



KROPLA OPTYMIZMU

LUTY 2025

CENTRUM AKTYWNOŚCI SENIORÓW >OPTYMISTA<

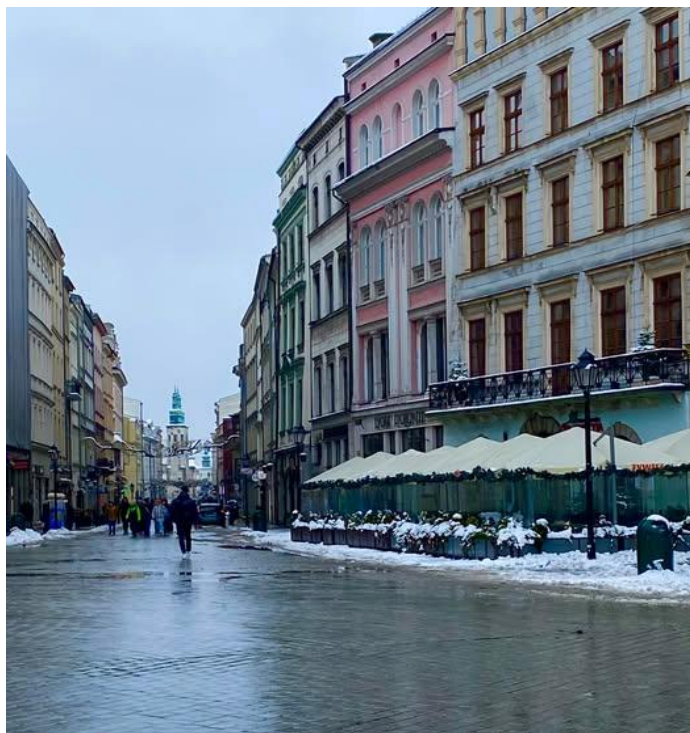
Polski Komitet Pomocy Społecznej

Kraków, ul. Henryka Sienkiewicza 2a

Styczeń 2025 r.

Święta, Święta i po Świętach. Przyszedł Nowy 2025 rok, a wraz z nim ZIMA. Wracamy do naszych codziennych zajęć. Zaczęła się już gimnastyka i Aqua aerobik, bardzo pomocne w utrzymaniu przez nas sprawności fizycznej. Było spotkanie z Panią Bernadettą - pielęgniarką, która opowiadała o nowinkach medycznych, oraz odpowiadała na pytania związane z naszymi dolegliwościami. Pan Artur – informatyk zawsze pomaga nam zakładać nowe aplikacje, nieodzowne w dzisiejszym życiu. Czekają nas szereg zajęć pomocnych dla Seniorów jak np. zdrowe gotowanie, Bystry Senior, oraz ciekawe wykłady z Kulturoznawstwa, czy Kurs fotograficzno-filmowy.

Najprzyjemniejsze są spotkania przy kawie i nasze pogaduszki. Bo najważniejszy jest kontakt z drugim człowiekiem.



A jednak przyszła!

Mgnienie zimy w Krakowie

Drodzy Seniorzy Krakowa!

Wreszcie doczekaliśmy się - biały puch okrył nasze królewskie miasto! Wawel przyodziany w śnieżną szatę przypomina bajkową twierdzę, a Planty zamieniły się w zimową aleję, gdzie każda ławeczka nosi białą czapę.

Pamiętacie te zimy sprzed lat? Gdy śnieg skrzypiał pod nogami, a mróz malował na szybach misterne wzory? Dziś, choć może nie jest już tak srogo jak dawniej, warto wyjść na krótki spacer i nacieszyć oczy tym rzadkim ostatnio widokiem. Szczególnie pięknie prezentuje się Rynek o zmierzchu, gdy światła latarni odbijają się w śnieżnych płatkach.

Pamiętajmy jednak o ciepłym ubraniu - szalik, czapka i rękawiczki to nieodzowne atrybuty krakowskiego Seniora! A po powrocie do domu, nic tak nie rozgrzeje jak kubek gorącej herbaty z miodem i cytryną, najlepiej w towarzystwie wspomnień o dawnych, prawdziwie śnieżnych zimach w naszym ukochanym mieście.

Korzystajmy z tej zimowej chwili, bo kto wie, jak długo z nami zostanie? Może to tylko przelotne mgnienie, ale jakże urokliwe!



Kartka z kalendarza

15 stycznia 1869 r. urodził się w Krakowie Stanisław Wyspiański –wybitny polski literat i artysta wizualny, dramaturg, poeta, malarz, grafik, architekt, projektant mebli. Tworzył w epoce Młodej Polski. Był uczniem Jana Matejki. Był m.in. twórcą: „autoportretu z żoną” i „macierzyństwa”, polichromii do Kościoła Franciszkanów w Krakowie. Sławę zdobył jako autor: „Wesela”, „Wyzwolenia”, „Nocy listopadowej”. Dorobek Wyspiańskiego jako dramaturga sprawił, że bywa on nazywany czwartym wieszczem polskim.

„... Niech na całym świecie wojna.

Byle polska wieś zaciszna

Byle polska wieś spokojna ...”

- fragment z „Wesela”

Chyba wszyscy znamy wiersz Juliusza Słowackiego „Słowiański papież”. Przypominamy go najczęściej, gdy zbliżają się rocznice wyboru kardynała Karola Wojtyły na Stolicę Piotrową. Warto wiedzieć, że również Konstanty Ildefons Gałczyński napisał wiersz związany z wyborem papieża. Konstanty Ildefons Gałczyński, którego trudno posądzić o religijność, napisał „Modlitwy za pomyślny wybór papieża”. Konstanty Ildefons Gałczyński urodził się 23 stycznia 1905 r. a zmarł 6 grudnia 1953 r. W leśniczówce powstały ważne utwory „„Kronika Olsztyńska”, „Niobe”, „Wit Stwosz”, „Chryzostoma Bulwecia podróż do Ciemnogrodu”, „Pieśni”, „Ezop świeżo malowany”, „Rozmowa liryczna”, „Spotkanie z matką”, „Księżyc”, „W leśniczówce”, „Chmiel na nogach jelenich”, „Ojczyzna” i inne.

Zaczarowana dorożka

Zapytajcie Artura,

daję słowo: nie kłamię,

ale było jak ułał

sześć słów w tym telegramie

ZACZAROWANA DOROŻKA

ZACZAROWANY DOROŻKARZ

ZACZAROWANY KOŃ

.....

Zawsze będzie choćby jedna,

Choćby nie wiem jak biedna:

ZACZAROWANA DOROŻKA

ZACZAROWANY DOROŻKARZ

ZACZAROWANY KOŃ

Konstanty Ildefons Gałczyński



A już 14 lutego WALENTYNKI !

Walentynki (Ang. Valentine's Day) jest to coroczne święto zakochanych. Nazwa pochodzi od Świętego Walentego, który z wykształcenia był lekarzem a z powołania duchownym. Żył w Cesarstwie Rzymskim, w III wieku naszej ery. Cesarz Klaudiusz II Gocki zabronił młodym mężczyznom wchodzić w związki małżeńskie ponieważ uważał, że legionści nie mający rodzin, są lepszymi żołnierzami. Zakaz ten złamał biskup Walenty błogosławiąc śluby młodych legionistów. Za to został wtrącony do więzienia. Legenda głosi, że zakochał się tam w niewidomej córce swojego strażnika. Narzeczona pod wpływem tej miłości odzyskała wzrok. Cesarz na wieść o tym cudzie kazał zabić Walentego. Święty Walenty w przeddzień swojej egzekucji napisał list do swojej ukochanej, który podpisał „Od Twojego Walentego”. Egzekucję wykonano 14 lutego 269 roku. Stąd wziął się zwyczaj wysyłania w ten dzień do swoich ukochanych kartek walentynkowych.

SZCZĘŚLIWYCH WALENTYNEK !

Kącik humoru

- Czemu ślimaki są powolne?
- Weź sobie swój dom na plecy, to zrozumiesz.
- Sąsiadko, słyszałam że chłop od was uciekł
- A co miał zrobić, jak mąż wrócił.

Gdy podchodzę do lustra i widzę zmarszczki , siwe włosy, podkrążone oczy, myślę sobie, to już nie te lustra co kiedyś.

Dobrze, że nie jestem kanibalem, bo wokół mnie są tylko osoby, których nie trawię.