



KROPLA OPTYMIZMU

KWIECIEŃ 2025

CENTRUM AKTYWNOŚCI SENIORÓW >OPTYMISTA<

Polski Komitet Pomocy Społecznej

Kraków, ul. Henryka Sienkiewicza 2a

Wtorek, 25 marca 2025 roku.

Marzec obfitował w Klubie Seniora w ciekawe wydarzenia. Wspomnę o najważniejszych z nich.

Dzień Kobiet, ustanowiony w Stanach Zjednoczonych w 1910r. w Polsce obchodzony od 1924r. W tym roku w naszym klubie odbywał się pod hasłem „Panie dla Pań”, ale Panowie również nie zawiedli. Oprócz życzeń Panie otrzymały piękne tulipany i ciasteczka do kawy dla osłodzenia tego dnia.

W ubiegłym miesiącu zostało zorganizowane bardzo ciekawe spotkanie z Panią z Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej. Głównym tematem były zagrożenia dla Seniorów. Oprócz wykładu rozwinęła się dyskusja na temat nie łatwej sytuacji osób starszych, szczególnie wymagających częściowej lub całodobowej opieki. Panie z MOPSu odpowiadały bardzo profesjonalnie na wszystkie nasze pytania.

Najprzyjemniejszym dniem był pierwszy dzień wiosny. Seniorki i Seniorzy przygotowali piękne wiersze od humorystycznych do romantycznych. Danusia i nasz Koordynator Jacek przeczytali wiersze własnego autorstwa. Były piękne.

Uroku w tym dniu dodało mocno święjące słońce. Można śmiało powiedzieć za tekstem piosenki „Przyszła do nas wiosna piękna i radosna”.

Do zobaczenia

A oto parę wierszy naszej poetki Danuty Cieślik:

Wiosna

Panienko wiosenko
z rozwianymi włosami
i kwiatowym wieńcem
spóźniona pędziłaś
przez wertepy
między kolczastymi krzewami
rozrywając i gubiąc
strzępki długiej zielonej sukni.
Sprawiłaś:
-śpiew wielorakich ptaków
-kwitnienie zapachowych bzów
-murmurando miododajnych pszczół
-lot motyli o witrażowych skrzydłach
Przebudziłaś nasze serca
z zimowego letargu
do nowego życia.

Wczesnym rankiem

Moje miasto we mgle utopione,
z tysiącem bajek, wymarzone,
z prastarym zamkiem wawelskim,
w dostojeństwie królewskim,
z licznymi wieżami kościołów,
i uduchowieniem aniołów,
słynne z praojców historią,
rozświetlone wielką glorią -
- Modlę się w poranku do Ciebie,
oddaję Ci pokornie - siebie.

„Teatr mój widzę ogromny...”

„Opera Paryska”, a krakowska,
nad wejściem wysoko
Podkomorzy w sarmackim kontuszu
do poloneza z Zosią rusza.
Na rynku – Mickiewicza -
słowiańska dusza
doznaje wielkiej pociechy,
że bohaterowie Pana Tadeusza
trafili nie tylko pod strzechy.
Przed gmachem
hrabia Fredro na cokole
nigdy się nie dąsa
podkręcając figlarnie
swojego wąsa.
A co Słowacki w tej sprawie?
Ano, gmach przybrał
jego imię Łaskawie.
„Teatr mój widzę ogromny...”
- Wyspiański ze sceny głosi,
gdy lud krakowski
go o to prosi.

Zaczarowany Kraków

Niech się każdy człowiek dowie,
że ciekawie jest w Krakowie.
Dawniej królowie na zamku mieszkali
i nad krajem panowali.
Wielka rzeka Wisła płynie
po krakowskiej krainie.
Jest tu smocza jama,
a do rynku wiedzie brama.
Liczne są tu kościoły
a opiekę sprawują Anioły.
Strażak trąbi hejnał z wieży,
same dziwy, czy uwierzysz?
I gołębie tu latają,
a grajkowie grają, grają...

Danuta Cieřlik bierze udział w Salonie Poezji, gdzie czytana jest poezja wielkich poetów przez niezwykłych aktorów. Jest członkiem Stowarzyszenia Poetów Krakowskich „Každy”. Wydała trzy tomiki poezji.



Kraków, osiedle Ugorek, 26 marca 2025 r.



Kraków, Park Krakowski, 19 marca 2025 r



Kraków, Park Krakowski, 19 marca 2025 r.



Kraków, osiedle Ugorek, 26 marca 2025 r.

Najciekawsze tradycje związane z Dniem Kobiet

Dzień Kobiet, obchodzony corocznie 8 marca, jest świętowany na całym świecie w różnorodny sposób. Poniżej niektóre z najciekawszych tradycji związanych z tym dniem w różnych krajach:

We **Włoszech** kobiety otrzymują gałązki akacji srebrzystej, symbolizujące przyjaźń i szacunek. Obchody rozpoczynają się tydzień wcześniej, a kobiety wręczają sobie nawzajem prezenty. Tradycyjnie w Dniu Kobiet podaje się specjalne ciasto *torta mimosa*, które jest symbolem święta.

Kobiety w **Chinach** mają prawo do skróconego dnia pracy, co pozwala im na relaks lub spędzenie czasu na przyjemnościach. Wiele sklepów oferuje zniżki na kosmetyki i ubrania, aby zachęcić kobiety do zakupów.

Wietnamczycy obchodzą Dzień Kobiet dwukrotnie – 8 marca i 20 października. Popularnym prezentem są goździki.

W **Portugalii i Rumunii** kobiety spotykają się na kolacjach i przyjęciach wyłącznie w kobiecym gronie, aby świętować swoje święto.

Dzień Kobiet w **Armenii** rozpoczyna się 8 marca i trwa do Dnia Macierzyństwa, 7 kwietnia. W tym czasie odbywają się liczne imprezy i dekoracje ulic.

Chociaż nie jest to bezpośrednio związane z Dniem Kobiet, w **Japonii** w marcu świętuje się Hina-Matsuri, czyli Święto Lalek, które ma pewne związki z kultem kobiecości. W tym dniu japońskie dziewczęta ofiarowują swoim chłopcom białe róże.

Te tradycje pokazują, jak różnorodnie i kreatywnie Dzień Kobiet jest obchodzony na świecie.

Kartka z kalendarza

Wincenty Pol był polskim poetą, geografem i patriotą, urodzonym 20 kwietnia 1807 roku w Lublinie. Brał udział w powstaniu listopadowym w 1830 roku oraz w rewolucji 1848 roku. Choć pochodził z mieszanej rodziny niemiecko-francuskiej, uważał się za Polaka i zmienił swoje nazwisko na Pol. Był autorem takich dzieł jak *Pieśń o ziemi naszej*, *Rzut oka na północne stoki Karpat*, *Geografia Ziemi Świętej* oraz *Obrazy z życia i podróży*. Wprowadził do literatury polskiej termin „Kresy”, opisując wschodnie tereny Rzeczypospolitej. Zmarł w Krakowie w 1872 roku, gdzie został pochowany w kościele na Skałce.

Józef Mackiewicz urodził się 1 kwietnia 1902 roku w Sankt Petersburgu, a zmarł 31 stycznia 1985 roku w Monachium. Był polskim dziennikarzem, pisarzem i publicystą. Znany jest przede wszystkim jako autor powieści osadzonych w realiach Wileńszczyzny z okresu obu wojen światowych oraz jako bezkompromisowy antykomunista. Mackiewicz brał udział w wojnie polsko-bolszewickiej i później pracował jako dziennikarz, m.in. w redakcji wileńskiego „Słowa”. W 1943 roku uczestniczył w ekshumacji ofiar zbrodni katyńskiej, co uczyniło go ważnym świadkiem tej zbrodni. Po wojnie wyemigrował do Niemiec, gdzie mieszkał do końca życia, współpracując z emigracyjnymi pismami, w tym z „Kulturą” Jerzego Giedroycia. Jego twórczość charakteryzuje się realistycznym opisem rzeczywistości i polifoniczną narracją, choć bywała krytykowana za stronniczość i publicystyczny charakter. Jego prace charakteryzowały się pedantycznym przedstawieniem szczegółów przyrodniczych, historycznych i lokalnych, a także doskonałym wyczuciem języka mówionego.

Marek Skwarnicki był polskim poetą, pisarzem, dziennikarzem i tłumaczem, związanym z „Tygodnikiem Powszechnym”. Urodził się 30 kwietnia 1930 roku w Grodnie, na terenie dzisiejszej Białorusi, a zmarł 12 marca 2013 roku w Krakowie. Tworzył poezję, prozę, reportaże i felietony, a także tłumaczył psalmy na potrzeby reformy liturgicznej. Był autorem książek wspomnieniowych oraz biografii Jana Pawła II. Za swoje zasługi dla kultury polskiej otrzymał wiele nagród, w tym Krzyż Oficerski Orderu Odrodzenia Polski. Skwarnicki był również laureatem Nagrody Fundacji Kościelskich. Został pochowany 20 marca 2013 roku na cmentarzu parafialnym w Tyńcu.

Kącik humoru

Córka dzwoni do matki

- Mamo pokłóciłam się z mężem!

Chcę by gorzko tego pożałował,
więc jadę nocować do ciebie.

Matka odpowiada:

- Zaczekaj! Jeśli ma gorzko pożałować, to raczej ja przyjadę nocować do ciebie.

Myślę, że dwa tygodnie wystarczą!

Emeryt odebrał emeryturę.

Wraca zadowolony do domu.

Spotyka kolegę:

- Coś ty taki radosny?

- Odebrałem właśnie emeryturę!

Idę do domu zaszaleć!

- Co? A jak można szaleć w domu?

Włączę sobie światło na pół godziny...

Jedzie sobie w autobusie mocno podpity facet.

Nagle ocknął się i rzuca hasło do gościa obok:

- Przepraszam gdzie my jesteśmy?

- W Łodzi – odpowiada facet.

- To wiem, ale dokąd płyniemy?

Do szkoły jazdy przychodzi staruszek:

- Chciałbym się zapisać na kurs prowadzenia autobusów.

- Dziadku, a trochę na to nie za późno?

- Nie... Byłem u lekarza na badaniach, żeby sobie przedłużyć prawo jazdy na moje auto
i on mi powiedział, że w tym wieku to najlepiej jeździć autobusem...