



Przewodnik

*Miesięcznik Okręgu
Podkarpackiego PZN*



(151)

07/2017 ISSN 1897-841X

Tyle jesteś wart ile drugiemu pomożesz - jeśli możesz



U zaranja tegorocznych wakacji życzymy wielu wspaniałych przeżyć, mnóstwa wrażeń i dokumentujących je ciekawych fotek!

Spis treści:

- Lipiec 2017 – calendarium str. 3
- Pragnę Jej zaistnienie ocalić od zapomnienia str. 14
- Z pierwszej ręki..... str. 22
- Witryna poetycka str. 26

Koleżance

Zofii Zdeb

- wyrazy głębokiego współczucia –

z powodu śmierci

Syna

składają koleżanki i koledzy zrzeszeni w lubaczowskim Kole PZN

Miesięcznik Okręgu Podkarpackiego Polskiego Związku Niewidomych

Wydawca: Zarząd Okręgu Podkarpackiego PZN w Rzeszowie

Skład redakcji:

Redaktor Naczelny, koordynator: „Zygflor” - Zygmunt Florczak

Skład komputerowy: Agnieszka Płonka

Współpracują: Maria Okulska, Małgorzata Musiałek, Lucyna Krzan-Zawiślak

Adres siedziby redakcji: 35-201 Rzeszów, Plac Dworcowy 2

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

e-mail: podkarpacki@pzn.org.pl

www.podkarpacki.pzn.org.pl

Lipiec

- to pełnia wakacji, czas urlopów, turnusów rehabilitacyjnych, grupowych i indywidualnych wycieczek; słowem: okres zasłużonego odpoczynku. Miesiąc kojarzony jest z lipami (*przecież od nich w polszczyźnie wywodzi swe imię*), które kwitną w te dni, zaś ich wspaniały zapach wabi pszczoły, które pracowicie zbierają z nich miododajny nektar.

Dlatego też lipiec tym wszystkim, którzy w ośmioklasowej podstawówce „na pamięć” musieli wkuwać utwory przedstawicieli z poszczególnych okresów naszej literatury ten miesiąc niewątpliwie kojarzy się z Janem Kochanowskim, z którego treści fraszki „*Na lipę*” każdy powinien o każdej porze dnia lub nocy umieć zacytować przynajmniej pierwsze cztery jej wersy.

To w niej piszący po polsku Mistrz z Czarnolasu propagował w jej – *lipy* - cieniu proozdrowieńczą drzemkę mówiąc:

*Gościu siądz pod mym liściem, a odpocznij sobie!
Nie dojdzie cię tu słońce, przyrzekam ja tobie,
Choć się najwysszej wzbije, a proste promienie
Ściągną pod swoje drzewa rozstrzelane cienie.
Tu zawżdy chłodne wiatry z pola zawiewają,
Tu słowicy, tu szpacy wdzięcznie narzekają.
Z mego wonnego kwiatu pracowite pszczoły
Biorą miód, który potym szlachci pańskie stoły.
A ja swym cichym szeptem sprawić umiem snadnie,
Że człowiekowi łącno słodki sen przypadnie.
Jablek wprawdzie nie rodzę, lecz mię pan tak kładzie
Jako szczep najplodniejszy w hesperyjskim sadzie*.*

Lipiec – to siódmy miesiąc w roku i wedle używanego w Polsce kalendarza gregoriańskiego, ma 31 dni. Omawiane dni na półkuli północnej są miesiącem letnim, zaś na południowej zimowym.

Według Aleksandra Brücknera - *historyka literatury i kultury polskiej* - nazwa miesiąca pochodzi od kwitnących w te dni lip.

Dawniej również używano takich jego nazw, jak: lipień, *por. ukr.* липень / łypeń, *blr.* ліпень / lipień.

Jego łacińska nazwa **Julius** została nadana na cześć Juliusza Cezara i w różnych jego formach dzisiaj funkcjonuje w nazewnictwie tego czasu większości języków europejskich.

W normalnym roku w drugiej dekadzie miesiąca rozpoczyna się zbiór traw nasiennych, jęczmienia ozimego i rzepaku – tzw. małe żniwa – od których tylko krok do tych właściwych, zwanych dużymi.

Przysłowia związane z miesiącem, to:

Upały lipcowe, mrozy styczniowe.

Złe na Prokopa (8 lipca), jak zmoknie kopa.

Gdy Amelia (10 lipca) pogodna, będzie jesień dorodna.

Kiedy na Małgorzatę kropi (13 lipca), siano źle się skopi.

Jaka Małgorzatka (20 lipca), takie będzie pół latka.

Jaki Jakub (25 lipca) do południa, taka zima też do grudnia.

Jaki Jakub po południu, taka zima też po grudniu.

Od świętej Hanka (26 lipca), chłodne wieczory i poranki.

Okolo dnia świętej Marty (29 lipca) ze żniwami już nie żarty.

Lipcowe deszcze dla chłopa kleszcze.

Miesiąc lipiec musi przypiec i ostatki mąki wypiec.

Kiedy lipiec daje deszcze, długie lato będzie jeszcze.

W lipcu będziemy wspominać:

1 lipca 1569 r. - nastąpiło zaprzysiężenie **unii polsko litewskiej** – powstała **Rzeczpospolita Obojga Narodów**, czyli Polska i Litwa stały się jednym państwem ze wspólnym Sejmem i Senatem.

1 lipca 1942 r. – zmarł **Bolesław Wieniawa-Długoszowski** – generał, dyplomata, poeta, żołnierz Legionów Polskich, współpracownik i adiutant Józefa Piłsudskiego (*ur. 1881 r.*)

Autor „kawaleryjskiej maksymy: „Bo w sercu ulana, gdy je położysz na dłoni, na pierwszym miejscu panna, przed nią tylko koń”.

1 lipca 1971 r. - **Polskie Radio** rozpoczęło nadawanie audycji „*Lato z Radiem*”.

2 lipca 1947 r. – urodził się **Karol Strasburger** – aktor, znany z filmów: „*Agent nr 1*”, „*Wielki szu*”, czy „*Ekstradycja*”. Od kilkunastu lat prowadzi popularny teleturniej „*Familiada*”.

2 lipca 1977 r. – zmarł **Vladimir Nabokov** – pisarz rosyjski i amerykański, autor wydanej w 1955 r. skandalizującej powieści „*Lolita*” (ur. 1899 r.).

z **3/4 lipca 1941 r.** - we Lwowie hitlerowcy rozstrzelali profesorów polskich uczelni oraz ich rodziny. Wśród zamordowanych był m.in. **Tadeusz Boy – Żeleński** – pisarz i publicysta, krytyk literacki i satyryk, zasłużony tłumacz klasyki francuskiej (ur. 1874 r.)

3 lipca 2002 r. – zmarła **Łucja Prus** – piosenkarka znana z przebojów: „*Dookoła noc się stała*”, „*W żółtych płomieniach liści*” (ur. 1942 r.).

4 lipca 1807 r. – urodził się **Giuseppe Garibaldi** – włoski generał, bojownik, działacz o zjednoczenie Włoch (zm. 1882 r.).

4 lipca 1892 r. – urodził się **Julian Krzyżanowski** – historyk literatury, folklorysta, profesor Uniwersytetu Warszawskiego, współorganizator tajnego nauczania w latach okupacji, autor m.in. „*Dziejów literatury polskiej, od początków do czasów najnowszych*” (zm. 1976 r.).

4 lipca 1927 r. – urodziła się **Gina Lollobrigida** – włoska aktorka, gwiazda kina lat 50-tych, znana z filmów: „*Rzymianka*”, „*Fanfan Tulipan*”.

5 lipca 1881 r. - urodził się **August Hlond** – kardynał, przez 22 lata był arcybiskupem Gniezna i prymasem Polski (zm. 1948 r.).

5 lipca 1921 r. - zakończyło się trwające od 2 maja **III Powstanie Śląskie**.

5 lipca 2002 r. – zmarł **Zdzisław Mrożewski** – aktor teatralny i filmowy, znany m.in. z filmów: „*Śmierć prezydenta*”, czy „*Epilog norymberski*” (ur. 1909 r.).

6 lipca 1837 r. – urodził się **Władysław Żeleński** – kompozytor, twórca oper i pieśni nawiązujących do folkloru polskiego (zm. 1921 r.).

6 lipca 1832 r. - pierwszy turysta - lekarz i botanik – **Franciszek Herbich** zdobył szczyt **Giewontu**.

6 lipca 1877 r. – urodził się **Włodzimierz Perzyński** – dramaturg, powieściopisarz, nowelista. Jego komedie: „*Lekkomyślna siostra*”, czy „*Aszantka*” (zm. 1930 r.).

7 lipca 1572 r. – zmarł **Zygmunt II August** – król Polski i wielki książę litewski, syn Zygmunta I Starego i Bony Sforza (ur. 1520 r.).

7 lipca 1841 r. - zmarł **Karol Levittoux** – polski działacz patriotyczny, organizator tajnego związku młodzieży w Łukowie w 1839 r. Aresztowany przez władze rosyjskie został poddany brutalnemu śledztwu. Nie chcąc wydać towarzyszy popełnił samobójstwo przez samospalenie. **Stał się symbolem niezłomnej postawy i poświęcenia za Ojczyznę** (ur. 1820 r.).

8 lipca 1857 r. – urodził się **Alfred Binet** – francuski pedagog i psycholog. Wraz z Theodorem Simonem stworzył pierwszą w historii skalę metryczną do badania poziomu inteligencji dzieci (zm. 1911 r.).

8 lipca 1937 r. – zmarł **Józef Ujejski** – historyk literatury, profesor Uniwersytetu Warszawskiego, członek Polskiej Akademii Umiejętności, badacz romantyzmu, prądów filozoficznych i umysłowych tamtej epoki (ur. 1883 r.).

8 lipca 1967 r. – zmarła **Vivien Leigh** – angielska aktorka teatralna i filmowa znana m.in. z roli Scarlett O’Hara w filmie „*Przeminęło z wiatrem*” (ur. 1913 r.).

9 lipca 1927 r. – urodził się **Zdzisław Maklakiewicz** – aktor, który wspólnie z Janem Himilbachem stworzył niezapomniany duet filmowy m.in. w filmach: „*Rejs*”, czy „*Wniebowzięci*” (zm. 1977 r.).

9 lipca 1932 r. – zmarł **King Camp Gillette** – amerykański wynalazca i przemysłowiec, twórca wymiennej żyłki w maszynce do golenia (ur. 1855 r.).

9 lipca 1947 r. – zmarł Lucjan Żeligowski – generał broni WP, który w 1920 r. na rozkaz Józefa Piłsudskiego brał udział w operacji wojskowej - tzw. buncie Żeligowskiego (*ur. 1865 r.*)

10 lipca 1927 r. – zmarł **Stanisław Wysłouch** – botanik, mikrobiolog. Zajmował się hydrobiologią sanitarną, zmodernizował system filtrów warszawskich wodociągów (*ur. 1875 r.*).

10 lipca 1952 r. - urodził się **Emilian Kamiński** – aktor, piosenkarz, reżyser teatralny. Zagrał m.in. w filmie „*Szaleństwa panny Ewy*”.

10 lipca 2007 r. – zmarł **Kazimierz Barcikowski** – z wykształcenia inżynier agronom i ekonomista, działacz PZPR, poseł na sejm PRL, minister rolnictwa, wicepremier, przewodniczący rady państwa. To on jako przedstawiciel rządu podpisywał wraz z Lechem Wałęsą Porozumienia Sierpniowe w 1980 r. (*ur. 1927 r.*).

11 lipca 2001 r. - zmarła **Wanda Modlibowska** – oficer lotnictwa, szybownik, pilot eskadry sztabowej we wrześniu 1939 r., pierwsza emisariuszka Rządu RP w 1940 r. wysłana do okupowanej Polski, żołnierz AK, uczestniczka Powstania Warszawskiego, rekordzistka świata w sporcie szybowcowym (*ur. 1909 r.*).

11 lipca 1937 r. – zmarł **George Gershwin** – wybitny kompozytor i pianista amerykański nazwany „królem jazzu”,. Autor „*Błękitnej rapsodii*” i „*Amerykanina w Paryżu*” (*ur. 1898 r.*)

11 lipca 1942 r. – urodził się **Tomasz Stańko** – światowej sławy kompozytor i trębacz jazzowy, twórca muzyki filmowej.

12 lipca 2006 r. - **Komitet UNESCO ds. Dziedzictwa Światowego** przyjął propozycję polskiego rządu o zmianie nazwy Obozu Koncentracyjnego Auschwitz. Jego nowa oficjalna nazwa, to „**Były Nazistowski Niemiecki Obóz Koncentracyjny i Zagłady Auschwitz – Birkenau**”.

12 lipca 1892 r. – urodził się **Bruno Schulz** – prozaik, eseista, grafik, malarz, autor opowiadań „Sanatorium pod Klepsydrą”, które stały się kanwą filmu Wojciecha Hasa, z udziałem Jana Nowickiego i Tadeusza Konrada (*zm. 1942 r.*).

13 lipca 1842 r. – urodził się **Bronisław Markiewicz** – błogosławiony, jeden z pionierów oświaty ludowej w Galicji, założyciel Zgromadzenia Świętego Michała Archaniola (*zm. 1912 r.*).

13 lipca 1942 r. – urodził się **Harrison Ford** – amerykański aktor filmowy i telewizyjny, producent filmowy. Grał w filmach: „*Frantic*”, „*Gwiezdne wojny*”, czy „*Poszukiwacze zaginionej Arki*”.

14 lipca 1602 r. – urodził się **Jules Mazarin** – właściwie Giulio Mazzarini, z pochodzenia Włoch – francuski kardynał, mąż stanu; od 1642 r. pierwszy minister Francji (*zm. 1661 r.*).

14 lipca 1789 r. – lud paryski zdobył **Bastylę**, rozpoczęła się **Wielka Rewolucja Francuska**. **14 lipca**, to święto narodowe Francji.

14 lipca 1795 r. – **Marsylianka** została ogłoszona **hymnem państwowym Francji**. Słowa i muzykę pieśni napisał w 1792 r. C. J. Rouget de Lisle.

15 lipca 1410 r. - została stoczona **bitwa pod Grunwaldem** – jedna z największych bitew Średniowiecza, w której zjednoczone środkowoeuropejskie rycerstwo pod dowództwem króla Polski – **Władysława Jagielly** – pokonało siły sojusznicze Zakonu Najświętszej Maryi Panny Narodu Niemieckiego wspomagane rycerstwem Europy Zachodniej – potocznie zwanymi „*Krzyżakami*”.

15 lipca 1861 r. - zmarł **Adam Jerzy Czartoryski** – książe, mąż stanu, jeden z najwybitniejszych polskich polityków pierwszej połowy XIX wieku. Był przywódcą Wielkiej Emigracji (*ur. 1770 r.*).

15 lipca 1961 r. polskie władze komunistyczne **usunęły** ze szkół **naukę religii** (*powróciła do szkół decyzją MEN 3. 08. 1990 r.*)

16 lipca 1911 r. urodziła się **Ginger Rogers** – amerykańska aktorka i tancerka filmowa. Największą popularność zdobyła jako partnerka Freda Astairea, z którym stworzyła znakomity duet aktorsko – taneczny (*zm. 1995 r.*).

16 lipca 1872 r. – urodził się **Roald Amundsen** – norweski badacz polarny, uznawany za jednego z największych odkrywców. To on 14. 12. 1911 r. pierwszy zdobył biegun południowy, 12. 05. 1926 r.

sterowcem przeleciał nad biegunem północnym wspólnie z Umberto Nobile i Lincolnem Ellsworthem (zm. 1928 r.).

17 lipca 1937 r. – urodził się **Stanisław Tym** – aktor, reżyser, scenarzysta. Współpracował ze Studenckim Teatrem Satyryków, kabaretem „Dudek”, zagrał m.in. w filmach: „*Miś*”, czy „*Rejs*”.

17 lipca 1977 r. – zmarł **Witold Małcużyński** – pianista; w 1937 r. zdobył III nagrodę w Międzynarodowym Konkursie Pianistycznym im. F. Chopina; po II wojnie światowej na emigracji (ur. 1914 r.).

17 lipca 1987 r. – zmarł **Jerzy Dobrowolski** – aktor, reżyser, satyryk. Filmy z jego udziałem, to: „*Nie ma róży bez ognia*”, czy „*Poszukiwany, poszukiwana*” (ur. 1930 r.).

18 lipca 1901 r. - urodził **Stanisław Mikołajczyk** – polityk, działacz ruchu ludowego, premier rządu RP na uchodźstwie, przywódca legalnej opozycji antykomunistycznej w kraju, autor wspomnień „*Zniewolenie Polski*” (zm. 1966 r.).

18 lipca 1927 r. – urodził się **Tadeusz Łomnicki** – jeden z najwybitniejszych polskich aktorów, znany z filmów: „*Pokolenie*”, „*Niewinni czarodzieje*”, czy „*Potop*” (zm. 1992 r.).

19 lipca 2001 r. - zmarł **Wojciech Kołaczkowski** – pułkownik, pilot, jeden z dowódców legendarnego **303** – Dywizjonu Myśliwskiego im. Tadeusza Kościuszki (ur. 1908 r.).

19 lipca 1842 r. – zmarł **Pierre Joseph Pelletier** – francuski chemik, odkrywca strychniny (ur. 1788 r.).

20 lipca 1797 r. – urodził się **Paweł Edmund Strzelecki** – podróżnik, geolog, geograf, badacz Australii; pierwszy Polak, który odbył naukową podróż dookoła świata. Podczas wyprawy po Australii zbadał Wielkie Góry Wododziałowe, a ich największy szczyt nazwał Górą Kościuszki (zm. 1873 r.).

20 lipca 1937 r. – zmarł **Guglielmo Marconi** – włoski fizyk, wynalazca; jeden z pionierów radiofonii, w 1909 laureat Nagrody Nobla (ur. 1874 r.).

20 lipca 1947 r. – urodził się **Carlos Santana** – znany meksykański gitarzysta i kompozytor.

21 lipca 1881 r. - urodził się **Hipolit Łossowski** – pilot balonów sterowanych, oficer lotnictwa II RP (*zm. 1925 r.*).

21 lipca 1907 r. – urodził się **Kazimierz Moczarski** – żołnierz AK, dziennikarz, pisarz, autor książki „**Rozmowy z katem**” będącej relacją ze wspólnego pobytu w więzieniu ze zbrodniarzem hitlerowskim Jürgenem Stroopem (*zm. 1975 r.*).

21 lipca 2012 r. – zmarł **Andrzej Łapicki** – aktor teatralny, filmowy i telewizyjny, reżyser. Znany m.in. z filmów: „*Salto*”, „*Wszystko na sprzedaż*” i inne (*ur. 1924 r.*).

22 lipca 1944 r. -prosowiecki rząd – **PKWN** - w mieście Chełm k/Lublina ogłosił **Manifest PKWN** – odezwę do Narodu polskiego zapowiadający zmiany ustrojowe i własnościowe w Polsce po wojnie. Później – o ironio - określane mianem *Święta Odrodzenia Polski*.

22 lipca 1947 r. – urodził się **Marcin Wolski** - satyryk, pisarz i dziennikarz. Współpracował z kabaretami „*Stodoła*” i „*Pod Egidą*”, tworzył programy radiowe, jak „*60 minut na godzinę*”, telewizyjne noworoczne szopki, czy kabaret „*Polskie ZOO*”.

23 lipca 1951 r. - zmarł **Adam Stefan Sapięha** – książe, kardynał, metropolita krakowski. Zyskał wielki autorytet i mir wśród społeczeństwa za swą postawę w czasie obu wojen światowych oraz po II wojnie światowej wobec nowej władzy (*ur. 1867 r.*).

23 lipca 1842 r. – urodził się **Henryk Jordan** – lekarz, społecznik, pionier wychowania fizycznego (*zm. 1907 r.*).

23 lipca 1892 r. – urodził się **Hajle Syllasje I** (*właśc. Teferi Mekonnyn*) – od 1930 r. cesarz Etiopii, autor reform gospodarczych i społecznych, zwolennik współpracy międzynarodowej, obalony w 1974 r. (*zm. 1975 r.*).

24 lipca – to **Święto Policji** - święto ustanowione przez Sejm Rzeczypospolitej Polskiej **21 lipca 1995** r., przy okazji nowelizacji ustawy o Policji; przypada w rocznicę powołania polskiej Policji Państwowej w 1919 r.

24 lipca 1802 r. – urodził się **Alexandre Dumas** (*ojciec*) – francuski pisarz, autor znanej powieści „*Trzej muszkietierowie*” (zm. 1870).

24 lipca 1922 r. – urodził się **Bernard Ładysz** – śpiewak i aktor; światowej sławy bas-baryton, solista Opery Warszawskiej i Teatru Wielkiego w Warszawie.

25 lipca 1937 r. – urodziła się **Krystyna Loska** – popularna spikerka i prezenterka telewizyjna.

25 lipca 1992 r. – w **Barcelonie** rozpoczęły się **XXV Letnie Igrzyska Olimpijskie**; zawodnicy rywalizowali w 286 konkurencjach w 32 dyscyplinach; olimpiadę zakończono 9 sierpnia. Polscy zawodnicy zdobyli łącznie 19 medali i w klasyfikacji medalowej zdobyli 19 miejsce.

26 lipca 1844 r. – urodził się **Stefan Drzewiecki** – wynalazca, pionier lotnictwa, projektant łodzi podwodnych. W 1917 r. wynalazł i opatentował śmigło przestawiane (zm. 1938 r.).

26 lipca 2004 r. – zmarł **Bogusław Sochnacki** – aktor i wykładowca w PWSFTvT w Łodzi, znany m.in. z filmu „*Noce i dni*” (ur. 1930 r.).

27 lipca 2001 r. - zmarł **Jan Falkowski** – absolwent Szkoły Podchorążych Lotnictwa w Dęblinie, oficer sił polskich na zachodzie, lotnik RAF, as myśliwski w II wojnie światowej (ur. 1912 r.).

27 lipca 1927 r. – urodził się **Alojzy Sroga** – pisarz, scenarzysta filmów dokumentalnych, major WP, autor książek: „*Początek drogi Lenino*”, „*Na drodze stał Kołobrzeg*” (zm. 1980 r.).

28 lipca 1922 r. – urodził się **Jacques Piccard** – odkrywca szwajcarski, który m.in. w 1960 r. zbadał dno Rowu Mariańskiego (zm. 2008 r.).

28 lipca 1972 r. – zmarła **Mieczysława Ćwiklińska** – aktorka i śpiewaczka, uznawana za jedną z najbardziej znanych przedwojennych aktorek komediowych. M.in. zagrała w filmach: „*Czy Lucyna to dziewczyna*”, „*Jadzia*” (ur. 1879 r.).

29 lipca 1921 r. - w Prószkowie k/Opola zanotowano najwyższą na terenie obecnej Polski temperaturę powietrza (+40.2 ° C)

29 lipca 1942 r. – zmarł **Wojciech Kossak** – malarz; malował sceny batalistyczne, historyczne, rodzajowe, portrety i konie; współtworzył Panoramę Raławicką. Jest autorem „Śmierci Sowińskiego”, synem Juliusza Kossaka, ojcem Marii Pawlikowskiej-Jasnorzewskiej i Magdaleny Samozwaniec (*ur. 1856 r.*).

30 lipca 1941 r. - w Londynie podpisano układ **Sikorski – Majski** przywracający stosunki dyplomatyczne pomiędzy rządem RP na uchodźstwie, a ZSRR zerwane z chwilą agresji Rosji sowieckiej na Polskę w dniu 17 września 1939 r.

30 lipca 1947 r. – urodził się **Arnold Schwarzenegger** – austriacko-amerykański kulturysta, aktor, polityk, gubernator. Znany z filmów: „*Conan*”, „*Terminator*”, „*Prawdziwe kłamstwa*” i inne.

31 lipca 1951 r. - w Warszawie rozpoczął się jedyny jawny proces okresu stalinowskiego – na ławie oskarżonych zasiedli oficerowie Wojska Polskiego, wśród nich gen. **Stanisław Tatar**, płk **Marian Ulnik**, płk **Stanisław Nowicki**; tzw. proces generałów zakończył się 13 VIII. 1956 r. Dopiero 20 października 1990 r. prokuratura wojskowa RP zmieniła na korzyść w/w postanowienie informując, że „*nie popełnili zarzucanych im czynów*”.

31 lipca 1802 r. – urodził się **Ignacy Domeyko** – inżynier górnictwa, mineralog, geolog, jeden z bardziej znanych ludzi dla rozwoju gospodarczego Chile (*zm. 1889 r.*).

31 lipca 1967 r. – urodził się Grzegorz Turnau – piosenkarz, kompozytor, autor tekstów. Znany z utworów: „*Miedzy ciszą, a ciszą*”, czy „*Naprawdę nie dzieje się nic*”.

*W tym miesiącu wypada wspomnieć o **Krwawym Lipcu 1943 r. na Wołyniu - o Rzezi Wołyńskiej** – czyli kulminacyjnym momencie czystek etnicznych - masowych zbrodni **UPA** - wobec mniejszości polskiej na terenach byłego województwa wołyńskiego **II RP** w*

okresie od lutego 1943 r. do lutego 1944 r. Szacuje się, że zginęło 120 tyś Polaków i około 2 – 3 tyś. Ukraińców, którzy im sprzyjali.

Pamiętajmy o tych, którzy zginęli tylko za to, że byli Polakami w myśl mickiewiczowskiego nakazu:

**„Jeśli zapomnę o nich, Ty, Boże na niebie,
Zapomnij o mnie.”**

(A. Mickiewicz „Dziady cz. III”)

Czytając lipcowe calendarium przypomnieliśmy sobie zapomniane fakty z historii powszechnej, jak też z dziejów naszego Narodu sprzed stuleci, jak i ostatnich dziesięcioleci.

Kończy się pierwszy miesiąc wakacji i są już pośród nas ludzie, którzy z wakacji przywieźli ze sobą olbrzymi bagaż wrażeń i przeżyć; tym, których dopiero to czeka życzymy, aby to wszystko co powyżej i ich nie ominęło, bo to, czego doznacie w ten czas będziecie długo przeżywać i rozważać przez resztę roku.

*Przy okazji najserdeczniejsze życzenia ślemy wszystkim **Krystynom** (24. VII), które swoje imieniny nie świętowały w marcu oraz **Annom** (26. VII.) – zapewne w każdym Kole PZN są koleżanki noszące to imię.*

Tym wszystkim, którym dopiero w sierpniu będzie dane przeżyć to wszystko, o czym troszkę powyżej życzymy wspaniałej pogody, dobrego humoru i sił, aby i oni mieli się czym przechwalać po powrocie do domowych pieleszy po wakacyjnych wozach ...

Zygflor

2017-02-28

hesperyjski sad* - w mitologii greckiej Hesperyd były strażniczkami ogrodu, w którym rosły jabłonie ze złotymi jabłkami

Pragnę Jej zaistnienie ocalić od zapomnienia...

Uważam, że miarą wielkości cywilizacji, kultur, grup, czy innych związków jest ich stosunek względem tych, którzy byli przed współczesnymi, do ich dokonań, bez których – jako ewolucyjnych – nie byłoby naszych, zaś w końcowym momencie dla nich nasza wdzięczność, czy najzwyczajniejsza pamięć.

W naszej literaturze, a ściślej w poezji, najdoskonalsze w tej materii wskazanie do honorowania czegoś takiego dał Konstanty Ildefons Gałczyński w zbiorze pt. „Pieśni”, w którym każdą z nich kończył zwrotem: „Chciałbym lub pragnę ocalić od zapomnienia”. Jako młody – złakniony życia – człowiek w ten sposób utrwalił to, co go wzruszało, zaintrygowało, czy zauroczyło, co dobitnie podkreślał powyżej zacytowanym zwrotem.

Od lat funkcjonując wśród Was zauważyłem wielu ludzi, tj. społeczników oddanych wspólnej sprawie, których zaistnienie – przynajmniej na łamach „Przewodnika” – należy zauważyć, w ten sposób uhonorować – słowem: ocalić od zapomnienia...

W takim naszym środowiskowym Panteonie osobowości szczególne miejsce – fakt nie podlega dyskusji - jest zarezerwowane dla wieloletniej przewodniczącej OKR Marii Okulskiej, o której będzie to wspomnienie ...

Maria Ludwika Okulska urodziła się 04. 04. 1942 r. w czasie ostatniej wojny w małej wiosce Maśnik w gm. Połaniec powiecie staszowskim. Naukę w stopniu podstawowym pobierała w Szkole Podstawowej w Ruszczy – wsi leżącej opodal jej miejscowości. Po ukończeniu



„podstawówki” pobierała naukę w Liceum Pedagogicznym w Tarnowie, po którego ukończeniu studiowała na Wydziale



Filologiczno-Historycznym Wyższej Szkoły Pedagogicznej w Krakowie, którą ukończyła w 1970 r. W ramach tzw. nakazu pracy przez kilka lat pracowała w Szkole Podstawowej na terenie gminy Dąbrowa Tarnowska, aby około 1975 r.

przenieść się do pracy „w swoje strony”, czyli do Liceum Ogólnokształcącego w Chobrzeżanach opodal Sandomierza.

Oczywiście przez cały czas pracy pedagogicznej miała kłopoty ze wzrokiem (*ma bardzo skomplikowane i liczne obugalkowe niedoskonałości narządu wzroku*), co z czasem zaczęło jej mocno doskwierać, dokuczać i utrudniać wykonywanie nauczycielskiej



profesji. W chwili, gdy w klasie widziała tylko uczniów siedzących w pierwszych ławkach Jej okulista zaalarmowana takim stanem wzroku postawiła Jej ultimatum: albo utrzymanie resztek wzroku, albo kontynuowanie pracy która go unicestwi. Na rentę inwalidzką przeszła w 1988 r., zaś w szeregi PZN wstąpiła początkiem 1992 r.

Jej prospołeczne zacięcie ujawniło się u zarania przynależności do Związku już w trakcie pracy w tarnobrzeskim Koła PZN, co



zostało zauważone, docenione i ... obdarzone zaufaniem, bo już w 1997 r. reprezentowała tarnobrzeskie Koło PZN na Okręgowym Zjeździe PZN, w trakcie którego została wybrana do podkarpackiego OKR od razu obejmując funkcję sekretarza. Sytuacja powtórzyła się w trakcie następnego Zjazdu Delegatów i tu ponownie w OKR objęła funkcję sekretarza OKR. Po 6 latach – teraz w październiku minie 13 lat (przyp. X. 2016 r.) – jak non stop w Podkarpackim Okręgu PZN pełni funkcję przewodniczącej OKR - równoległe - już trzecią kadencję będąc członkiem GKR działającej przy ZG PZN.

Z wrodzoną skromnością zauważyła: „Pracę społeczną „we



krwi” na pewno mam po ojcu, ponieważ On był naprawdę wielkim społecznikiem w mojej rodzinnej wsi i to na pewno odziedziczyłam po nim. Naprawdę lubię coś robić na rzecz innych. W trakcie wyjazdów do Kół Terenowych naszego, Związku starałam się nie stresować ich swoją wizytą, lecz przeciwnie: czegoś nauczyć, coś wyjaśnić, aby mogli lepiej, pełniej i sprawniej funkcjonować w swoim środowisku, czy na forum PZN Podkarpacia. Było to niezbędne – tak

mniemam – gdy odrodziły się powiaty i powstały PCPR-y, do których występując o wsparcie trzeba było pisać tzw. wnioski. Oczywiście cały czas staram się być aktywnym członkiem macierzystego Koła PZN poprzez pisanie na jego rzecz wniosków, czy wykonywaniu comiesięcznych Raportów kasowych i bankowych. Od lat jestem aktywna w rozliczaniu PIT-ów członkom macierzystego, jak stalowowolskiego Koła PZN, pomagałam wszystkim chętnym wypełniać wnioski do PCPR dotyczących zwalczaniu różnorodnych barier, co sprawiało mi wiele satysfakcji.

Przez ostatnich 5 lat, gdy w ramach PFRON funkcjonował program „Komputer dla Homera”, byłam członkiem społecznej komisji, która w Podkarpackim Oddziale PFRON zajmowała się przydzielaniem specjalistycznego sprzętu naszym członkom. Za wielkie dla mnie uznanie poczytuję sobie fakt tego, że jako niezbędnej osoby w tej Komisji widział mój udział w niej dyr. Maciej Szymański, co mi niezwykle pochwala.

Od lat udzielam się na rzecz mojej parafii – ostatnimi laty trochę mniej -, m.in. współtworząc corocznie do zrealizowania przez parafialną wspólnotę całorocznych programów, od 17 lat non stop społecznie pracuję jako parafialny bibliotekarz poświęcając tej profesji cotygodniowo 1 godz.

Oczywiście wszystkie funkcje sprawuję społecznie bez względu na to, czy pełnię je w miejscu zamieszkania, czy na rzecz PZN w myśl zasady – zapisu - Statutu PZN mówiącego o tym, że członek Komisji Rewizyjnej nie może za swoją aktywność utrzymywać wynagrodzenia – jedynie zwrot kosztów przejazdów”.

W tym momencie Maria jest Panią po 70-tce, która pomimo dostojnego wieku nadal zgłębia „wiedzy kaganiec”, o czym



najdobitniej zaświadcza aktywny udział w organizowanym przez Okręg PZN kursie obsługi komputera, który – jak żartobliwie zauważyła - *„umożliwi mi pokonanie potwora, którym dla mnie jest komputer”*.



Maria pełniąc jedną z najważniejszych ról we władzach naszego Okręgu – pragnąc zachować własne zdanie, czy zajmując jakieś stanowisko – z tego powodu przeżyła też wiele przykrych, niezasłużonych momentów i chwil, które po prostu podsumowała stwierdzeniem: *„bazując na tych doświadczeniach – w przypadku jednego konfliktu w jednym z Kół – nie mogąc rozsupłać gordyjskiego węzła – zaproponowałam przeprowadzenie ponownego wyboru do władz ZK PZN, co najdobitniej zaświadczyło o racjach skonfliktowanych stron i w ten sposób miało ugasić konflikt. Pomimo takiego jego zakończenia i wygaszenia tej sprawy jego odium, czyli uczucie niechęci lub nawet nienawiści ciągnie się za mną od lat jakbym to ja była przyczyną tej nieprzyjaznej atmosfery i skonfliktowaniu stron. Z tejże przyczyny dwukrotnie pisano na mnie skargi do ZG PZN oraz Sądu Koleżeńskiego. Po jej przeanalizowaniu przez jej przewodniczącą skarga została odrzucona „jako niestosowna i bez żadnych podstaw”*.

Na przestrzeni lat w różnych Kolach brałam udział w kilku mediacjach, ponieważ były „tarcia” pomiędzy członkami ZK.

Z satysfakcją informuję, że wszędzie udało mi się wynegocjować pogodzenie się i wyperswadować „z gorących głów” to wszystko, co zaprzętało ich dotychczas. Takie sukcesy równie pozytywnie wpływały na mnie i uważam to za swój indywidualny sukces.

Podbudowywały mnie również moje sukcesy wyświadczone na rzecz ludzi z macierzystego Koła PZN z tzw. dziedziny prawnej, gdy zwracali się do mnie ludzie z prośbą o poradę w różnych nękających

ich sprawach, co w efekcie okazało się być dla nich trafnym i przydatnym doradztwem w rozwiązaniu ich problemów.

Tego wszystkiego nie czynię po to, aby być wywyższoną i w efekcie zauważoną, ale po to, aby zrobić coś dobrego i pożytecznego zwykłemu człowiekowi - choć jednej osobie - , aby móc naprowadzić ją na dobrą drogę – ku rozwiązaniu jej osobistego problemu. Taką dewizą kierowałam się w swojej pracy zawodowej i wedle tej zasady kieruję się w pracy społecznej. Nie chwaląc się muszę zauważyć, że jako pedagog byłam lubiana przez moich podopiecznych i wedle tych standardów pragnę być odbierana w naszym – i nie tylko – środowisku. Niegdyś będąc obdarzona zaufaniem uczniów im pomagałam; teraz wedle tych samych zasad i relacji pragnę służyć ludziom z PZN i nie tylko”.

Na pytanie, czy gdyby miała ponowną okazję wejść w to, co robi na naszą rzecz w PZN-ie odpowiedziała: „ Nie wiem, ponieważ jest ogrom odpowiedzialności za to, co się robi, a uznanie jest wręcz szczątkowe. W tym wszystkim młodych jak na lekarstwo; każdy z nich od razu pyta o to, co będzie z tego miał. Z przykrością zauważam w naszym środowisku ogromny konsumpcjonizm, a wszystko – jak zauważam – psuje się w związku „od góry”. Do tego nie musisz należeć do PZN, aby cokolwiek z PCPR uzyskać i z tego powodu robi się – wręcz klaruje - sytuacja patowa. Te i inne symptomy spowodowały wielki ubytek członków PZN – w skali kraju z 80 do 50 tyś członków – co jest niezwykle znamienne i mówi samo za siebie.

W strukturze OKR mam ogrom pracy, ponieważ co 4 lata zmienia się skład członkowski OKR; jedynie Marian Błażejowski – jej





dożywotni wiceprezes - *jest jej jedynym elementem stałym, za co przed laty został odznaczony, co mówi samo za siebie.*

Maria Okulska, to tzw. tytan pracy, który z równie dobrym skutkiem jest eksploatowany w tarnobrzeskim Domu Dziennego Pobytu, w którym z wyśmienitym



skutkiem od 3 lat pisze jego kronikę, którą uświetnia tym wszystkim, czym obdarował Ją Stwórca.

Uważny Czytelnik „Przewodnika” na pewno zauważył, że od 2 lat swoimi utworami Maria ubogaca Witrynę poetycką, która poprzez to dojrzała i wysubtelniała – słowem: zmusza Czytelnika do głębszych przemyśleń i refleksji.

Dla mnie, jako tworzącego „Przewodnik” Maria jest jednym z członków Zespołu Redakcyjnego, z którym w bardzo dobrych relacjach redaguje się i przygotowuje kolejne wydania miesięcznika.

Mając olbrzymie problemy zdrowotne nadal jest kobietą niezwykle aktywną na wielu wymienionych wcześniej i nie tylko płaszczyznach, za co należy Ją podziwiać i ... uhonorować, chociażby tym opracowaniem.

Od roku jest aktywnym członkiem Rady Seniorów przy tarnobrzeskim magistracie. Jest jedną z 21 osób ją tworzącą i której

spostrzeżenia i uwagi mają być uwzględniane dla dobra tych



wszystkich mieszkańców Tarnobrzega określanych tym mianem.

W tajemnicy zdradza, że swoją społeczną aktywność pragnie „z honorem” i wynikającego z tego tytułu obciążeniami „donieść” do końca kadencji, po zakończeniu której pragnie zdać ster kierowania OKR młodszemu, którzy – podkreśla - są bardziej operatywni, obdarzeni tzw. twórczą inwencją i to do nich należy przyszłość.

Pragnąc w jakiś mądry i przyzwoity sposób zakończyć to opracowanie o Naszej niezastąpionej przewodniczącej OKR stworzyłem termin – „syndrom rozwartych nożyc”*, który jak ulał pasuje mi do końcowego scharakteryzowania naszej Bohaterki.

Syndrom, to jak wiadomo zespół objawów charakterystycznych dla jakiegoś zjawiska, który w przypadku Marii tłumacząc następująco: – w miarę przybywania Jej lat wprost proporcjonalnie do tego przybywa Jej obowiązków, pomimo tego, że równoległe z tym nie przybywa Jej witalnej krzepy, cierpliwości, czy zdrowia.

Mario! Czas skończyć z niekończącymi się wyzwaniem; czas przystanąć i sfolgować. Przed Tobą jeszcze jedno życiowo bardzo ważne wyzwanie i zadanie – Twoja Wnuczka, którą musisz

uwrażliwić, ubogacić swoją osobowością – słowem uformować, bo któż to lepiej uczyni, jeśli nie Ty?

Z serca Ci też życzę, aby za rok, gdy będziemy świętować 65-lecie Okręgu Podkarpackiego PZN w klapę Twojej marynarki mogła Wojewoda Podkarpacki wpiąć odznaczenie z jak najcenniejszego kruszcu, na które zasłużyłaś sobie jak mało kto.

Na ten czas aktywności „po 70-tce” życzymy Ci dużo zdrowia, cierpliwości i tylko samych pogodnych chwil, w trakcie których rozpamiętywania odnajdziesz tych, którym ponad ćwierć wieku służyłaś, ich umoralniałaś, od których od czasu do czasu doświadczałaś bólu i przykrości, którzy pomimo wszystko byli Ci ludźmi najbliższymi, ponieważ wywodzili się z PZN.

Wszystkiego dobrego.

Zygflor

2016-08-22

P.s.

Maria Okulska współuczestnicząc **20 października 2016 r.** w rewizycie reprezentacji PZN w Pałacu Prezydenckim z okazji Międzynarodowego Dnia Niewidomego oraz związanymi z naszym ruchem tegorocznymi Jubileuszami z rąk gospodarza Belwederu – prezydenta Andrzeja Dudy *„za zasługi w działalności na rzecz osób potrzebujących pomocy oraz wsparcia, zagrożonych wykluczeniem społecznym”* otrzymała **Złoty Krzyż Zasługi**.

Serdecznie Gratulujemy!

„Z pierwszej ręki”

- czyli -

o tegorocznej wielorakiej ofercie rehabilitacyjno-szkoleniowo-doradczej biuro ZO PZN wychodzącej naprzeciw różnorodnym

*oczekiwaniom środowiska w krótkiej rozmowie z dyr. biura ZO
Małgorzatą Musiałek*

Zygflor: Na stronie internetowej ZO Podkarpackiego PZN ukazała się agitująca do udziału w kolejnym projekcie realizowanym przez ZO informacja:

Ruszyła kolejna edycja projektu "Kompleksowej Rehabilitacji Osób Niewidomych i Słabowidzących". Program dofinansowany ze środków PFRON w okresie od 01.04.2017 do 31.03.2018. Obecnie trwa rekrutacja do projektu, na następujące zajęcia:

-rehabilitacja podstawowa

- indywidualna terapia psychologiczna - indywidualna terapia widzenia (w szczególności skierowana do dzieci i młodzieży)

- indywidualne zajęcia z tyflopedagogiem (w szczególności skierowana do dzieci i młodzieży)

- grupowe zajęcia usprawniania widzenia dla dorosłych

- arteterapia (rękodzieło oraz zajęcia plastyczne)

- śpiew, zajęcia teatralne, taniec

- czynności dnia codziennego (nauka przyrządzania posiłków, szycie, prasowanie, autoprezentacja swojego wizerunku itp.)

- zajęcia z obsługi komputera i innych urządzeń elektronicznych (rehabilitacja tyfłotechnologiczna)

- obsługa urządzeń mobilnych i GPS

- instruktaż orientacji przestrzennej i samodzielnego poruszania się z białą laską.

- gimnastyka prozdrowotna

- gimnastyka z elementami sztuk walki - karate.

-warsztaty dla opiekunów wraz z podopiecznymi

Ponad to w ramach projektu prowadzone będą prowadzone ogólne poradnictwo społeczne dla osób niewidomych i słabowidzących w tym indywidualne konsultacje z prawnikiem.

Liczba miejsc ograniczona. Warunkiem uczestnictwa jest posiadanie ważnego orzeczenia z tytułu I lub II grupy niepełnosprawności ze względu na wzrok, oraz wcześniejsze zapisanie się na zajęcia.

*Bliższe informacje można uzyskać w PZNOP ,
tel. 17 852 47 38, 17 862 23 28 lub 662 177 551*

Małgorzata Musiałek: Tak, od 1 kwietnia br. ruszył kolejny projekt realizowany przez Okręg Podkarpacki PZN ukierunkowany na kompleksową rehabilitację osób niewidomych i słabowidzących.

W jego ramach będą realizowane te same zadania, co w latach poprzednich, czyli rehabilitacja podstawowa, w skład której wchodzi orientacja przestrzenna, czynności dnia codziennego, obsługa sprzętu komputerowego, urządzeń mobilnych i inne.

W tegorocznej edycji programu do realizacji doszły nowe działania, o których środowisko powinno wiedzieć. Są to porady prawne, których w biurze ZO będzie udzielała kompetentna osoba w każdy piątek w godz. 10⁰⁰ – 12⁰⁰. Prawnik będzie służył poradą w wielu sprawach, w tym pozyskiwaniu satysfakcjonujących orzeczeń, spraw emerytalno-rentowych, w niuansach prawa rodzinnego, czy cywilnego. Mam nadzieję, że bezpłatne porady prawne będą cieszyły się dużym zainteresowaniem, popytem i tym samym znajdą uznanie w naszym środowisku. W tym miejscu uprzejmie proszę, aby ich



potencjalni beneficjenci umawiali się telefonicznie na spotkania z prawnikiem, aby w trakcie każdego dyżuru miał określoną liczbę petentów, którym skutecznie będzie mógł służyć.

Ponadto kontynuujemy zajęcia z muzykoterapii, rękodzieła artystycznego, gimnastyki prozdrowotnej, w trzech grupach zaawansowania lektorat z języka angielskiego. W tym miejscu naszej

rozmowy apeluję wszystkich chętnych do nauki angielskiego, aby zgłaszali się i korzystali, póki jeszcze jest realizowany wspomniany projekt. Z satysfakcją muszę zauważyć, że z angielskim trafiłyśmy w samą „dziesiątkę”, ponieważ realizowane raz w tygodniu zajęcia w kilkoosobowych grupach osiągnęły zakładany cel, znalazły uznanie ich uczestników i „są w cenie”, czyli znalazły uznanie. Jako novum podaję informację, że w tym roku w styczniu Monika Balcerak ukończyła odpowiednie szkolenia organizowane przez firmę „Tyflokom” z Radomia w ten sposób stając się ekspertem od obsługi urządzeń mobilnych, w tym smartfonów i myPhonów. To z jej doświadczenia i wiedzy w biurze ZO będą mogły skorzystać osoby niewidome i słabowidzące, które pragną się nauczyć ich obsługi,

ponieważ świat bezpowrotnie odchodzi od dotychczasowych urządzeń na rzecz nowych z nowymi możliwościami, które i dla nas po krótkim przeszkoleniu nie będą obcymi; w końcu jesteśmy osobami zdolnymi i nic, co ludzkie nie musi być dla nas obce”.

Jeśli chodzi o orientację przestrzenną – na zasadzie zapisów – na rzecz naszego środowiska w miejscu zamieszkania realizuje ją Maciek Kościółek – rehabilitant z Muszyny znany wielu pokoleniom ludzi zrzeszonym w PZN. Zajęcia cieszą się dużym powodzeniem, szczególnie teraz, gdy słońce coraz wyżej i coraz bliżej do lata.

W tej edycji projektu tańce i gimnastyka prozdrowotna, to domena Katarzyny Stawskiej Adamczyk. Pierwsze są realizowane w MDK przy ul. Piłsudskiego, zaś gimnastyka prozdrowotna w nowo otwartym CKiRON u zbiegu ulic Jabłońskiego i Grunwaldzkiej.

Oprócz tego osobiście w biurze ZO, jak i przez telefon wszelkiego rodzaju porad udzielają: Agata Pogoda, Agnieszka Płonka oraz moja skromna osoba. Ludzie zwracają się do nas z wieloma sprawami i problemami, na które – wedle naszej wiedzy i doświadczenia – zawsze staramy znaleźć jakieś antidotum, czyli trafioną poradę.

Projekt realizujemy wedle wymaganych procedur skrupulatnie przestrzegając wymogów, tajności danych osobowych jego uczestników oraz specyfiki końcowych rozliczeń.

Przy okazji – jako ciekawostkę – podaję informację, że

- do rzeszowskiego PCPR złożyliśmy Wniosek – „Rajd w góry”, który już został rozpatrzony pozytywnie z tym tylko zastrzeżeniem, że udział w nim wezmą osoby zamieszkujące teren pow. rzeszowskiego.
- drugi Wniosek złożyliśmy na organizację tegorocznych Warsztatów Muzycznych; termin jego rozpatrzenia minie końcem kwietnia.
- trzeci Wniosek na organizację szkolenia dla naszych aktywistów, ten zostanie rozpatrzony dopiero końcem maja br.

Cięgle obserwujemy strony różnych urzędów i analizujemy ich oferty - , aby nie przegapić okazji i móc na rzecz naszej organizacji złożyć w terminie stosowne Wnioski.

Zygflor - Dziękuję za rozmowę oraz obszerne omówienie nowinek związanych z projektem. Oby podane wyjaśnienia przyczyniły się do większego nim zainteresowania, a tym samym skorzystania z jego dobrodziejstwa przez środowisko.

Zygflor

2017-04-22

Witryna poetycka

Wakacje, to czas zawiązywania przelotnych znajomości, to równie „okazja” do rozwiązłości i „popuszczania” moralnych hamulców, które trzymają nas w ryzach przez cały rok.

W tegorocznym lipcowym kąciku poetyckim prezentuję na ten temat refleksję Poetki, która na bazie doświadczeń osób Jej znanych płci męskiej – w tymże rodzaju - na ten temat wypowiada się naprawdę celnie i wręcz autorytatywnie. Przekaz płynący z lektury wiersza proszę potraktować jako swoistą przestrożę przed nieopatrzny wdepnięciem w nałóg, który zrujnuje nasze zdrowie...

O zdrowiu

Wraz z życiem w darze otrzymałem zdrowie
od mego Zbawcy, z udziałem człowieka.

O zdrowiu, jak wiecie można mówić wiele,
opowiem Ci o nim jeśli chcesz posłuchać.

Przez analizę lat mych już przeżytych,
bywało różnie, jakby na nie spojrzeć.

W pierwszych latach życia kochani rodzice
niańczyli z czułością mnie i moje zdrowie.

ale gdym się w świat, hen do ludzi wyrwał,

to jak młode ciele puszczzone z zagrody,

Jak ptak co nie zna siły swoich skrzydeł,

w wichurze bez czapki, a w mróz bez szalika,

w deszczu strumieniach z braku parasola -
przemoknięty nie raz do ostatniej nitki.
Dieta pod psem była, mało się sypiało,
zbyt wiele się piło, ciężko harowało.
Dymem papierosów wędziłem me płuca,
alem się otrząsnął gdym na zdrowiu upadł.
Poznałem lekarzy i miłe doktorki,
w „AA” spotykam przyjaciół we wtorki i piątki.
Znów mam radość z życia i zdrowy rozsądek.
Wiwat, wiwat ! Na zdrowie, na zdrowie !
miłe panie i panowie.
Toasty wznosmy radośnie i szczerze
napełniając szklanki zamiast wódki –sokiem, albo mlekiem.
Zapewniam: każdy z was dla przyjaciół
na zawsze zostanie rozsądnym człowiekiem.
Każdego poranka ciało moje ćwiczę,
wiele zdrowia państwu i sobie też życzę.

autor wiersza: Lucyna Krzan-Zawiślak



... a może by tak w te wakacje grupą się wybrać do ...



Sanok – Skansen



Iwonicz Zdrój



Budapeszt



Zakopane



Biskupin



Dębowiec