



CRS
Centrum Aktywności Seniora
w Więcborku



#senior

w numerze:

- 1 **Relacje z aktywności w KS+**
.....
- 2 **Aktywna Biblioteka i MGOK**
.....
- 3 **Fotorelacja z Wieczoru Seniora**
.....
- 4 **Tutorial - zrób to sam**
.....

Nr 2/2019 ⁽²⁾

Grudzień 2019

PÓŁROCZNIK
SPOŁECZNO - KULTUROWY
DLA SENIORÓW

Egzemplarz bezpłatny

Nr 2/2019⁽²⁾

Więcborscy seniorzy oddają w Państwa ręce kolejny numer „#SENIORA” w chwili wyjątkowej, bowiem tuż przed Świętami Bożego Narodzenia. Prace nad zawartością półrocznika trwały praktycznie do ostatniego momentu. Wszystko po to, by podzielić się z Państwem relacjami z magicznych spotkań świątecznych, w których uczestniczyli seniorzy z terenu gminy Więcbork. Drugi już numer czasopisma wydany został w ramach projektu pn. „Centrum Aktywności Seniora”, dofinansowanego z Funduszy Europejskich. Mamy nadzieję, że w chwili oddechu z przyjemnością sięgniecie Państwo po lekturę naszego czasopisma i podzielicie się nią z najbliższymi. Jednocześnie życzymy wszystkim czytelnikom zdrowych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia. Niech ten czas spędzony w gronie najbliższych napętni Wasze serca spokojem i radością.

Redakcja



Wiersze seniorów

Gdy ci smutno...
Gdy ci smutno, gdy ci zle,
Ona o tym wie...
Gdy ktoś kiedyś skrzywdził cię,
Ona o tym wie...
Gdy serce pęka z bólu
i życie sypie się
Ona o tym wie...
Gdy ludzie cię opuszczą,
Iza w oku kręci się,
o Ona o tym wie...
Więc nie smuć się już więcej,
Ona wysłucha Cię,
pociechę zesle na nas,
a więc uśmiechnij się,
bo to jest nasza Matka,
a ona wszystko wie...

Wiesława Migas

#SENIOR.


Więcbork
dobry kierunek
na święta

Nakład 500 sztuk. • Wydawca: Fundacja Gospodarcza PRO EUROPA, ul. Warszawska 4/7, 87-100 Toruń. Redakcja: Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Więcborku, ul. Mickiewicza 22a, 89-410 Więcbork, tel. 523895350, e-mail: sekretariat@mgopswiecbork.pl • Skład DTP: KrajnaMedia.pl



Fundacja Gospodarcza
Pro Europa



Gmina
Więcbork



Miejsko-Gminny Ośrodek
Pomocy Społecznej w Więcborku

#Senior • Półrocznik społeczno-kulturalny

Warsztaty Kulinarne

Uczestnicy Klubu SENIOR+ mieli okazję wziąć udział w kilku warsztatach kulinarnych prowadzonych przez panią Alicję Piekut. Każde spotkanie zakładało część teoretyczną i praktyczną. Podczas części teoretycznej prowadząca omawiała sposób przygotowania dań, których bazę stanowiły wytypowane przez seniorów artykuły



spożywcze. Były to m.in.: buraki, kasze, dynie, czy ryby. Część praktycznie to już popis umiejętności kulinarnych senierek, które za każdym razem po zakończeniu zajęć oczywiście próbowały swoich przysmaków. Najlepsze oceny zebrały: krem z dyni, ciasto z kaszki manny, kotlety z kaszy gryczanej czy muffinki dyniowe. Podczas jednego z warsztatów w rolę prowadzącego wcielił się Tomasz Siekierka, dyrektor MGOPS, który znany jest z załatwiania do kulinariów. Podczas zajęć klubowicze przygotowywali muffinki czekoladowe, szarlotkę na zimno oraz sałatkę z buraczkami.

Rękodzieło ARTYSTYCZNE

Dwa razy w miesiącu wiecborescy seniorzy biorą udział w warsztatach rękodzieła artystycznego, prowadzonych przez Annę Cybalską. Zajęcia są bardzo zróżnicowane – seniorzy według własnego uznania tworzą rozmaite przedmioty, które często są niezwykle użyteczne. Podczas jednego z warsztatów klubowicze, malowali wzory na torbach lnianych, którymi zastąpili foliowe woreczki. Przygotowywali również świeczki, mydła, kule zapachowe do kąpeli, peeling do ciała, a także lampiony woskowe, mając do wyboru kilkanaście przeróżnych olejków eterycznych, a także barwników. Tworzyli też m.in. materiałowe tulipany, ogrody w szkle, przepisniki z przepisami dań przygotowywanych podczas warsztatów kulinarnych, a także zdobili zegary metodą decoupage.

Obok wymienionych zajęć seniorzy brali też udział w warsztatach: muzycznych, komputerowych, z zakresu wizażu, oraz kultury fizycznej.

Warsztaty muzyczne prowadzi Jan Tłok. Podczas zajęć seniorzy ćwiczą wykonania polskich przebojów muzyki rozrywkowej. Niedawno klubowiczów odwiedzili bracia Dominik i Maciej Śliwińscy z Kawli, którzy zaprezentowali utwory muzyki poważnej.

Z kolei warsztaty komputerowe prowadzi Karol Malczewski. Zajęcia te to nie tylko poznawanie obsługi komputera, ale także spotkania świadomościowe dotyczące zakupów rozmaitych sprzętów AGD i RTV.

Zajęcia z zakresu kultury fizycznej prowadzi-

odbywają się m.in. marsze nordic walking, czy ćwiczenia na siłowniach plenerowych.

Warsztaty wizażu prowadzi Agnieszka Umińska. Podczas zajęć seniorki uczą się m.in. jak przyrządzać i nakładać na twarz maseczkę, makijaż i peeling.



Muzyka, komputery, KULTURA FIZYCZNA ORAZ WIZAŻ

ne przez Katarzynę Kliszewską, to nic innego jak samo zdrowie. Prowadząca porusza bardzo wiele kwestii, począwszy od odżywiania po aktywność fizyczną. W ramach spotkań



Seniorzy animatorzy

Nowością przygotowaną dla seniorów są zajęcia animacyjne, podczas których klubowicze mogą wcielić się w rolę prawdziwego animatora. Zajęcia prowadzi Dorota Jendrzejek.

Podczas zajęć seniorzy uczyli się m.in. sztuczek cyrkowych, tworzenia balonowych przedmiotów, postaci i zwierząt, przygotowania przyrządów i płynów do tworzenia ogromnych baniek mydlanych. Umiejętności te wykorzystali organizując w lipcowe przedpołudnie na Placu Jana Pawła II w Włocławku mini festyn pn. „Jak za dawnych lat”. Poza bańkami mydlanymi, skręcaniem balonów były m.in. klasy, skoki przez skakankę, zabawy animacyjne: „Mam chusteczkę haftowaną”, czy „Stary niedźwiedź mocno śpi”. Tydzień później z podobnym programem odwiedzili dzieci ze Świetlicy Środowiskowej „Uśmiech” w Włocławku.

Podczas jednego z zajęć, prowadząca Dorota Jendrzejek zabrała seniorów na jesienny spacer i sesję zdjęciową.

Zajęcia animacyjne prowadzi również Joanna Nowakowska. Dla seniorów przygotowała m.in. spotkanie z Justyną Bona-Szwedą i jej wspaniałym czworonogiem Mikim – psem terapeutycznym oraz ognisko integracyjne w Ośrodku Wypoczynkowym „Tęcza”.



W KRAJU KWITNĄCEJ WIŚNI

Okolo 400 osób w tym kilkudziesięciu seniorów bawiło się na Stadionie Miejskim Więcborku na corocznym Pikniku Przyjaźni. Tym razem uczestnicy imprezy przenieśli się do Azji, bowiem przewodnim motywem imprezy była Japonia i tamtejsze „Hanami”, czyli zwyczaj podziwiania kwiatów kwitnącej wiśni. Wspaniale przystrojony stadion przez Świetlicę Środowiskową „UŚMIECH” w Więcborku robił niesamowite wrażenie. W ramach imprezy zorganizowano sześć konkurencji m.in. rzut japonką do celu, bieg z sumitą, czy słalom z sushi. Do dyspozycji były



również trampoliny, eurobungi i kule wodne. Nie zabrakło baniek mydlanych, malowania twarzy i skracania balonów, w które zaangażowali się niezawodni wolontariusze z Programu Erasmus+. Każdy mógł też zrobić sobie zdjęcie z sumitą oraz wcielając się w zjawiskową gejszę.

O oprawę muzyczną, nagłośnienie oraz wystrój sceny zadbał Środowiskowy Dom Samopomocy w Więcborku. Wystąpili artyści z Klubu Samopomocy „DOMEK” w Więcborku, Domu Pomocy Społecznej w Suchorączku, Warsztatu Terapii Zajęciowej w Sępólnie Krajeńskim, Środowiskowego Domu Samopomocy w Więcborku. Imprezę poprowadziły Anna Kamińska, Joanna Nowakowska i Dorota Jendrzejek. Jak zwykle świetnie wypadły tańce animacyjne.

Dużym zainteresowaniem cieszył się pokaz karate w wykonaniu Mieszka Stypy. Organizatorzy przygotowali całą masę smakołyków. Były m.in. ciasteczka z wróżbą, mrożona herbata, wata cukrowa, popcorn, zakrecone ziemniaczki, kielbasa z grilla, nachosy i cała masa wypieków.

Na zakończenie uczestnicy imprezy w rytm piosenki „Jedzie pociąg z daleka”, stworzyli ogromny pociąg. W rolę konduktora wcielił się burmistrz Więcborka Waldemar Kuszewski.



Marsz Seniorów w Kamieniu Krajeńskim

Już po raz czwarty więcborscy seniorzy mogli gościć na Kapelusowym Marszu Seniorów w Kamieniu Krajeńskim, który zorganizowany został przez tamtejsze: Dom Pomocy Społecznej i Stowarzyszenie „Pomóż sobie pomagając innym”.

Barwny ok. 200-osobowy korowód przeszedł ze Stadionu Miejskiego na plac przed Domem Pomocy Społecznej. Jak zwykle była zabawa taneczna, losowanie upominków oraz poczęstunek. Jak zwykle też okazały kapelusze seniorów zapierały dech w piersiach.



Tanecznie w Luchowie



Więcborscy seniorzy uwielbiają taniec, dlatego też MGOPS w Więcborku zorganizował dwie zabawy taneczne w Luchowie, w niezwykle gościnnej Sali „U Ewy”. Pierwsza impreza odbyła się z okazji powitania jesieni i uczestniczyli w niej również seniorzy z Mroczy. Druga zaś to Andrzejki, podczas których nie zabrakło oczywiście tradycyjnych wróżb.

Krzysztof Daukszewicz, satyryk, piosenkarz, kompozytor i autor książek w miniony piątek odwiedził Tucholę i tamtejszy Ośrodek Kultury. W spotkaniu uczestniczyli więcborscy seniorzy.

Artysta zaprezentował najnowszy program kabaretowy pt. „Jedź kawioerek”, poruszając wiele aktualnych tematów. Wszystko oczywiście z przymrużeniem oka. Na sali widowiskowej Tucholskiego Ośrodka Kultury zasiadło



ponad 40 więcborskich seniorów, którzy po występie udali się na kawę i ciasto do pobliskiej restauracji.

Spotkanie z Krzysztofem Daukszewiczem

KONTYNUACJA ZAJĘĆ JĘZYKA ANGIELSKIEGO



Przez pół roku zajęcia z języka angielskiego dla wiecboreskich seniorów prowadziły wolontariuszki Stowarzyszenia Aktywnych Społecznie w Więcborku: Catarina z Portugalii i Ines z Hiszpanii. Niestety ich projekt dobiegł końca i musiały wrócić do swoich krajów. Jednak ku ucie-

sze seniorów, znalazła się następczyni wolontariuszek. To pani Janina, która część swojego życia spędziła w Stanach Zjednoczonych. Prowadzone przez nią lekcje języka angielskiego cieszą się bardzo dużym zainteresowaniem. W każdej z nich uczestniczy kilkunastu seniorów.

SENIORZY NA JARMARKU MIKOŁAJKOWYM

Za nami coroczny Jarmark Mikołajkowy, zorganizowany na wiecboreskim targowisku. W tym roku imprezę odwiedziły tłumy mieszkańców regionu. W Jarmarku uczestniczyli również wiecborescy seniorzy.

Na stoisku Klubu SENIOR+ znalazło się 1000 pasztecików i drugie tyle pierników. Ponadto 90 litrów czerwonego barszczu i 60 litrów herbaty. Wszystko oczywiście zupełnie za darmo serwowali Klubowicze.

Ponadto na scenie wystąpiła sekcja wokalna Klubu, wykonując najbardziej znane przeboje świąteczne oraz kolędy.

Tegoroczny Jarmark zgromadził ponad 40 wystawców. Były m.in. występy artystyczne, sesja zdjęciowa z Mikołajem oraz upominki dla każdego dziecka.

Organizatorami imprezy byli: Miejsko – Gminny Ośrodek Kultury w Więcborku, Urząd Miejski w Więcborku, Bibliotekę Publiczną w Więcborku, Miejsko – Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Więcborku, Świetlicę Środowiskową „UŚMIECH”, Środowiskowy Dom Samopomocy w Więcborku, Stowarzyszenie Kierunek Więcbork oraz Stowarzyszenie Aktywnych Społecznie.



MAGICZNE SPOTKANIE OPŁATKOWE

W sali gimnastycznej Szkoły Podstawowej nr 1 w Więcborku odbyło spotkanie opłatkowe dla 120 mieszkańców gminy Więcbork, głównie seniorów.

Spotkanie rozpoczęło się od powitania gości przez Tomasza Siekierkę, dyrektora MGOPS w Więcborku oraz Izabela Szmaglińską, jego zastępczynię. Później głos zabrali Waldemar Kuszewski, burmistrz Więcborka, Anna Łańska, przewodnicząca Rady Miejskiej w Więcborku, Zofia Świerczewska, przewodnicząca Stowarzyszenia Rodzin Katolickich w Diecezji Bydgoskiej, Zofia Najdowska, przewodnicząca Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów, Oddziału Rejonowego w Więcborku, którzy złożyli zgromadzonym najlepsze świąteczne życzenia.

Następnie przyszedł czas na wspólną modlitwę, której przewodził ksiądz Łukasz Kucharski. Później wszyscy podzielili się opłatkiem.

Część artystyczną spotkania wypełnił występ uczniów Szkoły Podstawowej nr 1 w Więcborku. Na scenie pojawili się też uczestnicy wiecboreskiego Klubu SENIOR+ oraz Jan Tłok, a także Agata Pufal, Anna Kamińska i Joanna Nowakowska, które jak zwykle oczarowały przybyłych wspaniałymi kolędami i pastorałkami. Nie

zabrakło oczywiście poczęstunku. Na stole królowały tradycyjne: barszcz, pierogi, ryby, makowiec oraz piernik.

Po kolacji wspomniano osoby, które odeszły w mijającym roku. Były też podziękowania. Dyrekcja MGOPS w Więcborku, wyróżniła Janinę Dziecharską oraz Alinę Czajkowską, za ich pracę na rzecz społeczności senioralnej. Później przyszedł czas na obdarowywanie prezentami, bowiem salę gimnastyczną Szkoły Podstawowej nr 1 odwiedził Święty Mikołaj. Wiele osób musiało zaśpiewać, by Mikołaj zdecydował się przekazać upominek.

Większość wyżej wymienionych wydarzeń dofinansowanych zostało przez gminę Więcbork lub z Funduszy Europejskich w ramach projektu pn. „Centrum Aktywności Seniora”.



Jedziemy do Ustki

Na 9 lipca zaplanowaliśmy wyjazd do Ustki. Odwiedziliśmy tę miejscowość już czwarty raz, ale zawsze znajdujemy tu coś nowego. W dniu wyjazdu pogoda nam nie sprzyjała; w autobusie zupełnie to nie przeszkadzało. Na miejscu, po zrobieniu zbiorowego zdjęcia przed dragonem, z zachmurzonego nieba powoli, coraz większymi kroplami spadał deszcz. Do tego towarzyszący, nadmorski wiatr nie pozwolił na spacer, brrr...Kuszące zapachami restauracje zapraszały w swoje progi i tam przy konsumpcji przeczekaliśmy deszczowo-wietrzną aurę, na krótko, nieśmiało zaczęło wyglądać słońce. Znaleźliśmy czas na brodzenie po brzegu morza, mokrym piasku plaży, zwiedzeniu latarni, muzeum figur woskowych, zakupy pamiątek i spotkaniu z uestecką syrenką. Pogoda nas nie rozpieściła, ale w drodze powrotnej nasza Henia zrekomensowała wszystkim szarugę dnia swoimi dowcipami. Jej słowne żarty są krótkie, dosadne, z ciętymi ripostami i kończące się zawsze salwą śmiechu słuchających. Można by rzec „wesoly autobus rusza przez ten świat...”. W sierpniu jeszcze jedna podróż przed nami, ale o tym później.



W SIERPNIU Też jest Pięknie

W pierwszy piątek sierpnia odwiedziliśmy Ośrodek Wczasowy ARKADIA w Sokole Kuźnicy. Przemówił przez tzw. „patriotyzm lokalny”, gdyż ośrodek prowadzony jest przez rodowitych wieńborczan. Skorzystaliśmy z zaproszenia – miejsce przepiękne, wśród lasów i jezior, właściciele przemili, obiadek smaczny. Wymarzony teren do odpoczynku i spacerów. Przestronny taras i reprezentacyjna sala zachęciły do organizowania integracyjnych spotkań społeczności senioralnej. Drugim celem piątkowej podróży był koncert pn. „Arie na plaży – Ryszard Smęda zaprasza” w Piecyskach k/ Koronowa. Amfiteatr stworzony przez naturę pomieścił wiele osób z różnych stron (mówiły o tym rejestracje pojazdów). Koncert solistów z Teatru Muzycznego w Poznaniu, Orkiestry Symfonicznej z Torunia i maestro Ryszardem Smędą zachwylił wszystkich. Była to już 34 edycja corocznego wydarzenia. Fotelem w amfiteatrze była ławeczka, plażowe krzesło, leżak i nawet koc. Wszystko nad jeziorem na tle zachodzącego słońca. Z tego urokliwego, „operetkowego” miejsca wracaliśmy późno, ok. 23.00.



1 września 2019 r. na cmentarzu cywilnych ofiar II wojny światowej w Karolewie odbyły się uroczystości upamiętniające 80. rocznicę wybuchu II Wojny Światowej oraz utworzenie obozu śmierci w Karolewie. Byliśmy i my tam obecni z Pocztem Sztandarowym i przedstawicielami stowarzyszenia. Całej uroczystości towarzyszył Batalion Logistyczny „Ziemi Żnińskiej”. Po przemówieniach, apelu pamięci i salwie honorowej przedstawiciele organów samorządowych, instytucji i organizacji złożyli wiązanki kwiatów i znicze pod pamiątkowymi płytami. W imieniu naszego Oddziału

PZERiI kwiaty składali: Danuta Kąplar, Halina Hoszowska i Edmund Borzych.

Potem nastąpiło sprawowanie Mszy Św.. Uroczystość miała podniosły charakter; wspólnie z dziećmi, młodzieżą, mieszkańcami Więcborka, powiatu sępoleńskiego, przedstawiciele IPN godnie uczczone pamięć historyczną.



PATRIOTYCZNA UROCZYSTOŚĆ

Wielkie święto społeczności senioralnej z miasta i gminy Więcbork oraz gminy Sośno odbyło się 5 października 2019 r. w sali gimnastycznej Szkoły Podstawowej nr 1 im. Polskich Noblistów w Więcborku pod Honorowym Patronatem Burmistrza Więcborka Waldemara Kuszewskiego.

Pogoda sprzyjała przyjściu na to integracyjne spotkanie emerytom i osobom z niepełnosprawnościami organizowanym przez Oddział Rejonowy PZERiI. W obecności lokal-

licję Synak i Marię Łoś dyplomem i pamiątkami. Tytułem Seniora Roku 2019 i statuetką „sowy” poszczycił się Wiesław Grzeszczak. Przewodnicząca Rady Miejskiej w Więcborku Anna Łańska i Burmistrz Waldemar Kuszewski na ręce ZOR PZERiI przekazali bono o wartości 500zł na działalność Oddziału. Dla organizatorów wieczoru była to duża niespodzianka. Serdeczne słowa podziękowania seniorzy skierowali do Firmy Kucharskiej PASIEKA za 20.letnią obsługę spotkań emerytów, która w

tym roku częstowała podwieczorkiem, ciepłą kolacją wszystkich uczestników.

Burmistrz Więcborka udekorował cztery pary Złotych Jubilatów Medalami Prezydenta RP za długoletnie pożycie małżeńskie i dodał dużo słodkości ufundowanym tortem – starczyło dla wszystkich obecnych. Ten wieczór był także „pokoleniowym”, gdyż na program artystyczny złożyły się występy drugoklasistów z zaprzyjaźnionej Szkoły, pokaz tancerzy Studia Tańca Natural oraz zespół wokalny z MGOK. Całą obsługą biesiadników zajął się Młodzieżowy Klub Wolontariuszy AMICUS i pracownicy MGOPS z Więcborka.

Każdy mógł zrobić sobie żartobliwe zdjęcie w przygotowanym przez MGOPS atelier z rekwizytami z czasów PRL. Rekwizyty zostały wypożyczone z Pomorskiego Okręgowego Muzeum PRL w Sępólnie Kraj. Chętnych było wielu, a śmiechu i radości przy tym wystarczy na cały rok! Można było obejrzeć również ręcznie wykonane przez członków Klubu „Senior +” prace artystyczne. Na koniec do tańca na żywo zagrał zespół muzyczny seniorów.

Wieczór pełen emocji, odczuć, różnych przymysłów minął szybko, a organizatorów utwierdził, że osoby starsze lubią takie formy spędzania wolnego czasu.

Przebieg wieczoru świetnie pokazuje zamieszczony na ostatniej stronie biuletynu fotoreportaż.



XXIV Wieczór Seniora za nami

nych władz samorządowych, powiatowych, przedstawicieli więcborskich instytucji oraz Zarządu Okręgowego PZERiI z Bydgoszczy: sekretarza Zbigniewa Kani i pani skarbnik Cyryli Wypijewskiej, przewodnicząca ZOR PZERiI w Więcborku Zofia Najdowska rozpoczęła uroczystość od wprowadzenia Związku Sztandaru. Sala gimnastyczna była wypełniona po brzegi. Zostały wyróżnione placówki, które wspierają, pomagają i sponsorują wieczory seniora od 20 lat. Dużą Złotą Honorową Odznakę z aktem nadania, od ZG PZERiI w Warszawie otrzymała Szkoła Podstawowa nr 1, Dyplom Uznania od ZG PZERiI firma RONET i Zakłady Gospodarki Komunalnej z Więcborka. Wyróżniono aktywnych seniorów: Romana Trzostę odznaczeniem „Senior na Medal”, Fe-



PROJEKT FILMOWY "Montaż Pokoleń"



liśmy w ramach projektu "Montaż Pokoleń - warsztaty filmowe" realizowanego od kwietnia do listopada 2019 roku przez Fundację Kultura w Szczepym Polu we współpracy z Miejsko-Gminnym Ośrodkiem Kultury w Węcborku.

Zaczęło się od kilkunastu godzin teorii. Grupa seniorów, dorosłych, młodzieży uczyła się podstaw języka filmu, obsługi kamery, oświetlenia, mikrofonów. By pozytywnie się nastrój i poczuć, że się da, obejrzelśmy przykłady udanych warsztatowych produkcji filmowych. Rozmawialiśmy też - długo i o wszystkim, tylko nie o filmie! O życiu, o tym co nas męczy i denerwuje, cieszy i ładuje nasze baterie. O stresie, przepracowaniu, oczekiwaniach, z którymi musimy się mierzyć, o planach, marzeniach, pasjach, małych codziennych cudach: tańcu, smaku aromatycznej kawy, przyjemności z dotykania płótna pędzlem i spaceru z psem.... O wnukach, dzieciach, miłości. O życiu nastolatka, o radościach i trudach emerytury. I te właśnie rozmowy

zwieńczone scenariuszową burzą mózgów zaowocowały kilkunastoma pomysłami na filmy. Zrealizowane zostały cztery z nich. Powstały krótkie portrety seniorów, których nikomu przedstawiać nie trzeba: Witolda Kantaka, żeglarza, który opłynął słynny przylądek Horn, i Jerzego Nowakowskiego, właściciela 60-letniego, a będącego wciąż

"na chodzie", Mikrusa. Podpatrzyliśmy Teatr Rym Cym Cym w Suchorączku: przygotowania, występ, wspólną zabawę, a także to, jak aktorzy wspierają się wzajemnie w trudnych chwilach. Pozostałe dwa filmy to międzypokoleniowe etiudy: w "Rozmowach" młodzież twórczo odniosła się do zwierzeń seniorów z Bydgoskiego Dziennego Domu Pobytu "Senectus", realizując scenki fabularne i animowane, a "Wreszcie" z udziałem seniorów i licealistów to pochwała emerytury. Premiera filmów odbyła się 29 listopada w MGOK, gdzie wciąż jeszcze dostępne są bezpłatne płyty DVD podsumowujące "Montaż Pokoleń". Okazało się, że w Węcborku nie brakuje pełnych energii seniorów, mądrej młodzieży i dorosłych, którzy trzymają się z dala od rutyny! Nie brakuje też potencjału na filmowe historie, dlatego.... ciąg dalszy - miejmy nadzieję - nastąpi! Projekt dofinansowany ze środków Programu Rządowego na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020.

Tekst: Ewa Piątek
- koordynatorka projektu



Biblioteka to również ciekawi ludzie, którzy potrafią zainteresować innych tym co robią. Zapraszamy podróżników, rękodzielników a nawet gawędziarzy. Niektóre z tych przed-

sięwzięć wpisują się w ważne święta i rocznice. Mieszkańcy mogli w 2019 roku uczestniczyć w dwóch takich wydarzeniach.

Wystawa „Nieobecność zastana”

Dnia 12 lipca w Miejsko-Gminnej Bibliotece Publicznej w Więcborku miał miejsce wernisaż wystawy fotografii Jowity Niemczyk i rzeźby Piotra Aleksandra Grodzkiego pt. „Nieobecność zastana”. Zdjęcia Jowity Niemczyk przedstawiały krajobraz, który można określić jako postapokaliptyczny. Prace artystki to fotograficzny zapis apokalipsy po 26 kwietnia 1986 roku w czarnobylskiej elektrowni. Doszło wówczas do wybuchu reaktora jądrowego w bloku czwartym. Fotograficzka uwieczniła na zdjęciach zmienione oblicze pobliskiego, dotkniętego katastrofą rejonu.

Piotr Aleksander Grodzki odnalazł nieobecność we wsi Sucha pod Koronowem. Jego subtelne instalacje wykonane są z elementów tam zastanych, takich jak deski, stare krzesła, gałęzie czy gęsie pióra. Są one niemyim wspomnieniem

tych, którzy tam mieszkali. Czas zabrał ludzi, okaleczył ich sprzęty. Krzesła nie nadają się do użytku. Z desek nie powstanie już żaden sprzęt. Czas zrobił swoje – pozostały nieme dowody ludzkiej obecności.

Wernisaż w więcborskiej księżnicy zgromadził ogromną rzeszę oglądających. Naszą bibliotekę odwiedzili zainteresowani w różnym wieku, w tym seniorzy, którzy aż za dobrze pamiętają czarnobylską tragedię.



Wystawa FOTOGRAFII „Dźwięki zapisane światłem”

Dnia 14 sierpnia w Miejsko-Gminnej Bibliotece Publicznej w Więcborku miała miejsce wystawa fotografii Pana Andrzeja Ossowskiego pt. „Dźwięki zapisane światłem”. Ekspozycja odbyła się w ramach tegorocznych „Dni Więcborka”. Wystawa to zatrzymane w kadrze koncerty bluesowe z Zakrzewa.

W więcborskiej księżnicy można było także obejrzeć fotografie z cyklicznej, odbywającej się latem „Nocy Poetów”. Miejsmem spotkania jest zawsze Fosa Miejska w Chojnicach. Swoje wiersze czytają tam znani i mniej znani poeci. Występują popularne zespoły i artyści wykonujący poezję śpiewaną. Biblioteczne anty-

ramy wypełniły również zdjęcia z koncertów muzycznych w Brodnicy, Sępólna Krajeńskiego i Więcborka. Sępoleński fotograf wykonał wszystkie fotografie w technice sepil. Jego zdjęcia, zaprezentowane w naszej księżnicy, mają w sobie coś nostalgicznego, czasem nawet magicznego. Koncerty muzyczne są wydarzeniami niepowtarzalnymi. Ów niezapomniany nastrój, udziela się w największym stopniu obecnym na nim fanom. Panu Andrzejowi Ossowskiemu – artyście – udało się zatrzymać w kadrze ów niepowtarzalny duch muzyki na wiele kolejnych lat.

Dnia 16 sierpnia w Miejsko-Gminnej Bibliotece Publicznej w Więcborku miał miejsce koncert pt. „Moniuszko i jego uczniowie”. Tego dnia w księżnicy wystąpili: Monika Litwin-Dyngosz – mezzosopran, Wojciech Dyngosz – baryton oraz Wojciech Broczkowski – fortepian. Wydarzenie odbyło się w ramach tegorocznych „Dni Więcborka”.

Licznie zgromadzona widownia miała okazję usłyszeć utwory autorstwa polskiego kompozytora, dyrygenta i pedagoga Stanisława Moniuszki. Poza tym słuchano utworów Zygmunta Noskowskiego. Wymienieni kompozytorzy często sięgali do słów polskich poetów łącząc ich dorobek z własną muzyką. Śpiewacy wykonali m.in. utwór „Smutno” ze słowami Mariana Gawalewicz. „Pieśń Wieczorną” do słów Ludwika Kondratowicza. Nie zabrakło „Stacha” ze słowami Marii Konopnickiej. Brawami zakończyło się wykonanie słynnej „Prząśniczki” do słów Jana Czeczota. Zebrani usłyszeli również „Złotą rybkę” do słów Jana Zachariasiewicza, „Dziada i babę” z tekstem Józefa Ignacego Kraszewskiego, „Matyska” ze słowami Władysława Syrokomli czy „Krakowiaczka” z tekstem zaczerpniętym z poematu Edmunda Wasiłewskiego pt. „Krakowiak”. Specjalną niespodzianką, na zakończenie koncertu, było wykonanie „Humorystycznego duetu dwóch kotów”. Była to miniaturowa

kompozycja wokalna, której treść wprowadza się do jednego słowa – kociego „miau” – wielokrotnie powtarzanego. Koncert był wspaniały nie tylko z uwagi na umiejętności wokalne wykonawców, ale także w związku z zaangażowaniem publiczności. Zgromadzeni śpiewali razem z artystami. Trzeba tu wspomnieć o gawędziarskim talencie Pana Wojciecha Dyngosza. Każdy utwór poprzedzony był zapowiedzią. Słuchacze zapamiętają na pewno liczne anegdoty dotyczące okoliczności powstania utworów, ale i ich wykonania. Bydgoski artysta już po kilku zdaniach zdobył sobie sympatię i uznanie słuchaczy. Każdy obecny mógł wykonać wspólnie z artystami pamiątkową fotografię. Koncert pt. „Moniuszko i jego uczniowie” na długo pozostanie w pamięci słuchaczy. Mamy nadzieję, że bydgoscy artyści wystąpią jeszcze kiedyś w naszej bibliotece.

KONCERT „Moniuszko i jego uczniowie”



Dnia 8 września, w Letniej Czytelnicy Miejsko-Gminnej Biblioteki Publicznej w Więcborku miało miejsce Narodowe Czytanie polskich nowel.

To już ósma edycja tej ogólnopolskiej akcji. W tym roku para prezydencka wybrała osiem utworów. W naszej księżnicy czytano cztery z nich. Były to: „Dobra Pani” Elizy Orzeszkowej, „Dym” Marii Konopnickiej, „Mój ojciec wstępuje do strażaków” Brunona Schulza oraz „Rozdziobią nas kruki, wrony” Stefana Żeromskiego. Wybór dokonany przez Prezydenta i jego małżonkę nie był przypadkowy. Wspólnym mianownikiem wszystkich tekstów, posiadających zwięzłą formę, była polskość. Płynie z nich również nauka dla każdego czytającego, że nie można zapominać o naszej historii. Poza tym powinniśmy cechować się empatią i wrażliwością na krzywdę innych.

Spotkanie rozpoczęło się od prezentacji multimedialnej, dotyczącej tła historyczne-

go poszczególnych nowel. Drugą część piętkowego przedsięwzięcia wypełniło czytanie nowel. Spotkanie w więcborskiej bibliotece było lekcją historii i patriotyzmu. Narodowe czytanie dzieł polskiej literatury

ma znaczenie uniwersalne. Zachęca do aktywnego czytelnictwa. Poznawanie dorobku rodzimej literatury to wartość, która powinna być przekazywana młodemu pokoleniu. Dlatego Miejsko-Gminna Biblioteka Publiczna w Więcborku z pewnością weźmie udział w kolejnych edycjach Narodowego Czytania.



Narodowe Czytanie 2019



MIEJSKO-GMINNA
Biblioteka Publiczna
w Więcborku



Promocja książki „Pasieka Dredziarza”

Dnia 13 września w Miejsko-Gminnej Bibliotece Publicznej w Więcborku miało miejsce spotkanie z państwem Ewą i Pawłem Piątek - autorami książki pt. „Pasieka Dredziarza”. Czytelnik dowiaduje się z niej, kiedy jest najlepszy czas na miodobranie, jak ów proces wygląda i przebiega. Pozna sposoby zajmowania się pasieką i metody na to, by była w jak najlepszej kondycji. Te informacje, choć niezwykle ciekawe, są tylko „przyprawą do głównego dania serwowanego przez autorów” prezentowanej w naszej bibliotece książki. „Pasieka Dredziarza” opowiada o realizowaniu marzeń o nietatwej drodze dwojga ludzi do znalezienia swojego zakątka na ziemi. To wyprawa przez życie, podejmowanie nietatwych decyzji i ciężka praca, która przynosi radość. Małżeństwo snuje opowieść o swoim ciekawym, pełnym pasji życiu i zachęca tym samym czytelników do realizowania zamierzeń.

Na piątkowym spotkaniu zadano właścicielom pasieki i twórcom „Pasieki Dredziarza” wiele pytań. Dotyczyły one nie tylko zagadnień związanych z publikacją. Czytelnicy, którzy tego popołudnia odwiedzili naszą księżnicę, interesowali się codzienną pracą w pasiece. Obecni pytali o technikę zakładania

nowych uli, o najlepszy czas na pozyskanie miodu. Licznie zgromadzeni na spotkaniu interesowali się również ilością miodu, którą należy zostawić pszczołom. Pan Paweł Piątek z zaskowaniem opowiadał również o tym, iż pszczelarz musi walczyć nie tylko z pogodą, ale także z chorobami swoich małych podopiecznych. Najgroźniejszą chorobą jest warroza. Występuje ona w pasiekach na wszystkich kontynentach. Powoduje spore straty w pogłowie pszczelich rodzin, co przekłada się na obniżenie produkcji miodu. Pszczelarz pozyskuje z uli nie tylko miód, ale także wiele innych składników. Pytany o uzasadnienia pszczoł, pan Paweł stwierdził, że nie są dla niego przeszkodą. Mieszkańców ula nie boi się również córka autorów. Na zakończenie spotkania pan Paweł podkreślił, iż wiedzy o pszczołach trzeba się uczyć całe życie, a każdego roku można być zaskoczonym ich zachowaniem. Każdy z uczestników spotkania otrzymał mały słóiczek miodu i mógł skosztować wyrobów z „Pasieki Dredziarza”. Poza tym czytelnicy opuszczali spotkanie z książką naszych gości opatrzoną autografem.



#Senior • Pótrocznik spoleczno-kulturalny

WYSTAWA SZTUKI BIOMECHANICZNEJ ROBERTA SKAZY ORAZ MALARSTWA WALDEMARA KUCZEREPEY

Dnia 4 października w Miejsko-Gminnej Bibliotece Publicznej w Więcborku miała miejsce wystawa sztuki biomechanicznej Roberta Skazy oraz malarstwa Waldemara Kuczerepy. Artysci, na piątkowym spotkaniu, zaprezentowali swoje najlepsze prace z ostatnich lat.

Obrazy wyselekcjonowane przez pana Kuczerepę, na potrzeby piątkowej wystawy, to przede wszystkim prace surrealistyczne i pełne symbolizmu. W niezwykle zręczny sposób przeniósł artysta na płótno wizję z pogranicza snu i fantastyki. Jego malarstwo jest udaną próbą zmierzenia się z emocjami, które są wyzwalane przez wydarzenia i sytuacje pojawiające się w otaczającej go rzeczywistości. Inspiracje, jak sam powiedział, stanowią dla niego również książki. W procesie tworzenia zawsze towarzyszy mu muzyka. Niezwykle efekty swojej pasji określa mianem „nadrealizmu”.

Pan Skaza pokazał na wystawie część swoich instalacji 3D pt. „Biomechaniczne kobiety”. Zwiedzający mogli też obejrzeć cykl pt. „Po-

twory morskie”. To dzieła inspirowane książkami Howarda Phillipsa Lovecrafta, a także filmami z serii „Obcy”. Widać w nich postapokaliptyczne spojrzenie na świat. Instalacje, zaprezentowane w bibliotece, reprezentują fantastykę zmierzającą w stronę horroru. Prace artysty powstają metodą upcyklingu. Oznacza to używanie materiałów już istniejących. Nierzadko są to przedmioty przez nas wyrzucane i określane jako śmieci. Można za ryzykować stwierdzenie, że tworząc swoje instalacje pan Skaza przyczynia się do ochrony naszej planety. Autor, w trakcie prezentacji swoich dzieł, podkreślił, że często plan obiektu, jaki tworzy jego wyobraźnia, znacząco różni się od jego końcowego wyglądu dzieła.

Wystawa w więcborskiej bibliotece to przykład nowatorskiego podejścia do spraw sztuki i jej prezentacji szerokiemu gronu odbiorców. Artysci o podobnych zamiłowaniach, ale o różnym warsztacie, razem przekazując oglądającym swoje spojrzenie na świat.



WYSTAWA „KOŚCIOŁY ARMENII I GRUZJI”

Dnia 15 listopada w więcborskiej księgarni miało miejsce wernisaż wystawy fotografii pt. „Kościoły Armenii i Gruzji”. Autorem zaprezentowanych zdjęć jest bydgoski lekarz pan Maciej L. Rewakowicz.

W piątkowe popołudnie księgarnia wypełniła się mieszkańcami pragnącymi uczestniczyć w otwarciu wystawy zdjęć wykonanych podczas wyprawy pana Macieja L. Rewakowicza do Armenii i Gruzji. Zgromadzeni pragnęli również wysłuchać wykładu dotyczącego ekspozycji. Prelegent opowiadał o każdym zdjęciu. Nie ograniczał się tylko do przedstawienia miejsca, w którym powstało, przybliżał w skrócie również historię sfotografowanego zabytku. Perfekcyjnie orientował się w dziejach krajów, o których opowiadał. Dowiedzieliśmy się, między innymi, że niektóre gruzińskie budowle noszą ślady niedawnej wojny z Rosją. Ciekawostką są ujęte na kilku zdjęciach ruiny świątyni w pobliżu miasta Ani. To miejsce kultu było niszczone w wyniku wojen, a także eksplozji dokonywanych w pobliskich kamieniołomach. „Przygoda” z Gruzją i Armenią rozpoczęła się dla fotografa w mieście Batumi, które jest znanym uzdrowiskiem

i znajdujące się przy granicy z Turcją. Podczas prelekcji fotograf snuł opowieść o klasztorze zwanym Tatew. Założono go w 815 roku. To jedno z najważniejszych miejsc religijnych, kulturalnych i naukowych w Armenii. Ormianie mogą poszczycić się 3000-letnią historią, a także - co ważne - są jednym z najstarszych chrześcijańskich narodów na świecie. Wiare w zmartwychwstałego Jezusa Chrystusa przyjęli już w 301 r. n.e. Z owego faktu są niezwykle dumni, co podkreślają doskonale rozwiniętym i zachowanym budownictwem sakralnym. Z kolei Gruzini to ludzie niezwykle gościnni. Ich serdeczność przejawia się w codziennym zachowaniu. Mają wielki szacunek dla innych narodów - szczególnie do Polaków. O swojej wierze i kościele mówią, akcentując jego znaczenie narodowe. Jest on dla nich elementem spajającym naród i oznaką swoistego patriotyzmu.

Czas spędzony z Panem Maciejem L. Rewakowiczem to solidna porcja wiedzy, wspomnień i zapadających w pamięci anegdot. Wystawa miała miejsce w ramach Tygodnia Kultury Chrześcijańskiej.



Pomagają po sąsiedzku

Jest ich pięć. Pomagają mieszkającym w okolicy osobom niesamodzielnym – zdarza się, że codziennie po kilka godzin. Mowa o uczestniczkach projektu pn. „POMOC SĄSIEDZKA W GMINIE WIĘCBORK”.

Wszystko zaczęło się w 2017 roku kiedy to Gmina Więcbork i Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Więcborku wraz z Fundacją Gospodarczą PRO EUROPA z Torunia, złożyły w Urzędzie Marszałkowskim wniosek o dofinansowanie projektu, którego celem miało być zwiększenie dostępności do usług społecznych (usług opiekuńczych świadczonych w miejscu zamieszkania – pomoc sąsiedzka) dla 10 mieszkańców gminy Więcbork zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym, a także wsparcie otoczenia tych osób. – Zjawisko starzenia się społeczeństwa staje się faktem. Coraz więcej osób starszych zamieszkujących teren naszej gminy potrzebuje wsparcia w codziennym funkcjonowaniu – mówi Tomasz Siekierka, dyrektor MGOPS w Więcborku. – Często nie jesteśmy w stanie zapewnić opieki wszystkim osobom, które tego potrzebują – dodaje. Z tej trudnej sytuacji kierownictwo Ośrodka od dłuższego czasu szukało wyjścia. – Wpadliśmy na pomysł, by pozyskać środki na wsparcie osób niesamodzielnych w miejscu zamieszkania z Regionalnego Programu Operacyjnego, wspólnie z toruńską Fundacją PRO EUROPA. Co nam się udało i 1 marca 2019 roku ruszyliśmy z realizacją ponad półtorarocznego zadania – mówi Izabela Szmagłinska – zastępca dyrektora MGOPS w Więcborku.

W ramach projektu zatrudnionych zostało pięć opiekunek, zamieszkujących w sąsiedztwie 10 osób niesamodzielnych wytypowanych w procesie rekrutacji. Dzięki temu opiekunki mogą w krótkim czasie dotrzeć do miejsca zamieszkania osoby, nad którą sprawują opiekę. Zanim jednak przystąpiły do świadczenia usług, przeszły certyfikowany dwudniowy kurs z pomocy przedmedycznej oraz jednodniowe szkolenie przygotowawcze z zakresu świadczenia usługi. Dodatkowo dla opiekunek organizowane są spotkania w grupie wsparcia, jak również instruktaż środowiskowy.

Jak wygląda praca opiekunek? – Pomagam dwóm seniorkom – mówi pani Zosia, jedna z opiekunek. – Moja praca polega głównie na wspieraniu ich w dokonywaniu zakupów, przygotowywaniu i podawaniu posiłków, wykonywaniu prac porządkowych w domu czy towarzyszeniu w spacerach. Jedną z podopiecznych pani Zosi jest pani Janina – Inicjatywę wsparcia osób starszych oceniam bardzo dobrze. Kilka miesięcy czekałam na takie wsparcie. Współpraca z panią Zosią układa się kapitalnie. To bardzo uczciwa i pracowita osoba – odwiedza mnie kiedy tego potrzebuję, czasami również popołudniami. Dodatkowo otrzymuję wsparcie córki, co jest świetnym uzupełnieniem – mówi nam seniorek.

Wsparcie opiekunek to nie jedynie profity dla osób niesamodzielnych, biorących udział w projekcie. Mają oni bowiem możliwość skorzystania z bezpłatnych usług wspierających aktywność społeczną np. bezpłatnego transportu do lekarza lub rodziny, czy bezpłatnej usługi fryzjerskiej. Dodatkowo jeden raz na kwartał osoby korzystające z pomocy sąsiedzkiej wraz z osobami z najbliższego otoczenia zapraszani są na spotkania pobudzające aktywność, które mają przyczynić się do integracji i budowania kontaktów pomiędzy uczestnikami projektu.

Wartość projektu to 386.900,00 zł, dofinansowanie z Funduszy Europejskich wyniosło 348.210,00 zł. Realizacja projektu potrwa do końca 2020 roku. – Po zakończeniu realizacji projektu planujemy kontynuować taką formę wsparcia na terenie gminy – mówi Tomasz Siekierka.



Pasterka, pierniki, pomarańcze i ... PODPALONA CHOINKA

Z racji okresu bożonarodzeniowego zapytaliśmy wiecberskich seniorów o to w jaki sposób spędzali Wigilię w czasach swojej młodości, a zatem w okresie zupełnie odmiennym od obecnego.

Sztandarową czynnością 24 grudnia było strojenie choinki – Nasze drzewko wyglądało zupełnie inaczej niż dzisiejsze – wspomina pan Jurek. – Wtedy nie było bombek, a na choince wieszaliśmy pierniki albo jabłka – dodaje. – Z choinką to zdarzyło mi się mieć problem – śmieje się pani Wanda. – Podczas zapalania świeczek na drzewku, przez przypadek je podpaliłam.

Większość zapytanych przez nas seniorów, otrzymywała od Gwiazdora bardzo skromne upominki, najczęściej były to smakołyki. – Dostawałam białe ciastka i pierniki, na miodzie i syropie, a poza tym cukierki, uwielbiałam je – wspomina pani Helena. Prawdziwym rarytasem były pomarańcze. – Jak już się dostało pomarańczę, to było już naprawdę coś. Po

wieczery wigilijnej, gdy wychodziliśmy na pasterkę, pomarańcze wkładaliśmy do kieszeni i po drodze je skubaliśmy – opowiada pani Halina.

Sama pasterka była obowiązkowym punktem Świąt Bożego Narodzenia. – Z racji tego, że mieszkaliśmy w Peperzynie, na Pasterkę chodziliśmy do Wiecorka, czyli ok. 9 km – mówi pani Ula. – Już gdzieś w połowie mszy robiłam się senna, a przed nami był jeszcze dwugodzinny spacer, często w mrozie i wysokich zaspach.

Zdarzały się też wizyty Gwiazdora. – Przyszedł co roku. Zawsze wiedzieliśmy kto jest przebrany, ale zawsze też tak samo się go baliśmy – wspomina pani Halina. – Każdy kto był niegrzeczny, otrzymywał od Gwiazdora różgę. Franek mój brat dostawał co roku – śmieje się pani Gertruda.

TUTORIAL ZRÓB TO sam! Świąteczny SKRZAT

Podobnie jak w poprzednim numerze naszego biuletynu publikujemy instruktaż rękodzieła, tym razem świątecznego skrzata.

Do wykonania skrzata potrzebne będą:

- koło wycięte z materiału na tułów,
- trójkąt wycięty z materiału na czapkę,
- trójkąt wycięty z futra na brodę,
- wypełniacz do poduszek lub wata,
- pompon na nos,
- klej na gorąco,
- igła i nitka.



1

Materiał na tułów fastrygujemy dookoła.



2

Wypełniamy zszyty materiał wypełniaczem.



3

Składamy trójkąt na czapkę na pół i zszywamy dłuższy bok.



4

Odwracamy zszyty trójkąt na drugą stronę, by nie było widać ścięgów.



5

Do tułowia doklejamy czapkę, nos i brodę.



SENIORZY POLECAJĄ FILMY:



„Piąta pora roku”

Historia dwójki emerytów – Barbary (Ewa Wiśniewska), byłej nauczycielki muzyki oraz Witka (Marian Dziędziel), owdowiałego kierowcy, który mimo długiego stażu pracy nigdy nie wyjechał poza granice swojego rodzinnego Śląska. Barbara nie może pogodzić się ze śmiercią swojego ukochanego, z którym spędziła najlepsze lata swojego życia. Kobieta pragnie spełnić jego ostatnią wolę i rozsypać prochy ukochanego nad polskim morzem. Barbara wynajmuje Witka, by ten zawiózł ją na wybrzeże, w trakcie podróży – mimo ogromnych różnic charakteru i osobowości – zaprzyjaźniają się. Reżyserem filmu jest Jerzy Domaracki.



„Moje córki krowy”

Tragikomiczny film w reżyserii Kingi Dębskiej. Dwie siostry, różniące się od siebie niemal wszystkim, w dodatku nieprzepadające za sobą, po śmierci matki muszą zająć się niezwykle despotycznym, agresywnym ojcem. Siostry zmuszone do współdziałania stopniowo odzyskują utraczony kontakt i zbliżają się do siebie, co jednak wywołuje szereg tragikomicznych zdarzeń. W rolach głównych występują: Agata Kulesza, Marta Makowska, Gabriela Muskała i Marian Dziędziel.

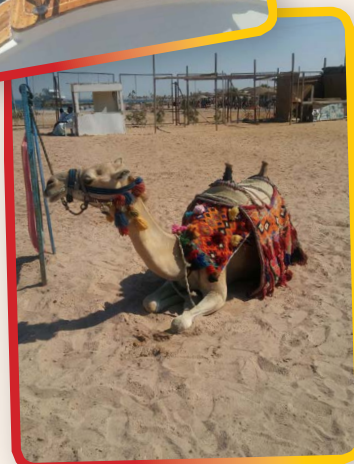
SENIORZY W EGIPCIE

Mimo obecnie panującej zimowej aury, na łamach naszego półrocznika zamieszczamy relację uczestników wiecberskiego Klubu SENIOR+, pani Halinki i pana Jerzego z wakacyjnego wyjazdu do gorącego Egiptu, a konkretnie Hurghady.

Do Egiptu wylecieliśmy z Wrocławia z 14-osobową grupą znajomych. Po prawie sześciu godzinach podróży dotarliśmy do Hurghady. Gdy opuściliśmy budynek lotniska, mimo panującej nocy, poczuliśmy podmuch gorącego powietrza. Jeszcze tylko krótki przejazd autokarem do hotelu i odpoczynek można było uznać za rozpoczęty. Dni wolne od wycieczek, spędzaliśmy na basenach, znajdujących się na terenie kompleksu hotelowego, korzystając z dobrodziejstw bufetu. Częste zażywanie kąpieli było niezbędne, w celu schłodzenia organizmu. Temperatura bowiem, oscylowała w granicach 35 stopni Celsjusza. Mogliśmy też korzystać z przejazdów specjalnym busem na plażę Morza Czerwonego.

Podczas pierwszego wyjazdu poza kompleks hotelu, zwiedziliśmy Hurghadę. O historii miasta, zwyczajach tam panujących opowiedział nam wynajęty przewodnik, który oprowadził nas po najciekawszych zakątkach miejscowości. Druga wycieczka to 500-kilometrowa podróż do Kairu. Zwiedzanie stolicy Egiptu rozpoczęliśmy od rejsu motorówką po Nilu. Następnymi punktami wycieczki były piramidy, muzeum papirusu oraz perfumeria. Sam wyjazd trwał 20 godzin – temperatura powietrza w Kairze wynosiła 47 stopni Celsjusza! Ponadto odbyliśmy dwa rejsy po Morzu Czerwonym statkiem ze szklanym dnem. Podziwialiśmy przepiękne rafy koralowe oraz ryby.

W wyznaczonych miejscach mogliśmy zanurkować w specjalnych maskach i podziwiać przepiękną faunę i florę Morza Czerwonego. Nasz wypoczynek w Egipcie, mimo trochę uciążliwych upałów, można uznać za bardzo udany.



CHLEBEK

Składniki

- 1 kg mąki tortowej
- 0,5 kostki drożdży
- 1 łyżka soli
- Pół szklanki otrąb żytnich
- Pół szklanki otrąb pszennych
- 1 litr ciepłej wody
- 2 łyżeczki octu
- Słonecznik, dynia, sezam
– według uznania.



Sposób przygotowania:

Odlać pół szklanki wody, dodać drożdże z łyżeczką cukru. Składniki połączyć, wyrobić ciasto, odstawić w ciepłe miejsce do wyrośnięcia. Potem dodać do niego ziarna i ponownie wyrobić. Rozłożyć do foremek wyłożonych papierem i umieścić je w piekarniku. Piec w rozgrzanym piekarniku do 220 stopni Celsjusza, po 10 minutach zmniejszyć do 180 stopni Celsjusza i piec 1 godzinę.

Przepis Marii Szudzik

CIASTO Z ORZECHAMI

Składniki

- 2 szklanki mąki
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- 1 łyżeczka sody
- 3 jajka
- ½ kostki margaryny
- 1 szklanka orzechów włoskich
- 5 jabłek (pokroić w kostkę)
- 100 g rodzynek

Sposób przygotowania:

Jajka utrzeć z cukrem, dodać mąkę, proszek i sodę. Do tej masy dodać resztę składników, całość wymieszać. Blachę (foremkę) wyłożyć papierem, piec 45 minut w temp. 180 stopni Celsjusza. Na koniec można posypać cukrem pudrem.

Przepis Haliny Kleńmowskiej



MAKOWIEC ZWYCZAJNY (4 SZTUKI)

Składniki

– ciasto

- 1 kg mąki
- 15 dkg drożdży
- 4 jaja
- 4 łyżki cukru
- 1 szklanki gęstej śmietany
- 2 kostki tłuszczu

Sposób przygotowania:

Drożdże rozpuścić z 2 łyżkami cukru wymieszać ze śmietaną, mąkę posiekać z margaryną, dodać drożdże, jaja i 2 łyżki cukru. Ciasto zagnieść, zwinąć w ścierze i zanurzyć do letniej wody. Gdy wypłynie formować.

Składniki

– masa makowa

- 5 szklanek maku
- 4 szklanki cukru
- 2 olejki migdałowe
- 4 jaja
- 4 łyżki butki tartej

Sposób przygotowania:

Mak gotować 20 minut, odcedzić, dwa razy zmieścić. Masę utrzeć z cukrem, dodać żółtka, mak, olejki, butkę tartą, ubita pianę.

Przepis uczestniczki Klubu SENIOR+



XXIV Wieczór Seniora



Fundusze Europejskie
Program Regionalny



Rzeczpospolita
Polska



Województwo
Kujawsko-Pomorskie

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny

