



Zbliżają się Święta Bożego Narodzenia !

Życzymy Państwu aby czas spędzony w gronie najbliższych wypełniony był spokojem, miłością i ciepłem rodzinnym. Niech świąteczny nastrój sprawi, że będziemy dla siebie bardziej serdeczni, życzliwi, pełni wiary i optymizmu. Z nadzieją spoglądamy w przyszłość, niech Nowy 2022 Rok obdarzy dobrym zdrowiem, spełnia marzenia, daje satysfakcję i siły do pokonywania nowych wyzwań. Dobrego Roku!

Redakcja biuletynu Bez Limitu

## Odszedł wspaniały człowiek...



Przemierzaliśmy szlaki ziemi kłodzkiej podczas wyjazdu studyjnego, gdy dotarła do nas bardzo smutna wiadomość o śmierci naszego redakcyjnego kolegi Władysława Gawlińskiego. Miał przecież być z nami, odwołał swój udział w ostatniej chwili. Zaskoczenie i żal, że już nigdy nie spotkamy się w pełnym redakcyjnym składzie, bo Władysław przemierza już niebiańskie szlaki.

Władysław Gawliński urodził się w Żywcu-Zabłociu 29 maja 1930 roku. Przez pewien czas mieszkał ze swoimi rodzicami w Węgierskiej Górcie, jednak większość swojego życia związał z Zabłociem.

Stąd pochodzili jego dziadkowie, a po skończeniu studiów stąd dojeżdżał do pracy w żywieckim browarze, w którym pracował 40 lat. Po przejściu na emeryturę przez piętnaście lat oprowadzał wycieczki zwiedzające browar. Z pewnością długoletni związek z tematem browarnictwa przyczynił się do jego

kolekcjonerskiej pasji. Pasją tą stało się zbieranie naczyń do picia piwa: szklanych, porcelanowych, fajansowych, jak również urządzeń do nalewania piwa, beczek do przechowywania, butelek, kapsli, etykiet, transporterów do piwa, z których najstarszy pamięta czasy Habsburgów. Ekspozyty z kolekcji Władysława pochodziły z Polski, ale również z wielu innych krajów. Zbiory zawierają kufle z krajów europejskich, ale i z Japonii, Rwandy, USA, Australii. Najwięcej jest kufli czeskich i niemieckich. Prawie czterysta spośród eksponatów Władysław przekazał do Muzeum Browaru w Żywcu. Właściciel kolekcji liczącej ponad 4000 eksponatów był jednym z pomysłodawców Międzynarodowej Gieldy Birofilów w Żywcu.

Z wielkim rozrzewaniem wspominam, jak ciekawie Władysław potrafił opowiadać o swojej kolekcji. Każdy eksponat niósł jakąś historię i jakby ożywał w ręce kolekcjonera. Związek z Zabłociem przejawiał się w życiu Władysława poprzez jego zainteresowanie historią swojej Małej Ojczyzny. Znał ją i potrafił przedstawiać oraz opisywać w bardzo interesujący sposób. Artykuły w naszym biuletynie, których był autorem, będą na zawsze odzwierciedleniem jego wiedzy i zaangażowania oraz będą przypominać nasze spotkania w Żywieckiej Fundacji Rozwoju.

Z wielkim żalem rozstajemy się z Władysławem, ale jesteśmy wdzięczni losowi, że postawił go na naszej drodze i na zawsze zapamiętamy redakcyjnego kolegę jako człowieka bardzo miłego, mądrego, pełnego skromności a jednocześnie klasy.

W imieniu Redakcji BIULETYNU BEZ LIMITU

Alicja Dyduch

Foto: Piotr Trzmielewski

## Święta Bożego Narodzenia we wspomnieniach mieszkańców DPS



Foto: Archiwum DPS

Najlepsze wspomnienia Świąt Bożego Narodzenia to święta z dzieciństwa, kiedy w mroźne popołudnie i wieczór wigilijny Ojciec robił obrządki w oborze. Zawsze twierdził, że zwierzęta muszą być zadbane. Mama z kolei przygotowywała wigilię, mianowicie karpia, żurek, pierogi, dzielono się opłatkiem. Oczywiście było nakrycie dla niespodziewanego gościa. Czują jeszcze to ciepło z pieca kaflowego i blask choinki. A z oddali słychać było dzwoneczki i kolędy. I tak powoli upływały święta.

Pan Zenon Kozieł

Moje wspomnienia ze Świąt Bożego Narodzenia to zapach pieczonego ciasta i żywej choinki z lasu, na której zawieszano ozdoby takie jak kolorowy łańcuch, orzechy, jabłka, długie cukierki sople, szyszki z choinek, a później już były bombki, takie wklęsłe w środku i piękny szpic na górę choinki. Zapinało się też świeczki na takich spinaczach i zapalało, trzeba było uważać, żeby choinka się nie zapaliła. Były też symboliczne prezenty pod choinką, zazwyczaj coś z ubrania na głowę (czapka lub szal, rękawiczki), w której się szło na pasterkę,

a bywało 30 stopni mrozu. Oczywiście buty musiały być wyczyszczone na święta. Wigilię zaczynało się przeważnie o 18:00, ale zależy, jak czas pokazał. Ojciec zaczynał modlitwą, a na końcu wigilii było łamanie opłatka i życzenia, wszystko musiało być na miejscu, żeby nie odchodzić od stołu. Jedno wolne miejsce dla gościa (spóźnionego), siano, pieniądze na stole. Potrawy to zupa rybna, grysik, kapusta z grzybami postna, groch z kapustą, barszcz, kompot z pieczek suszonych, chałka, mleko i ryba (karp lub inna) w panierce, orzechy, miód, jabłka i kołecz z serem, jabłkami. Drugi dzień świąt to były życzenia po sąsiadach, do rodziny, gdzie zawsze wpadło coś dobrego lub pieniądze. Był to czas odwiedzin wzajemnych i radości. Jeszcze było wychodzenie do obory do bydła z opłatkiem, bo o północy zwierzęta mówiły ludzkim głosem.

Pani Zofia Wielgosz

W naszym rodzinnym domu dzieci chętnie pomagały w przygotowaniach do wieczery wigilijnej. Najpierw trzeba było przynieść duży stół z szufladami, do których wkładało się siano, ziemniaki i pieniądze, żeby ich nam nigdy nie brakowało. Po wojnie na skromnym stole wigilijnym podawano chleb, opłatek, jabłka, owoce i rybę, którą wcześniej musieli w rzece złowić moi starsi bracia. Zupę buraczaną podawano z ziemniakami.

Mama piekła na święta ciasto z jabłkami, ale nie jedliśmy go podczas wieczery wigilijnej, bo jedzenie miało być postne. Na wigilię schodziło się całe rodzeństwo (było nas 8). Składaliśmy sobie życzenia, pod choinką nie było żadnych prezentów. Mimo że doskwierała nam bieda (mama wychowywała nas sama, tata zmarł w czasie wojny), zawsze kiedy odwiedzali nas kolędnicy, mama nie żałowała im grosza i dzieliła się tym, co miała. Mówiła, że to na szczęście, że dobro zawsze powraca do człowieka.... W moich wspomnieniach Święta są skromne, ale piękne, pełne dobroci.

Pani Julia Sołtysik

Pamiętam, że podczas wigilijnej wieczery nie mogła nikomu spaść ze stołu łyżka, bo to wróżyło nieszczęście. Podobnie jak świeca, która zgasała podczas tej kolacji. Obowiązkowo na stole musiało znaleźć się dodatkowe nakrycie dla niespodziewanego gościa.

Pan Stanisław Raczek

Tydzień przed świętami w naszym gospodarstwie odbywało się świniobicie. Mama gotowała zupę kwaśnicę z rybich głów na wigilijny wieczór. Obowiązkowo śpiewało się kolędy. W dzień Św. Szczepana kolędowało się z gałązką jodły po wszystkich sąsiadach. Zawsze było gwarno i wesoło.

Pan Jacek Dobija

### W blasku choinki

Przeżywamy teraz szczególny okres naszego życia. Może nie do końca tak, jakbyśmy sobie wymarzyli. Ale cóż, cieszymy się i z tego, co nam los ofiarował. Wielu z nas nie zasiadło wieczorem do wspólnego stołu ze swoją ukochaną rodziną. Dla wielu Wigilia zakończyła się jeszcze przed południem. Świętowali wspólnie z osobami samotnymi, podczas uroczystej Wigilii dla osób samotnych. Może było bardzo uroczyste. Był ksiądz i przedstawiciel lokalnej władzy. Ale najbliższej rodziny koło nas nie było. Już po południu, kiedy dla innych uroczyste święta się jeszcze nie zaczęły, dla nas już się skończyły.

Każdy wracał do swojej samotni, by doczekać końca tych świątecznych dni.

Wielu z nas miało szczęście, by zasiąść wieczorem ze swoją najbliższą rodziną.

Ale czy przeżyli ten czas we wzajemnej życzliwości?

Rodzina łamała się z wami opłatkiem, życząc wam szczerze, by się spełniło to, czego oni od was oczekują. A to nie do końca były wasze marzenia.

Jeszcze przed południem rozdzwonił się telefon. Najbliżsi złożyli niewiele różniące się od siebie świąteczne życzenia. Jednak pamiętali i teraz mają już z głowy.

Czy ten wieczór musi być smutny? Nie spędzaj świątecznego czasu, wypatrując przez okno swoich wspomnień z czasów, które już nie powrócą. Ja spróbowałam złożyć telefonicznie życzenia tym moim znajomym, których podejrzewam, że spędzają podobnie jak ja ten czas w osamotnieniu.

A może komuś sprawię miłą niespodziankę? A może osoby, które znam i wiem, że nie są osamotnione, los odsunął od ukochanej rodziny. Dopiero przyjmą mój gest z ulgą i wiarą w drugiego człowieka.

A może okaże się, że masz dzięki tej rozmowie okazję ciekawie spędzić z kimś ten świąteczny okres.

Dobro wraca. Jeżeli mnie zabraknie, może ktoś z żalem będzie mnie wspominał. Gdyż zdarza się niezdarzko, że odejście człowieka przyjmowane jest z ulgą przez najbliższych.

Życzę Wam wszystkim, moi mili,

Byśmy ten rozpoczynający rok do końca przeżyli

Niech ten szczególny wieczór, zakończy się miło.

Zaspiewajmy wspólnie najnowszą Żywiecką Kolędę. I cieszymy się tym, że jeszcze jesteśmy.

Wasz Radek





## KOŁĘDA POWIATOWA



O północy Aniolowie  
byli wczoraj na Kukowie  
Na pastuszków zawołali,  
żeby czym prędzej brali  
-do Betlejem

Idą z pieśnią pastuszkowie,  
ci co byli na Kukowie  
I po drodze ogłaszają,  
wszystkich z sobą zachęcają  
- do podróży.

Kto tu pierwszy odda chwałę,  
przywita Dziecinę małą  
I Maryję Matkę Jego  
oraz Józefa starego  
-opiekuna.

Pierwsi idą Gilowianie,  
a za nimi Ślemienianie,  
Łękawianie dobiegają,  
Rychwałdzanów zachęcają  
- do podróży.

Pewłanie się dowiedzieli,  
Rychwałdkowi powiedzieli,  
Świnną, Mutnę zawołali  
i tak razem wędrowali  
- do Betlejem.

W Jeleśni na pociąg wsiedli,  
Aby czym prędzej dobiegli  
Nie chcieli być ostatnimi,  
to chociaż towarowymi  
- pojechali

Żywiec- miasto powiatowe  
do drogi już jest gotowe  
nie chcieli brać autprzymusem  
pojechali autobusem  
- do Betlejem.

Radziechowy z Wieprzanami  
Godziszka z Lipowianami  
Stary Żywiec i Zabłocie  
dobiegają w czoła pocie  
- do gromady.

Wszyscy z całej Żywiecczyny  
śpieszą do Bożej Dzieciny,  
Podarki ze sobą niosą  
I Dziecinie w żłobie złożą  
-na ofiary.

Gilowianie z cielętami,  
Łękawianie z prosiętami  
Rychwałdzanie- masło , sery,  
bo to naród bardzo szczery,  
-do ofiary.

A zaś nasi Ślemienianie  
pomyśleli też o sianie,  
Kocowanie słomę dali,  
by osiołkom pościelali  
- w stajeneczce

Korbielowianie z grabiami  
Koszarawa z rogołkami,  
z Przyborowa nic nie mieli,  
i konika przysłać chcieli,  
- drewnianego

Juszczynianie z kopaczkami,  
Węgierska Górka z jajami,  
Sopotnianie mieli kozę,  
to ją wiodą na powrozie  
-do Betlejem

Jeleśnianie wołek płótna,  
bo Matuła bardzo smutna,  
Dziecinie na pieluszczyki  
i na ciepłe koszuleczki  
- ofiarują

Zadzielanie wiozą ryby,  
Kocierzanie owies, grzyby,  
zaś Czernichów z jagodami  
połączył się z Treśnianiami,  
-razem wiozą

A zaś chłopci z Moszczanicy ,  
wiozą żyto i pszenice,  
urodzaje wielkie mieli,  
więc Dziecinie oddać chcieli  
- na ofiarę.

Chłopi z Rajczy i Milówki,  
wiozą suszone borówki,  
a zaś z Cisca i Cięciny,  
wiozą poleć wieprzowiny  
-Dzieciąteczku.

Pietrzykowice z miotłami,  
Zarzeczanie z koszyczkami,  
Z PKS-u nic nie mieli,  
więc „BIEDRONKĘ“ posłać  
chcieli  
- Dzieciąteczku.

A Żywieckie Międzybrodzie  
z szybowcem szło hen po lodzie,  
Wpadli pod lód, bo był cienki,  
przyszli mokrzy do stajenki  
- z ofiarami

A Gilowscy Rozcięcianie  
wiozą zająca na sianie,  
którego upolowali,  
naboi nie żalowali  
-dla Dzieciny

A zaś nasi Łysinianie  
wiozą drzewo na baranie,  
By w stajence było ciepło  
i zająca się upiekło  
-na śniadanie.

Gdzie tu złożyć wszystkie dary?  
w kłopcie jest Józef stary,  
Lalicanów zawołali ,  
aby pajtę zbudowali  
- na te dary.

Łysinianie drzewa dali,  
Rozcięcianie ociesali,  
Kocowanie postawili,  
Kukowianie pownosili  
-wszystkie dary.

Żywiecczyna to górale,  
ale mają dobrą wolę,  
Dziecinie się spodobali,  
Błogosławieństwo dostali



Koło Emerytów i Rencistów nr 7 w Rychwałdzie powstało w październiku 2019 roku. Na chwilę obecną liczy sobie 110 członków z Rychwałdu i Gilowic. Jesteśmy największym Kołem Emerytów w gminie Gilowice, dlatego czujemy się Kołem Gminnym. W skład zarządu weszli: Wiesiek Przygoda przewodniczący, Krystyna Satława skarbnik, członkowie zarządu: Wiesław Kopacz, Anna Dudek, Jan Małysiak, Andrzej Gibas, Józef Gałuszka.

Jesteśmy kołem samodzielnym i finansujemy się sami, lubimy się bawić i zwiedzać regiony Polski, co daje odzwierciedlenie w naszych wyjazdach, zabawach, wycieczkach i spotkaniach oraz daje przykład naszej społecznej pracy. Koło Emerytów przez dwuletni okres swojego istnienia (niestety czas pandemiczny) bardzo dużo podróżowało i uczestniczyło w wielu spotkaniach. Oto przykłady:

1. wieczorek zapoznawczy Koła nr 7;
2. kolędowanie w restauracji Bilard w Gilowicach;
3. pokaz iluzjonisty dla członków Koła oraz ich wnuczków;
4. spotkanie w restauracji Bilard z okazji Dnia Kobiet;
5. grillowanie na posesji pana Jana Małysiaka z dobrym kucharzem i pysznym prosiakiem;
6. wyjazd na wczasy do Giżycka połączony z wieczorkami, zwiedzaniem - bunkier Hitlera, Święta Lipka, Augustów oraz Mikołajki;
7. grillowanie na posesji A. Dudek;
8. comiesięczne wyprawy na kijki w Rychwałdzie, w Gilowicach i nad jeziorem;
9. wycieczka dwudniowa do Łańcuta i okolic;
10. termy chochołowskie;
11. termy w Białej Tatrzańskiej;
12. Sylwester w strażnicy w Rychwałdzie;
13. wyjazd do Zakopanego, zwiedzanie miasta oraz kulig;
14. wyjazd do Chorzowa na operetkę z okazji Dnia Kobiet;
15. wycieczka dwudniowa do Kłodzka i okolic, Błędne Skały;
16. wczasy w Świnoujściu, wczasy w Lebie;
17. wycieczka do Kazimierza Dolnego;
18. zabawa taneczna w sali bankietowej Belweder w Gilowicach z okazji Dnia Seniora;
19. wyjazd na zaproszenie do Koła Emerytów w Limanowej i precudna zabawa;
20. wyjazd na wycieczkę do Rabki i pokazy zbójników i górali oraz wspaniała zabawa.

Kochani, to jest część naszej pracy społecznej. Mogę zdradzić rąbek tajemnicy - pod koniec maja lecimy na wczasy do Grecji. Troszkę się pochwalili, ale tak jest naprawdę.

Wykonujemy również pracę charytatywną na rzecz ludzi i dzieci potrzebujących. Wykonaliśmy zbiórkę pieniędzy na rzecz Mai Ormaniec na operację w USA oraz dla Lidii Błachut z Rychwałdu, na pomoc w leczeniu dziecka.

Na koniec powiem bez ogródek: wspaniałe koło, wspaniali ludzie i precudowna atmosfera. Nawiązaliśmy kontakty partnerskie z kołem z Limanowej oraz z kołem z Kwidzyna. Myślę, że współpraca będzie układała się jak najlepiej. Kiedyś w programie w Telewizji Polskiej Katowice powiedziałem, że największym naszym celem jest wyciągnąć ludzi starszych z domu. I to nam się udało. Brawo Koło nr 7 Rychwałd. Pozdrawiamy wszystkich Seniorów.



Foto: Archiwum Koła nr 7

Przewodniczący Wiesław Przygoda

## Gminna Rada Seniorów – sposób na pobudzenie aktywności obywatelskiej osób starszych

Gminne Rady Seniorów to kolejna, obok Klubów Seniorów czy też Uniwersytetów Trzeciego Wieku, forma aktywizacji osób starszych w społeczności lokalnej. Po mającej miejsce w 2013 r. nowelizacji ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie powiatowym status rad senioralnych uzyskał ramy prawne w art. 5 c tejże ustawy. Dostrzeżono tym samym potrzebę zaangażowania osób starszych w życiu społecznym gminy, a także wykorzystania ich potencjału na tworzenie solidarności międzypokoleniowej.

Gminna Rada Seniorów pełni w gminie funkcje konsultacyjne, doradcze oraz inicjatywne. Opiniowanie aktów prawa miejscowego, lokalnych strategii oraz programów, możliwość zgłaszania organom gminy swoich uwag lub sugestii, bądź proponowanie konkretnych działań czy też przedsięwzięć, szczególnie w obszarze funkcjonowania osób starszych czyni Gminną Radę Seniorów realnym uczestnikiem życia społecznego, gospodarczego i kulturalnego w gminie.

Wyłączną kompetencję utworzenia Rady Seniorów otrzymał organ uchwałodawczy, a więc Rada Gminy, która może podjąć taką uchwałę z własnej inicjatywy lub na wniosek zainteresowanych środowisk. Podczas powoływania do istnienia pierwszej Gminnej Rady Seniorów, Rada Gminy przyjmuje również w drodze uchwały jej statut. Ustawa o samorządzie gminnym dosyć ogólnie wskazuje, iż statut określa tryb wyboru członków i zasady działania, dążąc do wykorzystania potencjału działających organizacji osób starszych oraz podmiotów działających na rzecz osób starszych, a także zapewnia sprawny sposób wyboru członków Gminnej Rady Seniorów.

Niewątpliwie każdy statut powinien określać szczegółowe cele oraz sposób ich realizacji, a także kompetencje rady. Kolejnym elementem statutu jest skład rady. Zgodnie z ustawą o samorządzie gminnym, Rada Seniorów składa się z przedstawicieli osób starszych oraz przedstawicieli podmiotów działających na rzecz osób starszych, w szczególności przedstawicieli organizacji pozarządowych oraz podmiotów prowadzących Uniwersytety Trzeciego Wieku. Dlatego też statut powinien uwzględnić powyższy zapis przy określaniu środowisk reprezentowanych w Radzie Seniorów, a także podmiotów mogących dokonywać zgłoszenia przedstawicieli. Można również określić prawa, obowiązki członków rady, a także przesłanki wygaśnięcia mandatu.

Ze względu na reprezentatywny charakter Rady Seniorów, statut powinien również określać tryb wyboru członków do rady, począwszy od podanego do publicznej wiadomości zarządzenia wójta (burmistrza lub prezydenta) o wyborach do gminnej rady seniorów ze wskazaniem zasad zgłaszania kandydatów, reprezentowanych środowisk, terminu dokonywania zgłoszeń oraz formy zatwierdzenia ostatecznego składu osobowego rady.

Ostatnim ważnym elementem statutu powinno być określenie organizacji pracy rady, w tym częstotliwość oraz inicjatywa zwoływania posiedzenia rady, zasady głosowania, tryb wyboru przewodniczącego rady (ewentualnie również wiceprzewodniczącego oraz sekretarza) oraz jego kompetencje.

W procesie tworzenia Gminnych Rad Seniorów, począwszy od samego pomysłu powstania takiego podmiotu, powinny aktywnie uczestniczyć wszystkie lokalne środowiska seniorów ze wsparciem i zaangażowaniem samorządów gminnych. Tylko wspólne określenie potrzeb i środków ich realizacji pozwoli na sprawne i efektywne funkcjonowanie Gminnych Rad Seniorów.

Wicestarosta Stanisław Kucharczyk

### III FORUM ORGANIZACJI POZARZĄDOWYCH

#### "Wspólnie Dla Żywieczyny"

Coroczne spotkanie odbyło się 13 grudnia 2021 w Klubie Papiernik w Żywcu, w ramach projektu Działaj bez limitu Żywieckiej Fundacji Rozwoju z programu Aktywni + Ministerstwa Rodziny Pracy i Polityki Społecznej. Z przyjemnością gościliśmy na forum Starostę Stanisława Kucharczyka oraz Burmistrza Żywca Antoniego Szlagora. Forum NGO, które jest wpisane w projekt, koordynowała Anna Barabasz.

Projekt ten okazał się po raz kolejny doskonałym przykładem współpracy i promocji działań na rzecz środowiska senioralnego. Pierwszą część zdominowały grupy senioralne. Redakcja biuletynu „Bez limitu”, który od 2019 roku jest ukochanym „dzieckiem” projektu, przedstawiła multimedialną prezentację swoich możliwości. Zobaczyliśmy również niezwykle piękne reportaże autorstwa Justyny Miodońskiej i Anny Barabasz o aktywności grup senioralnych: Towarzystwa Miłośników Gilowic, Żywieckich Amazonek, Wspólnoty DPS-u z Żywca, Malarek z Jeleśni, ekipy „MOC-nych” z Rychwałdu i członków Asysty Żywieckiej.

Część drugą poświęconą Wolontariatowi Senioralnemu poprowadziła Teresa Cimała z Żywieckiego Centrum Wolontariatu w panelu dyskusyjnym z gośćmi Piotrem Topińskim, Antonim Kubalicą i Haliną Kowal. Były to bardzo ciekawe informacje o tym, jak krzewić wolontariat wśród seniorów i na rzecz seniorów.

Forum to również możliwość wymiany doświadczeń, podzielenia się tym co się udaje, co dobre, jak udoskonalać i promować dobre przykłady senioralnych działań. Cieszy nas, że na przekór nieprzychylnemu czasowi covid daliśmy radę podzielić się swoimi osiągnięciami. Jesteśmy pełni nadziei, że dzięki wymianie doświadczeń czekają nas fascynujące projekty, które będą służyć wszystkim mieszkańcom naszego powiatu.

W kolejnej części Anna Zięba i Anna Jaferniki podsumowały Działaj Lokalnie filmem z 15 lat działania i omówiły 15 projektów, które były realizowane w bieżącym roku. Rozstrzygnięto konkurs „Opowiedz” i zaprezentowano nagrodzone filmy.

III Forum NGO zakończono nastrojowym koncertem Mai i Mata Kwiatkowskich. Do zobaczenia za rok.

Foto: M, i J Zyańscy, I. Wójcik

Mariola Zyańska



# INICJATYWY SENIORALNE

## ZDROWIE NA PLUS

Celem projektu „Zdrowie na plus” było zorganizowanie przez grupę seniorów w Gminie Gilowice działań nastawionych na aktywizację osób starszych, w szczególności 60+. Aktywizacja polegała na zaproszeniu mieszkańców Powiatu Żywieckiego do aktywnego udziału i tworzenia dwóch wydarzeń nastawionych na dbanie o zdrowie:

1. Spotkanie seniorów, osób chorujących na raka lub ich rodzin ze specjalistą w dziedzinie leczenia onkologicznego dr. n. med. Rafałem Muchackim: Podkreślenie czym jest choroba? Jak walczyć? Jak radzić sobie z codziennością? Rak, to diagnoza, a nie wyrok! Spotkanie ze specjalistką od pielęgnacji skóry w chorobach onkologicznych (w szczególności skóry głowy i włosów) panią Dorotą Zapalską.

2. Warsztaty ze zdrowego żywienia opierające się na przygotowaniu zdrowych posiłków osób starszych, opartych na znajomości diety polecanej osobom starszym.

Projekt realizowany przez grupę nieformalną „Ekipa GG” przy GOK Gilowice, w składzie: Irena Wójcik – Żywieckie Amazonki, Maria Grzegorzek – KGW Rychwałd, Andrzej Drobisz – sołtys wsi Gilowice, Gabriela Kolonko – dyrektor GOK Gilowice



Foto: Janusz Zyzański

## KREATYWNE WARSZTATY

„Myśli zaczerpnięte z poezji Magdaleny Zawady przelane na papier i płótno” realizowane w klubie Seniora w Jelesni. Celem projektu było poznanie wartości literackich Twórców z Gminy Jelesnia poprzez zorganizowane warsztaty kreatywnego pisania; prezentację utworów własnych Seniorek, przedstawienie myśli przewodnich zawartych w wybranych wierszach Magdaleny Zawady i wykonanie obrazów farbą olejną na płótnie na wzór akwarel autorstwa Magdaleny Zawady. Zorganizowany został konkurs twórczości własnej Seniorów oraz spotkanie z Szymonem Wróblem – reżyserem, dziennikarzem, pisarzem. Dzięki zastosowaniu różnorodnych form i metod pracy na spotkaniach w Klubie Seniora w Jelesni zachęciliśmy Seniorów do uczestnictwa w ciekawych zajęciach, rozwijania własnych umiejętności, pogłębiania wiedzy, poczucia własnej wartości i przydatności społecznej.

Dziękujemy za współpracę, z pozdrowieniami  
Teresa Szewczyk i Małgosia Dudys.



## SKĄD IDZIEMY? DOKĄD ZMIERZAMY?

Grant realizowany przez zespół wnioskujący "My som z stela" został zrealizowany zgodnie z wcześniej przyjętym planem, przy współpracy z Gminnym Ośrodkiem Kultury w Świnnej, Gminnym Kołem Emerytów, Rencistów i Inwalidów w Świnnej, Uniwersytetem Trzeciego Wieku GOK Świnna, Beskidzkim Centrum Nauki w Świnna, UG Świnna i KGW Świnna.

W jego realizacji uczestniczyło łącznie około 40 seniorów z terenu Gminy Świnna.

W ramach projektu odbyły się cztery spotkania w tym: Wyjazd i prelekcja pod hasłem "Cudze chwalicie ...", Spotkanie edukacyjno-integracyjne „Teatr na dłoni”, projekcja sztuki „Gość oczekiwany”- dyskusja z reżyserką spektaklu i odtwórcami głównych ról, Turniej Talentów Senior 2021 – prezentacje indywidualne, karaoke dla seniorów, turniej tańca, „Na zdrowie” – prezentacja multimedialna ziół i roślin leczniczych występujących w Beskidzie Żywieckim

## Na zdrowie - prezentacja multimedialna



Foto: Archiwum DPS

## DPS ARTY

W ramach zadania odbyły się warsztaty florystyczne dla mieszkańców Domu Pomocy Społecznej w Żywcu. Uczestnicy warsztatów wykonali pod okiem profesjonalnego florysty stroiki na groby. Wykorzystując naturalne materiały, np. liście, szyszki oraz misy i ceramiczne elementy ozdobne, zostały wykonane ozdobne dekoracje na groby byłych mieszkańców DPS. Następnie na podstawie zdobytych umiejętności w ramach zajęć terapeutycznych zostały wykonane dekoracje świąteczne. Aby poszerzyć wiedzę na temat kompozycji florystycznych zorganizowaliśmy też warsztaty, podczas których wykonane zostały jesienne dekoracje sali na spotkanie z okazji Dnia Pracownika Socjalnego oraz wianki świąteczne, dekoracje ekologiczne przeznaczone do pokoi mieszkańców.

## CZARY MARY CZYLI OBUDŹ W SOBIE ARTYSTĘ

Grupa Nieformalna „MOC-ni” Rychwałd: Janusz Zyzański, Irena Wójcik, Mariola Zyzańska. Artystyczna randka - WARSZTATY DECOUPAGE głównie dla pań z KGW Rychwałd i Żywieckich Amazonek to co tygodniowe wyjście z domu w listopadowe środy dla osób, które chciały obcować ze sztuką, **chciały obudzić w sobie artystę**. Warunek był taki, aby ten czas sprawiał ludziom radość, przyjemność, żeby doświadczali czegoś nowego, czyli czary mary paluszkami. Zajęcia, obudziły artystę w każdym. Było to wartościowe spędzenie czasu i radość tworzenia a najważniejsze, że wszyscy chcą nadal „czarować”.



Foto: Renata Due



# Sprawozdanie z wyjazdu studyjnego po Ziemi Kłodzkiej

## zespołu redakcyjnego BIULETYNU BEZ LIMITU

29 listopada pod skrzydłami Żywieckiej Fundacji Rozwoju rozpoczęliśmy wizytę studyjną po różnych zakątkach Ziemi Kłodzkiej. Listopadowy Żywiec zęgnaliśmy jeszcze szarą, jesienną pogodą, ale już w połowie drogi przywitała nas zimowa aura.



Foto: Mariola Zyańska

Pierwszym miejscem pobytu był pokryty świeżym białym puchem Lądek Zdrój, znane uzdrowisko z unikalnymi w skali europejskiej ciepłymi źródłami mineralnymi. W mieście tym, przyciągającym od lat wielu artystów, odwiedziliśmy Studio Fotografii i Pamiątek Pani Marzeny Zawal. Ta niezwykła Pani fotograf wykonuje zdjęcia osób, które mogą założyć stroje z różnych epok. Klient jest podany fachowej stylizacji, a potem już tylko pozuje i pozuje. Z efektami pracy mogliśmy się zapoznać dzięki licznym fotografiom i nie tylko.... Wieczorem w świetle latarni mogliśmy podziwiać uroki wybielonego pierwszym śniegiem uzdrowiska, o którym w liście z 1800 roku John Quincy Adams, szósty prezydent Stanów Zjednoczonych Ameryki Północnej napisał: „Nie widziałem nigdy uzdrowiska, którego położenie miało wygląd bardziej obliczony na zachowanie czy przywrócenie zdrowia niż Lądek.”

Następnym miejscem naszej szkoleniowej podróży była miejscowość Radochów. Tam

w uroczym położonej restauracji zjedliśmy smaczny obiad, natomiast po nim nie było sjęsty ani drzemki, tylko bardzo ciekawe spotkanie z przedstawicielami (nie przedstawicielkami ponieważ w kole jest 3 mężczyzn) Koła Gospodyń Wiejskich - Śnieżniczki w Starej Morawie. Wysłuchaliśmy informacji o tym, czym zajmują się członkowie koła, obejrzelśmy ręcznie robioną biżuterię. Bardzo zainteresowała nas przewodnicząca KGW, jednocześnie sołtys - liczącej zaledwie 120 mieszkańców- Starej Morawy - Pani Marzena Stołypko. Małeńka miejscowość posiada bardzo operatywną, świetnie przygotowaną do pełnienia swojej funkcji Panią Sołtys, która oprócz niesamowitego zapału, kreatywności i świetnego kontaktu z mieszkańcami, może poszczycić się dwoma fakultetami, z których jeden szczególnie przygotował Panią Marzenę do kontaktu zarówno z mieszkańcami, jak i władzami samorządowymi. Spotkanie było bardzo ciekawe i inspirujące.

W drugim dniu naszej wizyty spotkaliśmy się z przedstawicielami Gminy Kłodzko: wójtem Zbigniewem Turem, przewodniczącym Rady Gminy Ryszardem Jastrzębskim oraz członkami Gminnej Rady Seniorów, w tym przewodniczącą Haliną Studnik. Dzięki spotkaniu mogliśmy dowiedzieć się, jak wybiera się Gminną Radę Seniorów, jak działa ona obecnie, czym się zajmuje i jak wygląda współpraca seniorów z samorządem oraz informacje dotyczące ogólnopolskiej karty seniora. Spotkanie było ciekawe, serdeczne i inspirujące.

Po południu wróciliśmy do Lądka Zdroju a tam z kawą i ciasteczkami czekali na nas przedstawiciele Związku Emerytów i Rencistów. Po przywitaniu przez prezesa Bolesława Bombę i wzajemnym przedstawieniu się, mogliśmy zapoznać się z działalnością seniorów, przeglądając bogate w wydarzenia kroniki, obficie wypełnione pięknymi fotografiami. Ta organizacja senioralna jest najprężniej działającą i najliczniejszą organizacją pozarządową na terenie gminy. Organizuje spotkania z przedstawicielami różnych dziedzin kultury i nauki, władzami samorządowymi i po prostu ciekawymi ludźmi, jak również warsztaty, konkursy, pokazy multimedialne i projekcje filmowe, spotkania okolicznościowe, pikniki, festyny, wieczorki taneczne, wycieczki. Jej członkowie uczestniczyli w wielu kursach: języka czeskiego, komputerowych, samoobrony, fotograficznych i szkoleniach: nordic walking, udzielania pierwszej pomocy, z wiedzy o Unii Europejskiej, w warsztatach rękodzielniczych. Organizacja posiada utworzony i modernizowany przez członków teren rekreacyjny, na którym członkowie wybudowali profesjonalne boisko do gry w bule. Od pięciu lat odbywają się tu organizowane przez Oddział otwarte turnieje bule.

Trzeciego dnia udaliśmy się do Bystrzycy Kłodzkiej. Po krótkim spacerze po mieście odwiedziliśmy tamtejszą Bibliotekę Publiczną. Tam o wszystkich bardzo licznych i ciekawych projektach opowiedział nam dyrektor Robert Duma. Udowodnił on, że biblioteka jest nowoczesnym centrum informacji, komunikacji społecznej, wiedzy, kultury i edukacji. Pan Robert Duma jest jednocześnie prezesem Towarzystwa Miłośników Gorzanowa, które ma swą siedzibę w Niepublicznej Szkole Podstawowej w Gorzanowie. Zwiedziliśmy tę szkołę, a w niej pracownię ceramiki z wieloma ręcznie wytworzonymi pracami uczniów. W szkole jest Lokalny Ośrodek Wiedzy i Edukacji LOWE. Gorzanów to niewielka miejscowość. W szkole uczy się około 60 uczniów, ale realizuje ona projekt „Z małej szkoły w wielki świat”.

Na wizycie w szkole podstawowej nasz pobyt na Ziemi Kłodzkiej nie zakończył się.

Pozostała jeszcze niedawno odkryta perła architektury renesansowej - Pałac w Gorzanowie. To unikat w skali Europy Środkowej. Powstał w połowie XVII wieku, ale już 100 lat wcześniej istniał tutaj dwór. Przy budowie pałacu prace prowadzili włoscy architekci, mistrzowie budowlani. Tak powstawał chyba największy pałac na Ziemi Kłodzkiej, z ogrodami i parkiem oraz zabudowaniami gospodarczymi. Okres wojenny pałac przetrwał w dobrym stanie. Po wojnie przeszedł na własność Skarbu Państwa. Od tego czasu następowała powolna, acz sukcesywna dewastacja. Wywieziono z niego wszystko, co było cenne. Budynek niszczał, zasiedlony przez nowych lokatorów mieszkań. Raz po raz pojawiały się plany na pałacu Gorzanów, np. zdrojowy (w okolicy są się tego nie podjął i pałac latach 80 był już w roku pałac kupiła fundacja, tego miejsca. Zaczęła podnoszeniem zabytku z odnowiono wieżę, która zrekonstruowano dach i wschodnim i zachodnim, i przemurowano ogromną Stopniowo do budynku polichromie oraz teatr. Do na tym głównie skupiają się wolontariuszy pracujących przywrócić tradycje wernisaże, spektakle, targi starania o pozyskanie funduszy.



Foto: Ewa Bachman

Pałac w Gorzanowie był ostatnim punktem naszej ciekawej i inspirującej podróży po Ziemi Kłodzkiej oraz zachętą, aby tam powrócić.



Foto: Janusz Zyzański

Pasjonat pszczelarstwa - o kim mowa? Moim i państwa gościem jest **Pan Zdzisław Gąsiorek**, członek zarządu Międzygminnego Beskidzkiego Koła Pszczelarzy w Gilowicach.

**Irena Wójcik: Jak rozpoczęła się Pana przygoda z pszczelarstwem?**

**Zdzisław Gąsiorek:** Zawsze się kiedyś coś zaczyna. Mieszkałem w Bytomiu. Przyszedł czas na emeryturę, a pracowałem 32 lata w górnictwie, w Kopalni "Centrum". Po przeprowadzce do Gilowic chciałem się czymś zainteresować. Człowiek szuka swojego miejsca i chciałem mieć jakieś zajęcie, ogród, przede wszystkim trzeba wypełnić wolny czas. Spotkałem się z panem Adamkiem, teraz już niestety świętej pamięci, zachęcił mnie, wpisał do Koła, wprowadził w tematy... i to były takie pierwsze koty za płoty. Jestem w Kole ponad 20 lat i czuję, że dalej trzeba zgłębiać tajniki pszczelarstwa. One są takie nie zbadanej takie nieprzebrane w swojej treści. Ludzie odkrywają to przez tysiąclecia i w dalszym ciągu nie wiemy wszystkiego o pszczołach, dlatego jest to takie pasjonujące, takie ciekawe, tak ujmujące.

**I. W. Jak to się stało, że urzekła pana taka mała pszczołka?**

**Z. G.** Wybrałem może z przypadku. To nie jest tak, że akurat urzekły mnie pszczoły, szukałem dla siebie miejsca, czegoś, co wypełniłoby mi czas. Pierwszym sygnałem było poznanie tajników pszczoł, jakie to są mądre stworzenia. Wtedy poczułem tę pszczołę, zobaczyłem ją, jaka jest naprawdę, piękna i ciekawa. To mnie urzekło.

**I. W. Czy zima to trudny okres dla pszczoł i pszczelarza?**

**Z. G.** Powiedzmy, że dla pszczelarza to jest zapomnienie o pszczelarstwie. Pszczoły w zimie same sobie radzą, ale pszczelarz musi przygotować pszczoły do zimowania, pomóc im przetrwać. Pszczoła przez cały swój okres bytowania i zimowania musi się żywić. Sama tyle nanieś w ciągu sezonu pokarmu, że może i to powinno jej wystarczyć. Pszczelarz jest przebiegły. Miód i wszystkie inne produkty po prostu im podkłada. Pszczoły by nie miały jedzenia, dlatego pszczelarze muszą pasiekę, pszczoły, ule przygotować do zimowania. Kupujemy gotowy syrop albo robimy taki zacier: litr wody na kilogram cukru i to dajemy do ula. Przez cały okres zimowy konsumują to, co im pszczelarz da. Rola pszczelarza jest taka, żeby przy sprzyjających warunkach sprawdzał, czy nie brakuje im jedzenia. W razie potrzeby należy znowu podkarmić i wtedy stosuje się tak zwane ciasto. To im powinno wystarczyć.

**I. W. Ile pni liczy Pana pasieka?**

**Z. G.** Zaczynałem od jednego. W tej chwili mam 10 uli. Uważam, że miód to jest dla mnie, dla mojej rodziny, dla moich krewnych i ewentualnie znajomych. Dlatego 10 uli dla mnie jest wystarczające. Na terenie Gilowic nie ma dobrych warunków dla pszczelarzy. Warunki stwarza sobie natura, a oprócz tego pszczelarz czy ludzie powinni przez swoje działania stwarzać dla pszczoł dobre warunki. Muszą być odpowiednie rośliny i to jest największa sprawa, że o tym się mało mówi. Uważam, że jedną z najważniejszych rzeczy, które my - jako pszczelarze, jako społeczeństwo - musimy zrozumieć, to pomagać ekosystemowi dla stworzenia lepszych warunków.

**I. W. Jest Pan miłośnikiem pszczoł, a czy jest Pan również miłośnikiem miodu, czy w rodzinie pszczelarza miód odgrywa dużą rolę i czy często gości na stole?**

**Z. G.** Powiem tak, moja rodzina, nie wiem czy wszyscy, mówię o domownikach, cukru nie używam w codziennym spożyciu czy do kawy, czy herbaty, czy do innych produktów, w domu króluje miód. Tak to już weszło w nawyk.

**I. W. Jaki jest pana ulubiony gatunek miodu?**

**Z. G.** Powiem tak, że nie mam specjalnie ulubionych. Tutaj nie ma warunków, żeby sobie człowiek wybierał. Jest to, co pszczoła przyniesie. Ja uważam za najlepsze miody wielokwiatowe, taki miód ma różnorodne właściwości. Gdyby była duża ilość drzew lipowych czy akacjowych w jednym rejonie, to pszczoły mogłyby mieć z tego pożytek. Ale takie drzewa się też wycina. Jest jeszcze bardzo dobry miód spadziowy, szczególnie spadziowy leśny. Jest liściasty i iglasty.

**I. W. Mówią, że praca przy pszczołach na świeżym powietrzu to sprawdzona recepta na długowieczność. Czy zgadza się pan z tym stwierdzeniem?**

**Z. G.** Trudno mi powiedzieć (śmiech). Może to jest prawda, ale trudno to się robi. Jest tyle w tej chwili chorób cywilizacyjnych, że... no nie wiem... może i tak. Obserwuję pszczelarzy, którzy są wiekowi 80, 85 i starsi. Odwiedzają nas, w dalszym ciągu bawią się, dla nich jest to hobby i zabawa, cieszą się tym wszystkim. Póki będzie zdrowie, można pracować, muszą być sprawne nogi, ręce i oczy.

**I. W. Słyszeliśmy, że są różne rasy pszczoł, ma pan jakąś taką jedną rasę ulubioną?**

**Z. G.** Nie mam takiej rasy, ja po prostu podchodzę do tego trochę tak hobbystycznie. Ale ktoś coś wymyślił, że będzie miał lepszą rasę, że będzie miał więcej miodu. Nie wiem, czy to sprawdzają. Generalnie u nas króluje rasa krainka, to taki typ podstawowy pszczoły. Są inne, prawda, ale powiem, że nie mam przekonania. Pszczelarze też różnie do tego podchodzą. Krainka się tu przyjęła i generalnie pszczelarze na niej bazują.

**I. W. Co Pan uzna za swój największy pszczelarski sukces?**

**Z. G.** Sukces... sukcesem dla mnie jest to, że mam się czym zająć. Mogę z kolegami porozmawiać, cieszyć się tym, co oni mają. Mogę podzielić się spostrzeżeniami. I to jest mój sukces.

**I. W. Czego mogę panu życzyć w Nowym Roku, jakie ma Pan plany na najbliższe lata?**

**Z. G.** Jeżeli człowiek ma jakieś życzenia, to najważniejsze jest zdrowie. Trzeba więc o to zdrowie dbać. Nasze myśli będą się kręcić wokół pszczoł, będziemy się nimi cieszyli, będziemy się cieszyli wszystkim wokół nas. Tyle tu jest piękna, trudno tego nie widzieć, nie umieć tego docenić. Zobaczyć te chmurki, zobaczyć te ptaszki, zobaczyć te nasze pszczołki. Przepiękna rzecz, te Boże stworzenia. Ja patrzę i myślę... Boże, jaki ty musisz być wielki, no... nie ogarniam, że możemy podziwiać takie piękno, które nam pozostawiłeś. To taka konkluzja.

**I. W.** Panu Zdzisławowi życzymy dużo zdrowia, radości, sił i przyjemności z pracy wśród swoich „skrzydlatych przyjaciół”.

**Całemu Kołu Międzygminnemu Pszczelarzy w Gilowicach życzymy, ażeby pszczoły były zdrowe i miód lał się strumieniami!**



Foto: Irena Wójcik