ISSN: 1897-841X 11/2020 (191)

przewodnik

Polski Związek Niewidomych Okręg Podkarpacki

Tyle jesteś wart, ile drugiemu pomożesz – jeśli możesz

2 listopada – Zaduszki – Dzień poświęcony Wszystkim Zmarłym

Spis treści:

- Listopad 2020 – calendarium ..... str. 3
- Pod dyskretną opieką Opatrzności ..... str. 11
- Tracimy wzrok i co dalej? cz. 3 ..... str. 18
- Przy zachowaniu wszelkich rygorów i obostrzeń ..... str. 22
- Witryna poetycka ..... str. 25

***07 października 2020** r. – w Zamościu odeszła do Wieczności*

Śp. Zofia Zdeb

*(ur. **25. 08. 1943** r. – zm. **07. 10. 2020** r.)*

Do Wieczności odeszła Kobieta Wielkiego Formatu – wspaniała Koleżanka, uczestniczka wielu przedsięwzięć zainicjowanych przez aktyw lubaczowskiej struktury PZN, jak też ZO Podkarpackiego PZN, kilkakrotny członek władz macierzystego ZK, była członkini OKR.

Była Osobą powszechnie lubianą, szanowaną i mile widzianą w każdym towarzystwie, momencie, i czasie … m.in. i z tychże względów, i powodów, będzie nam Jej bardzo brakowało na każdym odcinku naszego życia!

Cześć Jej Pamięci!

Miesięcznik Okręgu Podkarpackiego Polskiego Związku Niewidomych

Wydawca: Zarząd Okręgu Podkarpackiego PZN w Rzeszowie

Skład redakcji:

Redaktor Naczelny, koordynator: „Zygflor” – Zygmunt Florczak

Opracowanie graficzne okładki i skład: Anna Hojnacka

Współpracują:

Anna Topa, Ewa Bednarczyk, Zuzanna Ostafin, Maria Słowik

Adres siedziby redakcji: 35-045 Rzeszów, ul. Hetmańska 9

tel. (017) 85 24 738, fax. (017) 86 22 328

e-mail: sekretariat@pzn.rzeszow.pl

www. http://pzn.rzeszow.pl/czasopisma/

Listopad

Listopad w naszej strefie klimatycznej, to czas zamierania przyrody, ostatecznego odbarwienia się liści drzew, krzewów i traw oraz częstych przymrozków, które wraz z silnymi wiatrami przyczyniają się do zamierania i ogołocenia jeszcze nie tak dawno ożywionej przyrody. W związku z tym ten czas, to *„główny sprzątający”* w roku tak w wydaniu ludzkim *(wymusza sprzątanie posesji i cmentarzy)* jak i przyrody, która swoimi narzędziami – wiatrem i deszczem – wszystko, co może usuwa gdzieś w dzikie chaszcze i zakrzewienia.

Listopad, wedle używanego w Polsce kalendarza gregoriańskiego, to przedostatni miesiąc w roku liczący 30 dni, a swą nazwę wywodzący od opadających jesienią liści (czeska nazwa miesiąca *listopad*, ukraińska *листопад).*

Jego łacińska nazwa – **November** – *(wedle kalendarza rzymskiego był to dziewiąty miesiąc w roku)* została zapożyczona przez większość języków europejskich i pod takową funkcjonuje.

W te dni niejednemu *z* nas po głowie przemyka kamedulski zwrot Memento mori *(łac. pamiętaj o śmierci*) uzmysławiający nam, że nijak nie uda nam się jej uniknąć.

W tym roku – aż do bólu – tę prawdę unaoczniła nam szalejąca od grudnia ub. r. na naszej planecie, a „wykluta” gdzieś w środkowych Chinach „zaraza” – ogólnoświatowa pandemia – roboczo ochrzczona nazwą koronawirus COVID-19 – która już na wszystkich kontynentach pochłonęła setki tysięcy istnień ludzkich.

Powyżej przytoczona łacińska sentencja oraz tegoroczne traumatyczne przeżycia (największe od zakończenia II Wojny Światowej), które wręcz „do góry nogami” przewróciły nasze dotychczasowe życie, tak w wymiarze osobistym, społecznym, jak i gospodarczym, aż do bólu uzmysławiają nam naszą śmiertelność oraz doczesność.

Aż do bólu trzewi podkreśla to obchodzone początkiem listopada Święto Wszystkich Świętych oraz poświęcony wszystkim Zmarłym – Dzień Zaduszny.

*Niegdyś ową uroczystość obchodzono **13 maja** (na przednówku), ale z mocy decyzji papieża **Grzegorza III** z roku **731** od tamtego czasu owe wspomnienie obchodzimy w dniu **1 listopada**. Prawdopodobnie powodem*

decyzji były trudności z wyżywieniem rzesz pielgrzymów przybywających do Rzymu na wiosnę.

*W roku **837** papież **Grzegorz IV** rozporządził, „Aby odtąd **1 listopada** był dniem poświęconym pamięci nie tylko męczenników, ale wszystkich świętych Kościoła katolickiego".*

*W chrześcijaństwie obchody **Dnia Zadusznego** zapoczątkował w roku **998** św. **Odilon** – opat z **Cluny** – jako przeciwwagę dla pogańskich obrządków ku czci zmarłych. Na dzień modłów za dusze zmarłych – stąd nazwa „Zaduszki" – wyznaczył pierwszy dzień po Wszystkich Świętych. W XIII wieku tradycja rozpowszechniła się w całym Kościele katolickim. W polskim Kościele katolickim Dzień Zaduszny ma rangę wspomnienia obowiązkowego, jako **wspomnienie wszystkich wiernych zmarłych**.*

Ludowe mądrości charakteryzujące ten czas:

- ***W listopadzie goło w sadzie.***
- ***W listopadzie – jak na autostradzie.***
- ***Grzmot listopada dużo zboża zapowiada.***
- ***Deszcze listopadowe budzą wiatry zimowe.***
- ***Jaka pogoda listopadowa, taka i marcowa.***
- ***Miną Wszyscy Święci – mróz się w polu kręci.***
- ***Święty Marcin na siwym koniu ku nam jedzie.***
- ***Jak się Katarzyna głosi, tak się Nowy Rok nosi.***
- ***W połowie listopada deszczy, to u połowie stycznia trzeszczy.***
- ***Gdy św. Andrzej ze śniegiem przybieży, to sto dni na polu leży.***
- ***W listopadzie liście opadają, a ludzie znicze na grobach stawiają.***

W najbliższe dni będziemy wspominać:

1 listopada – Wszystkich Świętych

Wedle tradycji od stuleci w tym dniu gromadzimy się nad mogiłami naszych przodków, aby w wielopokoleniowym gronie bliższej oraz dalszej rodziny naszym bliskim zmarłym oddać należną im cześć. Ten wymuszony czas zastanowienia zmusza nas do refleksji nad istotą ludzkiego życia i nieuchronnością praw natury. Obecnie praktykowany przez nas zwyczaj odwiedzania cmentarzy i palenia świec na grobach wykracza poza sferę przekonań religijnych. Uroczystość Wszystkich Świętych łączy w sobie wielowiekową obrzędowość pogańską z tradycją dwóch świąt kościelnych.

1 listopada 1705 r. – król **August II Mocny** ustanowił **Order Orła Białego** – obecnie najwyższe odznaczenie państwowe w Rzeczypospolitej Polskiej.

1 listopada 1918 – to początek **Bitwy o Lwów 1918–1919** *(w polskiej historiografii określanej jako **Obrona Lwowa**)* – polsko-ukraiński konflikt zbrojny o Lwów trwający od 1.XI.1918 r. do 22.V.1919 r. zakończony zniesieniem ukraińskiego okrążenia.

2 listopada – Dzień Zaduszny – poświęcony pamięci wszystkich zmarłych. W **Zaduszki** zaświadczamy naszą pamięcią o tych, którzy odeszli od nas na zawsze. W ten dzień wspominamy bliskich, znajomych i przyjaciół – i to bez względu na wyznawany światopogląd – jednocześnie snując refleksję nad przemijaniem i nicością doczesności.

2 listopada 1920 r. – czyli przed **100-**laty – w amerykańskim mieście Pittsburgh rozpoczęła nadawanie **pierwsza** w historii **publiczna stacja radiowa**.

2 listopada 1918 r. – został powołany **Związek Harcerstwa Polskiego** (**ZHP**) – największa organizacja społeczno-wychowawcza w Polsce skupiająca dzieci, młodzież i dorosłych, której celem było – i jest – wychowanie wartościowych obywateli Polski.

3 listopada – Dzień św. Huberta – Święto Myśliwych

Od tego dnia od stuleci w Europie rozpoczyna się sezon łowiecki, którego największe nasilenie ludzie lasu przeżywają zimą.

3 listopada 1920 r. – urodził się **Maciej Aleksy Dawidowski** – pseud. „Alek" – podharcmistrz Szarych Szeregów, żołnierz AK, uczestnik akcji usunięcia niemieckiej tablicy z pomnika Mikołaja Kopernika, bohater książki Aleksandra Kamińskiego „Kamienie na szaniec" *(zm. 1943 r.).*

4 listopada 1950 r. – w Rzymie została uchwalona **Europejska Konwencja Praw Człowieka**, która m. in. gwarantuje: prawo do życia, wolności i bezpieczeństwa osobistego, wolności myśli, sumienia, wyznania i wypowiedzi.

4 listopada 1956 r. – rozpoczęła się **interwencja** 58 tysięcy żołnierzy wojsk radzieckich **w celu stłumienia Powstania Węgierskiego**. Walki trwały do 10 listopada. W ich trakcie zginęło 2500 osób, 20 tyś. aresztowano, a ponad 200 tyś. Węgrów emigrowało.

5 listopada 1370 r. – zmarł **Kazimierz III Wielki** – ostatni król Polski z dynastii Piastów.

5 listopada 1960 r. – zmarł **Mack Sennett** – właśc. Michael Sinnott – amerykański reżyser i producent filmowy, „Król komedii” kina niemego *(ur. 1880 r.).*

6 listopada 1838 r. – urodził się **Bronisław Radziszewski** – chemik, rektor Uniwersytetu Lwowskiego, autor cenionych prac z zakresu chemii organicznej *(zm. 1914 r.).*

6 listopada 1948 r. – w Stoczni Gdańskiej zwodowano pierwszy pełnomorski statek towarowy „**Sołdek**”. Imię otrzymał od nazwiska budującego przodującego stoczniowca Stanisława Sołdka.

7 listopada 1910 r. – urodził się **Teodor Peterek** – piłkarz, reprezentant Polski, w latach 1931-1938, mistrz Polski, król strzelców *(zm. 1969 r.).*

7 listopada 1917 r. – wybuch **Rewolucji październikowej w Rosji** – według terminologii sowieckiej – **Wielkiej Socjalistycznej Rewolucji Październikowej** – zbrojnego przewrotu trwającego od nocy z 24 października?**/**6 listopada 1917 na 25 października?**/**7 listopada 1917, do godziny drugiej w nocy 26 października?**/**8 listopada 1917, gdy został opanowany przez oddziały bolszewickie Pałac Zimowy, a członkowie Rządu Tymczasowego aresztowani.

Określenie „październikowa” na rewolucję bolszewicką jest stosowane ze względu na miesiąc rozpoczęcia przewrotu. W Rosji przed bolszewickiej obowiązywał **kalendarz juliański**, więc zgodnie z tą rachubą czasu przewrót rozpoczął się w nocy z **24** na **25 października**; zaś wedle **kalendarza gregoriańskiego** z **6** na **7 listopada**.

8 listopada 1620 r. – bitwa na **Białej Górze**, zwycięstwo wojsk habsburskich nad czeskimi. Bitwa przyniosła katastroficzne konsekwencje dla Czechów i państwa czeskiego.

8 listopada 1900 r. – urodziła się **Margaret Mitchell** – *właśc. Margaret Munnerlyn Mitchell Marsh* – amerykańska pisarka, autorka nagrodzonej Nagrodą Pulitzera powieści *„Przeminęło z wiatrem” (zm. 1949 r.).*

9 listopada 1950 r. – urodził się **Joorgos Skolias** – polski wokalista i kompozytor greckiego pochodzenia, m. in. członek zespołów: Krzak, Dżem, Osjan.

9 listopada 1970 r. – zmarł **Charles de Gaulle** – francuski polityk, premier i prezydent Francji, generał, teoretyk wojskowości, w czasie II Wojny Światowej przywódca Wolnej Francji *(ur. 1890 r.).*

10 listopada 1950 r. – władze komunistyczne aresztowały zastępcę dowódcy Armii Krajowej – generała **Augusta Emila Fieldorfa** ps**. „Nil**".

10 listopada 1980 r. – Sąd Wojewódzki w Warszawie zarejestrował Niezależny Samorządny Związek Zawodowy „**Solidarność**".

11 listopada 1918 r. – nastąpiło **przekazania władzy** przez Radę Regencyjną **Józefowi Piłsudskiemu**.

11 listopada – to **Narodowe Święto Niepodległości.**

Po **123** latach niewoli 11 listopada 1918 r. – **Polska odzyskała niepodległość**. Na pamiątkę tego wydarzenia – od **1937** r. – dzień **11 listopada** jest **polskim świętem narodowym.**

11 listopada 1930 r. – urodził się **Tadeusz Nowak** – pisarz i tłumacz, autor powieści *„A jak królem, a jak katem będziesz" (zm. 1991 r.).*

12 listopada 1980 r. – amerykańska sonda VOYAGER 1 wykonała pierwsze zdjęcia **pierścieni Saturna**.

12 listopada 2010 r. – zmarł **Henryk Mikołaj Górecki** – kompozytor muzyku klasycznej, autor *„Symfonii pieśni żałosnych" (ur. 1933 r.).*

13 listopada 1806 r. – urodziła się **Emilia Plater** – hrabianka, honorowy kapitan Wojska Polskiego w czasie Powstania Listopadowego *(zm. 1831 r.).*

13 listopada 1943 r. – urodził się **Włodzimierz Korcz** – kompozytor, pianista, dyrygent. Jego piosenki, to m. in.: *„Gdzie ci mężczyźni", „Och życie, kocham cię nad życie"* i inne.

14 listopada 1840 r. – urodził się **Claude Monet** – francuski malarz, jeden z twórców impresjonizmu. Jego obrazy: *„Impresja", „Wschód słońca", Nenufary" (ur. 1926 r.).*

14 listopada 1990 r. – zmarł **Adolf Rudnicki** – właśc. Aron Hirschhorn – pisarz pochodzenia żydowskiego, żołnierz AK, powstaniec warszawski *(ur. 1909 r.).*

14 listopada – to Światowy Dzień Cukrzycy.

15 listopada 1670 r. – zmarł **Jan Amos Komenský** – czeski pedagog, filozof, reformator i myśliciel protestancki, senior generalny braci czeskich w latach 1648-1670, przejściowo mieszkaniec Leszna *(ur. 1571 r.).*

15 listopada 1916 r. – w szwajcarskim mieście **Vavey** zmarł **Henryk Sienkiewicz** – pisarz, publicysta, laureat Nagrody Nobla *(ur. 1846 r.).*

15 listopada 1920 r. – utworzono **Wolne Miasto Gdańsk**.

16 listopada – to **Międzynarodowy Dzień Tolerancji.**

16 listopada 1603 r. – urodził się **Klemens Kordecki** – imię zakonne **Augustyn** – przeor klasztoru Paulinów na Jasnej Górze; w 1655 r. obrońca klasztoru przed wojskami szwedzkimi *(zm. 1673 r.).*

16 listopada 1950 r. – urodziła się **Marzena Trybała** – aktorka i piosenkarka. Grała w filmach: *„Wszystko, co najważniejsze", „Korczak", „Roman i Magda".*

17 listopada 1370 r. – **Ludwik Węgierski** z dynastii Andegawenów – wnuk Władysława Łokietka – został królem Polski.

17 listopada 1780 r. –zmarł **Bernardo Bellotto**, zwany **Canaletto** – włoski malarz tworzący głównie w Polsce, nadworny malarz króla Stanisława Augusta Poniatowskiego, autor 30 widoków Warszawy *(ur. 1721 r.).*

1**8 listopada 1626** r. – po **120** latach budowy papież **Urban VIII** konsekrował nową **bazylikę św. Piotra** w Watykanie – przez 400 lat największy kościół na świecie.

18 listopada 1860 r. – urodził się **Ignacy Jan Paderewski** – wybitny pianista, a także polityk – minister spraw zagranicznych i premier RP *(zm. 1941 r.).*

19 listopada 1190 r. – założono Zakon Szpitala Najświętszej Marii Panny Domu Niemieckiego w Jerozolimie **(Krzyżacy).**

19 listopada 1920 r. – urodził się **Janusz Kłosiński** – aktor, reżyser; filmy: *„Ogniomistrz Kaleń", „Niespotykanie spokojny człowiek*", seriale: „Janosik", *„Czterej pancerni i pies" (zm. 2017 r.).*

19 listopada 2019 r. – w Sali nr. 212 Urzędu Marszałkowskiego w Rzeszowie przy ul. Cieplińskiego 4 zrealizowano **XXI Okręgowy Zjazd Delegatów Okręgu Podkarpackiego Polskiego Związku Niewidomych** w Rzeszowie. W wyniku wyborów kluczowe pozycje w naszym Związku nadal sprawują te same osoby na czele z prezesem Ryszardem Cebulą.

20 listopada 1900 r. – w Bronowicach k. Krakowa odbyło się **wesele** poety **Lucjana Rydla** i chłopki **Jadwigi Mikołajczykówny**, które zainspirowało Stanisława Wyspiańskiego do napisania dramatu „Wesele".

20 listopada 1910 r. – zmarł **Lew Tołstoj** – rosyjski pisarz, dramaturg i publicysta, przedstawiciel realizmu w literaturze; jego dzieła: *„Wojna i pokój”, „Anna Karenina”, „Hadżi Murat” (ur. 1828 r.).*

21 listopada 1620 r. – pierwsi koloniści angielscy na statku „Mayflower” dotarli do Ameryki Północnej.

21 listopada 1916 r. – zmarł **Franciszek Józef I Habsburg** – cesarz Austrii i król Węgier. Panował przez 69 lat, jego żoną była Elżbieta „Sissi” *(ur. 1830 r.).*

22 listopada 1940 r. – urodził się **Terry Gilliam** – amerykański aktor i reżyser filmowy, członek grupy „Latający Cyrk Monty Pythona”. Grał w filmach: *„Jabberwocky”, „Żywot Briana”, „Brazil”, „Fisher King”, „12 małp”.*

22 listopada 1940 r. – urodził się **Andrzej Żuławski** – reżyser i scenarzysta filmowy. Nagrał filmy: *„Diabeł”, „Na srebrnym globie” (zm. 2016 r.).*

23 listopada 1860 r. – urodził się **Klemens Bąkowski** – prawnik, społecznik, współzałożyciel Towarzystwa Miłośników Historii i Zabytków Krakowa *(zm. 1938 r.).*

23 listopada 1950 r. – urodził się **Mariusz Benoit** – aktor i reżyser teatralny, syn Ludwika Benoit i Marii Zbyszewskiej. Grał w filmach: *„Piłkarski poker”, „Ostatnie okrążenie”, „80 milionów” „Przeznaczenie”.*

24 listopada 1875 r. – urodził się **Xawery Dunikowski** – rzeźbiarz i malarz, autor pomnika Czynu Powstańczego na Górze św. Anny, czy Józefa Dietla w Krakowie *(zm. 1964 r.).*

24 listopada 1908 r. – urodził się **Aleksander Ford** – reżyser filmowy, współorganizator powojennej kinematografii polskiej, wykładowca w PWSF w Łodzi. Jego filmy: *„Ulica graniczna”, „Krzyżacy”, „Pierwszy dzień wolności” (zm. 1980 r.).*

25 listopada – Katarzyny – Dzień Kolejarza.

25 listopada 1910 r. – w Łodzi założono Towarzystwo Miłośników Rozwoju Fizycznego w Widzewie, dzisiejszy Klub Sportowy „Widzew” Łódź.

25 listopada 1990 r. – w historii powojennej Polski rozpoczęły się powszechne wybory prezydenckie; nie przyniosły one jednak rozstrzygnięcia – do drugiej tury przeszli **Lech Wałęsa** i **Stanisław**

Tyminski. Dopiero **9 grudnia 1990** r. na prezydenta został wybrany **Lech Wałęsa**.

26 listopada 1958 r. – urodził się **Tomasz Beksiński** – tłumacz, prezenter radiowy Polskiego Radia, dziennikarz muzyczny, z wykształcenia anglista, syn urodzonego w Sanoku Zdzisława Beksińskiego *(zm. 1999 r.).*

26 listopada 2000 r. – rozpoczął działalność **mBank** – pierwszy polski bank internetowy.

27 listopada 1620 r. – publicznie stracono niezrównoważonego psychicznie szlachcica, który 15 listopada **usiłował dokonać zamachu** na panującego króla – Zygmunta III Wazę.

27 listopada 1940 r. – urodził się **Bruce Lee** –amerykański aktor i mistrz kung-fu chińskiego pochodzenia; filmy: *„Wejście smoka", „Droga smoka" (zm. 1973 r.).*

28 listopada 1680 r. – zmarł **Giovanni Lorenzo Bernini** – włoski rzeźbiarz i architekt epoki baroku, autor kolumnady przy bazylice św. Piotra w Rzymie *(ur. 1598 r.).*

28 listopada 1820 r. – urodził się **Fridrich Engels** – niemiecki filozof, ideolog socjalizmu *(zm. 1895 r.).*

29 listopada – ANDRZEJKI – Pierwsza Niedziela ADWENTU.

29 listopada 1830 r. – w nocy z **29** na **30** – *grupa podchorążych pod dowództwem **Piotra Wysockiego** atakiem na Belweder rozpoczęła* **Powstanie Listopadowe** przeciw Rosji, które trwało do 1831 r. Po jego upadku Rosja zlikwidowała niezależność Królestwa Polskiego.

Na pamiątkę wydarzeń, które rozegrały się w 29 listopada w tym dniu w Wojsku Polskim jest obchodzony **Dzień Podchorążego**.

29 listopada 2000 r. – zmarła **Irena Anders** – aktorka, działaczka Polonii, żona gen. Władysława Andersa *(ur. 1920 r.).*

29 listopada 1990 r. – zniesiono restrykcje dotyczące sprzedaży alkoholu przed **godz. 13^{00}**.

30 listopada 1868 r. – zmarł **Hipolit Cegielski** – przemysłowiec i działacz społeczny, zwolennik pracy organicznej, założyciel fabryki narzędzi i maszyn rolniczych w Poznaniu oraz wydawca *„Gazety Polskiej" (ur. 1813 r.).*

30 czerwca 1960 r. – zmarł **Antoni Chruściel** ps. **„Monter"** – generał WP, dowódca Powstania Warszawskiego, po II wojnie światowej na emigracji *(ur. 1895 r.).*

Kończy się miesiąc, który w naszej narodowej historii i tradycji jest naznaczony wielką martyrologią, wyrzeczeniami i ofiarami.

Do tego typu tegorocznych rozważań nakłania również przytoczony we wstępie kamedulski zwrot „Memento mori", który jak żaden inny – w kontekście przeżywanej w tym roku ogólnoświatowej epidemii – nakłania i uzmysławia nam, że w każdej chwili należy liczyć się z opuszczeniem tego łez padołu…

Aby nasze zaistnienie nie poszło na marne wypada również przypomnieć „krzyk ciszy" Wielkiej Soboty, a z nią związane odnowienie naszych przyrzeczeń chrzcielnych, których przestrzeganie i zachowywanie wyjdzie na zdrowie dla naszego środowiska, społeczności, w której żyjemy i – przede wszystkim – nas samych.

Odnowienie przyrzeczeń chrzcielnych (tj. trzykrotne wyrzeczenie się złego ducha oraz trzykrotne wyznanie Wiary), to preludium Wielkiej Nocy i z Nią związanej tajemnicy Zmartwychwstania, a kiedy jest to najlepiej przypomnieć i uzmysłowić, jeśli nie w miesiącu listopadzie, w co wierząc – i czego być świadomym – czynię …

Zygflor 2020-04-11

Pod dyskretną opieką Opatrzności

– czyli –

z czterodniowej – szczęśliwie zrealizowanej pod „nową komendą" – wycieczki stalowowolskiej struktury PZN w Beskidzie Żywieckim i Śląskim … relacja …

W dniach **03 – 06 sierpnia 2020** r. Zarząd stalowowolskiej struktury PZN w powyżej zasygnalizowanym regionie kraju dzięki środkom pozyskanym z Gminy Nisko, PCPR-ów: Stalowa Wola i Nisko oraz zaangażowaniu w to przedsięwzięcie środków składkowych każdego z uczestników zrealizował czterodniową wycieczkę, o której sposobie realizacji, przebiegu oraz uzyskanych efektach wiceprezes ZK PZN w Stalowej Woli – **Anna Topa** – m. in. powiedziała:

„Jako wstęp: wydaje się, że było to dla nowo wybranego ZK – z wielu względów – najtrudniejsze i najbardziej ryzykowne, lecz prestiżowe,

wyzwanie z naprawdę wielu powodów. Nad naszym koronnym tegorocznym przedsięwzięciem – na jednej z szal – niczym miecz Damoklesa wisiał (leżał) cień i odium koronawirusa, zaś na drugiej zabezpieczone na tę imprezę, czyli wycieczkę, środki oraz olbrzymie zainteresowanie nią naszych podopiecznych – co nas dodatkowo motywowało – więc cóż było robić? Nie było wyjścia i wierząc, że wycieczka się uda podjęłyśmy się ryzyka jej realizacji, czego po czasie – udowodni to relacja – naprawdę nie żałujemy.

3 sierpnia *–to **pierwszy dzień** wycieczki. Zainaugurował ją w bardzo dobrych nastrojach wczesnoporonny wyjazd 40 – osobowej grupy naszych podopiecznych i ich opiekunów z miejsca zbiórki – zgodnie z założeniami – na południowy zachód Polski, a ściślej w kierunku Krakowa.*

Pierwszy dzień ukierunkowaliśmy na przeżycia religijne, czyli duchowe poprzez to, że – jakby „po drodze" – jadąc w region Beskidu zapragnęliśmy „zaliczyć" Łagiewniki oraz Kalwarię Zebrzydowską. Dzięki temu udało nam się doznać przeżyć religijnych w łagiewnickim Sanktuarium Bożego Miłosierdzia u św. siostry Faustyny oraz doznać tego typu religijnych i estetycznych przeżyć w leżącym opodal Sanktuarium św. Jana Pawła II.

Po kilku godzinach przeżywania religijnych uniesień i refleksji dojechaliśmy do Kalwarii Zebrzydowskiej – Sanktuarium tak mocno związanym ze świętym Janem Pawłem II. Tamże, ci co mieli siły, zaliczyli kilka etapów maryjnych dróżek, po czym pomodliliśmy się przed Cudownym Obrazem Matki Bożej Kalwaryjskiej.

Późnym popołudniem, obierając kurs na Milówkę, dojechaliśmy do znajdującego się w tej miejscowości Ośrodka Konferencyjno-Wypoczynkowego „U Kubiców", który na te dni stał się naszą bazą hotelowo-żywieniową. Po zakwaterowaniu się i spożyciu obiadokolacji – mocno umęczeni – udaliśmy się na zasłużony odpoczynek.

4 sierpnia –*to* ***drugi dzień*** *wycieczki, który zainaugurowało spożyte około godz. 8^{00} obfite śniadanie, po którym zasiadając w naszym autokarze zaczęliśmy się zaznajamiać z atrakcjami i walorami regionu, do którego przybyliśmy. Od tej chwili w poznawaniu przeciekawego regionu przez dwa dni towarzyszył nam przewodnik, z którego usługi zaczęliśmy korzystać od momentu wyjazdu do Koniakowa. To z nim rozpoczęliśmy zwiedzanie „Galerii Sztuki Regionalnej Tadeusza Ruckiego" – Galerii sztuki „Chata na Szańcach", czyli przeglądu w izbie regionalnej wszelakiej maści koronek i wyrobów tego typu rękodzieła, w czym swoimi gawędami o regionie i grą na własnoręcznie wykonanych instrumentach towarzyszył nam pan Tadeusz.*

Następny punkt dnia, to przejazd do Wisły oraz wjazd kolejką krzesełkową na szczyt skoczni im. Małysza połączony z nauką bezpiecznego korzystania z wyciągu przez osoby niewidome i słabowidzące. Doznając dreszczyku emocji mogliśmy doznać namiastki przeżyć towarzyszących skoczkom w trakcie zawodów. Z tego co zauważyłam, to wrażenia i doznania były niesamowite, więc prawie wszyscy „z duszą na ramieniu" chętnie zjechali na dół, aby kontynuować zwiedzanie Wisły. Tak więc zwiedziliśmy Galerię „Sportowe Trofea Adama Małysza" oraz wykonaną w 2001 r. czekoladową figurę najwybitniejszego skoczka w historii Polski – czyli Adama Małysza.

Po powrocie do naszej bazy żywieniowo-noclegowej i spożyciu kwaśnicy i obiadokolacji – wspólnie przy grillu – kontynuowaliśmy integrację oraz dogłębniejsze nawzajem poznawanie się, co niewątpliwie już owocuje niejednymi przyjaźniami i sympatiami. Takim refleksyjnym i pogłębionym relacjom sprzyjały regionalne – jakby przy okazji – spożywane lokalne smakołyki, które niewątpliwie przyczyniły się do wyzwolenia tego typu więzi i doznań.

5 sierpnia –*to* ***trzeci dzień*** *przeciekawej wycieczki, którą z powodu nieprzewidywalnej aury musieliśmy lekko zmodyfikować. Dobrze, że nie padał deszcz, gdyż pomimo nisko zawieszonych chmur kolejką linowo terenową w wagonikach wyjechaliśmy na górę Żar wznoszącą się nad Międzybrodziem Żywieckim jakby doznając namiastki „niebiańskiego pobytu" z powodu całkowitego utulenia szczytu chmurami, które przysłoniły nam wszystko. Żartowaliśmy, że przez chwilę gościliśmy tam, gdzie być może znajdziemy się po odejściu z tego świata. Gdyby nie chmury, to ponoć mieliśmy szansę dojrzeć obiekty elektrowni szczytowo-pompowej oraz wspaniałe, rozległe panoramy i całą trasę kolei linowo terenowej. Szczególne skojarzenia zakłócił chłód, który nam uzmysłowił, ze jeszcze jesteśmy na Ziemi i trzeba się ubrać, żeby się nie wyziębić i zmarznąć.*

Z powodu pandemii nie zwiedziliśmy Muzeum Browarnictwa; z tego powodu odbyliśmy godziny rejs statkiem po Jeziorze Żywieckim, co mile

wspominamy. Po zakończeniu „żeglugi” zajechaliśmy do Żywca, aby zapoznać się z lokalnymi atrakcjami. Podążając za naszym przewodnikiem odbyliśmy spacer po mieście w kraju – i nie tylko – kojarzonym z piwem „Żywiec”. W trakcie zwiedzania odbyło się szkolenie z orientacji przestrzennej i samodzielnego poruszania się z białą laska oraz dotyczące zasad współpracy z przewodnikiem osoby niewidomej. Zobaczyliśmy bryłę katedry, starego zamku, pałac Habsburgów i podziwialiśmy park pałacowy przy okazji wysłuchując wielu ciekawostek i informacji dotyczących tego miasta, regionu oraz jego – spokrewnionych z wieloma rodami europejskiej arystokracji – informacji o byłych właścicielach tych ziem i ich niewątpliwych gospodarczych dokonaniach i osiągnięciach.

Dzień zakończyła obiadokolacja, zaś po niej wieczorne rozmowy we wspólnym gronie, w trakcie których mogliśmy podsumować osiągnięte cele i rezultaty wspólnego wyjazdu. Uczestnicy podzielili się swoimi wrażeniami oraz doświadczeniami w radzeniu sobie z trudnościami związanymi z ubytkami wzroku.

6 sierpnia *–to* ***czwarty*** *– ostatni –* ***dzień*** *naszej wycieczki, który jak zwykle zainaugurowało śniadanie, zaś po nim pakowanie i opuszczanie naszego pensjonatu.*

Pragnąc jeszcze w ostatnim dniu urozmaicić powrót do domu – jako organizatorki wycieczki, wykorzystując jeszcze istniejące zasoby finansowe relacjonowanego przedsięwzięcia – zainwestowałyśmy w bilety wstępu i wraz z naszymi podopiecznymi wstąpiłyśmy do istniejącego od 2007 r. Parku Miniatur „Świat Marzeń” położonego na trasie naszego powrotu do domu we wsi Inwałd. W kraju obiekt słynie z tego, że znajdują się w nim

modele obiektów architektonicznych z całego świata, także z Polski; między innymi takie budowle jak: Świątynia Akropolu, Koloseum, Krzywa Wieża w Pizie i inne. Oprócz tego jest tu duży rodzinny lunapark, czyli wesołe miasteczko – inaczej park rozrywki, a w nim obiekty do grupowej zabawy typu „pływający statek" ruchome smoki, warownie i inne tego typu ruchome i stałe obiekty idealnie nadające się do wielogodzinnego w tym miejscu spędzania czasu przez dzieci i dorosłych; słowem: przez całe rodziny. Wydaje się, że postój w tym miejscu był niezwykle trafionym i celowym, ponieważ ludzie – niczym dzieci – spędzali go rozrywkowo, czyli wesoło i na luzie.

W Inwałdzie zjedliśmy ostatni „wycieczkowy" obiad i obrawszy kierunek jazdy na Stalową Wolę do niej dojechaliśmy w godzinach późnowieczornych.

„Na gorąco" podsumowując zrelacjonowane przedsięwzięcie mogę rzec, że był to wspaniały i udany wyjazd charakteryzujący się ogromem przeżywanych wrażeń, doznań i doświadczeń. W trakcie wyjazdu ludzie się lepiej poznali, zintegrowali, zaprzyjaźnili oraz wzbogacili dotychczasową wiedzę dotyczącą miejsc i okolic, które zobaczyli. Wspólnie przeżyty czas i tzw. grupowa odpowiedzialność wyzwoliły w nas instynkty opiekuńcze charakteryzujące się tym, że wszyscy – bez względu na to, jak kto widział – na siebie uważaliśmy, co z perspektywy czasu nas organizatorów cieszy i satysfakcjonuje. Chociaż aura nie była rewelacyjna, to nie padało. Wszystkim sprzyjało rześkie górskie powietrze, co niewątpliwie pozytywnie odbiło się na naszym zdrowiu.

Kolejny zauważalny pozytyw kadrowych zmian w naszej strukturze PZN, to fakt przyjęcia przez Renatę Stankiewicz funkcji prezesa ZK, co jest dobrym prognostykiem na dalszą przyszłość. Ze sposobu i stylu zrealizowanej przez Nią wycieczki w dalszej obopólnej współpracy widzę tylko same pozytywy, które niewątpliwie wpłyną dodatnio na nasze środowisko.

Do wysokich standardów przedsięwzięcia dostosowali się obaj obsługujący nas panowie, tj. p. Łukasz Nowak – przewodnik z PTTK oraz p. Staszek – kierowca autokaru, którym za na wysokim poziomie świadczoną obsługę specyficznego – niewidomego i słabowidzącego klienta – serdecznie, w imieniu całej grupy, dziękuję.

Uważam, że nasza wycieczka udała się m. in. i poprzez to, że non stop towarzyszył nam „dobry duch" i opieka „z góry", co niewątpliwie unaoczniło się nam w ostatnim dniu przedsięwzięcia w postaci towarzyszącego nam białego gołębia, co wielu z nas odebrało, jako tej namacalny znak i omen, czyli nad nami przejaw boskiej opieki – chociażby od koronawirusa, którego dzięki Bogu nikt z nas w jej trakcie „nie załapał" i do domu nie przywiózł. Oprócz tego dla mnie niezwykle budującym jest to, że w każdym momencie i sytuacji – na miarę swoich możliwości – nawzajem sobie pomagaliśmy w ten sposób tworząc zwartą i odpowiedzialną grupę" – tyle z przeciekawej relacji wiceprezes stalowowolskiego Koła PZN Anny Topa.

Jak skomentować, czy spuentować powyższą relację, gdy jawi się ona, jako organizacyjny majstersztyk zrealizowany w niezwykle trudny czas, za co organizatorkom należą się słowa uznania, szacunku i podziwu.

Cieszę się, że pomimo potencjalnego zagrożenia pandemią wszystko im wyszło „OK", bo – jak sugeruje tytuł relacji – niewątpliwie stale byli pod dyskretną opieką Opatrzności, które oznaki wyczuwali i za nią są niezwykle wdzięczni.

W trakcie imprezy idealnie zrealizowali następujące zadania/cele, jak: religijny, wypoczynkowy, integracyjny, edukacyjny i rehabilitacyjny, co niewątpliwie nie jest łatwym w realizacji przedsięwzięciem.

Na zakończenie, aż prosi się o to, aby to wszystko zauważyć i zrealizowane fakty nagłośnić, (przesądni, aby nie zapeszyć, na wszelki

wypadek swe obawy powinni odpukać w niemalowane), że wreszcie w stalowowolskim Kole PZN mamy zgrany duet liderów, mający określone ambicje i chcący coś konkretnego robić dla swojego środowiska, czego wszystkim członkom wzmiankowanej struktury należy tylko pogratulować, zaś za duet Stankiewicz – Topa „trzymać kciuki" i życzyć spełnienia względem środowiska dalekosiężnych planów i zamierzeń, co wszystkim winno wyjść tylko na dobre.

Zygflor 2020-08-18

Tracimy wzrok i co dalej? (cz. 3)

W ostatniej części poradnika poświęconego utracie wzroku i godzeniu się z nią piszę o pułapce niezgody na nową sytuację; o tym, co pomaga zaakceptować ją i czym objawia się ta akceptacja.

Pułapka niezgody na utratę wzroku

Nie zgadzać się na utratę wzroku może ktoś, kogo pytamy, czy chciałby stracić wzrok. Po utracie wzroku takiej możliwości już nie ma. Są natomiast dwa wyjścia: jedno, polegające na niezgodzie na to, co już się stało i drugie, polegające na przyjęciu tego, co jest i ukierunkowaniu się na polepszanie jakości pozostałego życia. Niepogodzenie się z utratą wzroku ustawia nas w jednym miejscu. Stoimy tam i tupiemy nogą, aż nas zaboli i nic z tego nie wynika. Na to by dojść do wniosku, że bez pogodzenia się z faktami nie ruszymy do przodu, potrzebujemy czasu. Jak napisałam wcześniej – czas pomaga oswoić się z nową sytuacją i sprawia, że związane z nią emocje przestają dominować i zaburzać codzienne funkcjonowanie.

Co pomaga pogodzić się z utratą wzroku?

W pogodzeniu się z utratą wzroku przydaje się wszystko, co pomaga w zaakceptowaniu każdej niechcianej i nieodwracalnej zmiany. Pisałam o tym w poradniku poświęconym zmianom w naszym życiu. Oto krótkie przypomnienie:

- Nie przerażaj się silnymi i negatywnymi emocjami, które dominują zaraz po utracie wzroku. Dzięki naturalnym zdolnościom

naszej psychiki emocje te z upływem czasu przestają być dominujące.

- Pomagaj sobie, rozmawiając z innymi ludźmi o tym, co czujesz.
- Zastanów się, co po utracie wzroku nadal zależy od Ciebie.
- Znajdź coś, na czym nie przestało Ci zależeć mimo zaistniałej zmiany.
- Znajduj elementy codzienności, których nie odebrała ci utrata wzroku.
- Korzystaj z dostępnych ci rytuałów łagodzących złe samopoczucie po utracie wzroku.
- Skupiaj się na dostępnych przyjemnościach.
- Spotykaj się z ludźmi będącymi w tej samej sytuacji. Rozmawiaj z nimi, pytaj i wyciągaj wnioski. Próbuj czerpać z doświadczenia innych ludzi.
- Obserwuj siebie i zapamiętuj chwile, w których odczuwasz radość mimo utraty wzroku. Z czasem będzie ich coraz więcej.

Czym objawia się akceptacja utraty wzroku?

Akceptacja utraty wzroku nie zdarza się z dnia na dzień. To proces rozłożony w czasie. Nie jest tak, że pewnego dnia budzimy się i stwierdzamy, że jakiś trybik przeskoczył nam w głowie i od dziś akceptujemy fakt, że nie widzimy. Podstawowym objawem pogodzenia się z nową sytuacją jest ogólnie lepsze samopoczucie. Po prostu czujemy się lepiej, chce nam się żyć i działać. Lepiej czujemy się ze sobą takim, jakim jesteśmy po utracie wzroku. Ale lepiej nie znaczy idealnie. Idealnie nie czują się nawet ludzie, którym kompletnie nic nie dolega. Ciągły dobrostan po prostu nie istnieje. Licząc na to, że brak wzroku pewnego dnia całkowicie przestanie nam przeszkadzać, narażamy się na daremne wyczekiwanie pogodzenia się z tym stanem. Zawsze będą sytuacje, w których fakt, że nie widzimy, będzie nam doskwierał czy bolał. O zaadaptowaniu się do nowej sytuacji świadczy to, że nie budzimy się i nie zasypiamy przygnębieni z powodu utraty wzroku, a życie znów składa się z wielu – także pięknych chwil.

Radość na nowo

Budzimy się rano i widzimy promienie słońca igrające na kołdrze. Od razu chce się wstać i działać. A co gdy ich nie widzimy i pamiętamy, że kiedyś mogliśmy je zobaczyć? Możemy dotknąć kołdry i poczuć ciepło. No właśnie: dotknąć, czyli świadomie zrobić coś, żeby spotkać się z porannym słońcem. Wzrok jest najsilniej działającym zmysłem. Osoby pozbawione go muszą w sposób intencjonalny korzystać z bodźców dostarczanych przez inne zmysły po to, by doświadczać radosnych przeżyć. Jedną z oznak akceptacji siebie jako osoby niewidzącej jest umiejętność świadomego czerpania radości z wrażeń docierających do nas za pośrednictwem innych zmysłów niż wzrok.

Sprawność na nowo

Brak wzroku nie oznacza całkowitego braku sprawności, choć w pierwszej reakcji na jego utratę mamy wrażenie, że właśnie tak jest. Oznaką akceptacji siebie bez wzroku jest przejście od nie mogę do mogę. Nie chodzi oczywiście o to, by wmawiać sobie, że jest się tak samo sprawnym jak kiedyś lub sprawniejszym od osób widzących. Chodzi o to, by koncentrować się na tym, co zostało, a nie na tym, czego zabrakło. Każdy indywidualnie może stworzyć listę możliwości jakie ma mimo całkowitej lub częściowej utraty wzroku. Ważne, by docenić również te podstawowe, których nie mają bardziej poszkodowani przez los.

Sprawczość na nowo

Bez wzroku można zrobić całkiem sporo – choć nie zawsze tak szybko, tak dokładnie i efektywnie jak osoby widzące. Nie ważne, że krzywo ukroimy chleb; ważne, że zrobimy to, mimo że jest nam trudniej. Nie ważne, że dotarcie do jakiegoś celu potrwa trzy razy dłużej niż w przypadku osoby widzącej; ważne, że dotrzemy tam sami! Oznaką pogodzenia się z utratą wzroku jest działanie na różnych płaszczyznach bez myślenia o tym, jak zrobiłaby to osoba widząca lub my, gdy widzieliśmy. To również niepozwalanie na to, by mieszkające z nami osoby widzące wyręczały nas w różnych czynnościach.

Nie wstydzę się siebie

O tym, że akceptujemy siebie bez wzroku, świadczy także to, że przestajemy krępować się i wstydzić, że nie widzimy. Przestajemy czuć zażenowanie i skrępowanie, gdy potrzebujemy pomocy. Nie wstydzimy się mówić o swoich specyficznych potrzebach. Fakt, że nie widzimy, uważamy za naturalny. Za naturalne uważamy także to, że chcemy czegoś dotknąć lub obejrzeć z bliska. Nie czujemy się źle, gdy informujemy innych o naszej niepełnosprawności. Jesteśmy jacy jesteśmy i mamy prawo tacy być.

Z humorem o niewidzeniu

Pogodzenie się z utratą wzroku objawia się także humorystycznym podejściem do tematu. W wielu sytuacjach przydaje się humor i dystans do własnej niepełnosprawności. Jeśli zauważamy, że pewne sytuacje, które spotykają nas w związku z utratą wzroku nie złoszczą, nie przygnębiają lecz śmieszą – jest dobrze!

Nowe znajomości

Krótko po utracie wzroku najczęściej nie mamy ochoty wychodzić do świata. Nie nawiązujemy też nowych znajomości. Objawem adaptacji do nowej sytuacji jest chęć poznawania nowych ludzi i spotykania się z nimi, niezależnie od tego, czy widzą, czy nie.

Indywidualny charakter radzenia sobie z utratą wzroku

Kończąc poradnik dotyczący utraty wzroku, podkreślam, że radzenie sobie z nią ma charakter indywidualny. Nie wszystko, co napisałam w kolejnych częściach poradnika, dotyczy wszystkich osób tracących wzrok. Pogodzenie się z tym faktem w ogromnej mierze zależy od tego, co dzieje się w życiu zanim on nastąpi. Dostarczona tu wiedza i wskazówki mają charakter ogólny i nie wszyscy zgodzą się z nimi i skorzystają z nich w tym samym zakresie.

Autor *Małgorzata Gruszka*

Za zgodą przedruk z „Sześciopunkt" grudzień 2019

Przy zachowaniu wszelkich rygorów i obostrzeń

– czyli –

refleksje prezes jarosławskiej struktury PZN **Ewy Bednarczyk** na temat środowiskowej aktywności na rzecz podopiecznych w okresie pandemii.

– **Zygflo**r: Ewo opowiedz o ostatnich inicjatywach i przedsięwzięciach zrealizowanych w ostatnich miesiącach przez Twój Zarząd Koła w czasie naznaczonym widmem zagrożenia koronawirusem oraz z nim związanymi konsekwencjami.

– ***Ewa Bednarczyk****: dosyć szybko jako lokalne środowisko osób z dysfunkcją wzroku otrząsnęliśmy się po nastaniu pandemii i po apelu wystosowanym przez dyr. Małgorzatę Przyboś rozpoczęliśmy realizować wszystko to, co robiliśmy dotychczas. Co prawda z powodu zagrożenia nie wypalił nam wyjazd do Grecji, ale trudno, być może do tej inicjatywy powrócimy za rok. Na ten czas skupiliśmy się na tym, na co środki udało nam się pozyskać lokalnie i o tym opowiem.*

W wycieczce, którą zrelacjonuję, wzięło udział 20 osób, w tym 5 opiekunów. Pierwotnie miała być zrealizowana w lipcu, ale z wiadomych przyczyn urzeczywistniliśmy ją w dniach 25-27 sierpnia br. Na jej realizację wykorzystaliśmy dotację z naszego PCPR-u z zakresu wsparcia Sportu, Kultury i Rekreacji oraz środki składkowe uczestników. W tym przedsięwzięciu naszą bazę hotelowo-żywieniową tworzył Dom Gościnny „Skalnica" p. Pawlikowskich w Poroninie, w którym „zakotwiczyliśmy" pod koniec pierwszego dnia eskapady.

*Inaugurując ją z Jarosławia wyjechaliśmy **25 sierpnia** około godz. **7^{00}** rano i po obraniu kursu na Myślenice tam uczyniliśmy pierwszy „postój", czyli czas przeznaczony na toaletę, picie kawy, czy herbaty. Stamtąd bezpośrednio pojechaliśmy do Zakopanego, gdzie dojechawszy mieliśmy trwający około 3 godzin czas wolny przeznaczony na zapoznawanie się z atrakcjami zimowej stolicy Polski. Do Poronina zjechaliśmy we wczesnych godzinach wieczornych i po zakwaterowaniu się i toalecie spożyliśmy obiadokolację, po której udaliśmy się na odpoczynek.*

Drugi dzień przedsięwzięcia zainaugurowało dosyć szybkie i obfite śniadanie, po którego spożyciu wyjechaliśmy na basen do wód termalnych w Szaflarach, w celu zażycia prozdrowotnych kąpieli, co było jednym ze strategicznych celów naszej wycieczki. Po około godz. 14^{00} powrocie do „Skalnicy" i przebraniu się godziny popołudniowe ponownie spędziliśmy w Zakopanem zaliczając m. in. Gubałówkę, miejsca widokowe tak charakterystyczne dla tej okolicy oraz dokonując zakupu pamiątek. Po powrocie do bazy około 18^{00} spożyliśmy obiadokolację, aby potem dosyć długie godziny spędzić przy integrującym uczestników wycieczki grillu. Atrakcją wieczoru realizowanego do godz. 22^{00} była m. in. degustacja regionalnych potraw oraz góralska muzyka.

Następnego dnia – tuż po śniadaniu, opuszczeniu kwater oraz załadunku naszym bagażem luków autokaru – spełniając życzenie uczestników jeszcze raz zajechaliśmy do Szaflar, aby do godz. 13^{00} ponownie doznawać prozdrowotnych kąpieli oraz wodnych biczów i masaży. Od tego momentu – obierając azymut na Jarosław z przerwą na obiad, ku niemu podążaliśmy, aby po dotarciu do niego około godz. 19^{00} naszą wycieczkę rozwiązać.

Oczywiście w trakcie przejazdów od organizatorów dosyć często płynęły informacje dotyczące realizowanych przez ZK projektów oraz realizowano dyskusję nad tym wszystkim, co powyżej.

Podsumowując ją uczciwie mogę rzec, że ludzie byli niezwykle zadowoleni i usatysfakcjonowani. Do osiągnięcia takiego efektu przyczyniło się świadome zdyscyplinowanie oraz przestrzeganie wszelkich obostrzeń typu maseczki, czy dezynfekcja rąk, co szczęśliwie przyczyniło się do takiego, a nie innego jej zrealizowania, czyli urzeczywistnienia.

Na zakończenie wspomnę, że w tym trudnym czasie m. in. realizujemy:

– projekt dofinansowywany przez UM Jarosławia z zakresu profilaktyki uzależnień, czyli Arteterapię, którą po zakupieniu materiałów realizujemy zdalnie w domu każdego z uczestników, co podsumujemy w trakcie lokalnych obchodów DBL

– projekt: „Zdrowe żywienie po 60-tym roku życia", czemu służył grupowy wyjazd do Błażowej w „Domu zdrowia" (15 osób), gdzie zapoznając się z uprawami ziół oraz degustacją regionalnych prozdrowotnych potraw przekonywaliśmy się ku „zdrowemu żywieniu"

– zaliczyliśmy w Krakowie koncert muzyki operowej „Trzech tenorów i sopran" – w wyjeździe uczestniczyło 15 osób

***Przed nami**:*

– koncert w rzeszowskiej Filharmonii powiązany z muzyką francuską pt. „Pod dachami Paryża"

– w Przemyślu obejrzenie autorstwa Piotra Czajkowskiego baletu „Jezioro łabędzie" w wykonaniu będącego na tournée po Polsce Rosyjskiego Klasycznego Baletu z Moskwy.

Z całą odpowiedzialnością mogę stwierdzić, że pomimo panującej pandemii mamy w tym roku niezwykle napięty program naszej działalności. W tym wszystkim cieszy to, że ludzie są chętni i zadowoleni z tego, co im proponujemy.

Reasumując: powoli realizujemy zakładane plany i zadania; dotychczas jedyna nie zrealizowana tegoroczna inicjatywa, to „klapa" dwóch planowanych wyjazdów (turnusów) do Grecji, co należy łączyć z pandemią. To „z grubsza" tyle z realizacji naszej tegorocznej działalności na rzecz naszego środowiska" – tyle z obszernej wypowiedzi Ewy Bednarczyk, która w końcowej części wywodu – przynajmniej mnie – zaparła dech w piersi.

Na zakończenie należy zauważyć, że jak na tak trudne czasy jarosławianie „wyśrubowali" sobie niezwykle ambitne i dość ryzykowne zadania, które realizowane w tych realiach mogą zakończyć się – odpukać – różnie…

Oby w tym wszystkim – przy zachowaniu wszelkich rygorów i obostrzeń – nadal sprzyjała im „szczęśliwa gwiazda", bo ogrom faktów i zdarzeń zrealizowanych w ten czas – naprawdę – powala, czego – z podziwem – Gratuluję.

Zygflor 2020-09-02

Witryna poetycka

W tegorocznym listopadowym kąciku poetyckim do rozważania proponuję utwory dwu „równolatek", które w niezwykle celny i trafny sposób mówią o istocie początkowych dni tego miesiąca.

Zapraszam do lektury i analizy obu wierszy oraz refleksji nad tym wszystkim, co poruszają i omawiają.

1 Listopada

Dzień jak co dzień,
A jednak niezwykły dzień,

Co kryje wiele tajemnic,
W tym dniu wyciszamy się.

Wracamy wspomnieniami
Do tego, co było,
Do różnych z życia chwil
Lecz – Oni już nie żyją.

Ten dzień jest pełen zadumy
Nad kruchością życia ludzkiego,
Nad przemijaniem, nad śmiercią.
Nad sensem życia naszego…

autor: **Zuzanna Ostafin**

Czy za rogiem czeka na mnie Bóg?

Brnę przed siebie
zbyt szybko
W natłoku zdarzeń
mija mój czas
Co mogę odsuwam na jutro
podejmuję kolejne wyzwania
Odkrywam w sobie nowe obszary
jak nowe dary Boga –
Wysoka poprzeczka –
Staram się sprostać nadziei
Służąc odkrywam nowe wnętrza
i nabieram odwagi siebie samej
na kolejne wyzwania –

czemu więc
nadal Go szukam
w zwykłych rzeczach
i ludziach

Marzę
by za kolejnym zakrętem
spotkać Boga
twarzą w twarz –

autor: **Maria Słowik**

Pod dyskretną opieką Opatrzności

– czyli fotorelacja z wycieczki Koła PZN w Stalowej Woli –