



NASZ WIEK

nr 20/2019
www.utw.waw.pl

BEZPŁATNE PISMO UNIWERSYTETU TRZECIEGO WIEKU WOLI I BEMOWA W WARSZAWIE



W NUMERZE:

- Rejs po Morzu Śródziemnym
- III Warszawska Olimpiada Seniorów
- Wycieczka do Piotrkowa Trybunalskiego

Wydawnictwo zrealizowane dzięki dofinansowaniu ze środków m.st. Warszawy

Spis treści:

- Podsumowanie minionego roku – str. 1
- Rejs po Morzu Śródziemnym – str. 2
- III Warszawska Olimpiada Seniorów – refleksje – str. 6
- Wycieczka do Piotrkowa Trybunalskiego – str. 8
- Porozmawiajmy o... – str. 10
- Olga Tokarczuk – str. 11
- Kto to jest babcia? – str. 12
- Niewiarygodne? A jednak prawdziwe! – str. 13
- Doroczne spotkanie integracyjne na WAT – str. 14
- Informacja o działalności Oddziału Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów – str. 15
- Nasza kronika – str. 16



Nasze okładki:

- cacka z Fabryki Bombek Choinkowych
- zima w Białowieży

Od Redakcji

Szanowni Państwo, Drogie Słuchaczki i Słuchacze Uniwersytetu Trzeciego Wieku Woli i Bemowa.

W kolejnym numerze naszego biuletynu zapraszamy Państwa na wspaniałą wycieczkę statkiem po Morzu Śródziemnym.

Bemowska reprezentacja zajęła pierwsze miejsce w III Warszawskiej Olimpiadzie Seniorów, chcemy więc podzielić się z Państwem wrażeniami z tej wspaniałej imprezy.

Piszemy też o dwóch wspaniałych Polkach, które odniosły sukces – każda w swojej dziedzinie i w swoim czasie.

W styczniu przypada Dzień Babci i Dzień Dziadka i z tej okazji proponujemy wesołe opowiadanie i trochę żartów.

Przypomnijmy sobie ciekawą wycieczkę do Piotrkowa Trybunalskiego i wieczorek taneczny w koleżeńskim gronie.

Jak zawsze zapraszamy koleżanki i kolegów do współpracy przy redagowaniu naszego biuletynu.

Życzymy Państwu pogodnych świąt Bożego Narodzenia oraz dużo zdrowia, spokoju i radości w nadchodzącym Nowym Roku.

Danuta Wdowczyk
Redaktor prowadzący



Podsumowanie minionego roku



**Szanowni Państwo –
Drogie Sluchaczki i Sluchacze
Uniwersytetu Trzeciego Wieku
Woli i Bemowa!**

Kiedy rozmawiam z moimi przyjaciółmi i znajomymi, wszyscy stwierdzamy, że im jesteśmy starsi, tym szybciej przemijają kolejne lata. Może jest tak dlatego, że większość z nas jest cały czas aktywna, część zajmuje się wnukami lub już prawnukami, niektórzy jeszcze pracują albo – tak jak nasza grupa członków UTW – uczestniczą w różnych programach aktywizujących seniorów. Na szczęście większości z nas dopisuje zdrowie i całkiem dobra kondycja fizyczna. Oczywiście musimy wziąć pod uwagę, że jesteśmy nieco wolniejsi w naszych działaniach i niektóre czynności wymagają więcej czasu, ale najważniejsze jest, że nie zamykamy się w czterech ścianach naszych mieszkań i staramy się spędzać nasz „srebrny trzeci wiek” najlepiej jak pozwalają warunki.

Dobiegający końca rok 2019 był dla mnie i dla całego Zarządu bardzo szybki, pracowity i pełen wyzwań. Staraliśmy się wspólnie z Radą Programową i innymi organami Stowarzyszenia utrzymać dotychczasowy zakres i wysoki poziom programu zajęć, tak by spełnił on oczekiwania większości naszych słuchaczy i był źródłem poszerzenia wiedzy i umiejętności, nie zapominając oczywiście o utrzymaniu dobrej kondycji i dbałości o nasze zdrowie, o rozrywe i wydarzenia kulturalnych.

Najważniejszym celem Zarządu było utrzymanie dofinansowania z dotacji Urzędu Miasta. Ogłoszony w końcu kwietnia konkurs na dotacje był dużym wyzwaniem w związku z całkowitą zmianą systemu opracowywania ofert, ale udało nam się uzyskać kolejną dotację na 3 lata, i to w znacznie wyższej kwocie.

Borykaliśmy się z wieloma trudnościami przy przygotowaniu zajęć na rok 2019/2020. Zmieniane były formy umów, miejsca prowadzenia zajęć, osoby prowadzących zajęcia, a największym problemem było zabezpieczenie kontynuacji lektoratów z języka angielskiego. Aktualnie walczymy z formalnościami o przedłużenie najmu na naszą oficjalną siedzibę – lokal przy ul Staszica 7/9.

W mijającym roku odbywało się szereg wydarzeń poświęconych sprawom seniorów. Oprócz tradycyj-

nego Dnia UTW na Służewcu, Parady Seniorów, Dni Seniora we wrześniu na Bemowie i październiku na Woli odbyło się kolejne posiedzenie Obywatelskiego Parlamentu Seniorów nadal organizowane w Muzeum Historii Żydów Polskich Polin (w tym samym dniu została zorganizowana konkurencyjna konferencja w Sejmie) i III Kongres Uniwersytetów Trzeciego Wieku w Teatrze Polskim. We wszystkich tych wydarzeniach członkowie naszego UTW brali udział. Dużo emocji dostarczyła nam Warszawska Olimpiada Seniorów, w której bardzo liczna reprezentacja Bemowa po raz kolejny zdobyła I miejsce.

Tradycyjnie uczestniczyliśmy w pracach Branżowej Komisji Dialogu Społecznego ds. UTW, DKDS Bemowa i Forum Bemowskich Seniorów.

W 2020 roku będziemy obchodzić 45. rocznicę powstania ruchu Uniwersytetów Trzeciego Wieku, zainicjowanego w Polsce przez prof. Halinę Szwarc. Dla nas będzie to również jubileuszowy 15. rok naszej działalności od formalnej rejestracji Stowarzyszenia, a w kwietniu czekają nas wybory nowych władz naszego Uniwersytetu.

Niniejszym pragnę bardzo serdecznie podziękować wszystkim członkom Stowarzyszenia, którzy od wielu lat przyczyniają się do sprawnego funkcjonowania UTW i utrzymania jego dobrej renomy – Radzie Programowej, Radzie Słuchaczy, Komisji Rewizyjnej i wszystkim wolontariuszom, a szczególnie tym, którzy dbają o nasz udział w licznych wydarzeniach kulturalnych.

W imieniu własnym i Zarządu składam najlepsze życzenia wspaniałych, radosnych Świąt Bożego Narodzenia, a na Nowy Rok dużo zdrowia, radości, pomysłowości i spełnienia marzeń.

Jolanta Osińska



Rejs po Morzu Śródziemnym

Znane powiedzenie głosi, że podróż kształca. I jest w tym dużo racji. Ale podróż spełnia jeszcze inne ważne role: zbliżają ludzi, obalają stereotypy, dostarczają wielu pięknych wrażeń i zostawiają wspomnienia, do których wracamy po latach.

Właśnie w tym roku, A.D. 2019, przeżyłam taką podróż. Podkreślam słowo przeżyłam, gdyż różnorodność doznań związanych z tą podróżą można by porównać do malarskiej palety. Piękne kolory, niezapomniane widoki, wysublimowane smaki i ten szczególny nastrój, jaki towarzyszy przygodzie poznawania świata. Ale po kolei...

Razem z mężem wystartowaliśmy z lotniska Warszawa-Modlin 27 kwietnia. Była godzina 21.55. Tak rozpoczęła się nasza podróż życia – 8-dniowy rejs po Morzu Śródziemnym. W programie: Włochy, Francja, Hiszpania. Jednym słowem – najpiękniejsze miejsca europejskiej kultury i cywilizacji.

Lądujemy w Bergamo koło Mediolanu, skąd autokarem przewożą nas do Genui. Po drodze przejazd przez Rapallo, urokliwe miasteczko położone nad

Morzem Liguryjskim. Naszą uwagę zwraca usytuowany na niewielkim cyplu zamek, wzniesiony w 1549 roku w celu obrony przed piratami. Podziwiamy tutejszy pejzaż, ale także liczne zabytki kultury sakralnej i miejskiej.

W Genui zostajemy zaokrętowani na MSC *Divina*, 18-pokładowy statek pasażerski. Razem z mężem zajmujemy sporą, elegancką kabinę. Płyniemy do Civitavecchia, głównego portu morskiego Rzymu. To piękny, stary port obwarowany murami obronnymi. Stąd udajemy się na zwiedzanie Wiecznego Miasta. Trasę pokonujemy autokarem, metrem i pieszo, niezależnie od odległości. Zwiedzamy Koloseum, nazywane Amfiteatrem Flawiuszy, gdzie przed wiekami odbywały się krwawe spektakle z udziałem gladiatorów, podziwiane przez ówczesną publiczność. Nieopodal Forum Romanum – okazałe ruiny są pozostałością wspaniałych budowli datowanych na V w. p.n.e. Forum to najstarszy plac rzymski, gdzie ogłaszano prawa, organizowano wybory oraz wszelkie publiczne ceremonie. Stąd docieramy do placu Świętego Piotra, dzieła architekta Berniniego. Kompleks późnorennesansowych budynków sakralnych, ponad którymi wznosi się Bazylika św. Piotra, powstał w la-



Wybrzeże Liguryjskie

tach 1506–1626. We wnętrzu świątyni dzieła Michała Anioła, Donata Bramante i Rafaela Santi – najwybitniejszych mistrzów dłuta i palety. Dookoła pełno turystów. Można się zgubić.

Idąc ulicami Rzymu, co krok napotykamy świadectwa niezwyklej historii miasta. Pałac Nerona i Panteon, niegdyś świątynia wszystkich rzymskich bogów, wzniesiona w 125 r. n.e., przekształcona w VII w. w kościół chrześcijański Najświętszej Marii od Męczenników, monumentalny, surowy w wyglądzie Zamek św. Anioła (Archanioła Michała), wybawcy Rzymian przed epidemią dżumy. Plac Hiszpański ze słynnymi rokokowymi schodami, Fontanna di Trevi, Pałac Prezydencki na Kwirynale, plac Wenecki, kolumny Marka Aureliusza i Trajana, Kapitol i taras widokowy przy Forum Romanum, Bazylika Santa Maria Maggiore. To niezwykle, jak będąc w jednym miejscu, odbywamy nieomal magiczną podróż w czasie przez wiele epok. Robi wrażenie.

Oszołomieni pięknem i rozmachem Rzymu w dalszej drodze obieramy kurs na Sycylię – do Palermo. Miasto zwiedzamy na własną rękę. Mam mieszane uczucia. Wydaje mi się brzydkie i zaniedbane, chociaż i tu można znaleźć miejsca wyjątkowe. Przede wszystkim katedra. Zbudowana w latach 1069–1190, w miejscu dawnego meczetu, łączy w sobie wiele stylów, co u jednych budzi podziw, u innych – krytykę. Pełnym uroku miejscem jest park Villa Julia z 1785 roku – bajecznie zielony i cudownie pachnący lawendą. Można tu odpocząć w cieniu ażurowych altanek i nasycić wzrok urodą ciekawych rzeźb. Ozdobą parku jest fontanna Geniusza Palermo.

Najbardziej arabskim miejscem Palermo są bazy i targowiska. Ich kolorystyka wzbudza podziw, ale zapach już niekoniecznie, szczególnie w słoneczne dni. Symboliczny dla miasta jest pomnik ku czci ofiar mafii, wzniesiony w 1993 roku. Melomani mogą natomiast zachwycić się Teatro Massimo – najstarszym teatrem operowym we Włoszech, wyróżniającym się znakomitą akustyką.

Z Sycylii płyniemy do Zatoki Aniołów, w stronę Cagliari – słonecznej stolicy Sardynii. Z polskim przewodnikiem zwiedzamy najpiękniejszą dzielnicę miasta – Castello. To jego najstarsza część, gdzie znajduje się najwięcej zabytków. Docieramy do Bastionu św. Remigiusza (z lat 1896–1902), podziwiamy dwie średniowieczne wieże Torre dell'Elefante (Wieża Słonia) i di San Pancrazio. Pierwsza jest dziełem architekta Giovanniego Capuli. Zwiedzamy też Museo Archeologico Nazionale, nieopodal którego znajduje



Forum Romanum

się tablica upamiętniająca wizytę w mieście Miguela de Cervantesa. W Cagliari jest też kilka pięknych zabytków sakralnych: katedra Santa Maria, kościół pw. św. Lucyfera. Oazą dla turysty jest przepiękny ogród botaniczny założony w 1865 roku.

Po wielogodzinnym pobycie, pełni pozytywnych wrażeń opuszczamy Sycylię, biorąc kurs na Majorce – Palma de Mallorca. Jest dokładnie 1 maja. Rozpoczynamy spacerem po starym mieście. Przed nami powstała w XIII wieku katedra La Seu. Zabytek ten słynie z największej na świecie rozety, na którą



Geniusz Palermo



Sardynia – widok ze statku

składa się 1236 różnokolorowych szkiełek, oraz żelaznego baldachimu autorstwa Antonia Gaudiego. Baldachim przypomina koronę cierniową. Podziwiamy także najpiękniejszy secesyjny budynek w mieście: Caixa Forum Palma. Dzisiaj mieści się w nim galeria sztuki. Idąc wąskimi uliczkami, napotykamy widoczne ślady obecności Maurów. Ich świadectwem jest fragment muru dawnej arabskiej cytadeli (Almudaina). Obecnie w zachowanej części cytadeli mieści się letnia rezydencja króla Hiszpanii. Pozostałością po obecności Maurów są także doskonale zachowane dawne łaźnie. Atrakcją turystyczną jest również miejscowy ratusz z XVI wieku. Miłośnicy przyrody mogą zachwycić się stale owocującym 500-letnim drzewem oliwnym. W naszej wędrówce po Majorce nie omijamy urokliwej miejscowości Valldemossa, znanej z pobytu Fryderyka Chopina i George Sand.

Z Majorki udajemy się do Walencji, trzeciego co do wielkości miasta Hiszpanii. Z okien autokaru podziwiamy panoramę portu, wspaniałe kompleksy nowoczesnej architektury Miasta Sztuki i Nauki – dzieło słynnego Santiaga Calatravy. Urody miasta



Katedra La Seu w Palma de Mallorca



Walencja, Miasto Sztuki i Nauki

dopełniają okalające je Ogrody Turii, Arena Walk Byków i plac Ratuszowy. W starej części Walencji zwiedzamy słynne place – Plaza de la Reina, Plaza de la Virgen oraz najslynniejsze zabytki: katedrę, bazylikę i dawną giełdę jedwabiu. W czasie wolnym odwiedzamy Halę Targową.

Kolejnym etapem naszego śródziemnomorskiego rejsu jest Marsylia – stolica Prowansji. Duże, tętniące życiem miasto portowe, łączące dwie kultury: południowoeuropejską i afrykańską. Zaczynamy od Starego Portu, którego historia sięga jeszcze czasów grecko-rzymskich, tj. 600 r. p.n.e. Malowniczego położenia portu dopełnia widok najstarszych portów Saint Jean i Saint Nicolas. Z części portowej miasta udajemy się Petit Train Marseile na wzgórze La Garde, gdzie usytuowana jest bazylika Notre Dame. Budowla ta króluje nad miastem, a jego mieszkańcy wierzą, iż złota figura Matki Boskiej na wieży kościoła sprawuje opiekę nad portem i wszystkimi ludźmi morza.

Wśród zabytków sakralnych często odwiedzanych przez turystów jest opactwo św. Wiktora, jedno z pierwszych miejsc kultu religijnego we Francji. Drugim – katedra la Major, jeden z największych kościołów w tym kraju.

W drodze powrotnej z Marsylii płyniemy naszym statkiem ponownie do Genui. To końcowy etap naszej morskiej podróży. Przed nami jeszcze Bergamo, miasto w Lombardii. Tu mamy trochę czasu, by podziwiać zabytki starej części miasta: Piazza Vecchia, Piazza Duomo, romańską Bazylikę Santa Maria Maggiore i kaplicę Colleonego czy kościół San Matteo.

Z Bergamo wracamy do Genui – miasta Kolumba. Tu na Piazza Dante stoi zrekonstruowany dom podróżnika-odkrywcy (obecnie muzeum), dalej pałac dożów, Stare Miasto, bogate w zabytki okresu rzymskiego. Nie sposób pominąć katedry św. Wawrzyńca z IX wieku, gdzie znajduje się piękna renesansowa kaplica z sarkofagiem ze szczątkami Jana Chrzciciela. W starym porcie miejskim można podziwiać też akwarium, największe we Włoszech i drugie co do wielkości w Europie. Pływające w nim morskie „stwory” długo pozostają przed oczami.

Nasza śródziemnomorska przygoda kończy się w Mediolanie, skąd czeka nas lot powrotny do Warszawy. Wieziemy ze sobą masę wrażeń i zdjęć. Będzie co wspominać w długie jesienne i zimowe wieczory.

Wiktoria Radek
Opracowanie redakcyjne Elżbieta Domańska



Marsylia

III Warszawska Olimpiada Seniorów – refleksje

Kiedy zgasną stadionowe reflektory, a na zdobytych medalach i statuetkach zaczyna powoli gromadzić się kurz, przychodzi czas na refleksje i podsumowania.

Tegoroczna, III Warszawska Olimpiada Seniorów, przeszła do historii i po raz drugi Bemowo mogło cieszyć się z sukcesu, delektować słodkim smakiem zwycięstwa. Radość na twarzach triumfatorów, duma z bycia członkiem bemowskiej reprezentacji, ale także smutek tych, którzy przeżywali rozczarowanie i gorycz porażki. Emocje sięgnęły zenitu i jeszcze wiele dni po zakończeniu rywalizacji dzwonili do mnie zawodnicy: – *Pani Bożeno, tak chciałam przyczynić się do sukcesu drużyny, zdobyć punkty, lecz niestety nie udało się i czuję, że zawiodłam...*

Wszystkim jak mantrę powtarzałam, że nie wyniki i medale są najważniejsze, lecz bycie razem, dzielenie się sportową radością, wzajemne wspomaganie i poczucie jedności. Najcenniejsze jest pokonanie własnych oporów i zahamowań, przekonanie, że aktywność sportowa jest najlepszą drogą do zachowania sprawności fizycznej, ale także energii i pozytywnego nastawienia do świata.

Przygotowania organizacyjne do tegorocznej Olimpiady rozpoczęliśmy już w kwietniu, uczestnicząc w treningach lekkoatletycznych prowadzonych przez niezrównaną Dorotę Kamień. Wkrótce wystartowali również pływacy i tenisiści stołowi. W miarę upływu czasu na zajęcia przychodziło coraz więcej seniorów, a wspólne treningi bardzo nas do siebie zbliżały. Ktoś odebrał telefon, że urodziła mu się wnuczka, i cała grupa pospieszyła z gratulacjami, ktoś inny dostał smutną wiadomość i drużyna była z nim w ciężkich chwilach. Poznawaliśmy się coraz

lepiej, spędzając ze sobą dużo czasu, wspierając i słuchając radą.

Dla mnie poznawanie nowych, ciekawych ludzi stanowiło zawsze inspirację i bodziec do działania, dlatego tak chętnie zaangażowałam się w organizację bemowskiej reprezentacji. Zapał uczestników, którzy chcieli startować w Olimpiadzie, mimo ograniczeń i kontuzji, udzielał się wszystkim i chociaż dobre chęci przekraczały często możliwości, nikt się nie poddawał. Zyskaliśmy też grupę aktywnych wolontariuszy, którzy wspomagali nas organizacyjnie, trzymali kciuki i dopingowali.

Zaryzykuję stwierdzenie, że wygraliśmy te zawody jeszcze przed ich rozpoczęciem, wspierając się wzajemnie i motywując. Stworzyliśmy nie tylko drużynę, ale także dużą, bemowską rodzinę, osiągając efekt synergii. Stopniowo nas przybywało, reprezentacja rosła w siłę. Po dystrybucji plakatów i ukazaniu się artykułów w lokalnych mediach, prasie i internecie zgłaszali się nowi ochotnicy, pełni obaw, czy podołają wyzwaniu, czy w ich wieku jeszcze wypada startować, ale jednocześnie z dużym apetytem na nową przygodę.

W dniu rejestracji było nas 190 osób, dwukrotnie więcej niż w roku ubiegłym! Trzon reprezentacji stanowili uczestnicy ubiegłorocznej edycji, zintegrowani, zaprzyjaźnieni, waleczni, będący przykładem dla nowicjuszy. Rozmiar reprezentacji seniorów stanowił ogromne wyzwanie organizacyjne dla Bemowskiej Rady Seniorów, ale dzięki wsparciu Zarządu Dzielnicy oraz poszczególnych Wydziałów Ratusza udało się się dopiąć wszystko na ostatni guzik i 28 września byliśmy gotowi.



Reprezentacja Bemowa



Ostatnie chwile przed startem



Łuczniczki na start

Gdy dotarliśmy na stadion Polonii i z dwóch autokarów wysypali się zawodnicy, w jednolitych, zielonych koszulkach, pod wodzą wiceburmistrzów Bemowa, dostrzeżliśmy ogromne zdumienie i konsternację na twarzach organizatorów i zawodników z innych dzielnic. Żółte chustki z napisem Bemowo powiewały nad naszymi głowami, kiedy maszerowaliśmy przed trybuną honorową, a potem czekaliśmy, aż zapłonie znicz olimpijski.

Taki widok seniorów z Bemowa robił wrażenie! Efekt był niesamowity i rosły nam skrzydła u ramion! Zacząto mówić o fenomenie Bemowa, pytać o receptę na sukces... Padały pytania: – *Jak wy to robicie? Jak udaje się zgromadzić tylu seniorów? Stosujecie jakieś zachęty?*

A odpowiedź jest prosta, trzeba ludzi przekonać do wspólnego działania, zjednoczyć wokół idei aktywności sportowej. Dzień po dniu dawać osobisty przykład, propagować zdrowy styl życia i radość z obcowania z drugim człowiekiem. Wspaniali, młodzi duchem seniorzy są bowiem nie tylko na Bemowie. Chcą cieszyć się pełnią życia, zdrowiem i dobrym samopoczuciem, walczyć ze stereotypami.

Zdobycie 33 medali i Pucharu dla najlepszej dzielnicy Warszawy to ogromny sukces, ale dla mnie osobiście największą nagrodą były słowa jednego z reprezentacyjnych kolegów: – ***Wiesz, cieszę mnie ten złoty medal, ale jestem dumny przede wszystkim z tego, że pochodzę z Bemowa i mogę być częścią tej drużyny.***

Takie słowa budują i utwierdzają w przekonaniu, że warto...

Jeszcze chwila oddechu i rozpoczynamy przygotowania do IV edycji Olimpiady.

Bożena Skudlarska



Puchar jest nasz

Wycieczka do Piotrk

Zwiedzanie fabryki bombek choinkowych



owa Trybunalskiego

oraz Muzeum
Piwowarstwa



Porozmawiajmy o...

Czy zauważyli Państwo, że w ostatnim dziesięcioleciu w wielu dziedzinach życia na naszych oczach zachodzą radykalne zmiany jakościowe? Ta swoista rewolucja dotyczy obowiązujących dotychczas pojęć i poglądów, obyczajów, kultury i sztuki, że o rewolucji naukowo-technicznej nie wspomnę. Dla mnie najważniejszy jest wzrost znaczenia kobiet we wszystkich aspektach życia w społeczeństwie. Wynika to z ich dobrego wykształcenia oraz rosnącej w kobietach świadomości i odwagi w konkurowaniu z mężczyznami. Ogromnie mnie to cieszy, ponieważ zjawisko „szklanego sufitu”, powszechnie obowiązujące do tej pory nie tylko w naszym kraju, skutecznie hamuje awans zawodowy i wyrównanie szans wykształconych kobiet.

W cyklu felietonów o tytule „Porozmawiajmy o...” chciałabym przedstawić sylwetki mądrych dzielnych kobiet żyjących pod różnymi szerokościami geograficznymi i w różnych okresach historycznych. Ich losy najczęściej nie są powszechnie znane. A są tu naprawdę niezwykle życiorysy i postawy życiowe. Nieznajomość tych historii wynika z prostej przyczyny: kronikarzami spisującymi historię wszystkich narodów byli przecież wyłącznie mężczyźni...

Poniższa opowieść przedstawi historię dzielnej i mądrej kobiety, która stała się ewenementem na skalę światową. Była ona pierwszą w Polsce kobietą chirurgiem.

Bohaterką tego felietonu jest:

Magdalena Bendzislawska

Magdalena Bendzislawska żyła na przełomie XVII i XVIII wieku. Była żoną cyrulika (zwanego także chirurgiem żupniczym) Walentego Bendzislawskiego, który pracował w Kopalni Soli w Wieliczce. Do obowiązków cyrulika należały zarówno usługi dentystyczne, jak i chirurgiczne. Ze względu na wykonywany zawód górnicy byli bowiem szczególnie narażeni na wszelkiego rodzaju urazy, kontuzje czy złamania. Do obowiązków Bendzislawskiego należało zatem opatrywanie i leczenie górników.

Po śmierci Walentego Bendzislawskiego jego żona odziedziczyła po nim zakład. W tamtych czasach w takiej sytuacji wdowa po zmarłym cyruliku zatrudniała innego czeladnika, który przejmował obowiązki zmarłego męża. Jednak Bendzislawska postąpiła wbrew tradycji i postanowiła sama zająć się chirurgią. Zakład, jak i wszystkie niezbędne narzędzia zachowała po mężu.

Wiedzę i umiejętności lekarskie nabyła jeszcze za życia męża. Uważnie obserwowała Walentego przy pracy i pod jego czujnym okiem szkoliła swoje umiejętności chirurgiczne. Przez lata pracy z mężem doszła do takiej wprawy, że po jego śmierci była w stanie przejąć jego obowiązki i samodzielnie prowadzić zakład.

Walenty Bendzislawski otrzymał przywilej wykonywania zawodu od króla Jana III Sobieskiego. Po śmierci męża Magdalena także potrzebowała oficjalnej zgody króla. Ze względu na bardzo wysokie umiejętności lekarskie uzyskała przywilej królewski od ówczesnego króla Polski – Augusta II Mocnego. Stało się to 6 października 1697 roku. Została kolejnym cyrulikiem w Wielickiej Kopalni Soli, a dzięki nabytej biegłości w zawodzie cieszyła się pełnym zaufaniem górników. Tym samym stała się pierwszą kobietą chirurgiem z uprawnieniami do wykonywania zawodu.

Ten fakt należy uznać za wydarzenie na skalę światową. Wcześniej w medycynie nie było miejsca dla kobiet lekarzy – zawód ten wykonywali jedynie mężczyźni. Powszechnie uważano, że kobieta, ze względu na swoją wrażliwość, delikatną naturę oraz brak umiejętności nie poradzi sobie z wykonywaniem tego zawodu. Przykład Magdaleny Bendzislawskiej świadczy o tym, że mądre Polki potrafią przekraczać obowiązujące granice, zapisując się tym samym w historii.

Historia Magdaleny Bendzislawskiej znana jest współcześnie dzięki badaniom profesora Zdzisława Gajdy – byłego kierownika Katedry Historii Medycyny na Uniwersytecie Jagiellońskim w Krakowie. Dzięki niemu postać pierwszej kobiety chirurga jest dzisiaj rozpoznawalna nie tylko w kręgu medycyny. Uhonorowaniem

jej pamięci jest ufundowanie specjalnej nagrody – Medalu im. Magdaleny Bendzislawskiej. Wręczany jest on zasłużonym lekarzom o specjalizacji chirurgia szczękowa.

Także Kopalnia Soli w Wieliczce pamięta o dokonaniach Magdaleny Bendzislawskiej. W celu upamiętnienia postaci pierwszej kobiety chirurga powstała pamiątkowa tablica, odsłonięta 25 maja 2012 roku. To hołd złożony Bendzislawskiej, która przysłużyła się nie tylko samej kopalni, ale i wszystkim kobietom marzącym o zawodzie chirurga.

Opracowała Lidia Kania



Olga Tokarczuk – laureatka Nagrody Nobla w dziedzinie literatury za rok 2018



1993 ukazała się jej pierwsza powieść *Podróż ludzi Księgi*, która uzyskała nagrodę Polskiego Towarzystwa Wydawców Książek.

Pisarka ma w swoim dorobku zbiory opowiadań, esejów, poezji, scenariusze oraz liczne powieści. Te ostatnie były kilkakrotnie nominowane do Nagrody Literackiej Nike. Ostatecznie dwie z nich zdobyły tę nagrodę: *Bieguni* (uhonorowana również Międzynarodową Nagrodą Bookera) oraz *Księgi Jakubowe albo Wielka podróż przez siedem granic, pięć języków i trzy duże religie, nie licząc małych*.

Twórczość Olgi Tokarczuk doczekała się tłumaczenia na 35 języków.

Olga Nawoja Tokarczuk urodziła się 29 stycznia 1962 roku w Sulechowie. Jest absolwentką Wydziału Psychologii Uniwersytetu Warszawskiego.

W wieku 17 lat opublikowała pierwsze opowiadania w harcerskim czasopiśmie „Na przełaj”. W roku

Akademia Szwedzka wyróżniła pisarkę „za narracyjną wyobraźnię, która z encyklopedyczną pasją pokazuje przekraczanie granic jako formę życia”.

(dw)

Kto czyta książki, żyje podwójnie.

Umberto Eco

Pokój bez książek jest jak ciało bez duszy.

Cycon

*W książkach zbieramy tylko rozkwitłe kwiaty
ziarn kielkujących w nas samych.*

Maria Konopnicka

*Są książki, które się czyta. Są książki, które
się pochłania. Są książki, które pochłaniają
czytającego.*

Maria Pruszkowska

*Z książkami jest tak, jak z ludźmi: bardzo
nie wielu ma dla nas ogromne znaczenie. Reszta po
prosu ginie w tłumie.*

Wolter

Kto to jest babcia?

Babcia to taka kobieta, która nie ma własnych dzieci. Kocha ona małych chłopców i małe dziewczynki, które są dziećmi innych ludzi. Dziadek to też jest babcia, ale jest mężczyzną. Chodzi on z chłopcami na spacer i rozmawiają o wędkowaniu i innych rzeczach.

Babcie nic nie muszą robić, tylko przychodzić z wizytą.

Babcie są stare, dlatego nie mogą biegać i dużo skakać. Ale mogą zaprowadzić nas na festyn i wtedy muszą mieć dużo pieniędzy, żeby kupić nam bilet na karuzelę i lizaki. Jeżeli babcia z nami spaceruje, to często się zatrzymuje, żeby popatrzeć na różne rzeczy, na przykład na ładne liście albo na dżdżownice. Babcia nigdy nie mówi, żebyśmy szli szybciej.

Babcia nosi okulary i może wyjmować swoje zęby, a potem znowu je wkładać.

Babcia nie musi być bardzo mądra, tylko powinna umieć odpowiedzieć na pytanie w rodzaju: dlaczego psy ganiają za kotami albo gdzie robak ma głowę. Kiedy babcia czyta nam książki, to niczego nie opuszcza i nie mówi, że tę bajkę już czytaliśmy.

*Każdy powinien się postarać, żeby mieć babcię, ponieważ **babcie to są jedyni dorośli, którzy mają wolny czas dla dzieci.***

Wnuk mówi do dziadka:

– Kiedyś to mieliście źle. Nie było internetu, komórek, czatu ani Gadu-Gadu... Jak ty babcię poznałeś?

– Jak to nie było? Wszystko było – odpowiada dziadek.

– Nie rozumiem – mówi wnuczek.

– No, przecież babcia mieszkała w internacie, jak wracała ze szkoły, to ja stałem na czatach, wychodziłem z babcią na gadu-gadu, a jakby nie komórka, to twojego ojca i ciebie nie byłoby na świecie.



Do Nowaków przyjechała w odwiedziny babcia i pyta swojego wnuczka:

– No jak tam, Pawełku, dobrze się chowasz?

– Staram się – wzdycha Pawełek – ale mama i tak zawsze mnie znajdzie i wykąpie.



Pani w szkole mówi:

– Dziś narysujcie babcię i dziadka.

Jaś rysuje wraca do domu i mówi:

– Babciu, dziadku, narysowałem wasze portrety.

Babcia się ze swojego cieszy, ale dziadek nie bardzo.

– Jasiu, a dlaczego ja nie mam włosów?

– Bo nie było łysej kredki.



Babcia Jasia była głucha, więc wnuczek kupił jej na 80. urodziny aparat słuchowy.

Miesiąc później pyta:

– Babciu, jak tam twój aparat słuchowy?

– Bardzo dobrze, wnusiu! Dzięki tobie już trzy razy zmieniłam testament!



Przed przejściem dla pieszych stoi trzęsąca się starowinka o laseczce. Obok młodzian.

– Chłopcze, przeprowadzisz mnie na drugą stronę?

– Oczywiście, babciu. Zaraz zapali się zielone światło...

– Na zielonym to se sama przejdę!



Wnuczek częstuje babcię cukierkiem.

– I co, babciu, smakuje ci?

– Tak, wnusiu, bardzo.

– To dlaczego Azor go wypułu?



Dziadku, czy leciałeś samolotem?

– Tak.

– A nie bałeś się?

– Bałem, ale tylko za pierwszym razem.

– A potem?

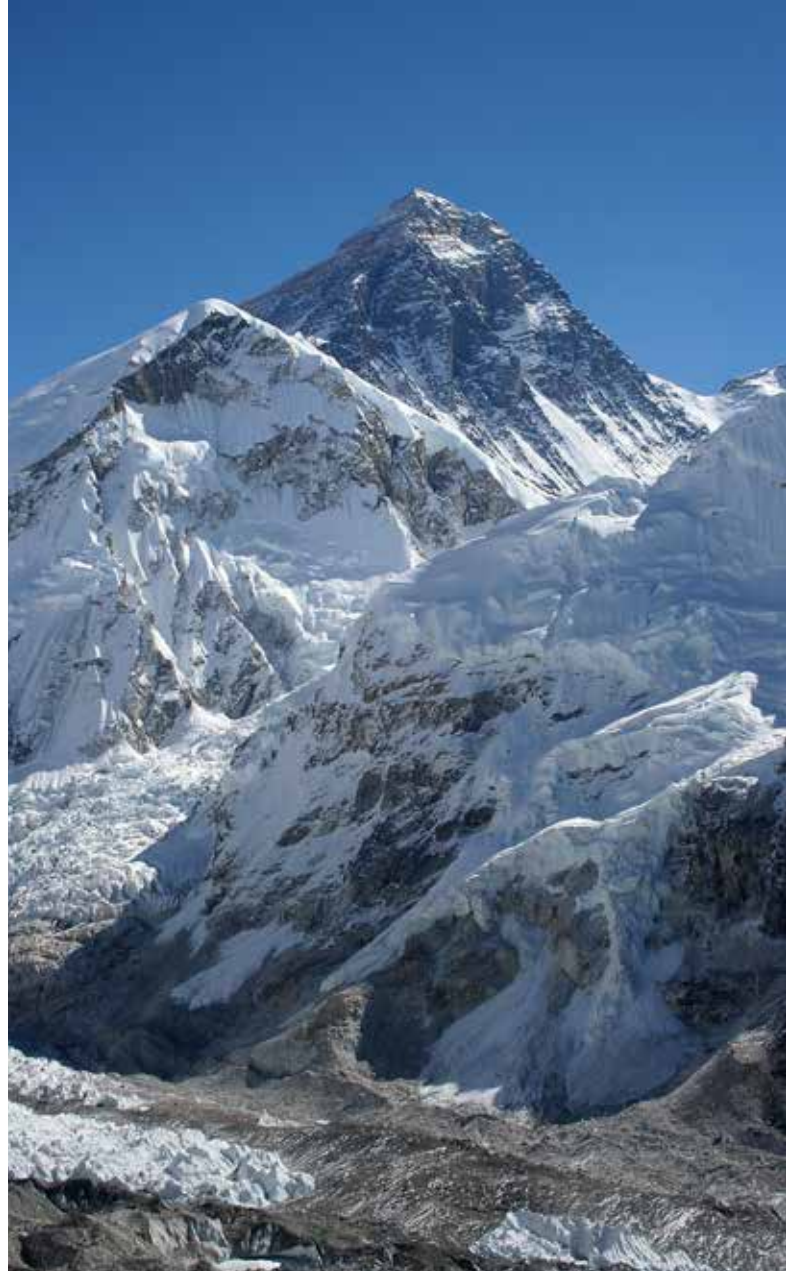
– Potem już nie latałem.

Niewiarygodne? A jednak prawdziwe!

Czy wiedzą Państwo, że w wyniku ostatniego trzęsienia ziemi w Nepalu najwyższy szczyt świata – Mount Everest przesunął się o 3 cm w kierunku południowo-zachodnim? Trzęsienie ziemi o magnitudzie 7,8 miało miejsce w kwietniu 2015 roku. Bardzo silne wstrząsy spowodowały odwrócenie się dotychczasowego północno-wschodniego „kursu” góry.

W ciągu ostatniej dekady (jeszcze przed kwietniowym trzęsieniem Ziemi) Mount Everest przesunął się 40 cm w kierunku północno-wschodnim, czyli jego kurs przesuwania się wynosił 4 cm rocznie. W tym czasie góra również urosła o 3 cm.

Mount Everest położony jest na obszarze dwóch krajów – Chin i Nepalu. Trzęsienia ziemi w Himalajach zdarzają się bardzo często. Ich sprawcą jest uskoki himalajski, który ciągnie się na długości 2500 km od północnego Pakistanu przez pogranicze Indii i Chin, Nepal, Bhutan po północno-wschodnie stany Indii. To jedna z najważniejszych granic tektonicznych na planecie. Proces wypiętrzania się Himalajów rozpoczął się ok. 50 milionów lat temu, kiedy to płyta indyjska od południa zaczęła napierać na płytę eurazjatycką. Eskalacja tego procesu nastąpiła przed ok. 20 milionami lat. Proces wypiętrzania nie zakończył się. Indie, nacierając na Tybet, przesuwają się na północ z prędkością ok. 4 cm na rok. Dlatego Himalaje podnoszą się w błyskawicznym tempie i są obecnie najwyższymi górami na naszej planecie.



Mount Everest 8848 m n.p.m.

Opracowała Lidia Kania

Wspomnienie:

25 sierpnia 2019 roku po długiej i ciężkiej chorobie zmarła nasza Koleżanka **Antonina Skrętowska**, dla bliskich i przyjaciół Wiesia.

Była słuchaczką naszego Uniwersytetu od 2011 roku. W ostatnim czasie, ze względu na stan zdrowia zawiesiła uczestnictwo w zajęciach, ale nie poddawała się, walcząc dzielnie do końca z chorobą.

Przez kilka lat dane nam było spotykać się z Nią na wykładach, seminariach, wspólnych spacerach. Dla wielu z nas była bliską Osobą. Żal, że odeszła tak wcześnie, o wiele za wcześnie... Żegnaj, Wiesiu! Zachowamy Cię w sercach i pamięci.

Koleżanki i koledzy z UTW Woli i Bemowa



Doroczne spotkanie integracyjne na WAT



Szanowni Seniorzy!

Na terenie Woli i Bemowa działa Oddział Rejonowy Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów, z siedzibą przy ul. Młynarskiej 29, czynny: poniedziałki, wtorki i czwartki w godz.: 9.00 – 12.00; tel.: (22) 632 49 43.

Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów jest organizacją społeczną, pozarządową, samodzielną i niezależną z 60-letnią tradycją. Działalność Związku oparta jest przede wszystkim na pracy społecznej ogółu jego członków. Związek działa poprzez Oddziały Okręgowe, Rejonowe i Koła Terenowe. Jest on największą organizacją emerycko-inwalidzką w Polsce, liczącą ponad milion członków.

Misją naszego Związku jest:

- działanie na rzecz poprawy warunków socjalno-bytowych swoich członków,
- umożliwienie im udziału w życiu społecznym i kulturalnym,
- reprezentowanie ich interesów wobec organów władz i administracji oraz popularyzowanie problemów członków wśród społeczeństwa.

Dla realizacji tych założeń wdrażane są programy socjalno-bytowe obejmujące:

- pomoc ludziom najuboższym i niepełnosprawnym,
- zapomogi, rozprowadzanie żywności z Banku Żywności SOS,
- pomoc informacyjno-poradniczą,
- porady prawne,
- zajęcia rehabilitacyjne,
- działalność kulturalną (wyjścia do kina, teatru, muzeum),
- organizację czynnego wypoczynku i wolnego czasu (wycieczki turystyczne, ogniska),
- spotkania integracyjne, okolicznościowe, z ciekawymi ludźmi,
- fachowe prelekcje i pogadanki,
- obchody Dni Seniora i Inwalidy,
- rozwój zainteresowań i uzdolnień (na przykład chór, brydż),
- prowadzenie działalności charytatywnej – „Akcja Nakrętka”.

W Zarządzie Oddziału Rejonowego wydawane są zaświadczenia uprawniające do korzystania z 37-procentowej zniżki na dwa przejazdy koleją w ciągu roku (do tej zniżki doliczana jest przedsprzedażna zniżka kolejowa nawet 30% do m-ca czasu).

W ramach struktury Oddziału Rejonowego Wola–Bemowo istnieje 9 kół terenowych. W Zarządzie pomożemy Ci, Seniorze, wybrać koło terenowe zlokalizowane najbliżej Twojego miejsca zamieszkania.

Szanowny Seniorze, Emerycie, Rencisto, wstąp w szeregi Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów. Podziel się z innymi swoim doświadczeniem, talentem, pasją. Spotkaj się na wspólnie zorganizowanej wycieczce czy imprezie artystycznej. Rozwijaj swoje zainteresowania, pomóż innym, nie bądź samotny.

*Przewodnicząca
Zarządu Rejonowego PZERiI
Warszawa Wola
Urszula Denis-Brewczuk*

Nasza kronika

- 15 października 2019 r. – po uroczystej inauguracji wysłuchaliśmy wykładu prof. Jerzego Stępnia pt. „Prawo wyborcze – obowiązek czy przywilej”.
- 22 października 2019 r. – dr hab. prof. UW Lech Nijakowski w wykładzie „Język określa świadomość” przedstawił nam, jak dobór słów wpływa na nasze postrzeganie.
- 29 października 2019 r. – „Pro memoria – Róbmy swoje, czyli Wojciech Młynarski, artysta zaangażowany” – znany nam i lubiany krytyk muzyczny p. Sławomir Drygalski przypomniał postać wspa-
niałego artysty.
- 5 listopada 2019 r. – „Leonardo da Vinci – człowiek do wszystkiego” to niezwykle interesujący wy-
kład kustosz Zamku Królewskiego w Warszawie p. Beaty Artymowskiej.
- 12 listopada 2019 r. w związku z koniecznością ewakuacji budynku zajęcia zostały odwołane.
- 19 listopada 2019 r. – dr n. med. Paweł Balsam z Kliniki Kardiologii Warszawskiego Uniwersy-
tetu Medycznego przybliżył nam problem cukrzycy oraz jej powikłań; na co należy uważać i jak
skutecznie leczyć tę chorobę. Był to wolontariacki wykład zorganizowany przez p. Marka Kustosza
z fundacji Serce dla Kardiologii, uzupełniony przez prezesa fundacji Wygrajmy Zdrowie p. Szymona
Chrostowskiego pogadanką o cholesterolu.
- 26 listopada 2019 r. – notariusz p. Hanna Wachowska-Popielarczyk z Krajowej Rady Notarialnej
wygłosiła wolontariacki wykład na temat spadków i darowizn, a zainteresowanym osobom udzielała
porad.
- 3 grudnia 2019 r. – „Aktywność fizyczna: luksus czy konieczność współczesnego człowieka?” – Na
to pytanie odpowiadała prof. dr hab. Ewa Kozdroń z AWF w Warszawie.
- 10 grudnia 2019 r. – dr Paweł Boguszewski z Instytutu Biologii Doświadczalnej PAN przedstawił ar-
cyciekawy problem „Naukobzdury i pseudomedycyna”.
- 17 grudnia 2019 r. odbędzie się spotkanie w świątecznej atmosferze, do której przyczynią się kolędy
w wykonaniu zespołu Volta pod dyрекcją naszej koleżanki Ani Dąbrowskiej.
- Nasi słuchacze licznie uczestniczą w warsztatach literackich oraz historycznych. Inni uczą się na
kursach języka angielskiego oraz komputerowych. Dbający o formę fizyczną korzystają z zajęć gim-
nastycznych, gimnastyki w wodzie, a także nordic walkingu. Jest też grupa grających w brydża.
- W ramach seminariów zwiedzaliśmy Muzeum Kolejnictwa, wystawę zatytułowaną „Nigdy więcej.
Sztuka przeciw wojnie i faszyzmowi w XX i XXI wieku” w Muzeum Sztuki Nowoczesnej oraz wy-
stawę „Gdynia – Tel Awiw” w Muzeum Historii Żydów Polskich POLIN.
- Odbyły się dwa spacer po Warszawie w towarzystwie przewodniczek: na Cmentarz Tatarski – w to-
warzystwie p. Ewy Andrzejewskiej, a do parku Ujazdowskiego z p. Karoliną Głowacką.
- 6 listopada pojechaliliśmy na wycieczkę do Piotrkowa Trybunalskiego, gdzie zwiedziliśmy fabrykę
bombek choinkowych i Muzeum Browarnictwa.
- Dzięki staraniom naszych koleżanek wielu słuchaczy UTW obejrzało rozliczne przedstawienia te-
atralne i operowe.

*Moja religia jest prosta. Nie wymaga kamiennych świątyń, nie wymaga filozoficznych dociekań.
Świątynią jest nasz umysł i nasze serce; filozofią – dobroć.*

Dalajlama XIV

*Pamiętaj, że Twój wiek jest zawsze idealny, Każdy rok Twojego życia jest wyjątkowy i cenny,
I możesz go przeżyć tylko raz. Nie żałuj więc, że się starzejesz –
To przywilej dostępny nie dla wszystkich.*

Richard Gere

Idealem możemy się tylko stawać, by mimo to nigdy się nim nie stać.

Pitagoras

Makowe delicje

Ciasto bezowo-orzechowo-makowe z konfiturą

Składniki: 5 jaj, 3/4 szklanki cukru, 7 dag mąki, 5 dag orzechów włoskich, 5 dag maku, 1,5 łyżeczki proszku do pieczenia, łyżeczka cukru waniliowego.

Biszkopt bezowy: 4 białka, 1 szklanka cukru, 20 dag wiórków kokosowych.

Krem: 4 szklanki mleka, 1,5 szklanki cukru, 1 op. cukru waniliowego, po 3 łyżki mąki ziemniaczanej i pszennej, 30 dag masła, 2 kieliszki brandy.

Sposób przygotowania: Białka ubijamy, dodając cukier. Do ubitej masy dodajemy stopniowo żółtka. Ubijamy masę łączymy z mąką, orzechami, makiem i proszkiem. Pieczemy 40–50 minut w temperaturze 180 stopni. Po upieczeniu kroimy na 2 części.

Przygotowujemy biszkopt bezowy. Ubijamy pianę z białek, dodając cukier. Gdy jest ubite, dodajemy wiórki kokosowe i mieszamy. Pieczemy na złoty kolor.

Czas na krem. Trzy szklanki mleka zagotowujemy z cukrem. Resztę mleka mieszamy z mąkami. Dodajemy do gotującego mleka. Studzimy. Masło ucieramy do białości i dodajemy ostudzony budyń oraz brandy.

Składamy ciasto według kolejności: biszkopt orzechowy, konfitura, krem, beza, krem, biszkopt orzechowy, krem.



Makowe tartaletki

Składniki: 2 szklanki mąki pszennej, 12,5 dag masła extra, 1 całe jajko, 2 łyżki cukru pudru, 1 łyżeczka proszku do pieczenia.

Masa makowa: 20 dag maku, 1 jajko, 5 dag masła, 1 łyżka cukru pudru, 2 łyżki bułki tartej, 2 łyżki miodu, 1 olejek migdałowy, 5 dag orzechów włoskich, 5 dag rodzynek, 10 dag skórki pomarańczowej.

Sposób przygotowania: Mąkę posiekać z masłem, dodać jajko, cukier puder, proszek do pieczenia. Zagnieść na jednolite ciasto, owinać w folię aluminiową i wstawić do lodówki na pół godziny. Po tym czasie rozwałkować ciasto, foremką do tartałek wyciąć krążki i wylepić foremki tartałek.

Dodatkowo na wierzch każdej tartaletki wyciąć krążek z gwiazdkami w środku (najlepiej foremką do babeczek).

Masa makowa: Mak sparzyć, wystudzić i zmielić dwukrotnie maszynką do mielenia. Rodzynki zalać wrzątkiem. Masło rozpuścić, dodać miód, cukier, przebrane rodzynki, drobno posiekane orzechy, skórkę pomarańczową i dokładnie wymieszać. Następnie dodać do maku, wymieszać. Na końcu do masy makowej dodać olejek migdałowy, jajko i wszystko dokładnie wymieszać.

Wylepione ciastem tartaletki nappełnić masą makową i przykryć krążkiem z gwiazdkami. Wstawić do piekarnika nagrzanego do 180 stopni C na około 25-30 minut.

Smacznego!

Wydawca: Uniwersytet Trzeciego Wieku Woli i Bemowa, 01-188 Warszawa, ul. Stanisława Staszica 7/9

Redakcja: Renata Janicka, Zofia Marszałek, Danuta Wdowczyk

Fotografie: Wacław Łukasik, Barbara Makowska-Kowalczyk, internet

Opracowanie graficzne i łamanie: Adam Witkowski

Druk: Oficyna Drukarska Jacek Chmielewski

Nakład: 300 egz.

Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania materiałów.

