

ISSN 1899-721X

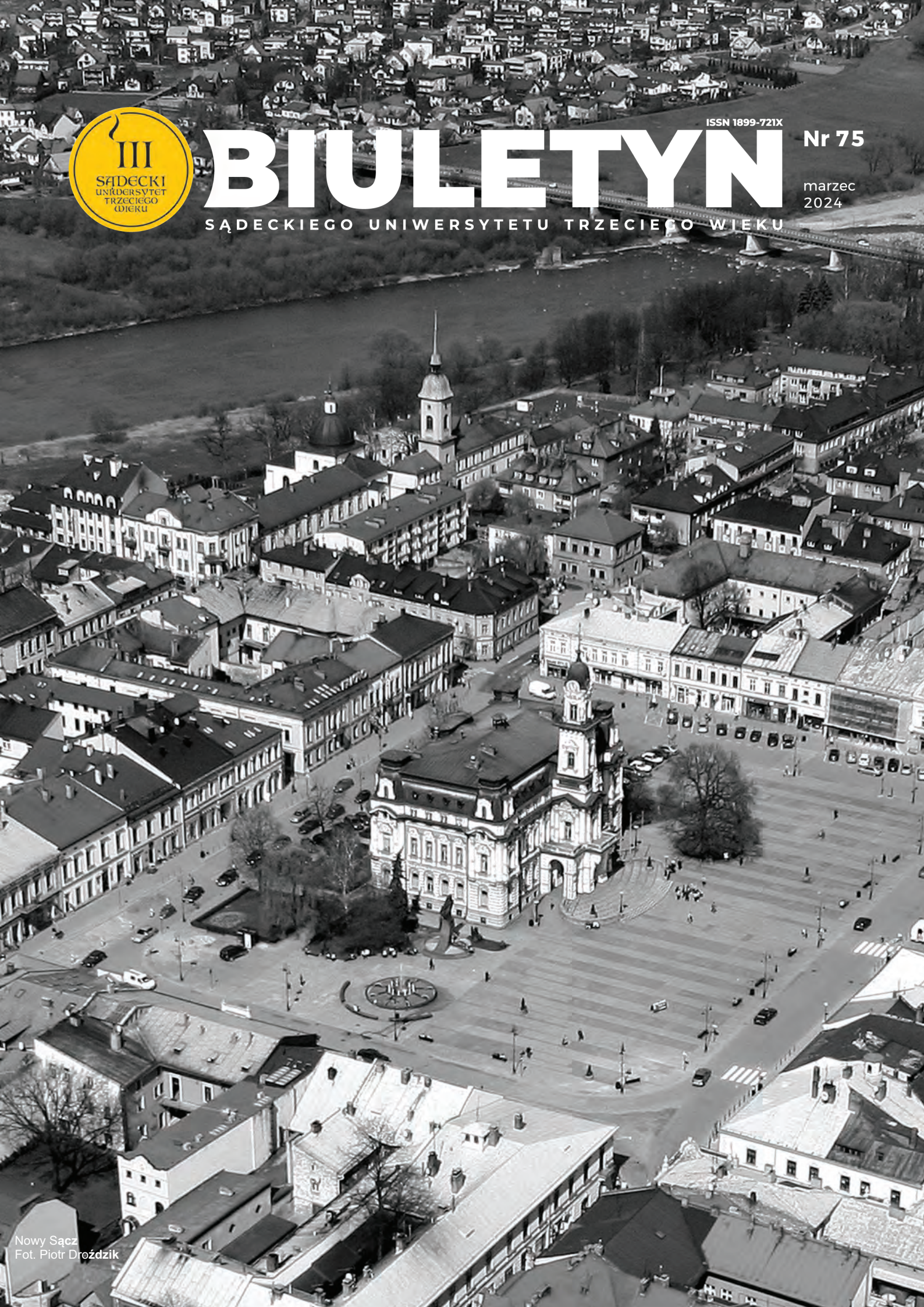
Nr 75

marzec  
2024



# BIULETYN

SADECKIEGO UNIWERSYTETU TRZECIEGO WIEKU







**SENIOR TO NIE OBCIĄŻENIE, SENIOR TO SIŁA I WARTOŚĆ**  
**WIZYTA MINISTER DS. POLITYKI SENIORALNEJ MARZENY OKŁY-DREWNOWICZ**  
**W MAŁOPOLSCE - 2024-02-19**

Opieka senioralna, wsparcie dla osób starszych i rozwijanie ich potencjału – to główne tematy rozmów, jakie toczyły się w Małopolskim Urzędzie Wojewódzkim w Krakowie. Z przedstawicielami organizacji seniorskich, Uniwersytetów Trzeciego Wieku i Rad Seniorów z Małopolski spotkali się ministra ds. polityki senioralnej Marzena Okła-Drewnowicz, wojewoda małopolski Krzysztof Jan Klęczar oraz I wicewojewoda małopolska Elżbieta Achinger. <https://www.malopolska.uw.gov.pl/index.aspx>





## **Drodzy Słuchacze Sądeckiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku!**



Środowisko polskich seniorów ma swojego ministra ds. polityki senioralnej. Na wniosek Donalda Tuska, premiera polskiego rządu, Marzena Okła-Drewnowicz została powołana 13 grudnia 2023 r. przez Prezydenta RP na urząd Ministra ds. Polityki Senioralnej.

W piątek, 19 stycznia br., na zaproszenie pani Minister, przedstawiciele Ogólnopolskiej Federacji Stowarzyszeń Uniwersytetu Trzeciego Wieku, w tym również Sądeckiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku, brali udział w spotkaniu w Warszawie, w jej gabinecie, w budynku Kancelarii Prezesa Rady Ministrów przy Alejach Ujazdowskich. Pani Minister przekazała nam informacje o zadaniach, jakie ma realizować organizowany nowy urząd, wymieniając m.in. prowadzenie analiz i ocenę skuteczności rozwiązań prawnych w zakresie polityki senioralnej; koordynowanie działań organów administracji rządowej w zakresie monitorowania sytuacji osób starszych; opracowanie kierunków rozwoju polityki senioralnej oraz opracowanie i opiniowanie projektów aktów prawnych i innych dokumentów rządowych w zakresie polityki senioralnej. Mówiła, że bardzo liczy na współpracę z wojewodami, władzami samorządu terytorialnego oraz organizacjami pozarządowymi, m.in. z Uniwersytetami Trzeciego Wieku. Rozmawialiśmy o tym, w jaki sposób rozpoznajemy potrzeby i możliwości słuchaczy UTW, w oparciu o które przygotowujemy projekty, aby tworzyć warunki dla aktywnego i godnego życia osób starszych oraz utrzymania ich w samodzielności, jak najdłużej to możliwe. Przedstawiliśmy także nasz dorobek, nasze doświadczenia – 20-letnie Sądeckiego UTW oraz 17-letnie Federacji UTW, z których można czerpać wiele informacji dla tworzenia systemowych rozwiązań dot. polityki senioralnej. Przekazaliśmy do biblioteczki pani Minister poradniki, informatory, biuletyny wydawane przez Federację UTW i Sądecki UTW.

W grudniu 2023 r. pani Minister podpisała zarządzenie o tworzeniu Rady ds. Polityki Senioralnej. Będzie to jej organ opiniotwórczo-doradczy. 16 lutego br. został ogłoszony skład Rady, po zakończeniu otwartego naboru kandydatów, których zgłaszać mogły m.in. uczelnie, organizacje pozarządowe i samorządy. Zarząd Ogólnopolskiej Federacji Stowarzyszeń UTW zgłosił jako kandydatkę do Rady Wiesławę Borczyk, prezes Zarządu Federacji i jednocześnie prezes Sądeckiego UTW. Spośród 173 propozycji Minister wybrała 30 osób – maksymalną liczbę wskazaną w zarządzeniu. Rada będzie pracować pro bono. Pełny skład Rady ds. Polityki Senioralnej jest dostępny na stronie: <https://www.gov.pl/web/premier/wyłoniono-czlonkow-rady-ds-polityki-senioralnej>.

Przedstawiając powyższe informacje, zachęcam do przeczytania najnowszego Biuletynu SUTW. Piszemy o różnorodnych formach aktywności sądeckich seniorów oraz ważnych wydarzeniach z ich udziałem.

Wiesława Borczyk  
Prezes Zarządu  
Sądeckiego UTW

# SPIS TREŚCI

MĄDROŚĆ JAKO KATEGORIA ANDRAGOGICZNA	
Prof. zw. dr hab. Tadeusz Aleksander .....	3
WARTO PRZECZYTAĆ! .....	11
KSZTAŁCI, PROMUJE, INSPIRUJE...	
Rozalia Kulasik .....	12
NIEPRZECIĘTNI!	
Maria Baran. ....	15
JAK ZESZŁAM NA PSY	
Wiesława Brzezińska .....	17
NOWOCZESNE TECHNOLOGIE SŁUŻĄ SENIOROM	
Maria Baran. ....	18
SUBIEKTYWNY PRZEGLĄD BIULETYNÓW	
Maria Halina Starzyk .....	20
OSIEMDZIESIĄTKA!	
Elżbieta Cholewa .....	21
PERŁY KINA	
Irena Cepielik .....	22
CAŁA EUROPA ZNAŁA „SADECKIE ŁZY”	
Barbara Majkrzak .....	24
UWAGA! TERAZ JA PROWADZĘ!	
Mariusz Szewczuk .....	26
POWITANIE WIOSNY	
Barbara Gieroń .....	28
HALO! TU WIOSNA!	
Maria Halina Starzyk .....	30
WARTO WIEDZIEĆ!	
Maria Baran. ....	31
SENIOR - REPORTER	
Maria Halina Starzyk .....	32

**Wydawca:**

Sądecki Uniwersytet Trzeciego Wieku w Nowym Sączu, ISSN 1899-721X

**Zespół redakcyjny:**

Wiesława Borczyk, Jadwiga Banach, Maria Harcuła, Elżbieta Pachoń, Maria Baran, Barbara Gieroń, Maria Halina Starzyk, Irena Cepielik, Rozalia Kulasik, Krystyna Słaby, Teresa Barbara Kopczyńska, Krystyna Stendera, Elżbieta Cholewa

**Współpraca:** Katarzyna Borczyk, Zofia Mółka, Katarzyna Zygmunt

**Korekta:** Maria Magdalena Kroh

**Adres redakcji:**

Sądecki Uniwersytet Trzeciego Wieku w Nowym Sączu  
33-300 Nowy Sącz, ul. Jagiellońska 18  
tel./fax (+48 18) 443 57 08;  
e-mail: sekretariat@sutw.pl; www.sutw.pl

**Redakcja techniczna, skład:** Jadwiga Banach

**Druk:** Drukarnia NOWODRUK s.c., tel. (+48 18) 443 56 69

Nakład: 700 sztuk, egzemplarz bezpłatny

**Zdjęcia wykorzystane w biuletynie:** Jadwiga Banach (s. 15, okładka, rozkład.); Józef Bartkowski (s. 8, 10, rozkład.); Elżbieta Cabak (s. 12, okładka, rozkład.); Urszula Durańska (s. 27); Piotr Drożdżik (okładka); Kinga Dybiec-Słowik (s. 14); Karolina Gałysa (s. 13); Barbara Gieroń (s. 29, okładka); Antoni Łopuch (s. 5, 25); SBP Nowy Sącz (s. 32, okładka); Stanisława Sobczyk (s. 30); Władysław Szwenik (rozkład.); Katarzyna Zygmunt (s. 7, 15, rozkład.); Aleksander Żarnowski (s. 13); Arch. autora (s.17); <https://nowysacz.naszemiasto.pl/> (s. 31); <https://www.mp.pl/pacjent/> (s.19); <https://www.lacko.pl/> (s. 14)



# MĄDROŚĆ

## JAKO KATEGORIA ANDRAGOGICZNA

### CZ. II

Prof. zw. dr hab. Tadeusz Aleksander



Wiedzę łatwo podzielić na teoretyczną (kontemplacyjną, metafizyczną czy „dumaniową”) oraz praktyczną, pragmatyczną czy proceduralną. Przerost pierwszej przy niedorozwoju sprawnościowym naraża jej nosiciela na zarzut nieporadnej „uczoności” a nawet na pośmiewisko ze strony nierozumnych pragmatyków. Wiedza praktyczna cechuje się użytecznością. Ma charakter reguł działania, jest procesualna. Sprowadza się do znajomości tego, jak czegoś dokonać. Odpowiada na pytanie o to, jak w danym momencie postępować. Ma ona czasem charakter ukryty w postaci „tajemnic zawodowych”, ale czyni człowieka pracującego czy „działającego” niezależnym od innych, w pewnym sensie niezawodnym, decyduje o jego dobrym samopoczuciu i kondycji psychicznej. Ta wiedza, na ogół typu eksperckiego, i adekwatne do niej umiejętności oraz nawyki, to podstawowy i nieredukowalny prakseologiczny komponent mądrości, zwłaszcza życiowej i zawodowej.

Inne są też źródła uczoności i mądrości. Pierwszą nabywa się głównie w toku czytania („uczonych”) książek i słuchania wykładów. Wiedza użyteczna płynie z praktyki, z pragmatycznego ustosunkowania się do życia i jego spraw, nabywana jest przez doświadczanie codzienności i refleksji nad nią. Uzyskuje się ją także w toku interakcji z ludźmi i namysłu nad ich zachowaniem. Dzięki tej wiedzy i nabytemu doświadczeniu formułuje się mądrość.

Ważnym elementem mądrości wydaje się być inteligencja pojmowana jako zdolność („intelektualny spryt”, swoista „przebiegłość”, „przemysłność” czy przedsiębiorczość) rozwiązywania codziennych problemów życiowych. Ona umożliwia człowiekowi stającemu przed koniecznością rozwiązania konkretnych problemów życiowych postrzeganie związanych z nimi zjawisk na szerszym kontekście życia i ułatwia trafny osąd stanu rzeczywistości oraz wybór stosowanego, adekwatnego do sytuacji i potrzeby danej osoby skutecznego działa-

nia. Bliska inteligencji jest rozumność wyrażająca się w postępowaniu zgodnym ze zdrowym rozumem, w miarę rozważnym, rozsądnym i trzeźwym, w danej sytuacji słusznym i zasadnym oraz adekwatnym do rzeczywistości, stosownym do sytuacji.

Kolejny komponent intelektualny mądrości to doświadczenie życiowe i zawodowe. Ono – połączone z wysoką inteligencją oraz wiedzą – ułatwia w danym przypadku wybór najtrafniejszego postępowania z pozycji wymagań „dobrej roboty” oraz norm skutecznego działania. Gwarantuje ono radzenie sobie w życiu płynące z doświadczenia.

Doświadczenie jest własne, nie książkowe. Można je nabyć przez praktykę życia, ale nie można się go nauczyć. Doświadczenie jest źródłem „mistrzostwa” i doskonałości w działaniu. Wyraża się nie tylko w sprawnym wykonywaniu, ale i racjonalnym organizowaniu działań praktycznych. Odwołać się tutaj można do opinii J. Tischnera, który doszukuje się mądrości w dobrze zorganizowanej i efektywnie wykonanej pracy. Zaś praca źle zorganizowana, a być może i z tego powodu „ciężka” i bezsensowna, to – zdaniem J. Tischnera – wyraz nierozumności<sup>1</sup>.

Do istotnych komponentów intelektualnych mądrości należy także intuicja pojmowana jako zdolność przewidywania określonych stanów, sytuacji i procesów oraz zachowania się ludzi. Jawi się ona jako swoisty instynkt poznawczy. Wyraża się w zdolności przewidywania, umiejętności stawiania trafnych celów i przewidywania optymalnych działań, adekwatnych

1. Tischner J.: *Polski młyn, Nasza Przeszłość*. Kraków 1991, s. 110.

*Mądrość to doskonałe (optymalne) połączenie wiedzy praktycznej, doświadczenia życiowego i zawodowego, dojrzałości emocjonalnej, charakteru moralnego i osobowości społecznej*



do sytuacji. Wpływające z niej przecucie czy wycucie umożliwia przewidywanie (wyobrażenie) efektów, zarówno pozytywnych jak i negatywnych, różnych działań i dostosowanie do nich zachowania działającego podmiotu.

Kolejna grupa komponent mądrości człowieka to właściwości emocjonalne. Dominującą spośród nich wydaje się być stabilizacja emocjonalno-działaniowa. Mądrość nacechowana jest równowagą wewnętrzną, spokojem i opóźnieniem. Składa się na nią równowaga wewnętrzna, umiarkowanie i emocjonalny spokój, powściągliwość i codzienna stateczność. Nadmierna pobudliwość i skłonność do afektacji, popadanie w skrajności, podobnie jak i przesadna namiętność, nie sprzyjają kreowaniu mądrości.

Mądrość skojarzona jest także z wielu cechami moralnymi. Na pierwszym miejscu wymienić trzeba empatię i godność własną. Pierwsza polega na rozumieniu stanów psychicznych innych osób, na wczuwaniu się w te stany i na adekwatnym do sytuacji reagowaniu na nie. Druga – na poczuciu własnej wartości podmiotu, jego szacunku dla siebie, poczuciu honoru, akceptacji (podmiotowości) samego siebie. Cechy następne sprzyjające kreowaniu mądrości to kultura i takt w postępowaniu, sprawiedliwość i pokora w znoszeniu trudów, poczucie spokoju i optymizm a także skromność. Te właściwości prowadzą do powstania sporego autorytetu osoby obdarzonej mądrością.

Spora jest też lista właściwości (kompetencji) społecznych stanowiących komponent mądrości. Niewątpliwie na pierwszym miejscu wymienić w tym zakresie trzeba postawę prospołeczną wyrażoną w przekroczeniu perspektywy egocentrycznej w postępowaniu i zmierzanie w kierunku działań preferujących dobro innych i wartości generalne. Niewątpliwie komponentą mądrości jest także tolerancja dla odmienności osób, społeczności ludzkich i kultury. Z tym wiąże się poczucie względności wartości materialnych w stosunku do wartości społecznych i moralnych a także życzliwość wobec innych ludzi, zdolność jednostki do wchodzenia

w kontakty z nimi oraz skłonność do bezinteresownej pomocy innym. Postawa prospołeczna ukierunkowuje działanie mądrego człowieka na rzecz dobra innych, zarówno w rozumieniu indywidualnym jak i zbiorowym. Z mądrością skorelowane są także inne cechy moralne, takie jak: umiarkowanie, sprawiedliwość, pracowitość, pogoda ducha a także bezinteresowność i nakierowanie na innych.

Można z powodzeniem przyjąć, że mądrość to doskonale (optymalne) połączenie wiedzy praktycznej, doświadczenia życiowego i zawodowego, dojrzałości emocjonalnej, charakteru moralnego i osobowości społecznej. Ujawnia się ona – jak pisze M. Straś-Romanowska – „(...) w sytuacjach niepewnych, niedookreślonych, wieloznacznych, paradoksalnych i dlatego wymaga wrażliwości na kontekst, intuicji, uczucia oraz wglądu w całość sytuacji, także w jej ukryty czy tajemniczy porządek (...)”<sup>2</sup>.

Codzienna obserwacja ludzi uznanych przez otoczenie społeczne za mądrych a także często ponawiane badania naukowe wskazują na źródła mądrości. Do mądrości prowadzi długa droga przez wieloletnie kształcenie, przez rozwiązywanie trudnych i skomplikowanych spraw życiowych. Mądrość stanowi więc efekt nie tylko kształcenia się systemem tradycyjnym, ale i przez pozytywne rozwiązywanie rozmaitych problemów, w tym i kryzysów życiowych. Można bez cienia przesady powiedzieć, że nadchodzi „leniwie”, a zdaniem profesor Marii Straś-Romanowskiej dojrzewa w ciszy<sup>3</sup>. Zdobywa się ją długo, ale rozpoznaje łatwo. Pojawia się ona późno, bo zdaniem E. H. Eriksona dopiero w ósmej (ostatniej) dekadzie życia<sup>4</sup>, jako efekt pozytywnego rozwiązania licznych problemów i kryzysów życiowych. Najczęściej ludzie w tym wieku bywają nacechowani mądrością<sup>5</sup>. Dzięki niej starość staje się wartością. Ludzie mądrzy mawiają, że nie da się jej wyuczyć (jak wiedzy z książki). Można sobie jednak pomóc w jej zdobywaniu przez obcowanie z osobami mądrymi. Weryfikuje się ona w trudnych sytuacjach życiowych.

2 Straś-Romanowska M.: Późna dorosłość. Wiek starzenia się. W: Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka (red. Harwas-Napierała B., Trempała J.), Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2008, s.283.

3 Straś-Romanowska M.: O mądrości, która dojrzewa w ciszy. W: Tematy z Szewskiej, nr 1/2007, Cisz/Silence, Wrocław 2007, s. 111–116.

4 Jest symbolem, ikoną tej (ósmej) fazy życia.

5 Maria Straś-Romanowska uznaje, że stanowi ona niekiedy jedyną pozytywną cechę w charakterystyce (przez społeczeństwo) człowieka starego.

*„Mądrość - cnota sama z siebie, podług mądrych zdania, powinna wzbudzić ludzi do jej poważania”*

*Tomasz Kajetan Węgiński*



*Prof. zw. dr hab. Tadeusz Aleksander.  
Uczony, ceniony pedagog i andragog.*

*Urodzony 10 X 1938 r. we Frycowej,  
ukończył Liceum Pedagogiczne  
i Wydział Filozoficzno-Historyczny UJ.  
Pracownik Zakładu Pedagogicznego  
(od 1962), Kierownik Zakładu Peda-  
gogiki Dorosłych (od 1958) na macie-  
rzystej uczelni. Wykładowca Wyższej  
Szkoły Biznesu i Przedsiębiorczości  
w Ostrowcu Świętokrzyskim, Krakow-  
skiej Akademii im. Andrzeja Frycza  
Modrzewskiego i Wszechnicy Polskiej  
Szkoły Wyższej w Warszawie. Autor  
dziesiątków publikacji (książki, mo-  
nografie, artykuły w czasopismach,  
rozdziały w wydawnictwach zbioro-  
wych). Bogata działalność naukowa,  
współpraca ze środowiskami nauko-  
wymi w kraju i za granicą. Wielokrot-  
nie nagradzany i wyróżniany.*

*Fot. Antoni Łopuch*



Jako taka spełnia kilka funkcji. Umożliwia trafne posługiwanie się rozumem i w konkretnej sytuacji gwarantuje wybór postępowania najlepszego. Pomaga pomyślnie rozwiązywać zadania rozwojowe, dylematy życiowe i kryzysy rozwojowe. Umożliwia lepsze wykorzystanie posiadanej wiedzy (kapitału społecznego). Ułatwia wyjaśnienie wielu trudnych spraw i realizacji rozwiązania wielu trudnych procesów. Przez to poprawia jakość ludzkiego życia, zarówno w przypadku jednostek jak i zbiorowości. Sprawdza się w programach, metodach i procedurach działania stosowanych w licznych obszarach praktyki życiowej. Jej poziom sprawdza się we właściwym ukierunkowaniu spraw codziennych i skutecznych sposobach ich realizacji. Jest ona zatem ważnym stymulatorem rozwoju społecznego, w tym także budowania lepszych relacji między ludźmi, źródłem dobrobytu i pomysłowości. Przyczynia się do realizacji dobra, bowiem ludzie mądrzy bardzo często służą dojrzałymi radami innym osobom. Z tego też powodu jej osiągnięcie winno być naczelnym zadaniem wszelkiej edukacji.

Zalety i wartości tkwiące w mądrości sprawiają, że od lat jest ona pożądana przez wielu ludzi. Przed wiekami na polskim gruncie dał temu

wyraz znany poeta i tłumacz Tomasz Kajetan Węgierski (1756–1787), wychowanek Collegium Nobilium, uczestnik obiadów czwartkowych i wędrowiec. W jednym ze swoich, kilkakrotnie drukowanych, wierszy pisał o mądrości, co następuje: „(...) cnota sama z siebie, podług mądrych zdania, powinna wzbudzić ludzi do jej poważania (...)”<sup>6</sup>.

Osiągnięcie mądrości nie jest jednak łatwe. Dochodzi się do niej w toku wieloletniej, dobrze zorganizowanej edukacji szkolnej. Jest ona też efektem wieloletniej pracy samokształceniowej oraz wielu innych strategii stymulowania rozwoju ogólnego, zawodowego i społecznego.

Nie każda szkoła może dobrze wdrożyć wychowanków do stałych i efektywnych zmagania o wiedzę oraz doskonalenie się jako strategii prowadzącej do mądrości. Nie uczyni tego szkoła preferująca nauczanie „bierne”, książkowe i przyswajające. Szanse takie stwarza szkoła stosująca nauczanie czynne przez działanie i odkrywanie, kształtująca umiejętności i nawyki. Szkoła, która uczy doświadczenia w za-

<sup>6</sup> Węgierski T. K.: Wiersze wybrane. Towarzystwo Autorów i Wydawców Prac Naukowych Universitas. Kraków 2002, s. 12. Oda „Do J Mci księdza Adama Naruszewicza S.J. O małym ludzi uczonych poważaniu”.



kresie odkrywania wiedzy, a także kształtuje związane z tą wiedzą sprawności działania potrzebne uczniowi w życiu codziennym. Taką szkołę tworzy, od lat, teoria pedagogiczna oraz praktyka nauczania i wychowania.

Niezastąpioną rolę w zbliżaniu człowieka dorosłego do mądrości pełni jego praca zawodowa. W jej toku pracownik nabywa doświadczenia w kontakcie ze współpracownikami, doskonalą swoje umiejętności zawodowe zarówno przez pracę własną, jak i podpatrywanie sposobu pracy osób w niej bardziej zaawansowanych, a także słuchanie porad osób bieglejszych w wykonywaniu czynności zawodowych, dochodząc po latach do mistrzostwa w zawodzie. Nabywa biegłości a nawet sprytu w załatwieniu codziennych spraw zawodowych. Efekty tych naturalnych korzyści wypływających z pracy zawodowej poszerzane są w okresie zatrudnienia przez uczestnictwo w różnych formach doskonalenia i doskonalenia zawodowego. Mówiąc nieco inaczej – z rozważą i namysłem wykonywana praca zawodowa, podobnie traktowane prace społeczne oraz z namysłem wykonywane codzienne czynności domowe to ważne sposoby dochodzenia do mądrości życiowej i ogólnej.

Po okresie pracy zawodowej pozostają dla człowieka w wieku podeszłym tak sprawdzone formy kreowania mądrości, jak organizowana przez siebie praca społeczna, głównie charytatywna, uczestnictwo w różnych formach dalszego kształcenia i kontynuowane dalej samokształcenie i samodoskonalenie. W wieloletniej intensywnej i rozległej zakresowo (praca, samouctwo, działalność społeczna) pracy nad sobą tkwi źródło mądrości wielu samouków w naszym kraju.

Zdobywaniu mądrości sprzyja harmonia życia międzypokoleniowego, zwłaszcza zaś współpraca wzajemna ludzi młodych z seniorami uznanymi za mądrych. Obcując z nimi, młodzi podpatrują i naśladują ich postępowanie, uczą się rozwiązywać sprawy trudne, a zatem w sposób naturalny i niewymagający dużego wysiłku uczą się mądrości. Sprawdza się w tym przypadku stara zasada „(...) kto z mądrym przestaje – nabywa mądrości (...)”. Sami

Zdobywaniu mądrości sprzyja harmonia życia międzypokoleniowego

też do realizacji tej mądrości reprezentowanej przez ludzi mądrych niejednokrotnie wnoszą własną inwencję i pomysłowość.

Przeciwieństwem, swoistą antytezą, mądrości jest nierozumność pospolicie nazywana głupotą. Stanowi ją zespół cech takich, jak: brak rozumu, bezmyślność i niedorzeczność, lekkość, opieszałość i nieróbstwo. Zjawisko to też od lat zafascynowało u nas wielu autorów przypominających jej objawy, dociekających źródeł, wskazujących społeczną szkodliwość i zastanawiających się nad jej profilaktyką oraz osłabianiem. Przed kilkudziesięciu laty sprawa ta zainteresowała Aleksandra Bocheńskiego (1904–2001), urodzonego w Cuszowie koło Miechowa (rodzina ziemiańska), znanego eseistę i pamflicistę, szydącego z interpretacji wielu faktów historycznych, które doprowadziły w XVIII w. do upadku dużego terytorialnie i mocnego w przeszłości państwa polskiego. Sprawie tej poświęcił on oryginalne dzieło pt. „Dzieje głupoty Polsce” (trzy wydania: 1947, 1983, 1988)<sup>7</sup>. Głupotę, która doprowadziła w XVIII w. do upadku państwa polskiego widział w błędnym systemie gospodarczym i politycznym ówczesnego kraju. Przykładem szkodliwe liberum veto (za Augusta II na 13 zwołanych sejmów zerwano 9, zaś za Augusta III na 13 zwołanych zerwano wszystkie), z powodu którego nie uchwalono podatków na powiększenie, do koniecznego minimum (wskutek wzrostu potęgi militarnej sąsiadów), ilości wojska, nie zabezpieczono interesu kraju przez wysłanie posłów do innych krajów (decyzje w tych sprawach podejmował sejm). Wykazał też, w jakim stopniu szlachta, pogrążona w micie sarmackiej waleczności, nie dostrzegła tego, że sąsiedzi szybko oswajali się z tym, że kraj nasz, zdominowany przez zdeprawowany stan szlachecki, to własność niczyja, „dojrzewająca” do bezkarnego rozbioru. W wytykaniu nierozumności „dostało” się nawet T. Kościuszce, który dysponując zaledwie 600 grenadierami „wypowiedział” na rynku Krakowa wojnę trzem potęgom militarnym ówczesnego świata<sup>8</sup>. Ten patriotyczny zryw, zdaniem A. Bocheńskiego, nie mógł zakończyć się narodowym sukcesem.

Problemem nierozumności, tym razem we współczesnej nauce, zajął się drugi z braci Bocheńskich – Józef Maria (1902–1994), dominikanin (imię zakonne Innocenty). Ten wybitny filozof i logik, znany krytyk mark-

<sup>7</sup> Bocheński A.: Dzieje głupoty w Polsce. Pamflety dziejopisarskie. Czytelnik, Warszawa 1988 (wyd. III)  
<sup>8</sup> Jw., s. 370.





Wykład inauguracyjny prof. zw. dra hab. Tadeusza Aleksandra, sala im. L. Lipińskiego w MCK SOKÓŁ Nowy Sącz

sizmu i komunizmu, urodził się – identycznie jak jego brat Aleksander – w Cuszowie koło Miechowa. Ukończył gimnazjum we Lwowie (1920). Następnie studiował w uniwersytetach we Lwowie, Poznaniu i Fryburgu. Po tym (1934) doszedł do stanowiska wykładowcy w Collegium Angelicum w Rzymie. W 1944 r. był kapelanem II Korpusu Polskiego we Włoszech. Po II wojnie światowej został profesorem filozofii Uniwersytetu we Fryburgu (w latach 1964–1966 pełnił tam godność rektora). Wiodąc pracowity żywot pasjonata nauki, napisał 34 książki<sup>9</sup>, w tym poczytne dzieło filozoficzne pt. „Sto zabobonów” (w Polsce dwa wydania: 1987 i 2008)<sup>10</sup>. W dziele tym wskazał na wiele błędnych teorii naukowych, zwłaszcza w ekonomii (marksistowskiej) i socjologii<sup>11</sup>. Nazwał je przesadami i zabobonami. Zachęcał do odróżnienia nauki od fantazjowania, do ostrożno-

ści w posłuchu dla „(...) zabobonnych mędrków (...)”. Głosząc kult rozumu, oblił uczonych do bezwzględności zachowania światłości umysłowej i niezwłocznego wychodzenia „(...) z ciemności intelektualnej (...)”.

Dzisiaj zainicjowaną przez braci krytykę nierozumności i nieracjonalności kontynuuje wybitny krakowski filozof Jan Szmyd. Sygnalizuje on pojawienie się nowej specjalności naukowej o nazwie stupidologia (łac. stupor, stuporis – głupota, tępota) poświęconej głupocie<sup>12</sup>. Sygnalizuje on, że „(...) żyjemy w czasach nasilania się różnorodnych przejawów błędnych i tendencyjnych form myślenia, nieodpowiedzialnych decyzji działań, nierozumnych aspiracji, ogólnie mówiąc – ludzkiej głupoty (...)”. Źródło jej symbolizuje błazeńskie mieszanie w mózgu człowieka, podsycane przez uradowanego tym diabła.

Zdaniem profesora Jana Szmyda, rozpowszechniająca się dzisiaj nierozumność to zagadnienie groźne i niebezpieczne. Model jej rozpowszech-

<sup>9</sup> Znajomych i bliskich zadziwiał odwagą i sprawnością fizyczną. W wieku 68 lat zdobył licencję pilota samolotów sportowych, a następnie odbył 2053 indywidualne loty.

<sup>10</sup> Bocheński J. M.: Sto zabobonów. Krótki słownik filozoficzny zabobonów. ANTZK Marcin Dybowski, 2008, wyd. II poprawione.

<sup>11</sup> Wskazał także na kilka „zabobonów” w naukach pedagogicznych.

<sup>12</sup> Szmyd J.: Przyptyw głupoty i odpływ rozumności. Przegląd nr 5(943), 29.01.–4.02.1918, s. 38–40.



niania tkwi w odmiennym mechanizmie działania ludzi mądrych i osób nierozumnych. Pierwsi działają refleksyjnie, z namysłem, a w związku z tym nieco wolniej i tolerancyjnie wobec wielu zachowań ludzi nierozumnych. Drudzy na ogół – reagują szybciej, niemal natychmiast, bez namysłu i planu, a nadto z reguły agresywnie. Przez to łatwo uzyskują dominację nad ludźmi mądrymi i niejednokrotnie narzucają im swoje rozwiązania codziennych spraw. Terroryzm głupoty jest – zdaniem profesora Jana Szmyda – równie groźny jak inne formy współczesnego terroryzmu, zaś wchodzenie w kontakt z ludźmi głupimi jest „(...) zawsze kosztownym błędem (...)”. Człowiek głupi przez swoją aktywność jest niebezpieczny dla otoczenia, zwłaszcza gdy uzyska władzę i możliwość szerszego społecznie działania.

Trzeba się temu przeciwstawić. Zachęca do tego cytata z wymienionego artykułu profesora Jana Szmyda „(...) Kiedy pole rażenia głupoty jest małe i skutkuje komplikacjami w życiu samego głupca, możemy przejść obok bez uszczerbku. Jednak gdy nobilitowany władzą głupiec zyskuje możliwość uprzykrzania życia tym, którzy nie są jego braćmi w ciemnocie, czas na rewolucję (...)”.

Stosownie do tego wezwania narastająca głupota rodzi w niektórych krajach świata ruch oporu społecznego. Przykładem działalności elitarnego stowarzyszenia Mensa International. Założone w 1946 r. przez prawników: brytyjskie-

go – Lancelota Ware'a i australijskiego – Ronalda Berrilla. skupia ludzi spośród osób o najwyższym ilorazie inteligencji<sup>13</sup>. Aktualnie działa w 130 krajach świata. Oddziały krajowe nazwane są mensami (np. Mensa Polska, Mensa Brytyjska). Centrala Mensa International mieści się w Londynie. Stowarzyszenie w toku zjazdów, walnych zgromadzeń, badań naukowych i publikacji propaguje mądrość i poszukuje strategii jej utrwalania. Ten sam cel przyświeca powstałemu w 2017 r. w USA ruchowi obywatelskiemu pod kryptonimem „Akcja 314”, skupiającemu naukowców i ekspertów. Ruch działa m. in. na rzecz zwiększenia liczby wykształconych i kompetentnych osób w Białym Domu, w Senacie, we władzach stanowych i legislacyjnych USA oraz zmierza do tego, by wiedza naukowa stała się bardziej przystępna i zrozumiała dla szerokiego ogółu obywateli tego kraju.

Niewątpliwie powstaje pytanie, co da się zrobić w naszym kraju w obliczu rozpowszechniającej się nierozumności i pospolitej, szkodliwej społecznie, głupoty. Wyrazem jej jest wydawanie błędnych decyzji administracyjnych, zła organizacja wielu instytucji, nieposzanowanie i marnotrawstwo ludzkiego czasu, podejmowanie chybionych a kosztownych inwestycji, złe zarządzanie, zaniedbanie w realizacji koniecznych czynności, opieszałość w działaniu (także w tworzeniu aktów prawnych), pospo-

<sup>13</sup> Szacuje się, że osoby te stanowią 2% ogółu populacji ludzkiej na świecie.





lite niedbalstwo, nieliczenie się z ekonomią i negatywnymi skutkami działań, lekceważenie spraw ważnych, bezsensowna i nieefektywna praca i in.

Zważywszy na to, że źródłem wymienionej nieracjonalności jest poziom dojrzałości intelektualnej, moralnej i społecznej, drogę do mądrości widzieć należy w doskonaleniu całokształtu narodowej edukacji, w tym także edukacji dorosłych. Doskonalenie to winno polegać na następujących zabiegach i strategiach.

1. Skoordynowaniu, dopracowaniu programowym i organizacyjnym wszystkich szczebli oświaty i wychowania: od edukacji przedszkolnej, przez szkolną wszystkich szczebli (podstawowa, średnia, wyższa) i specjalności, system dokształcania i doskonalenia zawodowego a w końcu do edukowania zaawansowanych wiekowo seniorów. Koordynacja winna wyrazić się w wytyczeniu jasno sformułowanych celów kształcenia, uporządkowaniu treści programowych – tak by w poszczególnych szczeblach edukacyjnych, nie powtarzając znanych już treści, wyuczyć tego, co jest w miarę możliwości dostosowane do zainteresowań oraz potrzeb wieku i wykonywanego zajęcia oraz możliwości poznawczych uczących się, a także rozwinąć stosowne dyspozycje intelektualne i osobowościowe. Realizacja tego zamierzenia wymagać będzie odciążenia przeładowanych (materializm dydaktyczny) programów, kształcenia na początkowych poziomach nauczania a wyeksponowania tam kształcenia nastawionego na rozwój zaciekawień i zainteresowań, a nawet pasji poznawczych uczących się, oraz opanowanie umiejętności uczenia się i kształtowania ich zamiłowań do działań w tym zakresie. Dopiero na średnim i wyższym poziomie kształcenia a także edukacji poszkolnej (dokształcania i doskonalenia zawodowego) forsować należy kształcenie intensywne, polegające na rzetelnym opanowaniu współczesnej wiedzy naukowej i przyswojeniu metod dochodzenia do niej, nie lekceważąc oczywiście starań o dalszy rozwój zainteresowań i pasji naukowych oraz dyspozycji i właściwości intelektualnych osób uczących się.

Tę samą strategię stosować należy wobec emerytów i rencistów a także ludzi („na dobre”) w wieku senioralnym, powiększając i różnicując ilość instytucji powołanych do ich kształcenia i popularyzacji wśród nich wiedzy. Wieloetapowa edukacja w trosce o przygotowanie do mądrości ukształtować musi stosowne, prowadzące do niej dyspozycje uczących się. Mą-

*Drogę do mądrości widzieć należy w doskonaleniu całokształtu narodowej edukacji, w tym także edukacji dorosłych*

drość jest bowiem wypadkową wielostronnego (w tym i praktycznego) uczenia się oraz nabywania doświadczeń w toku zmagania życiowych towarzyszących temu uczeniu się.

2. Dochodzenie do mądrości zwłaszcza uwidocznionej w skuteczności prakseologicznej, wymaga także zmiany na wszystkich szczeblach edukacji, typu kształcenia a konkretnie przejścia z nauczania receptywnego, polegającego na biernym przyswajaniu treści intelektualnych, na nauczanie realizowane w toku aktywności i działalności wytwórczej uczniów, a przez to przysposabiającej ich do działalności praktycznej. Niebagatelne znaczenie w przygotowaniu do pozyskania mądrości w dorosłym życiu ma wybrana strategia kształcenia w szkołach zawodowych, zarówno zasadniczych, technikach i liceach oraz szkołach wyższych. Tam na zajęciach teoretycznych młodzież winna poznawać sprawdzone reguły działań praktycznych w wybranych przez siebie obszarach społecznej rzeczywistości, a także kształtować umiejętności i nawyki przyszłej pracy zawodowej. Taka nauka to ważny element zdobywania potrzebnej wiedzy praktycznej, kształtowania przydatnych umiejętności i nawyków oraz zdobywania doświadczeń zawodowych niezbędnych do kreowania mądrości. W zakresie tej strategii mamy już duże międzynarodowe doświadczenia. Strategię tę zainicjował pod koniec XIX w. skandynawski slويد – uporządkowany i przemysłany system nauczania pracy ręcznej (głównie w szkolnictwie początkowym) zmierzający do wyzwolenia poznawczo-praktycznej aktywności uczniów. Na „dobre” rozwinęła ją pedagogika pragmatyzmu w postaci tzw. szkoły pracy. Dopracował ją teoretycznie i wdrożył praktycznie J. Dewey. Stworzył on koncepcję nauczania przez działanie wywołujące z wewnętrznych pobudek i potrzeb do działania uczniów oraz zweryfikował ją w zorganizowanej przez siebie szkole eksperymentalnej w Chicago. Idea reformatorska J. Deweya przejęta została przez innych teoretyków i praktyków, orędowników modernizacji nauczania i wychowania. W efekcie stworzyli oni różne odmiany szkoły pracy, preferujące nieco inne formy aktywności i pracy wytwórczej uczniów, zależnie od tego jak (inaczej) ich twórcy pojmowali aktywność i pracę. W Niemczech G. Kerschenstei-

# Inauguracja roku akademickiego 2023/24 Sądeckiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku

28 września 2023



Chór Scherzo z I LO im Jana Długosza w Nowym Sączu pod batutą dra Andrzeja Citaka

-ner stworzył niemiecką odmianę szkoły pracy, w Rosji P. Błoński – szkołę pracy przemysłowej, wprowadzając uczniów do fabryki, we Francji C. Freinet – szkołę życia (ośrodków zainteresowań), w Belgii O. Decroly – szkołę z dewizą „do życia przez życie”, a w naszym kraju H. Rowid, tworząc koncepcję szkoły twórczej utożsamianą ze szkołą ekspresji uczniowskiej.

Sięgając do takich wzorów edukacji, kształtować można u uczących się nie tylko sprawności intelektualne takie jak mówienia, czytania, pisanie i liczenia, ale także potrzebne uczniowi umiejętności wykonywania różnych działań praktycznych i wzorców postępowania w określonych sytuacjach. A takie utrwalone umiejętności to ważny składnik mądrości.

3. Elementem strategii edukacyjnej zmierzającej do odkrycia i kreowania osobowości ludzi mądrych winna się stać praca z dziećmi i młodzieżą uzdolnioną. W tym celu, od najmłodszych lat, po „wykryciu” takich uczniów otoczyć ich należy indywidualną opieką edukacyjną, nieco poszerzając program ich kształcenia w porównaniu z większością „przeciętnych” uczniów oraz inicjując aktywne, oparte na samodzielności, formy kształcenia. Dostatecznie wcześnie z uczniów takich czynić należy liderów klasowych i szkolnych uroczystości oraz imprez,

przywódców szkolnych grup pomocowych w nauczaniu i zespołów samopomocowych.

4. Dobrą okazję do kreowania cech i właściwości składających się na mądrość stanowią dla dzieci i młodzieży zajęcia pozalekcyjne i pozaszkolne. Ich wzorcowa realizacja w kołach przedmiotowych i zajęciach technicznych dla dzieci i młodzieży nie tylko rozwija ich zdolności i zainteresowania techniczne uczestników, ale także kształtuje ich umiejętności i nawyki wykonywania różnych czynności. Owe umiejętności i wyćwiczone sprawności to ważna część potencjalnej mądrości. Kreowaniu tej złożonej dyspozycji sprzyja też członkostwo kół artystycznych, uczestnictwo w zajęciach na terenie instytucji popularyzujących wiedzę (np. Centrum Nauki „Kopernik”). Przyszłej mądrości dobrze służy udział młodzieży w organizowaniu uroczystości szkolnych i w instytucjach zajęć pozaszkolnych, uczestnictwo w akcjach charytatywnych na terenie środowiska szkolnego i lokalnego. Zdobyta w czasie tych zajęć wiedza, wzmocnione pasje, wyćwiczone nawyki społecznej aktywności oraz ukształtowane postawy prospołeczne to ważne składniki życiowej i ogólnej mądrości, często decydującej o zachowaniach i działalności człowieka w jego dorosłości.



5. Droga do osiągnięcia mądrości prowadzi także przez uczestnictwo w edukacji dorosłych. Wiedzie do niej intensywna nauka w szkołach (dla dorosłych) wszystkich poziomów, zarówno ogólnokształcących jak i zawodowych, uczestnictwo w różnych formach dokształcania i doskonalenia zawodowego (w zakładach pracy i poza nimi), intensywne uczestnictwo w zajęciach Uniwersytetu Trzeciego Wieku, udział w innych formach popularyzacji nauki, wzmożone samokształcenie (np. przez czytelnictwo odpowiednio dobranych książek i czasopism naukowych) oraz samodoskonalenie.

6. Sprawdzonej strategią dochodzenia do mądrości jest starannie i refleksyjnie („z namysłem”) wykonywana praca zawodowa. W jej toku pracownik poszerza wiedzę zawodową, doskonali umiejętności zawodowe, pogłębia znajomość techniki, technologii i organizacji pracy, poznaje współpracowników i relacje między nimi, pogłębia rozumienie różnych sytuacji społecznych i zawodowych.

7. Jedną z pewnych dróg dochodzenia do mądrości zarówno w wieku młodzieńczym jak i w dorosłości jest aktywność organizatorska i wykonawcza (np. w stowarzyszeniach) w wybranym obszarze życia społecznego; gospodarcza, polityczna, oświatowa, kulturalna, dobroczynna. W jej toku realizatorzy zdobywają wiedzę o metodach i strategiach skutecznego działania, pogłębiają rozumienie różnych sytuacji działaniowych oraz strategię i sens działania w nich, nabywają sprawności w obranym działaniu, umacniają w sobie motywację i dyspozycje moralne, gwarantujące powodzenie w podjętych działaniach. dyspozycje i właściwości wchodzące w jej skład.

8. Elementem tej aktywności jest także obcowanie z ludźmi uznanymi za mądrych. Obcowanie i współpraca z nimi sprawia, że ich działania stają się przedmiotem naśladownictwa, a naśladownictwo to sprawdzona forma uczenia się. Sprawdza się przy tym stare przysłowie „z jakim przestajesz, takim się stajesz”. Można bez cienia przesady powiedzieć, że do mądrości prowadzi droga stałego intelektualnego wysiłku, przybierającego postać ciągłego uczenia się i doskonalenia.

Najpewniej osiągnąć ją może osobnik nastawiony transgresyjnie. Zaś człowiek mądry to ten, który posiadał określone cechy intelektualne, emocjonalne i społeczne w wyniku intensywnej wieloletniej pracy nad sobą. Do prawdziwej mądrości wiedzie droga wielostronnego intelektualnego wysiłku.

Na tle takiej sytuacji rodzi się nieśmiała propozycja angażowania ludzi obdarzonych mądrością do organizowania różnych form doskonalenia intelektualnego i sprawnościowego ich następców (naśladowców). Wzoru w tym zakresie mogą dostarczyć różne formy doskonalenia kadr kierowniczych (np. w zakładach pracy), menadżerów gospodarczych i liderów różnych grup oraz środowisk społecznych. Postępowanie takie jest zasadne m. in. z tego powodu, że wielu dyrektorów przedsiębiorstw, menadżerów gospodarczych i liderów różnych grup oraz środowisk społecznych to w wielu przypadkach ludzie, którzy wcześniej brali udział w takich formach rozwoju osobistego i zawodowego. Próba przeniesienia więc doświadczeń wyniesionych z takiego doskonalenia na nowe środowiska w celu stymulowania dalszego rozwoju ludzi uznanych za mądrych okazać się może pomysłem skutecznym.

## WARTO PRZECZYTAĆ!

„Wirtualna jesień życia. Rozważania o roli gier cyfrowych w życiu osób starszych”,  
dr Damian Gałuszka. Adiunkt na Wydziale Humanistycznym AGH.

Plik graficzny z okładką dostępny tutaj: <https://www.wydawnictwo.agh.edu.pl/sites/default/files/inline-images/Ga%C5%82uszka-01%20ostateczna%20ok%C5%82adka.jpg>

Książka „Wirtualna jesień życia” to monografia, która końcem 2023 roku ukazała się w otwartym dostępie nakładem Wydawnictw AGH. Zawiera holistyczne ujęcie zjawiska silver gamingu, czyli uwzględniające zarówno indywidualne, jak i instytucjonalne konteksty użycia gier cyfrowych przez osoby starsze. Publikacja, poza walorem teoretycznym, zawiera szereg praktycznych rekomendacji dotyczących promowania „rozwojowo korzystnego użycia gier cyfrowych przez osoby starsze” w ramach uczenia się nieformalnego, a także obszarach edukacji nieformalnej i pozaformalnej.

# KSZTAŁCI, PROMUJE, INSPIRUJE

Rozalia Kulasik



Rozalia Kulasik  
Fot. Elżbieta Cabak

**Warsztaty poświęcone ludowym zwyczajom, barwne występy zespołów regionalnych, wycieczki w nieznanne zakamarki Sądeckizny – to tylko niektóre z atrakcji, z jakich korzystają już od 20 lat słuchacze UTW w Nowym Sączu, dzięki współpracy stowarzyszenia z pobliskimi gminami. Uniwersytet z kolei zapala w mieszkańcach wsi idee klubów seniora, organizuje dla nich prelekcje i zaprasza do dyskusji na Forum Trzeciego Wieku. Dobre praktyki współdziałania prezentuje choćby Łącko.**

## Łącko dla słuchaczy UTW

Już w 2006 r. sądecki seniorzy usłyszeli o działalności Gminnego Ośrodka Kultury w Łącku. Jego przedstawiciele dzielili się ludowymi zwyczajami okresu Adwentu i Świąt Bożego Narodzenia. W następnych latach na scenie sądeckiego SOKOŁA dla seniorów tańczyły i śpiewały szkolne zespoły ziemi łąckiej: Jazowska, Łącka, Zagorzyna i Maszkowic.

– Otrzymałem propozycję wystąpienia z koncertem dla słuchaczy UTW w Nowym Sączu. Byłem nią zaskoczony, zwłaszcza że do tej pory koncertowaliśmy tylko dla łąckiej, niewielkiej społeczności i na małych scenach – wspomina występ szkolnej kapeli „Małe Łącko” jej kierownik, Antoni Plechta. – To był okres świąt Bożego Narodzenia. Nasz pierwszy występ na dużej scenie, a nas tylko siódemka! Pełna mobilizacja i koncentracja. Zaczęliśmy od najsłynniejszej melodii „Dzyń, dzyń, dzyń, dzwoneczku”, potem były nasze regionalne piosenki, a na końcu kolędy. Bisowaliśmy wiele razy. Coś niesamowitego! Dzieci były zszokowane. Ja także – dodaje Plechta.

Niedługo potem zespół „Mali Maszkowianie” swoim występem i przepięknym regionalnym strojem zauroczył sądeczan.

„Cóż to był za występ! – napisała Krystyna Stendera w marcowym „Biuletynie” w 2017 r. – Przepiękne, prawdziwe stroje góralskie: spodnie z parzenicami, pasy skórzane, kierpce, kwieciste spódnice i kolorowe gorsety mieniły się na scenie wszystkimi barwami tęczy, zaś dzieci, z chwytającym za serce wdziękiem, oddawały atmosferę góralskiego karnawału”.

Do bliższej współpracy ze Szkołą w Maszkowicach w znacznej mierze przyczynił się też dr Marcin Przybyła z Instytutu Archeologii UJ, który opowiedział seniorom o tajemnicach Góry Zyndrama w tej miejscowości. W następstwie wykładu grupa słuchaczy odbyła edukacyjną wycieczkę, zwiedzając stanowisko archeologiczne, szkolną izbę regionalną, poznając miejscowych animatorów kultury i nawiązując szerszą współpracę.

Słuchacze UTW uczestniczyli też w spotkaniach z lokalnymi poetami ziemi łąckiej, mieli okazję wysłuchać wykładów o kulturze, zwyczajach, stroju i gwarze Białych Górali, a także poznać lokalne wydawnictwa.





Dr Marcin Przybyła ze słuchaczami SUTW na wykopaliskach w Maszkowicach

– Miałam wiele obaw, czy sprostam oczekiwaniom tak wymagających słuchaczy – opowiada Jadwiga Jastrzębska, redaktor naczelna „Almanachu Łąckiego” i prezes Towarzystwa Miłośników Ziemi Łąckiej, która dwukrotnie wystąpiła z wykładem dla UTW. – Do wystąpień przygotowałam się bardzo solidnie, opracowałam ich konspekty, na prelekcje zabrałam ze sobą wiele eksponatów.

Wykłady uzupełniała prezentacja multimedialna, a słuchaczy witał gwarą, ubrany w strój regionalny, Adrian Najduch, laureat konkursu Sałałowe Bajania w Bukowinie Tatrzańskiej. Strój kobiecy zaprezentowała z kolei Anna Kawik, członkini TMZŁ.

– Stałam, a w zasadzie zasiadłam za stołem i... dopadła mnie tak ogromna trema: czarna dziura, ucisk w gardle, że przez chwilę nie mogłam wydobyć z siebie słowa – kontynuuje Jadwiga Jastrzębska. – Serdeczne oklaski, jakie otrzymałam wówczas od słuchaczy, zdjęły odium

tej koszmarnej dla mnie sytuacji i wykład potoczył się już sprawnie – dodaje.

Niedawno przed sądeckimi seniorami wystąpili ich łąccy rówieśnicy, prezentując taniec „Jerusalem Dance”. Dla nich również było to niezwykle przeżycie.

– Fantastycznie, że mogliśmy tam wystąpić! Byliśmy jednak bardzo zdenerwowani. Na szczęście, kiedy wpadliśmy w rytm melodii, trema się ulotniła. Jesteśmy zaszczyceni i wdzięczni za tak życzliwe i serdeczne przyjęcie – opowiadają z przejęciem.

Sądeckim seniorom jest znany także projekt „Łącko smakowite”. Podczas Forum Trzeciego Wieku tak w Krynicy-Zdroju, jak i w Nowym Sączu niejednokrotnie panie z miejscowego Koła Gospodyń Wiejskich zapraszały do degustacji swoich dań regionalnych. Były również soki, napitki i – jak wieść gminna niesie – pojawiła się też słynna krasilica.

Dr Katarzyna Szrafa-Cabała z wykładem w Klubie Seniora w Łącku (projekt SUTW)

Teresa Matusiewicz-Łazarz, organizatorka izby regionalnej w SP w Maszkowicach ze słuchaczami SUTW







*Rozalia Kulasik,  
Wiesława Borczyk,  
prezes OFSUTW  
i Sądeckiego UTW  
na uroczystości  
«Gminne Dni Seniora»  
w Centrum Kultury  
i Edukacji Muzycznej  
w Łącku  
[https://www.lacko.pl/  
gminny-dzien-seniora-iii.  
html](https://www.lacko.pl/gminny-dzien-seniora-iii.html)*

### **UTW dla łąckich seniorów**

Niemal od początku swojego istnienia Sądecki Uniwersytet Trzeciego Wieku był obecny wśród lokalnej społeczności Łącka. Szczególna współpraca nawiązała się z łąckim Klubem Seniora+. To dzięki niej seniorzy z tej gminy dwukrotnie mieli okazję uczestniczyć w obradach Forum Trzeciego Wieku w Krynicy-Zdroju i Nowym Sączu.

– Udział w Forum był dla mnie wielkim przeżyciem i zaszczytem. Poczułam się naprawdę wyróżniona – wspomina Krystyna Faron z Łącka. – Co było dla mnie ważne i co chciałabym przekazać dalej, to konieczność integracji ludzi starszych z młodymi. Spodobało mi się zasłyszane tam powiedzenie: „Aby państwo dobrze funkcjonowało, potrzebne są młode ręce i starsze głowy” – dodaje.



*Rozalia Kulasik, Henryk Dybiec, Krystyna Faron – seniorzy z Klubu Seniora w Łącku na Forum III Wieku w Nowym Sączu i Krynicy-Zdroju. Fot. Kinga Dybiec-Słowik*

– Gdy otrzymałem materiały Forum oraz identyfikator, poczułem się dumny, że ja też tu jestem. A gdy zobaczyłem wśród gości naszego wójta, zrozumiałem, że obdarzono mnie wielkim zaufaniem – opowiada z kolei Henryk Dybiec.

Delegaci z Łącka dzielili się później tym, co usłyszeli podczas paneli organizowanych na Forum, ze swoimi kolegami i koleżankami z klubu.

– Udział w tej międzynarodowej konferencji pokazał, że nie jesteśmy osamotnieni, razem możemy więcej, a zdobyta tam wiedza zostanie z pożytkiem wykorzystana dla dobra naszej społeczności – zapewnia Janina Baziak.

O tym, czy warto być aktywnym, jak pozyskiwać środki publiczne i o współpracy organizacji senioralnych z samorządem lokalnym łąccy seniorzy dowiedzieli się podczas warsztatów pn. „Akademia Obywatela Seniora”, zorganizowanych przez Fundację Europejski Instytut Rozwoju Obywatelskiego [EIRO] w Nowym Sączu. To była okazja do spotkań, wymiany doświadczeń i integracji.

– Nasz klub powstał niedawno, więc z ciekawością przysłuchiwałam się dyskusji na ten temat – wspomina Janina Baziak. – Dowiedziałam się, jak pracują inne kluby, poznałam osoby zaangażowane w społeczną działalność. Przekonałam się, że warto być aktywnym.

Rodzice uczniów Szkoły Podstawowej w Maszkowicach do dziś wspominają wykład psycholog Barbary Kopczyńskiej, słuchaczki UTW, na temat zagrożeń czyhających na dzieci i młodzież. Natomiast łąccy seniorzy liczą na kontynuację prelekcji wykładowców UTW i dalszą współpracę.



# NIEPRZECIĘTNI!

Małopolski Plebiscyt „Poza stereotypem – Seniorka i Senior Roku”

Maria Baran

Już po raz 17 wybrani i nagrodzeni zostali wyjątkowi seniorzy. Wśród laureatów Małopolskiego Plebiscytu „Poza stereotypem – Seniorka i Senior Roku” znalazły się aż trzy panie z Sądecczyzny. Uroczysta gala podsumowująca Plebiscyt oraz wieńczący ją koncert „Jesień z Kiepurą” odbyły się 23 listopada 2023 r. w krakowskiej Filharmonii.

W uroczystości uczestniczyło 700 osób. Tytuły **Seniorki i Seniora Roku Kapituła przyznała Paulinie Tomczyk z Łuczyc** (gm. Kocmyrzów-Luborzyca) oraz **Stefanowi Jusze z Krakowa**, którzy otrzymali statuetki, wykonane przez prof. dra hab. Krzysztofa Nitscha.

Kapituła Plebiscytu w tej edycji po raz pierwszy w historii konkursu wprowadziła nową kategorię nagród, a mianowicie „**I wyróżnienie**”. **To wysokie wyróżnienie otrzymali Rozalia Kulasik i Aleksander Gucwa z Sękowej. Ponadto wyróżnieniami nagrodzone zostały m.in.: Krystyna Ogorzałek z Mystkowa i Jadwiga Marzec z Chelmcza. Do konkursu nominowana była Dominika Kroczek z Nowego Sącza.**

Wszystkim wyróżnionym paniom serdecznie gratulujemy. Cieszymy się z wyróżnień przyznanych **Rozalii Kulasik i Krystynie Ogorzałek**. Obie są słuchaczkami SUTW. **Rozalia Kulasik** jest aktywną członkinią naszego uniwersytetu oraz działa na rzecz seniorów w Łącku i w Starym Sączu. Do konkursu została zgłoszona przez Zarząd Sądeckiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Natomiast **Krystyna Ogorzałek** od wielu lat podejmuje liczne działania na rzecz społeczności Mystkowa – założyła Stowarzyszenie Mystków Wola i jest jego prezesem. Działa w tamtejszym Klubie Seniora. Angażuje się w realizację przedsięwzięć z zakresu polityki społecznej, pełniąc m. in. funkcję radnej Rady Gminy Kamionka Wielka, a także członka Ze-



Krystyna Ogorzałek i Rozalia Kulasik  
Fot. Katarzyna Zygmunt

społu Interdyscyplinarnego ds. Przeciwdziałania Przemocy Domowej. Do Plebiscytu zgłosiło Ją Stowarzyszenie.

**Rozalię Kulasik** czytelnicy Biuletynu SUTW znają ze stron tego wydawnictwa. Do UTW przystąpiła 16 lat temu i od początku aktywnie uczestniczy w pracach redakcyjnych Biuletynu, a także włącza się w organizowanie konkretnych działań (np. wyjazd na wykopaliska archeologiczne w Maszkowicach), wydarzeń kulturalnych (występ Szkolnego Zespołu Regionalnego „Mali Maszkowianie”) dla słuchaczy SUTW w MCK SOKÓŁ. Jej teksty ukazują się regularnie w Biuletynie. Opisuje w nich seniorów w przestrzeni publicznej, ich aktywności na wielu polach. Rozalia, która mieszka w Jazowsku, działa przede wszystkim w swoim środowisku lokalnym na rzecz upowszechniania kultury i tradycji Górali Łąckich oraz integracji międzypokoleniowej i seniorów. Od roku 2011 należy do Towarzystwa Miłośni-



ków Ziemi Łąckiej, w którym przez siedem lat pełniła funkcję skarbnika. Czynnie angażuje się w tworzenie „Almanachu Łąckiego” – półrocznika historyczno-kulturalno-społecznego o zasięgu krajowym i zagranicznym, do którego pisze artykuły.

Działa aktywnie w Bibliotece Publicznej w Starym Sączu, gdzie uczestniczy w Dyskusyjnym Klubie Książki oraz okazjonalnie recenzuje na użytek Biblioteki wybrane wolumeny.

W roku 2017 była jedną z inicjatorek utworzenia Klubu Senior+ w Łącku i nadal jest aktywną jego członkinią. **Podkreśla, że korzyść z uczestnictwa w SUTW polega m.in. na tym, że wiedzę zdobytą w uniwersytecie przynosi i upowszechnia w macierzystym klubie.**

Była pomysłodawczynią spotkań łąckich seniorów z podopiecznymi Domu Dziennego Pobytu w Starym Sączu oraz występów artystycznych klubowiczów dla przedszkolaków w Starym Sączu. Przedszkolaki w Łącku zobaczyły spektakl „Kaczki”, którego scenariusz stworzyła na podstawie bajki Jana Brzechwy. Wystąpiła w tym przedstawieniu. W czasie pandemii koronawirusa była wolontariuszką w akcji „Poznaj swojego sąsiada”, zainicjowała i zaktywizowała seniorów do pomocy pogorzelncom w Jazowsku.

Rozalia Kulasik swoją działalnością doskonale wpisuje się w założenia Plebiscytu. Celem konkursu jest promowanie i nagradzanie aktywnych małopolskich seniorów, którzy w różnych, społecznie cenionych formach działalności wyróżniają się na tle innych. Z pewnością Rozalia jest liderką społeczności lokalnej, aktywnie działa w klubie seniora, uniwersytecie trzeciego wie-

ku, bezinteresownie angażuje się w pomoc innym, zwłaszcza w sytuacjach kryzysowych.

Realizuje działania związane z krzewieniem kultury, sztuki i historii regionu, mobilizuje seniorów do aktywnego życia. Jest osobą poza stereotypem, pomimo wieku jest pasjonatką i społecznikiem. A przy tym wszystkim jest osobą bardzo pogodną, zawsze uśmiechniętą i przyjaźnie nastawioną do każdego człowieka. Podejmowane przez Nią inicjatywy warto promować i upowszechniać.

W dotychczasowej historii plebiscytu w całej Małopolsce tytułem „Seniorki lub Seniora Roku” nagrodzono łącznie 32 osoby, a 49 zostało wyróżnionych. Warto przypomnieć, że laureatami Plebiscytu z Sądecczyzny było 6 osób, a to: Jerzy Gościej (nieżyjący już) – Senior Roku 2006, Adam Mazur z Muszyny – Senior Roku 2008, Halina Komar (zmarła rok temu) – Seniorka Roku 2008, Anna Oleksy – Seniorka Roku 2013, Włodzimierz Rozejowski – Senior Roku 2015, Benedykt Poręba z Mystkowa – Senior Roku 2020.

Wyróżnienia otrzymali: Jolanta Kieres z Nowego Sącza (2006 r.), Anna Totoń z Nowego Sącza (2007 r.), Zofia Robotycka z Krynicy-Zdroju, Bogumiła Kałużny z Nowego Sącza (2021 rok). Do tego grona dołączyły nagrodzone w XVII edycji Rozalia Kulasik (I wyróżnienie), Krystyna Ogorzałek i Jadwiga Marzec. Wyniki Plebiscytu dotychczasowych edycji potwierdzają, że na Sądecczyźnie nie brakuje seniorów aktywnych, przełamujących stereotypy związane z wiekiem.





Fot. Jadwiga Banach



Krystyna Ogorzałek - wyróżnienie (w środku)



Rozalia Kulasik - I wyróżnienie (z prawej)





## WYKŁADY MCK SOKÓŁ Nowy Sącz



Małgorzata Łukasik-Kogut,  
Miasteczko Galicyjskie, Nowy Sącz



Dr n. o zdr. Urszula Cisoń-Apanasewicz, Wydział Lekarski i Nauk o Zdrowiu, ANS  
Nowy Sącz; Wiesława Borczyk, prezes OFSUTW i Sądeckiego UTW



Ewelina Ciągło, notariusz



Stanisława Drzyzga, Wydział  
Lekarski i Nauk o Zdrowiu,  
ANS Nowy Sącz



Magdalena Koc, kampania  
"Cyfrowi Seniorzy"



Filip Nowak, filmoznawca



Rozmowa o polskich noblistach: Grzegorz Rapcia, Małgorzata Szewczuk, Bernadeta Odrzywolska, I LO Nowy Sącz



## WYDARZENIA TOWARZYSZĄCE

Fot. Władysław Szwenik, Katarzyna Zygmunt



Od prawej: Iwona Romaniak, prezes Fundacji Bratnia Dusza z Krynicy-Zdroju, Jadwiga Banach, wiceprezes SUTW



Podziękowanie dla Zyty Bilińskiej, długoletniej przewodniczącej Komisji Rewizyjnej SUTW



Od lewej: Krystyna Słaby, obecna i Zyta Bilińska, była przewodnicząca Komisji Rewizyjnej

## ZESPÓŁ CZARNI GÓRALE Z PRZYSIETNICY Z MONIKĄ RĘBILAS - SZKOŁA ŚPIEWU I TERAPII GŁOSU RebilasArt





# XI OGÓLNOPOLSKA ZIMOWA SENIORIADA NA PODHALU RABKA-ZDRÓJ 26-27.02.2024

Fot. Józef Bartkowski, Elżbieta Cabak, Izabela Lange - UTW Bytom



## MEDALIŚCI SUTW

TADEUSZ MIŚKOWIEC - SREBRO, BIEG  
JANINA ZOFIA SUS - SREBRO, ŚLALOM  
ZUZANNA GÓRSKA - SREBRO, BIEG  
MAREK MICHALIK - ŻŁOTO, SZACHY



## REPREZENTACJA SUTW

Kapitan drużyny - Zofia Pychyrek

1. Kręgle curlingowe na lodzie: Halina Kacprzycka
2. Bieg narciarski lub z nartami: 65+ Zuzanna Górską, 75+ Tadeusz Miśkowiec
3. Ślalom narciarski: 60+ Joanna Hołownicka-Płaszczyk, 65+ Maria Jarosz  
75+ Janina Zofia Sus, 70+ Józef Bartkowski
4. Rzut śnieżkami do celu: Elżbieta Cabak
5. Zjazd na dętkach: Zofia Pychyrek
6. Turniej brydżowy: Agata Mróz, Mariusz Szewczuk
7. Nordic Walking + turniej wiedzy o Rabce-Zdroju:  
Krystyna Olekszyk-Stobierska, Irena Kosiór,  
Jacek Tokarski
8. Turniej szachowy: Marek Michalik



Srebrna  
MAŁOPOLSKA

Wyjazd reprezentacji SUTW na Ogólnopolską Zimową Senioriadę w Rabce-Zdroju odbył się w ramach projektu "Biegać, skakać, chodzić, pływać! Sekret zdrowia Sądeckich Seniorów". Zadanie realizowane przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.



# JAK ZESZŁAM NA PSY

Wiesława Brzezińska

Kiedyś miałam jamnika. Tak, to nie był pies, tylko jamnik. Przeżył z nami kilkanaście lat, ale niestety zachorował. Wiek i choroba spowodowały, że bardzo cierpiał. Smutek i bezsilność zawładnęły moimi uczuciami. Tak, był moim przyjacielem i kiedy nadszedł jego czas, obiecałam mu, że nigdy nie przygarne już innego... Był przecież moim jedynym psem przyjacielem. Rozstaliśmy się. Minęło kilkanaście lat, spotykam ludzi spacerujących ze swoimi pieskami, ale obietnica zobowiązuje...

Przypadkowo obejrzałam film o japońskim inżynierze, który z zepsutych robotów zaczął konstruować nowe urządzenia – roboty zwierzaki: psy, koty. To przyciągnęło moją uwagę. Eureka! Tak postanowiłam, że kiedy nie będę mobilna, to – aby nie być całkiem samą w domu – sprawię sobie takiego pocieszyciela, odsmutacza. Będzie nim elektroniczny przyjaciel – bioniczny, interaktywny i inteligentny robot, imitujący swoją budową, zachowaniem i wyglądem psa lub kota.

Temat bardzo mnie zaintrygował i zaczęłam szukać w internecie, czy są już takie roboty. Ogromnym zdziwieniem dla mnie było to, że pierwszy Aibo (kumpel, współnik, partner) powstał w Japonii w roku 1999. Wyprodukowano wówczas pięć tysięcy tych robotów i natychmiast zostały sprzedane. Roboty te wyprodukowała firma SONY. Naśladują one prawdziwe stworzenia, wydają dźwięki, które wydają z siebie prawdziwe psy czy koty. Są całkowicie autonomiczne i mają z założenia zaskakiwać i pocieszać, czyli dostarczać rozrywkę.

W swoim urządzeniu robot ma wmontowane czterdzieści sensorów, które pozwalają mu widzieć, słyszeć i reagować na dotyk. Kamera umieszczona na nosie pozwala mu rozpoznać swojego właściciela, tak jak u prawdziwego zwierzaka węch. Kamera zainstalowana na grzbiecie pozwala na rozpoznawanie przestrzeni. To nie koniec jego umiejętności, bo potrafi on zapamiętywać sztuczki, których wcześniej się nauczył: umie siadać, bawić się piłeczką czy podawać łapkę. Podobnie jak prawdziwe zwierzę reaguje na głaskanie po grzbiecie,



Fot. Arch. autora

głowie czy pod brodą. Jest to pierwsze takie urządzenie, które buduje relacje z człowiekiem. Gdy jest zmęczony, to kładzie się spać i ładuje baterie. Wygląd jego jest odwzorowaniem budowy ciała zwierzęcia, są zachowane proporcje i funkcje ruchomości wszystkich stawów. Uzyskano tę ruchomość dzięki zastosowaniu pneumatyki i robotyki. Wykorzystane technologie pozwoliły na duże urealnienie ruchów ciała psa lub kota. Jeszcze trzeba popracować

nad tworzywem, które nada temu robotowi zewnętrzną miękką powłokę. Przyznam się, że już obejrzałam w internecie prototypy, ale są one jak dla mnie za bardzo z wyglądu robotami, a to nie spełnia moich potrzeb estetycznych, bo ciężko byłoby mi głaskać plastik. O wiele przyjemniej jednak jest dotykać futerko, choćby było sztuczne. To wszystko pokazuje nam możliwości sztucznej inteligencji, a to przekłada się na moje marzenie o posiadaniu psa bez łamania obietnicy. I to staje się coraz bardziej realne. Czytałam, że wciąż rozwijająca się sztuczna inteligencja pozwala na dodatkowe oprogramo-

wanie, dzięki zamontowanemu minikomputerowi, według potrzeb i oczekiwań przyszłych użytkowników.

Początkiem tych działań był pomysł, aby była to zabawka edukacyjna dla dzieci i tak też się stało. Ale rozpoczęto zaawansowane prace, aby tego robota dzięki większemu zastosowaniu w jego budowie sztucznej inteligencji zaofiarować również starszemu pokoleniu, jako namiastkę żywego przyjaciela domu.

Zaprzyjaźniłam się z myślą, że jest szansa niezłamania obietnicy i na to, by nie być w pustym mieszkaniu, kiedy przyjdzie mój czas.

---

## NOWOCZESNE TECHNOLOGIE SŁUŻĄ SENIOROM

Maria Baran



Maria Baran

Nowe technologie coraz mocniej wkraczają w życie społeczne i gospodarkę w dzisiejszym świecie. Zaczęły one odgrywać znaczącą rolę w opiece nad seniorami, pomagając w poprawie jakości ich życia i zwiększając niezależność.

Jest już wiele narzędzi i rozwiązań technologicznych, które temu sprzyjają m.in. sztuczna inteligencja (AI).

**Sztuczna inteligencja (AI z ang. artificial intelligence)** to przejaw inteligencji programu komputerowego lub maszyny, która przypomina ludzkie zachowanie. Taką inteligencję program komputerowy nabywa w procesie uczenia i wykonuje odpowiednie obliczenia. Bazuje na „wytrenowanym” algorytmie poprzez wgrane do niego dane, a nie kodach napisanych przez programistów. Z tej technologii korzystamy na co dzień, nawet o tym nie wiedząc, gdy szukamy informacji w Google, robimy zakupy (nie

tylko te internetowe), gdy podróżujemy. Nowoczesna technologia potrafi prowadzić rozmowę, grać, a nawet wygrywać w gry komputerowe czy samodzielnie prowadzić pojazdy, pracować wydajniej niż ludzie. AI pomaga w wielu aspektach opieki nad seniorami. Przede wszystkim są urządzenia, które umieją monitorować stan zdrowia i dobre samopoczucie (różne czujniki, opaski życia). Mierzą one parametry, takie jak: ciśnienie krwi, poziom cukru we krwi, tętno czy temperatura ciała. Te dane są następnie przesyłane do systemu AI. AI analizuje je i może wykryć wczesne oznaki choroby lub stan zagrożenia życia. W przypadku wykrycia takiej sytuacji, system automatycznie powiadamia opiekuna lub służby medyczne.

AI może również pomóc w zapewnieniu odpowiedniej opieki nad seniorami w domu. Dzięki zastosowaniu systemów rozpoznawania głosu i twarzy, system AI może reagować na polecenia seniora i dostosowywać się do jego potrzeb. Na przykład, jeśli senior powie „chcę włączyć telewizję”, system AI może automatycznie włączyć telewizję na wybranej przez niego stacji. Wyposażone w sztuczną inteligencję urządzenia – roboty mają kluczowe dla seniorów zalecane, których nikt inny nie jest w stanie zapewnić



– mogą być stale obecni, cierpliwi i nic ich nie nuży, nawet 50 tych samych pytań zadawanych w ciągu godziny.

Małe roboty domowe wspomagają seniorów i rodziny opiekujące się seniorem. Na przykład amerykański robot Pillo to jakby osobista pielęgniarka ze sztuczną inteligencją. To niewielkie urządzenie m.in. pilnuje codziennego zażywania leków. Jeżeli zapas danego leku się kończy, Pillo może zamówić kolejne opakowanie. Sprzęt ma możliwość wykonania bezpośredniego połączenia z personelem medycznym. Na co dzień służy także jako źródło wskazówek, związanych z ćwiczeniami i dietą. Urządzenie odpowiada na pytania dotyczące zdrowia, posługując się bazą informacji zgromadzoną ze sprawdzonych źródeł.

Robotyzacja opieki szpitalnej i pozaszpitalnej to rzeczywistość. W Japonii w prawie 10 proc. takich placówek stosuje się tę formę sztucznej inteligencji. Ogromną popularnością cieszy się tam robot „Paro”. Paro to wynaleziony przez prof. Takanori Shibate medyczny robot terapeutyczny o wyglądzie młodej fokii grenlandzkiej. Urządzenie posiada czujniki dotyku, światła, dźwięku, temperatury i ułożenia, dzięki którym (i dzięki wbudowanej sztucznej inteligencji) odbiera bodźce z otoczenia. Odróżnia głaskanie od uderzenia i zachowuje się odpowiednio do sytuacji. Robot reaguje też na swoje imię, a także potrafi uczyć się zachowań pożądanych i niepożądanych. Pozytywne efekty zastoso-

wania Paro zostały udokumentowane m.in. w pracy z osobami starszymi z demencją i w stanach psychotycznych. Działanie robota można porównać do zooterapii. Tak jak relacja z prawdziwym zwierzęciem, tak kontakt z Paro poprawia nastrój, obniża poziom lęku. Urządzenie Paro wykorzystywane jest w ponad 30 krajach. Do lipca 2021 r. w użyciu było około 7 tys. robotów. Szczególną popularnością cieszyły się w czasie pandemii COVID-19. W Polsce zostały wykorzystane po raz pierwszy w maju 2022 roku. Wtedy ambasador Japonii przekazał roboty PARO do Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego oraz do Mazowieckiego Centrum Neuropsychiatrii.

Sztuczna inteligencja może wspomóc pracę opiekuna, ale jej nie zastąpi. Może przypomnieć o terminie przyjęcia leków, ale ich nie poda i nie zdecyduje o konkretnej dawce, podsunie pomysł na zdrową kolację, ale jej nie przygotowuje. Opowie kawał i przytoczy zabawną historię, ale czy to faktycznie podniesie na duchu podopiecznego? Osoby starsze cenią sobie ogromnie bezpośredni kontakt z drugim człowiekiem. Technologia nie zastąpi człowieka, bowiem koniecznym jest zachowanie empatii i zrozumienia. Chodzi o zaspakajanie nie tylko ich fizycznych potrzeb, ale także emocjonalnych i społecznych. Dlatego, aby wykorzystać potencjał technologii w opiece nad seniorami, konieczne jest połączenie ich z indywidualnym podejściem do każdej osoby starszej wymagającej opieki.



# SUBIEKTYWNY PRZEGLĄD BIULETYNÓW

Maria Halina Starzyk



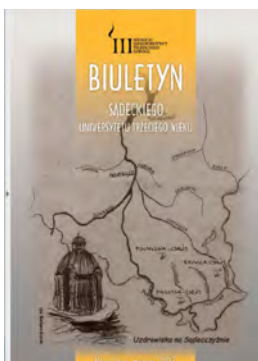
Zachęcam do przeglądu archiwalnych numerów Biuletynu, redagowanych przez zespół słuchaczy SUTW. Można tam znaleźć wiele interesujących artykułów przedstawiających wydarzenia, sylwetki ludzi, opisy działań słuchaczy i inicjatywy podejmowane w ramach Uniwersytetu na rzecz całego środowiska senioralnego. Są ciekawe wykłady, fotoreportaże i próby literackie. Szczególnie polecam nr 21!



**Nr 12.13.14.**  
**Prof. Franciszek Ziejka –**  
**„Stanisław Wyspiański –**  
**poeta Krakowa”**

„O kocham Kraków  
– bo nie od kamieni  
Przykrościm doznał  
– lecz od żywych ludzi”...

(...) Wyspiański kochał  
mury Krakowa, kochał  
jego zabytki, był zafascynowa-  
ny zaklętą w jego mu-  
rach historią...



**Nr 21. „Moja Sądeczczyzna”**

Wspomnienia słuchaczek  
SUTW – polecam  
wszystkie!

Oto fragment: Barbara Gie-  
roń – „Na kolejowym szła-  
ku”: (...) Stara Kolonia cha-  
rakteryzowała się wieloma  
specyficznymi dźwiękami.  
Piały tutaj koguty, gda-  
ły kury, gruchały gołębie,  
miauczały koty, poszczeki-  
wały nieliczne kundle...



**Nr 34. Dr Anna Talikowska**  
**– „Jak żyć szczęśliwie?**  
**– O cnotach i siłach**  
**charakteru”**

(...) Nie musimy być piękni,  
młodzi ani nawet bogaci,  
żeby być szczęśliwymi.  
Nie potrzebujemy szczegó-  
lnych genów ani specjal-  
nych, sprzyjających  
czy choćby łagodnych ży-  
ciowych okoliczności...

**2004/2005 - 2023/2024**





**Nr 41. Krystyna Stendera – „Chłopcy od Tatarów”**

(...) „Chłopcy od Tatarów” – wtedy już dorośli mężczyźni wspominali swojego dowódcę z wielkim szacunkiem, wręcz z miłością. Dowódca traktował ich jak swoich własnych synów – chłopcy mieli w latach okupacji przecież tylko po 17–20 lat.



**Nr 50. Jerzy Leśniak – „Patroni sądeckich ulic”**

(...) Znaczna większość ulic ma charakter pamiątkowy, nie jest związana ani ze swistością terenu, ani z historią miasta. ... domagają się jednak szerszej wymiany patronów, żądając usunięcia nazw, np. ul. Zygmunta Marka i ul. 1 Maja, z czym będą mieć chyba poważny kłopot...



**Nr 56. Maria Wawszczak – „Różne perspektywy; wspólny świat”**

(...) Młodzi walczą o zaistnienie, seniorzy – o przetrwanie, ale wszyscy muszą się mierzyć z aktualną rzeczywistością i brać odpowiedzialność za własne wybory, decyzje i działania.



**Nr 12. Barbara Gieroń – „Ogród”**

(...) W ogrodzie można było stać się niewidzialnym, nie słyszeć nawoływania dorosłych. Zateśknić za nieznanymi krainami, przygodami sławnych odkrywców, zaginioną cywilizacją, odległą galaktyką, a przerzucając kartki kolejnej książki, opuszczać rzeczywistość...

## OSIEMDZIESIĄTKA!

*Elżbieta Cholewa*

Pewnego razu z rana uśmiechnięta i zadbana,  
z dawna oczekiwana zjawiała się u pana kapitana  
Osiemdziesiątka!

Po zyciorysie mu się płata, ale jak pięknie wygląda –  
sprawna i wygimnastykowana; choć siwa to roześmiana  
Osiemdziesiątka!

Do tego mądra bardzo, po ziemi stąpa twardo,  
rozwiązuje krzyżówki i inne łamigłówki.  
Osiemdziesiątka!

Czasem się złości i gdera, jest wściekła jak cholera,  
to znów dziwnie łagodna i jak poranek pogodna  
Osiemdziesiątka!

Narzeka pewnie na zdrowie, nie zawsze grzecznie odpowie,  
czasem się smuci i dąsa, często jak piesek kąsa.  
Osiemdziesiątka!

A co ją cieszy – chleb na stole, mleko w dzbanku  
Wymój wiosną, konto w banku, niepsujący się samochód  
I rosnący z czasem dochód.

No, a rodzina?

Co dość pokrętne, wzbudza uczucia ambiwalentne.  
Rodzinę kocha, lubi, szanuje, a czasem tylko toleruje.  
Osiemdziesiątka!

Kapitan przyjrzał się jej z uwagą i skonstatował z powagą,  
Że patrząc na nią wstecz – choć były wzloty, upadki,  
to bilans życia dodatni, a to jest ważna rzecz.

Więc prowadź swój statek kapitanie po ogromnym życia  
oceanie.

Niech omijają go burze i sztormy, niech mu sprzyjają wiatry  
I płynie zawsze wolny.

A teraz kapitanie wznies toast, bo choć trudno uwierzyć  
Warto ją było przeżyć  
Osiemdziesiątkę!

Niech z tobą pozostanie chociażby z tej przyczyny,  
byś ją wspominał mile w 120 urodziny  
Osiemdziesiątkę!

# PERŁY KINA

Co obejrżeli widzowie Dyskusyjnego Klubu Filmowego

Irena Cepielik



Irena Cepielik

Kiedy Zarząd SUTW pozytywnie rozpatrzył naszą prośbę o uruchomienie Dyskusyjnego Klubu Filmowego, zabezpieczył nam znanego filmoznawcę Karola Szafranca w roli prowadzącego. Pierwsze zajęcia miały miejsce już 20 października 2015 roku.

Obejrzeliliśmy *Obce niebo*, w którym reżyser Dariusz Gajewski nie tylko poruszył aktualny problem emigracji zarobkowej, ale i rozbudził nasze najgłębsze emocje w dyskusji o szwedzkim prawie wobec dzieci i niemocy rodziców w razie chęci odzyskania odebranej rodzicom pociechy.

W pierwszym roku poznaliśmy cechy ustrojów społecznych i żyjących w nich ludzi w Irlandii (*Tajemnica Filomeny*), Islandii (*Barany*), Turcji (*Mustang*), Rumunii (*Skarb*), Szwecji (*Obce niebo*). Ciekawe próby nowego spojrzenia na rzeczywistość i poszukiwania nowych środków wyrazu śledziliśmy w filmie *Syn Szawła*. Nagrodzony Oscarem film Laszlo Nemesa to dzieło węgierskiego młodego reżysera, który obozową rzeczywistość ukazał w sposób porażający. Kamera zaprowadziła nas do krematoryjnych pieców, dołów, w których palono trupy, pomieszczeń do gazowania skazanych i innych miejsc służących zagładzie w Auschwitz-Birkenau. We wszystkich tych miejscach byli więźniowie lub trupy, którymi zajmowało się Sonderkommando. Ta dosłowność w dokumentowaniu wstrząsała każdym. Wiele emocji wzbudził także film *Moja matka*, nakręcony przez Włocha Nanni Moretti, głównie z powodu rozważania sytuacji zagubienia człowieka, jego emocjonalnego rozchwiania w momentach kryzysowych. Opowiadał o reżyserce filmów politycznych Margaricie

Buy, która jednocześnie z kręceniem filmu przeżywa traumatyczne wydarzenia w życiu osobistym: w szpitalu umiera jej matka, jest skonfliktowana z córką, odszedł właśnie jej wieloletni partner. Reżyser Nanni Moretti sięga do własnej biografii i chociaż rodzinne problemy rozgrywają się na drugim planie filmowym (na pierwszym trwa nagrywanie filmu) twórca przekonuje, że własne doświadczenia przełożone na środki filmowe pozwalają spojrzeć na siebie rzetelniej i uczciwiej. Przesłanie filmu jest nam bliskie, dla większości ludzi najważniejsza jest rodzina.

Irlandzki reżyser Lenny Abrahamson sięga do literatury. Autorka scenariusza *Pokoju* to autorka książki, na której został oparty film. Nam służył w dyskusji nad problemem przemocy seksualnej wobec kobiet. Nasz polski film *Panie Dulskie* także zainspirowała literatura. Filip Bajon buduje swoją opowieść, ilustrując m.in. wyobrażone dalsze losy bohaterki *Moralności pani Dulskiej* Gabrieli Zapolskiej. Kołtuński horror – jak zatytułował swoją recenzję jeden z krytyków – lapidarnie i prawdziwie ujmuje treść. Mieliśmy również możliwość dyskusji o trzech planach czasowych akcji, sposobach kreacji bohaterki i scenach metaforycznych.

W 49. numerze Biuletynu (wrzesień 2016) jest wywiad, w którym – przy okazji podsumowania rocznych spotkań uczestników – na pytanie o kryteria wybieranych dla nas filmów, pan Karol powiedział:

- *Chciałem Państwu pokazać najciekawsze zjawiska w kinie europejskim. Dlatego wybierałem filmy kręcone w ostatnim roku przez młodych reżyserów z różnych krajów. (...) Podstawowym kryterium była chęć pokazania realnych problemów społecznych, filozoficznych i obyczajowych, którymi żyją współcześni ludzie.*

Wszystkie oglądane filmy to były produkcje z bieżącego roku, wszystkie za coś nagradzane.



Nasz duchowy przewodnik, absolutny guru, ogromny autorytet filmoznawstwa, w kolejnych spotkaniach zdołał wzbogacić nasze interpretacje o plastyczne środki wyrazu i ważne elementy języka filmowego. W roku akademickim 2017/2018 oglądaliśmy: *Najlepszy*, *The Square*, *Twój Vicent*, *Cicha noc*, *Niemiełość*, *Czwarta władza*, *Trzy billboardy za Ebbing*, *Missouri*, *Dziewczyna we mgle*, *Zimna wojna*. Informacje o tych filmach znajdują się w Biuletynie nr 57 (wrzesień 2018).

Sprawozdanie z kolejnego roku pod tytułem DKF UTW 2018/2019 znajduje się w Biuletynie nr 61 (wrzesień 2019). Mowa tu o filmach *Jak pies z kotem*, *Fuga*, *Mój piękny syn*, *Roma*, *Złodziejaszki*, *Kafarnaum*, *Green Book*, *Słodki koniec dnia*, *Parasite*, *Boże Ciało*.

Covidowa epidemia przerwała spotkania w Filmowym Klubie Dyskusyjnym. W tym czasie także pan Karol wyjechał do Warszawy. Na szczęście Małopolskie Centrum Kultury „Sokół” znalazło filmoznawcę na miejsce pana Karola. Pan Filip Nowak przejął opiekę nad klubem.

W lipcu 2021 wróciliśmy do zajęć, rozpoczynając oglądanie od filmu *Minari*. W sierpniu obejrzelśmy *Na rauszu*, w październiku *Komedianci debiutanci*, w listopadzie *Moje wspaniałe życie*, a w grudniu *West Side Story*. Ten ostatni film wzbudził największe zainteresowanie, ponieważ spotkaliśmy się z kinowym musicaliem. Piękny, żywiołowy taniec, świetne piosenki, atmosfera zabawy rozruszają każdego widza. To współczesna wersja scenicznego i filmowego musicalu z roku 1961. Przy tym Steven Spielberg opowieść o miłości Amerykanina Tony’go i Portorykanki Marii wykorzystał do pokazania nadal żywotnych problemów imigrantów.

W kolejnych miesiącach (styczeń – czerwiec) mogliśmy obejrzeć filmy: *Szef roku*, *Cyrano*, *Duch śniegów*, *Szalony świat Louisa Waina*, *Rzeka*. Trudno nie zauważyć, że obracaliśmy

*Każda osobista opinia widza jest dla mnie najcenniejsza*

Filip Nowak, filmoznawca

się głównie w kręgu romantyki. *Rzeka* i *Duch śniegów* to ilustracje natury w jej uroku, sile i pierwotności, którą niszczy człowiek. Świat, który ginie, budzi smutek i żal. Swoisty portret malarza w filmie *Szalony świat Luisa Waina* także przynosi w warstwie wizualnej bogactwo barw, kształtów, wzorów. *Cyrano* to kolejny filmowy musical pełen melancholijnej muzyki, różnorodnych rytmów i sekwencji tanecznych, które długo pozostają w pamięci. Dyskusja o *Szefie roku* miała inny charakter, tu problemy były trudne i bardzo poważne. W dodatku nieobce w naszym otoczeniu.

Rok 2023 obfitował w różne gatunki. Były to filmy: *Niebezpieczni dżentelmeni* (komedia kryminalna), *Wieloryb* (dramat), *Wulkan miłości* (dokument), *Prawdziwe życie aniołów* (dramat), *Sokół maltański* (kryminał), *Chłopi* (animowany dramat filmowy), *Uśmiech losu* (romans), *Klub cudownych kobiet* (komedia).

Pana Filipa również zapytałam o kryteria wyboru filmów. Stwierdził, że jest to wypadkowa wielu czynników: odbiorcy, opinii pracowników naszego kina oraz pracowników innych placówek, dostępności filmu. – *Staram się – stwierdził – by nie były to filmy zbyt awangardowe ani zbyt schematyczne, by nie zrazić seniorów, przychodzących do kina oderwać się od rzeczywistości.*

Przygotowując wprowadzenia, korzysta – zdradził – nie tylko ze swojej wiedzy, sięga do recenzji, szuka kontekstów, porównuje oceny znajomych. Nigdy nie sugeruje, że jakaś konkretna interpretacja jest właściwa. *Każda osobista opinia widza jest dla mnie najcenniejsza – podkreślił.* (Całość wywiadu dostępna w Biuletynie nr 72, czerwiec 2023).

### **Karol Szafraniec**

Kulturoznawca-filmoznawca, absolwent Instytutu Sztuk Audiowizualnych Uniwersytetu Jagiellońskiego, animator kultury filmowej. Stały współpracownik MCK SOKÓŁ w Nowym Sączu oraz Mazowieckiego Instytutu Kultury w Warszawie. Szef Dyskusyjnego Klubu Filmowego „KOT”, którego jest regularnie prelegentem.

Prowadzący zajęcia z zakresu edukacji filmowej – zarówno autorskie, jak i będące częścią ogólnopolskich przedsięwzięć. Współtwórca Młodzieżowej Akademii Filmowej w Nowym Sączu, nominowanej do Nagród PISF 2017. Podwójny laureat Ogólnopolskiego Konkursu Prelegentów Filmowych 2011 (Nagroda Główna, Nagroda Publiczności). Kurator i pomysłodawca interdyscyplinarnych wydarzeń kulturalnych, m.in.: „Między obrazem a ekranem”, „Antonisz. Interpretacje” (w BWA SOKÓŁ) czy Festiwal Sztuk Wizualnych „Relacje” w Mazowieckim Instytucie Kultury. Poza filmem interesuje się muzyką, sztukami wizualnymi i kulturą popularną oraz niedookreślonymi obszarami pomiędzy tymi dziedzinami. Prowadzi autorski podcast „Audio/Wizualny”.

# CAŁA EUROPA ZNAŁA „SĄDECKIE ŁZY”

160. ROCZNICA POWSTANIA STYCZNIOWEGO (1863-1864)

Barbara Majkrzak



Barbara Majkrzak

**Drukarz Jan Firlej, krawiec Ignacy Plata, nauczyciel Alfred Ruciński – to tylko niektóre nazwiska sądeczan walczących w powstaniu styczniowym. W działania na rzecz walczących na terenie zaboru rosyjskiego włączyły się również sądeczanki. W Nowym Sączu powstał Komitet Dam, który zbierał dla nich pieniądze.**

Od 1795 r. Polska nie istniała na mapie Europy. Była pod zaborami trzech mocarstw: Rosji, Austrii i Prus. Dopiero w 1815 r. na terenie zaboru rosyjskiego powstał załazek polskości – Królestwo Polskie, będące jednak pod władzą cara i cieszące się tylko umiarkowaną wolnością. Niemniej, dawało to nadzieję na odzyskanie wolności.

\*\*\*

Przez wieloletni czas zaborów Polacy podejmowali heroiczne próby narodowyzwolenicze. 160 lat temu, 22 stycznia 1863 r., Manifestem Tymczasowego Rządu Narodowego rozpoczęło się powstanie styczniowe, największy w XIX w. polski zryw wyzwoleniczy, skierowany przeciwko rosyjskiemu zaborcy. Według oceny historyków podczas powstania miało miejsce ponad 1200 bitew i potyczek, a w siłach polskich służyło około 200 tys. osób. W tym czasie po raz pierwszy zastosowano koncepcje walk partyzanckich. Działaniami powstańczymi kierowali dyktatorzy powołani przez Rząd Narodowy, byli to kolejno: Ludwik Mierosławski, Marian Langiewicz i Romuald Traugutt.

Klęska powstania, jesienią 1864 r., miała daleko idące skutki dla narodu polskiego – 30 tysięcy zabitych, ponad 38 tysięcy zesłanych na Syberię, konfiskata majątków ziemskich i utrata resztek autonomii Królestwa Polskiego.

\*\*\*

Na terenie Galicji, będącej pod zaborem austriackim, nie doszło do walk powstańczych, ale mimo to sądeczanie chętnie ruszyli rodakom z pomocą. Na Sądeczynie powstało państwo podziemne, działające na rzecz walczących. W kilku miastach, także w Nowym Sączu, funkcjonowało nielegalne biuro werbunkowe dla ochotników. Do oddziałów powstańczych zgłaszali się rzemieślnicy, mieszczanie, gimnazjaliści, a także chłopci z okolicznych gmin. Biura gromadziły broń dla powstańców, jak również inne niezbędne rzeczy codziennego użytku: ubrania, żywność. Kmiecie chętnie oddawali też swoje konie dla kawalerii.

Sądeczanie walczyli m.in. pod dowództwem Dionizego Czachowskiego, którego los związał później z Nowym Sączem. Po jednej z przegranych bitew Czachowski ukrywał się w Dąbrówce. Do jego oddziału należeli: Jan Firlej (drukarz), Wiktor Przybylski, Stanisław Oleksiewicz, Bolesław Długoszewski, Edward Hass, Alfred Ruciński (nauczyciel), Jędrzej Skrzekot (ślusarz, podoficer), Gabriel Matusek, Stanisław Koller, Michał Kuczowski, Ignacy Plata (krawiec).

Z kolei pod dowództwem pułkownika Apolinarego Kurowskiego, naczelnika wojennego województwa krakowskiego, znaleźli się sądeczanie: Jan Chwalibóg, Roman Horstein z Grybowa, Jan Pacanowski z Tylicza, Władysław Runge z Nowego Sącza.

Oddziały generała Mariana Langiewicza, dyktatora powstania, zasilili natomiast m.in.: Stanisław Olechowicz (stolarz) i Julian Romański. Pozostali ochotnicy z Sądeczyny zostali wcieleni do mniejszych oddziałów, a także tworzyli własne. W historii zapisał się Oddział Ignacego Drownowskiego z Nowego Sącza oraz Oddział Chłopski, którym dowodził Kazimierz Górski z Mszalnicy.

Nie są znane losy wszystkich sądeczan walczących w powstaniu, wielu poległo na polu chwały. Znamy nazwiska niektórych z nich: Wawrzyniec



Giza z Dąbrówki Polskiej, Józef Szeligowicz z Nowego Sącza, Cyryl Wroński z Białej, Jan Chwalibóg z Nowego Sącza, Franciszek Skąpski z Muszyny.

\*\*\*

Sądeckimi bohaterami powstania styczniowego byli nie tylko mężczyźni, ale również kobiety. Po raz pierwszy w historii Polski aktywnie włączyły się w działania niepodległościowe. W Nowym Sączu powstał Komitet Dam, zwany także „Komitetem Niewiast”, który zyskał nawet akceptację Naczelnika sądeckiego obwodu. Znanymi aktywistkami tego okresu były m.in.: Albina Małecka, Józefa Błotnicka, Maria Chodacka (żona adwokata).

Od grudnia 1863 r. Komitet Kobiet podlegał pod Radę Lekarską, a jego działalność rozszerzyła się na całą Sądeczynę. W styczniu 1864 r. komitety pań funkcjonowały już w siedmiu powiatach i dwóch miastach. Kobiety zbierały pieniądze, za które kupowano broń dla powstańców, opatrunki a także odzież. Wspomagały też rodziny walczących, które pozostawały nieraz bez środków do życia. Panie nierzadko narażały życie, ukrywając również uciekinierów i rannych powstańców. Wiele kobiet brało też udział w działaniach konspiracyjnych. Znana jest zakonnica Emilia Podoska, rodem z Ochotnicy, która dostarczała na teren zaboru rosyjskiego tajne informacje powstańcom.

Sądeczanki manifestowały poparcie dla walczących również poprzez symbole. Cała Europa, solidaryzując się z powstańcami, nosiła żałobną biżuterię, nazywaną „polskimi łzami”, którą wyrabiałały sądeczanki. Nawet córka Karola Marksa zakładała polski krzyżyk.

\*\*\*

Powstanie miało bowiem pełne moralne poparcie i sympatię demokratycznej opinii publicznej Europy, w tym Karola Marksa, Giuseppe Mazziniego, Giuseppe Garibaldi, Aleksandra Herce, Michała Bakunina. Ogólna aprobata dla walk narodowowyzwoleńczych Polaków nie pozostała bez wpływu dla działań w innych krajach. Fakt, że w oddziałach powstańczych walczyli m.in.: Rosjanie, Ukraińcy, Węgrzy, Włosi (Francesco Nullo), Francuzi (Francois Rochebrune), Niemcy, Anglicy, Czesi, Słowacy, Serbowie, Austriacy, Szwajcarzy i przedstawiciele krajów skandynawskich, przyczynił się m.in. do utworzenia I Międzynarodówki. Również ówczesny papież Pius IX był życzliwy Polakom i naszym dążeniom niepodległościowym. Nazywany był „defensor Poloniae – obrońca Polski”. Z wielką uwagą śledził działania na terenie zaborów i wielokrotnie apelował o modlitwę za polski naród.



Pomnik powstańców z 1831 i 1863 w Nowym Sączu  
fot. Antoni Łopuch

31 sierpnia 1963 r. własnoręcznie napisał:

„Zaczem jest wolą Ojca Świętego, ażeby w tej okoliczności osobne zanoszono modły za nieszczęśliwą Polskę, nad którą boleję, że się stała w obecnym czasie polem krwi i mordów. Naród polski, który był zawsze katolickim i przeciw najazdom błędu za przedmurze służył, zasługuje zaiste, by się zań modlono, ażeby z klęsk trapiących go wyzwolonym został i ażeby, nie tracąc nigdy znamienia swojego, trwał na zawsze wiernym posłannictwu danemu od Boga i posłannictwu nie tylko strzeżenia lecz oraz zachowywania nietkniętej i nienaruszonej z jednomyślną zgodą wszystkich członków tego Narodu, Chorałowi Wiary Katolickiej, Wiary Ojców jego”.

\*\*\*

Bohaterowie powstania styczniowego, w tym również mieszkańcy Sądeczyny, budowali podwaliny wolnej Polski. Ich walka, choć przegrana w 1864 r., zaowocowała budowaniem tożsamości narodowej młodszego pokolenia, które wywalczyło niepodległość.

Bibliografia.

Alicja Kulecka – „Powstanie styczniowe (1863-1864). Czas walki, marzeń o wolności i niespełnionych nadziei.”

Bogdan Potoniec – „Ślady powstania styczniowego na Sądeczynie”, wyd.2016.

<https://sztetl.org.pl/pl/słownik/powstanie-styczniowe-1863-1864>

<https://pch24pl/bl-pius-ix-obronca-tradycji-przyjaciel-polski>

# UWAGA! TERAZ JA PROWADZĘ

Z Urszulą Durańską rozmawia Mariusz Szewczuk



Mariusz Szewczuk

Prowadzenie samochodu od wielu lat przestało być domeną mężczyzn. Widok kobiety kierującej tramwajem, autobusem czy ogromnym TIR-em nie jest żadną sensacją.

W naszej społeczności UTW są także kobiety kierowcy, które przejeżdżają tysiące kilometrów po polskich i zagranicznych drogach.

O swoich motoryzacyjnych przygodach opowiedziała nam Urszula Durańska, emerytowana pracowniczka służb kadrowych. Od trzech lat słuchaczka UTW.

**MS** – Bardzo często widzę cię za kierownicą. Dużo jeździsz?

**UD** – Tak. Prawo jazdy mam od 37 lat. Jeżdżę często do Warszawy, Krakowa, a także za granicę. Nie liczyłam dokładnie, ale myślę, że przejechałam w swoim życiu już jakieś 500 tysięcy kilometrów.

**MS** – Pamiętasz swoje motoryzacyjne początki?

**UD** – Prawo jazdy zdałam w 1986 roku, w Warszawie. Byłam bardzo, bardzo dumna, bo egzamin zdałam za pierwszym razem w przeciwieństwie do panów, którzy uczestniczyli w tym kursie. Przez pierwszy rok nie mieliśmy z mężem swojego samochodu. Pożyczaliśmy od teściów. A później udało się nam kupić pierwszego malucha (fiat 126p), później drugiego, dwa polonezy, jednego ford. Dziś nieprzerwanie od 2008 roku jeżdżę fordem mondeo.

**MS** – A jak wyglądała twoja pierwsza daleka wyprawa?

**UD** – To było w 1989 roku. Zostałam zmuszona do prowadzenia samochodu do Bułgarii i z powrotem.

**MS** – Zmuszona?

**UD** – Tydzień przed wyjazdem do Bułgarii

mąż złamał rękę. Pojawiły się pytania i obawy. Czy jestem w stanie przejechać 1500 kilometrów w jedną stronę. Nie wiedziałam co zrobić: dwie dzieci, maluch, przyczepka. Jeździłam raz w miesiącu godzinę – to było wtedy całe moje doświadczenie. Mimo to odważyłam się wsiąść za kółko i z przyjaciółmi z Rzeszowa wyruszyliśmy do Bułgarii. Uważam, że pojechałam do tej Bułgarii tylko dlatego, że tchnęła mnie do tego... młodość... zupełny brak doświadczenia i wyobraźni. Gdybym wiedziała, jakie czekają mnie przeszkody i trudności... Jechałam w dzień i w nocy, i chwilami nie wiedziałam, czy to droga, czy poboczne, ale gnałam cały czas do przodu. Wiedząc, że muszę rodzinę zawieźć do celu.

**MS** – Lata 80. to były trudne czasy. Mało kto myślał o podróżowaniu. Jak przygotowywaliście się do tak dalekiej podróży?

**UD** – Wykupiliśmy wczasy w biurze podróży. Stracilibyśmy dużo pieniędzy, gdybyśmy zrezygnowali. Mieliśmy zapakowane w samochodzie całe stopy jedzenia, termosy. Przez pół roku gromadziliśmy kartki na mięso, żeby kupić konserwy. W maluchu z przyczepką byliśmy w stanie zapakować mały namiot, śpiwory, żeby gdzieś po drodze przenocować, ubrania a nawet pięciolitrowy kanister z benzyną, który mąż trzymał pod nogami z przodu. Jechaliśmy przez Związek Radziecki, później jeszcze przez Rumunię. Drogi były fatalne.

Co jakiś czas na jezdnię wyskakiwały zwierzęta albo dzieci, dla których przejazd samochodu był nie lada atrakcją. Objazdy były po 100 kilometrów. Mąż po operacji obojczyka miał rękę w gipsie. Mimo to wspierał mnie w jeździe. Śledził mapę i kierował mnie to w lewo, to w prawo. Zdrową ręką zmieniał mi biegi, bo byłam tak zmordowana ciągłą jazdą. Na postoju musiałam wytargać wszystkich z samochodu, dać jedzenie, rozbić namiot, położyć do spania dzieci. Sama nocowałam w samochodzie na kierownicy, żeby pilnować tego całego dobytku. Do Bułgarii jechaliśmy dwa i pół dnia. Jak dojechaliśmy i oporządziłam dzieci, to spałam nieprzerwanie jedenaście godzin. Człowiek był jednak młody, szybko się zregenerował i korzystaliśmy z morza i dużo zwiedzaliśmy.

**MS** – Pewnie wzbudzaliście sensację?



**UD** – Kiedy opowiadaliśmy o jeździe rodzicom, to łapali się za głowę. Ale na drugi rok w tym samym składzie powtórzyliśmy wyjazd. Nie jechaliśmy już przez Związek Radziecki i Rumunię, tylko przez Węgry i Jugosławię. Z pewnością byliśmy „jakąś atrakcją”. Obok naszego pensjonatu w prywatnym domu mieszkało małżeństwo Anglików, którzy zwiedzali Europę. Przez cały czas przyglądali się naszemu maluchowi i przyczepce i dopytywali, czy mój mąż zrobił sam ten samochód, czy nie. Nie wierzyli, że jest to fabryczny produkt. Gdy opowiadałam, że przyjechaliśmy z Polski prawie 1500 kilometrów z dwójką dzieci, w wieku 4 i 8 lat, z mężem, który dodam, ma 190 cm wzrostu, to kilka razy się przeżegnali.

**MS** – Przeszłaś wtedy swoisty chrzest bojowy za kierownicą.

**UD** – Tak. Od tego momentu nie bałam się jeździć po dużych miastach, Warszawie czy Krakowie. Zostałam rzucona na głęboką wodę i wydawało mi się, że już jeżdżę od zawsze.

**MS** – Uważasz się za dobrego kierowcę?

**UD** – Czy uważam się za dobrego kierowcę? Staram się nim być. Ale nie jestem pewna, czy jestem takim superkierowcą. Na szczęście nie miałam żadnego wypadku. Dostałam dwa mandaty. Jechałam na pamięć, niezgodnie ze znakami drogowymi, które w międzyczasie się zmieniły. Ale to było 15 lat temu. Jeżdżę ostrożnie. Jeżdżę codziennie. Just, Góra Zabełcka o każdej porze roku. Troszeczkę tego doświadczenia mam, ale nie wariuję, bo wiem, że w naszym wieku orientacja jest trochę gorsza i trzeba uważać.

**MS** – Masz swój ulubiony samochód?

**UD** – Tak. Na pewno miałam sentyment – bo płakałam, jak go sprzedawałam – to był pomarańczowy maluch. Sama kupowałam go na giełdzie. Był dobry, nie psuł się nam, a jeździliśmy dużo po Polsce i za granicę, na Węgry, Słowację. Teraz lubię duże samochody. Jak wspominałam od 2008 roku jeżdżę fordem mondeo. Bardzo się do niego przywiązałam. Jest wygodny, świetnie mi się go prowadzi. Powinam go zmienić na mniejszy, bo jeżdżę sama. Ale ja się do niego przyzwyczaiłam, on się do mnie przyzwyczaił. Klepię go, dziękuję mu, rozmawiam z nim. Mówię mu: jeźdź ostrożnie, bo wiesz, że ja po ciemku nie lubię jechać. Staram się, dbam o niego. To jest mój samochód.

**MS** – Miałaś jakieś awarie, trudne sytuacje na drodze?

**UD** – Tak. Chociaż nie potrafię naprawiać, to udało mi się zmienić przebite koło w samochodzie. No prawie... Wzięłam lewarek, klucz do kół, ale dwaj panowie kierowcy zatrzymali się i mi pomogli, wszystko sprawdzili. Miałam więc dwóch asystentów.

**MS** – Czyli kobiecie kierowcy jest łatwiej na drodze?

**UD** – Tak. Zdecydowanie. Chociaż miałam szczęście do samochodów i nie miałam awarii. Ojejku, wstyd, ale się przyznam. Wstyd i jeszcze raz wstyd. Dużo jeździłam do pracy i po mieście, i któregoś dnia na środku ulicy Żółkiewskiego w Nowym Sączu pyr, pyr... i samochód stoi. Patrzę na deskę rozdzielczą i rany boskie, paliwo się skończyło. No i co zrobić?

**MS** – I co zrobiłaś?

**UD** – Zadzwoiłam do męża, później do syna, ale obydwoj byli poza Sączem. Nikt nie mógł mi pomóc. Zapukałam do pierwszego lepszego domu. Mężczyzna wyszedł, ale powiedział, że nie może mi pomóc, bo w fordzie jest specyficzny wlew do paliwa i wymaga specjalnej końcówki, lejka. Oczywiście przekopałam w samochodzie wszystko, ale nie znalazłam nic takiego. I ze śmiechem skończyło się na wezwaniu lawety. Na szczęście miałam wykupioną taką usługę w ubezpieczeniu. Po przyjechaniu lawetą na stację benzynową, nie obyło się bez śmiechów, docinków i politowania ze strony panów, komentujących, że mężczyźni taki przypadek by się nie zdarzył, że samochód nie jeździ na wodę itp. Mężowi przyznałam się dopiero po tygodniu.

*Fot. Arch. Urszuli Durańskiej*





# POWITANIE WIOSNY

Barbara Gieroń

Kiedy przemija zima i dni stają się dłuższe, nadlatują pierwsi ptasi migranci. Najwcześniej, bo niekiedy nawet w lutym, przyfruwają skowronki. Heroldowie poranka, zegary rolnika, niestrudzenie umilający intensywnym podniebnym świergotem prace wiosennych siewców. Skowronki, święte ptaki Gallów, patroni dobrej wróżby, zwycięstwa i szczęścia. Według Micheleta, śpiewacy nadziei, radość zesłana na pociechę ziemi. Dla mistyków posłańcy radosnej modlitwy, zanoszonej do stóp Stwórcy. Dlatego pieczone skowronki, aż do epoki oświecenia, ceniono ze względów religijnych. Świergotały tak blisko nieba, że smakosze tych niepozornych ptaszków mieli nadzieję, iż za ich pośrednictwem łatwiej dostąpią zbawienia.

Wiosenny świergot, szum wzbierających strumieni i letni wietrzyk inspirowały do zapisu tych dźwięków wielu kompozytorów. Antonio Vivaldi w „Porach roku” z opusu 8. nr 1-4 posłużył się literackim komentarzem w postaci sonetów nieznanego autora. W koncercie nr 1 E-dur „Wiosna” cytat z sonetu ogłasza: „Wiosna nadeszła już”, a „opisowe” szczegóły w utworze odtwarzają solowe wstawki instrumentalne, podczas gdy zasadniczy nastrój przekazują krótkie, kilkutaktowe ustępy muzyczne, wykonywane przez orkiestrę. Wsłuchując się w „Wiosnę”, słyszymy więc śpiew ptaków, szmer wody i powiewy wiatru. Po krótkiej, gwałtownej burzy z grzmotami i błyskawicami, powraca pogodny nastrój. Na ukwieconej łące odpoczywa pasterz i jego pies (imitujące „szczekanie” altówki). Ostatnią część koncertu (allegro o charakterze siciliano) to radosny taniec wiejski, w którym biorą udział także nimfy, a z orkiestry dochodzą dźwięki dud i fujarki.

Powitanie wiosny celebrowane się w wielu krajach świata. W Polsce to tradycyjne (od XVI wieku) topienie Marzanny, słomianej kukły personifikującej odchodzącą złą zimę.

W Szwajcarii w ogromnym ognisku „pali się” – zwykle nafaszerowanego fajerwerkami, bałwana. To szesnastowieczny zuryski zwyczaj.

W Bułgarii z czerwonych i białych gałganków oraz nici motane są Martenice. Kolor czerwony symbolizuje krew i życie, biały – czystość i szczęście. Martenice mają formę laleczek, pomponików, wstążeczek, plecionek czy bransoletek, a podarowane przynoszą szczęście i pomyślność. Martenice nosi się na rękach do momentu, gdy zauważy się pierwsze kwitnące drzewo albo pierwszego wiosennego ptaka.

W Hiszpanii tradycją wiosenną jest Święto Ognia. Co roku w Walencji tworzone są rzeźby z kartonu, plastiku, wosku i drewna. W dniu św. Józefa (19 marca) płoną one na ulicach miasta. Początki święta w Walencji sięgają XVI wieku, kiedy to tutejsi cieśle postanowili uczcić swego patrona św. Józefa, paląc konstrukcje tworzone z drewnianych odpadów.

Pod koniec lutego lub na początku marca ma miejsce hinduski obrzęd Holi, który symbolizuje zwycięstwo dobra nad złem. Przy wieczornym ognisku ludzie śpiewają i tańczą, a o poranku, celebrując karnawał kolorów, obrzucają się kolorowymi farbami. Świętujący odwiedzają rodzinę, przyjaciół i wrogów, dzieląc się radością i przysmakami. Na festiwalu ludzie wybaczą błędy z przeszłości i zapominają o wzajemnie wyrządzonych krzywdach.

Tradycyjnym wiosennym zwyczajem w Japonii jest święto Hanami. Polega ono na podziwianiu piękna kwitnących drzew wiśniowych. Hanami praktykowane jest od kilkuset lat i cieszy się w Japonii tak ogromną popularnością, że jest relacjonowane przez media i wyczekiwane przez większość Japończyków, którzy w tym czasie, czyli zwykle na przełomie marca i kwietnia, decydują się nawet na krótkie urlopy.



Wiosna to temat, który przez wieki inspirował artystów. Pieter Brueghel Młodszy, doskonale rozumiejący naturę ziemi, w obrazie „Wiosna” (1622-35) ukazuje typowe przygotowania mieszczaństwa do nadchodzącej wiosny i charakterystyczne dla tej pory roku prace chłopów. To pracująca w ogrodach komunalnych społeczność, wspólnota zgromadzona podczas oporządzania ziemi i zwierząt oraz sadzenia nowej roślinności w miejskim ogrodzie, to nie tylko krzepcy mężczyźni przytwarzający do kraty winorośle, ale także tańczący w tle opowieści ludzie.

„Sad wiosną” (1886) Claude’a Moneta był niejednokrotnie uznawany za najwybitniejszy przykład ujęcia motywu wiosny spośród wszystkich podobnych dzieł impresjonistów. Sam artysta zresztą uważał wiosnę za najbardziej kreatywną porę roku, a scena zlokalizowana w sadzie jabłoni, z niezwykle sklepieniem tworzonym przez koronę drzewa, zdaje się rozświetlać płótno.

Kwitnące drzewa były wyjątkowe dla wielu artystów, także dla Vincenta van Gogha. Reprezentowały przebudzenie i nadzieję. Wiosną w Arles w 1888 roku artysta namalował trzy „kwitnące” obrazy: „Różowy sad”, „Kwitnące różowe drzewo brzoskwińowe” i „Biały sad”.

Leon Wyczółkowski to jeden z najbardziej docenianych artystów okresu modernizmu. „Wiosna – Wnętrze Pracowni Artystycznej”, namalowana w 1933 roku, prezentuje wnętrze wiejskiego dworku należącego do artysty. Lekkość muśniętej wiatrem firanki i widok z okna wprost na kwitnące owocowe drzewo to kadr ukazujący słodycz wiosennej aury, pełnej jasnego światła, świeżości oraz sielskiego piękna wiejskiej przyrody.

Na przestrzeni wieków stworzono wiele przepięknych obrazów kwitnących łąk, ogrodów,

gazonów i bukietów. Ale przed jednym zatrzymują się od wieków pokolenia, choćby po to, by spierać się o jego alegoryczne przesłanie. To „Primavera” Sandro Botticellego, arcydzieło powstałe około 1477-78 roku, a wystawiane we Florencji w Galerii Uffizi. Merkury przegania chmury, będące symbolem zasłony skrywającej prawdę, a może tylko, rozpraszając ostatnie obłoki, przyspiesza nadejście Wiosny. Postaci wprowadzanej przed oblicze Wenery (Wenus) przez Floreę i Zefira, a fruujący Kupido mierzy z łuku (miłości?) do trzech płasających Gracji. Zefir, wiatr zwiastujący pogodę, bierze w posiadanie Chloris (jałową ziemię), aby przemienić ją w bujną Floreę, będącą symbolem samej Wiosny. Najwyższą harmonię piękna i cnoty, wysławianą przez humanistów, nie mającą nic wspólnego z miłością cielesną, lecz skierowaną w stronę miłości niebiańskiej, reprezentuje tylko Wenus. Na obrazie Botticellego zidentyfikowano około czterdziestu gatunków kwiatów. To między innymi hiacynty, fiołki, bławatki, przetaczniki, barwinek, ciemiernik czy podbiał pospolity. Wiele z nich to najnowsze odkrycia epoki.

Wdychając świeżość wiosny i wspominając biblijną „Pieśń nad pieśniami”, niejednen człek mógłby powiedzieć: „Wstań, przyjaciółko moja piękna, chodź, bo oto minęła zima, ukazały się kwiaty, nadszedł czas przycinania winorośli, słyhać gruchanie synogarlicy, a figa wypuściła już owoce (2, 10-14)”.

#### Bibliografia:

Władysław Kopaliński, „Słownik symboli”, Wiedza Powszechna, Warszawa 1991,

Maria Luiza Rizzatti, „Geniusze sztuki Botticelli”, Krajowa Agencja Wydawnicza, 1989 (tłum. Barbara Toeplitz-Kaczmarek),

Teresa Chylińska, Stanisław Haraschin, Bogusław Schaffer, Przewodnik Koncertowy, Polskie Towarzystwo Muzyczne, 1980.





# HALO! TU WIOSNA!

Maria Halina Starzyk



**„Nie czekaj, aż ktoś przyniesie ci kwiaty, zasadź swój ogród i udekoruj własną duszę”** – to słowa amerykańskiego hodowcy roślin Luthera Burbanka.

Kierując się tym przesłaniem, Stanisława Sobczyk chce się z nami podzielić swoją pasją do uprawy ogrodu. Niewielka działka wokół domu pozwoliła jej, nie zważając na utrapienia ogrodników: deszcze, grad, ślimaki i silne wiatry, wyczarować pachnącą roślinną paletę barw. Ma więc czym się pochwalić – bierze udział w konkursach „Nowy Sącz miastem kwiatów i zieleni”.

– **„Chcąc stworzyć najmniejszy ogród potrzeba czasu, cierpliwości i miłości do kwiatów, krzewów, traw, ziół, warzyw i owoców”** – mówi.

Idzie wiosna, może więc by tak coś zasiać lub posadzić? Na malutkim balkonie, na parapecie, może przed blokiem? Rośliny „udekorują” duszę, a świat wokół nas będzie piękniejszy.

*Rośliny „udekorują” duszę, a świat wokół nas będzie piękniejszy*





# WARTO WIEDZIEĆ!

Maria Baran

## **W Nowym Sączu działa Centrum Opiekuńczo-Mieszkalne, które daje wsparcie osobom z niepełnosprawnościami i ich opiekunom.**

Centrum zostało utworzone w ramach programu „Centra opiekuńczo-mieszkalne” Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej, realizowanego ze środków Funduszu Solidarnościowego i stanowi formę wsparcia dla osób z niepełnosprawnościami i ich rodzin. Korzystający z pobytu w Centrum mają zapewnioną opiekę, a ich opiekunowie, którzy zajmują się nimi na co dzień, otrzymują dzięki temu wsparcie umożliwiające im realizację własnych codziennych aktywności. Otwarcia Centrum w Nowym Sączu przy ul. Nawojowskiej 159 B (obok Domu Pomocy Społecznej) dokonał 30 stycznia br. Ludomir Handzel, prezydent miasta. Celem działalności Centrum Opiekuńczo-Mieszkalnego jest zapewnienie dziennej oraz całodobowej opieki i aktywizacji dorosłych osób niepełnosprawnych w stopniu znacznym lub umiarkowanym. Z pobytu w Centrum mogą korzystać szczególnie osoby z niepełnosprawnością ruchową, niepełnosprawnością intelektualną, schorzeniami narządu wzroku, słuchu, mowy lub chorób układu krążenia, osoby niesamodzielnie wymagające stałej opieki.

Nowosądeckie Centrum posiada 20 miejsc, w tym:

- 4 miejsca na opiekę całodobową, tj. 24 h/dobę przez siedem dni w tygodniu przez cały rok,
- 16 miejsc na opiekę dzienną przez pięć dni w tygodniu przez osiem godzin dziennie (8-16). Dostępne jest 1 miejsce w ramach opieki wychowawczej, z której skorzystać może opiekun osoby z niepełnosprawnościami.

Pobyt w Centrum Opiekuńczo-Mieszkalnym jest pobytem czasowym i w zależności od sytuacji materialno-bytowej korzystającej osoby – pobytem odpłatnym. Nabór do Centrum odbywa się w oparciu o ustawę o pomocy społecznej i prowadzony jest przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Nowym Sączu. Informacje na ten temat znajdują się na stronie [www.mops.nowysacz.pl](http://www.mops.nowysacz.pl). Szczegółowe informacje dotyczące pobytu w Centrum Opiekuńczo-Mieszkalnym można uzyskać telefonicznie pod numerem: 18 444-36-23 lub 18 444-36-24, bezpośrednio w siedzibie Centrum Opiekuńczo-Mieszkalnego oraz siedzibie Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej ul. Grunwaldzka 59A, 33-300 Nowy Sącz, Punkt Pierwszego Kontakt, pokój 1.1 (parter).

Szczegółowe informacje na powyższe tematy można znaleźć na stronie internetowej [www.mops.nowysacz.pl](http://www.mops.nowysacz.pl).

<https://nowysacz.naszemiastop/>



# SENIOR – REPORTER

Maria Halina Starzyk

Podsumowaniem prac uczestników warsztatów „Senior fotovideo reporter”, zorganizowanych w ramach projektu „Dziennikarze obywatelscy – sądeccy seniorzy”, była wystawa fotografii. Dzięki przychylności dyrekcji i pracowników Sądeckiej Biblioteki Publicznej można ją było zwiedzać w zabytkowej piwnicy przy ul. Franciszkańskiej od 10 do 19 stycznia br.

Na ścianach zawisło jedenaście tablic; po jednej dla każdego z prezentujących swoje najlepsze prace. W wystawie udział wzięli: Józef Bartkowski, Elżbieta Cabak, Barbara Cisowska, Alicja Długosz, Barbara Gieroń, Halina Kacprzycka, Elżbieta Kluz, Sława Salej, Ewa Szymańska, Cecylia Wochnik i Stefania Woźniak. Wernisaż, na którym otwarcia wystawy dokonał dyrektor biblioteki Marek Rylewicz w towarzystwie prowadzącej warsztaty Barbary Bielak-Wójtowicz i wiceprezes Zarządu SUTW Jadwigi Banach, zgromadził wielu miłośników fotografii.

Zajęcia, których program ustaliła Katarzyna Bielak-Wójtowicz, w dużym stopniu były nakierowane na tworzenie fotograficznych reportaży. Grupowe spacerowanie po Nowym i Starym Sączu pozwoliły na uchwycenie ciekawych momentów. Ich efektem były reportaże złożone z kilku zdjęć, których tematem były np. zbliżające się święta Bożego Narodzenia, wyjście na sanki, jesienno spacer i zwykłe sceny uliczne z obu miast.

Sięgano też po inne tematy, jak np. warsztaty koronczarskie, przedświąteczny kiermasz czy konferencja naukowa. Zdjęcia zarówno kolorowe jak i czarno-białe pokazały różnorodność zainteresowań oraz wrażliwość autorów na życie miasta, ludzi i otaczający świat. Chwytając chwile i utrwalając je na fotografii, potrafili z nich stworzyć interesującą całość. Ciekawą formą było kilka autoportretów – postrzeganie samych siebie, czasem w sposób przewrotny.

Pozytywna ocena, którą wystawiła biorącym udział w warsztatach fotograficznych prowadząca zajęcia Katarzyna Bielak-Wójtowicz, i ciepłe przyjęcie przez zwiedzających ośmieliły niektóre ich uczestniczki do wzięcia udziału w konkursie fotograficznym „Tak było – Nowy Sącz 2023”, organizowanym przez Sądecką Bibliotekę Publiczną w Nowym Sączu. Zarówno Barbara Cisowska jak i Barbara Gieroń zajęły III miejsca w swoich kategoriach; także prace pozostałych uczestniczek znalazły się na wystawie w zabytkowych piwnicach biblioteki.

Należy mieć nadzieję, że zarówno uczestnicy warsztatów „Senior fotovideo-reporter”, jak i biorący udział w projekcie „Sądeccy Seniorzy Wirtu@lnie”, zakończonym wydaniem kalendarza na rok 2024, wzbogacą swoimi zdjęciami i fotoreportażami Biuletyn, przyczyniając się do jego atrakcyjności.





# WERNISAŻ WYSTAWY FOTOGRAFII REPORTERSKICH

2024-01-10 SBP Nowy Sącz  
Fot. SBP Nowy Sącz, Jadwiga Banach

"SENIOR FOTOVIDEO REPORTER"  
WYSTAWA FOTOGRAFII REPORTERSKICH WYKONANYCH W RAMACH PROJEKTU  
PN. DZIENNIKARZE OBYWATELSKY - SADECCY SENIORZY





# SENIOR - REPORTER

Fot. Elżbieta Cabak 1-4  
Fot. Barbara Gieron 5-9

