

# Legionowski INFORMATOR SENIORALNY

NR 4/2020 (14)



ZADANIE WSPÓŁFINANSOWANE  
ZE ŚRODKÓW  
GMINY MIEJSKIEJ LEGIONOWO



# SPIS TREŚCI



## Wydarzenia

- 4 Wywiad z waszym 101- latkiem generatem  
Polskich drużyn strzeleckich, panem Stanisławem Mandykowskim
- 6 Klub Senior + na święta
- 8 Legionowo rysowane wspomnieniami jego mieszkańców,  
czyli Emocjonalna Mapa Legionowo
- 9 Legionowo - moje miasto kiedyś i dziś.  
Rozmowa z Bogumiłą Grabowską - moją babcią.



## Wolontariat

- 12 Nadal chcę być potrzebna i aktywna
- 14 Ciepły posiłek dla seniorów w czasie pandemii



## Hobby

- 19 Wszystko zacinato się od maseczek...



## Twórczość

- 20 Jesień
- 21 Światowy Dzień Seniora
- 22 Czas pandemii a seniorzy
- 22 Ida święta
- 24 Najcenniejszy prezent



## Historia

- 28 11 listopada - 102 rocznica Święta Niepodległości
- 29 Podwójne życie Mikołaja
- 30 I jak tu nie wierzyć w Św. Mikołaja?
- 31 Życzenia na Nowy rok 2021

LEGIONOWSKI INFORMATOR  
SENIORALNY ISSN 2657-9405

WYDAWCA  
STOWARZYSZENIE POMOCY  
POTRZEBUJĄCYM „NADZIEJA”  
05-120 LEGIONOWO, UL. PIŁSUDSKIEGO 3

ADRES REDAKCJI  
05-120 LEGIONOWO, UL. PIŁSUDSKIEGO 3

REDAKTOR NACZELNY  
BISKUPSKI ROMAN

Z-CA REDAKTORA NACZELNEGO  
UVARKINA OXANA  
KARSKI ANDRZEJ

MIEJSCE I DATA WYDANIA  
LEGIONOWO, 2020 R.

DRUK  
TAMPON-DRUK  
ROBERT ZAWADZKI  
LEGIONOWO

ISSN 2657-9405

NR 4/2020 [14]

ZESPÓŁ REDAKCYJNY TEGO WYDANIA:  
BISKUPSKI ROMAN – REDAKTOR NACZELNY  
UVARKINA OXANA – Z-CA REDAKTORA NACZELNEGO  
ZWORSKA ANNA  
PRZYMUSIŃSKI KAZIMIERZ  
PRZYMUSIŃSKA HANNA  
DRAŻEWSKA KRYSZYNA  
CHOJNOWSKA GRAŻYNA  
MICHALISZYN MAGDALENA  
BARANOWSKA DOROTA  
MALEWICZ ZYGMUNT  
ŻEBROWSKI ROBERT  
PODGÓRSKA BEATA  
GRABOWSKA AGNIESZKA

ZDJĘCIA DO ARTYKUŁÓW WYKONALI:

OCZKOWICZ ZBIGNIEW  
KARSKI ANDRZEJ  
DRAŻEWSKA KRYSZYNA  
LA BORGNE LILA  
GRABOWSKA AGNIESZKA  
DRAŻEWSKA KRYSZYNA  
LA BORGNE LILA



## SŁOWO WSTĘPNE

*Drodzy Seniorzy! Nasi Czytelnicy!*

*Koniec roku zawsze skłania do refleksji i podsumowań. Oto oddajemy do Waszych rąk ostatni, czwarty numer kwartalnika Legionowski Informator Senioralny (LIS) z 2020 roku.*

*Rok 2020 przyniósł nam wiele problemów i trudności. Trudny czas ogólnej kwarantanny, długie ograniczenia w komunikacji, niemożność spotkania się w murach Legionowskiego Uniwersytetu III wieku - to cechy roku 2020.*

*Ale rok 2020 był rokiem nowych możliwości. Dzięki ograniczeniom i kwarantannie wypracowaliśmy nowy kierunek działania - Wirtualny Uniwersytet, który pozwolił ludziom w domu przebywać razem ze wszystkimi i nie czuć się samotnymi dzięki wirtualnej przestrzeni, a niektórym z nich otworzył wciąż nieznaną - Internet i portale społecznościowe.*

*Kontynuowaliśmy prace nad rozwojem naszego kwartalnika LIS. Czasopism stał się bardziej kolorowy, pouczający i interesujący. Oferujemy lekturę o aktualnych wydarzeniach, artykuły o historii i pamiętnych datach, wywiady z ciekawymi ludźmi naszego miasta, zwyczajami ludowymi i rodzinnymi, dzielimy się wrażeniami z wyjazdów, rozmawiamy o naszych pasjach, publikujemy wiersze i piosenki członków naszego klubu, dzielimy się ciekawymi materiałami o zdrowym stylu życia. Rozwijamy nasz czasopism i zwracamy uwagę na nowe rubryki - Szkoła Superbabci i Superdziadka i Kącik humoru, w której będą znajdować się materiały dotyczące psychologii relacji między starszym i młodszym pokoleniem.*

*Mamy nadzieję, że rok 2021 przyniesie nam nowe możliwości, na pewno wznowimy nasze spotkania, spotkania klubów, kawiarenek, zajęcia sportowe i edukacyjne.*

*W przededniu nadchodzącego nowego roku pragnę podziękować naszym członkom Legionowskiego Centrum Wolontariuszy Seniorów, Klubu Senior +, Uniwersytetu III wieku, Klubu Amazonek, koledzy i partnerowi życzyć - wszystkim zdrowia, zdrowia i jeszcze raz zdrowia.*

Redaktor Naczelny  
dr Roman Biskupski



## WYWIAD

### Z WASZYM 101-LATKIEM GEN. POLSKICH DRUŻYN STRZELECKICH PANEM STANISŁAWEM MANDYKOWSKIM

**Hanna Przymusińska:** Rok Pana urodzenia jest nam dobrze znany, dlatego właśnie dziś 4.XI. 2020 r wpadliśmy z życzeniami. Może opowie Pan coś o swojej najbliższej rodzinie?

**Stanisław Mandykowski:** Miałem 5 rodzeństwa i najstarszy Tadeusz podczas Powstania Warszawskiego dowodził oddziałami AK na Czerniakowie. Stefan walczył w Korpusie Andersa. Siostry po powstaniu zostały wywiezione do Niemiec. Od najmłodszych lat rodzice wpajali nam najważniejsze wartości, jakimi były Bóg, Honor i Ojczyzna. Ja w swoim życiu miałem jedyną Annę, z którą przeżyłem ponad 60 pięknych lat. Urodziło nam się 3 dzieci: 2 synów i córka. Doczekałem się też 5 wnuków i 6 prawnuków.

**H.P.:** Gdzie zastał Pana 1.IX.1939 r i jak potoczyły się wtedy pańskie losy?

**S.M.:** Wspomnę jeszcze okres sprzed 4 lat przez wybuchem II wojny światowej. W 1937 wstąpiłem do 50 Koła Strzeleckiego, które mieściło się przy ul. Grzybowskiej w Warszawie. Tam przeszedłem szkolenie wojskowe, tzn. zapoznanie się z regulaminem wojskowym oraz obsługą broni. We wrześniu 1939 r brałem udział w wojnie obronnej na terenie woj. poleskiego. Po wkroczeniu na teren Polski 17.IX. 1939 r wojsk Sowieckich, na rozkaz dowództwa, nastąpiło rozformowanie Oddziałów. Następnie, przedarłem się do Warszawy. W 1942 r włączyłem się w podziemną walkę z okupantem. Do AK wprowadził mnie mój brat Tadeusz.



Tajne spotkania odbywały się w szkole przy ul. Czerniakowskiej, za wiedzą i aprobatą ówczesnego dyrektora, który był jednocześnie naszym dowódcą. Na przełomie lat 1943/44 r wstąpiłem do Oddziałów Specjalnych Batalionów Chłopskich Okręg I Warszawa- Miasto, gdzie dowództwo po Szeląg objął Tadeusz Golka w B.Ch. prowadziliśmy antyniemiecką dywersję oraz wykonywanie wyroków sądów specjalnych, takich jak: - kary chłosty na konfidentach współpracujących z okupantem, - golenie głów kobietom, które zadawały się z Niemcami, - wziąłem też udział w (niestety nie udanej) akcji na Sadystę, kata, funkcjonariusza Oddziału Dworca Zachodniego Karla Schmaltza, zwanego „Panienką”.



**H.P.:** Gdzie Pana zastał wybuch Powstania Warszawskiego 1.VIII.1944 r?

**S.M.:** Przed wybuchem Powstania Warszawskiego zostałem delegowany do Góry Kalwarii na rozmowy ze stacjonującymi tam Węgry, w sprawie zakupu od nas broni. Tam też zastał mnie 1.VIII.1944 r i niestety, nie miałem możliwości powrotu do Warszawy.

**H.P.:** Jak potoczyły się pańskie losy po wyzwoleniu kraju w 1945 r i później?

**S.M.:** Po wyzwoleniu w 1945 r, ponieważ do Polski wkroczyło NKWD i rozpoczęły się przesłuchania i aresztowania, wraz z żoną przeniosłem się do Giżycka. Przed referendum w 1946 r i wyborami w 1947 r byłem zatrzymywany na 3 dni, jako wróg narodu. Przez długi czas byłem inwigilowany, a w pracy miałem podstawionych konfidentów i prowokatorów. Dopiero po 1956 r zaprzestano się interesować moją działalnością w przeszłości.

**H.P.:** Od kiedy rozpoczął Pan pracę społeczną i w jakim charakterze?

**S.M.:** Ponad 25 lat temu powołałem Związek Kombatantów Polskich w Kraju, gdzie pełnię funkcję Prezesa. Siedziba Zarządu i miejsce większości spotkań odbywało się w moim domu. Społecznie nadal staram się podtrzymywać funkcjonowanie Związku.

**H.P.:** Kiedy i w jaki sposób losy skierowały Pana do Legionowa?

**S.M.:** W 1987 r przenieśliśmy się z całą rodziną z Konstancina do Legionowa, gdzie udało mi się kupić dom, w którym mieszkamy do dziś.

Tak potoczyły się pańskie losy i znalazł się Pan w naszym mieście, tu jest Pana „mała Ojczyzna”. Dzięki temu żyje wśród nas zasłużony patriota, człowiek wielu zalet. Doskonale pamiętamy Pana, jak często przy różnych okazjach np. na wycieczkach po kraju, przy zwiedzaniu obiektów sakralnych, czy na uroczystościach, w Legionowie i w powiecie legionowskim swoim pięknym i tubalnym głosem śpiewał Pan np. „Ave Maryja”, czy piosenki wojskowe. Podobnie mocno i konkretnie brzmiały pańskie wystąpienia na wielu uroczystościach patriotycznych, w których padały mądre słowa i idee, które przyświecały Panu w długim życiu. Hasło „Bóg, Honor i Ojczyzna” były Pana mottem życiowym i zgodnie z nim postępował Pan na swojej drodze życiowej.

Na zakończenie naszej wizyty z okazji 101 rocznicy pańskich urodzin, składamy Panu najserdeczniejsze życzenia, życzymy wielu jeszcze lat życia zdrowiu, w otoczeniu najbliższej rodziny i takiej dobrej kondycji, jak dotychczas.

Wizytę Panu Generałowi PDS Stanisławowi Mandykowskiemu złożyli Płk. Kazimierz Przymusiński, Hanna Przymusińska, Krystyna Drajewska.

Dziękujemy za miłe przyjęcie.

Hanna Przymusińska →



## KLUB SENIOR + NA ŚWIĘTA



Nikt nie spodziewał się takich Świąt Bożego Narodzenia. Gdyby rok temu zapytać naszych seniorów jak wyobrażają sobie ten czas w 2020 roku, każdy odpowiedziałby: „podobnie jak w latach ubiegłych – wnuki, wspólny stół, odwiedziny, rodzina, przyjaciele, znajomi...” Rzeczywistość przekreśliła te plany. Pandemia, restrykcje, ograniczenia sprawiły, że musimy sobie ułożyć życie na nowo. Szczególnie dotyczy to seniorów – naszych seniorów, którym tak trudno zmierzyć się z wyzwaniami bez precedensu.

Na szczęście w tym wymagającym czasie jesteśmy razem. Możemy się wspierać i wspólnie przezwyciężać to co trudne. Dlatego z myślą o członkach naszego Klubu Senior+ wspólnie z Urzędem Miasta Legionowo zakupiliśmy tablety, dzięki którym będą mogli kontaktować się ze swoimi bliskimi on-line. Rzeczywistość wirtualna nigdy nie zastąpi tej realnej, ale dzięki technologii możemy być bliżej tych, na którym nam zależy. Każdy z naszych seniorów ma indywidualne konto, dzięki któremu może łączyć się z najbliższymi.

Tablety i profesjonalne szkolenie to także szansa na stworzenie Klubu Senior+ on-line. Dzięki wsparciu pani psycholog udało się przełamać bariery technologiczne, pokonać lęki i otworzyć się na nowe doświadczenia. Nasi seniorzy wkraczają w wirtualny świat! Przed nimi, pierwsze w ich życiu, świąteczne spotkanie on-line. Dla nas wszystkich będzie to wydarzenie bez precedensu. Do tej pory spotkania wigilijne odbywały się w naszej siedzibie. Mogliśmy spotkać się twarzą w twarz, przytulić się, uściskać sobie dłoń... W tym roku będzie inaczej. Wirtualny opłatek, życzenia, wirtualna wspólnota... Wspólnie stawiamy czoła nowej rzeczywistości.

Nie wszystko jednak da się załatwić on-line. Prezenty mają to do siebie, że trzeba je wręczyć osobiście. Jak zwykle nie zawiodło Legionowskie Centrum Wolontariatu Seniorów. Wolontariusze osobiście dostarczą zestawy świąteczne przygotowane przez nasze Stowarzyszenie Pomocy Potrzebującym „Nadzieja” oraz Urząd Miasta Legionowo.

W tym roku paczki są wyjątkowe. Członkowie Klubu Senior+ oraz najbardziej potrzebujący mieszkańcy



Legionowa otrzymają wysokiej klasy wózki na zakupy z wygodnym uchwytem, który pomoże w codziennych czynnościach i zakupach zdejmując z pleców ciężar codzienności. W wózku nasi seniorzy znajdą świąteczne artykuły spożywcze.

Święta to nie tylko czas na zaspokajanie potrzeb ciała. Bardzo ważne jest to, aby również wzmocnić ducha. Wśród prezentów znajdują się także wyjątkowe płyty: Historie z życia i Świąt wzięte ku pokrzepieniu serc. Znakomite teksty Beaty Podgórskiej, Marka Samselskiego i Tomasza Woty brawurowo przeczytane przez znakomitego aktora Jarosława Boberka. Pastorałkę pt. „Kolęda” do tekstu Anny Durki zaśpiewał dyrektor Miejskiego Domu Kultury Zenon Durka. Życzenia złożyli Prezydent Miasta Legionowa, Roman Smogorzewski oraz Prezes Stowarzyszenia Pomocy Potrzebującym, Roman Biskupski. Projekt graficzny płyty zaprojektował Sztukmistrz, konsultacją artystyczną zajął się Robert Żebrowski, a koordynatorem projektu była Anna Zworska.

Płyta „Kolęda Legionowo” to zbiór pięciu opowiadań mówiących o prozie życia, wyzwaniach i nadziejach. Z tym wszystkim zderzają się nasi seniorzy. Z pewnością pozwoli na chwilę wytchnienia oraz pomoże im oderwać się od problemów i lęków związanych z pandemią. Chcemy, jako Stowarzyszenie, przeciwdziałać osamotnieniu osób w podeszłym

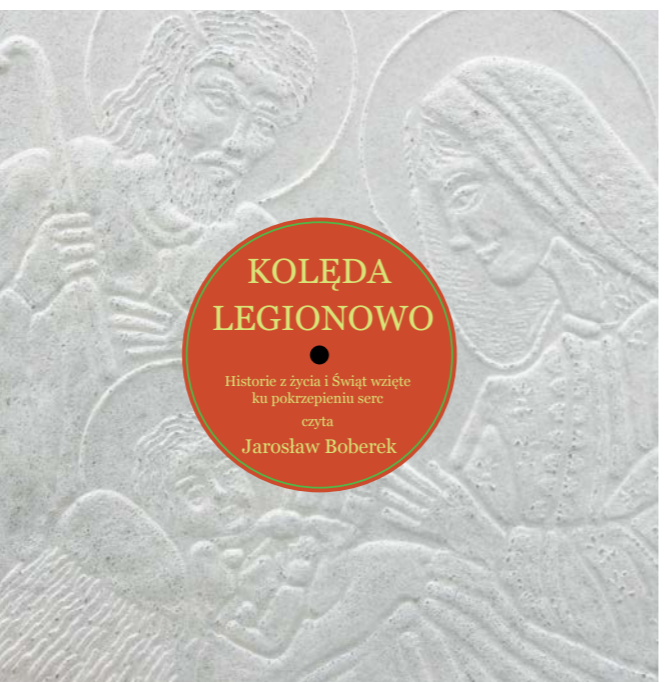
wieku oraz złagodzić skutki izolacji. Nasza płyta upowszechnienia kulturę słowa, a także buduje pogodę ducha i nawiązuje do popularnej wśród naszych seniorów formy słuchowiska radiowego.

Specjalnie napisane opowiadania zamieszczone na płycie niosą pozytywny przekaz, tak aby mogły przywrócić seniorom nadzieję na poprawę sytuacji pandemii i złagodzić związany z nią niepokój. Płyta umożliwi osobom w wieku emerytalnym przyjemne spędzenie czasu w domowym zaciszu. Znany z produkcji filmowych, telewizyjnej i radia głos Jarosława Boberka jest dodatkowym atutem naszego przedsięwzięcia.

Płyty „Kolęda Legionowo” w wykonaniu Jarosława Boberka są dołączone do grudniowego wydania Legionowskiego Informatora Kulturalnego. Dzięki temu mogą się nią cieszyć nie tylko członkowie Klubu Senior+, ale także inni mieszkańcy Legionowa. Naszym seniorom i wszystkim mieszkańcom Legionowa życzymy pogody ducha, stawiania czoła trudnościom, wytrwałości i odnajdywania radości w codzienności. Niech ten trudny czas nie przeszkodzi nam w kontakcie z bliskimi, w podtrzymywaniu relacji, w przyjaźni i w miłości.

**Anna Zworska**

Kierownik Klubu Senior +  
przy Stowarzyszeniu Pomocy  
Potrzebującym „Nadzieja”





# LEGIONOWO RYSOWANE WSPOMNIENIAMI JEGO MIESZKAŃCÓW CZYLI EMOCJONALNA MAPA LEGIONOWO

**M**ap miast, dzielnic, parków itp. obszarów jest wiele. Pokazują nam układ dróg, ulic wraz z ich nazwami, budynki i budowle. W zależności od ich rodzaju także punkty warte uwagi. Mapy pomagają nam poruszać się po określonym obszarze. Dzięki nim nie zgubimy się, poznamy jego topografię. Jednakże czy dzięki takiej mapie dowiemy się czegoś więcej? Czy taka mapa pozwoli nam zapoznać się z historią ludzi żyjących w jej granicach? Odpowiedź brzmi - nie. Oczywiście są mapy historyczne, przewodniki turystyczne, rozmaite publikacje naukowe, które opowiadają o dziejach, walorach tych miast. Lecz oną nie o taką wiedzę nam chodzi. I tu właśnie rodzi się pomysł stworzenia czegoś co pozwoli stworzyć mapę pokazującą miasto widziane oczami jego mieszkańców. W naszym przypadku mapę rysowaną wspomnieniami i emocjami mieszkańców Legionowa.

Inicjatywa Emocjonalnej Mapy Legionowa ma przede wszystkim na celu aktywizację wszystkich mieszkańców Legionowa, którzy chcieliby podzielić się swoimi wspomnieniami, zdjęciami, historią swojego życia. Jednakże najbardziej zależy nam na tym co kryje się w duszy i sercach najstarszych mieszkańców naszego miasta. Dlaczego akurat najstarszych? Z prostego powodu. Bagaż ich doświadczeń historycznych i emocjonalnych jest najbogatszy. Często sięga czasów sprzed II wojny światowej. A to niezwykle cenne wspomnienia warte zapamiętania i przekazania dalszym pokoleniom. Wydarzenia, miejsca spotkań towarzyskich, zabaw czy też randek, zakupów (nawet już te dziś nieistniejące) to punkty, które opatrzone zdjęciami i krótkimi historiami mogą znaleźć się na naszej emocjonalnej mapie.

Praca nad Emocjonalną Mapą Legionowa prowadzona będzie w ramach spotkań na Uniwersytecie

III Wiek w Legionowie, w trakcie których uczestnicy projektu będą mogli podzielić się z innymi historią swojego życia, wymienić wspomnieniami. Ponadto będzie to okazja do odwiedzenia miejsc, które uczestnicy projektu uznają za warte naniesienia na mapę. Każdy taki punkt zostanie krótko opisany i opatrzony dokumentacją fotograficzną (zarówno z archiwów domowych jak i aktualnych zdjęć zrobionych podczas wycieczek).

Realizacja projektu Emocjonalnej Mapy Legionowa miała rozpocząć się na Legionowskim Uniwersytecie III Wiek wraz z nowym rokiem akademickim 2020/21. Niestety sytuacja pandemiczna odsunęła prace w czasie. Jednakże nie wydaje się, aby był to czas w jakikolwiek sposób stracony. Obecnie łatwiej znaleźć chwilę na zagłębienie się w swoje życie, szperanie w rodzinnych albumach fotograficznych. Jest to dobry moment dla chętnych w uczestnictwie w projekcie na wewnętrzne poszukiwania tych wyjątkowych wydarzeń związanych z życiem w Legionowie, przygotowanie materiałów.

**Magdalena Michaliszyn**

mgr gospodarki turystycznej, absolwentka podyplomowych kwalifikacyjnych studiów pedagogicznych oraz administracji publicznej  
Wszystkich chętnych zapraszam do kontaktu:  
uniwersytet.lutw@wp.pl

Emocjonalna  
Mapa Legionowa

Jesteś mieszkańcem Legionowa?  
Chcesz podzielić się swoimi wspomnieniami, zdjęciami, wskazać szczególne dla siebie miejsca w mieście (niekoniecznie nadal istniejące).  
Wiek nie gra roli, aczkolwiek im dłużej tu mieszkasz tym masz więcej do opowiedzenia.

Zgłoś się już dziś! [spp-nadzieja@wp.pl](mailto:spp-nadzieja@wp.pl)

Wielki finał wspólnej pracy, w postaci mapy miasta wykonanej własnoręcznie przez członków projektu, zostanie zaprezentowany przed szeroką publicznością.

Zapraszamy do współpracy



# LEGIONOWO - MOJE MIASTO KIEDYŚ I DZIŚ

ROZMOWA Z BOGUMIŁĄ GRABOWSKĄ – MOJĄ BABCIA

Witam serdecznie Panią Bogumiłę Grabowską długoletnią mieszkankę Legionowa. Dziękuję i cieszę się z możliwości przeprowadzenia wywiadu.

**A.G.:** Zaczę od pierwszego pytania.

**B.G.:** Dzień dobry. Z chęcią udzielę wywiadu. Słucham.

**A.G.:** Od kiedy, babciu, mieszkasz w Legionowie?

**B.G.:** Do Legionowa sprowadziłam się z Jabłonny w 1951 i mieszkałam przy ulicy PZPR 45. Tutaj moi rodzice posiadali działkę o powierzchni 5000 m2.. Zajmowali się ogrodnictwem, hodowali nowalijki w 1500 inspektach. Cały teren obsadzony był winoroślami, z których wyrabiali na użytek własny wino. W latach 50. działka znajdowała się na obrzeżach starych zabudowań legionowskich i należała do Parafii Jabłonowskiej.

Na tym terenie dziś, przy ulicy Piłsudskiego znajduje

się budynek ZUS i Urzędu Skarbowego.

**A.G.:** Jak wtedy wyglądało Legionowo?

**B.G.:** Wszędzie piach i pola. Dużo lasów. Ale Legionowo słynęło z bardzo dobrych rzemieślników. Było bogate. W miejscu, gdzie obecnie znajduje się Niebieskie Centrum, znajdował się ogromny dom handlowy - jak go wtedy nazywano – stodoła. Mieściły się tu małe sklepiki z wszelkim asortymentem. Budynek jednak spłonął w latach późniejszych. Na około Rynku znajdowały się pawilony handlowe, sklepy spożywcze i księgarnie, a w drewnianym budynku przy ulicy PZPR był pierwszy punkt Totolotka. Najstarszy sklep spożywczy to istniejący do dziś sklep „U Smolińskiej” znajdujący się przy Banku Spółdzielczym przy Rynku. Jest tu także najstarszy sklep papierniczy „U pani Koszalińskiej”. W dawnym Legionowie odbywały się także liczne targi. Przy ulicy Jagiellońskiej było wielkie targowisko, na terenie obecnego Liceum również było targowisko. Przy ulicy Rejmonta, gdzie obecnie jest Biedronka, był targ mięsny. Idąc ulicą Rejmonta w kierunku ulicy Żeromskiego, znajdował się młyn. Można to potraktować jako ciekawostkę, bo mało jest o tym informacji.

**A.G.:** A jak odbywała się nauka szkolna?

**B.G.:** Do szkoły podstawowej chodziłam do Szkoły Podstawowej nr 3, której dyrektorem był Tadeusz Wardencki. Budynek był drewniany z wejściem od ulicy Mickiewicza. W czasie mojej nauki szkoła została przebudowana, a teren ogrodzono siatką. Pozwoliło to na założenie małego sadu owocowego i działek doświadczalnych, na których uprawialiśmy rośliny oraz warzywa. Tadeusz Wardencki był patronem Szkoły Podstawowej Nr 3 i kierował nią do 1968 roku. Do tej szkoły chodzili także moi synowie – Agi tata i wujek. Niestety w 2004 roku Szkoła Podstawowa nr 3 im. T. Wardenckiego została zlikwidowana.

Pamiętam z tego okresu bardzo wielu wspaniałych nauczycieli, muszę wspomnieć koniecznie o pani





Bronisławie Mazur – nauczycielce historii, a także zasłużonej działaczce AK z czasów II wojny światowej. Pani Mazur mieszkała w małym domku przy ulicy Sienkiewicza. Wiem, że została ona odznaczona Krzyżem Kawalerskim Orderu Odrodzenia Polski, a także otrzymała tytuł Honorowego Obywatela Miasta Legionowa. W 2009 roku Szkoła Podstawowa nr 3 została ponownie otwarta, ale bez Tadeusza Wardenckiego jako patrona szkoły. W nowym budynku funkcjonuje do dziś i dlatego mogli do niej chodzić moi wnukowie - Agnieszka i Marek.

**A.G.:**Może teraz trochę historii o szkole średniej?

**B.G.:** Po skończeniu szkoły podstawowej rozpoczęłam naukę w Liceum Marii Konopnickiej. Znajdowało się ono przy ulicy Kopernika w budynku mieszkalnym należącym do Jerzego Petersburskiego. Było tam tylko kilka sal lekcyjnych, a gimnastyka odbywała się na dworze. Dlatego nawet bal maturalny odbył się w wynajętej sali w Szkole Podstawowej Nr 1. Mieściła się ona wówczas przed przejazdem kolejowym między ulicami Kwiatową oraz Daliową. Obecnie są tam budynki mieszkalne. Dyrektorem Liceum był wspinały nauczyciel Piotr Chruściel. Jego bardzo duże zaangażowanie nie tylko pedagogiczne i pomoc mieszkańców Legionowa przyczyniło się do zbudowania nowego budynku szkoły przy ulicy PZPR. W 1961 r. przeniesiono do niego siedzibę szkoły, ale

niestety w tym roku została zniesiona nazwa Marii Konopnickiej. Dyrekcja liceum zabiegała o przywrócenie szkole nazwy. Udało się i od września 2004 r. oficjalna nazwa szkoły brzmi: Liceum Ogólnokształcące im. Marii Konopnickiej. „Konopnicka” – tak chyba każdy legionowianin ją nazywa, pozostawiła dużo wspomnień i zdjęć ze wspólnych obozów w czasie wyjazdów wakacyjnych. Zawarte szkolne przyjaźnie przetrwały do dzisiaj. Do tej pory spotykamy się na corocznych organizowanych zjazdach absolwentów, a moja najlepsza koleżanka Ewa jest właśnie z czasów szkolnych.

**A.G.:** Czyli nie tylko nauka, ale też i zabawa?

**B.G.:** Oczywiście. Nie było telewizji, więc więcej czasu spędzaliśmy razem na wspólnej zabawie. Za dzisiejszym Urzędem Skarbowym była fantastyczna górka do zjeżdżania na sankach w zimie, a przy ulicy Kordeckiego znajdowało się również niewielkie „bajorko”, które zamieniało się w lodowisko. Dookoła Legionowa było wtedy mnóstwo lasów, a w nich grzybów. W lesie przy ulicy Kwiatowej często odwiedzany był duży staw pełen ryb. Atrakcją dla rybaków. Miejscem spotkań młodzieży był także LOK przy ulicy Rejmonta. Można tu było potańczyć, pośpiewać w chórze, a także pograć w piłkę na boisku sportowym, które zimą zamieniało się w lodowisko. Wszystkie występy chóru, do którego należałam, →

i akademie odbywały w budynku kina. Bo już wtedy Legionowo miało swoje kino „Bajka”, a potem zmieniono jego nazwę na „Mazowsze”. Budynek kina połączony był z Komendą Policji. Znajdował się przy ulicy Sienkiewicza.

**A.G.:** Czy w mieście oprócz działalności gospodarczej, handlowej rozwijała się także działalność usługowa?

**B.G.:** Oczywiście. Opowiem o zakładach usługowych, które przetrwały aż do dziś. Najstarszy zakład fryzjerski przy ulicy Sienkiewicza „U Pani Janeczki” funkcjonuje do dziś. Syn oraz wnuczek do dziś skracają tam włosy. Przy dworcu kolejowym jest do dziś Zakład Szewski Pana Filipaka. Przy ulicy Batorego mieści się działająca do dziś pasmanteria. Niektóre zakłady jednak nie przetrwały. Przy Szkole Podstawowej nr 3 znajdowała się pierwsza stara piekarnia, teraz tam jest Szkoła Salezjanów.

**A.G.:** Zmieniło się życie mieszkańców Legionowa, a czy zmieniła się też i architektura. Może w tym temacie jakieś ciekawostki?

**B.G.:** Dawne zabudowania charakterystyczne dla Legionowa to domy piętrowe z dużą ilością okien i dużymi strychami. Przykładem takiego budownictwa jest dworek przy ulicy Norwida 10. Dziś znajduje się tu i prężnie działa Miejski Ośrodek Kultury, w którym moja synowa prowadzi warsztaty plastyczne dla dzieci. W innym drewnianym dworcu przy ulicy Warszawskiej 72 została stworzona galeria. W Legionowie możemy także spotkać budynki nawiązujące stylem do dawnych szlacheckich dworców pochodzących z początku XX wieku. Starsi mieszkańcy Legionowa, a także moi rodzice opowiadali mi o nich. Najbardziej pamiętali charakterystyczne dla tamtych czasów wille - „Orawka” przy ul. Jagiellońskiej, oraz przy ulicach: Warszawskiej wille - „Zofia”, Jagiellońskiej willa - „Róża” - Cypriana Kamila Norwida, a także kamienicę przy ul. Mikołaja Kopernika, zbudowaną przez słynnego kompozytora Jerzego Petersburskiego. W stylu dworcowym zbudowana była także „Willa Bratki” z 1930 roku przy ulicy Mickiewicza 23, która była znaną - „porodówką” dla mieszkanki Legionowa. W tej izbie porodowej urodzili się moi synowie, czyli Agi tata oraz wujek. Obecnie od 2001 roku jest to siedziba Muzeum



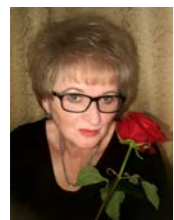
Historycznego Miasta Legionowo. Nie wszyscy też wiedzą, że najstarszy budynek Legionowa to dawny dworek myśliwski sprzed Kolei Nadwiślańskiej, znajdujący się na terenie składu węgla przy linii kolejowej.

**A.G.:** Jak się potoczyły dalsze losy rodziny?

**B.G.:** Po zmianach ustrojowych w 1972 roku rodzice otrzymali nakaz opuszczenia swojego domu przy ulicy PZPR 45. Eksmisja oraz wywłaszczenie z możliwością zakupu w pierwszej kolejności zakupu mieszkania w budowanych przez Spółdzielnię Mieszkaniową blokach. Uzyskane odszkodowanie wystarczyło jedynie na kupienie M-4 w bloku przy ulicy 3 Maja. Ten ważny dokument przechowujemy w rodzinie do dziś. Mieszkam jednak dalej ze swoją rodziną w Legionowie. Ponieważ zawsze bardzo interesowałam się historią i geografiami, dlatego obserwuję bacznie, jak się rozwija i zmienia miasto przez ostatnie lata.

**A.G.:** Bardzo dziękuję, babciu, za opowiedzianą wspaniałą historię i zawarte w niej bardzo prywatne wspomnienia.

Agnieszka Grabowska - uczennica klasy 2B,  
II Liceum Ogólnokształcącego im. Króla Jana III  
w Legionowie →



# NADAL CHCĘ BYĆ POTRZEBNA I AKTYWNA



„ Nie można zapominać, że po pierwszej młodości przychodzi druga i żadnej z nich nie określa numer Pesel. Młodym można być w każdym wieku. Starym również. I nie ma najmniejszych przeciwwskazań, żeby dalej być i kreatywnym, i przedsiębiorczym, i czytany, i wysportowanym.”  
psycholog Paulina Owińska.

Sytuacja pandemiczna znacznie ograniczyła nam seniorom codzienną aktywność i funkcjonowanie w przestrzeni społecznej. Należy zaznaczyć, że seniorzy stanowią grupę około 20 procent społeczeństwa legionowskiego. Wielu nie umie, czy nie potrafi odnaleźć się w codziennej rzeczywistości, nawet potrzebuje pomocy i wsparcia. Zapewne są i tacy, którzy chcieliby podać „pomocną dłoń” dla innych. W tej kwestii zaczyna się rola naszego wolontariatu: Legionowskie Centrum Wolontariatu Seniorów przy Stowarzyszeniu Pomocy Potrzebującym „Nadzieja”, które śpieszy z pomocą oraz chętnych (nie tylko seniorów) przyjąć w szeregi wolontariatu.

Dla przykładu zaprezentuję wyjątkową osobę o wielkim sercu, naszą koleżankę, wolontariuszkę i słuchaczkę Legionowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieków Alicję Tochowicz, z którą przeprowadziłam rozmowę.

**Krystyna Drajewska:** Na początek gdzie się urodziłaś, skąd pochodzisz?

**Alicja Tochowicz:** Urodziłam się w Sosnowcu, 28 maja 1925 roku, mam 95 lat. Tam ukończyłam sześćioletnią szkołę podstawową i czteroletnie gimnazjum. W Katowicach chodziłam do dwuletniego liceum. Dalej podjęłam kształcenie w Centralnym Studium Rachunkowo - Finansowym. Tu zapoznałam się z koleżanką, która miała mieszkanie w Warszawie i ściągnęła mnie. W Warszawie podjęłam pracę w Ministerstwie Przemysłu Lekkiego. W między czasie zaczęłam studiować zaocznie w Szkole Głównej Handlowej, późniejsza nazwa: Szkoła Główna Planowań i Statystyki przy SGH, późniejszym

SGPiS i uzyskałam dyplom. Dalej podjęłam pracę w Ministerstwie Przemysłu Chemicznego, w dziale finansowo - księgowym i w Warszawie kupiłam mieszkanie. Przyszłego męża Krzysztofa poznałam w Sosnowcu, mając korzenie warszawskie, chętnie powrócił do miasta rodzinnego i wzięliśmy ślub. Urodziłam dwie córki: Jolę w 1951 roku, Annę w 1955 roku i przestałam pracować. Po odchowaniu dzieci wróciłam do pracy w Ministerstwie Przemysłu Chemicznego.

**K.D.:** Obecnie mieszkasz ze starszą córką Jolą w Legionowie, którą się opiekujesz już od 36 lat, ze względu na jej stan zdrowia. Mając własne mieszkanie w Warszawie, pracę na miejscu, co zdecydowało o przeprowadzce? : Przepraszam Cię Alu, opowiedz jeszcze jak przebiegał poród córki Joli, niech Cię już nie prosi...

**A.T.:** Dobrze, opowiem. Poród pierwszej córki Joli utkwiał mi w pamięci. To był koszmar. Rodziłam w domu. Pomimo, że miałam dobrą opiekę, prywatną lekarkę i położną, męczyłam się. Po trzech dniach męczarni poród odebrała położna, która wcześniej odebrała bliźnięta, Braci Kaczyńskich. Jola do dzisiaj powtarza, że nie chciała wyjść, bo było jej ciepło. Jej niepełnosprawność nie wynika z porodu. Będąc już studentką zachorowała na zapalenie opon mózgowych. Od tamtego czasu wymaga opieki i wsparcia. Natomiast młodsza Anna wykształciła się, skończyła anglistykę, na Uniwersytecie Warszawskim. Jest żoną profesora Wojciecha Morawskiego. Oboje z mężem prowadzą wykłady na wyższych uczelniach. Doczekałam się dwóch wnucząt, obecnie już po wyższych studiach. Jestem szczęśliwą babcią. →



**K.D.:** Wiem co to znaczy być szczęśliwą babcią, też mam troje wnucząt. Wracając do przeprowadzki, co zdecydowało, że Legionowo?

**A.T.:** Teściowie młodszej córki mieszkają w Legionowie, także Anna wyszła za męża, za legionowianina i w niedługim czasie otrzymali mieszkanie ze spółdzielni. Sprzedałyśmy mieszkanie Joli w Warszawie i kupiłyśmy następne w Legionowie, aby bliżej być z rodziną.

**K.D.:** Od kiedy zamieszkałyście? Czy to była trafna decyzja, czy nasze miasto Legionowo, spełniło Wasze oczekiwania?

**A.T.:** Oj tak ! Miasto jest nowoczesne, z każdym rokiem piękniejsze. Mieszkamy w dobrym punkcie. Tu jest dużo zieleni, spokój, cisza, zupełnie inne powietrze niż w Warszawie i życzliwi ludzie. Przed blokiem mamy siłownię plenerową, a w pobliżu znajduje się Park Zdrowia z tętnią. W mieście dużo się dzieje. Do Legionowa sprowadziłyśmy się w grudniu w 1999 roku. Odtąd Legionowo jest naszym miejscem na ziemi.

**K.D.:** Jesteś słuchaczką Legionowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieków, z jakim stażem i z jakich dóbr korzystasz? Co jest Twoją największą pasją?

**A.T.:** Na Uniwersytecie Trzeciego Wieków

zaczęłam uczęszczać już w Warszawie, funkcjonowałam na Żoliborzu, przy Szpitalu Bielańskim, blisko od mego miejsca zamieszkania. Po przeprowadzce dowiedziałam się, że tu też tworzy się Legionowski Uniwersytet Trzeciego Wieków. Nawiązałam kontakty, stałam się jedną z pierwszych studentek i jestem do dnia dzisiejszego. Przez kilka lat pełniłam funkcję Przewodniczącej Rady Słuchaczy. Korzystałam z pełnej oferty działań, przeznaczonych dla słuchaczy. Uczęszczałam w wykładach z psychologii, filozofii, prawa, historii, ekonomii i medycyny. Z zajęć fakultatywnych, korzystałam z nauki języka niemieckiego. Uczyłam się obsługi komputera, uczęszczałam na aerobik i warsztaty malarskie. Rozwijało się moje dalsze zamiłowanie do malarstwa, głównie pejzaże. Dobrze pamiętam jak instruktor powiedział, że nie muszę podpisywać swoich prac, bo On i tak rozpozna je wszędzie. To było bardzo miłe.

**K.D.:** Działalność Legionowskiego Centrum Wolontariatu Seniorów, utworzonego przez SPP „Nadzieja”, jest odpowiedzią na zagrożenie wykluczeniem społecznym osób 60+. Seniorzy pomagają sobie nawzajem w ramach grup samopomocy i innym wykluczonym poprzez świadczenie usług wolontariackich w obszarze pomocy społecznej angażują się w życie lokalnej społeczności. Działalność wolontariuszy - seniorów pokazała wszystkim legionowianom, że wbrew stereotypom osoby 60+ chcą i mogą działać dla dobra swojego i ogółu, podnosząc przy tym swoją aktywność.

**K.D.:** Alu należysz również do Legionowskiego Centrum Wolontariatu Seniorów?

**A.T.:** Tak, jestem wolontariuszką. Do Centrum należę już od wielu lat. Dotychczas brałam udział w różnych akcjach społecznych, jak Świąteczna Zbiórka Żywności, czy Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy. Chętnie udzielałam się w Domach Pomocy Społecznej oraz Przedszkolach, w ramach określonych potrzeb zgodnie z wymogami regulaminu.

Ze względu na pogorszenie się mojego stanu zdrowia i sytuacją związaną z pandemią ograniczyłam swoją działalność społeczną. Nawet zaczęłam korzystać z zabiegów rehabilitacyjnych w Przychodni „Moja”. Muszę Ci to powiedzieć. Od ostatniego naszego spotkania minęło kilka miesięcy, w chwili kiedy się odezwałaś, →

usłyszałam w słuchawce Twój głos.” Dzwonię by się dowiedzieć, co u Was, jak życie, czy potrzebujecie wsparcia”, było miło i jestem rada, że będziemy miały stały kontakt.

**K.D.:** Odpowiedział mi: „Czy może macie jakieś zajęcie dla mnie, chcę być nadal potrzebna i aktywna.” „Może zmniejszą się dolegliwości chorobowe i nie będzie tak smutno.” „Odwiedź nas.” Cała Ty, aktywna, skromna, posiadająca wiele zainteresowań, naładowana pozytywną energią.

Alu jak to robisz, że znajdujesz siłę i czas na oddanie się pracy wolontariackiej.

**AT:** Posiadam bardzo duże poczucie odpowiedzialności i chęć niesienia pomocy innym w miarę swoich możliwości.

**K.D.:** Z całego prawie siedemnastoletniego stażu bycia studentką na Uniwersytecie Trzeciego Wieku, wskaż jeden dzień, który Ci przyniósł najwięcej radości.

**A.T.:** Chwila zastanowienia. Nie będzie to praca, gdyż zawsze sprawiała mi przyjemność.

Taki dzień niepowtarzalny, który zdarzył się tylko raz to Moje 90 urodziny, uroczyste obchodzone w gronie Koleżanek i Kolegów. były kwiaty i podziękowania za długoletnią współpracę.

**K.D.:** Cieszy mnie fakt, że zostaliście z Jołą członkami Klubu Senior+. Życzę dalszych sukcesów i sił w realizacji nowych wyzwań, będziemy w stałym kontakcie. Dziękuję za rozmowę i życzymy sobie, żeby nam się chciało chcieć.

Krystyna Drajewska →



## CIEPŁY POSIŁEK DLA SENIORÓW W CZASIE



**C**zas pandemii to czas wyzwań dla nas wszystkich. Musimy nauczyć się funkcjonowania w nowych warunkach. Najtrudniej w obecnej sytuacji radzą sobie osoby starsze. Należą oni do grupy szczególnie narażonej na zakażenie ze względu na wiek i obniżoną odporność. Nierzadko zmagają się chorobami przewlekłymi. Seniorzy to grupa najbardziej narażona na konsekwencje koronawirusa. Chcemy zrobić wszystko, aby członkowie Klubu Senior+ czuli się bezpieczni, a jednocześnie mieli zapewnione wszystko co potrzeba do godnego życia – pomimo pandemii. Najważniejszym zadaniem jest zapewnienie naszym seniorom codziennych ciepłych posiłków.

W trosce o dobro i bezpieczeństwo naszych seniorów Stowarzyszenie Pomocy Potrzebującym „Nadzieja” we współpracy ze Stowarzyszeniem Biuro Obsługi Ruchu Inicjatyw Społecznych „BORIS”



→



zapewnia dwudaniowe obiady członkom Klubu Senior+ oraz osobom najbardziej potrzebującym. Codziennie pani Dorota Wróbel przekazuje nam kompletne posiłki obiadowe. Od poniedziałku do piątku dostarczamy ciepły posiłek bezpośrednio do domów. Jest to możliwe dzięki pomocy komendanta Straży Miejskiej w Legionowie, pana Adama

Nadworskiego. Jak zwykle nie zawiodło Legionowskie Centrum Wolontariatu Seniorów. Pani Lila Le Borgne codziennie puka do drzwi naszych seniorów i z uśmiechem przekazuje gorący obiad.

Łączymy siły w tym trudnym czasie i podejmujemy działania, aby wspomóc osoby starsze. Bardzo ważnym jest, aby seniorzy ograniczyli wychodzenie z domów oraz przemieszczanie się komunikacją miejską, gdzie ryzyko zachorowania na Covid-19 jest bardzo duże. To oni są jedną z najbardziej narażonych grup społecznych na ciężki przebieg zachorowania. Dbajmy o seniorów!

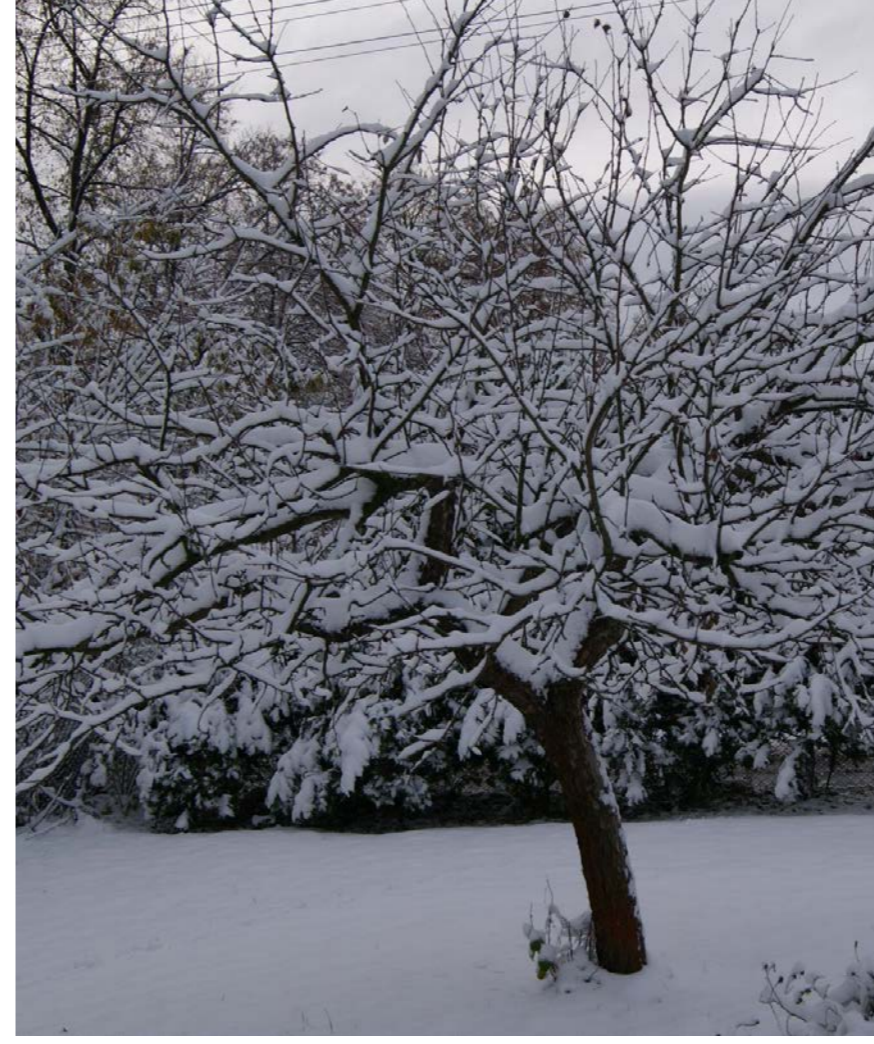
Bardzo dziękujemy wszystkim osobom zaangażowanym w to przedsięwzięcie.

Anna Zworska  
Kierownik Klubu Senior+  
Przy Stowarzyszeniu Pomocy  
Potrzebującym „Nadzieja”



→





2020 Legionowo

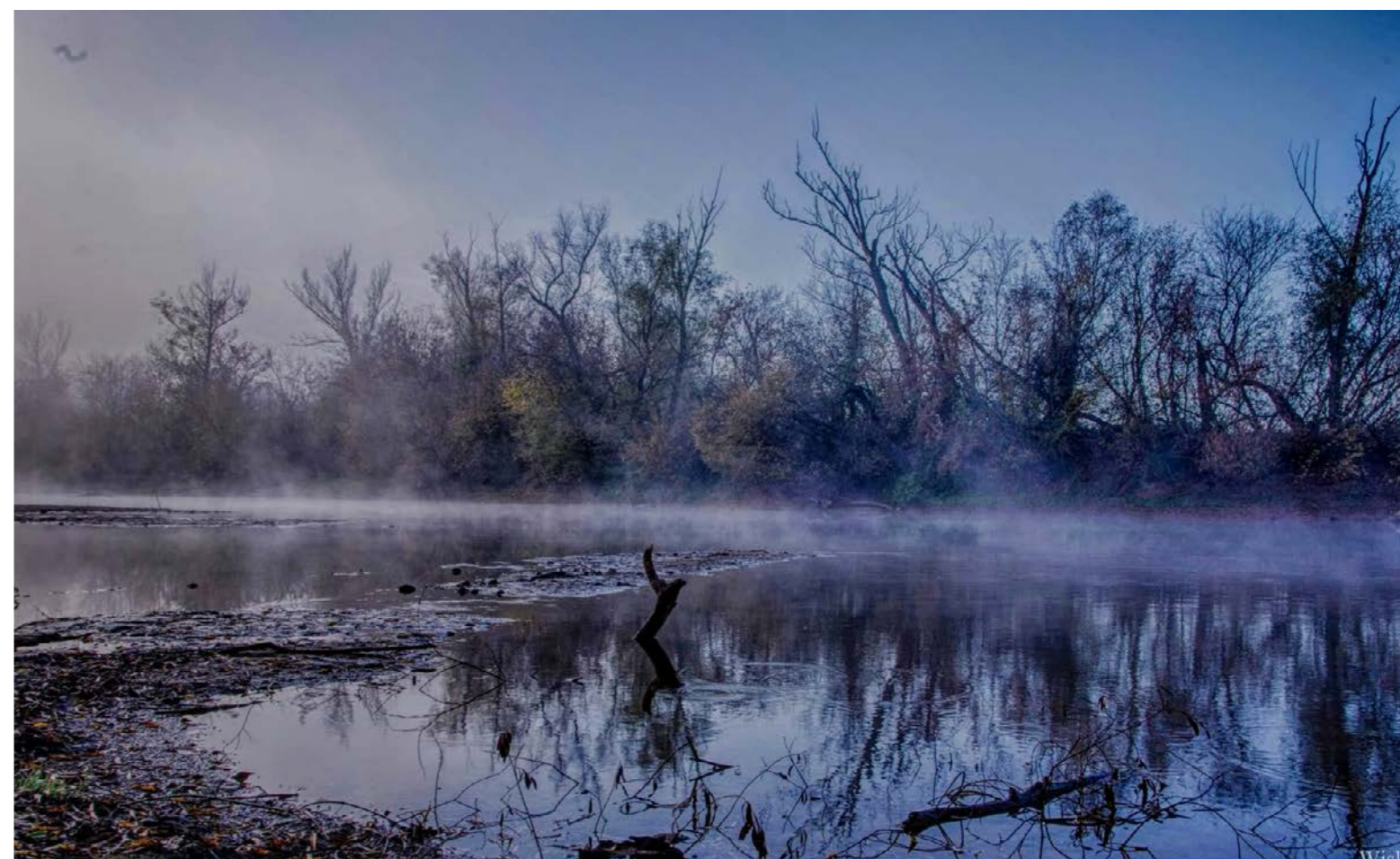
forOczko



Fotografie  
Czesława Karpieńskiego



Fotografie  
Zbigniewa Oczkiewicza



Wisła

## ZAPROSZENIE DO CENTRUM WOLONTARIATU

Jesteś emerytem lub rencistą.  
Nie możesz znaleźć pracy ze względu na swój wiek.  
Jesteś osobą aktywną, musisz coś robić.  
Chcesz pomagać innym ludziom..



### Dołącz do nas!!!

Z inicjatywy zarządu Stowarzyszenia Pomocy Potrzebującym NADZIEJA w Legionowie z dniem 1 lipca 2016 roku rozpoczyna oficjalną działalność Legionowskie Centrum Wolontariatu Seniorów.

Działalność naszego Centrum nakierowana jest na:

1. Wspieranie seniorów i senierek, mieszkańców miasta Legionowo, potrzebujących pomocy: chorych, chcących porozmawiać z drugą osobą, mających różne problemy życiowe i bytowe. Nikogo nie zostawimy bez pomocy.
2. Zamierzamy uruchomić punkt pomocy seniorom w drobnych naprawach domowych, elektrycznych, hydraulicznych, malarskich i innych.
3. Jesteśmy otwarci na inne inicjatywy i potrzeby legionowskim seniorom.
4. Uruchomiony został telefon zaufania



Zapraszamy do współpracy: emerytowanych nauczycieli i specjalistów w różnych dziedzinach naukowych, elektryków, hydraulików, lekarzy, urzędników, pielęgniarki, pracowników socjalnych i innych ludzi otwartych na pomoc innym.



Dyżury wolontariuszy prowadzone są : - we wtorki w godzinach 10.00 - 13.00  
- w środę w godzinach 10.00 - 13.00

Dzwoniąc do Centrum / w dniach dyżurów/ możesz uzyskać szczegółowe informacje, jak zostać wolontariuszem oraz zgłosić potrzebę pomocy osobie lub seniorowi, który takiej pomocy potrzebuje.

Siedziba Centrum to Legionowo ul. Piłsudskiego 3 / wejście od ul. Kopernika. Tel :/22/784-05-15

Telefon zaufania 500 683 354

Znajdź nas w Internecie: [www.lutw.net](http://www.lutw.net) / zakładka Centrum Wolontariatu/

Prezes Stowarzyszenia Pomocy Potrzebującym NADZIEJA

## WSZYSTKO ZACZEŁO SIĘ OD MASECZEK...

Kiedy w marcu br. koronawirus zaczął panoszyć się na dobre a na rynku trudno było zaopatrzyć się w produkty ochrony osobistej, powstała pilna potrzeba rozwiązania tego problemu. Wiadomo już było, że najbardziej narażeni na zakażenie są osoby starsze, słabe, obciążone dodatkowymi schorzeniami.

Grono aktywistów LUTW podjęło decyzję o zorganizowaniu akcji szycia maseczek. Pomysłodawcą akcji był dyrektor – Roman Biskupski a władze miasta udostępniły do tego celu maszyny do szycia. W szybkim tempie, dzięki kontaktom koleżeńskim, koleżanka Basia Kasiak zorganizowała grupę chętnych do szycia maseczek w domu. W ciągu kilku tygodnie udało się uszyć ponad 1000 sztuk maseczek, które pomogły zabezpieczyć seniorów naszego miasta. Aktywność społeczna rozkwitła!

Po zakończeniu tej akcji została chęć do działania i sprzęt – maszyny do szycia. Powstał pomysł utworzenia warsztatów krawieckich przy LUTW. Niemal natychmiast zebrała się grupa pań chętnych do nauki podstaw szycia lub doskonalenia swoich umiejętności. Pomysł i program działań opracowała kol. B. Kasiak.

Program warsztatów przewidywał:

- naukę prostego szycia z wykorzystaniem różnych funkcji maszyny do szycia:
- zapoznanie się z podstawami tworzenia wykrojów na fartuszki gospodarcze przydatne w każdym domu, na spódniczki i inne proste stroje.

W trakcie cotygodniowych spotkań śródowych stworzył się aktywny, zwarty zespół, który połączyła życzliwość i koleżeństwo. Każde zajęcia miały atrakcyjny przebieg. Nie zabrakło skupionej pracy, ciekawych pogawędek i gorącej kawy. Uczestniczki kończyły zajęcia i już planowały następne. Efektem kilkunastu śródowych spotkań było uszycie przez uczestniczki woreczków na drobiazgi, prostych serwetek z ładnym

wykończeniem rogów, fartuszków gospodarczych i obrusów na stoły brydżowe.

W planie było szycie spódniczek lecz, sytuacja pandemiczna zaostriżyła się i wszystkie działania LUTW zostały czasowo zawieszono, warsztaty krawieckie również.

Wszystko czego nauczyłyśmy się podczas powyższych zajęć już teraz przydaje nam się w życiu codziennym a nawiązane nowe znajomości rozszerzyły nasze otwarcie na ludzi.

Niecierpliwie czekamy na wznowienie zajęć! Wszystkich zainteresowanych robótkami ręcznymi, szyciem własnoręcznym, zapraszamy do obejrzenia filmów instruktażowych z szycia «Czas Seniora» na stronie Legionowskiego Uniwersytetu III wieku. ([www.lutw.net](http://www.lutw.net), Wirtualny Uniwersytet)

**Dorota Baranowska**

Członek Legionowskiego Uniwersytetu III Wieku





Kącik Poezji

Witam miłych czytelników, którzy z przyjemnością zaglądną do mojego Kącika Poezji. Zdecydowałam się w tym ostatnim wydaniu LIS-a w roku 2020 zaproponować Wam 3 różne wiersze, ale pasujące do sytuacji, w jakiej żyjemy. Po przeczytaniu tych 3 wierszy mam nadzieję, że będziecie zadowoleni z wybrania 3 różnych tematów, wartych moim zdaniem poruszenia na łamach prasy senioralnej.

I wiersz - pt. „Jesień” - aut. Z. Malewicz czł. UTW w Legionowie

II wiersz - pt. „Żółta Chryzantema” Z. Malewicz

III wiersz - bez tytuł - w domyśle: o czasie po pandemii.

Jesień

Wiatr za oknami liście strąca złote,  
Ramiona drzew aż do ziemi przygina,  
W serce moje wszczepia odwieczną tęsknotę,  
Żeby być przy tobie, kochana, jedyna.

Uśpione trawy i zboża za miedzą,  
Sośna tylko została w sukience zielonej,  
W zaroślach, na bagnach, gdzie zajace siedzą,  
Słońce o poranku budzi się czerwone.

Pozmutniały korale krwistej jarzębiny  
I wiatr swawolnik jakoś smutno wieje,  
Tęskno nam do lata, kochanej dziewczyny,  
Noc, która usypia przynosi nadzieję.

Potem przebudzenie, a pamięć zaciera  
To, co wymarzone, wyśnione wśród ciszy,  
Tylko miłość gorąca w sercu nie umiera,  
Prosi o ratunek, lecz kto ją usłyszy.

Zygmunt Malewicz  
„Aleksander”

A kiedy już będzie po wszystkim  
Gdy świat wróci na miejsce  
Pójdziemy razem na spacer  
Trzymając się za ręce.

A kiedy już będzie po wszystkim  
Do kina razem wyjdziemy  
Wracając parkową alejką  
Chmury podziwiać będziemy.

A kiedy już będzie po wszystkim  
Świat się na chwilę zatrzyma  
Serce wdzięczność otuli.  
Odeszła niedobra godzina.

A kiedy już będzie po wszystkim  
Przyjdzie czas zrozumienia,  
Że zawsze obok był człowiek

Żółta chryzantema

Zapłakana chryzantema złota  
Wtulona w świerkowy wieniec  
Przechodniu - coś tę gorzką otart  
Kiełknij - wyrzuć z serca cierpienie.

Dzisiaj takich jak Ty wielu  
Odwiedzają groby swoich bliskich  
Tych, którzy dotarli do celu  
Wyznaczonego przez Boga dla wszystkich.

Zmów pacierz klęcząc przy grobie  
Na dywanie z jesiennych liści  
Wtedy śpiący na wieki się dowie,  
Że marzenia jego ktoś ziszcil.

Zapał świecę, niech duszę ogrzeje  
Bo Pan, który niebem kroczy  
W nasze serca wszczepia nadzieję  
Niechaj tży przemują Twoje oczy.

Zygmunt Malewicz  
„Aleksander”

A kiedy już będzie po wszystkim  
Gdy świat wróci na miejsce  
Pójdziemy razem na spacer  
Trzymając się za ręce.

A kiedy już będzie po wszystkim  
Do kina razem wyjdziemy  
Wracając parkową alejką  
Chmury podziwiać będziemy.

A kiedy już będzie po wszystkim  
Świat się na chwilę zatrzyma  
Serce wdzięczność otuli.  
Odeszła niedobra godzina.

A kiedy już będzie po wszystkim  
Przyjdzie czas zrozumienia,  
Że zawsze obok był człowiek

Życzę moim czytelnikom pozytywnego myślenia, choć życie pełne jest nakazów i obstrzeżeń. Cieszymy się z każdego przeżytego dnia i starajmy się widzieć obok nas drugiego człowieka, który może potrzebować pomocy, ale nie śmie się o tę pomoc zwrócić.

Bądźmy otwarci i dajmy z siebie choć odrobinę energii dla drugiego człowieka, pomóżmy samotnemu i bezradnemu nie z obowiązku, lecz z chęci podania pomocnej dłoni, aby żyło się nam milej. Pamiętajcie, że dobro wraca podwójnie. Dziękuję i do następnego wydania LIS-a.

Światowy Dzień Seniora

Choć w 2020 r nie możemy, jak zwykle uroczystie obchodzić naszego Dnia Seniora, pozwolę sobie przytoczyć 3 wiersze nt. Seniorów i ich życia, kiedy już nie mają obowiązków związanych z pracą, wychowywaniem dzieci, wnuków, ale zdrowie już nie domaga, łykamy leki garściami, niektórzy mają problemy z chodzeniem itp.:

1) „Minęły tamte czasy” - wiersz/piosenka kol. Zygmunta Malewicza. 2) „Sen emeryta” - wiersz/piosenka tego samego autora. 3) „Życie emeryta” - autor nieznany - wiersz/piosenka, którą na melodię „Chachary” śpiewał przed kilkoma laty zespół „Erin”

Minęły tamte czasy  
(na melodię „Zabrałaś serce”)

Minęły dawno czasy  
gdy człowiek był jak Tur  
przemierzał dzikie lasy  
i kręte ścieżki gór  
Refren: Czemu ja muszę łykać  
tabletek całą moc  
choć serce zdrowo tyka  
bezsenna bywa noc

W kolejce do lekarza  
szlak czasem trafia mnie  
i często tak się zdarza  
że płakać mi się chce  
Refren: Czemu ja muszę łykać  
tabletek całą moc  
choć serce zdrowo tyka  
bezsenna bywa noc

Najbardziej dziś mnie cieszą  
zabawa, taniec, śpiew,  
spotkania przy herbatce  
i wiatru ciepły wiew  
Refren: Czemu ja muszę łykać  
tabletek całą moc  
choć serce zdrowo tyka  
bezsenna bywa noc

By męki nasze skrócić  
powtarzał krowie wót  
musimy chyba wrócić  
do zbawczej mocy ziół  
Refren: Czemu ja muszę łykać  
tabletek całą moc  
choć serce zdrowo tyka  
bezsenna bywa noc

Życie emeryta

Wielu młodych po maturze marzy o emeryturze.  
Emeryci żyją, chude mleko piją  
w dno spoglądają, na rentę czekają.  
Już nie straszą Cię pracą i co miesiąc trochę płacą.  
Emeryci żyją, zjadł mleko piją,  
kartofelki jedzą, w domach sobie siedzą.  
Choć nie starcza Ci na życie, za to sobie śpisz sowicie.  
Emeryci żyją i maślanke piją,  
zdjęcia oglądają, młodość wspominają

Rosną ceny wciąż do góry, ale nie emerytury.  
Emeryci żyją, wodę sobie piją,  
groziki chowają, dla wnuków zbierają.  
Obiecali wyrównanie, lecz się nie doczekasz na nie.  
Emeryci żyją, gorzkie ziółka piją,  
w okno spoglądają, na wnuki czekają.

Wszyscy w kółko narzekają, że już siły żyć nie mają,  
A seniorki żyją, serwet nie haftują  
wołają siebie śpiewać, dobrze się z tym czują.  
Czasem z domu uciekamy, na wycieczkę wyruszamy  
I seniorki nasze chętnie kraj zwiedzają  
„mineralną” piją, na dziadka zerkają.  
Panu Bogu dziękujemy, że wciąż młodo się czujemy  
W „Erinię” seniorki sobie zawdzięczają  
To, że mogą śpiewać i że humor mają.

Legionowskie panie kawę sobie piją,  
Piosenki śpiewają, znów na bal czekają.

Te trzy wesołe i żartobliwe wiersze dedykuję naszym seniorom, życząc im dużo radości z każdego przeżytego dnia i żebyśmy się nie poddawali, gdy spotka nas coś trudnego, trzymajmy się razem, bo w grupie siła. Mam nadzieję, że w 2021 r będziemy świętować nasze święto seniorów w miłej atmosferze i na prawdziwej uroczystości. Tego Wam i sobie życzę.

## Czas pandemii a seniorzy

Przedstawiam dzisiaj wiersz naszego kolegi z LUTW Zygmunta Malewicza, który strofami swojej poezji mówi nam o tym trudnym dla wszystkich czasie, a przede wszystkim dla seniorów, którzy są w grupie ryzyka ze względu na wiek i różne choroby współistniejące.

### Wirusycie

Czas pandemii, czas wirusa  
Pokrzyżował nasze plany,  
Krwawi serce, cierpi dusza,  
Choć nie widać z zewnątrz rany

Bywa czasem, że samotnym  
Przyjdzie gorzką tęgę uronić  
Ale ciężki czas nas wzmocni,

Życie płynie, tak być musi,  
Bo jesteś młody czy wiekowy,  
Choć nas wirus w piersi dusi,  
Stawmy czoła covidowi.

Smutek z naszych serc wygoni.  
Bądźmy dzisiaj dobrej myśli,  
Wszystko, co złe, nie trwa wiecznie,  
A uczynki dobre liczymy,  
Bo tak nam dyktuje serce.

Pomagajmy sobie wzajem  
Młodzi starszym, starzy młodym,  
Bo być może z ciepłym majem,  
Prysną wszystkie niewygody.

## Idą Święta

Zbliża się pięknie ubrana w białą szatę śniegu, zima a z zimą nadchodzą Święta Bożego Narodzenia i Nowy 2021 Rok. Zatrzymajmy się na chwilę, powspominajmy jak to niegdyś bywało. Wielkie sprzątanie, pisanie kart świątecznych, zakupy żywnościowe, ale i upominki dla całej rodziny, aby przypadkiem kogoś nie przeoczyć i nie zapomnieć zaprosić do wspólnego stołu. Wybieranie choinki, odświeżanie ozdób lub torebek i papier do opakowania drobiazgów pod choinkę. Na dosyć tych wspomnień, każdy na swój sposób przeżywa ten czas przedświąteczny. Proponuję Wam 3 wiersze naszego kolegi z UTW Zygmunta Malewicza ps. Aleksander 1) „Pod zimę” - spojrzenie autora na nadchodzącą porę roku. 2) ”Idą święta” - z nutką nostalgii o tych, co odeszli. 3) „Wigilia” - z życzeniami świątecznymi.

### Pod ziemię

Stońce nad lasem złotą tarczą przysiadło,  
Wieczór jesienny złoty płaszcz zawiesił,  
Mgła w swojej sieci uwięziła mokradło,  
Uśpiony został wonny zapach leśny.

A potem płaty śniegu, puszystej pierzyny  
Okryją łąki, drogi i bezdroża,  
Jesienią zaorane pola, obsiane redliny,  
Wierny tylko zostanie groźny poszum morza.

Odeszły w zapomnienie upalne wieczory,  
Ucichły uwielbiane ptasich chórów trele,  
Nawet kocie zniknęły zaloty, amory,  
Opustoszały plaże gwarne niegdyś w niedziele.

Pod lasem zadźwięczą znajome janczary,  
Sanna, jak co roku, koń parska na boki,  
Woznica z bata strzela, ciągnij śmiało stary,  
Nawet mroźna zima ma swoje uroki.

Na drzewach ostatnie pozostały liście,  
Mroźne noce każą tulić się w pościeli,  
Przyjdzie nam powitać białą zimną szatę,  
Lód pokryje wody gwarne dawnej kąpielisk.

### Idą święta

Posmutniały zmarznięte drzewa  
Płatki śniegu spadają leniwie  
Ptak w koronach drzew nie chce śpiewać  
Zima radość zabrała mu chciwie.

Tylko gwiazdki leniwie migają  
Przywołują o świętach wspomnienia  
Wspólne chwile do nas wracają  
Przy oplatku składane życzenia.

Oby wszyscy jak w tamtym roku  
Byli razem przy stole obecni  
Choć weseli to z łezką w oku  
Wspominając tych co odeszli.

Jednak w sercach jest ojciec i matka  
Ich uśmiechy i gorące dłonie  
Trzymając strępy oplatka  
Łekko marszcząc posiwiałe skronie

Złożmy sobie życzenia Kochani  
Podziękujmy rodzicom za wszystko  
Niechaj nikt z nas drogiego nie rani  
I niech płonie domowe ognisko.

### Wigilia

Choć, wiek już szacowny, posiwiałe skronie  
Twarze uśmiechnięte i serca gorące.  
Choć młodość minęła, spracowane dłonie,  
Dusza gra nam w piersi świetlista jak słońce.

Nie jest prawdą Kochani, że czas zmienić wartość  
Bo los nas doświadczył, to radość, to męka.  
Były lata piękne, Bóg rozdawał kartę  
Jeszcze iskra płonie, doświadczymy szczęścia.

Dzieląc się oplatkiem pomysłmy Kochani  
O tym, co minęło, co nas jeszcze czeka  
Choć niejedna zdrada dusze nam porani  
Bądźmy zawsze życzliwi dla drugiego człowieka.

W tym rok niestety nie spotkamy się przy świątecznym stole w sali lustrzanej na Uniwersytecie.

Powód jest Wam dobrze znany- obostrzenia, czerwona strefa itp.

W domach również nie będzie całej rodziny, ale postarajmy się nie smucić, wierzyć, że ten trudny okres minie i wrócą lepsze czasy, kiedy znów się będziemy cieszyć z wspólnych spotkań przy rodzinny stole, że jeszcze zorganizujemy nie jeden wieczorek taneczny, sylwestra czy bal karnawałowy. Przecież wiem, że nasi seniorzy czekają na powrót do normalności.

Wrócimy do wykładów na ciekawe tematy, na baseny termalne, na wycieczki turystyczne, do teatrów, na koncerty. Wszystko to przed nami. Tego wszystkiego życzę Wam i sobie również, razem z autorem tych nostalgicznych wierszy.

Kącik poezji przygotowała  
Hanna Przymusińska →



## Najcenniejszy prezent

23 grudnia 2020 (Tuż przed wigilią)

Patrzę w okno. Siedzę nieruchomo i patrzę. Ekran o wymiarach 120 na 160 centymetrów. Mój zewnętrzny telewizor. Nawet śnieży, jak stary 14-calowy „Belweder” dziadka. Roześmiałam się do siebie nad tym wspomnieniem. Zawsze się mówiło, że „śnieży”, gdy niewyraźny obraz pokrywał się mnóstwem białych drobinek. Po cichu zaglądałam przez kratki w poszukiwaniu małych ludzików żyjących za szklanym ekranem. Niestety, zawsze były szybsze.

Dziś w nocy, dzień przed wigilią, zaczął padać najprawdziwszy bożonarodzeniowy śnieg. Prezent od Pana Boga. Mentalnie już przygotowałam się na kolejny zimowy rekord ciepła, a tu niespodzianka. Miła? Trudno powiedzieć, będąc i tak zamkniętym w domu. Mogłam się jedynie pogapić na okna sąsiedniego bloku, urozmaicone śniegową animacją. Pogapić. Miałam wrażenie, że okno było moją najciekawszą rozrywką od miesięcy. Szczególnie nocami, gdy nie mogłam spać. W jakiś sposób potwierdzało istnienie życia. Gdzieś tam, w żółtych i pomarańczowych prostokątach, mieszkają stworzenia takie jak ja, ludzie. Tylko pewnie mniej samotne.

Jako dziecko lubiałam zimowymi popołudniami samotnie wymykać się z domu i zaglądać w okna. W tamtych czasach na wsi, mało kto je zasłaniał. Wymyślałam sobie o czym rozmawiają, co robią, a najchętniej, co jedzą. U nas była bieda, tata chorował, mama nie dawała sama rady z gospodarstwem. Pewnie dlatego z bajek Andersena najbardziej kochałam „Dziewczynkę z zapalkami”. Podobnie jak ja, wyczarowywała piękniejszy świat. Tyle, że za pomocą ognia.

Na własne potrzeby zmieniałam też zakończenie bajki. Śmierć na mrozie była nie do przyjęcia, nawet jeśli przychodziła pod postacią babci. Dlatego poprawiałam pisarza. Wiedziała lepiej jak to się powinno kończyć. Oczywiście szczęśliwie. Przychodziła piękna pani w białym futrze i zabierała dziewczynkę do pałacu na święta. Tam dziecko dostawało suknię z koronki i zasiadało przy stole pełnym smacznych potraw. Koniecznie pod trzymetrową choinką. Gdy już była pięknie ubrana, okazało się, że miała nadzwyczajną urodę i pani postanowiła ją zatrzymać na zawsze. Dziewczynka dorosła i wtedy zakochał się w niej książę. Poprosił wybrankę o rękę, a potem żyli długo i szczęśliwie. Bo wszystkie bajki powinny kończyć się dobrze. Tego zazdrościłam bajkom najbardziej, że można sobie wymyślić takie zakończenie, jakie się chce. A w prawdziwym życiu było różnie.

Nie! Nie będę wspominać. Miałam ubrać choinkę. Siedzenie bez ruchu w oknie jest kuszące, ale do niczego dobrego nie prowadzi. Znów się rozkleję. A obiecałam sobie, że postaram się żyć normalnie, na ile się da w tych nienormalnych czasach. Jest pandemia, zakaz wychodzenia z domu od połowy listopada. Czułam się dobrze, ale zaliczono mnie do grupy ryzyka. Jako seniorkę. Nie lubię tego słowa. Emerytki też. Córce i wnuczce powiedziałam, że jeśli już muszą odzywać się według szarzy, niech nazywają mnie Senioritą albo Zusinką. Zawsze to ładniej brzmi.

Zeszłam do piwnicy po ozdoby i choinkę. W zeszłym roku zobaczyłam w sklepie taką na pniu, z oszronionymi gałęziami. Podbiła mnie do reszty. W jej obecności poczułam się jak w Narni. Wysuplałam resztki emerytury i kupiłam choinkę na pniu. Do tego bezbarwne światełka i maleńkie białe bombki. Ola była zachwycona gdy ją zobaczyła już ubraną.

- Bibi, ale czadowa choinka! No mega! Sztos!

Żadnego z określeń nie rozumiałam, ale mowa ciała mojej wnuczki wyrażała ewidentną aprobatę. Imię Bibi wymyśliła mi Ola jakieś 15 lat temu. Roczne niemowlę zamiast mówić „baba” jak reszta populacji w tym wieku, uparcie na mój widok wykrzykiwało „bibi”. No i tak już zostało. Po cichu byłam wnuczce za →

to ogromnie wdzięczna. Ominęła mnie procedura przyzwyczajania się do roli babci. Wiesiek poradził sobie z dziadkowaniem o wiele lepiej. Mężczyźni mniej przejmują się starością. Wyglądem też. Ja na początku przejmowałam się każdą zmarszczką i siwym włosom. Wklepywałam kremy, malowałam odrosty co dwa tygodnie. Chciałam czuć się atrakcyjna, chociaż wiedziałam, że jestem kochana przez męża, jakkolwiek bym nie wyglądała. Wiesiek odszedł dwa lata temu. Nagle. Na zawał. Po jego odejściu jakoś zabrakło mi sił na zmaganie się z zawodową codziennością. Z pracy odeszłam tuż po 60-tce. Przed emeryturą miałam wiele pomysłów na spędzenie czasu wolnego. Jak to w życiu, teoria rozminęła się z praktyką. Głównie czytałam książki, oglądałam filmy i zajmowałam się domem. Przed pandemią spotykałam się z dwiema przyjaciółkami. Czasami spacer, czasami kawiarnia. Teraz siedziałam w domu, głównie sama. Nawet nie włączałam telewizora, bo stwierdziłam, że gdy oglądam wiadomości, bardziej się boję. A seriali nigdy nie lubiłam. Zaznaczałam sobie w gazecie ciekawsze filmy i tyle. Może jednak poszukam programu z kolędami? Nastrój będzie przy ubieraniu choinki.

Maksencjusz bez ciekawości przyglądał się moim zabiegom dekoratorskim. Oprócz jedzenia, niewiele go zajmowało. Prawdę mówiąc, do pokarmu również podchodził z pewną nonszalancją. Czasami miałam wrażenie jakby robił mi łaskę, że zje to, co włożę do jego miski. Lubiałam niezależność tego kota. Miałam jakieś życiowe wyzwania. Pokłócić się z Maksencjuszem to jest coś. Chociaż on robił to raczej w milczeniu, z pogardą unosząc ogon. Ja za to mogłam się wygadać. Do czego to doszło? Nie wiem jak kotu, ale mi się choinka podobała. Zwłaszcza, że Ola podrzuciła drewniane śnieżynki. Wieczorami będzie klimat. Jutro od rana zaplanowałam gotowanie. Zapachnie kapustą i grzybami. Wiesław uwielbiał kotlety z suszonych grzybów. Zadzwoił domofon. Kto to może być? Kurier? Nic nie zamawiałam. Zeszłam na dół. W drzwiach dostałam niewielką przesyłkę. W domu rozpakowałam. Z zaskoczeniem odkryłam, że w kartonie był tablet. I wydrukowana karteczka: „Z życzeniami pogodnych świąt”. Zadzwoiłam do córki.

- Iwonko, czy to ty przysłałaś mi prezent? Dostałam pocztą tablet i nie wiem od kogo.

- Mamo, przecież bym ci przyniosła osobiście - wyjaśniła Iwona.

- To kto w takim razie?

- Nie mam pojęcia. Dostałaś to się ciesz. Wybacz, ale nie mogę teraz rozmawiać, oddzwonię wieczorem.

- Dobrze, w takim razie do usłyszenia córciu.

Patrzyłam na płaski przedmiot na moich kolanach i zastanawiałam się co mam z tym zrobić? Podstawową obsługę komputera opanowałam. Korzystałam z niego w pracy. W domu też miałam laptop i łącze internetowe. Ola założyła mi nawet konto na portalu społecznościowym, na które jednak rzadko zaglądałam. Ale tablet? Nie ma klawiatury, więc obsługuje się pewnie palcem. Pamiętam jaki problem miałam z odbieraniem rozmów gdy telefon na guziki postanowiłam zamienić na smartfon. Przez pierwszy tydzień nie byłam w stanie odebrać większości połączeń. Przesuwałam palcem po zielonej słuchawce i nic. Już myślałam, że skórę mam za grubą. Chciałam wrócić do telefonu dla seniorów, jednak wnuczka dopingowała, żeby nie rezygnować. Mówiła żebym była nowoczesną babcią. No i powoli zaczęło wychodzić. Nawet nauczyłam się pisać smsy. Klawiatura była większa i wygodniejsza niż mikroskopijne guziki starego telefonu. A to? Sporo większe niż smartfon, ale nawet włącznika nie mogłam znaleźć. Instrukcję napisali takim maczkiem, że w najmocniejszych okularach ledwie rozczytałam. I oczywiście połowy słów nie zrozumiałam. Jakoś znalazłam guzik zasilania. Pojawiły się kolorowe kwadraciki. Dotknęłam przeglądarkę internetową. Jest. Otworzyła się i poinformowała, że nie mam dostępu do internetu. Trzeba wpisać hasło. Ale jak? Nie ma przecież klawiatury. Zaraz, zaraz. W smartfonie sama się pojawiała, gdy zaczynałam pisać. Udało się! Połowę dolnej części ekranu zajęły spore litery. To już coś. Wpisałam hasło, wydobywając pomiętą karteczkę z szuflady. Ikonka sieci była tu taka sama jak w laptopie. Uff! Mam połączenie. Zalogowałam się na próbę na swoim koncie społecznościowym. Zaczęłam przeglądać. Nie zauważyłam kiedy zrobiło się ciemno na dworze. Oderwałam się od ekranu dopiero gdy rozboleły mnie oczy. Ależ to wciągało. Pierwszy raz nie dziwiłam się młodym, że →

siedzieli z nosami w telefonach. Zwłaszcza, że mieli mnóstwo przyjaciół. A może ja też mogłabym czasami z kimś porozmawiać lub popisać zamiast ciągle oglądać ten sam „program” w oknie?

Teraz jednak postanowiłam oderwać się od magicznej płytki. Maksencjusz zniecierpliwiony próbował wspiąć mi się na kolana, przypominając o napełnieniu miski. Też poczułam się głodna.

Po kolacji siadłam z kawą przy choince. Było tak cicho, że wyraźnie słyszałam mruczenie Maksencjusza. Zamiast po książkę, sięgnęłam po opasły album. Papierowe zdjęcia to świetny wynalazek. Szkoda, że wyparły je cyfrowe obrazki rodem z telefonów. Dawniej, żeby zrobić zdjęcie, trzeba było iść do fotografa lub mieć własny aparat. Na swoją pierwszą smienę oszczędzałam kilka miesięcy. Potem należało kupić kliszę i bardzo uważnie dobierać ujęcia, bo miało się do dyspozycji jedynie 24 klatki. Nie było na próbę. Wypstrykaną zanosilałam do fotografa. Czekałam kilka dni na odbiór. Wywołanie też kosztowało. Ale jakie emocje towarzyszyły momentowi, kiedy odbierało się grubą kopertę ze zdjęciami! Czasami było ich o wiele mniej niż 24, bo nieostre, poruszone czy niedoświetlone. Takich się nie wywoływało. Wychodząc z zakładu fotograficznego, zwykle oglądałam zdjęcia już na ulicy. Jeżeli mi na nich zależało, czekałam aż dotrę do domu. Widząc każde z nich po raz pierwszy, długo celebrowałam oglądanie. Czułam, że trzymam w rękach kawałek mojego życia. Tak mi zostało do dziś. Zdjęcia robione telefonem też wywoływałam, gromadząc najlepsze w kolejnych albumach. Ale największą czułością darzyłam ten najstarszy. Pożółkłe fotografie odziedziczone po rodzicach. Czarno-białe z majestatycznie ustawionymi modelami. Według kanonu fotograficznego tamtych czasów. Nie metrycznie i procentowo, jak dziś do dowodu. Głowa w prawo, do góry, podparta dłonią, bo młoda. Mama. Babcia zupełnie inaczej. Sztywna, wpatrująca się w wieczność. Mama siedzi ze mną na kolanach, obok starszy brat, tata z tyłu, obowiązkowo w mundurze wojskowym. Czy ktoś robi sobie dziś pozowane rodzinne zdjęcia w mundurze? Mąż Iwony zakładał mundur jedynie do pracy. W czasach mojego ojca, mundur był odświętnym strojem każdego wojskowego, zamiast garnituru. Dzisiaj bycie żołnierzem to praca jak każda inna.

Dalej były już zupełnie inne zdjęcia. Nasze. Ja uśmiechnięta z maleńką Iwonką na rękach, na plaży w Ustce. Nikogo już nie gorszyło fotografowanie się w stroju kąpielowym. A tu ktoś nam zrobił, bo byliśmy wszyscy troje. Z tego, co pamiętam, poprosiliśmy przechodzącą plażowniczkę. Ludzie chętnie robili sobie takie przysługi. W ogóle więcej się rozmawiało. Chyba mieliśmy do siebie więcej zaufania i bardziej garnęliśmy się do innych. Kiedyś w pociągu zauważyłam przesympatyczną staruszkę. Zagadywała pasażerów, złąkniona kontaktu. Pamiętam spojrzenie zaczepionej młodej dziewczyny. Spojrzała na tę kobietę zaskoczona, ale i oburzona. Jak tak można zaczepiać obcych ludzi w pociągu? Nie odpowiedziała na zadane pytanie. Przeniosła się w dalszą część przedziału, prawie bez przerwy postukując palcem w telefon. A mi zrobiło się tej starszej pani żal, bo jakby zmarkotniała. Pomyślałam, że tak chętnie rozmawia w podróży, bo na co dzień może nie ma z kim? Tak jak teraz ja. Niestety, nie umiałam z taką swobodą zaczepiać innych ludzi. Pewnie z obawy przed takimi reakcjami, jak u tej dziewczyny. Właściwie trochę zazdrościłam staruszce odwagi i determinacji. Uświadomiłam sobie, że już dawno nie widziałam zwyczajnych ludzkich twarzy. Przed listopadową narodową kwarantanną, kiedy to ogłoszono, że seniorzy mają pozostać w domach, też wszyscy chodzili w maskach. Obostrzenia, lockdown. Nowe słowa, które z dnia na dzień weszły do języka. Rok temu, gdy spędzaliśmy razem wigilię, nawet przez myśl mi nie przeszło, że kolejną będę spędzać zupełnie sama. Westchnęłam. Trzymam się. Tak sobie obiecałam. Szukać małych dobrych szczęść, wierzyć i nie poddawać się. To minie. Na pewno minie. Już niedługo. Podobno od stycznia mają być szczepionki.

Zadzwoił telefon.

- Mamo, oglądałaś?! - krzyknęła Iwona bez wstępów.

- Co oglądałam?

- Telewizję, wiadomości!

- A nie. Choinkę ubierałam...

- To ty nic nie wiesz! Przemówienie premiera było! - emocjonowała się córka - Powiedział, że od północy →

cofają kwarantannę! Jutro możemy się spotkać na wigilii! Razem! Ciocia Danusia dzwoniła i zaprosiła naszą czwórkę do nich na wieś! Ma nadzieję, że uda się jej ściągnąć swoje dzieci, chociaż czasu mało. Ale by było świetnie! Dopóki nie doświadczyłam izolacji, nie miałam pojęcia jak za nimi wszystkimi strasznie tęsknię! Mamo! Słyszałaś?! Dlaczego nic nie mówisz?

- Prawdę mówiąc, trochę mnie zatkało z nadmiaru dobrych wiadomości. To, co mówisz, wydaje się nie do uwierzenia.

- Uwierz, uwierz. Przygotuj się na 16.00. Przyjedziemy po ciebie. Ola też chce jechać. Jak nigdy. Ta nauka zdalna daje jej w kość. Aha, ten tablet! Podpytałam koleżanki z pracy czy czegoś nie wiedzą i okazało się, że inni emeryci też dostali. To prezent od urzędu dzielnicowy dla seniorów. Jak to mówi Ola, żebyście byli nowocześni... Poczekaj chwilę, bo właśnie córka wyrzywa mi telefon.

- Bibi? Słyszałam, że dostałaś nowy tablet. Fajny? Bo jakby ci się nie podobał, to wiesz. Dałaś radę chociaż go włączyć?

- Pewnie, że dałam - powiedziałam z dumą - w końcu miałam świetną nauczycielkę. Nawet internet udało mi się podłączyć.

- No, no, wyrabiasz się, widzę. Mówiłam ci, że nie ma co tak szybko rezygnować. Ze smartfonem też już sobie radzisz. Weź tablet ze sobą do cioci Danusi to ci pokażę parę przydatnych rzeczy. A, ładowarkę też weź.

- Wezmę, wezmę. Nawet dam ci pograć - zachichotałam.

- Mam swój telefon, nie musisz - wnuczka udawała obrażoną zdekonspirowaniem, ale zaraz dodała ciepło - bardzo się cieszę, że spędzimy te święta razem, Bibi. To buźka. Od mamy też.

-Buźka - odpowiedziałam i rozłączyłam się.

Podeszłam do okna. Biała powłoka otuliła już świat zza okna. Wypiękniało, wycichło. Wokół pomarańczowych latarni wirowały ciemne na tle świateł drobiny. Jakaś para bawiła się pierwszym śniegiem, chłopak robił orla na trawniku a dziewczyna wydeptywała ogromne serduszko. Żółte prostokąty bloku naprzeciw, wydały mi się jakieś weselsze. Jutro na wigilię razem. Do Krzyśka i Danusi. Do rodzinnego domu na wsi. Jak dawno tam nie byłam. Poodycham starymi kątami, powspominam. Brat pewnie też się rozklei. Oboje tak mieliśmy. Każdemu kurczakowi urządzaliśmy pogrzeb.

Wezmę stary album. Aha, i tablet. Okazał się naprawdę dobrą wróżbą.

Beata Podgórska →





## 11 LISTOPADA - 102 ROCZNICA ŚWIĘTA NIEPODLEGŁOŚCI

**11** listopada każdego roku obchodzimy Święto Niepodległości. Jest to jedno z najważniejszych świąt w Polsce. Ojczyzna nasza po 123 latach z kraju wymazanego z mapy Europy przez 3 zaborców, nagle odzyskała niepodległość. Chciałabym przybliżyć czytelnikom historycznie, jak do tego doszło:

- 1) 8 I 1918 prezydent Stanów Zjednoczonych przedstawił w swym pokojowym orędziu program nazywany czternastoma Punktami Wilsona. Pkt. 13 dotyczył utworzenia niepodległej Polski
- 2) Już w X 1918 r w Polsce rozpoczęła się walka o władzę pomiędzy środowiskami skupionymi wokół Komitetu Narodowego Polskiego i Romana Dmowskiego oraz Radą Regencyjną popieraną przez Józefa Piłsudskiego
- 3) W Lublinie w nocy z 6 na 7 XI 1918 r na czele Tymczasowego Rządu Ludowego Republiki Polskiej stanął Ignacy Daszyński.
- 4) Władzę w Małopolsce Zachodniej przejął przywódca PSL „Priast” Wincenty Witos.
- 5) 10 XI 1918r. ok. godz. 7.00 wrócił do Polski specjalnym pociągiem z Berlina Józef Piłsudskiego, zwolniony z więzienia w Magdenburgu Komendanta I Brygady Legionów powstał na Dw. Głównym książe Zdzisław Lubomirski, który reprezentował Radę Regencyjną, pełniącą funkcję tymczasowej polskiej władzy państwowej. Jeszcze tego samego dnia doszło do spotkania J. Piłsudskiego z niemiecką Centralną Radą Żołnierską i do zawarcia porozumienia, w wyniku którego w nocy z 10 na 11.XI rozbrojono 30-tysięczny niemiecki garnizon stacjonujący w Warszawie.

11 XI 1918 r po podpisaniu rozejmu Rada Regencyjna powierzyła J. Piłsudskiemu władzę wojskową i naczelną dowództwo nad Polską Siłą Zbrojną.

16 XI 1918r. J. Piłsudski podpisał dokument ogłaszający niepodległość Polski. W 3 dni później depezą notyfikującą niepodległość przesłano drogą radiową

do USA, Anglii, Włoch, Japonii, Niemiec oraz rządowi „wszystkich państw wojujących i neutralnych”.

18.XI.1918 r J. Piłsudski powołał pierwszy koalicyjny rząd Rzeczypospolitej Polskiej a misję jego sformułowania powierzył tymczasowo premierowi Jędrzejowi Moneczewskiemu.

26 I 1919 r. odbyły się wybory do Sejmu Ustawodawczego i powołano rząd kierowany przez Ignacego Paderewskiego. Rozpoczęła się odbudowa niepodległej Polski, która musiała jeszcze zawalczyć o przebieg granic i proces scalania ziem mających tworzyć II Rzeczpospolitą.

Od tego czasu dzień 11 XI uznany jest za Święto Niepodległości Polski, jako rocznica odzyskania przez naród polski niepodległego bytu państwowego i jako dzień po wsze czasy związany z wielkim imieniem Józefa Piłsudskiego, zwycięskiego Wodza narodu w walkach o wolność Ojczyzny.

Tak w wielkim skrócie chciałam przybliżyć Wam moment odzyskania Niepodległości Polski/komentarz wydarzeń. Dziś 102 lata po tej ważnej dla Polski dacie z dumą wspominamy tamte czasy i bohatera Józefa Piłsudskiego, który doprowadził do powrotu Polski na mapy Europy i do odzyskania naszej tożsamości.

Hanna Przymusińska



## PODWÓJNE ŻYCIE MIKOŁAJA

Postać Świętego Mikołaja dla wielu z nas już od dzieciństwa była czymś mglistym, nieuchwytnym i niemal nierealnym; tajemniczy odbiorca listów znikających w pustce odpowiadał na nie garścią prezentów pod poduszką czy choinką lub co najwyżej ukrywał twarz za szczelnie chroniącym ją przebraniem; niekiedy racjonalnie dociekliwe pacholeta identyfikowały pod kostiumem jakiś szczegół zdradzający członka rodziny: zegarek ojca, okulary dziadka. Konstatacja, że Święty Mikołaj jest tylko wirtualnym patronem grudniowych zwyczajów, a nie realnym dystrybutorem prezentów, to jedna z oznak wchodzenia w dorosłość. Problem realności Świętego Mikołaja nie kończy się jednak wraz z utratą dziecięcych złudzeń; nie wiadomo bowiem, czy pierwowzór tej legendarnej postaci, biskup Miry działający ponoć na przełomie III i IV wieku, istniał naprawdę. Pierwszy przekaz pisany o Mikołaju pojawia się w tradycji kościelnej dopiero w wieku VI, dwieście lat po śmierci dobrotliwego biskupa. Brak jakichkolwiek dat i biograficznych konkretów. Dowiadujemy się tylko, że Mikołaj ocalał od niesłusznie wydanego wyroku śmierci trzech oficerów służących cesarzowi Konstantynowi; sprzed oblicza uniewinniającego ich rzymskiego senatu odeszli obdarowani obfitymi prezentami, mającymi zrekompensować błędne oskarżenia.

Inne przekazy dotyczące Mikołaja pojawiają się dopiero w wieku IX. Jeden z nich przedstawia świętego jako obrońcę czci małoletnich dziewcząt, który wrzucił przez komin do ich domu woreczki z monetami przeznaczonymi na posag, aby uchronić dziewczyny przed sprzedaniem do domu publicznego przez ojca - bankruta.

Drugi mówi o statku zatopionym podczas burzy i cudownie wyciągniętym z głębin przez Mikołaja; wdzięczność załogi dorównywała siłą uciszonemu przez biskupa wichrowi.

Trzeci fragment donosi o zażegnaniu głodu w portowym mieście Andriake, gdzie święty kazał



pozostawić załodze okrętu połowę zboża wiezionego z Rzymu do Konstantynopola; kiedy u celu podróży marynarze z lękiem wynosili pozostałe po mikołajowej rekwizycji ziarno z ładowni ze zdziwieniem dostrzegli, że niczego nie brakuje; to prezent cudownie rozmnożony.

Wymienione tu (jak i inne) relacje przekazują nam obraz człowieka wrażliwego na krzywdę, współczującego i zarządzającego ubóstwu poprzez obdarowywanie biednych; podobno pochodził z bogatej rodziny - odziedziczony majątek rozdał zaraz po śmierci rodziców. Nie ma jednak w tych relacjach daty narodzin ani śmierci, ani okoliczności kanonizacji. Mimo to kult Mikołaja łączy - w umiłowaniu domnie-manego rozdawca dóbr doczesnych - wszystkie strony wewnątrzchrześcijańskiego konfliktu. Jest on →

powszechnie czczony przed schizmą prawosławia na Wschodzie i na Zachodzie, a po niej przez oba zwaśnione kościoły. Dostrzegają go też i honorują „Dniem Mikołaja” heretyckie wspólnoty po reformacji w XVI wieku, pomimo ideowej niechęci do kultu świętych.

Kres bezwarunkowej akceptacji kościoła dla niepoohamowanego darczyńcy przychodzi dopiero w latach 60-tych XX wieku. Sobór Watykański II, weryfikując listę świętych i wykluczając z panteonu tych o wątpliwej realności dyskutuje też o Mikołaju; werdykt znacznie osłabia jego pozycję: święty zasługuje po soborze tylko na uprawiane lokalnie wspomnienie dowolne, a dzień 6 grudnia przestaje być oficjalnym świętem całego kościoła papieskiego. Werdykt ten przychodzi jednak co najmniej 30 lat za późno. Oto bowiem w roku 1930 plastyk Fred Mizen projektuje dla koncernu Coca-cola reklamę przedstawiającą wizerunek Mikołaja z charakterystyczną butelką. Reklama okazuje się niezwykle skuteczna i popularna w świecie pozbawionym świętości;

czyżby cud konsumpcji? Mikołaj zagnieżdża się ponownie w powszechnej wyobraźni odbiorców pop-kultury, tym razem bez cenzury regulującego tę wyobraźnię reprezentanta sacrum.

Ów reprezentant sacrum - ówczesny papież Paweł VI - też nie grzeszy posoborową konsekwencją. W roku 1972 przekazuje przedstawicielom kościołów prawosławnych fragmenty domniemanych relikwii świętego Mikołaja z włoskiego kościoła w Bari, aby ułatwić dialog między prawosławiem a katolicyzmem. Relikwie lądują w dwóch cerkwiach na wschodnim wybrzeżu USA, w ojczyźnie Coca-coli; w nowej ojczyźnie Mikołaja, pierwszego świętego sfery profanum, patrona wzmożonej grudniowej konsumpcji, wkalkulowanej przez wszystkich przedsiębiorców w plan rynku zwanego wolnym.

Robert Żebrowski →

## I JAK TU NIE WIERZYĆ W ŚW. MIKOŁAJA?

Jest początek grudnia 2020 roku. Jak każdy myślący senior staram się stosować do obostrzeń, jakie przyniosła nam pandemia. Trudno jest tak zorganizować sobie dzień, żeby był miły i wypełniony lekturą, rozrywkami umysłowymi, czy krótkim spacerem dla zdrowia, ograniczając kontakty z innymi. Tego grudniowego poranka raptem obudził mnie dzwonek do drzwi. Zanim zdążyłem wstać żona już otworzyła, po czym za moment zamknęła drzwi. Wizyta więc była bardzo krótka. Okazało się, że przybył przedstawiciel św. Mikołaja w osobie funkcjonariusza Straży Miejskiej z paczką, w której oprócz słodczy, kawy i innych specjałów znalazły się środki dezynfekujące ręce, maseczki, rękawiczki a przede wszystkim piękne życzenia świąteczne od Prezydenta m. Legionowo p. Romana Smogorzewskiego i Prezesa Zarządu. Koła Pow. ZKRP i BWP p. Cezariusza Kalinowskiego. Była to bardzo miła niespodzianka

dla kombatantów – seniorów, którzy walczyli o niepodległość Ojczyzny, a jednocześnie są w grupie ryzyka ze względu na wiek i choroby współistniejące. Chciałbym w imieniu obdarowanych seniorów podziękować darczyńcom za piękny gest, za pamięć i za życzenia świąteczne. Chciałbym również podziękować p. Ewie Milner-Kochańskiej, która nie po raz pierwszy, jako Naczelnik Wydz. Zdrowia Publicznego i Spraw Społ. zawsze znajduje czas, aby pamiętać o nas seniorach a także funkcjonariuszom Straży Miejskiej, którzy włączają się w różne akcje dotyczące pomocy dla tej części społeczeństwa, która najbardziej jej potrzebuje. To było bardzo miłe rozpoczęcie zwykłego dnia świadczące o tym, że ktoś jeszcze o nas pamięta. I jak tu nie wierzyć w św. Mikołaja?

Z serdecznym podziękowaniem:  
płk Kazimierz Przymusiński →



### SZANOWNI PAŃSTWO! KOCHANI SENIORZY!

Oto zbliża się kolejna gwiazdka i kolejny Nowy rok w naszym życiu. Niech przy zapachu choinki, wigilijnym stole, z białym opłatkiem, ze wspomnieniami dzieciństwa, młodości i dojrzałości upływa wam czas, pomimo trudnych dni.

Nowy 2021 Rok niech będzie lepszy, niż ten odchodzący i z satysfakcją życiowych dokonań.

Przeżyjcie ten piękny czas z pogodą ducha, kołędami, polską tradycją i zwyczajami.

PREZES  
Stowarzyszenia Pomocy  
Potrzebującym "Nadzieja"  
dr. Roman Biskupski



Zostań dziennikarzem,  
reporterem, redaktorem

**SoVo Radio**  
Legionowo

Zgłoś się pod adres:

[spp-nadzieja@wp.pl](mailto:spp-nadzieja@wp.pl)

Projekt **SoVo Radio** Legionowo to **nowe**  
przedsięwzięcie **medialne**.  
Utworzona zostanie **internetowa rozgłośnia**  
radiowa dla wszystkich słuchaczy Uniwersytetu  
Trzeciego Wieku i **seniorów** w Legionowie.  
Projekt **nie ma żadnego ograniczenia wiekowego**.

**Zapraszamy do współpracy**



organizatorzy



partnerzy



# REHABILITACJA

# NFZ



**CENTRUM AKTYWNOŚCI I ZDROWIA**  
**LEGIONOWO ul. J. PIŁSUDSKIEGO 3 (wejście od ul. Kopernika)**  
**tel. 22 690 01 40**  
[www.przychodniamoja.pl](http://www.przychodniamoja.pl)