



BIULETYN

ISSN 1899-721X
SĄDECKIEGO UNIWERSYTETU TRZECIEGO WIEKU

Nr 81

wrzesień
2025



Fot. Barbara Gierón

STADION MIEJSKI W NOWYM SĄCZU



JUBILEUSZ 50-LECIA UTW W POLSCE

OGÓLNOPOLSKIE FORUM III WIEKU
ZŁOTY RAJD IM. HALINY SZWARC

NOWY SĄCZ, 23-25 CZERWCA 2025

Fot. Elżbieta Cabak, Arch. SUTW



Drodzy Słuchacze Sądeckiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku!



Wspólnie ze społecznością Uniwersytetów Trzeciego Wieku (UTW) w całym kraju świętujemy w 2025 roku jubileusz 50-lecia Uniwersytetów Trzeciego Wieku w Polsce. Zbudowaliśmy w Nowym Sączu i na Sądecczyźnie od 2004 roku przyjazną przestrzeń uczenia się przez całe życie i podtrzymywania aktywności wśród Słuchaczek i Słuchaczy Sądeckiego UTW – naszej społecznej uczelni dla osób starszych. Zainicjowaliśmy utworzenie pierwszej w kraju Ogólnopolskiej Federacji Stowarzyszeń UTW, na konferencji UTW w Płocku, w 2007 r.

Wyrażając uznanie dla dorobku ruchu Uniwersytetów Trzeciego Wieku oraz podkreślając znaczenie edukacji ustawicznej w aktywizacji seniorów i wykorzystaniu ich potencjału, Senat Rzeczypospolitej Polskiej w dniu 26 marca 2025 roku podjął uchwałę w 50. rocznicę powstania pierwszego Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Polsce, w której czytamy: (...) **Obecnie ruch Uniwersytetów Trzeciego Wieku obejmuje około 700 organizacji i zrzesza ponad 200 tysięcy członków, będąc zjawiskiem unikalnym pod względem różnorodności działań i inicjatyw. Choć UTW mają w Polsce pięćdziesięcioletnią tradycję, ostatnie dwie dekady były czasem dynamicznego rozwoju systemowej polityki senioralnej, co odzwierciedla rosnące aspiracje polskich seniorów w zakresie nie tylko edukacji, lecz także kultury, sportu, turystyki i rekreacji oraz rozwoju społeczeństwa obywatelskiego. Uniwersytety Trzeciego Wieku stanowią przykład wzorowej organizacji samopomocowej, wspieranej przez uczelnie wyższe i samorządy terytorialne. To wspólna misja, której celem jest jak najdłuższe utrzymanie osób starszych w dobrej kondycji intelektualnej, fizycznej i społecznej.** (...).

W tym miejscu nie sposób nie wspomnieć o osobach, które przez te wszystkie lata tworzyły Uniwersytet. Serdeczne słowa podziękowań przekazujemy założycielom, członkom władz, wykładowcom, lektorom, instruktorom, wolontariuszom, którzy często bezinteresownie przyczyniali się do tego, że UTW trwa i rozwija się, niezależnie od zmieniających się czasów.

Dziękujemy również władzom samorządowym, uczelniom wyższym, instytucjom kultury i edukacji, organizacjom pozarządowym i wielu ludziom dobrej woli, dzięki którym Uniwersytet mógł realizować ambitne projekty, rozwijać ofertę edukacyjną i docierać do coraz szerszego grona Słuchaczy.

W tym numerze Biuletynu piszemy o obchodach jubileuszowych UTW na Sądecczyźnie, o podpisanych porozumieniach o współpracy, o ciekawych wydarzeniach w naszym mieście i w regionie. Jak zwykle zamieszczamy interesujące artykuły naszych Słuchaczy. Można zapoznać się także z kalendarium naszych działań. Atrakcyjne fotografie dodatkowo wzbogacają treść merytoryczną Biuletynu.

Bieżące informacje zamieszczane są na stronie internetowej Sądeckiego UTW: www.sutw.pl oraz na Facebooku.

Życzymy przyjemnej lektury!

W imieniu Zespołu Redakcyjnego i Zarządu Sądeckiego UTW

Wiesława Borczyk
Prezes Zarządu

SPIS TREŚCI

MIGAWKI Z OBCHODÓW JUBILEUSZU 50-LECIA UTW W POLSCE	
Irena Cepielik	3
POROZUMIENIE SUTW I ZUS	5
MONITOR POLSKI	6
WARTO WIEDZIEĆ	7
DOBRO, PRAWDA I PIĘKNO...	
Maria Halina Starzyk	8
POROZUMIENIE O WSPÓŁPRACY POMIĘDZY ANS I SUTW	9
TYLKO SPOTKAŃ BRAK...	
Krystyna Stendera	10
LATO	
Barbara Gieroń	12
JAŁOWIEC – KOLCZASTE PACHNIDŁO	
Barbara Gieroń	14
WYZWANIA	16
STADION	
Barbara Gieroń	17
SZCZECIŃSKIE IMPRESJE	
Krystyna Jagodzińska-Kohmann	18
MAŁOPOLSKIE DNI DZIEDZICTWA KULTUROWEGO	
Elżbieta Cholewa, Stanisław Cholewa	22
PROJEKTY	24
KALENDARIUM	
Jadwiga Banach, Katarzyna Zygmunt	25
Z TRASY OLKUSZ – RABSZTYN	
Irena Cepielik	30

Wydawca:

Sądecki Uniwersytet Trzeciego Wieku w Nowym Sączu, ISSN 1899-721X

Zespół redakcyjny:

Wiesława Borczyk, Jadwiga Banach, Elżbieta Pachon, Maria Baran, Barbara Gieroń, Maria Halina Starzyk, Irena Cepielik, Krystyna Słaby, Krystyna Stendera, Elżbieta Cholewa, Maria Drożdżak, Mariusz Szewczuk, Krystyna Jagodzińska-Kohmann

Współpraca: Katarzyna Borczyk, Zofia Mółka, Katarzyna Zygmunt

Korekta: Maria Magdalena Kroh

Adres redakcji:

Sądecki Uniwersytet Trzeciego Wieku w Nowym Sączu
33-300 Nowy Sącz, ul. Jagiellońska 18
tel./fax (+48 18) 443 57 08
e-mail: sekretariat@sutw.pl; www.sutw.pl
<https://www.facebook.com/SadeckiUTW/>

Redakcja techniczna, skład: Jadwiga Banach

Druk: Drukarnia NOWODRUK s.c., tel. (+48 18) 443 56 69

Nakład: 500 szt.

Zdjęcia wykorzystane w biuletynie: Józef Bartkowski (s. 8, okładka, rozkład.); Elżbieta Cabak (s. 5, 16, okładka); Stanisław Cholewa (s. 22, 23); Barbara Gieroń (s. 12, 13, 15, 17, okładka); Zuzanna Górka (s. 16); Krystyna Jagodzińska-Kohmann (s. 18, 19, 20, 21); Tadeusz Pawlus (s. 16); Krystyna Słaby (s. 29); Krystyna Stendera (s. 10, 11); Arch. ANS (s. 9, rozkład.); Arch. SUTW (s. 3, 4, 16, 25, 26, 28, 30-32, okładka)

MIGAWKI Z OBCHODÓW JUBILEUSZU 50-LECIA UTW W POLSCE



Nowy Sącz, 23-26 czerwca 2025

Irena Cepielik

Od 23 do 26 czerwca 2025 w Nowym Sączu i na Sądecczyźnie odbyły się ogólnopolskie obchody Jubileuszu 50-lecia Uniwersytetów Trzeciego Wieku w Polsce. W programie obchodów miały miejsce: Złoty Rajd UTW im. prof. Haliny Szwarc oraz Ogólnopolskie Forum Trzeciego Wieku. Uczestniczyło w nich ponad 100 liderów UTW i przedstawicieli 48 UTW z 11 województw. Nie zabrakło reprezentacji Sądeckiego UTW. Także wielu gości uczestniczyło w tych wydarzeniach.

W sali konferencyjnej hotelu Ibis w Nowym Sączu w dniu 23 czerwca, w godzinach popołudniowych, po przywitaniu uczestników i gości przez **Wiesławę Borchy** w imieniu Ogólnopolskiej Federacji Stowarzyszeń UTW i Sądeckiego UTW, inaugurującą prezentację „Stawka większa niż życie. Wspomnienie o Halinie Szwarc”, założycielce pierwszego UTW w Polsce w 1975 roku, przedstawiła **Ewa Piłat**, dyrektor Jagiellońskiego UTW. Przybliżyła zebranych postaci

prof. Haliny Szwarc, wszechstronnie uzdolnionej i charyzmatycznej kobiety, o niezwyklej historii. Prelegentka korzystała z wielu historycznych dokumentów, ukazując wybitną lekarkę nie tylko jako działaczkę konspiracyjną i oddaną krajowi patriotkę, ale również przedstawicielkę świata nauki, społecznikę, a także niezwykle człowieka. Obecnie podczas prezentacji były także: **Irena Moskał**, wieloletnia prezes UTW im. Haliny Szwarc – obecnie prezes honorowa, oraz **Ewa Mańkowska**, aktualna prezes tego UTW. Opowiedziały o tym, jak troszczą się o zachowanie dziedzictwa prof. Haliny Szwarc i pamięci o niej. Wręczyły **Wiesławie Borchy** List okolicznościowy oraz Honorową Złotą Odznakę UTW im. Haliny Szwarc za szczególny wkład w propagowanie idei UTW w Polsce, z serdecznymi podziękowaniami za zaproszenie.

W dalszej części spotkania **Katarzyna Świątkiewicz**, dyrektor programowy Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności, organizacji poza-

Fot. Arch. SUTW





Podpisanie porozumienia o współpracy pomiędzy ZUS Oddział w Nowym Sączu a Sądeckim UTW.

Od lewej: Anna Mieczkowska – Koordynatorka ds. komunikacji społecznej i edukacji, ZUS Oddział w Nowym Sączu, Wiesława Borczyk – Prezes OFS UTW i Sądeckiego UTW, Agata Michalik – Dyrektor ZUS Oddział w Nowym Sączu. Fot. Arch. SUTW

rządowej działającej w Polsce od roku 2000, powołanej dla wspierania rozwoju demokracji w Europie Wschodniej, przypominała osiągnięcia fundacji z okresu jej 25-letniej działalności. Obejmowały m.in. programy rozwoju bibliotek, programy edukacyjne UTW, rozwoju środowiska lokalnego, wymiany doświadczeń, wsparcia dla młodzieży, współpracy z polonijnymi organizacjami pozarządowymi itp. Referentka szczególnie skupiła się na współpracy z uniwersytetami trzeciego wieku, która rozpoczęła się w roku 2004, wspólnie z Towarzystwem Inicjatyw Twórczych „ę”. Z ogromną sympatią, odnosząc się do liderów UTW, omówiła efekty tego projektu. O swoich doświadczeniach i korzyściach wynikających ze współpracy z PAFW i TIT „ę” opowiedziały: **Krystyna Męcik**, prezes Zarządu Stowarzyszenia UTW w Łazach, oraz **dr Anna Kapuściarek**, prezes Stowarzyszenia Radomszczański UTW „Wiem więcej”.

Następnie, o znaczeniu aktywności fizycznej seniorów mówiła **Anna Opalek**, koordynator Regionalny Małopolska Polskiego Stowarzyszenia Nordic Walking.

Wydarzeniem tego dnia było podpisanie pierwszego w kraju Porozumienia o współpracy pomiędzy Zakładem Ubezpieczeń Społecznych Oddział w Nowym Sączu, reprezentowanym przez dyrektora **Agatę Michalik**, a Stowarzyszeniem Sądecki UTW.

W drugim dniu obchodów Jubileuszu uczestnicy wyruszyli na trasę **Złotego Rajdu UTW im. Haliny Szwarek**. Część z nich udała się autokarami do Ryterskiej Doliny Małej Roztoki i pod okiem instruktorów i przewodnika weszła na szlak w kierunku Kramarki. Dla osób, które nie mogły wziąć udziału w pieszym rajdzie, zorganizowano wyjazd autokarowy do Krynicy-Zdroju i Muszyny wraz z przewodnikiem, który opowiadał o uroczach sądeckich uzdrowisk. Po południu wszystkie grupy spotkały się przy integracyjnym obiedzie w Karczmie nad Potokiem przy hotelu Perła Południa w Ryttrze. Wręczono wszystkim pamiątkowe dyplomy uczestnictwa. Miłym akcentem na zakończenie tego dnia, pełnego wrażeń, było uroczyste spotkanie przy jubileuszowym torcie w hotelu Ibis oraz odśpiewanie wspólnie „100 lat”.

25 czerwca nastąpiła dalsza część obchodów jubileuszu 50-lecia UTW – ogólnopolskie **Forum Trzeciego Wieku**. Po wystąpieniach gości: **Artura Bochenka**, wiceprezydenta Miasta Nowego Sącza, **Joanny Bobowskiej**, pełnomocnika Wojewody Małopolskiego ds. Polityki Senioralnej, **Anety Kosiby**, kierownika Działu Polityki Społecznej ROPS w Krakowie oraz **Łukasza Salwarowskiego**, prezesa Stowarzyszenia Manko, redaktora naczelnego „Głosu Seniora”, rozpoczęła się sesja plenarna, moderowana przez **Ewę Piłat**. Jako panelistki wystąpiły: **dr Elżbieta Bojanowska**, dyrektor Centrum Badań nad Starością i Starzeniem się Społeczeństwa z Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie, **prof. nadzw. dr hab. Zofia Szarota** z Akademii WSB w Dąbrowie Górniczej, Sekcja Gerontologii Komitetu Nauk Pedagogicznych PAN, **dr hab. Dorota Gierszewski** z Instytutu Pedagogiki UJ. Kompatybilne z tematyką panelu były zajęcia warsztatowe pod hasłem „Aktywni i zaangażowani – obywatelskie kompetencje dziś i jutro”. Poprowadziła je **dr hab. Dorota Gierszewski**, będąca andragogiem, badaczką oraz trenerką z zakresu edukacji dorosłych i aktywności obywatelskiej. Osiem grup stolikowych pochyliło się nad zagadnieniami networkingu, czyli aktywna praca w grupach, wymiana myśli, czas na refleksje. Każda grupa po wypełnieniu arkusza skojarzeniami na postawiony w nagłówku problem, pozostawiając przy stoliku lidera, zmieniała miejsce przy kolejnych stolikach. W ten sposób „rozszyfrowano” 8 tematów. Każdy z uczestników mógł się wypowiedzieć na wszystkie tematy:

- Lokalnie działam, lokalnie myślę – Obywatelskość w mojej gminie.
- Międzypokoleniowy dialog – Jak budować mosty między pokoleniami.
- Media i dezinformacja – Jak budować kompetencje krytycznego myślenia?
- Samotność czy wspólnota – Jak budować relacje w wieku dojrzałym.
- Seniorzy w działaniu – Jak budować relacje po pięćdziesiątce?
- Senior jako strażnik wartości i tradycji obywatelskich.
- Nowe technologie – nowe możliwości dla obywatelskiej aktywności.
- Bezpieczeństwo i prawa osób starszych.

Na zakończenie Forum, podczas prezentacji wyników, okazało się, że oprócz znanych propozycji działania, były przedstawiane oryginalne i świeże pomysły. Liderka „od obywatelskości” barwnie opowiedziała, jak razem z lokalnymi studentami wzięli udział w juwenaliach, trwających całe 3 dni. Wielu referujących podkreślało konieczność uzupełniania naszej wiedzy z zakresu cyfryzacji i sztucznej inteligencji, jeżeli chcemy odnaleźć się we współczesnej rzeczywistości. Z zainteresowaniem słuchali wszyscy lidera – mężczyznę, który podsunął pomysły, jak „przyciągnąć do UTW” panów. Wszyscy zgodnie przyznali, że te warsztaty były bardzo cenne dla pogłębienia wiedzy i praktycznych rozwiązań wielu problemów. Moderatorka zachęciła zebra-

Forum Trzeciego Wieku zabiega o wypracowywanie ważnych dla polityki senioralnej naszego kraju projektów, szkoli, zbiera pomysły i wymienia doświadczenia o pracy z osobami starszymi. Współpraca z rządem i samorządami lokalnymi oraz uczelniami wyższymi i środowiskiem naukowym gwarantuje wprowadzanie ważnych dla seniorów spraw w proces podejmowanych w ich sprawach decyzji.

nich, by zastosowaną metodę „World Cafe” wykorzystać w macierzystych UTW do projektowania pracy nad zadaniami.

Metoda World Cafe to technika organizacji spotkań w nieformalnej atmosferze przypominającej kawiarnię, która służy do prowadzenia dyskusji, zbierania pomysłów i pogłębiania wiedzy na wybrany temat.

Atmosfera spotkania, to widoczne było gołym okiem, łączyła uczestników, wszyscy byli wobec siebie mili, uśmiechali się do siebie nawzajem.

Po zakończeniu obrad dla osób chętnych zorganizowano wizytę studyjną w Osiedlu Zielony Gaj – Mieszkanie dla Seniora.

Więcej informacji oraz prezentacje multimedialne dostępne są na stronach internetowych: <https://federacjautw.pl/zloty--raid-utw-im-prof--haliny--szwarc/>

<https://federacjautw.pl/ogolnopolskie-forum-trzeciego-wieku-relacja-i-prezentacje/>

Złoty Rajd UTW im. prof. Haliny Szwarc, Rytro, 24 czerwca 2025

Fot. Elżbieta Cabak





MONITOR POLSKI

DZIENNIK URZĘDOWY RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ

Warszawa, dnia 28 marca 2025 r.

Poz. 281

UCHWAŁA SENATU RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ

z dnia 26 marca 2025 r.

w 50. rocznicę powstania pierwszego Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Polsce

W 2025 roku przypada 50. rocznica powstania pierwszego Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Polsce, działającego do dziś na warszawskich Bielanach i noszącego imię swojej założycielki, prof. Haliny Szwarc. Rozwój ruchu UTW w Polsce oraz jego niezwykle szeroka oferta programowa skierowana do osób starszych stanowią fenomen na skalę światową. Działacze tego ruchu byli pionierami i współautorami kluczowych zmian w polityce senioralnej Polski, szczególnie po 1989 roku.

Obecnie ruch Uniwersytetów Trzeciego Wieku obejmuje około 700 organizacji i zrzesza ponad 200 tysięcy członków, będąc zjawiskiem unikalnym pod względem różnorodności działań i inicjatyw. Chociaż UTW mają w Polsce pięćdziesięcioletnią tradycję, ostatnie dwie dekady były czasem dynamicznego rozwoju systemowej polityki senioralnej, co odzwierciedla dla rosnące aspiracje polskich seniorów w zakresie nie tylko edukacji, lecz także kultury, sportu, turystyki i rekreacji oraz rozwoju społeczeństwa obywatelskiego.

Uniwersytety Trzeciego Wieku stanowią przykład wzorowej organizacji samopomocowej, wspieranej przez uczelnie wyższe i samorządy terytorialne. To wspólna misja, której celem jest jak najdłuższe utrzymanie osób starszych w dobrej kondycji intelektualnej, fizycznej i społecznej.

Senat Rzeczypospolitej Polskiej wyraża uznanie dla dorobku ruchu Uniwersytetów Trzeciego Wieku oraz podkreśla znaczenie edukacji ustawicznej w aktywizacji seniorów i wykorzystaniu ich potencjału.

Uchwała podlega ogłoszeniu w Dzienniku Urzędowym Rzeczypospolitej Polskiej „Monitor Polski”.

Marszałek Senatu: *M. Kidawa-Błońska*

WARTO WIEDZIEĆ!

JUBILEUSZ 50-LECIA UNIwersytetów TRZECIEGO WIEKU

Rozmowy z Wiesławą Borczyk, prezes Ogólnopolskiej Federacji Stowarzyszeń UTW oraz Sądeckiego UTW w Nowym Sączu...

Biuletyn Ogólnopolskiej Federacji Stowarzyszeń UTW, nr 2/2025

<https://federacjaautw.pl/ogolnopolski-biuletyn-utw-nr-46/>

https://federacjaautw.pl/wp-content/uploads/2025/08/Biuletyn-UTW-Nr-46_2-2025_www.pdf

Wydanie specjalne:

OBCHODY JUBILEUSZU 50-LECIA UNIwersytetów TRZECIEGO WIEKU W POLSCE:

ZŁOTY RAJD UTW IM. PROF. HALINY SZWARC

OGÓLNOPOLSKIE FORUM TRZECIEGO WIEKU

23-26 czerwca 2025, Nowy Sącz

Głos Seniora, nr 78, str. 26 i 40

https://glosseniora.pl/wp-content/uploads/OGS-78_INT.pdf

... W tym roku Ruch Uniwersytetów Trzeciego Wieku obchodzi swoje 50-lecie. Pionierska inicjatywa, z jaką wyszła prof. Halina Szwarc, zyskała ogólnopolskie uznanie i zmieniła sposób postrzegania aktywności osób starszych w Polsce.

Uniwersytety Trzeciego Wieku stały się ważnym elementem nie tylko edukacji, ale i integracji seniorów, którzy mogą rozwijać swoje pasje, zdobywać wiedzę i udzielać się społecznie...

Super Senior, nr 8, 2025, str. 6

<https://www.super-senior.pl/>

<https://www.super-senior.pl/wp-content/uploads/2025/08/Super-Senior-sierpień-4-skompresowany.pdf>

... Uniwersytety Trzeciego Wieku (UTW) zrzeszają miliony seniorów na całym świecie. Według szacunków, na wszystkich kontynentach jest już ponad **12 milionów słuchaczy**, z czego najwięcej w Chinach. W Polsce inicjatorem była prof. Halina Szwarc, która założyła w 1975 roku pierwszy UTW w kraju i trzeci na świecie, inspirowany francuskim wzorcem uniwersytetów powiązanych z uczelniami wyższymi. Jednakże zmiany ustrojowe w Polsce spowodowały konieczność rozszerzenia tej formuły...



DOBRO, PRAWDA I PIĘKNO...

ZAKOŃCZENIE ROKU AKADEMICKIEGO 2024/2025



Maria Halina Starzyk

Sądecki Uniwersytet Trzeciego Wieku od swego powstania współpracuje z takimi placówkami naukowymi, jak Uniwersytet Jagielloński, Wyższa Szkoła Biznesu w Nowym Sączu i Wyższa Szkoła Zawodowa – obecnie Akademia Nauk Stosowanych w Nowym Sączu. Dzięki temu wykłady i szkolenia prowadzone przez naukowców z tych uczelni zapewniają wysoki poziom kształcenia.

Porozumienie zawarte pomiędzy SUTW a ANS w Nowym Sączu ma na celu objęcie patronatem naukowym działalności naszego Uniwersytetu. Działalność edukacyjna ANS obejmuje różne dziedziny nauki, aktywności społecznej, edukacji, nauk społecznych czy nowych technologii.

Wykład rektora ANS w Nowym Sączu, **dr. hab. inż. Józefa Ciuły, prof. ANS**, na uroczystości zakończenia dwudziestego pierwszego roku działalności Sądeckiego UTW, był podsumowaniem dotychczasowej współpracy obu tych instytucji.

Prof. dr Józef Ciuła podkreślił misję społeczną, jaką pełni UTW w kształceniu i integracji osób, które zakończyły aktywność zawodową, a chcą się dalej rozwijać, zdobywać nowe umiejętności. ANS w Nowym Sączu ma w swoim statucie zapisaną działalność na rzecz społeczności lokalnych i regionalnych. Spotkanie tych dwóch instytucji jest korzystne dla obu stron, a działania ANS na rzecz SUTW przybierały różne formy.

Fot. Józef Bartkowski



Były to wykłady i praktyczne ćwiczenia dotyczące szeroko pojętej problematyki zdrowia (zapobiegania chorobom, zdrowego odżywiania, ćwiczeń fizycznych itp.), podnoszenia umiejętności i wiedzy z zakresu informatyki i nowych środków przekazu, nauki języków obcych, obcowania ze sztuką. Niektóre zajęcia były prowadzone przez studentów, którzy nabywali kompetencji przydatnych w pracy pedagogicznej; była to też forma wymiany kulturowej i integracji międzypokoleniowej. Jak dużą i różnorodną część zajęć na SUTW stanowiły te zaproponowane przez ANS, można się przekonać przeglądając kalendaria zamieszczane w biuletynach naszego Uniwersytetu.

Dr hab. Zdzisława Załona, prof. ANS, przewodnicząca Rady Naukowo-Programowej

SUTW, podziękowała prezes **Wiesławie Borczyk** i tym wszystkim, którzy działają na rzecz dalszego rozwoju Uniwersytetu, a słuchaczom gratulowała wytrwałości w dążeniu do ciągłego rozwijania swoich zainteresowań i pasji. Seniorzy zasługują na dobrą ofertę edukacyjną, na wykłady prowadzone zgodnie z metodyką dla osób starszych. Uniwersytety Trzeciego Wieku mają pomysł jak nauczać, by seniorzy byli aktywni umysłowo i fizycznie, by maksymalnie korzystali z życia. Podkreśliła, że dobro, prawda i piękno powinny zawsze mieć miejsce w życiu każdego człowieka i tego można poszukiwać na Uniwersytetach Trzeciego Wieku.

Dwudziesty pierwszy rok akademicki studenci SUTW zamknęli wspólnym zdjęciem przed siedzibą sądeckiego Sokoła.

WARTO WIEDZIEĆ!



Fot. Arch. ANS

POROZUMIENIE O WSPÓŁPRACY

W środę 23 lipca 2025 roku Akademia Nauk Stosowanych w Nowym Sączu odnowiła porozumienie o współpracy ze Stowarzyszeniem Sądecki Uniwersytet Trzeciego Wieku, które obejmuje m.in. realizację wspólnych projektów edukacyjnych i naukowych oraz umożliwienie członkom SUTW uczestnictwa w konferencjach naukowych, wykładach otwartych. Przewodniczącą Rady Programowej SUTW jest dr hab. Zdzisława Załona, prof. ANS.

Porozumienie o współpracy podpisali **JM dr hab. inż. Józef Ciula, prof. ANS** – rektor Akademii Nauk Stosowanych w Nowym Sączu oraz **Wiesława Borczyk** – prezes Zarządu Sądeckiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku i **Daniel Jachimowicz** - wiceprezes Zarządu SUTW.



TYLKO SPOTKAŃ ŻAL...

Krystyna Stendera



**Mimo że zmógł mnie czas i... starość, wpi-
sałam się, już po raz 22., na listę słuchaczy
Sądeckiego Uniwersytetu III Wieku, na rok
akademicki 2025/2026.**

Tęsknię za spotkaniami, wykładami i innymi imprezami, w ogóle za „studenckim życiem” w naszej uniwersyteckiej społeczności. Mieszkam w Piwnicznej, trzeba więc pokonać drogę pociągiem, autobusem, pieszo..., no nie jest łatwo, a dodatkowo prawie przez pół roku nie jeździł pociąg, z uwagi na modernizację linii kolejowej. Była to już przeszkoda nie do pokonania i zapowiadało się, że czas ten niestety spędzę tylko wspominając sądeckie spotkania. Ale skrzyknęłyśmy się z kilkoma sąsiadkami seniorkami i spotykamy się co tydzień w piwniczańskiej kawiarence, o bardzo trafnej nazwie „U słodkich babek”. Wymieniamy się, a także, najnowszymi wiadomościami, przeczytanymi książkami, trochę polityką, trochę... plotkami – i przy kawie i pysznym ciachu „słodko mija czas”. Jest wśród nas m.in. była dyrektorka szkoły w Barcicach, pani Ewa z Krakowa,

która na emeryturze zamieszkała w Piwnicznej, a także Basia Paluchowa, znana w regionie poetka, była redaktorka czasopisma „Znad Popradu”, która wydała kilka niezwykle wydawnictw poświęconych Piwnicznej i piwniczanom – 2 tomy „Dar Pamięci”, kilkanaście tomików poezji, 3 książeczki dla dzieci, które również sama zilustrowała.

Ostatnio zasłynęła z wydania najnowszej książki pt. „Helka z Ziemi Niczyjej” – jak recenzuje ją prof. Kazimierz Ożóg – jest „ni to pamiętnik, ni to wspomnienie, dosłownie proza i poezja życia wspólnoty... Kapitalna sprawa, która jest pieczęcią dobra na pani życiu...” Za książkę tę dostała Basia wiele nagród i wyróżnień – odznaczenie srebrnym medalem Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego Gloria Artis a także nagrodę specjalną w konkursie im. Szczęsnego Morawskiego. W książce autorka, dziękując rodzinie i przyjaciołom za pomoc i rady w przygotowaniu tego wydawnictwa, wspomniała także nasz, „niezawodny w działaniu, założony przy ciastku i kawie – Nieformalny

Fot. Krystyna Stendera





LATO

Barbara Gieron



*To były dni różnobarwnego światła –
przynajmniej tak to wygląda z tej odległości*

Abel Marcia Soriano – „Lato”
tłum. Wojciech Charchalis

Pora roku kojarzona w czasach mojego dzieciństwa z wakacjami, z beztróską wolnością, nieco odmienną codziennością, marzeniami o przygodach czy dalekich podróżach.

Wyjeżdżaliśmy więc – do babci i dziadka, do cici, stryjka, na letniska, kolonie, obozy stacjonarne i wędrowne, kempingi i inne teoretycznie dla współczesnych mało interesujące miejsca. Zdarzało się też często, że główną atrakcją był podwórkowy trzepak, niekiedy przydomowy ogródek, a najwspa-

nialszym miejscem rekreacji brzeg najbliższej rzeczki czy nieodległy las.

Barwy lata są najczęściej delikatne, spłowiałe nadmierną aktywnością słońca. W upalne dni, szczególnie w południe, wydawać się może, że powietrze drga. Delikatność takiej aury potrafił na swych płótnach przedstawić Georges Seurat. Posługując się dopracowaną przez siebie do perfekcji techniką puentylizmu, francuski neoimpresjonista stworzył fundamenty rewolucyjnego kierunku, bazującego na optyce i chromatyce. Puentylizm to budowanie obrazu

„Niedzielne popołudnie na wyspie Grande Jatte” Georges Seurat, 1884 – 1986, 207.5 x 308.1 cm, Art Institute of Chicago, Chicago (fragment)



za pomocą gęsto nanoszonych na karton czy płótno barwnych plamek. Punkciki z bliska tworzą wielobarwną sieć, ale oglądane z odpowiedniej odległości, tworzą konkretne obiekty – portrety, martwe natury, pejzaże. Seurat w 1883 roku ukończył pierwszy puentylistyczny obraz „Kąpiel w Asnières”. To wielogodzinny letni wypoczynek nad rzeką.

Najsłynniejszym obrazem Georges’a Seurat jest prawdopodobnie „Niedzielne popołudnie na wyspie Grande Jatte”.

To wyspa na Sekwanie, na przedmieściach Paryża, popularne miejsce niedzielnego wypoczynku za czasów Seurata. Artysta przez wiele miesięcy odwiedzał wyspę, sporządzając przy okazji mnóstwo szkiców – rzeki, drzew, cienia i światła, przechadzających się bądź odpoczywających na trawie ludzi.

Paryżanie znad Sekwany byli zwykle energiczni i hałaśliwi, ale uwiecznieni przez Seurata zastygli w statycznych pozach, jakby mieli zamiar pozować do dziewiętnastowiecznych fotografii. Elegancy i odświeżni, zapatrzeni w rzekę, obserwują przepływające żaglówki, łódki i wioślarzy, wypoczywają czytając książki (było to wtedy modne), ewentualnie spacerują. Georges Seurat namalował ten obraz w swojej paryskiej pracowni. Na płótnie o wymiarach 207.5 x 308.1 cm zamieścił dziesiątki tysięcy kropek.

Puentylizm również doskonale wpisywał się w przedstawianie morskich – lipcowych i sierpniowych pejzaży. Drobne kropki idealnie obrazowały żar piasku, blade niebo, niewinne obłoczki, portowe nabrzeża, nadmorskie pawilony czy wysmukłe latarnie morskie.

Ale lato to nie zawsze czas wypoczynku i lenistwa. To także czas żniw, okres wytężonej pracy, ciągłego pośpiechu i trudu. Niekoniecznie przedstawiany przez delikatne kropki. Vincent van Gogh zastosował w tym przypadku gwałtowne, falujące kreski i linie. To pejzaże przedstawiające oczekującą na żęć pszenicę, zmęczeni w chwili sjeisty żniwiarze, oczę-



Fot. Barbara Gieroń

Snopy pszenicy, Auvers-sur-Oise, Vincent van Gogh, 1890, 50.5 x 101 cm, Dallas Museum of Fine Arts, Dalla (fragment)

kujące na zwózkę z pola kopki siana i snopy pszenicy. Krążące nad polami ptaszyska i gromadzące się po horyzont chmury zwykle dopełniają obraz koniecznego pośpiechu.

Opis zmiennej letniej aury wykreować mogą także, odczytujący zapisaną przez Antonio Vivaldiego partyturę, wirtuozi skrzypiec, altówek i wiolonczeli. W obezwładniającej atmosferze skwarne letniego dnia słyszymy więc głosy ptaków (kukułki, turkawki, szczygła), porywy lekkiego wiatru, pomruki nadciągającej burzy, płacz przestraszonego dziecka. Rozdrażnione parnym powietrzem owady nękają zmęczonych wieśniaków, a w III części koncertu ulewa i grad niszczy oczekujące na żęć dojrzałe zboże. To także kolory lata.

To także rozgwieżdżone niebo. Widzimy Drogę Mleczną, gwiazdozbiory – Lutnię, Łabędzia, Strzałę i Liskę, Pegazę i Andromedę, w końcu pojawi się Orion. Widoczne są planety – Wenus, Mars, Jowisz i Saturn. Czy świeciły także dla Vincenta van Gogha. Musiał je zapamiętać. Namalował przecież nie patrząc w niebo „Gwiazdzistą noc”. Przedzierając się swym blaskiem przez mroczny nieboskłon tajemnicę wszechświata.

Sierpień to miesiąc przelatujących po niebie niczym błyskawica „spadających gwiazd”. W rzeczywistości to roje meteorów. Okruchy materii pozostawione w przestrzeni kosmicz-

nej przez kometę, które wyparowują wskutek tarcia, wchodząc w atmosferę ziemską, a procesowi temu towarzyszy błysk światła. Sierpniowe roje meteorów pojawiające się w pobliżu gwiazdozbioru Perseusza nazwano Perseidami. Na Leonidy spadające z przestrzeni gwiazdozbioru Lwa trzeba poczekać do listopada. Ale to już zupełnie inna pora roku.

Obrazy:

- „Kąpiel w Asnières” Georges Seurat, 1883–1884, 200 x 300 cm, National Gallery, London
- „Niedzielne popołudnie na wyspie Grande Jatte” Georges Seurat, 1884–1886, 207.5 x 308.1 cm, Art Institute of Chicago, Chicago
- „Port-en-Bessin” Georges Seurat, 1888, 67 x 84.5 cm, Minneapolis Institute of Arts
- „Łan pszenicy z krukami” Vincent van Gogh, 1890, 50.5 x 105 cm, Rijksmuseum Vincent van Gogh, Amsterdam
- „Snopy pszenicy, Auvers-sur-Oise, Vincent van Gogh, 1890, 50.5 x 101 cm, Dallas Museum of Fine Arts, Dallas
- „Siesta” (według Milleta), Saint-Remy, Vincent van Gogh, 1890, 73 x 91 cm, Musee d’Orsay, Paryż
- „Gwiaździsta noc” Vincent van Gogh, 1889, 73.7 x 92.1 cm, Museum of Modern Art, Nowy Jork

JAŁOWIEC KOLCZASTE PACHNIDŁO



Barbara Gieroń

Jałowiec pospolity (*Juniperus communis*) to niewymagający krzew iglasty, rosnący na glebach piaszczystych i zakwaszonych. W borach, na terenach podleśnych, na ubogich pastwiskach i na nieużytkach. Wytrzymały na suszę i prażące nasłonecznienie, odznacza się szerokim zasięgiem występowania od Europy i Afryki Północnej po Syberię. Ma zmienny pokrój – kolumnowy, stożkowy, płózący lub rozpięchły. Sztywne, kłujące igły, dojrzewające co dwa lata kuliste o sinym nalocie fioletowo-granatowe owoce.

W Pieninach, w stanie dzikim, na wapiennych skałkach nad przełomem Dunajca rośnie jałowiec sabiński. Jest to relikt z okresu trzeciorzędu. Krzew o pokroju płózącym i krótkich, wydzielających po roztarciu terpentynowy zapach, igłach.

Jałowiec wyrasta również w Tatrach, gdzie jest pospolitym krzewem w dolnych tatrzańskich re-

glach. Ponad górną granicą lasu, szczególnie w piętrze hal, występuje podgatunek jałowiec halny (*Juniperus communis* ssp. *nana*). Krzew o niskim wzroście, zwykle rozścielającej się koronie i płaskich, dość szerokich i niekłujących igłach, a na stokach Ostrego Szczytu spotykany jest nawet na wysokości 2350 m n.p.m.

Pewien gatunek jałowca (*Juniperus recurva*) o zwieszonych gałęziach i niewielkich, aromatycznych szyszkogodach z mięsistymi, niebieskoczarnymi łuskami występuje w Himalajach. Najodpowiedniejsze dla jego wzrostu są osłonięte od wiatru górskie doliny. To wytrzymałe drzewo może występować nawet na wysokości 3600 m n.p.m.

Różne gatunki i odmiany użytkowe jałowca towarzyszą nam codziennie. Zdobią, także zimą, nasze ulice, ogrody, parki, cmentarze i przydrożne skarpy.

Jałowiec był zawsze w pobliżu i być może dlatego stał się dla Słowian rośliną wyjątkową, magiczną i świętą, symbolem życia wiecznego. Zimozielony, obdarzony zdrowym drewnem, gwarantował obfitość i dostatek, zapewniał bezpieczeństwo. Wierzano, że dzięki bardzo kłującym igłom odpędza siły nieczyste, chroni ludzi i zwierzęta gospodarskie przed złymi duchami, chorobami, nawet śmiercią. A w przypadku tej ostatniej, na skutek wiary w związek jałowca z zaświatami, stał się istotnym dymnym elementem rytuałów pogrzebowych.

Jałowcowy, pachnący dym stosowano także zapobiegawczo. Chronił ludzi i zwierzęta przed urokami i chorobą, burzą i piorunami, odstraszał czarownice a nawet szatana. Także zwykłe gałązki jałowca umieszczone pod powalą chroniły przed biedą i nieszczęściem, przytwierdzone do drzwi wejściowych, przyciągając dobro i szczęście, odstraszały wszelkie zło, także ludzkie. Rosnący w pobliżu domu jałowiec odganiał złodziei, gałązka w kieszeni zapobiegała wypadkom, a jałowcowe jagódki, nanizane na nitkę i noszone w charakterze koralików, gwarantowały powodzenie u płci przeciwnej. Propozycją dla ewentualnych masochistów jest samobiczowanie kąpielowe miotłkami z jałowcowych gałązek. Podobno taki proceder wzmacnia ducha, wypędza z Homo sapiens wszelkie choroby i dodaje sił.

W medycynie jałowiec był znany od starożytności. Katon Starszy (około 234–149 roku p.n.e.), obrońca starorzymskich cnót, zainteresowany także medycyną i agronomią, opracował z owoców tej rośliny receptę na moczopędne wino. W średniowieczu jałowcowe mikstury były nieodzownym lekiem napotnym, moczopędnym, żółdkowym, oczyszczającym i wzmacniającym. Lonicerus, niemiecki lekarz z XVI wieku, zalecał jałowiec jako środek zapobiegający przeziębieniu. Stefan Falimirz, botanik i lekarz wojewody Jana Tęczyńskiego, polecał jałowiec na problemy trawienne, w tym biegunki. Dymem z jałowca okadzano pomieszczenia chorych na dżumę. W „Dykcyonarze roślinnym” także ksiądz Krzysztof Kluk (1739–1796) polecał w celach aseptycznych okadzanie dymem tej rośliny, a jałowcowymi wywarami leczył szkorbut, choroby skóry, wrzody a nawet chorobę francuską. W XIX wieku zaczęto sugerować,

że spożywanie owoców jałowca przyczynia się do odmłodzenia organizmu. Orędownikiem takiego przekonania był między innymi ksiądz Sebastian Kneipp (1821–1897).

Dlatego też, być może, owoce jałowca mają współcześnie zastosowanie kulinarne. Ich aromatyczny, leśny, balsamiczny zapach oraz słodkawo-żywiczny smak harmonizuje z potrawami z dziczyzny, z pasztetami i kapustą. Suszone owoce jałowca dodaje się do kiszonek i marynat. Aromat, jaki nadają likierom, jałowcówce i dżinowi także jest nie do przecenienia. A schłodzony dżin z tonikiem i cytryną był podobno ulubionym drinkiem babki króla Karola III. Polecam, byle nie przeholować ze spożyciem.

Bibliografia:

Simona Kossak, „O ziołach i zwierzętach”, Marginesy, Warszawa 2017

Joanna Laprus, „Czarowny kalendarz”, 2025

Zofia i Witold H. Paryscy, „Wielka Encyklopedia Tatrzańska”, Wydawnictwo Górskie, Poronin 1995

Fot. Barbara Gieron





WYZWANIA



Słuchacze SUTW należący do grupy sportowej brali udział w XVII Międzynarodowej Olimpiadzie Sportowej UTW i Organizacji Senioralnych w Łazach. Liderkami grupy są słuchaczki SUTW **Zuzanna Górską** i **Wiesława Osipowicz**, wspomagane przez **Mariusza Szewczuka**, członka Zarządu SUTW. Grupa ćwiczy formę indywidualnie i zespołowo.

Zuzanna Górską - kapitan drużyny olimpijskiej

Uczestnicy:

Barbara Liber – pływanie 50 m, styl klasyczny (70-79)

– pływanie 50 m, styl dowolny (70-79)

Józef Bartkowski – pływanie 50 m, styl klasyczny (70-79)

Zygmunt Oleksy – pływanie 50 m, styl dowolny (70-79)

Zuzanna Górską – lekkoatletyka, bieg 60 m (60-69)

Tadeusz Miśkowiec – lekkoatletyka, bieg 60 m (70-79)

Maria Filipek – lekkoatletyka, bieg 150 m (60-69)

Marek Tomczak – lekkoatletyka, bieg 60 m (60-69)

Wiesława Osipowicz – lekkoatletyka, pchnięcie kulą (60-69)

Tadeusz Pawlus – lekkoatletyka, pchnięcie kulą (60-69)

Elżbieta Cabak – przełaje rowerowe (70-79)

Zofia Pychyrek – boule

Irena Kosiór – turniej łuczniczy

Tadeusz Kosiór – turniej łuczniczy

Jadwiga Trojan – tenis stołowy

Andrzej Oćwieja – tenis stołowy

Agata Mróz – turniej brydżowy

Mariusz Szewczuk – turniej brydżowy

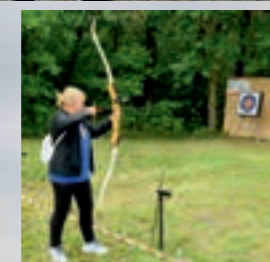
Zdzisław Krzyżostaniak – pistolet pneumatyczny

SERDECZNE GRATULACJE DLA CAŁEJ DRUŻYNY!



Fot. Elżbieta Cabak, Zuzanna Górską, Tadeusz Pawlus, Arch. SUTW



ŁAZY, 12-13 WRZEŚNIA 2025

ZAKOŃCZENIE ROKU AKADEMICKIEGO 2024/2025

MCK SOKÓŁ Nowy Sącz, 26 czerwca 2025

Fot. Józef Bartkowski, Arch. ANS



Wiesława Borczyk, prezes Ogólnopolskiej Federacji Stowarzyszeń UTW i Sądeckiego UTW



JM dr hab. inż. Józef Ciula, prof. ANS, rektor; Wiesława Borczyk, prezes Ogólnopolskiej Federacji Stowarzyszeń UTW i Sądeckiego UTW



Dr hab. Zdzisława Załona, prof. ANS, przewodnicząca Rady Naukowo-Programowej SUTW; Wiesława Borczyk, prezes OFS UTW i Sądeckiego UTW



Daniel Jachimowicz, wiceprezes SUTW; Jadwiga Banach, wiceprezes SUTW; dr hab. Zdzisława Załona, prof. ANS, przewodnicząca Rady Naukowo-Programowej SUTW; Wiesława Borczyk, prezes OFS UTW i Sądeckiego UTW

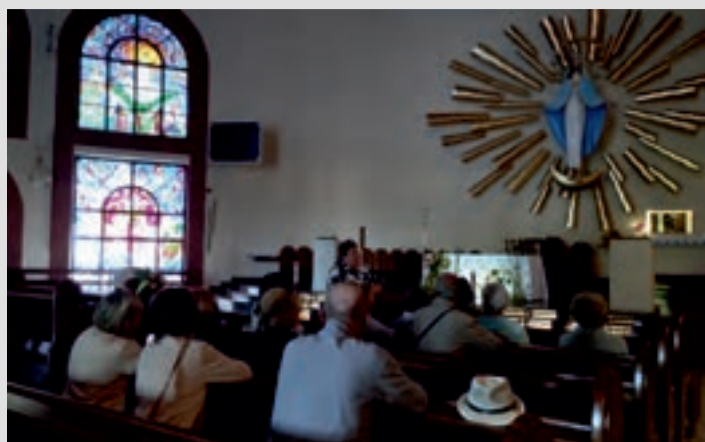


Ewa Surowiak, Emilia Sekuła, Samorząd Słuchaczy; Wiesława Borczyk, prezes OFS UTW i Sądeckiego UTW



SPACER EDUKACYJNY PO NOWYM SĄCZU

Fot. Arch. SUTW



Fot. Józef Bartkowski, Arch. SUTW

WYJAZD EDUKACYJNY - WIŚLICA



Projekty realizowane przy wsparciu finansowym Miasta Nowego Sącza

STADION

Barbara Gieroń



W sobotę, 30 sierpnia 2025, dzięki zaproszeniu od prezydenta Miasta Nowego Sącza Ludomira Handzla, przedstawiciele Sądeckiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku uczestniczyli w otwarciu Miejskiego Stadionu. Uroczystego otwarcia obiektu dokonali – prezydent **Ludomir Handzel**, wiceprezydent **Artur Bochenek** oraz prezes spółki Nowosądecka Infrastruktura Komunalna **Dawid Janik**.

Na stadionie byliśmy świadkami meczu rugby, w którym zmierzyli się zawodnicy Rugby Club Biało-Czarni z Nowego Sącza z K.S. Rugby Ruda Śląska. Wygrali nasi. Uroczystość uświetniły także występy cheerleaders Klubu Global Cheer N.S.

Niekwestionowaną atrakcją wieczoru okazały się dwie gwiazdy muzyki pop i dance, In-Grid i Velvet. Porywały zgromadzonych temperamentem i energetycznym przekazem wykonywanych utworów. Wieczór zakończono efektownym pokazem laserowym.

Fot. Barbara Gieroń



SZCZECIŃSKIE IMPRESJE



Krystyna Jagodzińska-Kohmann



Uważa się, że Szczecin to miasto na uboczu Polski i zewsząd doń daleko. Osobiście, dopiero tego roku było mi dane spędzić tam parę dni i docenić jego uroki.

Zajmuje 7 miejsce w Polsce pod względem liczby mieszkańców a położony jest w dolnym biegu Odry, nieco powyżej jej ujścia do Zalewu Szczecińskiego. Gdy myślimy o Szczecinie, mamy na uwadze stoczną oraz morze. O ile pierwsze skojarzenie jest uzasadnione, drugie niestety już nie, bo do Bałtyku mamy jeszcze około 60 km.

Szczecin znalazł się w Polsce w 1945 roku, czyli po 2 wojnie światowej. Od tego czasu wykształciła się współczesna szczecińska spo-

łeczność, złożona z repatriantów oraz przybyszów z innych części kraju. Stąd pewnie pogląd, że wigilia Bożego Narodzenia w każdej rodzinie wygląda tutaj inaczej, zwłaszcza pod względem potraw. Jest stolicą Pomorza, obecnie również siedzibą władz Województwa Zachodniopomorskiego. Jako największe miasto tej części Polski ma długą i ciekawą historię.

Przed 2,5 tysiącem lat była to osada łużycka. Słowianie nastali dopiero w 8 wieku tworząc Szczecin – nazwa odnosiła się do wzgórza, na którym istniał gród. W 12 wieku Szczecin zaistniał jako republika kupiecka. W tym czasie, dzięki misyjnej działalności św. Ottona z Bambergu – apostoła Pomorza, zaprowadzono chrześcijaństwo. W 1243 roku Szczecin

Filharmonia w Szczecinie

Fot. Arch. Autora



uzyskał magdeburskie prawa miejskie, nadane przez władcę Barnima I. Pod rządami Gryfitów rozwija się też gospodarczo. Kolejnymi władcami z tego rodu byli: Barnim III, Eryk II. Kolejny, Bogusław X, pojął za żonę Annę Jagiellonkę córkę Kazimierza Jagiellończyka w 1491 roku, w ten sposób zbliżając się do Polski. Ostatnim z Gryfitów był Bogusław XIV, który zmarł w 1637 roku. Był to okres wojny 30-letniej, toczącej się między europejskimi krajami protestanckimi a katolickimi (dynastią Habsburgów). Po podpisaniu pokoju westfalskiego w 1648 roku Pomorze zostało podzielone między Szwecję i Brandenburgię. Szczecin przypadł Szwecji. Po kolejnych oblężeniach miasto zostało opanowane przez armię Brandenburczyków oraz przekształcone w Twierdzę Szczecin, jedną z najpotężniejszych pruskich fortec. Powstały mury obronne, bramy oraz trzy forty – Wilhelma, Anhalt (później Leopolda) oraz Prusy.

Wiek XIX to kolejny zwrot w dziejach Szczecina. Podbój przez wojska napoleońskie oraz następstwo panowania Francuzów spowodowały gospodarczą ruinę. Po klęsce Napoleona stopniowo odbudowujące się miasto zaczęło tracić status twierdzy. Rozwija się przemysł stoczniowy, hutnictwo, cementownie, powstaje fabryka samochodów braci Stewerów. W wiek XX stolica Pomorza weszła już jako europejska metropolia. Po 1 wojnie światowej Szczecin nadal był miastem niemieckim, a w 1939 roku stał się głównym niemieckim portem na Bałtyku oraz znaczącym ośrodkiem przemysłowym. To było powodem wielokrotnych bombardowań przez lotnictwo alianckie. W 1945 roku, po upadku Niemiec, Szczecin zajęty został przez Sowietów, a od lipca tego roku władzę nad miastem przejęła polska administracja. Powoli odradzało się życie w zrujnowanym, przygranicznym mieście, niestety ciągle o niepewnej przyszłości. Dopiero w 1959 roku Nikita Chruszczow – I Sekretarz KCKPZR zawitał do Szczecina i ogłosił, że ziemie zachodnie, jako odzyskane, zostaną przy Polsce. Ta deklaracja dała impuls do rozwoju miasta pod każdym względem. Ożywa przemysł stoczniowy, motoryzacyjny, spożywczy również tekstylny.



Z przyjaciółmi na Rynku

Fot. Arch. Autora

W 1970 roku miasto odegrało ważną rolę podczas buntu robotniczego, który rozpoczął się w Gdańsku, ogarniając wkrótce całe wybrzeże. W Szczecinie zginęło wtedy 16 osób. Robotnicy szczecińscy odegrali też niebagatelną rolę podczas strajków w sierpniu 1980 roku, na fali których powstała NSZZ „Solidarność”, a w konsekwencji doszło do rozmów przy „okrągłym stole”. Niestety, zmiany ustrojowe 1988 roku pociągnęły za sobą upadek stoczni i rybołówstwa.

W ostatnich latach bardziej stawia się na branżę usługową, także turystyczną, wykorzystując istniejące, unikatowe walory przyrodnicze okolicy. Slogan „floating garden” – pływający ogród, jako marka promocyjna stał się drugim herbem miasta, obok obowiązującego oficjalnie godła przedstawiającego Gryfa (pół orła, pół lwa – połączenie waleczności i odwagi, odziedziczony po dynastii Gryfitów).

Na zamku Książąt Pomorskich

Fot. Arch. Autora



Szczecin to dzisiaj miasto słynące z parków oraz kwiatów, otoczone wodą i lasami. Przekonałam się o tym osobiście spędzając tam, wraz z trojgiem moich przyjaciół, kilka dni. Wiosną można podziwiać na Wałach Chrobrego jak również w parkach kobierce krokusów, nieco później kwitną magnolie będące znakiem rozpoznawczym miasta, rododendrony czy czerwone kasztanowce. Wzdłuż ulic rosną szpalery egzotycznych drzew np. platanów, czemu sprzyja łagodny, morski klimat. Szczególnie okazałe drzewa spotkamy w alejach Wojska Polskiego oraz przy Jasnych Błoniach.

Niezwykłym miejscem Szczecina, które koniecznie trzeba odwiedzić, jest Cmentarz Centralny. To największa nekropolia w Polsce, a trzecia w Europie po Hamburgu i Wiedniu. Zaprojektowany przez Wilhelma Meyera-Schwartau (był miejskim radcą budowlanym) został oddany do użytku w 1901 roku. Wejście główne, w postaci neoromańskiej pięknej bramy, znajduje się przy symbolicznie nazywanej się ulicy Ku Słońcu. Zwrócił na to uwagę K. I. Gałczyński radząc – „zamieszkajcie w tym mieście. W każdym innym po śmierci na cmentarz będą was nieść ulicą Cmentarną, tylko w Szczecinie – ulicą Ku Słońcu”. Jest to nie tylko miejsce ostatniego spoczynku, ale też ogromny park i ogród dendrologiczny. Dużą część terenu nekropolii przeznaczono na zieleńce, zbiorniki wodne, żywopłoty oraz szerokie aleje, które są obsadzone szpalierami dekoracyjnych drzew. Zwraca również uwagę piękna neoromańska kaplica połączona z krematorium. Przedwojenne pomniki nagrobne rozmieszczone są pomiędzy drzewami, trochę jak w lesie. Oprócz tych grobowców rodzinnych, znajdują się także pomniki poświęcone m.in. Bohaterom Września 1939 roku, Ofiarom Stalinizmu, Sybirakom, „Tym, którzy nie powrócili z morza”, Pionierom Szczecina. Jest Krzyż Katyński oraz najstarszy krzyż żeliwny poświęcony żołnierzom poległym w wojnie francusko-pruskiej 1870-71 roku. W pobliżu drugiej bramy są też potajemnie pochowane ofiary Grudnia 1970.

Szczególnym elementem upamiętniającym naszą, nieodległą historię jest monumentalny Pomnik Braterstwa Broni, odsłonięty w 1967 roku,



Magnolie w Szczecinie

Fot. Arch. Autora

w postaci zazębiających się dwóch husarskich skrzydeł.

Oczywiście są w Szczecinie również inne miejsca, które koniecznie trzeba zobaczyć, a są to:

- Zamek Książąt Pomorskich
- Wały Chrobrego (z reprezentacyjnym budynkiem Muzeum Narodowego i gmachem Urzędu Wojewódzkiego z Zachodniopomorskim Urzędem Marszałkowskim)
- Bulwar Piastowski (z widokiem na Dźwigozaury)
- Stare Miasto i Rynek Sienny
- Jezioro Dąbie
- Centrum Dialogu „Przełomy” i Pomnik Aniola Wolności
- Filharmonia im. Mieczysława Karłowicza – nowoczesny, biały budynek symbolizujący górę lodową, słynący z niezwyklej akustyki
- Jasne Błonia – przepiękne miejsce rekreacyjne (z Pomnikiem Czynu Polaków, Ogrodem Różanym, Letnim Teatrem Heleny Majdaniec i Ognistymi Ptakami Wł. Hasióra)
- Brama Królewska i Brama Portowa
- Łasztownia i Pomnik Paprykarza

- Katedra pw. św. Jakuba
- Krzywy Las – pomnik przyrody w gminie Gryfino, ciekawy ze względu na sosny o łukowato wygiętych pniach

Są też w Szczecinie pewne potrawy, typowe tylko dla tego miasta. Trzeba koniecznie „zaliczyć” paszteciki w barze „Pasztecik”, zakupić słynny paprykarz szczeciński; nie udało mi się niestety znaleźć polecanych w przewodniku pierników o marynistycznych kształtach i poprobować tutejszej czekolady „Gryf” – bo to podobno już przeszłość. Polecam natomiast dobrą kawę w lokalu na 22 piętrze biurowca PAZIM, znajdującego się na placu Rodła; jednym z najwyższych budynków, z pięknym widokiem na całą panoramę Szczecina. Oprócz tego, w pamięci zostanie mi ciekawe założenie urbanistyczne miasta w postaci dużych placów, z promieniście odchodzącymi od nich szerokimi ulicami. Ten gwiazdasty układ porównywany jest często do najsłynniejszego tego typu rozwiązania, jakie znajduje się w Paryżu. Zatem, trzeba zwiedzić Szczecin, bo wart jest tego, korzystając z możliwości i czasu jaki jest przywilejem naszego „III wieku”. Ta zachęta zabrzmiała prawie jak fraza przypisywana Henrykowi IV, królowi Francji – „Paryż wart jest mszy”... ale wtedy chodziło o zupełnie inną okoliczność.

MAŁOPOLSKIE DNI DZIEDZICTWA KULTUROWEGO



Elżbieta Cholewa i Stanisław Cholewa



Podobnie jak co roku, w dwa ostatnie majowe weekendy odbyły się w naszym województwie Małopolskie Dni Dziedzictwa Kulturowego – cykl wydarzeń kulturalnych i edukacyjnych organizowanych przez Małopolski Instytut Kultury.

Pierwsza edycja tej imprezy miała miejsce w 1999 roku, a inspiracją do jej zorganizowania było ustanowienie decyzją Rady Europy – Europejskich Dni Dziedzictwa Kulturowego, imprezy obecnie już corocznie organizowanej w wszystkich krajach europejskich.

Programy pierwszych edycji Małopolskich Dni Dziedzictwa, podobnie do programów EDDK, ograniczały się głównie do zrodzonej we Fran-

Skany okładek publikacji wydanych z okazji kilku ostatnich edycji tych wydarzeń



cji formuły – umożliwienia w czasie ich trwania bezpłatnego zwiedzania różnorodnych wytypowanych obiektów kultury, w tym wielu na co dzień niedostępnych. Z czasem ofertę kolejnych edycji sukcesywnie wzbogacano o różne dodatkowe atrakcje i elementy edukacyjne.

Jedną z najważniejszych innowacji, która spotkała się z dużym zainteresowaniem i cieszy się wielką popularnością, było umożliwienie oprócz zwiedzania indywidualnego, zwiedzania większości udostępnianych obiektów z przewodnikami. Osobami oprowadzającymi bywają zarówno profesjonalni przewodnicy, gospodarze obiektów, jak też pracownicy naukowi lub studenci, zawsze jednak są to osoby doskonale znające historię i walory obiektów i potrafiące interesująco i z pełnym zaangażowaniem o nich opowiadać.

Ze zrozumiałych względów forma zwiedzania z przewodnikiem jest zasadą w przypadku obiektów normalnie niedostępnych, a udostępnionych jedynie w czasie trwania Dni. Również z przewodnikami odbywają się plenerowe spacer edukacyjne po obiektach rozległych, takich jak zabytkowe zespoły miejskie, parki, ogrody czy cmentarze.

Bardzo dużym powodzeniem cieszą się organizowane od kilku lat prelekcje przybliżające historię zwiedzanych obiektów, ich walory artystyczne czy losy ludzi z nimi związanych. I tak np. w czasie ubiegłorocznych i tegorocznych Dni, można było we wszystkich udostępnionych obiektach wysłuchać łącznie kilkunastu prelekcji i oglądać kilka filmów. W wielu przypadkach dla osób słabo słyszących organizowane są również prelekcje w języku migowym.

Innymi atrakcjami uzupełniającymi programy Dni są wystawy plenerowe, wycieczki rowerowe, gry terenowe, pokazy prac rzemieślniczych oraz kiermasze rękodzieła i wyrobów regionalnych.

Zachętą dla najmłodszych są organizowane specjalnie dla nich warsztaty, gry i konkursy.

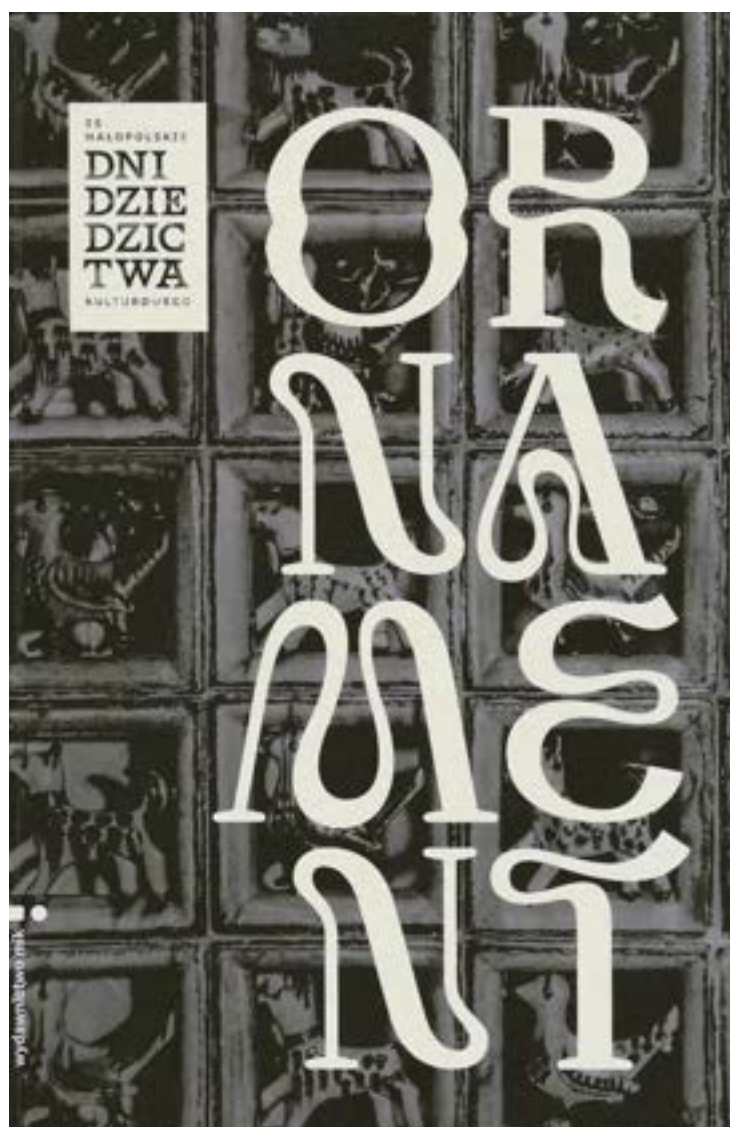
Odrębną i bardzo ważną formą popularyzacji wiedzy o udostępnianych zabytkach jest działalność wydawnicza. Oprócz programów umieszczanych w Internecie głównym źródłem informacji są programy drukowane, które ze względu na bardzo dużą liczbę wydarzeń organizowanych w czasie tych czterech dni są już obecnie broszurami liczącymi po kilkadziesiąt stron. W pierwszych latach, gdy zasadą było zwiedzanie indywidualne, w każdym z udostępnionych zabytków była możliwość otrzymania bezpłatnie drukowanych miniprzewodników. Obecnie, gdy istnieje możliwość skorzystania z o wiele atrakcyjniejszej formy zwiedzania – wysłuchania opowiadań osób oprowadzających – drukowane przewodniki zastąpiono również bezpłatnymi publikacjami beletrystycznymi, zawierającymi eseje lub opowiadania związane ze zwiedzanymi obiektami. Teksty te pisane są przez znanych literatów Barbarę Sandurską, Jakuba Kornhausera, czy jak w ostatnich dwu latach przez laureata nagrody „Nike” – Radosława Raka.

Od paru lat, oprócz poznawania historii i walorów udostępnianych obiektów, położono nacisk na poznawanie losów związanych z nimi ludzi.

I tak np. w ubiegłych latach była możliwość poznania losów niecodziennych, a mało znanych postaci, jak Jan Wnęk, niepiśmienny cieśla ze wsi Odporyszów, pionier lotnictwa i utalentowany rzeźbiarz, reformator religijny i pisarz Faustyn Socyan czy Jan Mleczek i Bolesław Książek, twórcy fenomenu jakim było stworzenie w małej wsi Łysa Góra prężnego ośrodka wytwarzającego ceramikę artystyczną.

W tym roku na liście zwiedzanych obiektów znalazły się m.in. pałac biznesmena Erazma Jerzmanowskiego czy wspaniała, krakowska kamienica handlowca i producenta mebli Józefa Sperlinga. Rzeczywiste i zmyślane losy tych i wielu innych postaci (m.in. rodziny Wierzbickich – aptekarzy z Limanowej), związanych z obiektami w tym roku zwiedzanymi, Radek Rak, dając upust fantazji, splótł w barwną mozaikę w zbiorze opowiadań pt. „Wszystko jasne”, wydany z okazji tegorocznych Dni.

W latach 2008 i 2023 z okazji jubileuszowych, dziesiątej i dwudziestej piątej edycji Dni wydano dwa





piękne, bogato ilustrowane albumy, podsumowujące wydarzenia dotychczasowych edycji.

A jest to już obecnie imponująca liczba przeszło 300 obiektów zlokalizowanych w ok. 250 miej-

scowościach naszego województwa, obejmująca szerokie spektrum zabytków, jak:

- obiekty sakralne: kościoły, zespoły klasztorne, cerkwie, synagogi,
- zamki, pałace, dwory,
- zabytkowe zespoły miejskie,
- gmachy użyteczności publicznej,
- ogrody, parki, rezerваты,
- obiekty przemysłowe,
- cmentarze,
- zabytkowe obiekty militarne,
- domy, muzea i ich kolekcje.

Bogaty i ciekawy program corocznych Dni sprawia, że niezmiennie cieszą się one ogromnym powodzeniem i gromadzą tysięczne rzesze ludzi pragnących poznać historię i kulturę swojego kraju.

Są wyjątkową okazją do pogłębienia wiedzy o swojej „małej Ojczyźnie”, poznania mało znanych faktów historycznych, jak również zwiedzenia niedostępnych na co dzień zabytków.

Imponująca frekwencja – szacowana przez organizatorów na dziesiątki tysięcy zwiedzających – sprawia, że obecnie coraz częściej na wiele wydarzeń konieczna jest wcześniejsza rezerwacja miejsc.

PROJEKT

W okresie od 16 czerwca 2025 do 30 czerwca 2026 Stowarzyszenie Sądecki Uniwersytet Trzeciego Wieku realizuje projekt „Uczymy się przez całe życie!”

Głównym celem zadania jest wzmocnienie aktywności edukacyjnej i wzrost kompetencji osób w wieku 60+, kobiet i mężczyzn, mieszkańców Nowego Sącza oraz powiatu nowosądeckiego poprzez zapewnienie im możliwości skorzystania z oferty różnorodnych zajęć edukacyjno-aktywizujących, odpowiadającej ich oczekiwaniom oraz zainteresowaniom.

W ramach projektu zrealizowane zostaną:

- wykłady tematyczne [6 wykładów],
- warsztaty psychologiczne [2 grupy],
- warsztaty dietetyczne [1 grupa],
- warsztaty edukacji cyfrowej [7 grup],
- warsztaty terenowe z apiterapii [2 grupy].

Zadanie wpisuje się w misję Sądeckiego UTW i jest komplementarne z przedsięwzięciami realizowanymi od ponad 20 lat jego działalności. Ponadto jest ono spójne z kierunkami polityki senioralnej na szczeblu regionalnym i krajowym.

KALENDARIUM

marzec – wrzesień 2025

Jadwiga Banach, Katarzyna Zygmunt

2025-03-05 – Warsztaty „PUE – platforma usług elektronicznych jako narzędzie do kontaktu z ZUS” z ekspertami ZUS O/Nowy Sącz. Organizator – Anna Mieczkowska.

2025-03-06 – Zaproszenie do zapoznania się z informacją o zapisach na zajęcia dodatkowe (aktywności ruchowej) organizowane w okresie marzec – maj.

2025-03-06 – Wykład „Sądeckczyzna – moja miłość”, Marek Ryglewicz, przewodniczący Samorządu Słuchaczy SUTW.

2025-03-08 – Stowarzyszenie Sądecki UTW w okresie 1 marca – 31 grudnia 2025 realizuje projekt „Drogi seniorze, najwspanialsze są ćwiczenia w wodzie”. Projekt realizowany przy wsparciu finansowym Miasta Nowego Sącza.

2025-03-13 – Wykład „Jak współczesna szkoła przygotowuje młodzież do życia w dzisiejszym świecie”, Bogusław Kołcz, prof. oświaty, polonista, dyrektor Zespołu Szkół Akademickich im. Króla Bolesława Chrobrego w Nowym Sączu, współautor podręczników szkolnych.

2025-03-18 – Biuletyn SUTW nr 79 marzec 2025 już wydany.

2025-03-20 – Wyjazd do Teatru im. Stanisława Ignacego Witkiewicza w Zakopanem na spektakl z cyklu: Tatrzańskie, część II: CZŁAPÓWKI-ZAKOPANE wg Andrzeja Struga, scenariusz i reżyseria – Andrzej Dziuk. Dla Teatru to szczególny, jubileuszowy rok – 24 lutego 2025 świętował 40-lecie swojej działalności.

2025-03-21 – Grupa słuchaczy wyruszyła do Muszyny na poszukiwanie pierwszych oznak wiosny z przewodnikiem, słuchaczem SUTW, Aleksandrem Żarnowskim.

2025-04-01 – W okresie od 1 kwietnia do 31 grudnia 2025 Stowarzyszenie Sądecki Uniwersytet Trzeciego Wieku realizuje projekt „Edukacyjne działania kulturalne dla nowosądeckich seniorów”. Projekt realizowany przy wsparciu finansowym Miasta Nowego Sącza.

2025-04-02 – Promocja w SBP Nowy Sącz tomiku wierszy „Wędrowki i powroty” Małgorzaty Doroty Ogorzały, byłej słuchaczki SUTW.

Sursum Corda - Spotkanie organizacyjne dot. wolontariatu

Fot. Arch. SUTW



2025-04-03 – Wykład „Jak ty komu tak on tobie – oddawaj otrzymane dobro”, dr Joanna Jachimowicz, Wydział Nauk Społecznych i Sztuki Akademii Nauk Stosowanych w Nowym Sączu.

2025-04-03 – Przedstawiciele Uzdrowiska Wy-sowa S.A. na spotkaniu z SUTW.

2025-04-08 – Dyskusyjny Klub Filmowy, film „The Opera!” reż. Davide Livermore i Paolo Gep Cucco. Prowadzenie Filip Nowak.

2025-04-10 – Wykład „Roman Sichrawa – burmistrz Nowego Sącza”, dr Jarosław Jakubowski – historyk, redaktor naczelny „Rocznika Sądeckiego”.

2025-04-25 – WSB-NLU w Nowym Sączu zaprosiła słuchaczy na konferencję naukową pt. „Wpływ rozwoju nowych technologii na zdrowie psychiczne: szanse i wyzwania”.

2025-05-01 – Stowarzyszenie Sądecki Uniwersytet Trzeciego Wieku realizuje w okresie 1 maja – 31 października 2025 r. projekt „Małopolska da się lubić!”, w ramach którego zorganizowane zostały trzy tematyczne wycieczki turystyczno-krajoznawcze. Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2025-05-06 – Dyskusyjny Klub Książki dla SUTW w Sądeckiej Bibliotece Publicznej im. Józefa Szujskiego w Nowym Sączu.

2025-05-08 – Grupa słuchaczy SUTW odwiedziła Miodową Klinikę – Światowe Centrum Apiterapii w Kamiannej. Seniorzy m.in. wzięli udział w warsztatach dot. apiterapii, poznali pszczele produkty i zwiedzili ośrodek.

2025-05-12 – XII Seminarium z cyklu „O ZDROWIU SĄDECZAN”, Akademia Nauk Stosowanych w Nowym Sączu (Wydział Lekarski i Nauk o Zdrowiu, ul. Kościuszki 2).

2025-05-15 – Wykład „Dlaczego uczelnie zlokalizowane na peryferiach mogą odnaleźć się w otoczeniu globalnym?”, dr Dariusz Woźniak, prof. WSB-NLU, rektor Wyższej Szkoły Biznesu – National Louis University w Nowym Sączu.

2025-05-19 – Warsztaty wokalnno-teatralne w ramach projektu „Edukacyjne działania kulturalne dla nowosądeckich seniorów”. Prowadzenie Monika Rębilas, absolwentka Akademii Muzycznej w Katowicach wydziału wokalnno-aktorskiego, pedagog, właścicielka RębilasArt – Szkoła Śpiewu i Terapia Głosu. Projekt realizowany przy wsparciu finansowym Miasta Nowego Sącza.

2025-05-19 – Zaproszenie WSB-NLU w Nowym Sączu oraz Stowarzyszenia MANKO dla słuchaczy SUTW do udziału w wydarzeniu „Bezpieczny Senior”.

2025-05-22 – Prezydent Miasta Nowego Sącza Ludomir Handzel oraz Dyrektor Nowosądeckiej

Dzień otwarty Sądeckiego UTW

Fot. Arch. SUTW



Małej Galerii Małgorzata Gułowska zaprosili słuchaczy na artystyczną podróż z Wacławem Jagielskim, czyli oprowadzanie autorskie po wystawie „MOJA SETKA” w Małej Galerii.

2025-05-22 – Grupa Słuchaczy Sądeckiego UTW odwiedziła Uzdrowisko Wysowa SA. Seniorzy wzięli udział w prelekcji na temat prozdrowotnych właściwości wód mineralnych, zwiedzili Ośrodek Biawena, zapoznali się z nowoczesną ofertą Uzdrowiska.

2025-05-23 – Zaproszenie na darmowe warsztaty dla Babć i Dziadków z Pozytywnej Dyscypliny, realizowane w ramach budżetu obywatelskiego Miasta Nowego Sącza.

2025-05-26 – Z inicjatywy Słuchaczy SUTW odbyło się spotkanie integracyjne przy muzyce w Kamionce Wielkiej na terenie rekreacyjnym „Czarna Kępica”. Organizatorzy: Wiesława Osipowicz, Mariusz Szewczuk, Krystyna Ogorzałek, Zuzanna Górka.

2025-05-27 – Dyskusyjny Klub Filmowy, film „Utrata równowagi”, reż. Korek Bojanowski. Prowadzenie: Filip Nowak.

2025-05-29 – Wykład „Zdumiewające pomysły w modzie od średniowiecza po współczesność”, dr Maria Molenda, historyk, kostiumolog, kostiumograf, prezes Fundacji Nomina Rosae Ogród Kultury Dawnej.

2025-06-01 – W okresie 1 czerwca – 31 grudnia 2025 r. Stowarzyszenie Sądecki Uniwersytet Trzeciego Wieku realizował zadanie „Edukultura – cykl warsztatów dla seniorów”. Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2025-06-10 – Dyskusyjny Klub Filmowy, film: „Fenicki Układ” reż. Wes Anderson. Prowadzenie: Filip Nowak.

2025-06-10 – Zakończenie cyklicznych warsztatów dla słuchaczy Sądeckiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku, organizowanych przez Pedagogiczną Bibliotekę Wojewódzką w Nowym Sączu, zostało uświetnione spektaklem teatralnym pt. „Kopciuszek” w wykonaniu dzieci z Miejskiego Przedszkola nr 8 działającego przy Szkole Podstawowej nr 1 im. Adama Mickiewicza.

2025-06-10 – W okresie 10 czerwca – 31 grudnia 2025 r. Stowarzyszenie Sądecki Uniwersytet Trzeciego Wieku realizuje projekt „Seniorze,



do serca przytul psa, na kolana weź kota!”. Projekt zrealizowany przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2025-06-11 – Wydział Nauk Inżynierskich Akademii Nauk Stosowanych w Nowym Sączu zaprosił Słuchaczy SUTW na wykład otwarty „Cyfrowe i Drogowe ABC”.

2025-06-12 – Wykład „Najciekawsze zabytki sztuki na terenie Sądeckizny – architektura, malarstwo, rzeźba”, dr Robert Ślusarek, historyk sztuki, Dyrektor Muzeum Ziemi Sądeckiej.

2025-06-16 – Z okazji zakończenia roku akademickiego SUTW 2024/2025, z inicjatywy słuchaczy (Zuzanny, Krystyny, Wiesławy, Mariusza) zorganizowano spotkanie integracyjne nad rzeką Kamienicą w Nowym Sączu.

2025-06-16 – W okresie 16.06.2025–1.06.2026 Stowarzyszenie Sądecki Uniwersytet Trzeciego Wieku realizuje projekt „Uczymy się przez całe życie”. Działania zaplanowane w projekcie:

- 6 wykładów tematycznych,
- 2 grupy warsztatów psychologicznych,
- 1 grupa warsztatów dietetycznych,
- 7 grup warsztatów edukacji cyfrowej,

- 2 grupy warsztatów terenowych z apiterapii. Zadanie realizowane przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2025-06-17 – Dzień otwarty Sądeckiego UTW – informacje nt. działalności Stowarzyszenia. Spotkanie z członkami Zarządu i Samorządu słuchaczy.

2025-06-23-26 – Udział w obchodach Jubileuszu 50-lecia Uniwersytetów Trzeciego Wieku w Polsce: Złoty Rajd UTW im. prof. Haliny Szwarz, Ogólnopolskie Forum Trzeciego Wieku. Organizator Ogólnopolska Federacja Stowarzyszeń UTW, Nowy Sącz.

2025-06-23 – Podczas obchodów 50-lecia UTW w Polsce nastąpiło podpisanie pierwszego w kraju porozumienia pomiędzy Zakładem Ubezpieczeń Społecznych Oddział w Nowym Sączu, reprezentowanym przez dyrektora Agatę Michalik, a Stowarzyszeniem Sądecki UTW, dotyczącego organizowania wspólnych przedsięwzięć poświęconych promowaniu wiedzy o ubezpieczeniach społecznych oraz rozwijaniu wspólnych inicjatyw: wykładów, warsztatów.

2025-06-26 – Zakończenie roku akademickiego 2024/25. Uroczystą galę rozpoczęło wystąpienie Wiesławy Borczyk – Prezes Stowarzyszenia Sądecki Uniwersytet Trzeciego Wieku. Głównym punktem uroczystości był wykład „Społeczna misja Akademii Nauk Stosowanych w Nowym Sączu w kontekście współpracy z Uniwersytetem

Trzeciego Wieku w Nowym Sączu”, który wygłosił JM Rektor Akademii Nauk Stosowanych w Nowym Sączu dr hab. inż. Józef Ciuła, prof. ANS. Następnie wystąpiła dr hab. Zdzisława Załona, prof. ANS – Przewodnicząca Rady Programowo-Naukowej SUTW. Uroczystość zakończyły podziękowania oraz życzenia udanych wakacji oraz wspólne zdjęcie na schodach MCK Sokół.

2025-06-26 – Biuletyn SUTW nr 80 czerwiec 2025, w wersji papierowej i pdf.

2025-06-30 – Rekrutacja na rok akademicki 2025/2026 dla seniorów z Nowego Sącza i powiatu nowosądeckiego w wieku 60+. Czas trwania rekrutacji: od 30 czerwca do wyczerpania miejsc. Limit: 300 osób.

2025-07-03 – Słuchacze SUTW wzięli udział w wyjeździe edukacyjnym „Średniowieczne skarby jury krakowsko-częstochowskiej”. Przewodnikiem był Aleksander Żarnowski. Wyjazd został zorganizowany w ramach zadania „Małopolska da się lubić!”. Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2025-07-10 – Słuchacze SUTW wzięli udział w wyjeździe edukacyjnym „Dookoła Jeziora Czorszyńskiego”. Przewodnikiem był Aleksander Żarnowski. Wyjazd został zorganizowany w ramach zadania „Małopolska da się lubić!”. Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.





Ognisko na zakończenie roku akademickiego 2024/2025

Fot. Krystyna Słaby

2025-07-16 – Słuchacze SUTW wzięli udział w wyjeździe edukacyjnym „Srebrne miasto – odkrywamy tajemnice Olkusza”. Przewodnikiem był Aleksander Żarnowski. Wyjazd został zorganizowany w ramach zadania „Małopolska da się lubić!” Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2025-07-23 – Porozumienie o kontynuacji współpracy, zawarte w dniu 23 lipca 2025 w Nowym Sączu pomiędzy: Stowarzyszeniem Sądecki Uniwersytet Trzeciego Wieku reprezentowanym przez Wiesławę Borczyk, prezesa Zarządu i Daniela Jachimowicza, wiceprezesa Zarządu a Akademią Nauk Stosowanych w Nowym Sączu, reprezentowaną przez JM dr. hab. inż. Józefa Ciulę, prof. ANS, rektora.

2025-07-29 – Rekrutacja na warsztaty „Kultura dostępna w sieci” (2 grupy). Działanie organizowane było w ramach projektu „Edukultura – cykl warsztatów dla seniorów”. Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2025-08-05 – Warsztaty „Architektura wnętrza”. Działanie zostało zorganizowane w ramach projektu „Edukultura – cykl warsztatów dla seniorów”. Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

2025-08-07 – Spacer edukacyjny po Nowym Sączu pn. „Sanktuarium św. Rity”. Spacer poprowadziła Sylwia Kielusiak – architekt, animator

kultury. Wydarzenie było organizowane w ramach zadania „Edukacyjne działania kulturalne dla nowosądeckich seniorów”. Projekt realizowany był przy wsparciu finansowym Miasta Nowego Sącza.

2025-08-11 – Grupa sportowa SUTW nawet w wakacje nie zwalniała tempa! Nasi sportowcy pod okiem instruktorki Anny Łukasik przygotowali się do tegorocznej Ogólnopolskiej Olimpiady UTW i Organizacji Senioralnych.

2025-08-25 – Trwająca od 30 czerwca 2025 rekrutacja na rok akademicki 2025/26 została zakończona. Limit miejsc, tj. 300 osób, został wyczerpany.

2025-08-30 – Na zaproszenie Prezydenta Miasta Nowego Sącza Ludomira Handzla, grupa słuchaczy SUTW uczestniczyła w uroczystym otwarciu Stadionu Miejskiego.

2025-09-09 - Pierwszy po wakacyjnej przerwie Dyskusyjny Klub Książki dla słuchaczy SUTW organizowany przez Sądecką Bibliotekę Publiczną im. J. Szujskiego w Nowym Sączu. Omawiano książkę Maryli Szymiczekowej „Seans w domu egipskim”.

2025-09-09 - Zaproszenie na zajęcia rękodzieła artystycznego organizowane przez Małopolskie Centrum Kultury SOKÓŁ. Spotkania, które prowadzi Elżbieta Winiarska, odbywają się w poniedziałki, godz. 12.15-15.00 w Galerii BWA.

Z TRASY OLKUSZ-RABSZTYN



Irena Cepielik



„Małopolska da się lubić” – hasło projektu kryje trzy tematyczne wyjazdy edukacyjne, zorganizowane przez SUTW w dniach 3, 10 i 16 lipca 2025 r. Programy wyjazdów opracowano w konsultacji z przewodnikiem Aleksandrem Żarnowskim, który również wystąpił w swojej roli pilota-przewodnika we wszystkich trzech wyjazdach. Na realizację zadań stowarzyszenie otrzymało dofinansowanie z województwa małopolskiego. Uczestniczyłam w ostatniej eskapadzie, więc o niej opowiem.

Przed tym edukacyjnym wyjazdem Olkusz – dla mnie i jak miemam nie tylko – to małe

miasteczko w naszym województwie, o którym rzadko mówią organizatorzy wycieczek. Wyznaję, że nawet hasło zadania *Srebrne miasto Olkusz* nie wywołało u mnie właściwych skojarzeń. Ale już pierwsze zdania naszego przewodnika uświadomiły mi żenujące braki w mojej wiedzy, bo miasto należało do znanych od średniowiecza ośrodków górnictwa kruszców. Wydobywano tu rudę ołowiu, srebra i cynku, i srebro właśnie w obiegowej nazwie sygnalizowało znaczenie miasta. Zaginięcie aktu lokacyjnego nie pozwala wskazać daty powstania Olkusza, ale pierwsza wzmianka z 1257 roku (decyzja króla Bolesława Wstydlivego uposażająca klasztor klarysek w Zawichoście dochodami z olkuskich kopalni)

Sluchacze zwiedzają Muzeum – Podziemny Olkusz

Fot. Arch. SUTW



nie pozostawia wątpliwości, że miasto musiało istnieć wiele lat wcześniej. Znacząca jest też data 1356, gdy król Kazimierz Wielki powołuje Olkusz do składu w Sądzie Sześciu Miast – najwyższej instancji sądownictwa, potwierdzając prestiż miasta. Z innych źródeł wiadomo, że gród otoczono murem kamiennym i fosą, piętnaście baszt oraz dwie bramy strzegły bezpieczeństwa. W 1374 roku Elżbieta Łokietkówna nadała miastom górniczym przywilej korzystania ze zbioru praw górniczych, co przyczyniło się do bogacenia się gwarów. Wśród olkuskich byli tacy, którzy kształcili swoich synów na uczelniach krajowych i zagranicznych. Sławę zyskali Marcin Bylica pełniący funkcję nadwornego astronoma na dworze węgierskiego króla Macieja Korwina oraz Marcin Biem, profesor Akademii Krakowskiej, który wniósł wkład w reformę kalendarza juliańskiego. Na przełomie XIV/XV wieku dobrą passę przerwało wyczerpanie płytko położonych złóż i woda zalewająca głębsze. Budowa sztolni odwadniających rozwiązała problem i miasto szybko wróciło do czołówek miast górniczych. W roku 1579 powstała tu mennica królewska. Olkuszanie mieli wtedy własną monetę – trójak.

Poważny kryzys spowodowały działania wojenne i klęski żywiołowe w XVII i XVIII wieku. Miasto zdewastowali Szwedzi, potem wojska rosyjskie, częste były pożary.

Po utworzeniu Księstwa Warszawskiego skarb państwa wstrzymał dotacje na rozwój górnictwa, co skutkowało kolejnym regresem. Skutecznym lekiem była budowa linii kolejowej, która połączyła Olkusz z wieloma miastami na trasie magistrali warszawsko-wiedeńskiej. Dzięki połączeniu z Zagłębiem, Górnym Śląskiem i Krakowem austriacki przemysłowiec uruchomił tu w roku 1907 znaną fabrykę naczyń emaliowanych, a zarządzający górnictwem wprowadzili specjalizację poszczególnych szybów. Nastąpił szybki rozwój przemysłu, mieszkańcy masowo podejmowali pracę w fabrykach. Miasto piękniało. Otwarto tu pierwszą w Królestwie Polskim szkołę rzemieślniczą, utworzono Ochotniczą Straż Pożarną, Koło Polskiego Towarzystwa Krajoznawczego otworło muzeum. Prowadzone ba-



Muzeum - Podziemny Olkusz

Fot. Arch. SUTW

dania wskazywały na wyczerpywanie się złóż. Lokalne przedsiębiorstwo Śląskie Kopalnie i Cynkownie zdecydowało w roku 1931 o zamknięciu kopalń i hut. Okupanci podczas wojny wznowili wydobywanie, a rabunkowy charakter tej działalności doprowadził do zdewastowania zakładów wydobywczych i przetwórczych. Na szczęście po wyzwoleniu odkryto nowe pokłady rud cynku, a przeprowadzona odbudowa i modernizacja bazy umożliwiła otwarcie kopalni Olkusz. Otwarta w latach sześćdziesiątych pracowała do roku 2003. Najmłodsza kopalnia Pomorzany powstała w roku 1974, od roku 2020 jest w stanie likwidacji. W mieście trwa „generalny remont”, więc nie mogliśmy podziwiać średniowiecznego rynku i Starówki. Mogliśmy skorzystać z trasy *Podziemny Olkusz*, zobaczyć zrekonstruowaną basztę i spory fragment murów obronnych, sfotografować któregoś gwarka z trasy *Olkusz – śladem gwarków*.

Podziemne trasy stały się w ostatnich latach modnym chwytem marketingowym, olkuska atrakcja jest stosunkowo młoda, ale korzysta ze wszystkich znanych rozwiązań. Zanim przewodniczka muzeum zilustrowała historię miasta i jego mieszkańców, zatrzymała nas



Fot. Arch. SUTW

przy makiecie obrazującej średniowieczny wygląd miasta, wiele uwagi poświęciła budynkom wokół rynku. Szczególną uwagę zwróciła na ratusz, gdzie były: siedziba władz, kancelaria oraz więzienie miejskie. Na trasie obejrzelśmy stare dokumenty, ryciny i mapy, w piwnicach dawnej wieży ciśnię – filmy poświęcone powstaniu złóż rud ołowiu i srebra. Zwróciliśmy uwagę na zgromadzone w odrębnej sali repliki urządzeń górniczych: kierat, płuczka, paternoster, a także przyrządu astronoma – astrolabium. Korytarz obudowany drewnianymi belkami przypomina olkuskie sztolnie, które umożliwiały odpływ wody z kopalni. Pracownia probiercza pokazuje, jak badano jakość wydobywanych metali, jak oddzielano z kruszców srebro. Były też gabloty ze znalezionymi podczas prac wykopaliskowych naczyniami i kaflami oraz przedmiotami codziennego użytku. W sali tortur umieszczono miecz, gęsior i szczypce, większe wrażenie robił spis tortur. Srebrna komnata z repliką srebrnego krzyża ufundowanego przez gwarków dla miejscowego kościoła ma być dowodem na bogactwo tej grupy. Do kościoła św. Andrzeja przewodniczka wielokrotnie nawiązywała w swoim komentarzu, dlatego trudno nam było pojąć, dlaczego nie mogliśmy wejść do gotyckiej świątyni, zamkniętej na głucho (wejście tylko po wcześniejszej rezerwacji).

W naszym ambitnym planie były inne atrakcje: zwiedzanie zamku w Rabsztynie oraz chaty Kocjana.

Zamek Rabsztyn znajduje się kilka kilometrów od Olkusza, na wysokiej wapiennej skale zwanej Skalą Kruczą (z niemieckiego Rabenstein), i leży na Szlaku Orlich Gniazd. W XIII wieku wybudowano zamek górny, średni i dolny.

W miejscu tego ostatniego na przełomie XVI/XVII w. wybudowano renesansowy pałac. Spalony przez Szwedów popadł w ruinę. Bezlistnie obeszła się z zamkiem historia. Obecnie oglądamy zachowane mury, bramę wjazdową, fragment zrekonstruowanego zamku górnego z wieżą i tarasem widokowym oraz piwnice zamku średniego.

Chata Kocjana mieści się u podnóża zamku i jest dowodem pamięci mieszkańców województwa o zasłużonym obywatelu tej ziemi Antonim Kocjanie – inżynierze i konstruktorze szybowców, żołnierzu AK, który przyczynił się do złamania tajemnicy niemieckich rakiet V1 i V2. W drewnianej, rodzinnej chacie bohatera, przeniesionej tu ze wsi Skalskie, zgrupowano materiały dotyczące jego życia i działalności. W tytule ekspozycji umieszczono hasło: *Człowiek, który wygrał II wojnę światową* (chyba jednak nie do końca przemysłane przy całym szacunku dla jego zasług i męczeńskiej śmierci). Wyposażenie pozostałych izb stanowi zbiór ilustrujący urządzenie domu i gospodarstwa, regionalne stroje i zwyczaje z tamtego okresu.

Chciałabym jeszcze kiedyś wrócić do Olkusza, by osobiście wybrać do zwiedzania któreś z licznych w Olkuszu muzeów: afrykanistyczne, minerałów i skamieniałości, regionalne, twórczości Władysława Wołkowskiego („Michał Anioł wikliny”). Szczególnie to ostatnie ma kuszącą ekspozycję.

Wdzięczni jesteśmy panu Żarnowskiemu za wypełnianie każdej wolnej minuty na trasie przewodnickimi informacjami, a pani Kasi za troskliwą opiekę nad grupą.

MAŁOPOLSKA DA SIĘ LUBIĆ!

DOKOŁA JEZIORA CZORSZTYŃSKIEGO



Fot. Barbara Gieróń



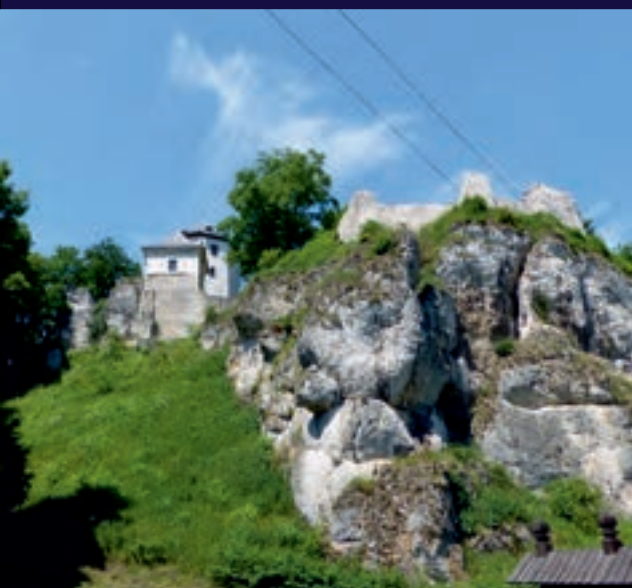
SREBRNE MIASTO – ODKRYWAMY TAJEMNICE OLKUSZA

Fot. Barbara Gieróń



ŚREDNIOWIECZNE SKARBY JURY KRAKOWSKO-CZĘSTOCHOWSKIEJ

Fot. Elżbieta Cabak



EDUKULTURA CYKL WARSZTATÓW DLA SENIORÓW

ARCHITEKTURA WNĘTRZ

Fot. Józef Bartkowski, Arch. SUTW



KULTURA DOSTĘPNA W SIECI

Fot. Arch. SUTW



KULTURALNA
MAŁOPOLSKA

Projekt zrealizowano przy wsparciu finansowym
Województwa Małopolskiego