



ŻYCIE SENIORA NA WYŻYNACH

Bezpłatnie. Pismo tworzone przez ursynowskich seniorów

Nr 6 (76) rok VIII czerwiec 2022

Głos redakcji

Za nami dzień Matki i Dzień Dziecka. Kto wie, czy to nie dwa najważniejsze dni w roku. Minał też bardzo ważny dzień dla Polski, ciche nasze święto narodowe, mianowicie 4. czerwca. Trzydzieści trzy lata temu pierwszy raz zapachniało wolnością, najpierw ustalenia Okrągłego Stołu powoli unosiły żelazną kurtynę, i wreszcie doczekaliśmy się - po raz pierwszy odbyły się wybory parlamentarne, które otworzyły nową epokę. Do Polski wiał wiatr zmian, zdawało się, że nic i nikt go nie powstrzyma, aż tu nagle w październiku 2015 roku zatrzęsło w posiadach naszym krajem. Okazało się, że nie wszystkim wolność, czyli decydowanie o swoim życiu samodzielnie, była na rękę. Bo jak tu nagle samemu myśleć, dbać o swoją pozycję i status, jak tu pracować na swoje i rodziny utrzymanie w warunkach wolnej konkurencji? Zawsze było, że coś tam dadzą!. Lepiej być zniewolonym i dostać ochłap ze skarbu państwa niżli w pełnej wolności decydować o swoim losie. No cóż, każdy miał wybór i mógł wziąć sprawy w swoje ręce. Ale otumanienie komuną odezwało się w 2015 roku i ono każe wyciągać ciemnogrodowi rękę po nie swoje. Przecież rząd nie rozdaje swoich, tylko nasze pieniądze z podatków, to ludzie pracujący tworzą majątek narodowy a nie lewusy, nieroby i inne pasożyty. Oczywiście z wyłączeniem tych, którzy rzeczywiście nie dają rady, mają ważne powody: choroby, niepełnosprawność i opieka nad nią, wykluczenie i inne słabości. Takie przyczyny są zrozumiałe. Ale kupczenie głosami wyborców poprzez ogólne rozdawnictwo, przez trzynastki itd., to jest okradanie mnie z części wypracowanego na inne cele majątku państwa, który ja widzę, jako inwestycje w infrastrukturę

(drogi i mosty, mieszkalnictwo), w szkolnictwo (płace nauczycielskie, badawcze projekty naukowe), w służbę zdrowia (płace personelu, badania, sprzęt medyczny, refundacja specjalistycznych, drogich leków itd.). Krótko mówiąc czuję się okradanym przez władzę pod płaszczykiem wyrównywania dysproporcji społecznych. Ludziom trzeba dać wędkę, czyli pracę, a nie rybę, czyli zasiłki. Owe zasiłki, komu się należy pomoc, niby wszyscy wiedzą, ale i tak pomoc rozlewa się na nieuprawnionych. I jeszcze jedno. To, że nauczyciel zarabiać powinien więcej niż pan/pani woźna, jest dla mnie oczywiste i normalne, bo i wykształcenie i osobisty potencjał go do tego predestynują, nieświadomym, zwłaszcza nieświadomym, że kreatywność i zasób wiedzy powinny stać przed żądaniem opartym na zazdrości i żalu - bo oni to tyle zarabiają - powiadam: komuna i socjalizm, to już przeszłość, za darmo nic nie ma, kto nie chciał się kształcić albo unika pracy, ten będzie miał zawsze za mało, a kto pracuje, ten zarabia tyle, na ile go cenią. Oczywiście poza stanowiskami w spółkach państwowych, tam rządzą prawa nepotyzmu, kolesiostwa i pokory wobec nakazów władzy.

Przed nami jeszcze Dzień Ojca, który będzie poprzedzony pierwszym dniem lata, a więc, czasem wakacji i urlopów. W dobie szalejącej inflacji, drożyzny codziennych wydatków, nie wiem, jak sobie poradzą ojcowie i matki, ale życzę im, aby dali radę. Tego samego życzę również Ukraińcom, czekającym w Polsce na koniec wojny. Oby mieli do czego wracać.

Redakcja udaje się na wakacyjną przerwę, do zobaczenia, do usłyszenia i do poczytania we wrześniu.

/red. nac./



Targi Książki 2022

Od kiedy pamiętam na Targach Książki w Warszawie bywały tłumy. Dzisiaj jest to wydarzenie dla nielicznych, którzy bez książek żyć nie mogą, oraz dla wielu grup szkolnych, ale i tu widać, że nie wszyscy w nich są zainteresowani czytaniem, no, może komiksy i gry są magnesem, a także liczne darmowe gadzety od wydawców.

Jeszcze przed pandemią napisałem na naszych łamach dwukrotnie o Targach, wówczas to odbywały się na Stadionie Narodowym, miały one swój rozmach, swoją dynamikę i organizację, i liczne premiery. Ubiegłoroczne Targi, o których także napisałem kilkanaście zdań zawierających moje wrażenia, jeszcze oparte były na nadziei, że lichota organizacyjna jest po pandemiczna i zrozumiała z tego powodu. Jednak tegoroczne targi (26-29 maja) już nie zwiodył mnie niczym pochorobowym. Organizatorzy nie potrafili podnieść tego wydarzenia do rangi święta autorów i ich czytelników. Owszem w liczbach jest wszystko OK, ponad 450

wystawców, program wydarzeń zajął aż 15 stron formatu A3 napisanych maczkiem, gościem targów była Norwegia (przypominam popularnego norweskiego autora kryminałów Jo Nesbo), udostępniono dużo miejsca wydawcom ukraińskim, jednak zagubił się ten nieuchwytny pierwiastek, który decyduje o randze, powadze i znaczeniu – no nie, święta kultury druku i jego owocu najcenniejszego – książki, niestety nie wyczułem. Owszem liczne spotkania z gośćmi norweskimi czy z autorami polskimi w ogóle, nie nosły niestety w sobie znaczących wartości kulturotwórczych, były raczej uzupełnieniem promocji i marketingu wydawnictwa, niżli wyczekiwany

spotkaniem z twórcami. Niby wiem, że o nabywcę książek, jak o każdego innego, trzeba zabiegać, ale czy trzeba go mieć licznymi plakatami okładek z fragmentami tekstu, chwytnymi hasłami; że jedyny, że po raz pierwszy, że wartka akcja itd. Przyznaję, że ja poza Targami, dałem się już kilka razy nabrać na zapowiedzi wydawnicze, kupiłem książkę i ...zawiodłem się. Mam do, nawet ulubionych, wydawców silną pretensję o nierzetelność, wynikającą z nadwagi w anonsach lub na skrzydełkach okładki marketingowych bzdur nad realiami tekstu rzeczywistego zawartego w treści. Często otwieram strony internetowe wydawnictwa w poszukiwaniu nowości i promocji, książki są drogie, a tam przed ich zakupieniem można znaleźć dużo więcej informacji niż na stoiskach targowych, bo te są obsługiwa-

ne nierzadko przez niekompetentne osoby, w tej branży to boli w dwójnasób, są te stoiska urządzone bez polotu, wszystkie jednakie. Dlatego mam w sobie pretensję do wydawców i organizatorów za traktowanie poważnych czytelników jak nabywców nowego modelu chińskiego telefonu... Także darmowe souveniry i niekiedy pyszne krówki rozdawane na okrągło ich łowcom, tworzącym tłok przy stoisku, że niby jest zainteresowanie, raczej utrudniają niż pozwalają pozyskać nowych nabywców drukowanych dzieł literackich, które aby mogły być dostępne wymagały wycięcia wielu sosen.

Dlaczego wydawnictwo „Znak” było nieobecne na tegorocznych targach? To było pierwsze pytanie, jakie sobie zadałem, niestety, nawet biuro organizatora nie znało odpowiedzi. Liczyłem na to, że mój ulubiony pisarz Wiesław Myśliwski będzie głównym gościem wydawnictwa, wszak najnowsza pozycja „Znaku” to jego zbiór mów i z nim wywiadów, zatytułowana „W środku jesteśmy baśnią”. Natomiast dość jasnym punktem były dla mnie stoiska samowydawców, niby takie same jak pozostałe, ale tam było widać determinację autorów-



wydawców do dorównania jakością do całej branży. Samowydawcy nie są autorami z mojego kręgu zainteresowań czytelniczych, głównie są ze sfery SF, fantasy i komiksu, ale wyglądają

sympatycznie, nie widać po nich (jeszcze?) skazy branżowej, cechującej potentatów tego kruchego rynku. Jeszcze jedna refleksja: czy znani aktorzy czytający, często bez przygoto-

wania, w celach promocyjnych fragmenty książek na zlecenie wydawców, czy oni w tej formule aby nie szkodzą wydawcom?

/jo/

Krótki tekst o wodzie – ciąg dalszy

Doszedłem do wniosku, że artykuł o wodzie, opublikowany w lutym tego roku, wymaga uzupełnienia, ponieważ przedstawił temat za krótko i na zbyt dziecinny sposób.

Dla przypomnienia powtórzmy. Cząsteczka wody H₂O posiada dwa atomy wodoru i jeden tlenu. /wodór+wodór+tlen/. Wodór posiada w jądrze jeden proton.

Inaczej mają się sprawy z ciężką wodą lub półciężką. Półciężka HDO /wodór+deuter+tlen/, ciężka. D₂O /deuter+deuter+tlen/ Deuter jest izotopem wodoru, który posiada w jądrze jeden proton +neutron. Ciężka woda znajduje zastosowanie w technologiach jądrowych jako spowalniacz. Warto wiedzieć, że cząsteczki ciężkiej wody występują jako naturalne w minimalnej ilości, około 0,01 procenta, na skutek wymiany izotopowej wody ze skałą wodonośną.

Deuter można porównać do drapieżnika w przyrodzie. Na przykład do wilka w lesie albo szczupaka w stawie, ale wiemy, że drapieżniki są korzystne w środowisku, bo pozwalają na zachowanie równowagi. A jaki jest cel istnienia deuteru w cząsteczce wody? Na dziś wiadomo, że deuter jest wykorzystywany przy zwalczaniu raka, ale w nadmiernej ilości jest rakotwórczy.

Temperatura topnienia HDO wynosi około 2 st. C, wrzenia 101 st. C. Gęstość ciężkiej wody wynosi w przybliżeniu 1,05 g/cm sześcienny i dlatego jedną z metod jej pozyskiwania jest odwirowanie. Jaki ma smak? Podobno bez zmian, ale nie mam zamiaru próbować.

Do tego tekstu przerobiłem obrazek cząsteczki wody umieszczony w lutym 2022 r. Zmieniłem jedno ramie obejmujące tlen, robiąc je bardziej mocarnym, bo przecież to już nie wodór, ale jego trwałe izotop.

Istnieje też „superdrapieżnik”, czyli potwór. Jest nim tryt, nietrwały izotop wodoru, występujący w superciężkiej wodzie, T₂O, wodzie trytowej. Tryt jest radioaktywnym nietrwałym izotopem wodoru, który posiada w jądrze proton i dwa neutrony. Jak obserwujemy w życiu, z gwałtownikami i tzw. słomianym ogniem sprawa wygląda tak, że ich emocje nie są trwałe. Podobnie ma się z trytem, bo rozpada się połowicznie po 12 latach, dlatego odbłyśniki w latarkach i świeczki breloczki pokryte trytem przestają z czasem świecić. Po 12 latach o połowę, po 24 pozostaje 1/4 ich blasku.

Istnieją jeszcze inne nietrwałe izotopy wodoru, wytworzone przez człowieka, ale to już oddzielny, ogromny temat, wymagający grubej książki.

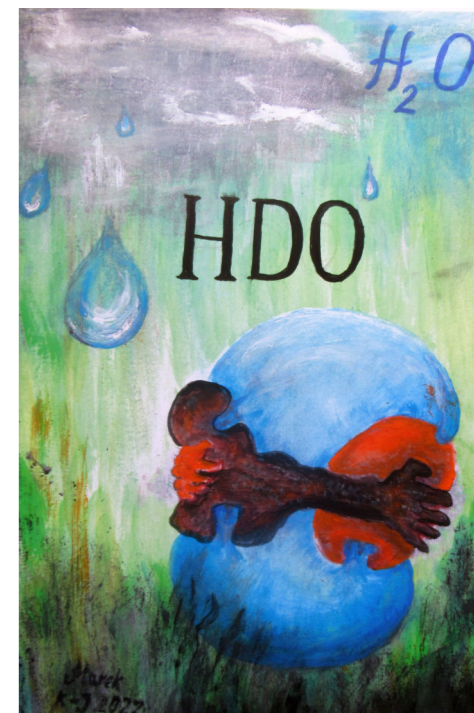
Nasuwa się refleksja. Jeśli, wyglądająca tak prosto, cząsteczka wody posiada w sobie tak ogromne bogactwo możliwości, to co z setkami innych cząsteczek /NaCl-sól, H₂SO₄-kwas siarkowy, CH₄-najprostszy węglowodór, o którym jest obecnie głośno na świecie i w Polsce, bo przestaliśmy go kupować od Rosji, ... cała tablica Mendelejewa/, odkrytych i jeszcze nie odkrytych. A co z wirusami, bakteriami, życiem...?

Jak widać na podstawie prostej cząsteczki wody, energia zawarta w molekułach jest przeogromna. Mówiąc obrazowo, siedzimy na beczce prochu i tylko od nas zależy, czy z tego bogactwa będziemy czerpać bezpiecznie, czy doprowadzimy do eksplozji. Bo, jak twierdził charyzmatyczny włoski fizyk teoretyczny Enrico Fermi, rozumna cywilizacja, aby przetrwać, musi pokonać niebezpieczny próg technologiczny, na którym grozi samozniszczenie. My właśnie ten próg osiągnęliśmy.

W ostatnich latach mojej pracy zawodowej, nasza fabryka zakupiła maszynę do cięcia metalu wodą. Ciśnienie wody w dyszy wynosiło kilka tysięcy atmosfer. Można było wycinać różne kształty w blachach o kilkucentymetrowej grubości bez potrzeby uzyskiwania wysokiej temperatury, bez zniekształcenia materiału. Odpadem był cenny w zastosowaniu metalowy szlam i... woda.

Dzisiaj przeczytałem że jest dostępna w sprzedaży mała turbina „Idenergia” w cenie około 10 tys. dolarów, która działa, gdy zanurzy się ją w rzece o prędkości wody min 1m/sek i daje moc 12kw/h, co wystarcza na zasilenie w energię elektryczną pojedynczego domu. Ale to przecież dzięki zdolności wody do parowania, skraplania się w górach i spływania w dół zgodnie z prawem grawitacji.

Trudno się zachwycać wodą w czasie powodzi, chodząc po błocie w Lesie Kabackim, omijając kałuże. Wiedząc, że woda pokrywa naszą planetę w 3/4 powierzchni, dziwimy się,



że tak „rozrzutny” był Stworzyciel, ale ... rozrzutność jest Jego cechą.

Z wodą jesteśmy związani od chwili stworzenia, bo nasze ciała to ponad 80% woda i rozpuszczone w niej minerały. Potrzebujemy jej nie tylko do

picia, ale i rekreacji. Dlatego tak wiele ludzi wędruje koło stawiku z kaczkami za torami metra. To ulubione miejsce dla mieszkańców Ursynowa.

Woda potrafi wiele. To skarb, który dała nam Natura i warto o tym pamię-

tać nawet w czasie ulewy, gdy przyjdzie nam chronić się pod parasolem, nie zapominając, że jest również niezbędny żywiołem.

Marek K-J

Polityka senioralna

Do redakcji przyszedł list od członka Ursynowskiej Rady Seniorów, którym chcielibyśmy otworzyć dyskusję na temat funkcjonowania rad seniorów przy upolitycznionych urzędach samorządowych. (red.)

UWAGI do dotychczas realizowanej polityki senioralnej na terenie m. st. Warszawy.

Szanowna Redakcjo,

Prognozowana sytuacja demograficzna Polski pozbawiła Rząd jakichkolwiek złudzeń. W roku 1988 roku ludność w Polsce w wieku 60+ stanowiła 14,5% populacji, a w 2010 roku już 19,6%. To oznacza przyrost o 2 mln osób. Polska dołączyła do grupy krajów, w których proces starzenia się populacji jest zaawansowany. Należy zaznaczyć, że progiem krytycznym jest 12% udziału osób powyżej 60 roku życia o ogólnej liczbie ludności. Staliśmy się liczącą grupą wyborców.

W odpowiedzi na zagrożenie starzenia się społeczeństwa Rada Ministrów w grudniu 2013 roku przyjęła dokument „Założenia Długofalowej Polityki Senioralnej w Polsce na lata 2014 – 2020” (M.P. z dnia 4 lutego 2014 r.).

List Elżbiety Wiśniewskiej (członka Rady Seniorów Dzielnicy Wilanów), zamieszczony w majowym numerze POKOLENIA, stał się dla mnie jasnym sygnałem, że dojrzelismy do tego, aby zainicjować debatę, czy działalność Dzielnicowych Rad Seniorów m. st. Warszawy satysfakcjonuje środowisko senioralne.

Jak napisała Elżbieta Wiśniewska, „Żeby tworzyć politykę senioralną w dzielnicy, konieczne jest rzetelne zdiagnozowanie lokalnych/dzielnicowych potrzeb. Jeśli chcemy im sprostać, musimy je poznać.” To stwierdzenie jest ogólnikowe i wymaga od nas bardziej wnikliwego spojrzenia na dotychczasową realizację polityki senioralnej w Warszawie.

Minęło ponad osiem lat od powołania Warszawskiej Rady Seniorów i jej odpowiedników, czyli Dzielnicowych Rad Seniorów. W założeniu Rady Seniorów miały reprezentować interesy i potrzeby starszych mieszkańców stolicy wobec władz samorządowych i brać udział w formułowaniu oraz przekazywaniu opinii i stanowisk dotyczących nie tylko strategicznych, ale i bieżących planów rozwoju miasta (dzielnicy).

Rady Seniorów miały służyć aktywizacji obywateli, zwiększeniu ich zaangażowania w życiu społecznym i kształtowaniu postaw obywatelskich.

Po latach działalności przekonaliśmy się, że różnie ta aktywizacja była realizowana. Jedne Rady Seniorów nawiązały owocną współpracę z władzami dzielnicy, a inne stały się tylko „pasem transmisyjnym” jak za czasów PRL.

W efekcie w składzie Rady Seniorów zazwyczaj następuje powielanie lokalnych zależności i interesów. W ten sposób Rady Seniorów niewiele wnoszą do życia publicznego w społecznościach lokalnych, a już na pewno niczego nowego dla nich nie wymyślają. Warszawa niczym się nie różni od reszty kraju. A przecież miało pracować na rzecz podnoszenia poziomu życia seniorów. Niestety, w ogromnej większości istniejących Rad Seniorów dominują znajomi, „kolekcjonerzy tytułów” oddelegowani za dawne zasługi czy szefowie senioralnych związków, klubów lub uniwersytetów „trzeciego wieku”, którzy często nie potrafią przestawić się z dbania o korzyści swoich jednostek na myślenie w interesie całej społeczności senioralnej. Tu dochodzimy do konkretów. Z moich obserwacji wynika, że:

1) winna jest tu m. in. błędna interpretacja obowiązujących przepisów. Interpretacja nie zawsze zgodna z intencją ustawodawcy. Zaciążyło jak za-

wsze niedoprecyzowanie przepisów wykonawczych;

2) winne jest naginanie działalności Rady Seniorów do realizowanej na daną chwilę polityki społecznej przez Zarząd Dzielnicy – zniekształcono ideę społecznego zaangażowania Rad Seniorów;

3) winne jest niedoprecyzowanie przepisów w sprawie wyboru składu osobowego Rad Seniorów preferujące aktywność społeczną.

Przyjrzyjmy się samemu wyborowi składu osobowego Rad Seniorów.

Zgodnie z wolą ustawodawcy Rada Seniorów składać się winna z przedstawicieli osób starszych oraz przedstawicieli podmiotów działających na rzecz osób starszych.

Zatem jedna część składu Rady to powinny być osoby, które bezpośrednio reprezentują osoby starsze. Osoby wybierane przez samych seniorów w głosowaniu bezpośrednim. Druga część Rady, to osoby zajmujące się na co dzień – zawodowo lub społecznie – działaniami z osobami starszymi czy na ich rzecz. Sugeruje się, aby powoływać do Rady przedstawicieli instytucji kulturalnych, przedstawicieli zajmujących się ochroną zdrowia czy pomocą społeczną jako szczególnie predysponowanych do zasiadania w Radach Seniorów.

Trzecia część to powołani urzędnicy reprezentujący Radę m. st. Warszawy, prezydenta m. st. Warszawy oraz daną Radę Dzielnicy m. st. Warszawy. W przypadku Warszawskiej Rady Seniorów w jej skład powołanych jest po dwóch przedstawicieli z każdej DzRS. Nie jest to czynnik społeczny. Tak więc (zgodnie z obowiązującym prawem) niektóre Dzielnicowe Rady Seniorów zdominowane zostały przez urzędników. Udział aktywu senioralnego z wyboru bezpośredniego spadł do niezbędnego minimum.

Gdzie zatem podziało się zaangażowanie czynnika społecznego i wdrażanie na co dzień:

1. **funkcji konsultacyjnej**, aby rozwijać postawy obywatelskie seniorów i włączając ich do procesów konsultacyjnych,

2. **funkcji doradczej**, aby opracowywać we współpracy z Komisją Dialogu Społecznego (KDS) kierunki, standardy, rozwiązania i działania na rzecz seniorów oraz ich monitorowanie,

3. **funkcji inicjatywnej**, aby rozpowszechniać aktualne informacje o sprawach ważnych dla seniorów, a także rozpoznawać i diagnozować ich potrzeby.

Jakie mamy efekty takich działań widzimy na co dzień.

Przypominam, że Rady Seniorów pełnią funkcję doradczą i nie posiadają osobowości prawnej. Rzadko decydują o wydatkowaniu jakichkolwiek środków (choć zaczyna się to zmieniać). W ich składach znajdują się osoby o różnych kompetencjach, wykształceniu, ale bardzo często bez niezbędnej wiedzy fachowej.

Można odnieść wrażenie, że niektóre Rady Seniorów w m. st. Warszawy powoływano według niesprawdzonych modeli, bez odbycia konsultacji społecznych na temat celów działania i sensu powołania. Tworzono je zazwyczaj w mocno niedemokratyczny sposób, czyli ze wskazaniem na najsilniejsze zrzeszenia (zgrupowania) lo-

kalne, skupiające seniorów. Czas, by naprawić te błędy. Wystąpić z konkretnymi propozycjami zmian, pasującymi do dzisiejszych czasów.

Dzisiaj Gminne (Dzielnicowe) Rady Seniorów potrzebują wsparcia, pozwalającego budować kompetencje i zdolności organizacyjne nowego ciała samorządowego. Bo tak naprawdę nie wiadomo, co wolno jako organ pomocniczy samorządu terytorialnego. Jakie mamy uprawnienia i możliwości w kontaktach pomiędzy poszczególnymi szczeblami organizacyjnymi Rad Seniorów.

Wszyscy wiemy, jak ważna jest wymiana doświadczeń na rzecz środowiska senioralnego. Wróćmy zatem do okresu, kiedy organizowano kursy, seminaria czy warsztaty na temat samorządu terytorialnego. Nagradzajmy tych, którzy tę wiedzę stosują na co dzień. Wróćmy do czasów praktycznego wykorzystywania zdobytej wiedzy poprzez organizację cyklicznych spotkań Dzielnicowych Rad Seniorów m. st. Warszawy. Oczekujemy od nich pracy, nie wyęczajmy ich. Dla Warszawskiej Rady Seniorów to skarbnica wiedzy. Należy zaangażować Uniwersytety III Wieku w edukowaniu nas o samorządzie i rosnącej roli seniorów w życiu lokalnym.

Przed nami demograficzne tsunami. Dzielnicowe Rady Seniorów mogą odegrać ważną rolę w przygotowaniu społeczności lokalnych na jego nadejście. Choćby poprzez uczestnictwo w stworzeniu wspól z Urzędami Dzielnicowymi m.st. Warszawy infrastruktury wsparcia społecznego dla obecnych i przyszłych seniorów.

Do Warszawskiej Rady Seniorów

Wiemy, jak ważna jest wymiana doświadczeń w tworzeniu warunków polityki senioralnej. Czy jako organ pomocniczy samorządu terytorialnego mamy możliwość nieskrępowanej współpracy z innymi Radami Seniorów w kraju lub zagranicą? Czy musi być każdorazowa zgoda organu założycielskiego?

Na początku działalności WRS nawiązała liczne kontakty, m. in. ze Wspólnotą Roboczej Organizacji i Związków Zawodowych WRZOS. W 2015 roku ówczesny wiceprzewodniczący WRS Zdzisław Czerwiński nawiązał współpracę nie tylko z WRZOSEM, ale również miejskimi Radami Seniorów Krakowa, Poznania, Opola i Łodzi. Cel był wspólny: Nie chcemy być „leśnymi dziadkami”, którzy siedzą i leniwie głosują za przyjęciem uchwały.

Ciekawi mnie, czy istnieje w dalszym ciągu owa współpraca?

Wojciech A. Zieliński

Pies ratownik

Jakże często właściciele psów uważają siebie za dobrych i troskliwych opiekunów, kochających swoje psy i gotowych wiele dla nich zrobić.

Wielu z nich opowiadało Konradowi Lorenzowi, znanemu etologowi austriackiemu, autorowi książki „I tak człowiek trafił na psa”, o właściwościach i czynach swoich wiernych psów. Na pytanie, czy mają jeszcze tego psa, niektórzy odpowiadali: „nie, musiałem go oddać, bo przeniosłem się do innego miasta... do mniejszego mieszkania... zmieniłem pracę, w której posiadanie psa byłoby kłopotliwe...” Te osoby uważane często za jednostki pozytywne, bez zarzutu moralnie, nie wstydziły się przyznać, że porzuciły lub oddały psa, bo im zaczął

przeszkadzać lub komplikować życie. Osoby te uważały, że pies nie ma żadnych praw. Takie podejście do swoich czworonogów jest dla mnie niezrozumiałe i trudne do zaakceptowania. Przecież psy, podobnie jak koty (o których pisałam w poprzednich numerach „Życia Seniora”) są członkami rodziny, bierzemy je do swoich domów na dobre i złe, na ZAWSZE. Nie porzuca się dziecka, nie porzuca się też swoich przyjaciół: psa i kota.

Zwierzęta dają wiele dowodów na to, jak są do nas przywiązane, jaki pozytywny wpływ mają dla naszego zdrowia psychicznego (ich obecność znacznie obniża poziom stresu), a nawet fizycznego. Badania i doświadczenia w praktyce wykazały, że obecność psów i kotów obniża u hospitalizowanych pacjentów z niewydolnością serca ciśnienie krwi w

płucach. Terapie z udziałem zwierząt zmniejszają zapotrzebowanie na środki przeciwbólowe. Ma to szczególnie korzystne działanie w przypadku poważnie chorujących dzieci, u których dzięki obecności zwierząt znacznie się obniża poziom doznawanego bólu. W Australii żyje pies asystujący dwóm dziewczynkom, u których dzięki znakomitemu węchowi wykrywa on spadek glukozy we krwi.

Rola psów jest nieoceniona w wielu innych dziedzinach. Jest wiele przykładów zwyczajnych psów, które uratowały komuś życie. Jednym z nich jest bezdomny pies, żyjący na wyspie Sachalin. Uratował życie 10-letniej Wiktorii, którą ogrzewał swoim ciałem przez wiele godzin podczas szalejącej burzy śnieżnej. Dziewczynka nie wróciła do domu po powrocie ze szkoły. W akcje poszukiwawcze dziesięcioletka włączyły się policja

oraz wolontariusze. Odnaleziono ją całą i zdrową dopiero po 18 godzinach od zgłoszenia zaginięcia. Dziesięcioletka przetrwała burzę śnieżną pod niskim balkonem w bloku oddalonym od jej miejsca zamieszkania zaledwie pół kilometra. Towarzyszył jej przytulony do niej „zwyczajny” bezpieczny pies.

Psy wchodzą w skład oddziałów wojskowych, służą na przejściach granicznych i w portach lotniczych, unieszkodliwiają niebezpiecznych przestępców, pomocne są podczas przeszukiwań w miejscach zagrożonych. Przykładów ich wspaniałej, nie do przecenienia służby jest wiele. Właśnie taki pies pomógł komandosom amerykańskim w unieszkodliwieniu najbardziej poszukiwanego człowieka na świecie – Osamy bin Laden. Były wykorzystywane w głębi wietnamskiej i malajskiej dżungli podczas wykonywania misji patrolujących na terenach pustynnych Iraku i Afganistanu. Były szybkie, zwinne, inteligentne i posłuszne. Wiernie służyły i skrupulatnie wykonywały to, czego od nich wymagano.

Większość służących na frontach obu wojen światowych psów wiodła wcześniej życie zwykłych zwierząt domowych. Po wielu szkoleniach rozpoczynają niebezpieczną służbę. Wiele z nich straciło życie, a żołnierze będący świadkami ich śmierci potwierdzali, że zawdzięczają im życie. Ale ten zbawienny wpływ na żołnierzy rozciąga się również na lata powojenne, jak w przypadku weteranów z Afganistanu, cierpiących na zespół stresu pourazo-



wego. Psy uważane są przez samych wojskowych za najwierniejszych towarzyszy. Często otrzymują cenne medale za swoje bezprzykładne oddanie oraz odwagę, jaką wykazują podczas ratowania ludzkiego życia. Widzieliśmy w Internecie zdjęcie wojennego bohatera, psa o imieniu Patron, który pomaga w znalezieniu niebezpiecznych ładunków wybuchowych podczas okrutnej wojny w Ukrainie. Pies ten zneutralizował już ponad 250 ładunków w obwodzie czernihowskim i ostatnio został odznaczony przez prezydenta Ukrainy Wołodymyra Zelenskigo. Zaskakujące jest to, że pies nie był tresowany do zadań wojskowych w specjalnym ośrodku szkoleniowym. Wszystkiego nauczył się w praktyce. Z odgłosami wybuchów oswoił go właściciel, saper

Iljew, który zaczął zabierać pupila do pracy. Z czasem ujawnił się talent tego małego jack russella – tropienie ładunków podłożonych przez Rosjan. Istotnym czynnikiem jest nie tylko talent Patrona, ale i jego waga. Mina wybucha przy nacisku pięciu kilogramów, a Patron waży cztery. Nawet jeśli stanie na minie, ona nie wybuchnie. Jego praca polega głównie na węszeniu i kopaniu w miejscu, w którym potencjalnie znajduje się ładunek. Wtedy, za dobrze wykonane zadanie, dostaje smakołyk. Następnie obowiązki przejmuje wykwalifikowany pirotechnik.

Jeszcze innym przykładem bohaterstwa psa jest golden Bretagne. Ten pies (używam formy PIES, ale tak naprawdę Bretagne była suczką) był jednym z setki psów, które przeczesywały zgliszczą World Trade Center. Pies mimo raptem dwu lat wykazał się ogromną determinacją, odnajdując kilkanaście osób. Z biegiem lat okazało się, że został ostatnim żyjącym psem, który uczestniczył w akcjach WTC. Gdy pies przeszedł na zasłużoną emeryturę, opiekunka Bretagne zabrała go do strefy pamięci ofiar zamachu, a w dniu uśpienia, pod klinikę weterynaryjną przyjechało dziesiątki policjantów, którzy utworzyli szpaler dla psa-ratownika, by ostatni raz podziękować mu za służbę. Bretagne doczekała się także pomnika, który skłania do refleksji nad dobrem, które każdego dnia otrzymujemy ze strony zwierząt. I właśnie takiego psa ratownika namalowała parę lat temu. Krystyna Kozłowska

stycznego, w którym bezwzględna władza dominowała przez dziesięciolecia nad społeczeństwami Związku Radzieckiego. Pozbawiony kreatywności homo sovieticus nadal tkwił w jednostkach systemu, który pozbawił ich wolności i podstawowych praw człowieka. Permanentny brak świadomości prawnej i obywatelskiej spowodował, że postkomunistyczny ustrój gospodarczy państwa stał się pożywką dla ludzi byłego aparatu władzy. Rosyjski lud do dzisiaj przypisuje winę za rozpad ZSRR Gorbaczowowi i nadal tęskni za silnym przywódcą. W tę nostalgię za wielkim

Związkiem Radzieckim idealnie wpisali się Władimir Putin jako symbol odnowy Wielkiej Rosji.

Propaganda rosyjska indoktrynowała Rosjan, którzy mimo internacjonalistycznych hasel propagowanych w ZSRR, wychowywani byli w duchu poddańczej kolektywnej wierności wodzowi (carowi, Stalinowi, wreszcie Putinowi). Upadek komunizmu niewiele zmienił: Zachodnia Europa nadal pozostała wrogiem, „wiecznie żywego Lenina” zastąpiła wiara w Boga i prawosławną Cerkiew, gniew „oszukanego ludu” zamiast przeciwko rodzimym oligarchom został skierowany przeciw zachodnim kapitalistom

Wykorzystując wady niedokończonych przemian ustrojowych i specyficzną mentalność samych Rosjan, Putin przy pomocy dawnego aparatu władzy (KGB/FSB) zorganizował państwo oparte na dyktaturze „jedynie słusznego wodza” (że posłużę się obo-

wiążującym przed 1985 rokiem słownictwem), którego programem wybończym jest przywrócenie dominującej roli Rosji na wzór nieistniejącego już Związku Radzieckiego. Szczytem imperialnych ambicji Putina było włączenie państw – satelitów byłego ZSRR w krąg uzależnień. Zbliżone poglądy mają oligarchowie z kręgów Putina, w większości właściciele zakładów przemysłu zbrojeniowego i wydobywczego, dla których dochody uzależnione są od polityki Kremla. Byli oligarcha, Chodorkowski, właściciel Jukosu, który próbował uniezależnić się od Putina, na skutek działań służb podporządkowanych Putinowi trafił na kilka lat do obozu na wzór stalinowskiego Łagru (obecnie kolonii karnej).

Białoruś i Ukraina również nie dostosowały prawa do demokratycznych kryteriów obowiązujących w krajach Zachodniej Europy i znalazły

się w kręgu państw zależnych od Rosji. Próby uniezależnienia się Ukrainy skończyły się w 2004 roku Pomarańczową Rewolucją. Kraje nadbałtyckie dołączyły do UE, Litwa, Łotwa i Estonia, które są w UE i NATO, Litwa w 2005 przyjęła Euro i odnotowuje najszybszy wzrost gospodarczy w państwach byłego obozu Krajów Demokracji Ludowej. Tymczasem w Polsce mamy 12-procentową inflację i Glapińskiego na drugą kadencję prezesa (celowo z małej litery) NBP, w dodatku (podobnie jak prezydenta, który zamiast być Strażnikiem Konstytucji służy Jej naginaniu do potrzeb panującej władzy) w pełni zależnego od Nadprezesa. Czy Tischnerowski homo sovieticus zrozumie wreszcie, czym się kończy dyktatura jednej partii, która przekształciła się w złodziejską szajkę pod wodzą dyktatora i przekupuje podatników za ich wypracowane pieniądze? Zbyszek K.

Moje piosenki - wspomnienia

Czym jest piosenka?

Trudno odpowiedzieć na tak postawione pytanie.

Trudność na tym polega, że każdy inaczej do tematu podchodzi.

Jedni mówią, piosenka to wiersz śpiewany

Poeta swoje dzieło powierzył koledze, któremu słuch jest dany

Inni twierdzą, jest to echo co w myślach gra o tym co minęło lub co będzie
Są tacy co w pierwszym rzędzie rytmy życia upatrują ze słowami przypadkowo dobranymi.

I tu powstaje problem, jak piosenka ma być zwana, bo jest ich wiele.

Piosenka biznesowa na zamówienie pisana

Ludowa co z życia płynie

Bojowa do walki wzywa

Miłosna tkliwa

Dla dzieci, by usnąć zechciały.

Więc kłopot jest niemący z odpowiedzią.

Starsi Panowie śpiewali i rację mieli, że piosenka jest dobra na wszystko

Więc śpiewajmy póki czas, bo jutro może nie być nas.

Jak sięgam pamięcią w dal życia mego, piosenki od urodzenia mej drodze towarzyszyły

Kiedy oczy otworzyłem i ujrzałem świat

Mama zawsze przy mnie była

Kołysanki i piosenki przesłanie śpiewała.

Jesteś Polak mały

Znak twój Orzeł Biały

Wiśła po Polskiej krainie płynie.

i te dzieciinne

Iskierka z ognia mruga, na pożegnanie a a kotki dwa szare bure obydwaj

Śpij kochanie jutro ładny dzionek wstanie.

Kiedy trochę podrosłem

Piosenek z radia słuchałem, pozostały w pamięci do dzisiaj.

Szczęśliwe dni dzieciństwa wojna przerywa, rok 1939 piosenki wojskowe nastały

Doświadczałem co wojna znaczy

Byłem w Warszawie, kiedy bomby spadały na mój dom na Woli też

Kiedy Polska istnieć przestała, okupacja nastała i utrwalała się niemiecki świat
szybko dorosłałem.

Na podwórku po godzinie policyjnej za zamkniętą bramą, zabawa z piosenkami trwała,

Krąg rękoma spięty wirował, wszyscy śpiewali, Jawor Jaworowi ludzie

Tempo wzrastało, kiedy koło rozpadało się tworzyły się mniejsze grupy

każda własną piosenkę śpiewała, było ich wiele.

W niedzielę przybywała oczekiwana orkiestra podwórkowa, od domu do domu krążyła.

Płynęły melodie, ludzie w oknach stali ci na podwórku teatrum tworzyli

Wszyscy wsłuchani

Chryzantemy złociste w kryształowym wazonie koją smutek i żal

Piosenka przypomni ci, że ktoś na ciebie czeka, samotny jak ty

Niektórzy lzy w oczach mieli, nostalgia, wspomnienia, oczekiwanie co z tymi co na wojnę poszli

i los ich jest nieznanym,

Czas upływał, melodie zmieniały się

Mały biały domek, czerwony kapelusik z zielonym piórkiem, po czym fala melancholii napływa

Ta ostatnia niedziela i zryw życia, umówiłem się z nią na dziewiątą i

oczekiwanie, że miłość

wszystko wybaczy.

Koncert końca dobiega, wszyscy momentu tego oczekują

Dozorca w bramie znak daje, płyną piosenki zakazane;

Siekiera motyka szklanka w nocy nalot w dzień łapanka spod serca kap kap
stonina i schab

do tego dwa balerony

Proza życia.

Powracają wspomnienia, dnia pierwszego września roku pamiętnego wróg
napadł na Polskę

Wojna na Ukrainie

(9 maja 2022 – 75 dzień wojny)

W Rosji, w Moskwie 77. rocznica zwycięstwa nad hitlerowskimi Niemcami i defilada, na Ukrainie – 75. dzień wojny wywołanej przez Rosję.

„Liberalni komentatorzy rosyjskiej agresji na Ukrainę słusznie widzą jej źródła w imperialnej polityce Rosji. Artykuł „Zbawienie wymaga ofiar” (Agnieszka Graft, Elżbieta Korołczuk).

Jaka jest współczesna Rosja? Co się zmieniło w Rosji od 1989 roku?

W 1985 roku sekretarzem generalnym KPZR został Michał Gorbaczow, któremu Partia powierzyła zreformowanie skostniałego systemu politycznego i gospodarczego Związku Radzieckiego. Gorbaczow (1985-1991) podjął próbę reformowania systemu. Ale jednocześnie nie potrafił zlikwidować pozostałości systemu komuni-

Naszyc orłów na niebie nie było
Przerwa, cisza, datki z okien lecą wszystko już wybierane roślinie napięcie
Dozorca ponownie znak daje, w niebo pieśń wolności się wzbija
Warszawianka hymn który wzywa, hej kto Polak na bagnety
Orkiestra w bramie znika, melodia na ulicę się wylewa, podąża do następnego domu.
W tygodniu kobiety przed obrazem na domu Dutkiewicza modlitwy wznosiły
Boże coś Polskę uczyni z nami cud
Cudu nie było.
Rodziły się nowe piosenki młodzi prywatki urządzali, po cichu się schodzili i śpiewali
przeboje dawnej Warszawy, czy tylko
o Czarnej Mańce i imieninach u cioci
Coraz częściej pojawiały się piosenki o żołnierzu co ma dwa serca, błękitna chusteczka
Już słycać działa
Cywile i żołnierze niemieccy w niekończącym się pochodzie na zachód uciekają
Tłum gapiów na Wolskiej ogląda ten marsz zwycięzców.
Dziś czy jutro oczekiwanie.
Wreszcie popołudnie ulice pustoszej tylko młodzi się przemieszczają
Wreszcie cud się dokonuje
Biało-czerwona na domach, lud barykady buduje,
płyną piosenki z barykad, Pałacyk Michła, Żytnia, Wola, bronią się chłopcy od Parasola.
na tygrysy mają wisy, gdy trafi cię kula jakaś sanitariuszka da ci buziaka, Wola walczy.
Kiedy strzały ucichły i cisza zapanowała, nikt nie grał, a słycać było
marsz żałobny Chopina, Wola umierając nie padła na kolana, umierała w boju.
W innych dzielnicach też krwawe walki trwały nowe piosenki powstawały,
Marsz Mokotowa
Warszawskie dzieci pójdziemy w bój za każdy kamień twój damy krew.
Opuściłem z rodziną moją Warszawę znaleźliśmy schronienie na podwarszawskiej wsi
Tu pasalem krowy patrząc na dymy nad Warszawą, a wieczorem łuny palonego miasta.
Piosenek nie było
Przez wieś kolumny ludności przeciągały pędzone w nieznaną, myśl tylko jedna była czy
wśród pędzonych jest ktoś z rodziny lub znajomy.
Rok 1945 Warszawa wolna, powracamy do zniszczonego miasta, domu naszego nie było.
W ogrodzie przyległym do podwórka 12 ciał zamordowanych w tym dwie moje koleżanki.
Rodzi się nowe
Radio na kryształek własnej roboty w słuchawkach piosenki, Warszawo ty moja Warszawo,
Czerwone maki na Monte Casino, Rozszumiały się wierzby płaczące i melodie obce
Wieczerny dzwon, suliko, wiele ich było,
Te nieakceptowane wdierały się same kantata o Stalinie i hymn Związku Radzieckiego.
Dla równowagi siedząc przy ognisku wpatrzeni w płomienie piosenki z przeszłości powracały
Płonie ognisko w lesie, czerwony pas i powstańcze.
Czas szybko płynie, podstawówka skończona, technikum w toku

Warszawa w odbudowie rozśpiewana, budujemy nowy dom, jak przygoda to tylko na
Mariensztacie,
Stalina już nie ma
Miasto pięknieje, dziewczyny też, co dostrzegam
Kino, teatr, kawiarnia co niedziela Bielany w Park Kultur zamienione
Cajmer gra o północy Dzierżanowski w niedzielę przygrywa Gniatkowski
aksamitnym głosem
czaruje
Wszystko normalnym się staje, zmieniły się zainteresowania, ryby spokojnie w Wiśle pływać
mogą
Matura zdana, studia rozpoczęte, kilka koleżanek w otoczeniu na wszelki przypadek, by do wiatru
nie być wystawionym. Marino Maryni, nie płacz kiedy odjadę.
Jest już jedna wybrana, lecz o tym nie wie, znamy się od 1945 roku okna naprzeciw mamy
Kiedy powiedzieć jej o tym miałem, przerwa w studiach następuje. Mundur marynarza jest mi
dany, zostają powołany do odbycia służby w wojsku. Przerwane studia na II roku i delegowany
do Ustki gdzie w OSSM będę szkolony, jako specjalista morski.
Piosenki są, ale inne. Morze nasze morze wiernie ciebie będziem strzec i na wesole Bajo Bongo,
w małej cichej kawiarence i o marynarzu, co w każdym porcie dziewczyn ma wiele
W niedzielę gdy wieczór zapada piosenka jak kołysanka, głos Mirskiej płynie.
Zachodni wiatr
spienione goni fale o luna luna twój blask księżycowy.
Kiedy niewiele do odświeżenia pozostało, ostatni urlop i wieść mi dana.
Wybranka już nie moja
za mąż wychodzi, składam życzenia
Nieaktualna staje się piosenka, że ktoś na ciebie czeka
Powrót do jednostki, w pociągu przy oknie stając, na peronie kilku marynarzy w uściskach
dziewczyn tonie, może oni nie rozstają się tylko pożegnanie, czekać będą.
Ruszamy, ostatni wyjazd, powrót też ostatni będzie. Za oknem krajobraz umyka, koła rytm
wystukują, zaraz zaraz jaka to muzyka.
Myśl nagle zostaje przerwana to facet co stanął obok,
Marynarzu czytam z myśli twoich, że troska twa mała, była dziewczyna co czekać miała, ale
słowa nie dotrzymała.
Z dziewczynami tak bywa nie czuj się zrażony życie się nie kończy.
Ja też jestem zdradzony, jechałem do żony, a ona mi drzwi pokazała, dla niej pracowałem na
morzu, ale to mało było marynarzu widzisz jak to bywa.
Już wiem jaka piosenka będzie, nie wiedziałem
Rację mu przyznaję, ale moja dziewczyna w Warszawie pozostaje.
Roztajemmy się w Gdyni ahoj
Lato w pełni, już wiem, wracam na studia przez wojsko skierowany.
Już w domu, dni szybko płyną, zajęć mam wiele, praca, studia, koledy gdzieś się podzieli
kiedy przypadkowo dochodzi do spotkania, niewiele mamy do powiedzenia.

Mieczysław Kamiński

Wydawca: Natolińskie Centrum Seniora – Klub Seniora „Wrzos”.

Adres redakcji: Natoliński Ośrodek Kultury, 02-791 Warszawa, Na Uboczu 3, tel. 22 520 04 84, program@nok.art.pl

Redakcja: Redaktor naczelny - Janusz Olczyk, Sekretarz redakcji - Helena Laskowska, Stali współpracownicy: Ryszard Jańczyk, Wanda Krawczyk, Marek Kalerński, Mieczysław Kamiński, Zbyszek Kubik, Eugeniusz Moszkowicz, Halina Siwińska, Wojciech Zieliński. Redakcja techniczna: OLPI. Druk kserograficzny: NOK.

CZYTAJ NAS W INTERNECIE – www.nok.art.pl/zycieseniora

Do użytku wewnętrznego.