwy, dzikie gołąbie (gołąb grzywacz i turkawka), mysikrólik, a na zimę przylatują: czeczotki, jemiołuszki i kwiczoły. Z płazów występują: ropucha szara, żaba trawna, rzekotka drzewna. Gady reprezentowane są przez: zaskrońca, jaszczurkę, padalca zwyczajnego, żmiję zygzakowatą. Występują także mięczaki, a wśród nich ślimaki.

Po obejrzeniu tej flory i fauny przeszliśmy do sali kinowej, gdzie na ekranie trójwymiarowym, przy pomocy specjalnych okularów oglądaliśmy ewolucyjną historię powstania skał wapiennych, fauny i flory począwszy od okresu 150 lat temu. Na dnie mórz osadziły się pancerzyki wapienne obumierających zwierząt wodnych, dzięki temu stopniowo wylaniały się z wód skały, które poprzez ery zmieniały swoje kształty. Od milionów lat przeobrażały się skały i flora i fauna, które przetrwały zlodowacenia, powodzie, susze i tworzenie pustyń, oraz zjawiska krasowe – działalność rzeźbiąca przez erozję wód. Wapienne podłoże sprzyja powstawaniu jaskiń. Dzięki tym dziejom przez erę archaiczną, paleozoiczną z okresami: kambry, ordowik, sylur, dewon, karbon, perm, mezozoiczną i okresy: trais, jura, kreda oraz kenozoiczną: trzeciorzęd i czwartorzęd oraz okresy: miocen, pliocen, eocen, plejstocen, helocen



mamy tak piękne zakątki w kraju, które możemy podziwiać przez cztery pory roku. Na koniec filmu jest pokazany Ojcowski Park Narodowy wiosną, latem, jesienią i zimą. Jaskinie były wykorzystywane już przez człowieka prehistorycznego, którego ślady bytowania znaleziono, dzięki wykopaliskom archeologicznym m.in. w Jaskini Ciemnej.

Trzecim etapem naszej wycieczki, po gimnastyce i zwiedzeniu muzeum był spacer w kierunku pięciu stawów z pstrągami, stawy zostały założone z inicjatywy księżnej Lubomirskiej w 1935 roku. Potem usiedliśmy w pobliżu tych stawów i jedna pani terapeutka opisała nam korzyści, jakie daje las – oprócz odprężenia fizycznego i psychicznego, możemy także spożywać różne owoce: poziomki, maliny, jeżyny, borówki oraz grzyby. Opisywała również witaminy zawarte w tych owocach, które leczą choroby, a także mają zastosowanie kosmetyczne. Dowiedzieliśmy się również, że największym drzewem w Polsce jest dąb Bartek w województwie kieleckim, lecz starszym jest dąb Chrobry w województwie zachodniopomorskim.

Wkrótce po spacerze doszliśmy do zajazdu „Pod nietoperzem” i tu zjedliśmy smaczny obiad, a biesiadę zakończyliśmy grillem, a następnie kupieniem pamiątek.

Organizatorom projektu tej wycieczki dziękujemy stokrotnie i ich przedstawicieli pożegnaliśmy hasłem „Darz bór!”

Złote Myśli

Jak się ruszymy, to lepiej pomyślimy

Perła

Wycieczka do Niepołomic

17 września duża grupa wycieczkowiczów wyruszyła do Niepołomic. Na pierwszej polanie leśniczy opowiadał nam o drzewach: objaśniał jakie drzewa są w lesie – sosna i buk, z którego robi się parkiety, boazerię i różne zabawki, mówił jaki wiek mają drzewa – niektóre z nich mają nawet 100 lat. Leśniczy opowiadał nam również ciekawostki o królach, którzy lubili polować na różną zwierzynę. Na polowania do Niepołomic jeździła również królowa Bona. Na jednym z polowań spadła konia, podczas tego nieszczęśliwego upadku

straciła dziecko, gdyż była w stanie błogosławionym. Na drugiej polanie znajduje się pomnik Polaków pomordowanych podczas II wojny światowej, których było ok. tysiąca, a wśród nich Prezydent Krakowa, Stanisław Klimecki. W tym miejscu złożyliśmy kwiaty, zapaliliśmy znicze i odśpiewaliśmy pieśń „My, pierwsza brygada”. Tak zakończyła się nasza wycieczka do Puszczy Niepołomickiej.



Zofia Budek

Wspomnienia z wycieczki do Niepołomic

Było to w środę, 17 września 2014 roku, pogoda była wtedy piękna. A słońce świeciło jasno, świetliście, pięknie i jaskrawym blaskiem oświetlało słońce miasto Kraków. Najpierw wpadało słońce przez szyby do omnibusu, którym jechaliśmy potem. Wyjechaliśmy



o 10.05 spod Depeesu Łanowa 43E, pojechaliśmy na teren 41. Do 10.31 skompletowali się wszyscy i wtedy, gdy wszyscy wsiedli do omnibusu, zajęli swoje fotele, to wyjechaliśmy o 10.33, brama się sama otworzyła i wyjechaliśmy poza teren osiedla Łanowa 41. Jechaliśmy do Niepołomic i patrzyłem przez okno w omnibusie, na śliczne pejzaże, na panoramę dnia wrześniowego. Cały czas jak jechaliśmy, to się za oknem zmieniały widoki, widać było domy, drzewa i zieleń traw i zielone liście na drzewach. Potem widać było pagórki, a koło Niepołomic – wzgórzka były i coraz więcej lasów. W końcu

przyjechaliśmy na miejsce, stanęliśmy na parkingu omnibusem. Wysiedliśmy wszyscy z omnibusu, na parkingu rozmawialiśmy ze sobą od 11.02 do 11.13, potem nam wszystkim rozdali po butelce picia Solarisu. O 11.19 poszliśmy do lasu. I szliśmy leśnym duktem, wdychaliśmy w swe płuca świeże czyste powietrze. Idąc leśnym duktem rozmawialiśmy wszyscy ze sobą. O 11.31 doszliśmy do celu podróży, zatrzymaliśmy się na miejscu – w lesie. Wtedy pan przewodnik, pracownik z Nadleśnictwa, nam wszystkim wygłosił długi monolog na polanie. Mówił o lesie i o drewnie. O sektorach chronionych w lesie. O pracach w lasach polskich. O czynnościach w leśnej guszy. O pracach w rezerwatach leśnych. O ochronie drzew i poszycia leśnego i runa w lesie. Zapytywał się pan przewodnik, kto wie jakie drzewa są wykorzystywane do produkcji mebli? Ja mówiłem, że drzewa mahoniowe i hebanowe. A z polskich drzew, że najlepsze meble są z dębów. Że najlepsze są drzewa dębowe na produkcję z nich mebli. Potem pewna pani zapytała się trzy razy: Czy są wilki? Czy są lisy? Na to ja odpowiedziałem, że są wilki i lisy w czwartej strefie chronionej, osobno wilki, a lisy osobno. Potem poszliśmy leśną drogą na leśną polanę. Zatrzymaliśmy się na polanie drugiej, gdzie były dwa stoły i tam sobie przysiedliśmy na ławkach przy tych dwóch stołach. Pozostali stali na całej polanie. Potem pan przewodnik wygłosił kolejny swój monolog. Przerwał swoją przemowę i się zapytał: Czy ma ktoś jakieś pytania? Wtedy ja się zapytałem pana leśnika-przewodnika, że skoro w czwartej strefie chro-



Marek Migdał

nionej są tam osobno wilki i lisy, to co jest chronione w trzeciej strefie ochronnej? To wtedy usłyszałem ja, że w trzeciej strefie ochronnej są chronione ptaki leśne. Obiecał mi pan przewodnik, że mi przywiezie biuletyny. Potem gimnastykowaliśmy się wszyscy z głębokimi oddechami powietrzem świeżym. I dowiedziałem ja się tam jeszcze, że pierwszą strefą ochronną są lasy, drzewa, krzewy, poszycie leśne i runo leśne. Co prawda nie dowiedziałem się jeszcze co jest chronione w drugiej strefie ochronnej Lasów Niepołomickich. I nie dowiedziałem się ja ile jest wszystkich stref chronionych w Puszczy Niepołomickiej. I co w nich jest chronione? Tego dowiem się z biuletynów, które przywiezie mi pan przewodnik. Potem poszliśmy lasem drogą aż do parkingu. I o 12.55 wsiedliśmy do omnibusu wszyscy i pojechaliśmy z parkingu. Po odjechaniu z parkingu jechaliśmy w blasku słońca, przy błękitnym niebie, aż zatrzymaliśmy się w trzecim miejscu, przy biwaku ze stołami z drewna. Zastaliśmy tam na biwaku dwa stoły drewniane, a koło nich były ławki, na których niektórzy posiadali koło tych dwóch stołów. Serwowali nam po kolei po kilka razy ciasto szarlotkę. Ja podjąłem trzy razy szarlotkę, dwa razy picie do leków południowych. Na poprzednim drugim biwaku rozdali banany, ja otrzymałem jednego banana żółtego tam, na drugim biwaku. I na drugim biwaku dawali różne jedzenie i picie. Na trzecim biwaku otrzymałem przed zażyciem leków trzy szarlotki, czego innego nie brałem do jedzenia i picia. Potem był 15-minutowy monolog wygłoszony przez pana przewodnika, następnie były mówione informacje przeznaczone dla uczestników tej wycieczki do Niepołomic, które trwały 17 minut. Potem były instrukcje dla uczestników tej naszej wycieczki jak zachowywać się w lesie. Ja stałem cały czas za tablicą informacyjną z boku, długo i cicho. I słuchałem pilnie co mówiono. Gdy stałem na trzecim biwaku za tablicą informacyjną w pewnym momencie, konkretnie o 13.59 i 20 sekund, podeszła do mnie pani Maria i weszliśmy w rozmowę. Gdy zbliżyła się do mnie pani Maria, świeciło słońce gorącymi świetlistymi promieniami. W blasku słońca i w ten pogodny czas zaczęła się nasza rozmowa. I ucieśliśmy sobie pogawędkę krótką o sprawach prywatnych i osobistych. Rozmawialiśmy o tym, gdzie mieszkaliśmy dawniej i o mojej rodzinie. I w pewnym momencie, konkretnie o 14.26 i 6 sekund zadała mi pewne pytanie. Konkretnie „Dlaczego się ja nie ożeniłem? I z jakiego powodu się nie ożeniłem?”. W tym momencie był ciekawy monolog między uczestnikami przebywającymi na trzecim biwaku, zadawali poszczególne pytania, następowały kolejne odpowiedzi, którym się pilnie i z uwagą przysłuchiwałem i przypatrywałem, potem była długa rozmowa powszechna, ogólna i ciekawa. Ponieważ wszystkiemu temu przysłuchiwałem się z za-



interesowaniem – pilnie i uważnie, no tom się wyłączył z rozmowy, i tylko półgębkiem kilka razy odezwałem się z przekazem i zbyłem dalszą rozmowę tak milczeniem, że się pani Maria pożegnała i odeszła ode mnie na bok i wtedy pilnie i uważnie obserwowałem wszystko wokół i uważnie słuchałem wszystko i wszystkich cały czas do końca preferowanej rozmowy i dyskusji. Pan prelegent wygłosił 25-minutową prelekcję. Potem z uwagą wszyscy, i ja także, słuchaliśmy udzielanych informacji nam przez osoby do tego upoważnione i kompetentne. Co do pytań mi zadanych przez panią Marię, to na te pytania, na które nie odpowiedziałem, odpiszę innym razem. Opiszę to w oddzielnym artykule. Powiedziałem pani Marii (przy blasku słońca i jego promieni w biwaku trzecim), że nie miałem czasu na ożenek. Cały czas świeciło słońce nam i było błękitne niebo i słońce przygrzewało nam cały czas. W końcu powsiadaliśmy wszyscy do tego omnibusu. I pojechaliśmy z tego biwaku trzeciego i chwila moment zajęliśmy do pewnego budynku, weszliśmy do środka, posiadaliśmy za stołami. I poczęstowaliśmy się tym, co było w tym pokoju, a jeszcze były wolne miejsca na biesiadników. Gdyby byli. Po spożyciu posiłków powychodziliśmy przed budynek, posiadaliśmy na stołkach przy stołach i w dzień słoneczny częstowaliśmy się wiktuałami, które wszystkie wszyscy pozjadali i powypijali, tak jak w budynku, tak i przy stolikach jedli i pili na polu. Różni różnie rozmawiali ze sobą. Ja tam nie mówiłem bo były tylko osoby nieznanne. To do kogo bym się odzywał, tam na polu przed budynkiem. Świeciło śliczne słońce – cały czas na niebie słońce świeciło, gdy byliśmy przed budynkiem. Słońce świeciło cały czas na niebie w czasie podróży do Niepołomic i w czasie gdy byliśmy w Niepołomicach. I gdy jechaliśmy z powrotem do Krakowa. Moje te wrażenia są obiektywne i mile spędziłem tam czas. Mam same wrażenia w superlatywach. Mile spędziłem ten czas, na wycieczce do Niepołomic.

Wycieczka do Doliny Mnikowskiej



Marek Migdał

*Ta wycieczka do Doliny Mnikowskiej,
Tej przepięknej, oraz cudnej doliny,
Podobnej do Doliny Michałowskiej,
Gdzie rosną na skałach cudne rośliny...*

*Gdzie pną się na skałach bujne krzewiny,
Tam wystrzela drzewo, ponad te skały!
Drzewa liściaste pną się nad czupryny
Skał, gdzie jest grzebień, skalisty tam cały!*

*Skały piętrzą się wzwyż, aż do krańca
Tej grani, tworząc doskonały
Widok, jak gór tego Bratańca,
Tworząc łańcuch gór ciągnący się cały!*

*Na skałach pną się pnącza, skaliste tam,
Gdzie odrobinę jest gleby i ziemi –
Pną się pnącza skaliste i rośnie sam
Buk, strzelający w niebo, tam swemi...*

*Gałęziami z liśćmi rozłożystej
Swej korony, przepięknego tam buka,
Tej korony buka, jasnej, przejrzystej,
Na którym dzieciół w buka tam stuka!*

*Obok buka pnie się ten dąb, na zwale,
Który, nad skałami, rośnie na zrębie;
I ta leszczyna wisząca na skale –
Podobnej, jakby rósł na skalnym zębie!*

*I ten dąb rozłożysty, rosochaty,
Który ma potężne swoje konary,
Rósł koło pustelnika – tam, kosmaty
I wzrastał on w pionowe tam skały!*

*Które piętrzyły się na stromym zwale
I ten dąb wzrósł w skały takie jak ząb
Skalny, piętrzący się jak ząb, na skale
I na skałach piętrzący się skalny ząb!*

*Który pionowo wisiał nad przepaścią
I tam, ten piętrzący skalny bloku ząb
Wiszący nad wiszarem – tą zapaścią
Przepaści, której nikt nie zmierzy w głąb!*

*Na tych wapiennych skałach, tam pionowych,
Na stromych zboczach rosły skalne bluszcz,
Pięły się osiki, powoje zdrowych
Drzew, krzewów, osik, a na dole – pluszcze...*

*Pluszcze woda, w płynącym strumieniu,
Płynącym na dnie skalistej doliny!
A w górze skały są – na grzebienu,
A na nim jest jakby portret dziewczyny!*

*Na tych skałach jest portret tej dziewczyny
Smutnej i melancholijnej – na skałach,
A nad nią jest wpięte drzewo leszczyny,
Rosnącej na pionowych skał tam zwałach!*

*A gdzie indziej rośnie drzewo kaliny,
Na skalistym zębie pionowych skał – zwał...
Jest portret rudowłosej tam dziewczyny –
Na ścianach ciągnących się pionowych skał.*

*Przy drugim drzewie pnącej się kaliny,
Na skalistym zrębie pionowych skał – zwał...
Mieni się portret wesołej dziewczyny –
Wzdłuż tych ścian ciągnących się pionowych skał!*

*Górami piętrzą się pionowe zręby skał,
A na nich rosły drzewa i powoje,
Wśród których, od wiatru, bluszcz cały tam drżał!
A na szczycie tych skał, rosło tam dwoje...*

*Sosen smukłych, strzelistych i zielonych,
A obok nich, buki są w kolorach
Rdzawych, rudych, żółtych oraz czerwonych,
Mieniać się barwami o późnych porach...*

*Mieniać się barwami o późnych porach –
Jesieni, liśćmi rdzawymi, rudymi
I w tęczy wszystkich barwach, kolorach –
Żółtymi, czerwonymi, brązowymi...*

*Liśćmi szarymi, czarnymi, rdzawymi,
Które wiatr wokół tam wszędzie rozwiewa,
Popielatymi także, śniadymi,
Nad którymi pięknie, słicznie ptak śpiewa.*

*Na zielonym drzewie osiki – śpiewa
Ten ptak czyżyk, pośród liści zielonych,
A śpiewa on i śpiew jego się zlewa
Pośród spadających liści czerwonych!*





Matka Boska Mnikowska

*Gdy przyszliśmy do stóp Matki Boskiej Mnikowskiej,
Którą z daleka, od strumienia widziałem,
Gdzie widoczny był portret Świętej Matki Boskiej
Mnikowskiej, z miejsca, w którym to ja tam stałem.*

*Wszyscy prawie pieli się po schodkach, do stóp Jej.
Tam przy obrazie tej Matki Boskiej Mnikowskiej.
Jawi się ten obraz w przepięknych kolorach,
W każdym momencie, o przeróżnych tam porach.*

*Ten portret uwieczniony na zawsze na skale,
Obraz Matki Mnikowskiej, świętej tam patronki,
Obraz tam jest umieszczony – na zawsze, trwale,
A u Jej stóp, w trawie, dzwonią kwiatki, dzwonki.*

*A u Świętej Matki Mnikowskiej stóp – te trawy,
Śliczne, zielone, w nich dzwonki są tam kręte,
Błękitne, fiołkowe, różowe, barwy... kawy
I rozwiewają się z nich zapachy święte.*

*Cudna Matka Mnikowska, widoczna na skale,
W prześlicznych kolorach jest wymalowana –
Tak jakby nie była malowana tam wcale –
Przecudnymi kolorami jest tam usłana.*

*Ta Matka Mnikowska, na skale malowana,
W barwach, kolorach i świętych odcieniach,
A prostopadła, pionowa z Matką ściana
Opada stromo, pionowo, aż w podcieniach.*

*Opada stromo, pionowo, w tych podcieniach
Ta skała, na której jest portret malowany.
W tych słońca blaskach, jaskrawych tam promie-
niach,
Był portret Matki, przymocowany do ściany.*

*W blasku słońca, padających tam promieni
Słonecznych, mocno grzejących te Matki ściany,
Odbijających się od skały tam złocieni
I burzącej się w strumieniu wody piany.*

*Ta Matka ma ręce rozłożone i dłonie,
Naokół, oblamowaną ma wokół głowę,
A postać Świętej Matki w cieniu tam tonie,
I jak śliczną ta figurka ma tam wymowę.*

*I, jak prawie wszyscy po schodach tamże wyszli,
U stóp Matki Mnikowskiej się tam pokłonili,
Tak potem na dół po schodach wszyscy tu przyszli,
Którzy do Doliny Mnikowskiej tam przybyli.*



Wycieczka we wtorek

*Wyjechaliśmy we wtorek do Krzeszowic,
Z Pedepesu autokarami.
Minęliśmy drogowskaz do Pacanowic,
Zachwycałem się wzgórzami, widokami.*

*Najpierw wyjechaliśmy autokarem
Pierwszym, a potem drugim z Depeesu,
Zachwycałem się widoków tamtych czarem,
Byliśmy wszyscy, blisko tego sukcesu.*

*Dojechaliśmy do Czernej, do Klasztoru –
Przepiękny widok się nam tutaj otwierał –
Widoki tu były pięknego koloru,
A z wrażeń, dech w piersi mi zamierał.*

*Najprzód zajechaliśmy na plac parami,
Dwa Orbisy, plus kilka autokarów.
Szlismy do góry bystrymi tam schodkami,
I zachwycaliśmy się krainą czarów.*

W Czernej Klasztor

*Ten Klasztor w Czernej, na wzgórzach,
Do którego wspinamy się my,
Po schodach... Jestem na podwórzu,
I wszyscy obecni tutaj – Wy!*

*Te baszty, krzyże, w kolorach,
Ten Kościół święty, na podziemiach,
Te krzyże, kapliczki, we wzorach,
Zostaną w mych tu wspomnieniach.*

*Weszliśmy do wewnątrz Kościoła,
Wszyscy z tamtego podwórza,
I wewnątrz sygnaturka woła,
Głosem tak jakby z Podgórze.*

*Ten Klasztor w Czernej – na górze,
Gdzie wszystko jest w pięknych wzorach,
A okna są u góry – duże,
W przepięknych barwach, kolorach!*

*Święte obrazy na tych ścianach –
Piękne w barwach, w kolorach,
Na tym obrazie jest almanach
W przepięknych i ślicznych wzorach.*

*Jest tam ołtarz – z tym kapłanem,
Który się modli w Kościele,
I rozmawia tam ze swym Panem,
Jezusem Chrystusem – się ściele.*

*I Jezus Chrystus w Hostii tej,
Oraz Tabernakulum pięknym,
Stojącym na tymże Ołtarzu,
Został w pamięci teraz mej,
I w Tabernakulum świętym,
Oraz w świętym tym witrażu.*

*Ten głos kapłana z Ołtarza,
Który we mszy woła nabożnie
I słowa ten kapłan powtarza,
Bo modli się on tam, pobożnie.*

*Modli się ten kapłan do Pana
Swego, który umarł na krzyżu,
Zawsze z wieczora i z rana,
W barwach, czerwieni, anyżu!*

*Potem Komunię przyjęliśmy,
Prawie wszyscy w tym Kościele,
A potem wszyscy tam wyszliśmy,
A było nas wszystkich tam wiele.*

*I każdy modlił się w myśli,
Každy był zadumany wtedy,
Na końcu wszyscy na dwór wyszli,
Z myślą powrotu tam kiedy...*



Impreza kulturalno-rozrywkowa...

czyli o Krakowskim Ogródzie Doświadczeń i o kręglach



Lidia Wąsik

W jesienne piątkowe wrześniowe popołudnie wyruszyliśmy na wycieczkę, której cel był podwójny: mieliśmy odwiedzić Krakowski Ogród Doświadczeń, a następnie zagrać w kręgle w pobliskiej kręgielni.

W pierwszej kolejności wybraliśmy się do Ogródu Doświadczeń im. Stanisława Lema, który to ogród znajduje się na terenie Parku Lotników Polskich. Jest to pierwszy sensoryczny park edukacyjny w Polsce. Został on utworzony w 2007 roku, a idea przedsięwzięcia została przeniesiona na grunt krakowski z Norymburgii, gdzie taki park działa już od wielu lat, nasz krakowski park wzorowany jest na norymberskim „Polu Doświadczeń Zmysłowych” oraz na paryskim Parku Nauki i Techniki La Villette. Park jest duży, zajmuje obszar 6 hektarów. Znajduje się tam blisko 60 urządzeń edukacyjnych z zakresu optyki, akustyki i mechaniki. Jest to pierwsze tego typu przedsięwzięcie w Polsce, jest realizowane przez Miasto Kraków i Stowarzyszenie Siemacha. Park składa się z kompleksu parkowego i ekspozycji dydaktycznej. W ramach kompleksu parkowego, oprócz bram parku, można wyróżnić: wieżę widokową o wysokości 15 m, rekonstruowaną fosę, czy oczko wodne. Z kolei podstawę parku stanowią dostępne w nim urządzenia edukacyjne, konstrukcje i modele, które pozwalają na poznawanie praw fizyki i świata przyrody. W miłej atmosferze spacerowaliśmy po alejkach otoczonych zielenią i słuchaliśmy opowiadań młodej sympatycznej przewodniczki. Przewodniczka ta, wskazywała poszczególne urządzenia i za ich pomocą objaśniała działanie pewnych zjawisk fizycznych, w tym: prawa fizyki związane z oddziaływaniem siły (huśtawki, elementy ukazujące działanie siły grawitacji), z utrzymywaniem równowagi (równoważnie, obrotowe tarcze, trampolina), prawa fizyki dotyczące zjawisk drgań i fonii, a także związane z działaniem wody (turbiny wodne), jak i prawa świata przyrody związane ze zmysłami (dotykem, słuchem, węchem).

Wszystko to było bardzo ciekawe, jednak nie oglądaliśmy wszystkich eksponatów ponieważ nie chcieliśmy stać się zmokłymi kurami, pogoda płatała nam figle, bo gdy jechaliśmy autobusem padał ulewny deszcz. Potem się wypogodziło, ale my jeszcze mieliśmy w tym dniu w planach grę w kręgle, które są naszą ulubioną zabawą. Wyjścia na kręgle stały się już

naszą tradycją, odbywają się raz w miesiącu i są dla nas prawdziwą sportową atrakcją. Organizują je dla nas nasi wspaniali opiekunowie, by urozmaicić nam czas i zapewnić wszechstronny rozwój. Tradycyjnie wyjeżdżamy by kontynuować tę interesującą dziedzinę sportu.

Zatem sięgając w przebieg dawnej historii, dowiadujemy się, że kręgle to jedna z najstarszych gier, ponieważ grali w nią już jaskiniowcy posługując się kamieniami. Kule kręglarskie i kręgle znalezione zostały także w grobowcu egipskiego faraona, który zmarł 5200



lat p.n.e. Starożytni Polinezyjczycy grali w kręgle na torach, które miały 60 stóp, czyli 18 metrów długości, podobnie jak tory w czasach współczesnych. W XVI wieku gra ta rozpowszechniła się w Niemczech, natomiast w XVII wieku dotarła wraz z Holendrami do Ameryki Północnej, gdzie stała się niezwykle popularna w XIX wieku. Na szczycie stanęli najlepsi gracze, którzy założyli Amerykański Kongres Bowlingu i ustalili zasady gry, które obowiązują do dzisiejszego dnia. Wskazany został ręczny chwyt kuli, należy ją chwycić przez wsunięcie dwóch środkowych palców i kciuk w trzy otwory, a pozostałe dwa palce umieszcza się swobodnie na kuli. Kręgle w ilości dziesięciu są ustawione w trójkąt, a gracz ma za zadanie strącić je w jak najmniejszej liczbie rzutów. Tradycyjny rozbieg przez rzutem składa się z 4 kroków, z czego pierwsze trzy powinny być wykonywane prosto i zdecydowanie do przodu. Ostatni czwarty krok kończy się poślizgiem lewej nogi, a w momencie wykonywania rzutu ciało powinno być w pozycji stabilnej, aby wykorzystać w pełni siłę rozbiegu. Gra w nasze kręgle składa się z 10 rund, a w każdej rundzie

gracz może wykonać maksymalnie dwa rzuty kule, a w ostatniej trzy rzuty. Na początku każdej rundy kręgle są ponownie ustawiane. Runda kończy się gdy zawodnik strąci wszystkie kręgle, bądź skończą mu się rzuty. Za każdy strącony kręgiel gracz dostaje 1 punkt, zatem najwyższy możliwy do uzyskania wynik to 300 punktów, uzyskiwany za 12 kolejnych strików. Strike to sytuacja gdy gracz strąci wszystkie 10 kręgli za pierwszym razem, dostaje wtedy 10 punktów oraz dodatkową łączną liczbę punktów zdobytych podczas dwóch następných rzutów. Sposób liczenia punktów jest złożony, a gra trudna, ale za to bardzo interesująca.

Nasza kręglarnia znajduje się w galerii Plaza, jest to Pink Bowling & Club. Wyróżnia się tam aż szesnaście torów do kręgli, jest tam również sala bilardowa, a także bar i inne atrakcje. My mieliśmy wskazany piąty tor, gdzie wzajemnie mogliśmy rywalizować o jak największą ilość punktów. Nasza paczka rozpoczęła ambitną walkę, wcześniej przygotowując sobie kule by następnie w swojej kolejce trafić prosto do celu, starając się zbić jak najwięcej kręgli. Walka była ostra. Najwięcej punktów zdobywali mężczyźni, starający się w każdej rundzie w swej kolejce poprzez swój ambitny rzut trafić do czołówki. Jednak my kobiety pokazałyśmy naszą wolę walki, wykonując równie ambitne rzuty, strąciłyśmy szereg poszczególnych kręgli, poprzez swój doping i mobilizację cieszyłyśmy się ze wspólnych sportowych osiągnięć. Po ambitnej, emocjonującej walce poszliśmy tradycyjnie na smaczne frytki i hamburgery. Przy pożegnaniu podziękowaliśmy so-



bie za wspólnie spędzony czas w tak miłej atmosferze.

Ta dyscyplina sportu bardzo mi się podoba, jest bardzo interesująca. Jestem osobą prowadzącą aktywny tryb życia, oprócz zajęć kulturalno-rozrywkowych lubię także różny sport, a wspólna gra w kręgle jest sportem bardzo atrakcyjnym. Ponadto nawet małe sukcesy sprawiają mi wiele radości, motywując mnie do dalszego działania i współpracy.

Zatem zadowoleni i uśmiechnięci wracaliśmy do siebie, życząc sobie wzajemnie miłego wypoczynku po pasjonujących rozgrywkach i rozpoczynając leniwy weekend w oczekiwaniu na jesienne słoneczne, ciepłe dni.

Źródła: hotelrad.pl, Wikipedia, ogroddoswiadczen.pl

Wyjścia

Dożynki

Dnia 7 września o godz. 15-ej pojechaliśmy z siedmioosobową grupą na dożynki. Były to Dożynki Dzielnicy XIII, zorganizowane przez Osiedlowy Klub Kultury „Przewóz”, ul. Łutnia 1. Dożynki rozpoczęły się uroczystą Mszą Świętą. Zgromadzonych gości przywitał Prezydent Miasta Krakowa Jacek Majchrowski. Po korowodzie dożynkowym, który otwierał dożynkowe uroczystości, były liczne atrakcje i występy różnych zespołów artystycznych, a wśród nich: występ chóru „Retro”, występ Pychowickiej Orkiestry Dętej i zespołu muzycznego „Wąsy”, a potem zabawa taneczna z zespołem „Secret Band”. Grał też zespół „Hands-Up”, który składał się z dwóch wokalistek i 3 osób grających na instrumentach, tj. gitara, organy i perkusja.



Zespół ten prezentował przeboje muzyczne z lat 80-tych, śpiewano przeboje po polsku, angielsku i włosku. Były to m.in. utwory Maryli



Barbara Dąbska

Rodowicz, zespołu Abba, Modern Talking oraz Albano i Rominy Power. Oprócz występów były różne konkursy. Ludzi było mnóstwo. Mówiąc szczerze, impreza była udana, był także kiermasz ciast, stragany z artystycznym rękodziełem ludowym, ogródek grillowy, jak i atrakcje dla dzieci, w tym przejażdżki na kucyku czy dmuchany zamek. Pod koniec występów zbliżała się burza, dlatego też o godz. 19.15 wróciliśmy do Domu.

J E S I E Ń



rys. Wojciech Wierzbicki

Jacek poszedł do parku. Gdy wrócił, nauczycielka pyta:

- Jacku, co widziałeś w parku?

Na to Jacek:

- Widziałem, jak szła jesień przez park.

Jasiu mówi:

- Mamo, co to tak pachnie w parku?

Mama na to:

- To pachnie jesienią.

Krzysztof Kijowski



Najwyższy czas! Przygotuj się na piękną złotą polską jesień.

Zegnaj, lato, na rok!

Lato wspaniale smakuje, podobnie jak jesień!

Mimozami jesień się zaczyna.

Jesień się zaczyna, złotawa, krucha i miła.

Dziewczyny płaczą, bo skończyło się już lato, a na ścierniskach pozapalały się ogniska.

Perła

rys. Norbert Głodzik



DANIEL BRZEZOŃ, akryl na płótnie



MARIAN GRABOWSKI, pastele



KRZYSZTOF KIJOWSKI, akryl na płótnie



KAZIMIERZ BLAROWSKI, pastele

GALERIA

PIOTR BAL,
akryl na płótnie



MAREK PODSIADŁO,
pastele



PIOTR MADEJ, pastele



ELŻBIETA TOKARZ,
kredki świecowe

Prezentujemy
prace z naszych
warsztatów
plastycznych

KAZIMIERZ FUDALI,
farba olejna



J E S I E Ń



rys. Sylwester Chalastra

Polska Jesień

*Ta polska jesień, co przychodzi,
Co roku, stale nam nastaje!
I wita nas zawsze – My młodzi,
Którzy zwiedzamy obce kraje!*

*My młodzi, ze zrzeszeń i związków
Pośrednich – z Polskiej Jesieni!
Te wspomnienia, z tych Powązków,
Których nikt nigdy nam nie zmieni!*

*Ta polska jesień, która wita
Nas w Polsce, naszej Ojczyźnie,
Jest święta, ojczysta – przywita...
Nas, którzy byli na obczyźnie!*

*Miła naszemu sercu – Jesień!
W Polsce zawsze nas zagrzewa!
Nastaje, gdy przychodzi wrzesień
I nutę Jesieni nam śpiewa!*



Marek Migdał



„Niebiańskie góry”, rys. Piotr Madej



Tadeusz
Gorlach

Jesień

*Zawsze
Praca
Wrzesień
Literacki
Październik
Poezja*

Co

*Ty Wrzesień
Jesień
Na październik
Jak
To listopad
Lato
Grudzień*

*Jest może
Jest
Dobrze być
Październik
Jak
Listopad*

Kto

*To
Październikowy
Jest
Wielbiciel
Jesienny*

Piszę

*Wiersze Życiu
Co październik
O może
Coś listopad
Jesień zmienia
w grudzień*

Zgodnie

*Z co może
Się tak I
Jesienią to tak
Zmienia Dobrze Zostać
Pory jest być*

Wrzesień

*Kasztany nie dobra
Waszyngtona tak Kop
Zołędzi wiem jak
Kopiec może pora
Aleja co ciuszki
Kościuszki być jest
Roku*

Jest

*Jesień Cztery
Listopad Antonio
Wrzesień Pory
Grudzień Vivaldi
Październik Roku*

Je nie wie

*Sień później
I
Już październik
Co
Jest Listopad
Dalej
Wrzesień Grudzień*

Jedenasty

*Listopad
Wszystkich
Trafił
Świętych
Się
Święto
Śniegu
Niepodległości
Opad*

Jesień i liście

Dlaczego i w jaki sposób drzewa zrzucają liście na zimę? Drzewa liściaste występują prawie tylko na półkuli północnej – w Ameryce Północnej, w Europie i Azji. W klimacie tych obszarów, czyli umiarkowanym, lata bywają upalne, a zimy dość mroźne. Aby dostosować się do takich warunków, drzewa żeby przetrwać zimę, zrzucają liście.

Wiadomo, że liście potrzebne są drzewom do odżywiania dzięki reakcji fotosyntezy (jest to reakcja zachodząca właśnie w liściach przy udziale wody, dwutlenku węgla oraz światła słonecznego dającego energię, dzięki tej reakcji drzewo rośnie). Zimą fotosynteza nie zachodzi, dni są krótkie i często pochmurne, jest za mało światła słonecznego i wody, jest mróz, a zamiast deszczu pada śnieg, woda w ziemi jest zamrznięta. Skracający się dzień to dla drzew sygnał do zakończenia fotosyntezy. Skoro proces ten nie zachodzi, więc liście nie są drzewom potrzebne. Nie mogą jednak zostać na gałęziach ponieważ nadal by pracowały i przynosiły drzewom szkody, ponieważ zużywałyby i traciły wodę. Liście drzew odpowiedzialne są nie tylko za fotosyntezę, ale również za proces transpiracji, czyli wyparowywanie wody z pnia i gałęzi. Jest to co prawda naturalny proces, ale w zimie mógłby być jednak zabójczy dla roślin. W zimie drzewa są pozbawione wody, gdyby transpiracja nie została wstrzymana, to drzewa by uschły. I właśnie dlatego, żeby zaniechać proces transpiracji na okres zimy, drzewa liściaste pozbywają się liści, a roślina przechodzi w stan spoczynku. Drzewo odporne jest na niskie temperatury, dzięki cukrom i tłuszczom, które zmagazynowało w tkankach w innych porach roku.

W jaki sposób drzewo zrzuca liście? W reakcji fotoperiodyzmu, czyli reakcji na skracanie się dnia jesienią, liście tracą chlorofil i zmieniają barwę na żółtą, czerwoną, lub pomarańczową. Pod koniec jesieni liście składają się już tylko ze ścianek komórkowych i pozostałości cytoplazmy. W ogonkach liści wytwarza się warstwa odcięcia. Liście, które pozbawione składników odżywczych nie produkują już substancji pozwalających na utrzymanie się na drzewie,

utrzymują się na nim tylko przez drobne tkanki przewodzące, a gdy i one słabną, wystarczy tylko podmuch wiatru i liście lecą na ziemię. Po liściu w gałęzi pozostaje tzw. blizna liściowa, w której na wiosnę pojawi się pączek, z którego powstanie nowy liść.

Nie wszystkie drzewa zrzucają liście. W Europie na zimę nie zrzucają liści między innymi bukszpan, ostrokrzew czy jemiola. Rośliny te nie potrzebują dużo wody do życia, dlatego transpiracja w zimie nie szkodzi im. Rośliny te mają grube i sztywne liście, często posiadają kolczaste wyrostki, które chronią je przed zwierzętami. Liście te zaopatrzone są w warstwę drobnych włosków, które zmniejszają transpirację lub są pokryte woskiem. Liści nie gubią także rośliny iglaste (z wyjątkiem modrzewia), gdyż mają zredukowaną powierzchnię igieł, są przez to bardziej odporne na niskie temperatury, są one także pokryte warstwą wosku. Drzewa iglaste gubią igły przeważnie co 2-5 lat, powstaje z nich ściółka leśna (rekordzistą w tej dziedzinie jest sosna oścista, która igły zrzuca co 15 lat).

Jesienne opadanie liści z drzew jest charakterystyczne dla naszego klimatu umiarkowanego. W przypadku drzew i krzewów liściastych w obszarach o łagodniejszym klimacie niż nasz, rosną drzewa i krzewy zimozielone lub wiecznie zielone, które nie zrzucają liści. Tam natomiast, gdzie zaznaczają się bardzo wyraźne pory roku, dominują drzewa, które gubią liście i czas zimy spędzają w uśpieniu.

Źródła: adlaczego.crazylife.pl, eduscience.pl



rys. Stefan Dezsö

Przygody harcerskie

Aby poznać harcerstwo, z zainteresowaniem słuchamy i czytamy książki, by zgłębić jego historię lub bierzemy gitarę i śpiewniki, by w rytmie przyrody idąc żwawym krokiem poznać kolegę, druha lub druha będącego w drużynie harcerskiej. Wstępując do harcerstwa, stawiamy sobie realne wymagania, które pragniemy zrealizować, co wymaga samodoskonalenia i samozaparcia, w ten sposób kształtujemy cechy swego charakteru oraz silną wolę. By być prawdziwym członkiem harcerstwa, nie tylko poprzez umundurowanie czy symbolikę, osoba powinna być dobra, uczciwa, szanować drugiego człowieka, wyciągać do niego pomocną dłoń, chronić przyrodę i całe środowisko.



Zdjęcia w artykule pochodzą z obozów harcerskich w latach 1992 i 1993, oba w Nowej Kiszewie nad jeziorem Gatno na Kaszubach, Autorka należała wtedy do harcerstwa, do zastępów „Papugi” i „Morskie fale”.

Zatem przejdźmy do historii. W 1910 powstał pierwszy zastęp, natomiast pierwsze drużyny harcerskie rozpoczęły swoją działalność stanowiąc grupę organizacyjną 22 maja 1911 roku. Za symbolicznych założycieli harcerstwa uznaje się Andrzeja Małkowskiego oraz jego żonę Olgę Drahonowską-Małkowską. Małkowski podkreślił wielką różnicę pomiędzy „klasycznym” światowym skautingiem założonym przez gen. Roberta Baden-Powella a rozpoczynającym swą działalność polskim harcerstwem: harcerstwo to skauting plus niepodległość, w ten sposób podkreślił różnicę priorytetów.

Słowo harcerze pochodzi od średniowiecznych harcowników, czyli rycerzy, którzy przed frontem jazdy pojedynkowali się przed główną częścią bitwy. Obecnie zwykle nazwy harcerstwo używa się jako określenia polskiej wersji skautingu, często też (np. w filmach czy literaturze) skautów z innych krajów nazywa się harce-

rzami. Jednak występują istotne różnice w skautingu w poszczególnych krajach i niekiedy uzasadnione jest rozróżnienie między harcerstwem i skautingiem.

Kształtując swoje zainteresowanie historią harcerstwa należy również wskazać okres trwający do wybuchu drugiej wojny światowej. Podczas trwania wojny natomiast, swoją działalność rozpoczęły organizacje Szarych Szeregów oraz Hufców Polskich. Harcerski wątek historyczny został ukazany w książce „Kamienie na szaniec” Aleksandra Kamińskiego, której głównym bohaterem był Zośka. Autor przedstawił czasy powsta-

jących drużyn harcerskich, i w ten sposób kształtował ruch społeczny w naszym harcerstwie, gdzie warto w nim być, kochać, trwać i żyć. Szare Szeregi to kryptonim konspiracyjny Organizacji Harcerzy ZHP oraz potocznie całego ZHP w okresie II wojny światowej 1939-1945. Szare Szeregi zostały powołane 27 września 1939 w Warszawie przez grono członków Naczelnej Rady Harcerskiej, współpracowały one z Delegaturą Rządu Rzeczypospolitej Polskiej na Kraj oraz Komendą Główną Armii Krajowej.

Następnym okresem bardzo ważnym naszego społeczeństwa był czas stalinizmu, obejmujący lata 1949 do 1956. W tym okresie działało około sto organizacji tzw. „drugiej konspiracji harcerskiej”, w większym stopniu pojawiały się cele wychowania patriotycznego, a nawet oddziaływania na młodzież nie zrzeszoną i na całe społeczeństwo, powszechnie posługiwano się ulotkami i napisami na murach. Eksplozja powstawania nowych organizacji łączyła się z bezprawnym zlikwidowaniem ZHP w 1949 roku, następnie w 1950 roku bezprawnie wcielono struktury ZHP w struktury Związku Młodzieży Polskiej. 1 czerwca 1951 roku powstała Organizacja Harcerska Związku Młodzieży Polskiej, która zaprzestała stosowania metodyki harcerskiej i była kopia radzieckich pionierów (białe koszule, czerwone chusty, znaczek harcerski tzw. czuwajka zamiast krzyża itp.). Dopiero w 1956 roku wyodrębniła się Organizacja Harcerska (w ramach ZMP), zmieniono nazwę na Organizację Harcerską Polski Ludowej (OHPL), z deklaracją powrotu do tradycyjnego munduru i nazw. Harcerstwo Polskiej Rzeczypospolitej



Lidia Wąsik

Ludowej obejmował czas trwający od 1956 do 1980, był to okres komunizmu. Natomiast poszczególne stowarzyszenia KIHAM, RHR, RHS miały odnowić ruch społeczny będący częścią ruchu skautowego obejmujący lata od 1980 do 1989, wtedy powstały organizacje alternatywne tworząc współczesne harcerstwo.

Organizacje harcerskie w Polsce funkcjonują obecnie na podstawie ustawy Prawo o stowarzyszeniach oraz ustawy o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie. Współcześnie, w Polsce oraz poza jej granicami (środowiska polonijne) działa kilkadziesiąt organizacji harcerskich, ogólnokrajowych oraz lokalnych, dwiema największymi są Związek Harcerstwa Polskiego oraz Związek Harcerstwa Rzeczypospolitej.

Harcerz reprezentuje działalność swej drużyny harcerskiej, nie tylko przez swą postawę, ale również przez całe umundurowanie z jego charakterystycznymi elementami oraz bogatą harcerską symbolikę. Prawie wszystkie organizacje harcerskie posługują się tymi samymi symbolami i odwołują się do wspólnej historii. Odznaką harcerską stosowaną w większości organizacji jest krzyż harcerski, który jest nadawany członkom organizacji harcerskiej podczas przyrzeczenia harcerskiego. Zuchy zamiast krzyża harcerskiego noszą znaczek zucha, a harcerze przed przyrzeczeniem na miejscu krzyża noszą lilijkę. Krzyż harcerski to symbol doskonałości, do jakiej dąży harcerska rodzina, jest to też symbol harcerskiego kręgu, w którym wszyscy są równi i panują braterskie relacje, z którego promieniować ma prawda, myślenie, słowa i czyny.

Lilijka skautowa jest elementem krzyża harcerskiego, znajduje się w jego środku, otoczona okręgiem i wieńcem dębowo-wawrzynowym. Od niej na wszystkie strony biegną promienie – oznaczające dążenie harcerstwa do promieniowania na cały świat. Lilijka to symbol czystości, nawiązuje też do wskazującej drogę igły kompasu, wzorowana jest na symbolu oznaczającym północ na średniowiecznych kompasach, co ma oznaczać wskazywanie właściwej drogi. Na płatkach lilijki znajdują się dwie gwiazdki symbolizujące szczytne ideały, do których dążą harcerze, zawarte w Prawie i Przyrzeczeniu. Lilijka jest opleciona kręgiem z liny związanej płaskim węzłem. Krąg ten symbolizuje braterski krąg harcerzy. Węzeł jest symbolem dobrego uczynku, który harcerz powinien spełniać każdego dnia.

Hymn harcerski jest hymnem ZHP od 1918 roku. Oficjalnie hymnem jest pierwsza zwrotka i refren. Wcześniej hymnem ZHP była Rota Marii Konopnickiej. Tekst pieśni „Wszystko, co nasze” został napisany w 1911 roku



przez Ignacego Kozielewskiego, a refren w 1912 roku przez Olę Drahonowską-Małkowską, muzyka pochodzi z pieśni „Na barykadę”.

Istotnym dla harcerskiej symboliki elementem jest mundur harcerski noszony przez członków organizacji harcerskich. Zasadą jest, iż ubiór całej drużyny harcerskiej powinien być możliwie jednolity. Pierwotnie zaprojektowany na wzór mundurów wojskowych miał zastępować ubrania cywilne, by nie zniszczyć ich podczas zbiórek oraz by budować wspólnotę harcerzy poprzez ich jednolity wygląd. Mundur harcerza stanowi bluza mundurowa (w kolorach khaki, oliwkowym, ciemnozielonym, lub beżowym w zależności od organizacji, drużyny o specjalności wodnej mają mundur granatowy), spodnie krótkie lub długie, nakrycie głowy z lilijką: rogatywka, beret typu baskijskiego, furażerka w kolorze khaki lub kapelusz typu skautowego lub miękki kapelusz. Mundur harcerki to bluza mundurowa w kolorze szarym, spódnica lub, w warunkach polowych, spodnie, nakrycie głowy z lilijką lub konicznką: beret typu baskijskiego, rogatywka, kapelusz typu skautowego lub miękki kapelusz. Wspólnymi elementami ubioru dla harcerzy i harcerek są: chusta harcerska lub krajka, pas harcerski, krzyż harcerski, beret lub rogatywka, niektóre drużyny mają także „nasztywkę drużyny”.



Organizacje harcerskie mają rozbudowaną strukturę, którą tworzą: zastęp, szóstka zuchowa, patrol, wachta; gromada, drużyna, krąg; szczerp; związek drużyn; hufiec; chorągiew; władze naczelne. Pełnienie funkcji w organizacji oznaczane jest najczęściej barwnym sznurem funkcyjnym, noszonym na mundurze. Zastęp harcerski prowadzi zastępowy (noszący brązowy sznur). Kilka zastępów tworzy drużynę, kierowaną przez drużynowego (z granatowym sznurem), którego wspiera przyboczny (sznur zielony). Niektóre drużyny tworzą szczerp, prowadzony przez komendanta szczerpu (szczerpowego) (granatowy sznur noszony z ramienia). Drużyny i szczerpy tworzą hufiec, a wiele hufców – chorągiew, kierują nimi komendanci hufców (hufcowi) (srebrny sznur z ramienia) i komendanci chorągwi (złoty sznur z ramienia). Władze zwierzchnie organizacji to m.in. naczelnik (skórzany sznur z ramienia) i przewodniczący związku. Grupy członkowskie harcerstwa to: skrzaty – w wieku 5–6 lat; zuchy – w wieku 6–10 lat; harcerki i harcerze; harcerki i harcerze starsi; wędrowniczki i wędrownicy; instruktorki i instruktorzy; starszyszna i seniorzy.

Bogata jest również obrzędowość harcerska, stanowi element charakterystyczny każdej jednostki harcerskiej (gromady zuchowej, drużyny harcerskiej, drużyny

starszoharcerskiej i wędrowniczej). Jest oparta na pewnym symbolicznym układzie elementów i czynności. Różne jednostki harcerskie mają różną, zazwyczaj właściwą tylko sobie obrzędowość (wyjątek stanowią wspólne elementy obrzędowości w szczerpach). Na obrzędowość drużyny składają się: nazwa drużyny, barwy drużyny, sposób powitania/pożegnania, a także inne zwyczajowo przyjęte: przyjmowanie nowych członków do drużyny, sposób nadawania barw, przyjmowania przyrzeczenia, sposób zbierania składek itp. Drużyna może dowolnie tworzyć elementy swojej obrzędowości.

W drużynie się spotykamy, o swoje mundury i obrzędy dbamy, wspólnie do pełnienia służby harcerskiej się zachęcamy. Ciekawe zbiórki organizujemy, przyjaźnie nawiązujemy, czas spędzamy aktywnie, ciekawie, nie leniuchujemy. Poprzez okrzyk i harcerską piosenkę zastępową się umacniamy, dzięki współzawodnictwu i współpracy w swych zastępach rozwijamy swoje zdolności i kształtujemy charaktery. Rozpoczynając letni wypoczynek różne pomysły mamy, które długo rozważamy. Wreszcie na obozowisko trafiamy i wspólne plenerowe życie rozpoczynamy. Namioty rozbijamy, wspólne biwakowanie zaczynamy. Wycieczki organizujemy, na wędrowki wyruszamy, ciężkie plecaki bierzemy, w nie prowiant pakujemy i z radością nowych przygód poszukujemy. Na obozie życie płynie na górze czy dolinie, na grzyby się wybieramy, jagody zbieramy i naszym rodzinom je zostawiamy. Chcemy przeżywać wiele plenerowych ciekawych atrakcji i zdobywać kolejne sprawności. Na karimatach śpimy, posiłki przygotowujemy, w kuchni dyżurujemy, a gdy dyżury mamy, to zawsze naszym paniom kucharkom pomagamy, kanapki na tacę wykładamy, wspólnie zupę zjadamy i z bębniącymi menażkami pędem do swego namiotu przybywamy. Gdy biwakujemy nad wodą, wspólnie pontony dmuchamy i spływ rozpoczynamy, na zbiórki punktualnie wracamy, a na alarmach mundurowych się stawiamy. Na warcie stoimy, lubimy stać, a każdy harcerz to nasz brat. Wieczorem urządzamy potańcówki lub śpiewanie przy dźwiękach gitary... *Płonie ognisko w lesie, wiatr smętną piosnkę niesie, przy ognisku zaś drużyna gawędę rozpoczyna. Czuj czuj, czuwaj, czuj czuj czuwaj, rozlega się dokoła. Czuj czuj, czuwaj, czuj czuj czuwaj, radosne echo woła. Przestańcie się już bawić i czas swój marnotrawić, niech każdy z was się szczerze do pracy swej zabierze. Czuj czuj, czuwaj, czuj czuj czuwaj, rozlega się dokoła. Czuj czuj, czuwaj, czuj czuj czuwaj, radosne echo woła...*

Źródło: wikipedia, ściąga.pl

Święto Wojska Polskiego

Święto Wojska Polskiego to święto państwowe, święto Sił Zbrojnych Rzeczypospolitej Polskiej. Jest obchodzone 15 sierpnia, na pamiątkę zwycięstwa Polski w bitwie warszawskiej w 1920, stoczonej w czasie wojny polsko-bolszewickiej. Zostało wprowadzone ustawą Sejmu w 1992 roku. Święto przypada na dzień ustawowo wolny od pracy, ponieważ 15 sierpnia jest również liturgicznym świętem Wniebowzięcia Matki Bożej, dla którego ustawodawca wprowadził wolne.



Wojna polsko-rosyjska była najpoważniejszym konfliktem zagrażającym państwu polskiemu od czasu odzyskania niepodległości w 1918 roku. Rosjanie realizowali bolszewicki plan przyspieszenia rewolucji światowej i podbicia Europy, natomiast Polacy walczyli o zachowanie niepodległości. Wygrana polskich żołnierzy na blisko 20 lat zapewniła krajowi niepodległość

i równocześnie uchroniła Europę Zachodnią przed rewolucją komunistyczną.

Wojsko Polskie od uzyskania niepodległości przez Polskę w 1918 roku podkreślało swój historyczny rodowód i tradycję. Kulturowanie tradycji oręża polskiego było jednym z istotnych czynników integrujących armię oraz umacniających jego więzi ze społeczeństwem. Przykładem tego były święta wojskowe, uroczystości obchodzone w armii II Rzeczypospolitej. Do tych tradycji nawiązują obecnie żołnierze Wojska Polskiego. W okresie II Rzeczypospolitej Święto Żołnierza obchodzono dla upamiętnienia walk z 1920 roku. Wybrano dzień 15 sierpnia, gdyż w tym dniu w 1920 roku w godzinach nocnych pierwsze oddziały 21 Dywizji Górskiej rozpoczęły forsowanie Wieprza pod Kockiem. Rozpoczęto w ten sposób słynną kontrofensywę, w wyniku której rozbito wojska rosyjskiego Frontu Zachodniego pod dowództwem Michaiła Tuchaczewskiego.

15 sierpnia jest świętem uroczystości obchodzonym, odbywają się we wszystkich kościołach polowych w Polsce uroczyste Msze Święte w intencji poległych na polu chwały. Na cmentarzach pamięć żołnierzy czci Apel Poległych, natomiast przed Grobem Nieznanego Żołnierza w Warszawie odprawiana jest Honorowa Zmiana Warty z udziałem Najwyższych Władz Państwowych.

Źródła: polskieradio.pl, wikipedia



Marian Skoczylas

Złote Myśli

Jak się dobrze zastanowić, to wiadomo co robić.

Takie masz inicjatywy, jakiś jest żywy.

Dobre życie jest nad życie.

Nie od dziś jest wieczna myśl.

Co z rozsądku, to w porządku.

Prawie zawsze można, warto, a nawet trzeba myśleć, mówić i robić to, co należy.

Perła

Co mi daje Klub

Kontynuując trwanie w trzeźwości, tym razem chciałabym napisać o Klubie - Stowarzyszeniu Rodzin Abstynenckich KRAĞ, który zajmuje ważne miejsce w mojej sieci wsparcia, obok Domu, Sióstr i Braci, Karmelu. W Klubie są ludzie o podobnych problemach, jak moje. Mamy wspólne rozmowy, wycieczki, zabawy. Spotkania członków Klubu odbywają się w Nowej Hucie na Os. Na Skarpie 35. Tam, w poniedziałki, odbywa się terapia, na której uczę się trzeźwienia i odpowiednich zachowań, na przykład asertywności czy właściwego odnoszenia się do ludzi, a w inne dni odbywają się spotkania klubowiczów. Mamy wspaniałego prezesa, który oprócz Klubu, przychodzi do nas do Domu, w budynku 43D odbywają się spotkania grupy wsparcia, rozmowy odnośnie naszego uzależnienia. Podczas spotkań, w których biorą udział osoby uzależnione i współuzależnione, mamy okazję wymiany doświadczeń, rozmawiamy także o tym, jak pomóc innym uzależnionym od alkoholu wyjść z nałogu.

W klubie są ludzie, którzy pili, a obecnie utrzymują abstynencję, mają po 15-22 lata trzeźwości. Ja wcześniej, w latach 1991-94, też należałam do podobnego klubu, który mieścił się przy ul. Lwowskiej, a obecnie uczęszczam do Kręgu. Muszę zauważyć, że żeby nie „fałszywi koledzy”, to też bym miała 22 lata abstynencji, dopiero teraz rozumiem, że ci, którzy namawiali mnie do picia to byli tylko pseudo-przyjaciele. Obecnie nie piję od 9 kwietnia 2014 roku, do tej pory, tj. do 22 października 2014. Zdarza się, że ludzie gadają różne

głupoty, że popijam, ale to przecież nieprawda! Nie w głowie mi picie, chcę być trzeźwa! Pomijam, że choruję: na RZS, POCHP, padaczkę, zaburzenia osobowości. Wiem, że te choroby są skutkiem wcześniejszego mojego picia – „grzechy młodości”. Od 2006 roku jestem świecką zakonnicą karmelitańską, bo w tym właśnie roku, 10 października, złożyłam śluby wieczyste w Czernej. Gdybym więc ludzi oszukiwała, to nie wiem, jak przed Bogiem bym stanęła, po prostu „otchłań piekielna”. Tym bardziej, że siedem lat mieszkałam u sióstr zakonnych w Derdach koło Warszawy. Stamtąd moja bardzo dobra siostra Klawera przywozła mnie do pracy w Młodzieżowym Ośrodku w Łagiewnikach, ale przez to uzależnienie w 1992, po pięciomiesięcznym picciu we Wrocławiu, co było moim najdłuższym ciągiem, straciłam pracę w Szpitalu Bonifratrów. Poszłam na pięciomiesięczne leczenie i tam dostałam rentę i miejsce w przytulisku. Obecnie mieszkam w naszym Domu już 15 lat, mam pojedynczy pokój i przede wszystkim zapewnione bezpieczeństwo i wsparcie! Nie chcę tego stracić. Chcę żyć – a nie pić! Jak jest picie, to nie ma normalnego życia, a jak się nie pije, to jest normalne życie. Jak mi się uda, to do końca życia chcę być trzeźwa i być w Klubie. Wdzięczna jestem wszystkim, tak klubowiczom, jak i wszystkim moim przyjaciołom, że akceptują mnie taką, jaka jestem i że wspierają mnie w trzeźwości.



Barbara Dąbska



rys. Krzysztof Kijowski

Mysli Perła

Dzieło Dziejów Ducha jest przeogromne.

Prawda jest prawdziwym, roztropnym, anielskim, wiernym duchem anioła.

Prawda jest pięknym aniołem wolności.

Prawda jest aniołem wolności w Duchu Pana.

Prawda jest doskonałym i świętym duchem wolności.

Miejsce Czaszki po hebrajsku zwie się Golgota.

Człowiek morowy jest bojowy w Panu.

Epoki w historii są zaczątkiem dziejów nieśmiertelnej wieczności.

Prawdziwe święte szczęście wieczne jest cudem Boskiej miłości.

Miłość jest wieczną głębią życia.

Prawdziwa miłość nigdy nie mija.

Miłość zawsze trwa.

Miłość jest wieczna.

Miłość jest nieśmiertelnym życiem wiecznym.

Bóg ma wszechmoc cudów mocy, siły i potęgi twórczego arcyzmu Ducha Pana.

Bóg wieczności jest pełen niepojętej miłości.

Czyste Serce Boże jest świątynią miłości.

Mądre inwestycje prawie każdego kraju są największym fundamentem rozwoju doskonałego sprawiedliwego państwa.

Pan jest światłem, co nigdy nie gaśnie dla Jego wiernych.

Ubogi prostaczek znajduje radość w służbie Bogu i bliźniemu.

Mądrzy będą świecić, jak gwiazdy na wieki.

Pan Bóg ukazuje prostą ścieżkę do życia.

Bóg przyjdzie na świat jak złodziej latem.

Syn Boży z Ojca jest zrodzony w Duchu Świętym.

Miejmy dziecięcą ufność.



Leonardo da Vinci, ok. 1472-1475

Bóg jest największym, nieskończenie doskonałym źródłem wszelkiej świętości.	Miłość jest ulubiona, szanowana i kochana.	Na życie i miłość nie ma ceny.
Miłość jest rodzajem największej mądrości.	Życie ma wartość świętą i religijną.	Boska Chwała jest nieskończenie doskonała.
Wiara jest największym źródłem zbawienia wiecznego życia człowieka pobożnego, świętobliwego i nabożnego.	Miłość daje siłę, odwagę, wytrwałość.	Miłość mierzy się dziełem życia.
Prawdziwa głęboka wiara pozwala zachować prawe sumienie.	Miłość daje, ofiaruje i poświęca życie.	Miłość mierzy się miłością nieskończoną.
Egipt jest największym symbolem tradycji kultury i religii Arabów.	Czas nie zna powrotu.	Miłość mierzy się miłością bez granic.
Bóg wszelkie wszechmogące umiejętności ma ze Swej Miłości.	Siła jest w mocy Ducha i ducha.	Miłość mierzy się miłością bez miary.
Pan Bóg jest najbardziej zasłużony w dziejach Nieba i Ziemi.	Każdy prawdziwy Jego Świątobliwość Ojciec Święty jest Marszałkiem Pana.	Miłość mierzy się miłością Boga.
Ważne są osiągnięcia Wniebowzięcia.	Dla Ciebie, Panie, wszystko na zawołanie.	Ewangelizacja jest głoszeniem przez Kościół Święty Dobrej Nowiny o zbawieniu wiecznym, o miłości Boga i braci.
Trzy Osoby Boskie mają wszelkie odznaczenia.	Solidarność to nie marność.	Najlepsze są miejscowości miłości, mądrości, roztropności, szlachetności, zacności, szczerości, uczciwości, wiarygodności, pobożności, grzeczności, świątobliwości.
Bóg ma wszelką moc i siłę i potęgę Wszechmocy Ducha.	Pan Jezus między innymi jest szczególnie umiłowany za swe Boskie Rany.	Pan Bóg objawił największą, nieskończenie doskonałą i świętą niepojętą miłość ku rodzajowi ludzkiemu przez dar Męki, ofiarę Krzyża i poświęcenie Zmartwychwstania.
Modlitwa jest jednym z największych objawów miłości Boga i bliźniego.	Pan Jezus jest przede wszystkim Bogiem, Ojcem Miłosierdzia, Bogiem Człowiekiem, Synem Bożym, Synem Człowieczym, Królem Wszechświata, Królem Chwały, Księciem Pokoju, Panem Dziejów, Lekarzem, Ojcem, Panem, Osobą Boską, Bogiem Zmartwychwstałym.	Komunia święta jest Najświętszą Ofiarą Mszy Świętej.
Wielu wierzy jak należy.	Bardzo droga jest Droga Boga.	W Komunii Bóg Niebo wiernym dał.
Najdłużej trwa Bóg i wieczność.	Wielki był upadek ludzi w historii świata.	Biała Hostia Święta jest antycypacją uczty weselnej Wszystkich Świętych Nieba z Bogiem.
Duch Święty jest największym fundamentem jedności Kościoła.	Krzyż Święty jest drogowskazem.	Wiara w Boga Jahwe była najdłuższą częścią Boga na ziemi.
Miłość jest dobra, szczerą, prostolinijną.	Wolność religijna ściśle wiąże się z wolnością sumienia.	
Miłość jest skromna, wdzięczna, miłosierna.	Ojczyzna jest odwieczną ojcowizną dziejów świętego Narodu.	
Miłość kocha, lubi szanuje.		

Wybrane myśli 2012

Kraków – moje miasto (cz. 26)

Ulice św. Krzyża i Mikołajska



**Ewa
Krzeczyńska**

Ulica św. Krzyża to ulica na Starym Mieście w Krakowie, która łączy ul. Sienną z ul. Szpitalną. Początkowo ulica ta była nazywana Szpitalną, Świńską. W średniowieczu w rejonie tej ulicy znajdowała się większość miejskich browarów, których w Krakowie było wówczas przeszło 25, a także hodowano tam świnię.

Na tej ulicy warto zobaczyć Archiwum Państwowe, które znajduje się na rogu ul. Siennej (Sienna nr 16) i ul. św. Krzyża. Uchwałą Rady Miasta Krakowa z 1887 roku kamienica została siedzibą Archiwum Aktów Dawnych Miasta Krakowa.

Kamienica nr 1 to dom przebudowany z trzech gotyckich kamieniczek. W połowie XIX wieku mieszkał tu Juliusz August John, właściciel browaru przy ul. Lubicz. John był wieloletnim radnym miejskim, współzałożycielem Kasy Oszczędności miasta Krakowa, dyrektorem krakowskiej filii Austriackiego Banku Narodowego oraz kuratorem zboru ewangelickiego. Prowadził również działalność społeczną i dobroczynną.

Pod numerem 7, na parterze budynku miała siedzibę przed I wojną światową studencka organizacja

„Spójnia”, obecnie mieści się w nim siedziba Fundacji „Mam Marzenie”.

Kamienica nr 23 to gotycki dom mieszkalny, o grubych ścianach oraz wąskich oknach ułatwiających obronę. Obecnie jest siedzibą biura parafii św. Krzyża. Plebania jest najstarszym zachowanym budynkiem mieszkalnym w Krakowie. W 1909 roku przeprowadzono restaurację budynku pod kierunkiem Jana Zawiejskiego.

Pod numerem 16 znajduje się Kuźnia Zieleniewskich, najstarsza zachowana część fabryki Ludwika Zieleniewskiego, działającej w tym miejscu w latach 1851-1886. Prowadzi tędy Krakowski Szlak Techniki – szlak tematyczny dziedzictwa przemysłowego w Krakowie utworzony w kwietniu 2006 roku. W 2009 roku runęła fasada tego budynku.

Następnie przechodzimy na ulicę Mikołajską biegnącą z Małego Rynku, do skrzyżowania z ul. Westerplatte (do dawnego przedmieścia Wesoła), jej przedłużeniem jest ul. Mikołaja Kopernika. W pobliżu tego skrzyżowania ulica przebiega przez Planty. W średnio-



Ulica św. Krzyża

wieczu ul. Mikołajska stanowiła część szlaku handlowego, który prowadził przez Mogiłę, Wiślicę i Sandomierz na Ruś. Ulica posiada nieregularny przebieg. Wynika to stąd, że na obszarze tym zabudowa istniała już przed lokacją Krakowa w 1257 roku. Pierwotnie ulica była nazywana „Rzeźniczą”. Nazwa „Mikołajska” pochodzi od Bramy św. Mikołaja. Pierwsze wzmianki w aktach miejskich o bramie pochodzą z 1 połowy XIV wieku. Jednak obecna nazwa ulicy stała się powszechnie używana dopiero pod koniec XV wieku.



Wnętrze kościoła NMP Śnieżnej

Pod numerem 1 znajduje się dom narożny, nazywany kamienicą Strzemboszewską lub Fritscha, obecny wygląd zawdzięcza całkowitej przebudowie w stylu barokowym, choć jej najstarsze części są gotyckie. W trakcie prac ujednolicone zostały fasady tworzących ją wcześniejszych kamienic, narożnik ozdobiono figurą rycerza w stroju rzymskim, równocześnie przebudowano wnętrza. Do naszych czasów zachowały się XVIII-wieczne malowidła ścienne. Efektem tego remontu było powstanie typowej kamienicy czynszowej. Jedną ze stojących tu wcześniej gotyckich kamienic, tzw. Langowska, pod koniec XIV wieku była własnością Mikołaja Wernera, głównego budowniczego korpusu kościoła Mariackiego.

Na rogu ul. Mikołajskiej 2 i ul. Szpitalnej 1 znajduje się kamienica zwaną Lamellowską od jej XVIII-wiecznych właścicieli. Obecna fasada kamienicy Lamellich o charakterze klasycystycznego pałacu, powstała w wyniku przebudowy prowadzonej pod kierownictwem Karola Kriszkiara w końcu osiemnastego stulecia. Dom łączy w sobie trzy gotyckie kamienice z XIV wieku. Wewnątrz znajduje się unikalna polichromia o tematyce sakralnej z XV wieku.

Kamienica pod numerem 5 posiada portal ozdobiony witrażem oraz figurą Matki Boskiej.

Dom numer 10 pochodzi z XV wieku. Od strony dziedzińca zachowały się: międzyokienne kolumna oraz resztki attyki, pochodzące z rozbudowy budynku w XVI wieku. Pod koniec XVII wieku dodano portal wejściowy. Jest on ozdobiony przez herb Bończa oraz napis w języku łacińskim: „Sobie, przyjacielowi i potomnym”. Powyżej została umieszczona sentencja: „Z ręki Boga chcieć przyjmować tylko dobro, a nie chcieć przyjmować zła jest buntem”.

Dom nr 13-15 to secesyjny budynek ozdobiony motywem liści i owoców kasztanowca (częsty motyw krakowskiej secesji). W latach 1880-1907 działała w tym miejscu Drukarnia Związkowa.

Z pierwotnego wyglądu budynku pod numerem 18 z pierwszej połowy XVI wieku zachowały się renesansowe okna. W drugiej połowie XIX wieku założono tu Instytut Ochrony Dziewcząt Sióstr PP. Felicjanek, a także muzeum błogosławionej Marii Angeli Truszkowskiej.

Pod numerem 21 znajduje się barokowy kościół NMP Śnież-

nej oraz klasztor Dominikanek. W 1621 roku stojący w tym miejscu pałac Tarnowskich, został zakupiony przez księżną Annę Lubomirską, która przeznaczyła go na klasztor dla sióstr Dominikanek. Po rozebraniu budynku, w latach 1621-1635 wybudowano kościół pod wezwaniem Matki Boskiej Śnieżnej i przyległy klasztor Dominikanek. Takie wezwanie świątyni łączy się z jedną z głównych bazylik Rzymu Santa Maria Maggiore, która ma także wezwanie Matki Boskiej Śnieżnej i gdzie znajduje się cudowny obraz – ikona Matki Boskiej Śnieżnej (Salus Populi Romani). Według legendy, Matka Boska w niezwykle sposób pokazała miejsce pod budowę swojego kościoła w Rzymie. Mianowicie piątego sierpnia, podczas święta ku jej czci spadł śnieg, przykrywając całe wzgórze Eskwilińskie, stąd wzniesiona budowla otrzymała wezwanie Matki Boskiej Śnieżnej. Wewnątrz kościoła NMP Śnieżnej można podziwiać piękną siedemnastowieczną ambonę, a także barokowy ołtarz z obrazem Marii Panny Śnieżnej z Jezusem, przedstawiający cudowne ugaszenie przez nią pożaru Rzymu.

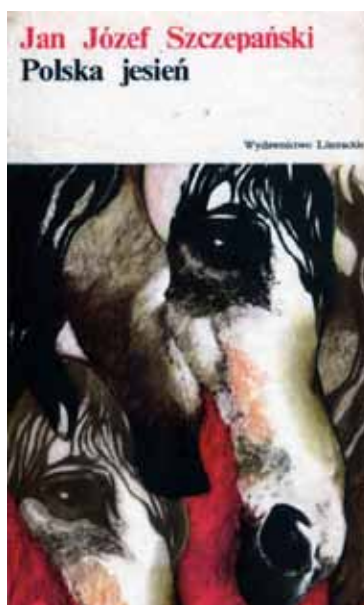
Źródła: wikipedia

„Polska jesień” – Jan Józef Szczepański



Bożena Florek

„Polska jesień” to powieść, która opowiada o pierwszych tygodniach wojny na ziemiach polskich, zwanych Kampanią wrześniową. Głównym bohaterem jest Paweł Strączyński, który mieszkał z matką i siostrą w miejscowości Włodzimierz, koło Bielska Białej. W saloniku ich domu często spotykała się grupa ludzi wykształconych, którzy dyskutowali o zbliżającej się okupacji niemieckiej w Europie. Paweł otrzymał akt mobilizacji jako podchorąży Wojska Polskiego. Na dworcu pojechał z matką i siostrą i pojechał do koszar w Bielsku Białej. Po przyjeździe do koszar spotkał się z kancelistą, który wydał mu odzież i przedmioty codziennego użytku. Tam właśnie usłyszał w kantynie komunikat o wybuchu wojny i walkach na Helu. Najpierw ich pułk pojechał do Lanckorony, a stąd pieszo do Krakowa, gdzie mieli bronić miasta. Paweł został działonowym i miał do pomocy celowniczego. Nie zajęli jednak okopów tylko przydzielono im działa i konie. Początkowo ich dowódcą został porucznik Dębski, jednak po odprawie pułku, Paweł dostał się pod dowództwo porucznika Barańskiego. Kraków nie był jeszcze zajęty przez okupanta niemieckiego więc pułk, w którym podchorążym był Paweł wyruszył w kierunku Wieliczki, potem Bochni i w końcu nocowali w lesie w Puszczy Niepołomickiej. To był pierwszy, prawdziwy wojenny biwak. Rano dostali do zjedzenia tylko kapustę i chleb i zostali rozlokowani w pewnej bezpiecznej jeszcze wsi. Tu dowiedzieli się, że Niemcy są od dwóch dni już w Krakowie. Za rzeką Dunajec ćwiczone musztrę, uczono się manewrów taktycznych, świadomie i pracowicie przygotowywano się na przyjęcie wroga. Wówczas nowym dowódcą został porucznik Redycz, dzięki któremu żołnierze dostali obfity obiad. Porucznik Redycz powiedział, że zostali przydzieleni do plutonu przeciwpancernego. Wtedy po raz pierwszy zdarzyła się dezercja. Dopiero gdy ruszyli w okolice Dębicy poprzez drogi piaszczyste i lasy dotarli do wsi w której wójt twierdził, że złapano u nich szpiega. Okazało się, że był to Żyd Benon Gut, który handlował drewnem. Posiadał on rachunki, których treść chłopci uznali za szyfr. W Dębicy postanowili go przekazać żandarmerii. W tym czasie działała jeszcze poczta wojskowa. Gdy pułk Pawła dotarł następnie do miejscowości Nisk



drogami ciągnął nieustanny pochód rozbitków. Nie były to żadne formacje, ale niezorganizowane grupy żołnierzy z różnych oddziałów wojskowych, byli oni brudni, zaniedbani, często nieuzbrojeni. Po kilku dniach takiej wędrówki oficerowie dowiedzieli się, że Anglia i Francja wypowiedziały Niemcom wojnę. Ciągłe spotykali fale uchodźców, szli szosą i po niewidocznych polnych ścieżkach, wielu z nich wiozło ubogi dobytek, a niektórzy nieśli małe dzieci na rękach i dźwigali tobołki. Paweł dostał pod swoje dowództwo trzech ludzi, których miał przeszkolić, a okazało się, że byli to trzej szwagrowie ze Śląska: Sławik, Galosz, Kurek, któremu powierzono opiekę nad pocztą. Pawłowi do działonu przydzielono również strzelca Cwalinę. Cały pułk był świadkiem zestrzelenia niemieckiego samolotu. W tym czasie toczyły się po szosie także dworskie wozy wyładowane po brzeży dobytkiem. Pędzono za nimi stada krów, koni i owiec. Ludzie od rana żyli tylko resztami chleba i owocami. W każdym z tych miast na postojach były organizowane patrole dzienne i nocne. Coraz częściej otrzymywali

komunikaty o zajmowaniu miast polskich najpierw od północy, a niedługo potem cała Europa miała przypominać czasy wędrówki ludów. W końcu dojechali do Janowa Lubelskiego, gdzie brali już udział w walkach wojennych, chociaż postoje mieli jeszcze w niezajętych przez okupanta wsiach. Chłopi organizowali żywność, każdy przynosił co miał najlepszego. Dochodziło coraz częściej do groźnej strzelaniny, między Polakami a Niemcami. Na rozkaz porucznika Redycza zorganizowano zwiad, aby dowiedzieć się jaką broń artyleryjską posiada okupant i wówczas znaleźli się w kotle, zostali otoczeni ze wszystkich stron. W jednej z niezajętych jeszcze wsi spotkali Cyganów, którzy poczęstowali ich gruszkami. W dalszej drodze byli bardzo zmęczeni, ale pomimo to walczyli. W końcu doszło do walki wręcz. Kapitan Redycz poinformował oficerów, że Rząd Polski przekroczył granicę rumuńską i tam został internowany. Po drodze widzieli także jeńców niemieckich i uciekających limuzynami oficerów. Oficerowie wystali parlamentariuszy ponieważ byli otoczeni i latały

nad nimi samoloty niemieckie. Wypłacono wszystkim zółd po 100 złotych, wszyscy mieli się ogolić, aby nie pójść do niewoli jak banda tylko jak wojsko. Kapitan Redycz powiedział, że oficerowie pójdą osobno, a po pozostałych mieli przyjść niemieccy łącznicy, aby odprowadzić ich na jeniecki punkt zborny. Wszyscy pocieszali się, że stolica jeszcze nie zdobyta, ale niestety w końcu skapitulowała i dostała niemiecką nazwę Warschau. Oficerów zaprowadzono do obszernego dworskiego budynku, pozostałych wpędzono przez bramę. Przez pierwszych parę dni marszu prowadzili cały sprzęt, który ostatecznie pozostawili, w końcu wsiedli do pociągu. Paweł i jego najbliższy przyjaciel Kazek postanowili zorganizować ucieczkę w pobliżu Krakowa. Wskoczyli z wagonu lecz dosięgły ich kule

patrolu niemieckiego. Paweł i Kazek zaczęli uciekać, gdy niedaleko Płaszowa pojawił się kolejny pociąg skoczyli do niego i uniknęli dalszego pościgu. Przejeżdżając przez Bieżanów, niedaleko fabryki drożdży znowu zaryzykowali ucieczkę, tym razem udaną. Zamieszkali w Prokocimiu, gdzie Kazek miał rodzinę. W ubraniach cywilnych poszli do miasta, gdzie widzieli wielu oficerów niemieckich i dużą ilość napisów: „Polski nie ma”, z czym nie chciał zgodzić się Kazek, który krzyknął, że jeszcze zobaczymy. Zabrzmiało to jak zapowiedź przyszłej konspiracji polskiej.

Książka ukazuje ciężkie pierwsze dni wojny, Kampanii wrześniowej. Polecam ją nie tylko osobom interesującym się historią i tematyką II wojny światowej, która przecież trwała aż sześć lat.

Kołysanka dla Maluszka

*Idzie niebo ciemną nocą,
Ma w fartuszku pełno gwiazd!
Gwiazdy błyszczą i migocą,
Żeby je po jednej dać.
Gwiazdki nie są do zabawy,
Tożby nocka była zła –
Ej! Usłyszysz kot kulawy –
Cicho bądźźże, aaa!*

Szkoła

*Już pierwszy dzwonek nas woła,
Witaj szkoło!
Tam się będziemy uczyli i także czasami bawili.
Witaj szkoło!
Zjemy tam obiad i śniadanie, i nic złego się nie stanie.
Witaj szkoło!
Piękna Pani nas przywita i kucharki też.
Witaj szkoło!
I gdy przyjdzie wizytator i Rodzice też,
Podziękujcie wszystkim za ten trud waszego wychowania.
Witaj szkoło!*



**Anna
Wolska**

Przedszkole

*Poszły dzieci do przedszkola,
Tam gdzie czeka na nich Ola.
Tam się będą bawiły i nigdy się nie nudziły.
Przedszkole to raj dla dzieci
I nie nudzą się wcale –
Bo tam mają swoje lale, misie, klocki,
By wyprawiać chocki klocki.*

J E S I E Ń

*When I look into your eyes
I can see a love restrained
But darling when I hold you
Don't you know I feel the same*

*Cause nothin' lasts forever
And we both know hearts can change
And it's hard to hold a candle
In the cold November rain*

*We've been through this such a long time
Just tryin' to kill the pain, oh yeah*

*But lovers always come and lovers always go
And no one's really sure who's lettin' go
today
Walking away*

*If we could take the time to lay it on the line
I could rest my head
just knowin' that you were mine
All mine
So if you want to love me
Then darlin' don't refrain
Or I'll just end up walkin'
In the cold November rain*

*Do you need some time.. on your own
Do you need some time.. all alone
Everybody needs some time.. on their own
Don't you know you need some time.. all
alone*

*I know it's hard to keep an open heart
When even friends seem out to harm you
But if you could heal a broken heart
Wouldn't time be out to charm you*

*Kiedy patrzę w twoje oczy
Widzę powstrzymaną miłość
Lecz najdroższa, kiedy cię obejmuję
Czy nie wiesz, że czuję to samo*

*Bowiem nic nie trwa wiecznie
A oboje wiemy, że nasze uczucia mogą się zmienić
I tak trudno jest utrzymać płonąca świecę
W zimnym listopadowym deszczu*

*Tkwiliśmy w tym przez tak długi czas
Starając się jedynie zwalczyć ból*

*Lecz kochankowie zawsze przychodzą i zawsze
odchodzą
I nikt nie może być pewien, kto dziś odpuści
I odejdzie*

*Gdyby tylko starczyło nam czasu, aby zaryzykować
Mógłbym uspokoić moje myśli
Wiedząc, że jesteś moja,
Cała moja...
Więc jeśli pragniesz mnie kochać
To kochanie, nie broń się
Albo ja po prostu skończę spacerując
W zimnym listopadowym deszczu...*

*Czy potrzebujesz trochę czasu... sama ze sobą
Czy potrzebujesz trochę czasu... w samotności
Każdy potrzebuje nieco czasu, by pobyć sam.
Czy wiesz, czy potrzebujesz trochę czasu...
w samotności*

*Wiem, że ciężko jest być otwartym na innych
Kiedy nawet przyjaciele, wydawałoby się, że cię
krzywdzą
Ale jeżeli mogłabyś uleczyć złamane serce
Czy nie zabraknie czasu, aby cię oczarować*

Wyboru dokonał:



Ireneusz Kawałek

Guns N' Roses – November Rain

rys. Daniel Brzezoń

Żużlowa impreza

Pewnego upalnego popołudnia, 3 sierpnia, wyruszyliśmy na niedzielny żużel z panem Jarkiem. Oglądaliśmy wspaniały mecz żużlowy Wandy Kraków z Ostrowią Ostrów Wielkopolski. Spotkanie to miało bardzo ważny wymiar, gdyż zwycięstwo w tym spotkaniu dawało pierwsze miejsce przed rundą play-off, decydującą o awansie do I ligi żużlowej. Przed rozpoczęciem meczu odbyła się parada starych samochodów, w których to zawodnicy jednej i drugiej drużyny zostali wwiezieni na tor. Samo spotkanie miało wyrównany przebieg. Raz jedni, raz drudzy wychodzili na prowadzenie, a biegi najczęściej kończyły się remisem 3:3. Gdy jedna drużyna minimalnie wychodziła na prowadzenie, to w następnym



wyścigu druga odrabiała straty. Była to ostra walka pełna emocji. Jednak mimo zaciętego spotkania, a nawet wywrotek, całe spotkanie toczyło się w atmosferze fair play i przy głośnym i kulturalnym dopingiu kibiców. O wyniku meczu zadecydowały dopiero wyścigi nominowane, po których goście nieznacznie zwyciężyli z drużyną Wandy 46:44. Jednak mimo porażki żużlowców krakowskiej Wandy, to oni ponownie spotkają się z Ostrowią w finale rozgrywek II ligi. Życząc sukcesu w finałowej rozgrywce drużynie Wandy, mamy nadzieję, że będziemy oglądać tę ekipę w przyszłym sezonie w I lidze żużlowej.



Sylwester Chalastra

Ekstraklasa klubowa

Dzięki nawiązaniu przez nasz Dom współpracy z FORBG – Fundacją Otwarte Ramię Białej Gwiazdy działającej na rzecz osób niepełnosprawnych oraz wyrobieniu kart kibica, możemy bezpośrednio na stadionie oglądać mecze Białej Gwiazdy.

Pierwszym spotkaniem, na którym byliśmy w nowym sezonie 2014/15 był mecz 7 kolejki z GKS Bełchatów. Mimo że górnicy są beniaminkiem, to postawili graczom Wisły wysokie wymagania. Po zaciętym spotkaniu wiślacy po bramce P. Brożka zwyciężyli 1:0. Oprócz tego napastnicy krakowskiej drużyny strzelali w słupki i poprzeczkę, lecz bramka gości była jakby zaczarowana. Bełchatowianie zapracowali skutecznie na miano czarnego konia rozgrywek, co odzwierciedla ich wysoka pozycja w tabeli.

Drugim meczem było spotkanie Wisła Kraków – Legia Warszawa. Jest to mecz zwany klasykiem ligowym. Przed tym meczem Wisła była liderem rozgrywek, a Legia zajmowała 3. miejsce ze stratą 2 punktów. Pierwsza połowa to typowe badanie się przeciwników z lekką przewagą wojskowych, co udokumentowali strzeleniem bramki. Druga połowa to akcja za akcją – piłka przemieszczała się z jednej połowy na drugą, a zawodnicy stwarzali szereg

sytuacji podbramkowych. Końcówka meczu należała do legionistów. Wiślacy zaatakowali całym zespołem próbując doprowadzić do remisu, niestety nadziali się na dwie skuteczne kontry.



Mamy nadzieję, że w meczu rewanżowym piłkarzom Białej Gwiazdy uda się skuteczny rewanż. Warto też zaznaczyć, że na stadionie był komplet widzów – ponad 31 tysięcy, a fani krakowskiej drużyny przygotowali piękną oprawę spotkania.

Euro 2016 – eliminacje

Ostatnio oglądaliśmy w TV trzy mecze polskiej reprezentacji w piłce nożnej, które śmiało można uznać za sukces. Były to mecze eliminacyjne do XV Mistrzostw Europy, które odbędą się we Francji w 2016 roku. Mecze eliminacyjne są rozgrywane w okresie od 7 września 2014 do 11 października 2015, a baraże odbędą się w listopadzie 2015. W finałach Euro po raz pierwszy w historii zagrają 24 najlepsze drużyny europejskie, które zostaną wyłonione po eliminacjach. Dotychczas w Mistrzostwach Europy brało udział 20 drużyn. W eliminacjach wezmą udział 53 reprezentacje narodowe. Będą walczyć o 23 miejsca w turnieju, ponieważ Francja, jako organizator mistrzostw jest zwolniona z eliminacji i została zakwalifikowana automatycznie.

Losowanie grup kwalifikacyjnych odbyło się 23 lutego 2014 roku w Nicei. W wyniku losowania wyłoniono 8 grup liczących po 6 drużyn oraz jedną grupę liczącą 5 drużyn (Grupa I). Hiszpania (jeśli zakwalifikuje się do Mistrzostw Europy), jako mistrz Europy z 2012 roku, zostanie automatycznie rozstawiona w pierwszym koszyku. My jesteśmy w grupie D wraz z Niemcami, Szkocją, Irlandią, Gruzją i Gibraltarem. Awans do finałów ME wywalczą pierwsze dwie drużyny z każdej grupy oraz najlepszy zespół z trzecich miejsc w grupach. Pozostałe osiem drużyn z trzecich miejsc utworzy cztery pary barażowe.

O dziwo, Polska reprezentacja prowadzona przez selekcjonera Adama Nawalkę, przoduje w grupie D, wyprzedzając naszych rywali. Pierwszy mecz, który rozegrała nasza reprezentacja był to mecz z Gibraltarem. Jest to drużyna składająca się z samych amatorów, gra w niej tylko dwóch zawodowców. Gibraltar został przyjęty do struktur UEFA dopiero w maju 2013. Wygraliśmy z nim 7:0, cztery gole strzelił Robert Lewandowski. Ten mecz rozgrywaliśmy na boisku rywali, na Gibraltarze. Kolejnym meczem eliminacji był mecz z Niemcami, aktualnymi Mistrzami świata (wygrali przecież Mundial

2014 w Brazylii). Mecz ten był rozgrywany na Stadionie Narodowym w Warszawie, było na nim 55 tysięcy ludzi. Nasza drużyna stanęła na wysokości zadania, a nawet przekroczyła nasze oczekiwania! Wygraliśmy z Niemcami 2:0, po bramkach Arkadiusza Milika i Sebastiana Mili. Wynik ten był wielką sensacją, bo ledwie liczyliśmy na remis. Do tej pory nigdy nie udało się nam pokonać reprezentacji Niemiec, na 18 spotkań mieliśmy tylko 4 remisy, a reszta wszystko przegrane mecze. Kolejny mecz rozegraliśmy ze Szkocją, tutaj z kolei padł remis 2:2 (bramki dla nas strzelili Krzysztof Mączyński i Arkadiusz Milik). Mimo remisu, Polska pozostaje nadal liderem grupy!

Obecnie sytuacja w grupie przedstawia się następująco. Na pierwszym miejscu jest Polska z ilością punktów 7 (po 3 punkty za 2 zwycięstwa i 1 punkt ze remis,



Piotr Ordyk



11 goli), drugie miejsce zajmuje Irlandia (7 pkt, 10 goli), 3 – Szkocja, 4 – Niemcy, 5 – Gruzja, 6 – Gibraltar. Jak widać, mistrzowie świata, Niemcy, zajmują dopiero czwarte miejsce, z czego na pewno nie cieszy się Joachim Loew, bo Niemcy mogą nawet nie wejść do finału.

Teraz czekają nas kolejne spotkania, z Gruzją (14 listopada) i z Irlandią (29 marca). Liczymy na kolejne 6 punktów i wyjście z grupy... z pierwszego miejsca!

Strony Rady Mieszkańców

Spotkania Rady Mieszkańców odbywają się nadal regularnie co dwa tygodnie. Członkowie Rady omawiają problemy zgłaszane przez mieszkańców, a następnie w ważniejszych sprawach kontaktują się z Kierownictwem. Pod koniec każdego miesiąca są organizowane Zebrania Społeczności, na których omawiane są aktualności z życia Domu – imprezy i wydarzenia mijającego miesiąca, a także inne bieżące sprawy. Jest także możliwość poruszenia nurtujących spraw, zadania pytań, zgłaszania własnych propozycji oraz podzielenia się ze społecznością własnymi przemyśleniami.

Rada prosi mieszkańców o kontaktowanie się we wszystkich sprawach, w których może być pomocna. Prosimy również o udział w comiesięcznych Zebraniach Społeczności, które odbywają się jak zawsze w kawiarence „Grosik” w bud. 41, zazwyczaj w ostatni dzień miesiąca.

Rada Mieszkańców:

Krystyna Cymerys

Krzysztof Kijowski

Marian Skoczylas

Romana Wądrzyk

Wojciech Wierzbicki

Rada Mieszkańców

Humor numeru



Krzysztof Kijowski
tekst



Wojciech Wierzbicki
rysunek

Jacek mówi do Marka:

– Marek, słyszałeś? Jasiu mówi wszystkim, że nawet w pracy myśli o swojej żonie.

Na to Marek:

– Nie słyszałem, ale w tym coś jest, bo nigdy nie może wyrobić normy.

AKTUALNOŚCI

W sierpniu odbył się drugi w tym roku turnus rehabilitacyjny, o którym piszemy w tym numerze. Tym razem grupa mieszkańców była w Tyliczu, turnus był bardzo udany, a wczasowicze wrócili zadowoleni i wypoczęci.

Oprócz opisanego w tym numerze tradycyjnego pikniku integracyjnego, w tym roku pod hasłem Piknik Country, bawiliśmy się też na innych zabawach i piknikach na terenie Domu i poza nim, m.in. na zaproszenie zaprzyjaźnionych Domów. Byliśmy w DPS przy ul. Soltysowskiej na pikniku pod hasłem „Morskie opowieści”, a w naszym Domu bawiliśmy się na pikniku na pożegnanie lata, były konkurencje sportowe, karaoke i poczęstunek. Teraz z niecierpliwością czekamy na zabawy andrzejkowe z tradycyjnymi wróżbami.

Nasza grupa teatralna „Teatr Wyobraźni” nadal regularnie spotyka się na próbach i reprezentuje nas podczas przeglądów teatralnych. We wrześniu grupa wystąpiła po raz kolejny z tegorocznym przedstawieniem zatytułowanym „Lampa Alladyna” podczas Krakowskich Spotkań Artystycznych „Gaudium” w NCK. Przypominamy, że premiera przedstawienia odbyła się podczas XII Przeglądu Teatralno-Muzycznego o Buławę Lajkonika, o przedstawieniu pisaliśmy szerzej w numerze 57. Lada dzień grupa rozpocznie próby do Jasełek.

Uczestniczymy w projekcie „Przez pokolenia - przez świat. Małe i duże wycieczki krakowskich seniorów” organizowanym przez Forum Rozwoju Inicjatyw Lokalnych. O projekcie piszemy w środku numeru, zamieszczamy relacje prozą i wierszem z wielu wycieczek, które odbywają się w ramach projektu, organizowane są również zajęcia komputerowe.

Późnym latem i wczesną jesienią spędzaliśmy czas także na innych spacerach, wyjściach w plener i całonocnych wycieczkach, które opisujemy w numerze. Podziwialiśmy m.in. występy teatrów ulicznych podczas Międzynarodowego Festiwalu Teatrów Ulicznych na Rynku Głównym. Na zaproszenie DPS przy ul. Kluzeka uczestniczyliśmy w trzydniowym cyklu pt. „Ogród sztuki”, w ramach organizowanych warsztatów prezentowaliśmy naszą twórczość malarską, poetycką i muzyczną.

Oprócz stałych zajęć terapeutycznych w budynkach, tak jak przez całe lato, także w końcówce ciepłego sezonu organizowaliśmy zajęcia przed budynkiem. Były to różnorodne warsztaty, kulinarne, teatralne, florystyczne, sportowe i muzyczne. Zawsze bardzo chętnie spędzamy też czas na muzykowaniu, które sprawia nam wiele radości. Organizujemy spotkania z piosenką, gdzie gramy i śpiewamy, bawimy się na imprezach karaoke. Wszystkich mieszkańców zachęcamy do udziału w stałych zajęciach terapeutycznych - nie tylko plastycznych - które regularnie się u nas odbywają!





W naszym Domu od wiosny tego roku odbywają się zajęcia z hortiterapii (tj. leczenia ogrodem). Nasi mieszkańcy, Grzegorz Cetera i Jan Kmiec pod opieką rehabilitantki systematycznie w każdą środę pielęgnują ogród. Po pracy spotykają się przy kawie lub herbacie i czytają czasopisma ogrodnicze, z których czerpią wiedzę i informacje dotyczące prawidłowego zajmowania się roślinami. Jest to miło i pożytecznie spędzony czas, na rzecz naszego Domu. Zapraszamy chętnych do współpracy!



Nadal chętnie i z zapałem bierzemy udział w zawodach i imprezach sportowych. We wrześniu byliśmy w Izdebniku na imprezie XI Dzień Sportu im. Tadeusza Giżyckiego, zostaliśmy zaproszeni przez zaprzyjaźniony Dom Pomocy Społecznej w Izdebniku. Było różnorodne konkurencje, rozegrano także bieg „O Puchar Starosty Powiatu Wadowickiego”. Uczestnicy zostali nagrodzeni medalami i dyplomami, impreza była bardzo udana, podobnie jak pogoda, która dopisała w tym roku wyśmienicie. Dzięki nawiązaniu przez nasz Dom współpracy z FORBG – Fundacją Otwarte Ramię Białej Gwiazdy działającej na rzecz osób niepełnosprawnych oraz wyrobieniu kart kibica, regularnie oglądamy mecze piłki nożnej na stadionie Wisty, chętnie chodzimy także na mecze żużlowe (o wyjściach piszemy w numerze). Ostatnio oglądamy również mecze rozgrywane w ramach eliminacji do Euro 2016, żarliwie kibicując naszej reprezentacji, licząc na jej dalsze sukcesy!

Myśląc o zbliżającym się Dniu Wszystkich Świętych wyjeżdżamy na cmentarze porządkować groby naszych zmarłych mieszkańców i zapalić symboliczną lampkę ku Ich pamięci.

Czas zadumy

Gdy 1 listopada na cmentarz przychodzimy, by złożyć hołd naszym kochanym bliskim, zapalamy znicze. Idąc na cmentarz, kwiaty nosimy, to przeważnie chryzantemy, które są na płycie położone, a koło nich znicze rozpalone. Gdy w zadumie odmawiamy szczerą modlitwę, wówczas przypominamy sobie nasze drogie osoby. I znowu nachodzą nas wspomnienia, smutne, ale i miłe.

Przechodząc wąskimi drózkami cmentarnymi spotykamy ludzi stojących grupkami przy grobach bliskich. Zatrzymujemy się pod wielkim pomnikiem, przy którym są zapalone znicze. Stoimy przy Grobie Nieznanego Żołnierza, składając wielki hołd naszym

poległym żołnierzom. Przypominamy sobie twórców, naszych poetów, pisarzy, dziennikarzy, aktorów, modlimy się za nich. Gdy ktoś bliski odchodzi, wielki smutek nadchodzi, a gdy ktoś słynny umiera, cały naród jest przygnębiony. Gdy odchodzą nasi wielcy rodacy, w tym czasie cały kraj jest tęsknotą otulony i tkwi w żalu i rozpacz, a każdy wie co to znaczy.

Listopadowym jesiennym wieczorem, gdy wiatry wieją, a deszcze leją, siadamy w swym fotelu, zamysłamy się, wspominamy naszą rodzinę, szczerych przyjaciół i znajomych, ich życie, najważniejsze cechy charakteru... Patrzymy na zdjęcia, przypominają nam one nasze wspólne życie. Gdy kochana, bliska

nam osoba odchodzi, bardzo głęboko to przeżywamy, ona ciągle nam się śni, pragniemy się z nią spotkać bezpośrednio, w sposób fizyczny, za nią tylko tęsknimy, odmawiając modlitwy, tkwimy w rozpacz, wielkim przygnębieniu, czasami

nie możemy spać lub jeść, oczy zalewane są łzami, które spływają po naszych policzkach, czasami tkwimy w bezruchu. Gdy mija ten czas tak wielkiego cierpienia, rozumiemy, że osoba ta zostaje nadal z nami, ale w naszej pamięci, naszym sercu, naszych wspomnieniach, a życie musi trwać. Uczymy się z czasem, chociaż przeżywanie było wielkie, żyć mimo tej straty, uczymy się wspominać osobę z uśmiechem zamiast bólu i rozpacz. Doceniamy, że mieliśmy koło siebie taką wspańiałą bliską, kochającą osobę. Układamy sobie na nowe życie, budujemy nowe ognisko rodzinne.

Dzień Wszystkich Świętym i Dzień Zaduszny to czas zadumy, ofiarowanej naszym bliskim modlitwy, wspomnienia wspólnie spędzonych chwil. Lata mijają i troski zanikają, jednak w tym szczególnym czasie gdy do grobów podchodzimy, wspomnienia powracają, jesteśmy w wielkiej zadumie, prosimy o błogosławieństwo, odkupienie i dla swych bliskich wieczne zbawienie.



Lidia Wąsik



Pożegnania

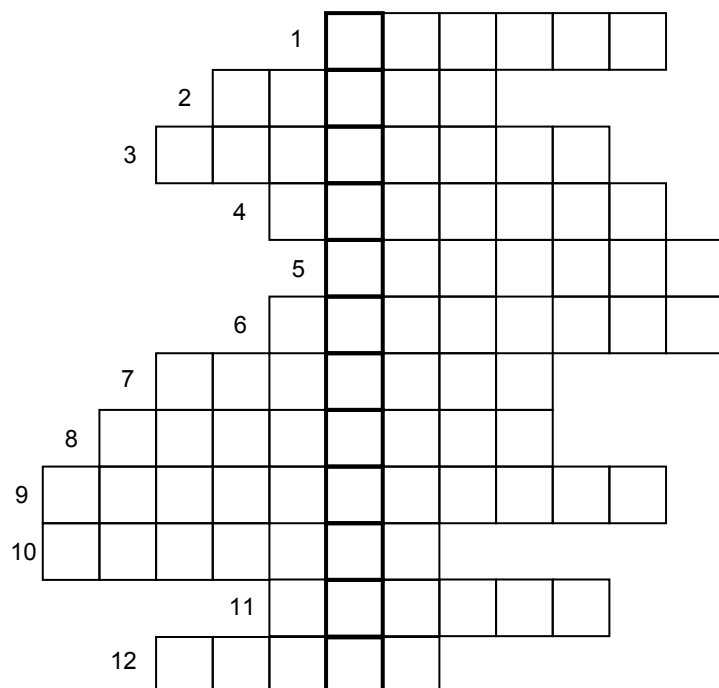
W minionym kwartale odeszli od nas nasi koledzy:

Pan **Józef Kowalcze** – mieszkał w naszym Domu od początku jego istnienia, czyli 20 lat (bud. 41); był bardzo lubiany przez innych; był osobą niezwykle religijną.

Pan **Jerzy Przybyłowicz** – bardzo serdeczny, uprzejmy kolega; dużo ćwiczył, chodził na długie spacery, dbał o kondycję i zadziwiał formą fizyczną; ciekawie opowiadał o swoim życiu.

Polecamy ich modlitwie. Pozostaną w naszej pamięci...

Jesienna krzyżówka z hasłem



Objaśnienie haseł:

- | | |
|---|---|
| 1) Jesienią potrzebne w ogrodzie do sprzątnięcia opadłych liści | 8) Zapada szybko jesienią |
| 2) Biały na trawie lub szybach samochodu | 9) Jesienny kwiat, kojarzy się z Zaduszkami |
| 3) Rudobrazowe, spadają jesienią z drzew | 10) Odlatują jesienią do ciepłych krajów |
| 4) Jesienne prace w polu | 11) Zimą nie ma ich na drzewach |
| 5) Najszlachetniejszy wśród grzybów | 12) Jesienny kwiat, nie chryzantema |
| 6) Przysmak dzików | |
| 7) Wielka maszyna do prac w polu | |

Stowarzyszenie Przyjaciół Osób Niepełnosprawnych „Wspólna Radość” jest organizacją pozarządową działającą od 1999 roku. Od 2007 roku jest organizacją pożytku publicznego. Działa na rzecz osób niepełnosprawnych, wspiera Dom Pomocy Społecznej w Krakowie przy ul. Łanowej 41. Misją Stowarzyszenia jest rozwijanie i promowanie inicjatyw, postaw i działań zmierzających do pełnego rozwoju osób niepełnosprawnych, a także ich integracja społeczna ze środowiskiem. Na konto Stowarzyszenia można przekazać 1% swojego podatku wpisując numer KRS 0000151562.

Dom Pomocy Społecznej
ul. Łanowa 41,
30-725 Kraków,
tel. 650-56-00

Stowarzyszenie Przyjaciół Osób
Niepełnosprawnych „Wspólna Radość”
ul. Łanowa 41, 30-725 Kraków, tel. 650-56-00
Nr konta: 08124044321111001050364748
Bank Pekao