



ECHO SENIORA

DODATEK DO INFORMATORA
JANOWICKIEGO

nr 4/2017 (5) grudzień 2017 wydawnictwo bezpłatne

Drodzy Seniorzy!

**Życzymy Wam świąt przepelnionych radością i miłością, niosących spokój i odpoczynek,
Nowego Roku spełniającego wszelkie marzenia, przynoszącego zdrowie,
pełnego optymizmu, wiary, szczęścia i powodzenia!**

MIĘDZYPOKOLENIOWY KALEJDOSKOP UMIEJĘTNOŚCI

Jesień w Janowicach obfituje w propozycje dla seniorów. 19 października zakończona została na placu przy świetlicy wiejskiej „Rudawy” mikroinicjatywa seniorów „Biesiadowanie pod Kasztanem”, a już 4 tygodnie później również w świetlicy rozpoczął się krótki, miesięczny projekt pn. „Międzypokoleniowy kalejdoskop umiejętności”.



Autorkami projektu są trzy panie— Krystyna Pisarska opiekun świetlicy, seniorka Irena Bajek oraz reprezentantka młodego pokolenia - Sonia Wójcicka-Wolf, która jeszcze kilka lat temu uczęszczała do świetlicy, a teraz, jako mama wróciła tu ze swoimi dziećmi. Panie jako



„Międzypokoleniowy Team” zgłosiły swój projekt w konkursie



„Dolnośląskie Małe Granty” i jako jedno z ponad 40 grup (na ok. 470 zgłoszeń) dostały dofinansowanie. Działania projektowe obejmują pięć międzypokoleniowych warsztatów związanych tematycznie z okresem świąt Bożego Narodzenia.



W programie znalazły się warsztaty robienia kartek okolicznościowych, warsztaty pieczenia i dekorowania pierników, warsztaty mydlarskie, malowanie kubków ceramicznych oraz pakowanie prezentów.



Wykonane lub ozdobione własnoręcznie wyroby każdy mógł wziąć do domu, ale część rękodzieł została przekazana na kiermasz, który odbędzie się 17 grudnia przed Wigilią w świetlicy „Rudawy”.



Seniorzy mają ogromne doświadczenie i powinni wykorzystywać ten potencjał w kontaktach z dziećmi i młodzieżą. Jest to też okazja do wzajemnego poznawania się, nauka szacunku w stosunku do starszych osób i cierpliwości w stosunku do dzieci. Obie strony mają duży potencjał i warto wykorzystać go do kolejnych inicjatyw, które pozwolą na rozwijanie międzypokoleniowej współpracy. Realizacja tej międzypokoleniowej inicjatywy

Wszystkie zajęcia prowadzili społecznie mieszkańcy naszej gminy— seniorzy, osoby z pokolenia rodziców oraz młodzież. Serdecznie dziękujemy Im za zaangażowanie oraz poświęcenie swojego czasu.

Krystyna Pisarska



ŚWIĄTECZNE WSPOMNIENIA

Osiem lat temu uczennice janowickiego GZS biorąc udział w ogólnopolskim konkursie „Historia Bliska” przeprowadziły wiele wywiadów z seniorami z naszej gminy na temat ich Małych Ojczyzn i zebrały te wywiady w pracy „Kręte drogi prowadzą do Janowic”. Autorki zdobyły II miejsce, a ich kilkudziesięciostronicowa praca jest dostępna na stronie internetowej gminy – zakładka gmina/publikacje. Zachęcając do przeczytania całości, prezentujemy fragmenty dotyczące Świąt Bożego Narodzenia w czasach dzieciństwa janowickich seniorów, w miejscach Polski w okresie międzywojennym...

„Musiało być 12 potraw obowiązkowo, oczywiście siano pod obrusem i później się wyciągało źdźbła siana, jak długo będzie się żyło. Taki był zwyczaj. Dziadek mój zawsze szedł z opłatkiem do obory, do stajni, żeby poczęstować inwentarz opłatkiem, już nie mówiąc tego, że zawsze słuchoał o północy, czy się skarżą i czy mówią, czy nie mówią. Do kościoła na pasterkę jechało się sanna, ponieważ były stada wilków. Jechały 2-3 pary sań, wszyscy tam panowie mieli strzelby, a oprócz tego były takie zapalone pochodnie, kagańce, bo to wilki ognia się boją. Do kościoła ciemną nocą z tymi kagańcami,

dzwońce dzwoniły, bo konie jechały w takich chomątach z dzwonkami. Tu wszyscy byli w szubach niedźwiedzich, zakryci po sam nos, konie czasami były jeszcze przykryte taką siateczką, narzucaną na konie, żeby ładnie wyglądało i tak się jechało na pasterkę.” (p. Jerzy Krajewski).

„Czekało się na te święta. I dzieci czekały i wszyscy czekali, ponieważ był okres, że coś lepszego można było zjeść. Czyli po prostu biały chleb, czyli bardziej tłusta potrawa. Było jakieś tam ciasto, jakieś tam mięso, jakieś lepsze jedzenie. Choinka była. Robiło się z papieru różne aniołki. Dużo rzeczy robiono ze słomy, ze słomy żytniej, taka gruba była słoma. Prezenty – ja pamiętam, że na prezent kiedyś dostałem jabłko, to się bardzo cieszyłem. Może czasem cukierka. Po wsi chodzili kolednicy i ja chodziłem, jakiś grosik ktoś dał. Śpiewaliśmy przed oknami, ludzie dawali mam jakieś pieniążki, czasem ciasto, czasem cukierka”. (p. Z b i g n i e w P a w ę s k a)

„Domy specjalnie się zdobiło na święta. U nas nie było choinek, w kacie stał dorodny snopek zboża.

U góry było żyto, pszenica, owies, jęczmień i gryka. I to stało tak w kacie, a na podłodze, na tym klepisku było pełno słomy. Na Nowy Rok tatuś przynosił gałązkę z sosny. Były pajaki ze słomy pod sufitem. Słomki, kwiaty z papieru. A kwiatki to się robiło według szklanki, przecinało się i na ołówek nakręcało, sklejało, w środek dwie dziurki, ścisnęło się i wychodził kwiatek. Robiło się też koszyczki z zapalek. Potrawy były różne, bardzo dużo było klusek z makiem, były pyzy, były kapuśniaki. Kapuśniaki, to kapusta była gotowana z grzybami, było ciasto drożdżowe robione w piecu chlebowym. Jak się chleb robi, to później się wkładało kapuśniaki i to się piekło. Był barszcz czerwony, była zupa grzybowa, były pierogi, były kartofle, fasola, przede wszystkim było bardzo dużo suszu.” (p. Helena Swachta)

„To były piękne czasy, piękne wspomnienia. Nic człowiek tak nie przeżywa, jak wraca do wspomnień, bo to jest tak pogodne, tak piękne, tak malownicze, tak inne jak teraz, że tego już nie będzie, to się już przeżyło. Bo dzieciństwo w moim pojęciu to beztroska.” (p. Janina Rucka)

fragmenty wybrała Krystyna Pisarska

BIESIADA POD KASZTANEM

W piękny październikowe popołudnie na zaproszenie seniorów spotkaliśmy się na placu przy świetlicy wiejskiej „Rudawy” w Janowicach, aby uroczystie otworzyć „Zakątek Seniora” z piecem chlebowym. Mieszkańcy dopisali - byli seniorzy, dzieci, młodzież i ich rodzice, były też Władze Gminy: Wójt, Sekretarz, zaproszenie przyjęli również Dyrektor Szkoły, Radni, przedstawiciele Rady Sołeckiej. Było sympatycznie i wesoło. Zespół Bolczowianie zaśpiewał kilka piosenek i wciągnął wszystkich do śpiewu i zabawy. Były też podziękowania dla twórców

Pieca - Panów: Ryszarda Wnuka, Kazimierza Angielskiego oraz wszystkich, którzy przyczynili się do jego powstania. Każdy z gości mógł wypróbować wypieków z pieca, chleb smakował wybornie, zwłaszcza, że masło do chleba zrobiono własnoręcznie, tradycyjnie w maselnicy ze śmietany przekazanej w podarunku od Państwa Pławiaków z Miedzianki. Świeży, chrupiący chlebek z prawdziwym masłem to dawno zapomniany smak, nawet, jeśli skórka się troszkę przypaliła. Młodzi bacznie obserwowali te poczynania, a nam zależało, aby przybliżyć Im tradycję, gdy masło i chleb robiło się w każdym gospodarstwie. Uroczystość uświetniły tort który przygotowały Panie: Małgosia

Dudela i Jej Mama. Na stołach były też wypieki naszych senierek.

Dawno nie było w Janowicach imprezy, na której integracja mieszkańców byłaby tak zauważalna.

Mam nadzieję, że jeszcze niejedna taka biesiada się przydarzy i będzie rozweselać i umilać nam życie.



Uczestniczka Biesiady - Irena Bajek

SENIOR POTRAFI



Bronisława Kruze pochodzi z Zabłocia koło Cieszyna. W Janowicach zamieszkała jako 12-letnia dziewczynka w 1946 roku, kiedy Jej ojciec dostał pracę na kolei. Tu skończyła szkołę, tu pracowała przez całe życie, najpierw w Gminnej Radzie Narodowej, później, po 6 latach przerwy na wychowywanie dzieci rozpoczęła pracę w Zakładzie Gospodarki Komunalnej i Mieszkaniowej. Ukończyła też Studium dla Kierowników Osiedli Mieszkaniowych. Na pół etatu pracowała w janowickim kinie.

Przez całe życie pasją Pani Broni były ręczne robótki, których nauczyła się od Niemki podczas 5-letniego przebywania w czasie II wojny światowej w Niemczech, gdzie Rodzice trafili na przymusowe roboty. Robiła na drutach i na szydełku przez kilkadziesiąt lat, dopóki pozwalało Jej na to zdrowie.

Pani Bronia jest pierwszą z seniorek, które w 2006 roku rozpoczęły w janowickiej świetlicy łączenie pokoleń. Przez wszystkie te lata uczestniczyła systematycznie w spotkaniach międzypokoleniowych przekazując młodym swoje umiejętności.



Bogumił Markowski zamieszkał w Janowicach w 1953 r. jako pięciolatek. Jest absolwentem Technikum Mechanicznego, a później Politechniki Wrocławskiej.

Z pasji i powołania turysta, włóczęga, autostopowicz. Współtwórca grupy rajdowej „Janowickie Demony” znanej na górskich rajdach całej Polski. Ma uprawnienia organizatora turystyki, jest przewodnikiem sudeckim po polskiej i czeskiej stronie, przewodnikiem nizinnym (terenowym) na terenie całej Polski, pilotem wycieczek krajowych i zagranicznych, instruktorem narciarskim II kl. Ma uprawnienia przewodnika po Czeskiej Republice z Praga, Łużycach Niemieckich i Górnej Saksonii z Dreznem.

Przez wiele lat obejmował turystyczną opieką szkołę w Janowicach oraz kilka szkół w Jeleniej Górze.

Od dawna promował Miedziankę i jej historię m.in. w programach w TVP Wrocław redagowanych przez Bogdana Naukę.

Lubi bezinteresownie pomagać ludziom potrzebującym pomocy—wtedy wie, że warto żyć w tym zakłamanym świecie.

spisała: Krystyna Pisarska

NASZ FELIETON

Święta, święta...

Grudzień –
i znowu zima
Nadchodzi wielkim krokiem
Wkoło srebrzyście i biało
Jak tylko sięgnąć okiem.

Rodzinne święta blisko
Odwiedzin nadszedł czas
Wnuki jadą do babci
By uszczęśliwić nas.

Więc szybko
zbieram się w sobie
I pracy robię plan
Trzeba dom przygotować
Choć coraz mniej sił już mam.

Myć okna, prać firany
I zajrzeć w każdy kąt
Chodniki, dywany
są brudne
A to błąd.

Szuflady przejrzeć
wszystkie
I szafki w kuchni też
Na strychu zrobić przegląd
A spacer – toż to grzech!

Książkę schowaj głęboko
Gazeta to Twój wróg
Trzeba zrobić zakupy
Chociaż padam już z nóg.

Sudoku leży odłogiem
Krzyżówka także nietknięta
Sąsiadka woła na kawę
Odpowiadam – po świętach!

Odkurzę zaraz dywany
Wypoleruję podłogi
Umyję sedes i wannę
Przetnę drzwi oraz progi.

Poukładałam skarpety
Halki i biustonosze
Wyprasuję koszule
Ach, jak ja świąt nie znoszę!

Nastawiłam już barszczyk
Z ryby wybrałam ości
Mąż zrobił dobry pasztet
Mogę czekać na gości.

Roboty jeszcze dużo,
Gołąbki, bigos, a ciasta?
Jeszcze mięsa i śledzik
No i ćwikła – rzecz jasna!

A tu jeszcze warzywa
Czekają na skrojenie
A mnie męczy katar
I w nogach mrowienie.

Kochana rodzinka
Cudowne wnuczęta
Ale jak to dobrze
Że nieczęsto są święta!

Raz w zimie, raz w lecie
Czyli razem dwa
Dobrze, że choć wtedy
O porządek się dba!

Irena Bajek

POSTULATY SENIORÓW

Mamy kolejne prośby od seniorów:

- potrzebny jest **dyżurny numer telefonu** (dla wszystkich mieszkańców gminy) w razie nagłych awarii (np. wodociągowych), sytuacji nadzwyczajnych itp.
- seniorzy proszą o **objazdową bibliotekę**. Takie inicjatywy są już znane w Polsce i cieszą się zainteresowaniem wśród osób starszych, chorych, niesprawnych ruchowo, do których, zarówno w miastach jak i na wsi, książki są dowożone przez pracowników bibliotek.

WESOŁE JEST ŻYCIE SENIORA

Dowcipy wyszperał i przysposobił *K. Angielski*

Dziadek jest z wizytą u wnuczka i pyta:
- no i jak się chowasz, Pawełku

Wnuczek na to:

- Niedobrze. Bardzo się staram, ale mama zawsze mnie znajdzie i wykąpie.

Dziadek do Babci:

- już 50 lat jesteśmy po ślubie, a jeszcze nigdy nie zrobiłaś mi tak dobrej kawy, jak dzisiaj

Babcia:

- zostaw, to moja!

Dziadek do Babci:

- Jaki ja byłem głupi, że się z Tobą ożeniłem!

- Masz rację, ale ja byłem wtedy zakochana i tego nie zauważyłam.

Wnuczek do dziadka:

- Dziadku, wczoraj słyszałem, jak starsi mówili między sobą, że Ty nie masz polisy ubezpieczeniowej. Dlaczego nie masz?

Dziadek: - Bo chcę, abyście na moim pogrzebie wszyscy płakali!

PRZEPISY NASZYCH SENIORÓW PASZTECIKI

Nasze Panie przygotowały dwie wersje pasztecików. Do ciasta można dodać dowolny farsz. Podawać z barszczem.



Przepis I (ciasto drożdżowe): 2 szklanki mąki, szczypta soli, łyżeczka cukru, 2 jajka, szklanka mleka. Drożdże rozpuścić w mleku, dodać cukier, wsypać mąkę, dodać jajka, wyrobić, poczekać aż urośnie. Wykrawać kwadraty lub kółka, dodać farsz, zawinąć, piec w piekarniku.

Przepis II (ciasto kruche): 0,5 kg mąki, 10 dag żółtego sera, 2 żółtka, łyżeczka soli, łyżeczka proszku do pieczenia, kostka margaryny,



śmietana 18 %, jogurt. Z podanych składników zarobić ciasto dodając tyle śmietany/jogurtu, aby było takie, jak na pierogi. Najlepiej odstawić na 1 dzień do lodówki. Wałkować, nałożyć farsz, zawinąć, kroić na plastry. Piec w średnio nagrzanym piekarniku. Z tego samego ciasta zrobić paluszki słone lub słodkie.



PORADNIK SENIORA

RODZAJE MĄKI

Jako, że święta za pasem i będziemy zajmować się wypiekami, warto przypomnieć zastosowanie różnych rodzajów mąki:

- mąka wrocławska—na ciasta drożdżowe, francuskie, półfrancuskie, naleśniki
- mąka poznańska - na kluski, pierogi, pizzę, zasmażki i do sosów
- mąka luksusowa (lekka) - na ciasta drożdżowe i smażone
- mąka tortowa—na ciasta biszkoptowe
- mąka krupczatka—na ciasta kruche, półkruche,
- mąka gryczana - na racuchy, bliny, naleśniki francuskie i jako dodatek do mąki pszennej

Pamiętajmy też, że drożdże świeże rozrabiamy w letniej wodzie, mleku, maślanie, natomiast sól, cukier i inne przyprawy sypujemy wprost do mąki.

wyszperał: *Kazimierz Angielski*

MASZ PYTANIE -ZADZWOŃ!

Urząd Gminy - tel. 75 75 15 124

Dzielnicowy - tel. 75 75 15 160 (dyżury w czwartki)

Ochotnicza Straż Pożarna - tel. 75 75 15 325

Gminna Biblioteka Publiczna - tel. 75 75 15 298; filie: Komarno 75 7521765, Radomierz 75 7515188, Trzczańsko 75 75 15 645

Apteka Nadzieja - tel. 75 75 15 152

Apteka Jemiola - tel. 75 714 10 91

Urząd Pocztowy - tel. 75 75 15 120 Monetia Sp. z o.o. - tel. 537 11 36 36

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej - tel. 75 75 15 533

"Multi-Med" (Ośrodek Zdrowia) - tel. 75 75 15 117

Zespół Profilaktyki i Rehabilitacji—tel. 75 75 47 500

Kościół Zielonoświątkowy - tel. kom. 509 863 522, tel. 75 75 15

252 Parafia Rzymskokatolicka w Janowicach Wlk. -tel. 601 596

464 Parafia Rzymskokatolicka w Radomierzu - tel. 75 75 15 477

Parafia Rzymskokatolicka w Maciejowej - tel. 75 75 21 682

Sołtys Komarna p. K. Milancej - tel. 792 273 711

Sołtys Miedzianki p. A. Brudziński tel. 75 75 15 038

Sołtys Mniszkowa p. J. Sudak tel. 785 535 600

Sołtys Radomierza p. K. Zawadzki tel. 501 248 188

Sołtys Trzczańsko p. A. Brodziak 693 891 398

Jelenia Góra - Szpital - tel. centrala 75 75-37-100

Karkonoska Akademia Aktywnego Seniora—prezes Lech Rataj 698 370 092

Karkonoski Uniwersytet Trzeciego Wieku 75 645 33 00