



Szanowni Państwo,

Album „Portrety Małopolskich Seniorów” prezentuje sylwetki wyjątkowych ludzi. Każdy z nich posiada swój specyficzny temperament, doświadczenie i życiorys. Wszystkie zaprezentowane osoby łączy jednak pewien zbiór cech wspólnych – są nimi pasja życia, aktywność, wrażliwość na drugiego człowieka oraz zdolność twórczego działania, która mimo upływu lat nie przemija.

Ten wyjątkowy album zawiera zbiór 25 sylwetek laureatów wszystkich czterech edycji Małopolskiego Plebiscytu „Poza Stereotypem” – Senior Roku, organizowanego od 2007 roku przez Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Krakowie. Sam Plebiscyt jest niepowtarzalnym i jedynym w skali kraju konkursem, wyróżniającym osoby starsze, które swoją postawą i działaniami udowadniają, iż wiek nie jest przeszkodą uniemożliwiającą realizację życiowych pasji, angażowania się w sprawy lokalnej wspólnoty, czy też pomagania osobom znajdującym się w potrzebie.

Małopolska jest pierwszym województwem w Polsce, które podjęło wyzwanie przygotowania dokumentu poświęconego starzejącemu się społeczeństwu w kontekście regionalnym. Zespół ekspertów, pod kierunkiem prof. dr hab. Stanisławy Golinowskiej przygotował dokument, pod nazwą „Wyzwania Małopolski w kontekście starzenia się społeczeństwa. Podejście strategiczne”, podkreślający rolę współpracy pokoleń, służącej lepszym warunkom życia dla wszystkich. Chcemy bowiem odejść od traktowania procesu starzenia się społeczeństwa jako zjawiska obciążającego region, uwypuklić natomiast jego pozytywne aspekty. Takie założenie stoi u podstaw koncepcji tzw. srebrnej gospodarki, której głównym celem jest utworzenie z Małopolski miejsca atrakcyjnego i dostosowanego do potrzeb i możliwości osób starszych.

Jest to jedno z ważniejszych wyzwań dla Małopolski, które zdecydowanie podejmujemy.

Marek Sowa

Marszałek Województwa Małopolskiego



## Panteon wspaniałych



Postanowiliśmy pokazać Państwu ludzi niezwykłych. Na przekór obowiązującym stereotypom nie spędzających starości w bujanym fotelu. Im czas nie upływa na narzekaniu na zdrowie. Nie żyją wyłącznie dla dzieci i wnuków, choć rola babci i dziadka jest nie do przecenienia. W dojrzałym wieku realizują swoje pasje, kształcą się, zdobywają wyjątkowe umiejętności, zarażają swoją aktywnością innych, zmieniając życie rówieśników i otoczenia. Są bohaterami emeryckiej codzienności, wzbudzając powszechny podziw i szacunek. Przecierają szlaki rzeszom przyszłych seniorów, pokazując, jak pięknie można żyć, mając ...dziesiąt lat.

Promowanie takich postaw przyświecało inicjatorom plebiscytu na Seniora Roku. Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Krakowie po raz pierwszy ogłosił konkurs, który właśnie świętuje swój mały jubileusz, na początku 2007 r. W pierwszej edycji konkursu organizacje pozarządowe, instytucje, stowarzyszenia zgłosiły aż 38 kandydatów, którzy w 2006 r. swoją działalnością udowodnili, że zasłużyli na tytuł Seniora Roku. Jeden kandydat zgłosił się sam, ale spełniał wszystkie warunki regulaminu. Kapituła wybierała więc spośród 39 nominowanych. To było trudne zadanie, bowiem określiło standardy oceny wyjątkowych seniorów na kolejne lata. Wszyscy kandydaci byli wybitni. Rok 2006 był kolejnym czasem aktywności w ich życiu. Ludzie nie stają się bohaterami z dnia na dzień. Na swoją nominację do konkursu Senior Roku pracowali latami. Kapituła zaś miała dylemat: czy to szczyt ich możliwości? Czy za rok – dwa na ich koncie będzie jeszcze więcej zasług? A może zdrowie nie pozwoli im się już angażować i stracą szanse na udział w kolejnej edycji konkursu? Czy ocenić wyżej realizację własnych pasji, uczenie się języków obcych, czy pracę na rzecz innych? Czy stereotypy skuteczniej łamie prowadzenie świetlicy dla dzieci, czy organizacja regionalnego muzeum i pisanie książek o historii małej ojczyzny? Czy organizacja festiwalu zasługuje na większe uznanie niż przygotowywanie przedstawień teatralnych wspólnie z młodzieżą?

Ostatecznie pięcioosobowe jury podjęło decyzję. Pierwszym Seniosem Roku w Małopolsce, uhonorowanym za działania podejmowane w 2006 r., został Pan Józef Gościej z Marcinkowic koło Nowego Sącza. Wyróżnienia otrzymały Panie: Krystyna Gil, Barbara Cieniawa, Elżbieta Łomnicka i Jolanta Kieres. Te pięć nazwisk otwiera Małopolski Panteon Wspaniałych, w którym co rok dopisujemy i wciąż będziemy dopisywać następnych bohaterów – seniorów niezwykłych.



## Józef Gościej – Senior Roku 2006



Sądecki Uniwersytet Trzeciego Wieku przygotował specjalną uroczystość na cześć laureata, a podczas niedzielnej mszy św. ksiądz proboszcz zawiadomił wszystkich parafian, jak wielki honor spotkał małe Marcinkowice. Pan Józef Gościej, 75-letni emerytowany pedagog, polonista, wychowawca wielu pokoleń wdzięcznych uczniów, bibliotekarz, strażnik historii, syn i miłośnik swej małej ojczyzny został wybrany Seniorem Roku 2006! Tytuł przyznano po raz pierwszy. I od razu trafił do Marcinkowic pod Nowym Sączem.



W Marcinkowicach wszyscy Pana Profesora znają i kłaniają się z daleka. Wysoki, szczupły, elegancki pan o nienagannych manierach dla każdego ma dobre słowo. Gdy został Seniosem Roku, był już od wielu lat na emeryturze. Najczęściej można go było zastać w muzeum, które było jego drugim domem. Zafascynowany Józefem Piłsudskim i legionistami, w muzeum zgromadził wiele pamiątek o niepowtarzalnej wartości historycznej, choćby te dotyczące słynnej bitwy (w 1914 r. Józef Piłsudski przeprowadził tu dramatyczną, okupioną wieloma ofiarami bitwę z Rosjanami), rodziny Morawskich, która w czasie II wojny światowej ukryła emisariusza rządu londyńskiego Jana Karskiego (jego ucieczka z sądeckiego szpitala, gdzie pilnowany był przez hitlerowców, to jedna z sensacji II wojny światowej). Są tam też m.in. listy Wyspiańskiego i Mehoffera. Co roku pan Józef włącza się w organizację uroczystości z okazji Święta Niepodległości i na początku grudnia, kiedy przypada rocznica wydarzeń z roku 1914. Nikt tak dobrze jak on nie zna historii regionu. Nic dziwnego, że gdy w marcu 2008 r. w marcinkowickim muzeum gościli były prezydent RP na wychodźstwie Ryszard Kaczorowski z małżonką oraz szef Sztabu Generalnego Wojska Polskiego gen. Franciszek Gągor – oprowadzał ich właśnie Senior Roku 2006. Wydarzenia, które sprowadziły znamienitych gości do Marcinkowic zostały przedstawione w książce pt. „Bóg, Honor, Ojczyzna. Sądeccy żołnierze i generałowie w służbie niepodległej Rzeczypospolitej”, pod redakcją Jerzego Leśniaka i Henryka Szewczyka wydanej przez IPN.

Józef Gościej – absolwent polonistyki na Uniwersytecie Jagiellońskim – trafił do Zespołu Szkół Rolniczych w Marcinkowicach (dziś jest to Zespół Szkół im. Władysława Orkana) w 1957 r. Pracował jako polonista, historyk, a także bibliotekarz i kustosz w muzeum. Jest autorem wielu tekstów i publikacji, m.in. opublikował książkę pt. „Legioniści w Marcinkowicach”. Pisał do kwartalnika „Młodość, Kultura, Wieś”, do gazety parafialnej, „Almanachu "Sądeckiego“ i „Almanachu Ziemi Limanowskiej”. Koresponduje z całym światem. Od lat 60. ubiegłego wieku gromadził artykuły dotyczące dziejów szkoły i jej absolwentów. Gdy otrzymał zaszczyt-

ny tytuł Seniora Roku 2006, zapowiadał, że nie zamierza usiąść w wygodnym fotelu w ciepłym szlafroku i pantoflach. Miał jeszcze wiele planów, m.in. dotyczących wydania książki „Szkoły ekonomiczno–rolnicze w Marcinkowicach w prasie regionalnej i krajowej w latach 1946 – 2007”. Zrobił to na przełomie 2007 i 2008 r. z okazji 60–lecia marcinkowickiej placówki. W historii tej szkoły jest bowiem Józef Gościej jedną z najważniejszych postaci, przede wszystkim polonistą, który kształtował umiejętności językowe oraz literackie uczniów. Jego uczennicą jest np. Wanda Łomnicka–Dulak, poetka z Piwnicznej. Trudno dziś stwierdzić, czy większym dziełem profesora Gościewicza są setki wykształconych uczniów, czy też muzeum, w którym zgromadził eksponaty pochodzące z ziemi sądeckiej i limanowskiej oraz pamiątki po Józefie Piłsudskim, związane z bitwą pod Marcinkowicami.

Dużo się w życiu napracował. Dobiegając osiemdziesiątki twierdzi, że chyba zasłużył już na odpoczynek. Ustępuje z kierowania muzeum. – *Ale nie rezygnuję z zainteresowania historią Marcinkowic* – zapewnia. Wciąż jest studentem Sądeckiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku, który zgłosił jego kandydaturę do konkursu Senior Roku. Wielką wartością jest dla niego rodzina. Gościewicze mają dwoje dzieci. Córka Agnieszka, nauczycielka, absolwentka UJ, mieszka w USA. Tam wyszła za mąż (za Mirosława), ma syna Jakuba. Syn Juliusz, inżynier po AGH, pracuje w sądeckim Nowomagu. Whuczka Kasia (absolwentka anglistyki) zamieszkała w Krakowie.

Dziś Józef Gościej ze wzruszeniem wspomina moment przyznania mu tytułu Seniora Roku. Żałuje, że powszechnie uważa się, że starość to czas spędzany przed ekranem telewizora, czekanie na opiekę, pomoc innych, współczucie, pozostawanie poza nawiasem bieżącego życia. – *Taki obowiązuje stereotyp. Ale wielu ludziom, w tym także i mnie, to jednak nie wystarczy do życia. Ja przeciwko takiemu biernemu przyglądaniu się upływającemu czasowi muszę zaprotestować. Mnie działanie jest potrzebne tak jak powietrze. Bo przecież nasze przemijanie ma wielki sens* – uważa.

# Barbara Cieniawa

## wyróżnienie w konkursie Senior Roku 2006



Gdy się w coś angażuje, to całym sercem. Ciągle coś musi robić i nawet choroba nie potrafi jej powstrzymać. W maju 2011 r. prowadziła jedno z seminariów konferencji naukowej zorganizowanej przez studentów Uniwersytetu Trzeciego Wieku Politechniki Krakowskiej o kulach. Właśnie wyszła ze szpitala po trzeciej operacji biodra.

Z punktu widzenia osiągnięć Barbary Cieniawy konkurs na Seniora Roku zorganizowano za późno. Wszystko, co robiła trochę wcześniej, na każdym robi wrażenie. Na tle jej działalności w Towarzystwie Kiepurowskim w Krynicy dokonania z 2006 r. prezentują się skromnie. Jednak Pani Barbara nie powiedziała jeszcze ostatniego słowa. Z wykształcenia stomatolog, z II stopniem specjalizacji i specjalizacjami pobocznymi, przez lata była całym sercem zaangażowana w pracę zawodową. W Towarzystwie Kiepurowskim w Krynicy-Zdroju działała jako szeregowy członek. Wszystko zmieniło się po niespodziewanej śmierci męża, a potem matki. Została zupełnie sama. Intensywna praca w Towarzystwie była dla niej odskocznią, sposobem na ucieczkę od zmar-

twień i tęsknoty. Ta aktywność spowodowała, że wybrano ją prezesem Towarzystwa. Kursy wokalistyki operowej, na które przyjeżdżają studenci z całej Polski i Letni Festiwal Muzyczny – to ukochane „dzieci” Barbary Cieniawy. Kilka lat zajęło jej doprowadzenie do realizacji pomysłu postawienia pomnika Janowi Kiepurze w Krynicy. Kiedy 17 lipca 2004 r. stanął na granitowym cokole, uznała, że teraz może przenieść się do dzieci, do Krakowa.

Tu szybko znalazła swoje miejsce w Akademii Pełni Życia, stowarzyszeniu, które zgłosiło ją do konkursu na Seniora Roku. W 2010 r. została studentką „drugiego kierunku” – UTW Politechniki Krakowskiej. Nieprzypadkowo wybrano ją przewodniczącą Rady Programowej UTW. Mimo choroby, przygotowała jedno z seminariów na konferencję naukową, poświęcone roli seniorów w kształtowaniu stosunków międzypokoleniowych. O tym, że nie zwalnia tempa, świadczy „Złote Jabłko” nagroda za działalność na rzecz upowszechniania kultury, którą 30 czerwca 2011 r. Barbarze Cieniawie wręczył starosta nowosądecki.



## Krystyna Gil

wyróżnienie w konkursie Senior Roku 2006

W

Śród czterech wyróżnionych w pierwszej edycji konkursu Senior Roku znalazła się pani Krystyna Gil z Nowej Huty. Tak jak wszyscy laureaci tytuł otrzymała za działalność w 2006 r., ale korzenie tej aktywności sięgają daleko wstecz. Swoją społecznikowską pracę rozpoczęła od przewodniczenia krakowskiemu oddziałowi Stowarzyszenia Romów w Polsce. Był rok 1995, a ona organizowała kolonie integracyjne dla dzieci polskich i romskich, pomoc prawną i materialną dla współbraci, rozwiązywała problemy socjalne. Pięć lat później zbuntowała się. W krakowskim oddziale pracowały głównie kobiety, jednak wszystkie ich zasługi przypisywano mężczyznom, czyli głównemu oddziałowi stowarzyszenia. – Kobiety w ogóle traktowano mniej poważnie, a kobiety romskie jak ludzkość drugiej kategorii – uważała. Chciała to zmienić. Zainicjowała powstanie Stowarzyszenia Kobiet Romskich.

Przepowiadano, że stowarzyszenie padnie po trzech miesiącach. Ale tak się nie stało. Kobiety zaczęły organizować kolonie dla dzieci, okolicznościowe imprezy, założyły świetlicę, w której pracował pedagog szkolny, była sala komputerowa, dzieci dostawały posiłki. Do świetlicy przychodziły nie tylko romskie, ale i polskie dzieci. Krystyna Gil, siero-

ta wojenna, wychowana przez babcię, zaznała w swoim życiu biedy i głodu. Gdy widzi dziecko podobne do niej z przeszłości, musi pomóc. Zresztą, kocha wszystkie dzieci. Żeby nie były głodne, pani Krystyna przyniosła do świetlicy swoją kuchnię – dzieci musiały dostawać regularne posiłki. W 2006 r. i następnych świetlica działała prężnie. To głównie za pomysł jej zorganizowania i zaangażowanie na rzecz dzieci pani Krystyna Gil została doceniona przez kapitułę konkursu.

Kapituła doceniła również ideę powstania Stowarzyszenia Kobiet Romskich, które – zdaniem pani Krystyny – miało być dla nich samych drogą do samodzielnego myślenia, do sterowania swoim własnym życiem. Plany i cele tej organizacji biorą się z życia, z reakcji na to, co akurat jest komuś potrzebne. Stowarzyszenie pomaga w rozwiązywaniu problemów, czasem wstawia się za kimś, innym razem załatwia rozłożenie płatności na raty. Wydeptuje ścieżki w urzędach, bo władze zupełnie inaczej rozmawiają z instytucją, a inaczej z szarym człowiekiem. Czasem się udaje, a innym razem napotyka na mur obojętności. Ale pani Krystyna nie ma o to pretensji. Wie, że nie należy liczyć na inne traktowanie, tylko dlatego, że ma się romskie pochodzenie.



## Elżbieta Łomnicka wyróżnienie w konkursie Senior Roku 2006



**P**ani Elżbieta Łomnicka nie pracuje już tyle, ile wcześniej. Zdrowie nie pozwala, a i ludzie tak nie garną się do teatru, jak kiedyś. A jeszcze kilkanaście lat temu o Łomnicy–Zdroju było głośno w całej Polsce. To za sprawą teatryku lalkowego, który stworzyła laureatka pierwszego konkursu na Seniora Roku.

Elżbietę Łomnicką – oraz jej koleżankę – nauczycielkę, Ewę Korus – zainspirowały warsztaty w Teatrze Groteska. Same przygotowały lalki i grono chętnych dzieci i w 1986 r. zadebiutowały na festiwalu teatryków lalkowych z przedstawieniem „O Kasi, co gąski zgubiła”, od razu zdobywając Grand Prix. Teatryk stał się sławny, był zapraszany na przeglądy i festiwale w całej Polsce. Jeździł z nowymi sztukami i wszędzie zdobywał laury. Działał do 2002 r. Obok teatru lalkowego Elżbieta Łomnicka, jako kierowniczka klubu wiejskiego w Łomnicy–Zdroju, a potem emerytka, realizowała inną swoją pasję – amatorski teatr wiejski. Swoją pasją zaraziła wielu łomniczan, bo do grania na scenicznych deskach zgłaszali się zarówno młodzi, jak i seniorzy. W "Oczekiwany Gościu" Zofii Kossak grało aż 30 osób. Wysiętek włożony w teatr zaowocował licznymi nagrodami.

Choć już bez takiego entuzjazmu, jak kiedyś, teatr amatorski w Łomnicy–Zdroju nadal działa. Konkuruje jednak o chętnych z różnymi stowarzyszeniami, które łatwiej zdobywają środki, zwłaszcza z Unii Europejskiej. Pani Elżbieta wciąż pracuje, ile może, ale dziś, w 2011 r. koncentruje się już na działalności w świetlicy funkcjonującej przy parafii. Prowadzi zajęcia z haftu i robótek ręcznych. To zajęcia bardzo pożyteczne, a nie ma ich w programie zajęć szkolnych. Młodzież wchodzi w dorosłe życie bez umiejętności praktycznych, które miały poprzednie pokolenia. Elżbieta Łomnicka twierdzi, że jest dużo dobrej młodzieży, która chce się uczyć. Trzeba jej tylko stworzyć warunki. Wyróżnienie w konkursie na Seniora Roku dla pani Elżbiety Łomnickiej przyszło w samą porę. Było zwieńczeniem jej społecznej pracy prawie przez ćwierć wieku. Dziś – twierdzi – nastaly trudne czasy dla kultury. Prawdziwa sztuka konkuruje z łatwo dostępną, głównie dzięki telewizji, komputerom i Internetowi, rozrywką. Elżbieta Łomnicka dla kultury w swoim środowisku zrobiła bardzo dużo. Już zapisała się w historii swej małej ojczyzny. Otacza ją powszechny szacunek i wdzięczność łomniczan. Po działalności teatralnej pozostało wiele nagród. I ogromna satysfakcja z wyróżnienia w plebiscycie na Seniora Roku 2006.



## Jolanta Kieres

wyróżnienie w konkursie Senior Roku 2006

Gdy tuż przed wydaniem tej publikacji próbowaliśmy się skontaktować z laureatką pierwszego konkursu na Seniora Roku, okazało się to bardzo trudne. Jolantę Kieres zastaliśmy bowiem w Kopenhadze. Uczestniczyła w Światowym Kongresie Esperantystów. To akurat nikogo nie powinno dziwić. Na wszystkich międzynarodowych imprezach, które organizują seniorzy, esperanto jest – obok angielskiego – językiem obowiązkowym, a pani Jolanta etatową tłumaczką. Esperanto zawdzięcza znajomości na całym świecie, liczne podróże, wielu zagranicznych gości odwiedzających Sądcecczynę, swój aktywny tryb życia, zajęcie na emeryturze i pasję, którą zaraża innych, a w konsekwencji nominację i wyróżnienie w konkursie Senior Roku 2006.

Z językiem esperanto zetknęła się, mając zaledwie 17 lat. Do nauki namówił ją jej brat... podstępem. Wysłał w jej imieniu list w esperanto do studenta z Kowna. Początkowo brat służył jako tłumacz, ale studentka medycyny postanowiła jednak zapisać się na kurs. Znajomość esperanto zaowocowała licznymi podróżami zagranicznymi i gronem przyjaciół w wielu krajach świata. Po powrocie ze studiów zapisała się do

sąddeckiego Klubu Esperantystów, jednak praca stomatologa zdominowała jej życie.

Do nauki esperanto wróciła na emeryturze. Namówiła ją prezes Sąddeckiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku – Wiesława Borczyk. Jolanta Kieres szlifuje swoje umiejętności i nieodpłatnie uczy innych seniorów. Na pierwszy lektorat w SUTW zapisało się prawie 100 osób. Teraz uczy już seniorów w kilku grupach według poziomu zaawansowania ich wiedzy. Sama zaś nie spoczywa na laurach – zdała egzamin państwowy na bardzo wysokim poziomie – C1. Esperanto to jej okno na świat. Uczestnicząc w kongresach, zwiedziła cały świat, od Brazylii, po Chiny i Japonię. Jej uczennice z UTW poczuły się już na tyle pewnie, że odważyły się pojechać z nią na zjazd esperantystów. Jest nie tylko wykładowcą, ale i sama studiuje na Sąddeckim Uniwersytecie Trzeciego Wieku. Zimą jeździ na nartach, a w innych porach roku chodzi po górach. Dziś ma 68 lat i twierdzi, że na naukę nigdy nie jest za późno. Prawo jazdy zrobiła po 50. To była bardzo dobra decyzja. Samochód pozwala jej przemieszczać się po okolicy po to, by udzielać m.in. lekcji... esperanto.



29

29 biogramów wyjątkowych osób rozpatrywała Kapituła Konkursu Senior Roku 2007. Jeśli ktoś sądził, że pierwsza edycja konkursu przyciągnęła najciekawszych kandydatów z Małopolski zaprzeczających stereotypom, był w błędzie. Konkurs zyskał zainteresowanie i rozgłos, a kandydaci okazali się co najmniej tak samo fascynujący, jak podczas inauguracji plebiscytu. Świadczy o tym fakt, że kapituła konkursu, nie potrafiąc ocenić, czyja działalność zasługuje na większe uznanie, jednogłośnie wskazała dwóch zwycięzców. Za działalność w 2007 r. przyznano zatem tytuły Seniorki Roku – pani Krystynie Trepce z Klucz i Seniora Roku – Józefowi Pitali z Lanckorony. Wtedy jury nawet nie przypuszczało, że precedens z posiedzenia we wrześniu 2008 r. stanie się w kolejnych latach ugruntowaną tradycją. Tak jak w pierwszej edycji plebiscytu „Poza Stereotypem” kapituła przyznała również honorowe wyróżnienia. Za osiągnięcia w 2007 r. powędrowały one do Anny Totoń z Nowego Sącza, Zofii Wiksel z Oświęcimia i Romany Szymańskiej–Płaskowskiej z Krakowa.





## Józef Pitala – Senior Roku 2007



*W*

Wielki patriota. Wielki miłośnik historii. Wielki propagator turystyki pieszej. Józef Pitala z Lanckorony – Senior Roku 2007 – choć z wykształcenia jest inżynierem elektrykiem, to w swoim środowisku kojarzony jest raczej z wiedzą historyczną niż inżynierską i nazywany „ostatnim konfederatem”. To miano zawdzięcza ogromnemu zaangażowaniu w przywracanie pamięci o konfederacji barskiej. Wiele wysiłku włożył wraz z innymi członkami Towarzystwa Przyjaciół Lanckorony, aby przypomnieć o ostatnich obrońcach Rzeczypospolitej Polskiej – konfederatach barskich – którzy w 1771 i 1772 roku w okolicy Lanckorony stoczyli bitwy z Rosjanami.

Senior Roku 2007 jest autorem szlaku konfederatów barskich, pomysłodawcą i sponsorem odbudowy kaplicy w Leśnej Mogile oraz współautorem filmu i wydawcą albumów pamiątkowych opisujących uroczystości patriotyczne.

Wspólnie z innymi członkami Towarzystwa Przyjaciół Lanckorony zaczęli od pierwszego punktu szlaku, czyli Muzeum im. prof. Antoniego Krajeńskiego, znajdującego się przy lanckorońskim rynku. Dzięki determinacji pana Józefa, pukającego od drzwi do drzwi, udało się zebrać 40 tys. zł. Te środki pozwoliły na utworzenie w muzeum izby pamięci poświęconej konfederatom. Znalazły się tam ekspozycje dotyczące zamku lanckorońskiego, Kazimierza Pułaskiego, jednego z przywódców konfederacji barskiej, oraz reprodukcje dzieł malarskich nawiązujących do XVIII-wiecznego zrywu przeciwko Rosji.

Potem przyszła kolej na remont kaplicy Konfederatów, ważnego miejsca na szlaku. Stoi w miejscu, gdzie miała się rozegrać potyczka konfederatów pod wodzą Kazimierza Pułaskiego. Wybudowana w 1910 roku ze składek mieszkańców kaplica, po prawie stu latach była w opłakanym stanie. Dach przeciekał, a w środku rosła trawa. Uroczystość oddania wyremontowanej kaplicy odbyła się 3 maja 2006 r. Również rok później – w święto 3 Maja – oddano kolejną kapliczkę wyremontowaną z inicjatywy Józefa Pitali – w Leśnej Mogile. To miejsce pochówku około 300 konfederatów poległych w bitwie w maju 1771 roku. Pan Józef dotarł do niego podczas jednej z pieszych wycieczek organizowanych przez koło turystyczne, w którym aktywnie działa.

Turystyka piesza to jego kolejna pasja. W gronie „młodych emerytów” spotykają się co piątek, by ustalić plan sobotniej trasy. W soboty wyruszają na całodniową wycieczkę. W tak urokliwym miejscu, jak Lanckorona, malowniczych tras jest bez liku: do Kalwarii Zebrzydowskiej, do Makowa Podhalańskiego, z Suchej Beskidzkiej do Zawoi. Piechurzy z 6. – 7. krzyżykiem na karku pokonują około 20 km. Senior Roku 2007 twier-

dzi, że turystyce pieszej, pływaniu i jeździe na nartach zawdzięcza swoją dobrą formę fizyczną.

Do takiej aktywności zachęca wszystkich. Gdyby ktoś skorzystał z zaproszenia i wybrał się na wędrowkę szlakiem konfederatów barskich – w ruinach zamku, pod Krzyżem Konfederackim na wzgórzu w pobliżu Harbutowic oraz na cmentarzu – znajdzie pamiątkowe granitowe tablice. To zasługa Józefa Pitali. Owocem jego historycznej pasji jest również 40-minutowy film „Szlak konfederatów barskich” i przewodnik „Lanckorona – jednym z głównych bastionów konfederacji barskiej”.

Zważywszy że wszystkie te przedsięwzięcia udało się zrealizować zaledwie w ciągu trzech lat, dorobek Seniora Roku 2007 robi wrażenie. W ciągu tych trzech lat, zamiast odpoczywać na emeryturze, pracował na pełny zegar. Nic dziwnego, że gdy cel został osiągnięty, pan Józef zadeklarował chęć odpoczynku. Poczucił się zwyczajnie wypalony i zmęczony. Ma za to ogromną satysfakcję. Szlak konfederatów stał się bardzo modny. Do miejsc mogli polskich patriotów co niedzielę przychodzą okoliczni mieszkańcy i turyści. Zostawiają świeże znicze. W 2011 r. w IV Rajdzie Konfederatów wzięło udział 200 młodych ludzi i 50 dorosłych. A takiej izby pamięci jak Lanckorona nie ma żadna inna miejscowość, choć najcięższe walki toczyły się na Wschodzie.

Dziś, w 2011 r., twierdzi, że jeszcze działa na zwolnionych obrotach. Zbiera siły i snuje plany. Bardzo go boli, że na naszych oczach niszczeje piastowski zamek w Lanckoronie. Stara się dotrzeć do decydentów, aby podjąć kroki zabezpieczające przynajmniej niszczące mury. Na razie powstał wstępny projekt. Teraz kolej na projekt techniczny, ale nie ma na to pieniędzy. Józef Pitala ma jednak doświadczenie w pozyskiwaniu sponsorów szlacheckich przedsięwzięć. Zараża pomysłem historyków i zastanawia się, do których drzwi zapukać, aby znów ziarno do ziarnka uzbierać fundusze na ratowanie zamku.

## Krystyna Trepka – Seniorka Roku 2007



*R*adna, ławnik w sądzie i przede wszystkim wieloletnia sołtys. Od 1982 r. kieruje Kołem Gospodyń Wiejskich oraz zespołem folklorystycznym „Kluczowianki”. Studentka Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Kluczach od samego początku jego istnienia. Działa w teatrze III wieku. W Kluczach nic nie dzieje się bez jej udziału – nowe wyposażenie dla KGW, świetlica dla dzieci, zadbane klomby przy szkole – wszędzie widać rękę pani Krysi. Na kapitule konkursowej oceniającej kandydatów w plebiscycie „Poza Stereotypem” jednak największe wrażenie zrobiło osiągnięcie bardzo niestereotypowe w odniesieniu do 80–letniej kobiety.



Krystyna Trepka sześciokrotnie (to wynik z 2007 r.) przepłynęła kanał La Manche! A w 2000 roku jeszcze w ogóle nie potrafiła pływać!

To, że nie potrafi pływać, bardzo jej w życiu przeszkadzało. A w Kluczach jest piękna szkoła z basenem. Zebrało się więc dwadzieścia starszych pań i w każdy czwartek najpierw miały godzinę gimnastyki, a potem godzinę basenu. Pewnie nie było łatwo je uczyć, ale dziś płyną całym ciałem dobrze. Kraulem. Instruktor zabiera je nawet czasem na pokazy, aby się pochwalić i udowodnić, że starsze panie można nauczyć pływać.

„Przeplwamy kanał La Manche” to akcja organizowana co roku podczas Dni Ziemi Kluczewskiej w pierwszych dniach maja. Uczestnicy maratonu pływackiego pokonują na basenie tyle kilometrów, ile liczy kanał dzielący Francję i Wielką Brytanię. Zaczynają panie z koła gospodyń. Potem płyną coraz młodsze pokolenia.

Seniorka Roku 2007 bardzo chwali ten rodzaj aktywności fizycznej, ponieważ świetnie działa na figurę. Kilogramów mniej, kształty ładniejsze, kości rozruszane. Nie ma to jak gimnastyka w wodzie. Chyba dla pań w starszym wieku nie ma lepszej, odpowiedniejszej i bezpieczniejszej formy ruchu. Poza tym kobieta zawsze chce wyglądać dobrze, a pływanie znakomicie ułatwia osiągnięcie tego celu. Gdy basen był w remoncie, starsze panie już nie mogły się doczekać, kiedy wrócą na zajęcia i rozruszają zastane kości. Zajęcia mają za darmo, ale potrafią się szkole odwdzięczyć. W rewanżu pięknie ozdobiły, obsadziły kwiatami teren wokół szkoły. Też za darmo.

Krystyna Trepka czuje już pewne zmęczenie dotychczasową działalnością. Do tej pory mówiono o niej w Kluczach „niezniszczalna Krysia”, ale na każdego przychodzi czas wycofania się z pierwszego szeregu. 30 lipca 2011 r. Koło Gospodyń Wiejskich w Kluczach, prężna, im-

ponująca swoimi osiągnięciami instytucja, obchodziła swoje 30-lecie. Od 28 lat przewodniczyła kołu Krystyna Trepka. Jak co roku pani Krystyna zaangażowała się w przygotowanie dożynek, a w 2011 dodatkowo jubileuszu. Uznała, że 30-lecie to dobra okazja, aby kierowanie kołem przekazać komuś młodszemu. Nie zamierza rezygnować z pracy w Kole Gospodyń Wiejskich, tylko z szefowania. Tak właśnie po okrągłych 25 latach pełnienia funkcji radnej zrezygnowała z mandatu. Na razie natomiast nie zamierza zrezygnować z gimnastyki i basenu. Kiedy ciało zdrowsze i na duszy człowiekowi różniej. Nadal uczestniczy również w zajęciach Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Nie opuszcza żadnych zajęć, bo tyle pożytecznych rzeczy można się dowiedzieć z wykładów.

W każdym środowisku, a w małym miasteczku szczególnie, znajdują się takie osoby, które dyskredytują zaangażowanie starszych pań. Mówią, że na starość im się dziwactw zachciewa. Seniorka Roku 2007 na to odpowiada: – *Przyjdź i spróbuj. Chora? Każdy ma jakieś choroby, ale jedni cały czas o nich mówią, a inni jakoś z nimi żyją. Gdy człowiek ćwiczy, łatwiej zachować zdrowie, ale są tacy, którzy tylko narzekają.*

Przez wiele lat mąż pani Krystyny na pytania wnuków odpowiadał z przekąsem: „Babci nigdy nie ma w domu”. Ale przecież zawsze był z żony bardzo dumny i przejmował na siebie część domowych obowiązków. Nigdy nie narzekał, że ich dom był zawsze otwarty dla znajomych i nieznanym. Sołtys, radna, szefowa Koła Gospodyń Wiejskich ciągle przyjmowała petentów i gości w domu. Dziś trochę się martwi, jak będzie żyć bez tego ciągłego ruchu i ludzkich spraw wymagających natychmiastowego rozwiązania. Z drugiej strony będzie jej więcej dla rodziny: męża, trojga dzieci, dziewięciorga wnuków (trzech magistrów! – zaznacza z satysfakcją pani Krysia) i czworga prawnuków.



## Romana Szymańska–Płęskowska wyróżnienie w konkursie Senior Roku 2007



*M*

*Mam 77 lat i staram się żyć! Najlepiej, jak potrafię* – tuż przed jubileuszem konkursu Senior Roku mówi pani Romana Szymańska–Płęskowska, artystka wyróżniona w drugiej edycji plebiscytu. Tytuł przyznany pani Romanie podczas gali w październiku 2008 r. dodał jej skrzydeł. Od tego czasu jej pokaźny dorobek artystyczny znacznie się wzbogacił, mimo wielu przeciwności i ograniczeń.

Romana Szymańska–Płęskowska miała kilkadziesiąt wystaw indywidualnych i zbiorowych w Polsce i na świecie, a jej prace zdobią ściany nie tylko muzeów, ale też domy prywatnych kolekcjonerów. Po śmierci męża – też artysty, tyle że rzeźbiarza – z powodów m.in. zdrowotnych, musiała opuścić swoje ogromne mieszkanie, gdzie miała ukochaną pracownię. Do Domu Artysty Seniora w DPS im. Helclów w Krakowie przyszła o dwóch kulach i z balkonikiem. Atmosfera DPS sprawiła, że zaczęła żyć na nowo. I na nowo tworzyć. Zajmuje się malarstwem, grafiką i fotografią. Jednak najbliższa jej sercu zawsze była tkanina. Ostatnie lata w jej twórczości zostały zdominowane przez małe formy: kolaże, gobeliny i hafty, zwłaszcza tzw. kordem technicznym, czyli sztucznym niepalnym sznureczkiem. Nawleka się go na igłę, zawiązuje pętelkę i przeciąga na drugą stronę. Na powierzchni obrazu tworzy się supełek. Setki tych supełków składają się na

oryginalną fakturę dzieła. Mimo ograniczeń spowodowanych chorobą, pani Romana radzi sobie doskonale, tworzy, organizuje wystawy, bierze udział w licznych konkursach artystycznych, a potem przekazuje swoje prace muzeom. Twierdzi, że ma ogromny dług wdzięczności wobec Domu Pomocy Społecznej, w którym mieszka. Doświadcza tu wiele życzliwości, troski, ma możliwość tworzenia. I dlatego wiele jej prac zdobi hol DPS, w świetlicy urządza wystawy z takim samym zaangażowaniem, jak te w prawdziwych pawilonach wystawowych. Przy każdej okazji stara się okazać taką samą życzliwość innym pensjonariuszom domu, jaką ona sama zyskuje. Na Wigilię np. dla każdego przygotowuje maleńkie stroiki z baniek, gałązek i aniołków. Małe aniołki w ślicznych szatach wędrują też do wszystkich jej przyjaciół jako posłańcy najpiękniejszych życzeń.

W Domu Pomocy Społecznej poznała swojego drugiego męża. Inżynier, kombatant wojenny, więzień ze Starobielska odszedł już do lepszego świata, zostawiając po sobie ból i rozpacz. Pani Romana znów się pozbierała. Znów tworzy: wystawy w Krakowie, w Łodzi, w Magdeburgu, głównie małe formy tkackie, ale również miniatury i szopki. Jej maksyma brzmi: nie siedzieć, nie myśleć o chorobach, robić to, co potrafi się najlepiej, aby zostawić po sobie dobro i piękno.



## Anna Totoń

wyróżnienie w konkursie Senior Roku 2007

U

zasadnienie nominacji w konkursie Senior Roku 2007 zawarte było aż w 17 punktach, z których każdy dowodził, jak wyjątkową osobą jest laureatka z Nowego Sącza. Swoją pracą Anna Totoń mogłaby obdzielić kilka osób. Z wykształcenia i uprawianego zawodu jest (a raczej była aż do emerytury) meteorologiem, z pasji – bibliotekarką z dorobkiem pisarskim. Tylko dla nowosądeckiego oddziału PTT napisała 22 tomy kroniki. Na koncie ma kilkadziesiąt biogramów i tyleż artykułów. W 2008 r. wydała książkę pt. „Mojemu miastu”.

Od 7 lat pani Anna współpracuje z telewizją regionalną INSAT w tworzeniu programu na temat znanych, zmarłych sądeczan, który emitowany jest w Dzień Zaduszny. Pani Anna została zaproszona do programu telewizyjnego, a także do radia eSka, ponieważ jest chodzącą kroniką Nowego i sympatyczką Starego Sącza. Wiele informacji o historii obu miast znajdowała w archiwach i bibliotekach. Od lat działa na rzecz rozwoju turystyki miasta i regionu. Zainicjowała niedzielne wycieczki dla sądeczan, które często sama prowadzi. Mając 49 lat zdobyła licencję pilota wycieczek zagranicznych. Twierdzi, że na naukę nigdy nie jest za późno.

Gdy tylko powstał Sądecki Uniwersytet Trzeciego Wieku, została pilną studentką. W życiu czasami doskwierał jej brak tytułu magistra, studiuje więc na emeryturze, aktywnie udzielając się w interesujących ją sekcjach. Działa także w Polskim Związku Esperantystów. Kiedy podczas wycieczki po Italii zepsuł się autokar, ona, jako pilotka, musiała szukać pomocy. Jakież było jej zaskoczenie, gdy na małej włoskiej stacji spotkała pracownicę mówiącą w esperanto. To była dla pani Anny największa nagroda za lata nauki.

Ostatni wielki sukces (osiągnięty wspólnie z młodym pasjonatem historii – Rafałem) na koncie pani Anny to wystawa „Nowy Sącz – spojrzenie w przeszłość”. W lutym 2011 r. przez piwnice sądeckiej biblioteki przewinęły się tłumy oglądających. Wystawę obejrzało ponad 8 300 osób. To w historii Nowego Sącza rekord oglądalności!

Tak wiele rzeczy robi, będąc przede wszystkim żoną, mamą i babcią. To dlatego, że kocha pracę, a pracą kocha ją. Nie ma czasu, aby się nudzić.

## Zofia Wiksel

### wyróżnienie w konkursie Senior Roku 2007



W

Warszawianka z miejsca urodzenia, oświęcimianka z wyboru dziwi się wyrazom podziwu, którymi komentowane jest jej życie. I to od młodości lat. Cóż wartego odnotowania może być w zaangażowaniu w działalność Szarych Szeregów w okupowanej Warszawie? Przecież to takie naturalne, że każdy, nawet nastolatki, chciał zrobić coś przeciw Niemcom. Naturalne, jej zdaniem, jest również wykorzystanie zdolności, umiejętności, doświadczenia lub choćby pamięci starszych osób. To, co udało się ludziom zgromadzić w ich umysłach przez całe życie, powinno być wykorzystane dla dobra publicznego.

Pani Zofia Wiksel to właśnie robi. Kiedy dzieci zaczęły żyć własnym, dorosłym życiem, kiedy zamknęła rozdział pracy zawodowej, wróciła do swoich odłożonych na półkę pasji. Zawsze ciągnęło ją do pisania. Zwłaszcza do poezji. W 2000 roku pani Zofii udało się wydać tomik poezji „Jeśli cię kiedyś rzeko odpłynę”, a w 2006 r. ukazał się jej zbiór opowiadań „Szepty historii”, zawierający przede wszystkim wspomnienia z okresu młodości i okupacji. 2010 r. przyniósł kolejny tomik poezji. Emerytura pani Zofii została zdominowana przez sztukę – nie tylko pisze, ale i maluje.

Często jest zapraszana na spotkania przez młodzież. Jeżdżąc od szkoły do szkoły ciekawie opowiada o walczącej Warszawie, o bohaterkich działaniach harcerzy z Szarych Szeregów, nie szczędząc jednak młodym słuchaczom przestróg: „Młodość jest głupia, a przynajmniej nierozsądna”. Nastoletni harcerze mogli zapłacić życiem za swoją odwagę.

Nie uznaje marnowania czasu. Odkąd w Oświęcimiu zaczął działać Uniwersytet Trzeciego Wieku jest jedną z najaktywniejszych studentek. W tym środowisku ma opinię nie tylko bardzo mądrego, zaangażowanego, przedsiębiorczego, ale przede wszystkim życzliwego i dobrego człowieka. O takich gestach, jak opłacenie komuś bardzo biednemu niezbędnych badań lekarskich, czy rehabilitacji po prostu nikt ma nie wiedzieć. Nie patrząc na własne możliwości finansowe, pomaga temu, kto jest w większej potrzebie. Międzyludzkiej solidarności, śpieszenia drugiemu z pomocą nauczyła się w czasie wojny. Bardzo ją boli, że dziś Polak nie rozumie Polaka, że skończył się czas powszechnej solidarności. Ona z tej zasady nie zamierza rezygnować i za to jest powszechnie szanowana.







W

W finale plebiscytu „Poza Stereotypem” – Senior Roku 2008 – znalazło się aż 20 osób. Kapituła miała wiele dylematów, jak podzielić nagrody. W rezultacie skorzystała z zapisu w regulaminie, który pozwolił jej wyodrębnić kategorie. Wyłoniono więc Seniora i Seniorkę Roku 2008 w kategorii: działalność na rzecz środowiska lokalnego oraz Seniorkę Roku 2008 w kategorii: działalność regionalna i ponadregionalna. Prestiżowe tytuły przypadły Annie Zalwowskiej i Adamowi Mazurowi w pierwszej kategorii oraz Halinie Komar w drugiej.

Ponadto przyznano również honorowe wyróżnienia: Marii Szymuś z Krakowa, Zofii Robotyckiej z Krynicy–Zdroju, Henryce Rogal z Łobzowa k. Wolbromia, Barbarze Motowidlak z Wolbromia, Danucie Bobek z Krakowa, Henrykowi Kieresowi z Zabierzowa Bocheńskiego i Stanisławowi Smerekowi z Krzeszowic.

Konkurs jest dla osób wyjątkowych, ale sam również zasługuje na to określenie. W innych regionach trudno o podobną promocję aktywnych, starszych osób. Zapewne z tego powodu do plebiscytu zgłoszono osoby spoza Małopolski (nawet z dość odległej Świdnicy!). Regulamin jest jednak bezwzględny, a jego przepisów nie można zmieniać w trakcie trwania konkursu. Był on skierowany do mieszkańców województwa małopolskiego – osób w wieku emerytalnym, nieaktywnych zawodowo. Kandydatury nie–Małopolan trzeba było odrzucić.

– *Mówi się, że osoby starsze znikają z życia publicznego. Seniorzy z Małopolski udowadniają, że jest dokładnie odwrotnie* – mówiła podczas gali wręczenia nagród Wioletta Wilimska, dyrektor ROPS w Krakowie. Laureaci trzeciej edycji konkursu żyją tak, jakby im przyświecało stwierdzenie Alberta Einsteina: „Tylko życie poświęcone innym warte jest przeżycia”. Kto nie wierzy, niech przyjrzy się bliżej sylwetkom nagrodzonych.



## Anna Zalwowska – Seniorka Roku 2008



Jeśli ktoś ma żyłkę społecznikowską, to przed śpieszeniem z pomocą ludziom w potrzebie nie powstrzymają go żadne okoliczności. Tę zasadę potwierdza całym swoim życiem Anna Zalwowska – Seniorka Roku 2008. Została doceniona przede wszystkim za utworzenie i długoletnie prowadzenie Fundacji Pomocy Społecznej w Brzeczach koło Oświęcimia. Kiedy zrezygnowała z prezesowania fundacji, kiedy cała jej działalność dla potrzebujących została pięknie zwieńczona tytułem Seniorki Roku 2008, pani Anna nie spoczęła na laurach. Dziś aktywnie działa w Zarządzie Polskiej Unii Seniorów.

Żeby zrozumieć powody, dla których pani Anna nie może pozostać osobą obojętną na krzywdę, zło, nieszczęście czy niesprawiedliwość, trzeba ją bliżej poznać. Pochodzi z tradycyjnej wileńskiej rodziny. Miała zaledwie trzy lata, gdy wybuchła II wojna światowa. Jej matka działała w Armii Krajowej. Była odważna, bo wiele ryzykowała, mając trójkę małych dzieci. Jednak nigdy się nie wahała, gdy trzeba było pomóc. Mówiła, że tak po prostu trzeba. Taką postawę wyniosła z rodzinnego domu pani Anna.

Po wojnie, 15 sierpnia 1947 roku, wraz z rodziną przekroczyła nową granicę Polski, ustaloną w ramach jałtańsko-poczdamskiego ładu. Mieszkała na Mazurach, tu chodziła do szkoły podstawowej i do liceum, ale największe znaczenie dla ukształtowania jej spojrzenia na życie miały studia na Katolickim Uniwersytecie Lubelskim. Były późne lata 50. Studiowała na kierunku filozofia chrześcijańska, specjalność psychologia. W jej indeksie najcenniejszy jest wpis wykładowcy filozofii moralnej – Karola Wojtyły.

Dyplom odebrała w 1961 r. Psycholog, do tego po studiach na katolickim uniwersytecie, nie był wówczas poszukiwanym specjalistą. Po krótkim epizodzie w Poradni Zdrowia Psychicznego w Słupsku, znalazła zatrudnienie w Wytwórni Sprzętu Mechanicznego w Bielsku-Białej i w końcu w Kopalni Węgla Kamiennego „Brzeszcze” w Brzeszczach. Pracowała jako psycholog w Poradni Psychologicznej, następnie została kierownikiem tej placówki. W zawodowym życiorysie Anny Zalwowskiej jest jeszcze funkcja inspektora ds. humanizacji pracy, kierownika działu kadr oraz głównego specjalisty ds. osobowych.

W 1980 r. wstąpiła do NSZZ „Solidarność”. Po wprowadzeniu stanu wojennego w 1981 r. kopalnia była zakładem zmilitaryzowanym. Szykany, inwigilacje członków „Solidarności” stały się codziennością.

Anna Zalwowska została zdegradowana ze stanowiska. Została referentem w dziale socjalnym. Charakter tej pracy umożliwiał kontakty z rodzinami internowanych kolegów, organizowanie ich rodzinom pomocy żywnościowej, psychologicznej i prawnej. Wtedy zrodził się pomysł powołania instytucji, która takim ludziom służyłaby skuteczną i systematyczną pomocą. Realizację tego zamierzenia umożliwiły zmiany ustrojowe i gospodarcze, które zaszły w Polsce.

15 maja 1990 roku powstała Fundacja Pomocy Społecznej. Założycielami była lokalna społeczność: Kopalnia Węgla Kamiennego w Brzeszczach, NSZZ „Solidarność” KWK „Brzeszcze”, Komitet Obywatelski w Brzeszczach. Za cele statutowe postawili sobie opiekę nad dziećmi zagrożonymi patologiami społecznymi, pomoc dzieciom uzdolnionym, a pochodzącym z rodzin ubogich, oraz przeciwdziałanie bezrobociu w gminie Brzeszcze. Z biegiem czasu zajęli się również wsparciem osób niepełnosprawnych. – *To była jedna z pierwszych tego typu organizacji w Polsce po 1989 roku* – opowiada Anna Zalwowska, która przez 18 lat pełniła funkcję prezesa fundacji. Jej chlubą są dwie świetlice socjoterapeutyczne dla dzieci. W 2008 roku zostały one wyremontowane i wyposażone w odpowiedni sprzęt. Wówczas korzystało z nich 80 uczniów. Stworzyła także Lokalny Fundusz Stypendialny w oparciu o program „Równe szanse wszystkim dzieciom” realizowany przez Fundację im. Stefana Batorego w Warszawie. W ramach projektu zdolni uczniowie z ubogich rodzin otrzymywali stypendia od IV klasy szkoły podstawowej do końca studiów. Z inicjatywy pani Anny Fundacja Pomocy Społecznej prowadziła również magazyn sprzętu ortopedycznego, sprowadzanego głównie ze Szwecji, który przekazywano nieodpłatnie lub wypożyczano potrzebującym. Wszystkimi tymi działaniami Anna Zalwowska zdobyła uznanie i głosami wszystkich członków kapituły plebiscytu „Poza Stereotypem” otrzymała tytuł Seniorki Roku 2008 w kategorii: działalność na rzecz środowiska lokalnego.



2008 r. Anna Zalwowska uznała za apogeum swej działalności i postanowiła przekazać kierowanie fundacją swej młodej następczyni. Miała wówczas 72 lata, sześcioro wnucząt, w tym najmłodszego, czteroletniego Michałka, którym chciała się zająć. W 2011 r., roku małego jubileuszu plebiscytu „Poza Stereotypem”, nasza laureatka sprzed dwóch lat wciąż interesuje się i żyje losami „swojej” fundacji. – *Nowa prezes robi co może, ale dziś klimat dla działania organizacji pozarządowych jest bardzo trudny. Nie ma sponsorów, a bez nich nie ma działalności charytatywnej. Kiedyś udawało mi się zorganizować wyjazd dla 500 dzieci, dziś to zupełnie nierealne. W Szwecji, z którą kiedyś mieliśmy tak dobre kontakty, wszystko się bardzo skomplikowało. Możliwości bezpłatnego pozyskania sprzętu ortopedycznego są bardzo ograniczone. Walczę o fundację, która po 21 latach prężnego dzia-*

*łania, dziś ledwie się tli. Myślę, że los fundacji bardzo odbija się na moim zdrowiu* – mówi 75-letnia dziś Anna Zalwowska.

Ale Seniorka Roku się nie poddaje. Działa na obszarze, na którym jej doświadczenie może jeszcze się przydać. Weszła do Zarządu powstałej w Oświęcimiu – mieście pokoju – Polskiej Unii Seniorów, a ta w przeddzień polskiej prezydencji – 30 czerwca 2011 r. – stała się członkiem Europejskiej Unii Seniorów. Instytucja dopiero się rozkręca, ale ma bogate plany: poprawę jakości życia seniorów we wszystkich dziedzinach życia, od zdrowia po edukację i pomoc społeczną, współpracę międzynarodową, projekty służące integracji międzypokoleniowej, w oparciu o tolerancję i wzajemny szacunek, wspieranie rodziny. Zajmuje się więc tym wszystkim, co Seniorka Roku 2008 potrafi najlepiej.



## Adam Mazur – Senior Roku 2008

*T*rudno o większego omnibusa niż Senior Roku 2008. Trudno o bardziej zajętego człowieka. Mimo że jest na emeryturze, Adam Mazur – laureat trzeciej edycji plebiscytu „Poza Stereotypem” – we własnym domu jest tylko gościem. Udziela się w tylu stowarzyszeniach, klubach, radach, towarzystwach, kołach, że wyliczenie ich zajęłoby całą powierzchnię, jaką mamy do dyspozycji, aby przedstawić jego portret.

W swoim zawodowym życiu był nauczycielem w szkołach podstawowych w Krynicy i Muszynie oraz w liceum ogólnokształcącym. Przez cztery lata (1990 – 1994) pracę nauczyciela łączył z funkcją zastępcy burmistrza w Muszynie. Przez kolejne dwa zasiadał w fotelu burmistrza i wtedy rozstał się ze szkołą. Ale dzieci wciąż są dla niego bardzo ważne. Uważa, że najlepiej wychowuje je sport. W latach 80. Adam Mazur bardzo aktywnie działał w LZS-ie, a potem w Ludowym Klubie Sportowym w Muszynie. Był twórcą sekcji siatkówki. Tej, z której powstała dzisiejsza drużyna mistrzyń Polski, rozstawiająca nadpopradzką gminę. Niedawno został uhonorowany Złotą Odznaką Związku Piłki Siatkowej, ale swoją energię przerzucił na futbol. Trenuje młodzież. Teraz już tylko chłopców z klas I – III. Starszych powierzył synowi.

Różnorodność zainteresowań towarzyszyła mu od zawsze. To, że absolwent liceum pedagogicznego zdobywa wykształcenie w dziedzinie wychowania muzycznego, nikogo nie dziwi. Ale to, że kształcił się potem na studiach nauczycielskich z matematyki i fizyki – owszem. A że następnie kończy studia na Akademii Ekonomicznej – to już całkowite zaskoczenie.

Najbardziej znany jest ze swego zaangażowania we współpracę międzynarodową, zwłaszcza polsko-słowacką. Nic dziwnego, że w IV kadencji samorządu został wybrany na przewodniczącego Komisji Promocji Powiatu, Współpracy z Organizacjami Pozarządowymi oraz Współpracy Międzynarodowej Rady Powiatu Nowosądeckiego. Wcześniej był wiceprzewodniczącym innych komisji.

Pan Adam to animator współpracy z naszymi południowymi sąsiadami, działacz Towarzystwa Polsko-Słowackiego. Muszynianie dzięki tej współpracy obwód Starej Lubowni i Bardejowa, zamki w tych miastach, w Plawcu, w Keżmarku, znają tak dobrze jak własne historyczne pozostałości. W sierpniu 2011 r. finalizował organizację pielgrzymki dla mieszkańców Plawca. Zaplanował jej trasę tak, aby pątnicy mogli odwiedzić przede wszystkim rodzinne miasto Jana Pawła II – Wadowice, a w drodze powrotnej Limanową i Nowy Sącz. We wrześniu 2011 r. towarzystwo organizowało II Polsko-Słowackie Dni Chrześcijan im. Jerzego Łomnickiego. To impreza kulturalna z występami zespołów muzycznych z obu krajów. W tym samym wrześniu dla upamiętnienia wybitnego organisty Jana Gomula wieczorami Muszyna będzie rozbrzmiewała muzyką organową.

Muzyczne zainteresowania i muzyczne wykształcenie pana Adama przydają się również przy organizacji zupełnie nowej w Muszynie imprezy. 3 Maja 2011 r. w miasteczku nad Popradem Adam Mazur zainicjował Pierwsze Muszyńskie Patriotyczne Śpiewanie. Przygotowano 70 śpiewników z pieśniami patriotycznymi i żaden nie został bez nowego właściciela. Wspólne śpiewanie udało się znakomicie i dlatego powtarzane jest co miesiąc. Kiedy rozmawialiśmy z Seniosem Roku 2008 tuż przed wydaniem tej publikacji, właśnie wrócił z patriotycznego śpiewania z okazji Dnia Wojska Polskiego 14 sierpnia.

Od lat jako działacz Civitas Christiana organizuje spotkania ekumeniczne, nabożeństwa, wystawy i spotkania z osobami innych narodowości

i innych wyznań. Działa też w Stowarzyszeniu Rodzin Katolickich. W 2011 r. zebrał plon wieloletniej pracy, której idea było łączenie ludzi różnych religii. Z okazji 30-lecia prawosławnej parafii św. Włodzimierza w Krynicy–Zdroju, arcybiskup przemyski i biskup gorlicki wręczyli Adamowi Mazurowi przyznany przez metropolitę Sawę Order Świętej Równej Apostołów Marii Magdaleny.

Nie można pominąć milczeniem jeszcze jednej działki, na której udziela się Senior Roku 2008 – PTTK w Muszynie. Koło, którego jest prezesem (a wiceprezesem Oddziału PTTK w Krynicy) jest bardzo aktywne, liczy ok. 60 osób (głównie seniorów), a obejmuje sekcje: turystyki pieszej, rowerowej, krajoznawczej i ochrony zabytków. W listopadzie 2011 r. będzie obchodzić swoje 55-lecie. W głowie pana Adama już powstają plany dotyczące uczczenia tego jubileuszu.

Adam Mazur prezesuje również Towarzystwu Miłośników Ziemi Muszyńskiej. – *Towarzystwo tworzy teraz bank historyczny, chcemy bowiem przypomnieć, że kiedyś istniało państwo muszyńskie* – opowiada prezes.

Inne inicjatywy towarzystwa dotyczą gromadzenia środków na fundusz stypendialny dla niezamożnej, uzdolnionej młodzieży. – *Wspieramy uczniów wybitnych. Chcemy, aby poszli na studia i rozstawiali Muszynę. Myślimy o utworzeniu Klubu Stypendystów i Klubu Sławnych Muszynian* – dodaje Pan Adam.

Zabiegają o środki na konserwację zabytków, upowszechniają wiedzę o kulturze i historii Muszyny. Najbliższe plany obejmują ratowanie XIX-wiecznej kapliczki w Muszynie, dalsze – konserwację historycznych pomników i grobowców na muszyńskim cmentarzu.

Kiedy dwa lata temu Adam Mazur odebrał tytuł Seniora Roku, zastanawiał się nad ograniczeniem zakresu swej działalności. Twierdził, że powinien na czymś się skoncentrować. Wciąż zamierza to zrobić. Będzie to... kultura, turystyka i aktywność fizyczna. A tymczasem myśli jeszcze o reaktywacji Towarzystwa Polsko–Niemieckiego. Już rozmawia z nauczycielami, którzy uczyliby muszynian języka naszych zachodnich sąsiadów...



## Halina Komar – Seniorka Roku 2008



*J*est rodowitą wilnianką i sędeczanką z wyboru. Mieszka dokładnie w połowie drogi między Starym a Nowym Sączem. Geograficzne aspekty pochodzenia i zamieszkania odgrywają ważną rolę w życiorysie pani Haliny Komar – Seniorki Roku 2008 – i dlatego od nich właśnie należy zacząć prezentację sylwetki laureatki trzeciej edycji plebiscytu „Poza Stereotypem”.

– *Wilnianie są niezwykle otwarci, radośni, sympatyczni, ale taką pasję do roboty, taką niezwykłą pracowitość, zobaczyłam dopiero tu, na Sądecczyźnie. To bardzo mi zaimponowało. Tu wszystko się udaje* – mówi Halina Komar.

Sądecczyzna była dziewiątym miejscem zamieszkania pani Haliny – żony oficera. Dziewiątym i ostatnim. Ogromne zaangażowanie w działalność „Solidarności” w latach 80. zakończyło się rozpadem rodziny i utratą pracy. Pani Halina, jeśli wierzy w sens jakiejś idei, programu, pomysłu, angażuje się bezgranicznie. Tak było nie tylko z „Solidarnością”, ale przede wszystkim ze Związkiem Esperantystów. To właśnie w klubie esperanto, bardzo silnym, popularnym, mającym duże sukcesy na Sądecczyźnie, znalazła bezpieczną przystań w ekstremalnie trudnym dla siebie okresie życia. W połowie lat 80. zaczęła się uczyć języka, który stał się jej pasją i motorem do działania na wszystkie następne lata życia.

Wybór esperanto był nieprzypadkowy. Z wykształcenia jest mgr. ekonomii, z zawodu specjalistką od zarządzania w turystyce. W Nowym Sączu prowadziła własne biuro podróży. Mogła doskonalić angielski, ale nie chodziło tylko o podnoszenie kwalifikacji zawodowych. – *Znajomość esperanto daje możliwości otwarcia na świat i spotkania ludzi takich jak my. Jeśli chcesz znaleźć pracę – naucz się angielskiego, jeśli chcesz mieć przyjaciół na całym świecie – opanuj esperanto!* – kwituje filozoficznie Halina Komar.

Tę ideę przekazuje starszym i młodszym. Promuje esperanto na kongresach i forach dla seniorów, czego rezultatem są coraz bardziej popularne kursy języka międzynarodowego na Uniwersytetach Trzeciego Wieku. Promuje ideę własnym przykładem.

Sama nauczyła się tak znakomicie esperanto, że została prezesem Polskiego Związku Esperantystów, który rozrósł się do 26 oddziałów w Polsce (wszystkie oparte o wolontariat!). Jest inicjatorką nauczania esperanto na Sądeckim Uniwersytecie Trzeciego Wieku. W Nowym Sączu utworzyła się bardzo silna i aktywna grupa esperantystów, która jeździ po świecie i przyjmuje u siebie przyjaciół z różnych krajów. To z myślą o gościach z zagranicy Halina Komar dwa lata temu wyprodukowała na płycie swój pierwszy film dokumentalny o ziemi sądeckiej. Po esperancku – oczywiście.

Co miesiąc organizuje imprezy dla „przyjaciół esperanta”, bale karnawałowe, wyjazdy i majówki. Wydaje i redaguje gazetę esperancką i jest członkiem komitetu UEA – Światowego Związku Esperantystów w Rotterdamie.

Haliny Komar nie przerażają imprezy międzynarodowe. Była już inicjatorką Międzynarodowego Kongresu dla Osób Niewidomych (przez cały 2008 r. pracowała w Lokalnym Komitecie Kongresowym), zaangażowała się w obchody Europejskiego Dialogu Kulturowego. W maju 2011 r. w ramach „Tygodnia Europejskiego” zorganizowała w Nowym Sączu

Ogólnopolski Kongres Esperantystów, na którym gościli przedstawiciele z dziesięciu krajów. 5 maja 2011 r. na głównym placu Nowego Sącza odbyło się bardzo ważne wydarzenie – prapremiera hymnu Europy w języku neutralnym wykonana z towarzyszeniem orkiestry wojskowej.

W sierpniu 2011 r. wróciła z międzynarodowego spotkania esperantystów na Słowacji. Zawiozła tam grupę dziewcząt z Młodzieżowego Ośrodka Kultury w Nowym Sączu. Dziewczęta swym występem zrobiły furrorę, ale i same potknęły bakcyła esperanto. To dla pani Haliny największa nagroda i osobista duma. Twierdzi, że czas znaleźć następców wśród młodych, którzy będą chcieli się uczyć i krzewić idee ruchu esperanto. Stanowisko szefa Związku Esperantystów udało się jej w 2011 r. – po 4-letniej, przedłużonej kadencji – przekazać młodej osobie. Ma nadzieję, że doktorant z Uniwersytetu Warszawskiego, który przejął od niej pałeczkę, będzie się starał, aby esperanto wróciło na uczelnie. Ma nadzieję, że teraz zacznie się młodzieżowa era esperanto.

Pani Halina ma obecnie 74 lata i nie zamierza się wycofać z aktywnego życia. Najbliższe plany to prezentacja „Tryptyku Rzymskiego” Karola Wojtyły, który został przetłumaczony w Nowym Sączu na esperanto

i w tym języku ma zostać wystawiony najpierw w Krakowie, a potem w Białymstoku, z okazji urodzin twórcy języka międzynarodowego – Ludwika Zamenhofa.

Nie zapomina o najbliższej jej ziemi. Weszła do lokalnej grupy „Brama Beskidu”, zasiada w Powiatowej Radzie Pożytku Publicznego, działa na rzecz seniorów w Domu Ludowym w Łazach, gdzie mieszka, opracowuje foldery promocyjne regionu.

Gdy przechodziła na emeryturę, w Nowym Sączu akurat powstawał Uniwersytet Trzeciego Wieku. – *Złapałam się go jak brzytwy. Wcześniej w naszym mieście nie było żadnej oferty edukacyjnej dla dorosłych. I nagle uniwersytet. Zapisalam się do sekcji kulturoznawstwa. Od razu znalazłam się w samorządzie* – mówi Seniorka Roku 2008. Sądecki UTW, jeden z najprężniejszych w kraju, organizuje ogólnopolskie i międzynarodowe konferencje, a także prestiżowe Forum III Wieku towarzyszące Forum Ekonomicznemu w Krynicy. Halina Komar jest jedną z podpór spotkań seniorów, organizując warsztaty międzynarodowe, opiekując się gośćmi z zagranicy i pracując wolontarystycznie jako tłumacz.



## Danuta Bobek

### wyróżnienie w konkursie Senior Roku 2008

*W* marcu 2011 r. skończyła 80 lat i postanowiła... przejść na emeryturę. Na zawodowym odpoczynku jest już od dwudziestu lat, ale do tej pory ten fakt nie miał znaczenia dla tempa życia Danuty Bobek – laureatki trzeciej edycji plebiscytu „Poza Stereotypem”. Emerytowana pedagog, harcerka od niepamiętnych czasów, kierująca i akompaniująca zespołowi senierek „Korczaczki”, druhna Danuta decyzją kapituły otrzymała wyróżnienie w konkursie Senior Roku 2008. Kapituła pamiętała znakomite występy „Korczaczek” na wcześniejszej gali plebiscytu. Zespół artystyczny działa przy Domu Dziennego Pobytu im. J. Korczaka w Krakowie. Założyła go pani Danuta. Sama od dziecka grała na fortepianie i śpiewała w chórach. Te doświadczenia przydały się w prowadzeniu chóru senierek. Żeby występy zachwycały, trzeba odpowiednio dobrać repertuar i ćwiczyć głos – możliwości strun głosowych starszych pań – ze względu na wiek – są przecież ograniczone.

Jednak ograniczenia to sprawa, z którą Danuta Bobek dawała sobie znakomicie radę przez całe życie. W Związku Harcerstwa Polskiego pracowała w Wydziale Nieprzetartego Szlaku, który zajmował się integrowaniem dzieci niepełnosprawnych ze zdrowymi. Nazwa okazała się pro-

roczą – kilkadziesiąt lat temu już przecierali szlaki działaniom dziś oczywistym – zespołom integracyjnym. Prowadziła też zajęcia dla dziewcząt społecznie niedostosowanych. Dla nich również założyła zespół artystyczny, bowiem wierzy, że sztuka uszlachetnia i zmienia człowieka. Oddanie podopiecznym, które popadły w konflikt z prawem, zaowocowało przyznaniem pani Danucie Orderu Uśmiechu. To odznaczenie ceni sobie najbardziej, choć otrzymała mnóstwo innych, łącznie z Krzyżem Oficerskim Orderu Odrodzenia Polski i Złotym Krzyżem Zasługi, a ostatnio medalem Honoris Gratia. Wszystkie za działalność harcerską.

Wyróżnienie w konkursie na Seniora Roku 2008 przypadło pani Danucie przede wszystkim za oddanie seniorom, których motywuje do różnorodnej aktywności. W 2008 r. była przewodniczącą Społecznej Rady DDP im. Korczaka i szefową „Korczaczek”. Choć sama niemłoda, śpieszyła z pomocą swym wiekowym sąsiadom z Domu Pogodnej Jesieni. I wciąż aktywnie działała w Stowarzyszeniu Przyjaciół Harcerstwa, gdzie była członkiem Zarządu. Teraz uznała, że czas dać sobie trochę luzu. Siły nie pozwalają już angażować się w wiele dziedzin. Z czegoś trzeba zrezygnować.



## Henryk Kieres wyróżnienie w konkursie Senior Roku 2008



Człowiek nieobojętny. Niestrudzony działacz. Śpiewak, hodowca i kolekcjoner. Henryk Kieres z Zabierzowa Bocheńskiego otrzymał wyróżnienie w konkursie Senior Roku 2008 przede wszystkim za działalność w kole nr 2 Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów, którego był prezesem. Rok 2008, który oceniała kapituła plebiscytu, był dla pana Henryka bardzo bogaty w wydarzenia. Organizował wycieczki, w tym wyjazd do Watykanu, ogniska dla emerytów, spotkania przy kawie (sam wystarał się o lokal), uroczysty Dzień Babci i Dzień Dziadka, a także Dzień Seniora. Korzystając z pomocy unijnej zaopatrującej Banki Żywności, przygotowywał paczki dla seniorów będących w najtrudniejszej sytuacji materialnej. Taką pomocą było stale objętych około 25 osób.

Koło nr 2, któremu prezesował, zapewniało nie tylko wsparcie materialne seniorom, ale dbało też o rozwój kulturalny swoich członków. Działała tam zespół śpiewaczy „Zabierzanie” kierowany przez wiele lat przez Henryka Kieresa. To on zbierał fundusze na stroje i postarał się, aby trud włożony w przygotowanie repertuaru oceniła wymagająca publiczność. Zespół wystąpił m.in. w Nowohuckim Centrum Kultury. Uświetnił też swoim występem uroczystą galę zakończenia konkursu Senior Roku 2008.

Dwa lata po otrzymaniu wyróżnienia w prestiżowym konkursie te wydarzenia są już wspomnieniem. Pan Henryk działa teraz w kole PZERil w Woli Zabierzowskiej. Jest tam od niedawna, ale tak jak w poprzednim rozwija działalność charytatywną i kulturalną. Tak samo organizuje pomoc żywnościową dla osób, które spełniają kryteria dochodowe. Tak jak w poprzednim miejscu działania i tu śpiewa w zespole artystycznym. Raczej lżejszy repertuar emeryci prezentują podczas lokalnych imprez i uroczystości. Swoje wokalne pasje Henryk Kieres realizuje także w grupie śpiewaczej „Wrzos” działającej przy Niepołomickim Centrum Kultury. Kilkunastu emerytów i rencistów z terenu gminy uświetnia swoją obecnością imprezy kulturalne, spotkania towarzyskie oraz uroczystości kościelne. W tej grupie dominuje repertuar poważny.

Henryk Kieres jest hodowcą, członkiem Koła Pszczelarzy, Stowarzyszenia Miłośników Ziemi Niepołomickiej i znanym w okolicy kolekcjonerem. W jego domu odbywają się lekcje historii i geografii dla młodzieży szkolnej, która przychodzi oglądać dawne narzędzia, sprzęty domowe i wyposażenie podkrakowskich gospodarstw. Kolekcjonuje również skamieniałości, minerały i znaczki.



## Barbara Motowidlak

wyróżnienie w konkursie Senior Roku 2008

**B**rodowita kujawianka, absolwentka Uniwersytetu Jagiellońskiego, z wyboru wolbromianka. W życiorysie laureatki konkursu Senior Roku 2008 uniwersytet jest ważny, bowiem studentka polonistyki ze specjalnością edytorstwo, której promotorem był prof. Stanisław Pigoń, na emeryturze wykorzystuje swą wiedzę edytorską pisząc i adiustując swe książki. Emerytowana nauczycielka ma ich już na koncie sześć, a siódma jest w przygotowaniu. To książki autobiograficzne, monografie, refleksje i instrukcje na temat prowadzenia teatru szkolnego, „Antologia dla szkolnego recytatora”, a także rozważania natury egzystencjalnej, jak wydane w kwietniu 2011 r. „Moje widzenie rzeczywistości”. Kapituła konkursu doceniła przede wszystkim panią Barbarę Motowidlak jako założycielkę znakomitego Zespołu Pieśni i Tańca „Wolbromiaczy”, wieloletnią dyrektorkę artystyczną zespołu i była dyrektorkę Ogniska Pracy Pozaszkolnej w Wolbromiu. Plebiscyt promuje ludzi niestereotypowych, a pani Barbara swoją działalnością udowadnia, jak pięknie można spędzać jesień życia, poświęcając się pasjom artystycznym.

Przez wiele lat, jako polonistka w liceum oraz dyrektorkę Międzyszkolnego Ośrodka Kultury, prowadziła teatr szkolny. Pracowała również z dziećmi. Jej przedstawienia zdobywały najwyższe laury niemal

we wszystkich przeglądach, w których wzięli udział. Swoje bogate doświadczenia opisała w książkach, które – ma nadzieję – staną się pomocą dla nauczycieli, której ona sama nigdy nie miała.

Na emeryturze pisze nie tylko książki, ale i scenariusze dla teatryków, felietony do gazet i maluje... igłą. Wyhaftowała już ponad 60 obrazów. Teraz powstaje cykl klimatów japońskich, czyli gejsze. Wcześniej haftowała madonny, kwiaty i pejzaże.

W każdej działalności, której się poświęca, jest perfekcjonistką. Jako nauczyciel i pedagog zdobyła wszystkie możliwe odznaczenia, od nagród MEN III, II i I stopnia, przez tytuł profesora szkoły średniej, po Złoty Krzyż Zasługi i Krzyż Kawalerski Orderu Odrodzenia Polski. Żartuje, że brakuje jej tylko Orderu Orła Białego. Ponieważ wszystko robi doskonale, nie decyduje się na razie na publikacje swoich wierszy.

– *Na razie proza* – mówi pani Barbara, zapowiadając rychło wydanie książki o roboczym dziś tytule „Mgnienia przeszłości”. – *Być może starczy mi czasu, aby jeszcze opublikować poezję* – zapowiada 75-letnia dziś laureatka plebiscytu „Poza Stereotypem”.

## Zofia Robotycka wyróżnienie w konkursie Senior Roku 2008



Od 15 lat każdy dzień zaczyna tak samo – zestawem ćwiczeń gimnastycznych. Nie byle jakich, ale starannie dobranych, sprawdzonych i polecanych przez specjalistów. Są tu przede wszystkim elementy jogi oraz gimnastyka wzmacniająca mięśnie. A kiedy ciało się świetnie czuje, to i umysł rwie się do działania. Zofia Robotycka z Krynicy–Zdroju, emerytowana nauczycielka, swoimi działaniami w wielu obszarach zyskała uznanie Kapituły Konkursu Senior Roku 2008, która postanowiła nagrodzić panią Zofię wyróżnieniem.

Mieszkancka Krynicy zapracowała na nie przede wszystkim swoim zaangażowaniem w stowarzyszenie „Aktywną Bądź”, w skrócie przez jej członkinie zwane AB. Zofia Robotycka jest zastępczynią przewodniczącej AB. Seniorki w nim skupione przełamują stereotypy przypisujące osobom starszym bierność. W środy basen, w czwartki ćwiczenia w sali z lustrami, gimnastyka, wycieczki, obozy kondycyjne i turnieje międzynarodowe to ma być bierność? Dwa lata po odebraniu wyróżnienia w konkursie Senior Roku 2008 chcieliśmy sprawdzić, czy naszej 73–letniej laureatce nie minął zapał do promowania zdrowego stylu życia. Mieliśmy problem ze skontaktowaniem się z panią Zofią, która wraz z koleżankami uczestniczyła w V Spotkaniach Emerytów na Słowacji, w okolicy Starej

Lubowni. W czym konkurowali polscy i słowaccy emeryci? M.in. w rzucaniu piłką do kosza oraz wałkiem do chłopa, pchaniu piłki na odległość, a nawet w wyścigach na hulajnodze.

Zofia Robotycka nie tylko organizuje pracę stowarzyszenia, które skupiło 25 par, ale Jest członkiem Komisji Rewizyjnej w Zarządzie Rejonowym PZERI. Udziela się w Centrum Kultury i w Polskim Klubie Ekologicznym. Przede wszystkim jest jednak życzliwym, troszczącym się o innych człowiekiem. Nie pozwoli, aby potrzebująca opieki samotna starsza osoba sama poszła do lekarza, dostarcza żywność, leki, organizuje zbiórki rzeczowe i pieniężne. Jest też aktywną działkowniczką. Na pięciu arach uprawia przede wszystkim krzewy owocowe. Plony natomiast trafiają do znajomych i potrzebujących. Podczas jednej z wycieczek starsza pani z Muszyny wyraziła ogromne zainteresowanie przetworami z aronii, wspomagającej organizm przy przeziębieniu. Sama jednak aronii nie uprawiała. Pani Zofia posłała jej pudło owoców, dzięki uprzejmości kierowcy PKS. W 2011 r. działka ucierpiała z powodu ulewnych deszczów, a także szkód wyrządzonych przez jelenie i sarny. Mimo to pani Zofia dzieli się jak co roku tym, co obrodziło: czarnymi i czerwonymi porzeczkami.





## Henryka Rogal

### wyróżnienie w konkursie Senior Roku 2008

Emerytowana nauczycielka, animatorka społeczności lokalnej, spiritus movens wielu przedsięwzięć artystycznych w Wolbromiu – Henryka Rogal – twierdzi, że przyznanie wyróżnienia w konkursie Senior Roku 2008 było dla niej ogromną satysfakcją i motywacją do dalszego działania. – *Zwłaszcza że władze samorządowe zachowały się bardzo pięknie i zaprosiły obydwie laureatki z Wolbromia, a więc oprócz mnie również Barbarę Motowidlak, na uroczystą sesję Rady Miasta. Były kwiaty i gratulacje. Dla takich chwil warto żyć, ale przecież nie dla splendoru robię to, co robię* – wspomina uroczystą chwilę dwa lata później pani Henryka. W sierpniu 2011 r., tuż przed wydaniem tej jubileuszowej publikacji, Henryka Rogal nadal kieruje zespołem „Łobzowianie”, który założyła, z którym jeździ na liczne przeglądy, zarówno w województwie śląskim, jak i małopolskim, z którym zdobywa liczne nagrody.

– *Odtwarzamy zwyczaje i obrzędy wiejskie z naszego regionu nie tylko na przeglądach, ale przede wszystkim na imprezach lokalnych* – precyzuje emerytowana nauczycielka. Sama pisze scenariusze występów, które powstają dzięki temu, że poszukuje i gromadzi informacje, przekazy i dokumenty dotyczące historii swej małej ojczyzny. W roku 2008,

który doceniła wyróżnieniem Kapituła Konkursu Senior Roku, imprez organizowanych przez panią Henrykę było wyjątkowo wiele: jasełka, spotkania opłatkowe, wycieczki, warsztaty wielkanocne.

Nie mniej ważna jest grupa teatralna istniejąca przy świetlicy gminnej w Łobzowie. Tu pani Henryka jest instruktorem i pracuje z dziećmi. Często jest zapraszana do szkół, gdzie wygłasza pogadanki i prelekcje na temat dziedzictwa kulturowego ziemi wolbromskiej. Kto wie więcej na ten temat niż założycielka zespołu odtwarzającego regionalne zwyczaje?

Z taką samą pasją uczestniczy w zajęciach Uniwersytetu Trzeciego Wieku „Nowe Horyzonty”, jak i w spotkaniach Koła Gospodyń Wiejskich. To ostatnie propaguje m.in. potrawy regionalne, wśród których sławę zdobyły wolbromskie gołąbki. Uzyskały nawet certyfikat Lokalnej Grupy Działania nad Białą Przemszą (organizacji zrzeszającej gminy Bolesław, Klucze, Trzyciąż i Wolbrom). Swoją lokalny przysmak panie z Koła Gospodyń Wiejskich będą prezentować podczas najbliższych Dni Kapusty w Charsznicy. Pani Henryka już pracuje nad przygotowaniem do godnej prezentacji Wolbromia u sąsiadów zza miedzy.

## Stanisław Smereka wyróżnienie w konkursie Senior Roku 2008



*W* 2006 r. w Krzeszowicach założył Klub Podróżnika. Dwa lata później miał już na koncie uznanie społeczności lokalnej i tyle sukcesów, że kilka instytucji i krzeszowickich organizacji zgłosiło Stanisława Smerekę do konkursu Senior Roku 2008. Decyzją kapituły otrzymał wyróżnienie. W 2011 r. zarówno konkurs, jak i Klub Podróżnika obchodzą swój mały jubileusz. Konkurs zyskał prestiż. Klub kierowany przez laureata plebiscytu „Poza Stereotypem” także rozwija się znakomicie. W sprawozdaniach z działalności figuruje około 140 wycieczek, przez klub przewinęło się około 800 osób, wśród których są nie tylko krzeszowiczanie. Przyłączają się osoby z sąsiedztwa – z Jaworzna, Chrzanowa, Trzebini, a także z Krakowa.

W każdą środę pan Stanisław organizuje multimedialne prelekcje, dzięki którym można poznać najdalsze zakątki świata. Co dwa tygodnie jeżdżą na wycieczki jednodniowe. Ostatnio zwiedzili np. Sandomierz i Rytwiany. Trzon Klubu Podróżnika stanowią seniorzy. Najstarszy podróżnik ma 86 lat. Dla tej grupy wyjazdy jednodniowe wydają się najlepsze: tanie, niemęczące, a pozwalające na własne oczy zobaczyć najpiękniejsze zakątki Polski. Idealna forma aktywności na emeryturze. – *Mamy jednak i młodszych podróżników. Jedna z nich zaczęła jeździć z mamą*

*i babcią w wieku 6 lat. Dziś ma 11 i melduje się niemal na każdym wyjeździe. W Klubie Podróżnika poznała się pewna para, która dziś jest małżeństwem – relacjonuje Stanisław Smereka. Klub w niewiarygodny sposób integruje społeczność lokalną. Potem wycieczkowie chętnie spotykają się na Balu Podróżnika, spotkaniu opłatkowym czy zabawie sylwestrowej. Łączą ich wydarzenia miłe, ale i dramatyczne. Najbardziej traumatycznym okazał się wyjazd w Tatry w mglisty poranek 10 kwietnia 2010 r. Wiadomość o katastrofie prezydenckiego samolotu dotarła do uczestników wycieczki w schronisku. Kierowali się z Doliny Chochołowskiej na Grzesia. O zdobyciu szczytu już nie było mowy. W milczeniu wrócili do Krzeszowic.*

Coraz większa grupa mieszkańców Krzeszowic zaraża się chęcią podróży dla niezapomnianych wrażeń towarzyszących wozom. Takim, jak np. niedawna 10-dniowa wycieczka z przystankami na Litwie, Łotwie, w Estonii, Sankt Petersburgu i w Nowym Nowogrodzie, potem znów w Wilnie i Trokach. W sierpniu 2011 r. podróżnicy z Krzeszowic odwiedzili Bieszczady. Ogromna ich liczba potwierdza ogromny sukces jednego człowieka, który niewątpliwie zasługuje na miano lidera społeczności lokalnej.



## Maria Szymuś

### wyróżnienie w konkursie Senior Roku 2008

Właśnie skończyła 92 lata, a wygląda przynajmniej 20 lat młodziej. I tak się czuje. – *Nogi mam zdrowe, to mnie noszą. Z kręgosłupem znacznie gorzej, ale umysł wciąż bystry, więc chodzę i działam. I zawsze się uśmiecham, czemu pewnie zawdzięczam ciągłe nieporozumienia odnośnie mojego wieku* – przyznaje Maria Szymuś wyróżniona w konkursie na Seniora Roku 2008. Nieporozumienia, które z czasem stają się anegdotami, prawie zawsze są zabawne. Tylko jeden przypadek do tej kategorii nie należy. Pani Maria Szymuś przez 33 lata była ławniczką w Sądzie Wojewódzkim. Przez ten czas zawitości prawa poznała lepiej niż niejeden student i była naprawdę kompetentną pomocą dla sędziego. Zrezygnowano jednak z ławnika, który w metryce miał 80 lat. Ten, kto podjął taką decyzję, najwidoczniej nigdy z panią Marią nie rozmawiał i nie miał okazji przekonać się, jak można być bystrym i sprawnym mając zaledwie 80 lat.

Kilkadziesiąt lat w Lidze Kobiet Polskich, ponad 30 w Komitecie Osiedlowym i 23 rok przewodniczenia kołu nr 24 Polskiego Związku Emerytów Rencistów i Inwalidów. Pani Maria przekonuje, że to jedno z najlepszych kół w regionie. Od lat prowadzi w nim teatrzyk „Zawilec”. Przygotowują występy słowno-muzyczne z okazji rocznic historycznych i ważnych wydarzeń, np. Dnia Niepodległości, 3 Maja. Cztery członkinie ze-

społu piszą wiersze, wszyscy pięknie recytują, dlatego najlepiej udają się wieczory poetyckie dedykowane np. Janowi Pawłowi II, księdzu Tischnerowi, Bratu Albertowi, ks. Twardowskiemu. Z sentymentem pani Maria wspomina wieczór poświęcony Juliuszowi Słowackiemu, a raczej miejscu jego urodzenia – Krzemieńcowi, który sama odwiedziła (jej pasją są podróże), wykonała mnóstwo zdjęć, a one posłużyły za tło wieczoru artystycznego.

Swoim aktywnym życiem zapracowała na ogromną kolekcję odznaczeń i medali z Krzyżem Kawalerskim na czele. Jeszcze w ubiegłym roku otrzymała medal „Zasłużony dla Nowej Huty”. Żadne odznaczenie ani tytuł nie jest jednak dla pani Marii zwieńczeniem działalności. Ona potrzebuje pracy społecznej jak powietrza i nie pozostawi obojętnie żadnej ważnej sprawy. Nie tak dawno obroniła Poradnię Rehabilitacyjną przed likwidacją. Z transparentem w dłoni zastrajkowała w rejestracji okolicznej przychodni. Rehabilitacja została, bo była pacjentom bardzo potrzebna. Do tej samej przychodni prowadził krzywy, dziurawy chodnik, grożący potknięciem się i pożarciem kończyn nie tylko starszym ludziom. Korespondencja pani Marii z prezydentem Krakowa przyniosła rezultat: dziś pacjenci mają równiutko wybrukowaną drogę do lekarza. Taka jest siła 92-latk!





*F* Historia plebiscytu „Poza Stereotypem”, organizowanego przez Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Krakowie, ma dopiero pięć lat. Każdego roku kapituła konkursu na Seniora Roku wydaje się, że wybiera tak nadzwyczajnych laureatów, że w przyszłości o wspanialszych ludzi naprawdę będzie trudno. Jednak w czwartej edycji konkursu zwyciężyli kandydaci naprawdę wyjątkowi. O ich niezwykłości niech świadczy fakt, że publiczność zgromadzona na Gali Seniora Roku, którą stanowili m.in. wszyscy finaliści, po raz pierwszy w historii konkursu zgotowała zdobywcom tytułów Seniorki i Seniora Roku 2009 owację na stojąco. Wszak trudno inaczej wyrazić ogromny podziw dla pasji, której poświęcili się laureaci: Renata Gostyńska (88 l.) i Zdzisław Adamik (84 l.). Niemłodzi przecież krakowianie kilka razy w tygodniu wcześniej rano przychodzą na trening. Pływają łodzią po Wiśle po to, aby raz w roku, czasami częściej, jechać na zawody międzynarodowe i zgarnąć komplet medali. Rozślawiają Polskę i Kraków. Łamią wszystkie stereotypy na temat starości, bo sport to niejedyna ich pasja.

Z przykładem tak pięknej jesieni życia musiały przegrać kandydaty wspaniałych bohaterów codziennego życia, które w każdym innym roku bez wątpienia zdobyłyby tytuły Seniorów Roku. Tylko wyróżnieniem za 2009 r. musieli się zadowolić: Halina Sędzielarz z Babic, Halina Ładoń z Rodaków koło Klucza oraz Mieczysław Ciąto-Ciąłowicz z Krakowa. Kapituła rozpatrywała aż 32 nominacje w plebiscycie „Poza Stereotypem”. Kandydaci za 2009 r. bardzo wysoko zawieszili poprzeczkę uczestnikom kolejnych edycji prestiżowego konkursu.



## Renata Gostyńska i Zdzisław Adamik – Seniorzy Roku 2009



Tej parze niezwykłych krakowian niepodobna rozdzielić, ponieważ wspólnie zapracowali na wszystkie zaszczyty, które ich spotykają. Zamiast portretów Seniorki i Seniora Roku przedstawiamy wspólny portret niezwykłych wioślarzy – Seniorów Roku 2009, czyli Renaty Gostyńskiej i Zdzisława Adamika. Krakowianie do uprawiania sportu wrócili już po osiemdziesiątce, udowadniając, że jest to możliwe w każdym wieku.



Trenują z własnej woli i na własny koszt. Jeżdżą na zawody międzynarodowe, skąd przywożą medale i gdzie rozstawiają nasz kraj i stolicę Małopolski. Ich sukcesy zachwyciły nie tylko kapitułę konkursu Senior Roku, która nie miała najmniejszych wątpliwości, kto w czwartej edycji plebiscytu zasłużył na prestiżowy tytuł. Wkrótce po uhonorowaniu ich w konkursie Senior Roku 2009 krakowscy wioślarze zostali odznaczeni przez prezydenta Krakowa medalami Honoris Gratia.

Renata Gostyńska (88 lat) otrzymała tytuł za swoją sportową pasję, popartą codziennym treningiem i uwieńczoną zwycięstwami w zawodach międzynarodowych. Jest jednak nie tylko wioślarką. Jako emerytowana lektorka języka angielskiego na Politechnice Krakowskiej wciąż uczy kolegów-emerytów tego języka. To jej kolejne zajęcie, któremu – jak zapewnia – będzie się oddawać, dopóki starczy jej sił. W 2009 r. zdobyła główną nagrodę w konkursie literackim „Dziennika Polskiego” na wspomnienie o pierwszych dniach drugiej wojny światowej ogłoszonym z okazji 70. rocznicy jej wybuchu.

Zdzisław Adamik (84 lata), Senior Roku 2009, z wykształcenia jest architektem wnętrz, z zawodu trenerem wioślarzy, który wychował kilka pokoleń mistrzów wioślarstwa. Z pracą trenerską rozstał się wiele lat temu, ale któregoś razu, podczas spotkania z kolegami-rówieśnikami, zbuntował się przeciwko – jak to sam mówi – „kapcanieniu”. Na przekór wiekowi i stereotypom wrócił do sportu. Namówił do tego swą koleżankę, którą pamiętał z obozów treningowych z przełomu lat 40. i 50.! Dziś jest mózgiem i trenerem krakowskiej wioślarskiej dwójki, która w ciągu ostatnich czterech lat zdobyła kilkanaście najcenniejszych krawców w różnych zawodach międzynarodowych.

Renata Gostyńska już w 1946 r. zdobywała pierwsze medale w kajakarstwie, a od 1947 we wioślarstwie. W 1953 r., gdy wyszła za mąż i zajęła się domem i dziećmi, rozstała się z wyczynowym wioślarstwem. Zamieniła je na zimową pasję – jazdę na nartach. Kilka lat temu przewróciła

się na stoku i nie miała siły wstać. Wtedy podjęła decyzję, że kończy ze sportem.

Zdzisława znała z obozów treningowych. Skończył architekturę wnętrz, ale okazało się, że nie potrafił pracować w biurze. Wolał startować w zawodach i trenować młodszych. Wychował wielu wioślarskich mistrzów. Wioślarstwo i narciarstwo muszą mieć ze sobą wiele wspólnego, bowiem zimą pan Zdzisław – tak jak pani Renata – wiośło zamienia na dwie deski. Odkąd skończył 66 lat, co roku spędza cztery tygodnie w Alpach, jeżdżąc na nartach. Płaci tylko za podróż, bowiem dla seniorów wyciągi są za darmo.

W 2008 r. namówił swą dawną koleżankę do powrotu do wioślarstwa. Sam powrócił do tego sportu zaledwie rok wcześniej. Zdążył wystartować w mistrzostwach świata w Zagrzebiu i przekonał się, że wciąż ma duże możliwości. Krakowska seniorka najpierw nie chciała o tym słyszeć, ale powoli zasmakowała przyjemności kontaktu z naturą i radości zwyciężania. W Mistrzostwach Świata Mastersów w Wiedniu w 2009 r. polska osada zdobyła medal w swojej kategorii wiekowej. Trzeba pamiętać, że w tych zawodach medal jest tylko jeden – za zwycięstwo.

Plebiscyt „Poza Stereotypem” ma na celu promowanie i nagradzanie już nieaktywnych zawodowo ludzi z pasją. Laureatami są seniorzy niestereotypowi. Trudno wyobrazić sobie kogoś bardziej zaprzeczającego stereotypom przypisywanym osobom starszym niż para blisko czterdziestoletniaków trzy, a przed samymi zawodami nawet cztery razy w tygodniu taszcząca łódź na trening, który odbywa się na otwartej rzece – Wiśle. Spotykają się koło pomostu AZS przy ul. Jaskółczej. Zaczynają wcześniej rano, około 7.

*– To ze względu na fale. Gdy zaczynają pływać dżonki, tworzą fale odbijające się od nadbrzeża. Taka fala jest dla naszej łodzi niebezpieczna*

– tłumaczy Zdzisław Adamik. Pływają w łodzi, nie w kajaku. – *Kajaka-  
rze wiosłują do przodu, a my do tyłu. My jesteśmy galernicy, a oni mo-  
czydupki. Ale razem tworzymy wiosłarską rodzinę* – śmieje się Senior  
Roku 2009 przez swoją partnerkę od wiosł nazywany po prostu „Zdzi-  
chem”.

Płyną zazwyczaj od mostu Dębnickiego w górę Wisły, czasem 7, cza-  
sem 8 km. Tyle, ile wytrzymają. Dlaczego to robią?

– *Dla przyjemności. Dla oglądania wschodzącego słońca, dla słu-  
chania ptaków, dla spotkań z bobrami. Takich doznań się nie doświadczy,  
gnusząc w domu* – dodaje – pozwólmy sobie na pewną poufałość  
– „Zdzychu”. Skromnie nie wspomina o krzepie fizycznej i doskonałej  
sylwetce, której zapewne i jemu, i pani Renacie zazdroszą brzucha-  
ci rówieśnicy.

Jednak pływanie to nie tylko przyjemność, to przede wszystkim wiel-  
ki wysiłek, sporo wyrzeczeń i mnóstwo niespodzianek, zwłaszcza za-  
fundowanych przez naturę. W 2010 r. ich treningi zakłóciła powódź.  
W maju wielka woda w Krakowie przerwała wał przeciwpowodziowy,  
uniemożliwiając parze wiosłarzy treningi przed zawodami międzyna-  
rodowymi. Inne osady trenują na kanałach lub jeziorach, polscy mastersi  
– Renata Gostyńska i Zdzisław Adamik – na otwartej rzece – Wiśle.  
W ubiegłym roku szykowali się do startu w Mistrzostwach Świata Ma-  
stersów w Monachium. Czuli, że nie są tak dobrze przygotowani, jak so-  
bie założyli. Jednak bardzo chcieli jechać. Nie wiadomo, czy dane im  
będzie jeszcze kiedyś ścigać się na wodzie w międzynarodowym to-  
warzystwie.

W przeddzień wyjazdu na Wioślarskie Mistrzostwa Europy Ma-  
stersów Zdzisław Adamik, mózgi i trener osady, zachorował na rwę kul-  
szową. Ani nogi podnieść, ani wejść po schodach, a ból nie do opisa-  
nia. Z wielkim żalem odwołali swój przyjazd do Monachium. Krakow-

ski wiosłarz nie mógł się jednak pogodzić z rezygnacją z udziału w mist-  
rzostrwach.

– *Wrąbałem sześć aspiryn i siłą woli się pozbierałem. Zawiado-  
miłem Renatę, że jedziemy* – mówi Zdzisław Adamik, medalista – i to  
dwukrotny – Mistrzostw Europy Mastersów Monachium 2010. Siadł  
za kierownicą (bo, jak zaznaczają, emerytów nie stać na samolot) i po-  
jechali przez pół Europy na międzynarodowe zawody wiosłarskie.  
Na zawody dotarli z jednodniowym opóźnieniem. Dlatego nasz  
84-letni wiosłarz nie zdążył na start jedynek męskich. Prawdopo-  
dobnie stracił okazję do zdobycia jeszcze jednego krążka. Ale i tak  
przywieźli ich sporo.

Pani Renata od razu popłynęła w czwórce międzynarodowej razem  
z dwiema Węgierkami i Czeszką. Renata i Zdzisław wystartowali  
w biegu mieszanym w najwyższej kategorii wiekowej "J" – powyżej 80  
lat, zdobywając medal i powszechny podziw. Pani Renata okazała się  
bowiem najstarszą uczestniczką Wioślarskich Mistrzostw Mastersów,  
w których można startować po ukończeniu 27 lat. Pana Zdzisława zdys-  
tansował Szwajcar, dr Eugster Charles, urodzony w 1919 r.

Dzisiaj z tych wszystkich wrażeń nawet nie pamiętają, w jakim czasie  
dopłynęli. Ścigali się m.in. z seniorami z Warszawy, ale dużo młodszymi,  
dopiero po 70. – *Różnica pięciu lat w metryce to przepaść, a pię-  
tnastu to lata świetlne. Z każdym rokiem człowiek kapcanieje, ma co-  
raz mniej siły. My już mamy problem, aby podnieść łódź i przenieść ją  
nad głową. Ale nam wszyscy pomagają* – dodaje Zdzisław Adamik.

Na zawodach mastersów jest wspaniała atmosfera i prawdziwa mię-  
dzynarodowa solidarność. Polscy mastersi nie mieli nawet własnej łó-  
dzi. Nie pamiętają, kto im pożyczył. Prawdopodobnie Niemcy. Nocleg  
zafundowali im koledzy z warszawskiego AZS-u. Za każdy start po 45  
euro zapłacił Jarek Szymczyk, krakowski łącznik między klubami wio-



ślarskim a europejską federacją. Wspomaga ich także Mieczysław Majcherczyk, bez którego starty krakowskich wioślarzy nie byłyby możliwe.

Zdzisław Adamik wywalczył krążek w czwórce międzynarodowej, startując razem z trzema Niemcami, a Renata Gostyńska także w jedynce kobiet. Krakowianka odebrała ponadto medal członka elitarnego Klubu Starego Wiosła, skupiającego wioślarzy, którzy ukończyli 80. rok życia. – *Zdychu już taki medal ma, dostał go trzy lata temu na Mistrzostwach Świata w Trokach na Litwie* – wyjaśnia Renata Gostyńska. – *Odebrałem go wówczas z Japończykiem, Amerykaninem i dwoma Niemcami. Jest bardzo charakterystyczny, ma kształt ośmioboku. Każdy z boków symbolizuje jedną dekadę życia. W Polsce tylko dwie osoby posiadają ten krążek* – z dumą mówi Zdzisław Adamik. – *Renata dostała go dopiero w Monachium, ponieważ została zarejestrowana jako zawodniczka na Mistrzostwach Świata w Wiedniu w 2009 r. Tyle czasu zajęło mi namawianie jej na powrót do sportu.* Kiedy jednak wróciła, już nie wyobraża sobie życia bez treningów, bez wody, bez zawodów.

Sprawność fizyczna fantastycznie wpływa na sprawność umysłową, więc wszystkie zajęcia intelektualne wydają się teraz łatwiejsze. W 2011 r. pani Renata Gostyńska obchodziła 89. urodziny, w co nikt nie wierzy, obserwując, wybacząc Państwu kolokwializm, „jakiego ma powera”! (cytujemy za najbliższą rodziną Seniorki Roku).

W ubiegłym roku nie udało im się wyjechać na zawody do Kanady. Zabrakło sponsora. We wrześniu 2011 r., kiedy drukowaliśmy publikację, którą właśnie macie Państwo w ręku, Renata Gostyńska i Zdzisław Adamik startowali w Mistrzostwach Świata Mastersów na Malcie w Poznaniu. Senior Roku 2009 miał zameldować się na Malcie dzień przed swoją partnerką. Był umówiony na trening z Amerykaninem, z którym startowali w dwójce. W sumie Zdzisław Adamik, 85–letni wioślarz z Krakowa, zgłosił start w pięciu konkurencjach. Jedną z nich to bieg mieszany, w którym będzie wiosłować wspólnie z Seniorką Roku 2009. Nie wątpimy, że startując u siebie, doskonale przygotowani i dopingowani przez wielu fanów, znów wrócą do Krakowa z pękiem medali.



## Mieczysław Ciało–Ciałowicz wyróżnienie w konkursie Senior Roku 2009



W

Wyróżnienie w plebiscycie „Poza Stereotypem”, które przypadło Mieczysławowi Ciało–Ciałowiczowi za działalność w 2009 r., jest jednym z wielu honorów spotykających tego wyjątkowego człowieka. Zanim odebrał dyplom przyznany przez marszałka województwa małopolskiego w październiku 2010 r., został „Człowiekiem Roku 2009” i laureatem Odznaki Prezydenta Krakowa Honoris Gratia. Tuż przed Bożym Narodzeniem 2010 r. nadano mu tytuł Ambasadora Kliniki Kardiologii w Krakowie. Działalność społeczna pana Mieczysława jest bowiem związana z kardiologią, a konkretnie ze Stowarzyszeniem Operowanych na Serce. W kwietniu 2011 r. znów wybrano go prezesem stowarzyszenia na kolejną, czteroletnią kadencję.

Może nie byłoby tego wielkiego zaangażowania Mieczysława Ciało–Ciałowicza, gdyby nie własna choroba, która zaatakowała go podstępnie 24 lata temu. Nagle poczuł się bardzo źle, a badania lekarskie przyniosły fatalną diagnozę: miażdżyca naczyń wieńcowych. Był jednym z pierwszych pacjentów, któremu wszczepiono w 1988 r. by–passy. Pamięta swój strach i ogromne zagubienie. Nie wiedział, do kogo się zwrócić, gdzie iść, o co pytać. Profesorowie z Kliniki Kardiologii dwa razy ratowali mu życie. Po drugich by–passach, które wszczepiono mu

w 2000 r., postanowił działać. Nie złamały go represje komunistów w latach 50. i nie złamała ciężka choroba.

Już 12 lat pomaga ludziom chorym na układ krążenia. Zaangażował się w działalność Stowarzyszenia Operowanych na Serce (SONS). Dwa razy w miesiącu organizuje wykłady, które prowadzą autorytety medyczne z dziedziny kardiologii, a tuż przed nimi przeprowadzane są bezpłatne badania laboratoryjne. Rocznie to kilka tysięcy analiz. Wykłady prowadzą też psycholodzy, którzy uczą, jak radzić sobie w chwilach zwątpienia. Organizuje turnusy rehabilitacyjne dla chorych po operacjach serca, ale również wycieczki turystyczne i wyjścia kulturalne – do opery czy teatru. Pacjenci budują więź z kliniką, dzięki której czują się bezpiecznie. Dowiadują się bardzo dużo o swojej chorobie, co ułatwia powrót do zdrowia. Do SONS należy około 600 osób, na wykłady przychodzi zawsze ponad 100. W ubiegłym roku nie przyjmowano nowych członków, ponieważ nie miałoby się gdzie pomieścić. Od września 2011 r. prezes Ciałowicz znów zaprasza wszystkich zainteresowanych do stowarzyszenia. Mają nadzieję na większe sale wykładowe, mają wiele planów i bogate doświadczenia, które przydadzą się tym, którzy niedawno zachorowali, czują się zagubieni i przerażeni.



## Halina Ładoń

### wyróżnienie w konkursie Senior Roku 2009

*B*Radna gminy Klucze, liderka wsi Rodaki z imponującym dorobkiem. Od 12 lat skutecznie pozyskuje granty, środki budżetowe i unijne na różnorodne inicjatywy. Pasją Pani Haliny Ładoń jest ochrona zabytków. Wydeptywanie urzędowych ścieżek, setki pism przyniosły skutek w postaci środków na odnowę zabytkowego kościółka i jego otoczenia. Obiekt znalazł się na Szlaku Architektury Drewnianej. Autorski projekt pani Haliny „Dziedzictwo kulturowe wsi Rodaki” otrzymał dofinansowanie, które pozwoliło na opracowanie dokumentacji prezentującej 24 drewniane domy z lat 30. XX w.

Z jej inicjatywy lub przy współudziale zorganizowano takie ważne imprezy, jak Dzień Chleba, Festiwal Koszenia Łąk, Jarmark Smaków czy Otwarte Zagrody, o corocznych dożynkach nie wspominając. Wydała dwie publikacje na temat wsi Rodaki, wypromowała wieś również na forum europejskim, dzięki przystąpieniu do konkursu „O Europejską Nagrodę Odnowy Wsi 2004”. Rodaki zajęły I miejsce w województwie małopolskim i zostały jedną z czterech wyróżnionych polskich wsi w UE. Kapitułą Konkursu Senior Roku pani Halina ujęła najbardziej tym, że w swoim prywatnym drewnianym domku, wybudowanym w 1930 r., zorganizowała izbę regionalną. W roku 2010 przybyło tu zarówno sprzę-

tów, przedmiotów codziennego użytku i innych pamiątek, które ciągle zbiera od mieszkańców, jak i małe muzeum stolarstwa.

W 2011 r. rozpoczęto budowę świetlicy w Rodakach. Pani Halina starała się o realizację tego zadania przez 12 lat i pozyskiwała środki z grantu. W tym roku z inicjatywy pani Haliny grupa seniorek i seniorów w Rodakach zaczęła treningi nordic walking. – *Prawie w każdą niedzielę odbywamy spacer po 12 – 16 km duktami leśnymi i pięknymi terenami jurajskimi. Odwiedzamy zapomniane miejsca w okolicy. W tych marszach uczestniczy od 12 do 20 osób. Od tego roku grupa seniorów wyjeżdża także na basen do miejscowości oddalonej o 12 km. Grupę tę zorganizowałam wspólnie z panią sołtys – uzupełnia laureatka konkursu.*

W br. pani Halina ma na koncie również akcję ukwiecania wioski. Zachęciła mieszkańców do zakupu koszy wiklinowych, które zostały postawione przed posesjami. W koszach kwitną pelargonie, begonie i inne kwiaty. Zakup koszy pokrywali sami mieszkańcy, ale częściowo dofinansowano to przedsięwzięcie z projektu. Zdobywczyni wyróżnienia w konkursie Senior Roku postarała się o tablice „Rodaki – wioska ogrodów”.

## Halina Sędzielarz wyróżnienie w konkursie Senior Roku 2009



Do niedawna była przewodniczącą Rady Gminy Babice, dziś myśli o kierowaniu Fundacją „Barka”, której jest założycielką. Pani Halina Sędzielarz, emerytowana nauczycielka z Zespołu Szkół w Mętkowie, w swoim miejscu zamieszkania promuje kulturalną aktywność. Jako nauczycielka natchmiast zareagowała, gdy biblioteka w Mętkowie groziło zamknięcie z powodu braku lokalu. Urządziła ją w swoim domu, choć niełatwo się mieszka, gdy pod własnym dachem ciągle kręci się ktoś obcy. Docelowe lokum dla biblioteki znalazło się w starej szkole. Budynek miał być rozebrany, ale zainterweniowała pani Halina. Stwierdziła, że budynek łatwo wyburzyć, a wybudować od nowa trudno. To może trwać latami. Starą szkołę udało się wyremontować. W jednej sali znalazły dach nad głową książki, w drugiej klub sportowy. Bibliotekę od lat prowadzi Halina Sędzielarz, a w klubie sportowym „Korona” jest skarbnikiem. Za to zaangażowanie, za działalność w fundacji „Barka”, za aktywność w Kole Gospodyń Wiejskich – pani Halina Sędzielarz otrzymała wyróżnienie w konkursie Senior Roku 2009.

Sława koncertów organizowanych przez „Barke” w rocznice pontyfikatu Jana Pawła II sięga daleko poza Babice. Swój splendor zawdzięczają profesjonalnemu przygotowaniu. Pani Halina do udziału w papieskich kon-

certach zapraszała m.in. Grzegorza Turnaua, Mieczysława Szczecińskiego, Stanisława Soykę czy Elleni. „Barka” realizuje również program profilaktyki przeciw chorobie alkoholowej. Swoją misję może realizować dzięki sponsorom. W 2011 r. fundacja pozyskała fundusze na ten cel zarówno z Ośrodka Pomocy Społecznej w Babicach, jak również z Fundacji Energetyk działającej przy Elektrowni Siersza.

Bez Koła Gospodyń Wiejskich trudno wyobrazić sobie jakąkolwiek lokalną uroczystość w Babicach, a zwłaszcza tak ważnych dla rolniczej gminy dożynek. To na głowie pani Haliny zawsze spoczywa ułożenie repertuaru, z którym wystąpi koło i który dobrze wypadnie na tle występów gospodyń z sąsiednich gmin, ale również całego programu dożynek.

Laureatka plebiscytu „Poza Stereotypem” jeszcze w ubiegłym roku uczyła matematyki. W 2011 skończyła 70 lat i postanowiła wycofać się z pracy zawodowej. Ta decyzja zbiegła się w czasie z wakatem na stanowisku prezesa Fundacji „Barka”, która „jest „dzieckiem” pani Haliny. Uznała, że na emeryturze (na której mogła być już od 15 lat) poświęci się działalności charytatywnej i społecznej w „swojej” fundacji.



