



KROPLA OPTYMIZMU

WRZESIEŃ 2025

CENTRUM AKTYWNOŚCI SENIORÓW >OPTYMISTA<

Polski Komitet Pomocy Społecznej

Kraków, ul. Henryka Sienkiewicza 2a

5 września 2025 r.

Sierpień obfitował w naszym klubie w ciekawe wydarzenia. Na zajęciach z plastyki wykonywaliśmy wyroby z masy solnej według własnej inspiracji. Dzięki temu powstały solne drzewka, zwierzątka i kwiatki.

Bardzo przyjemna była wycieczka nad Zalew Nowohucki. Piękny teren rekreacyjny, już sam spacer nad zalewem był atrakcją samą w sobie. Do tego cudowne widoki, świeże powietrze, lody, kawa. Podsumowując był to wspaniały wypoczynek.

Pod koniec miesiąca byliśmy w Teatrze Bagatela na spektaklu „Pijacy”. Sztuka oparta na osiemnastowiecznej satyrze Franciszka Bohomolca. Jest to współczesna interpretacja staropolskich zwyczajów, które mimo upływu lat wcale nie odchodzą do lamusa. Przedstawienie pełne humoru, ze świetnymi kreacjami aktorskimi. Prawie dwie godziny wspaniałej zabawy.



Zdjęcia z Zalewu Nowohuckiego

Młynówka Królewska – rzeka Królewskiego Miasta Krakowa dawniej i dziś

Młynówka Królewska to wyjątkowy zabytek inżynieryjny i jeden z symboli Krakowa, który od XIII wieku towarzyszy rozwojowi miasta. Sztuczne koryto rzeki Rudawy zostało stworzone jako odgałęzienie rzeki, mające dostarczać energię wodną do młynów – przede wszystkim królewskich – oraz wodę do miejskich fortyfikacji i nawadniania okolicznych terenów. Było kluczowym elementem infrastruktury miejskiej, umożliwiającym przemiał zboża, produkcję narzędzi i wyrobów rzemieślniczych, a także zabezpieczającym miasto poprzez wypełnianie fos.

Władysław Łokietek w 1304 roku nadał przywilej wójtom krakowskim na budowę młynów nad nowym kanalizowanym akweduktem, a po buncie wójta Alberta książę stał się wyłącznym właścicielem wody. Nad Młynówką znajdowały się liczne młyny z kołami młyńskimi, które z czasem stały się bardziej zaawansowane technologicznie, wykorzystując koła nadsiębierne i system jazów do spiętrzania wody oraz zwiększenia wydajności młynów. Do XVII wieku Młynówka Królewska pełniła wiele funkcji: od zaopatrywania w wodę, po zasilanie miejskich rurociągów i fos obronnych, aż po wspieranie gospodarki miejskiej i rzemiosła.

Niestety, oblężenie Krakowa podczas potopu szwedzkiego w 1655 roku i zniszczenie urządzeń spowodowały upadek tego systemu. Z czasem przemysłowe wykorzystanie młynów zaczęło maleć, a wraz z rozbudową miasta i rozwojem nowych technologii Młynówka była stopniowo zasypywana i zaniedbywana. Dopiero w latach 90-tych XX wieku rozpoczęła się jej rewitalizacja.

Dziś Młynówka Królewska to park o długości około 8 km i szerokości około 8 metrów, który biegnie przez dzielnice Krakowa takie jak Krowodrza i Bronowice. Park

ten jest popularnym miejscem rekreacji – spacerów, jazdy na rowerze czy wypoczynku na placach zabaw.

Pierwszy odcinek parku, od zapory w Mydlnikach do ulicy Filtrowej, zachował naturalne koryto Młynówki i charakteryzuje się wilgociolubną roślinnością. Dominują tam m.in. olsze czarne i wierzby kruche, których najstarsze okazy mają ponad 100 lat i obwód pnia do 300 cm. Wśród innych drzew występują lipa drobnolistna, klony (zwyczajny i jawor), brzozy omszona i brodawkowata, topola czarna, robinia akacjowa oraz jesion wyniosły. W zaroślach rosną czeremcha zwyczajna, śliwa tarnina, bez czarny oraz jarząb pospolity, a nad korytem można zauważyć pnącza takie jak chmiel zwyczajny i kielisznik zaroślowy.

Ponadto na tym obszarze spotyka się rośliny takie jak mozga trzcinowata, mietlica rozłogowa, rzeżucha gorzka, pałka, mięta długolistna i niezapominajka błotna. Z sąsiednich działek i ogrodów dostały się także drzewa i krzewy owocowe i ozdobne, m.in. jabłoń, wiśnia ptasia, grusza i orzech włoski.

Drugi odcinek parku, między ulicą Filtrową a Alejami Trzech Wieszców, częściowo utracił roślinność wilgociolubną po zasypaniu kanału Młynówki i zastąpiono ją typowymi gatunkami miejskiego parku. Tutaj pojawiły się m.in. topola włoska, brzoza brodawkowata, miłorząb dwuklapowy, porzeczek żółty, tawuły, winobluszcz pięciolistkowy, rdestówka Auberta oraz ozdobne byliny jak barwinek pospolity, lawenda i rudbekia.

W części parku od zapory w Mydlnikach do ulicy Filtrowej można spotkać zające, wiewiórki pospolite, sarny, nietoperze oraz lisy rude. W tej okolicy gniazduje wiele gatunków ptaków, takich jak sikory, wróble, szpak zwyczajny, kos, szczygieł, sroka, a także rzadsze sówka zwyczajna, kukułka zwyczajna, grzywacz, bażant zwyczajny, słowik szary, kwiczoł, kuropatwa zwyczajna i kaczka krzyżówka. Wśród gadów występują tam jaszczurka zwinka, jaszczurka zielona oraz zaskroniec zwyczajny.

W części parku bliżej centrum, między ulicą Filtrową a Alejami Trzech Wieszców, fauna miejska obejmuje m.in. kunę leśną i szczura wędrownego oraz ptaki

takie jak szpak, kos, sierpówka, sroka, a także nieco rzadsze modraszka zwyczajna, sikora uboga i bogatka zwyczajna.

Młynówka Królewska stanowi zatem pomost między średniowiecznym dziedzictwem inżynieryjnym a współczesnym ekologicznym i rekreacyjnym krajobrazem miasta, przypominając o znaczeniu dawnej rzeki i jej roli w kształtowaniu Krakowa jako stolicy królestwa i prężnie rozwijającego się miasta. Jest też ważnym siedliskiem licznych gatunków roślin i zwierząt, które tworzą bogaty ekosystem mimo urbanistycznego otoczenia.

Kartka z kalendarza



Juliusz Słowacki był wybitnym polskim poetą i dramatopisarzem, uznawanym za jednego z najwybitniejszych twórców romantyzmu i jednego z trzech wieszczów narodowych (obok Mickiewicza i Krasińskiego). Urodził się 4 września 1809 roku w Krzemieńcu, a zmarł 3 kwietnia 1849 roku w Paryżu. Studiował prawo w Wilnie, a następnie pracował w Warszawie oraz realizował działalność dyplomatyczną podczas podróży do Drezna, Londynu i Paryża, gdzie osiadł. W latach 1832-1836 przebywał w Genewie, później we Włoszech, Grecji, Egipcie i Palestynie. Jego twórczość obejmuje dramaty („Kordian”, „Balladyna”, „Mazepa”), poematy oraz traktaty filozoficzne, tak jak „Genezis z Ducha” i „Król-Duch”. Był mistykiem i filozofem, z silnymi wpływami mesjanizmu. Zmarł na gruźlicę, a w 1927 roku jego szczątki przeniesiono do krypty wawelskiej.

Jego twórczość charakteryzuje się mistycyzmem, bogactwem wyobraźni i głęboką refleksją nad losem narodu i człowieka.

Juliusz Słowacki wywarł znaczący wpływ na polski romantyzm, wprowadzając do literatury innowacyjne koncepcje artystyczne oraz głęboką refleksję nad losem narodu. Jego twórczość była przesycona emocjami, patriotyzmem i mesjanizmem, a także silnym mistycyzmem i filozofią. W przeciwieństwie do innych romantyków, jak Mickiewicz, Słowacki szczególnie akcentował wyobraźnię jako narzędzie do odkrywania uniwersalnych prawd o ludzkiej egzystencji.

Jego dramaty, np. "Kordian" i "Balladyna", nie tylko wniosły nową jakość do polskiego teatru, ale stały się symbolicznymi manifestami walki o wolność i niepodległość Polski. Wprowadził nowe formy dramatu, łącząc elementy tragiczne z liryzmem i mistycyzmem, co nadało jego utworom wielowarstwowości i psychologicznej głębi.

Słowacki inspirował kolejne pokolenia twórców literatury i teatru, którzy czerpali z jego patriotycznych i mistycznych motywów oraz nowatorskiego podejścia do form artystycznych. Jego wizja wolności była zarazem uniwersalna i narodowa, łącząc duchowe poszukiwania z troską o los Polski w czasach rozbiorów.

W szerszym kontekście europejskiego romantyzmu, Słowacki wprowadzał do polskiej literatury motywy indywidualizmu, tragizmu byrońskiego bohatera oraz społecznych wymiarów romantyzmu, inspirowany twórczością Goethego i Byrona. Jego twórczość uczyniła go jednym z filarów polskiego romantyzmu, który do dzisiaj pozostaje wzorem dla polskiej literatury i sztuki.

Zachwycenie

Bo mój Stworzyciel znalazł mię na ziemi
I napadł w nocy ogniami złotymi...

Bo Pan, mówiący w objawieniu: Jestem,
Napadł mię w ogniach z traskiem i szelestem.

Przetoż się, Panie, wiecznie upokorzę
Pomnąc na ono płomieniste łożo.

Gdy Pan nade mną stał w ognia oponach,
Gdym był jak ptaszek w Pana mego szponach,

Gdy stał nade mną jak ogień straszliwy,
Kiedym się w strachu sądził już nieżywy —

Dlaczegóż bym się, o Panie, zapierał,
Żem drżał i cały z przestachu umierał...

Dlaczegóż bym się miał zapierać strachu,
Żem drżał jak listek w Pana mego gmachu?

Takiej bojaźni bym nie doznał, Panie,
Choćbym się dostał pod mieczów ścinanie.

Choćbym czuł w sobie to, co ludzie święci,
Tak bym nie stracił wiedzy i pamięci.

Przywalon byłem twej lekkości skałą,
Serce jak ptaszek złękniony latało.

Światłem zalały się moje alkierze,
A jam był porwan jako lekkie pierze.

I przez wiatr lekki, i przez szelest święty
Byłem pochwycon, a z łoża niezdjęty.



Julian Tuwim urodził się 13 września 1894 roku w Łodzi w rodzinie żydowskiej. Był poetą, satyrykiem, tłumaczem, jednym z założycieli grupy poetyckiej Skamander. Twórczość Tuwima cechuje się różnorodnością – pisał zarówno liryczne wiersze, utwory satyryczne, jak i teksty kabaretowe. Jego twórczość przechodziła ewolucję, od wczesnych lirycznych utworów („Sokrates tańczący”, „Słowa we krwi”) do silnie nacechowanych społecznie i politycznie poematów („Biblia cygańska”, „Bał w Operze”). W czasie II wojny światowej przebywał na emigracji, przede wszystkim we Francji i Ameryce, gdzie pisał m.in. cykl wierszy „Kwiaty polskie”. Po powrocie do Polski w 1946 roku kontynuował działalność literacką i przekładową. Zmarł w 1953 roku w Zakopanem. Jego twórczość wywarła duży wpływ na literaturę polską, wprowadzając wiele innowacji językowych i formalnych.

Julian Tuwim w latach 30-tych XX wieku radykalnie zmienił styl poezji, wprowadzając nową tonację i formy wyrazu. Jego poezja w tym okresie łączyła elementy klasyczne i romantyczne z nowoczesnością, satyrą i groteską.

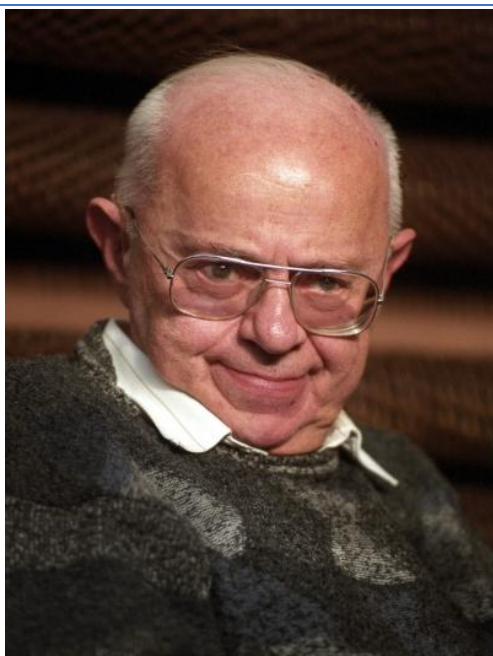
Tuwim podejmował tematykę codzienności, miasta i zwykłego człowieka, korzystając z potocznego języka wzbogaconego o gry słowne i neologizmy. Wprowadził do poezji elementy dowcipu, satyry i krytyki społecznej, ostrzegając przed totalitaryzmem i kryzysem moralnym, co widoczne jest zwłaszcza w utworach takich jak "Bał w Operze" czy "Do prostego człowieka". Jego utwory stawały się dialogiem ze światem, a nie tylko monologiem poety, co stanowiło odczyt nowych wyzwań współczesności i formę zaangażowania artystycznego.

Tużim odegrał więc rolę nowatorskiego twórcy, który „upotocznł” poezję, czyniąc ją bardziej przystępną i bliską życiu codziennemu, a jednocześnie wprowadził do niej nowe formy ekspresji językowej i treściowe zaangażowanie społeczne, odchodząc od młodopolskiej dekadencji na rzecz nowoczesnej witalności i krytyki społecznej.

Grande Valse Brillante

(fragment)

Czy pamiętasz, jak z tobą tańczyłem walca,
Panno, madonno, legendo tych lat?
Czy pamiętasz, jak ruszył świat do tańca,
Świat, co w ramiona mi wpadł?
Wylękniony bluźnierca,
Dotulałem do serca
W utajeniu kwitnące te dwie,
Unoszone gorąco,
Unisono dyszące,
Jak ty cała, w domysłach i mgłę.
I tych dwoje nad dwiema,
Co też są, lecz ich nie ma,
Bo rzęsami zakryte i w dół,
Jakby tam właśnie były
I błękitem pieściły,
Jedno te, drugie te, pół na pół.
(...)



Stanisław Lem, urodzony 12 lub 13 września 1921 roku we Lwowie, był jednym z najwybitniejszych polskich pisarzy science fiction, filozofem i futurologiem. Jego kariera pisarska rozpoczęła się po II wojnie światowej, debiutem była powieść "Astronauci" wydana w 1951 roku, która przyniosła mu szeroką popularność. Pisarz znany jest z takich dzieł jak "Solaris" (1961), "Cyberiada" (1965) oraz licznych opowiadań i esejów łączących fantastykę z głęboką refleksją

filozoficzną i futurologiczną. W ciągu życia zdobył liczne nagrody literackie i publicystyczne. Na kilka lat wyemigrował do Austrii, by później powrócić do Polski. Zmarł 27 marca 2006 roku w Krakowie.

Stanisław Lem pochodził z zamożnej rodziny we Lwowie, gdzie rozpoczął edukację i studia medyczne. W czasie wojny pracował fizycznie, a zaraz po niej zaczął publikować wiersze i opowiadania. Jego pierwsze książkowe dzieło, "Astronauci", napisane pod wpływem zachęty znajomego, było powieścią fantastyczno-naukową, która od razu odniosła sukces.

Lem był autorem powieści takich jak "Solaris", "Niezwyciężony", "Powrót z gwiazd", "Cyberiada" oraz licznych zbiorów opowiadań ("Dzienniki gwiazdowe", "Opowieści o pilocie Pirxie"). Jego prace często podejmują tematy rozwoju technologii, sztucznej inteligencji, granic ludzkiego poznania, komunikacji międzygatunkowej i przyszłości ludzkości. Charakterystyczny dla Lema jest styl łączący naukową precyzję z filozoficzną głębią.

W 1968 roku przeżył polityczne represje i trudności związane z ograniczeniami wolności słowa w Polsce, co wpłynęło na jego decyzję o emigracji do Austrii w 1983 roku. Po powrocie do Polski w 1988 roku, skupił się głównie na pisaniu esejów i publicystyce. Był odznaczony wieloma nagrodami, w tym m.in. orderem Orła Białego,

a jego twórczość pozostaje jednym z fundamentów światowej literatury science fiction.

Stanisław Lem pozostawił po sobie bogaty dorobek, który poza licznymi powieściami obejmuje także publicystykę, eseje i filozoficzne refleksje o cywilizacji i technice. Jego wpływ na literaturę i myśl współczesną jest nieoceniony.

Kącik humoru (humor z zeszytów szkolnych)

Polacy śpiewali przed bitwą pod Grunwaldem pieśń „Stary niedźwiedź mocno śpi”, co dodało im otuchy.

Czytałem sztuki Szekspira. Dwie zapamiętałem: Romeo i Julia.

Krowa, podobnie jak koń, składa się z rogów, kopyt, wymion i ogona.

Meduza żyje w jelicie grubym człowieka i jest szkodnikiem bardzo pożytecznym.

Skowronek to taki ptak, który lata w powietrzu i drze mordę.

Dobrze rozwijający się przemysł chemiczny przerabia węgiel na sól kamienną.

Grecką boginią piękności była Hermafrodyta.

Górnik pogłaskał konia po głowie i cicho zarżał.

Oprócz zabitych na polu walki leżało wielu obrażonych.

Leonardo Da Vinci był wielkim malarzem. Do jego twórczości zaliczamy obrazy „Mona Lisa”, „Dama z łasiczką” i „Upadła Madonna z wielkim cycem”.