



CENTRUM AKTYWNOŚCI SENIORÓW >OPTYMiSTA<



Polski Komitet Pomocy Społecznej
Kraków, ul. Henryka Sienkiewicza 2a

REDAGUJE: Barbara Klimasińska

Babie lato – unosząca się w powietrzu, w pogodne dni jesienne, nić przędna niektórych pająków. Potocznie również okres, w którym to zjawisko występuje. W Europie Środkowej jest to zwykle druga połowa września

JESIEŃ

Jesień mnie cieniem zwiędłych drzew dotyka,
Słońce rozplywa się gasnącym złotem.
Pierścień dni moich z wolna się zamyka,
Czas mnie otoczył zwartym żywopłotem.

Ledwo ponad mogę sięgnąć okiem
Na pola szarym cichnące milczeniem.
Serce uśmierza się tętnem głębokiem.
Czemu nachodzisz mnie, wiosno, wspomnieniem?

Tak wiele ważnych spraw mam do zachodu,
Zanim z mym cieniem zostaniemy sami.
Czemu mi rzucasz kamień do ogrodu
I macisz moją rozmowę z ptakami?

Leopold Staff



Park Jordana - wspomnienia z przed lat paru...

Wydaje się, że „to jest to” (znaczy Park Jordana), jak kiedyś coca-cola. ☺

A w szczegółach – otóż dawno temu zamiast, żeby chodzić do głośnej, zadymionej, zionącej kebabem Cafe Bunkier postanowiłyśmy (my Seniorki) przenieść się do okrągłej kawiarenki w Parku Jordana. Miły to park, w stylu angielskich ogrodów krajobrazowych (nieregularna sieć ścieżek, klomby, wielkie trawniki, oczko wodne). To lubię i chyba wszyscy inni też. (?) Spokój, przestrzeń, zieleń wokół - czego chcieć więcej? No może jeszcze lepszych nastrojów i samych udanych spotkań. o ile „bingo” jest w ogóle możliwe. Albowiem konwersacja to sztuka wbrew pozorom niełatwa i ostatnimi czasy niespecjalnie raczej pielęgnowana. Zajrzyjmy zatem starym zwyczajem do definicji - tam min. stoi napisane, że: *konwersacja nie polega na przekonaniu rozmówcy do swoich przekonań. No właśnie!* *bkl*





Wrzesień – przysłowia polskie!

Pierwszy września pogodny, w zimie czas wygodny
 Gdy wrzesień z pogodą zaczyna, zwykle przez miesiąc pogoda trzyma
 Skoro wrzesień, to już jesień, ale jabłek pełna kieszeń
 Gdy we wrześniu grzybów brak, niezawodny zimy znak
 Jeśli wrzesień będzie ciepły i suchy, pewno październik nie oszczędzi pluchy

Paweł Stachyra

Dlaczego warto być seniorem?



Bo można w końcu się nie spieszyć,
 W spokoju liczyć nieba chmury
 I się istotą życia cieszyć,
 Przesiewać szybciej zbędne bzdury.

Można też budzić się o świcie
 I gładzić oczy wschodem słońca,
 Na nowo można poznać życie
 I chcieć tym życiem żyć do końca.

W rozmowie cieszyć się człowiekiem
 I z przyjacielem w karty zagrać,
 Dla kogoś stać się słodkim lekiem
 I coraz więcej z siebie dawać.

Na każdy drobiazg wdzięczność nanieść,
 Smakować bardziej dary zdrowia,
 Doceniać to, co cisza daje
 I to, co wnoszą ludzkie słowa.

Z każdego radować się odwiedzin,
 Melodię serca grać ze słuchu,
 Mądrością karmić swoje dzieci
 I być idolem dla swych wnuków.

Jesieni życia przywileje,
 Tak można z nimi pięknie żyć,
 Tych błogosławieństw jest tak wiele,
 Zatem seniorem warto być.

Czasami życie bywa znośne

To tytuł dokumentalnego filmu Katarzyny Kolendy-Zaleskiej o Wisławie Szymborskiej. Wraz z twórcami dokumentu i w asyście swego sekretarza Michała Rusinka Polska Noblistka wyruszyła w niezwykłą podróż po Europie (Włochy, Holandia, Irlandia...). Odwiedza ulubione miejsca i muzea. Mówi o postaciach, które lubi, ceni i szanuje, min. o ukochanej piosenkarce Elli Fitzgerald i o amerykańskim reżyserze Woody Allenie, który opowiada, jak ważna jest dla niego jej poezja: „Szymborska ma wielki wkład w moje zadowolenie z życia, jej poezja jest dramatyczna, ironiczna i jednocześnie zabawna; jest dla mnie artystką głęboką i przenikliwą”
 Wisława Szymborska o reżyserze: „Twórczość Woody’ego Allena to fenomen w dzisiejszym kinie. Postacie w jego filmach czytają jeszcze książki, są heroiczne w swoich zabawnych snobizmach, nadziejach, rozczarowaniach i próbach zrozumienia świata. Takich dialogów nikt już pisać nie potrafi. Kłaniam mu się nisko, ponieważ go podziwiam. I ściskam serdecznie, ponieważ go lubię”.
 Wielką zaletą filmu jest fakt, że poznajemy Poetkę od strony prywatnej, Słuchamy wypowiedzi jej przyjaciół, dowiadujemy się o jej pasjach i zainteresowaniach. Ciepły i sympatyczny film, bo też taka jest właśnie jego bohaterka – Pani Wisława.
Barbara Klimasińska

Fascynująca jest ta dezintegracja zmysłowego poznania, kiedy napotyka brutalną prawdę i czmycha w popłochu, zastępując realność mirażami i budując kruche bufory, mające chronić przed atakami zbyt przerażającej egzystencji. ~ Woody Allen

Frank Herbert: O trwaniu

Niektórzy nigdy w niczym nie uczestniczą. Życie im się przydarza. Trwają dzięki tępemu uporowi i gniewem albo przemocą odpowiadają na wszystko, co mogłoby ich wydobyć z pełnego urazy złudzenia bezpieczeństwa.

Wspólne zjedzenie przysłowiowej beczki soli czasem jednak nie wystarcza, by poznać drugiego człowieka ☹





Nocne słuchanie

Żeby jakoś przetrwać bezsenność, słucham czegoś dziwnego - średniowiecznych pieśni skandynawskich. Słucham po raz pierwszy, a pierwsze słuchanie zawsze jest wyjątkowe - takie pełne potencji - że nigdy się nie wie, co wychynie zza kolejnego taktu i łapiąc dźwięki na szybko składa się w głowie swoje własne dziwaczne chwilowe melodie, utkane bardziej z wyobrażeń i szybkich, ulotnych wrażeń niż z prawdziwych nut. Już żadne inne słuchanie nigdy nie będzie brzmiało tak jak to pierwsze - takie jeszcze ruchome, dopuszczające tyle manewrów wyobraźni. Całkiem jak zapamiętywanie twarzy u Prousta - Albertyna ciągle miała pieprzyk w innym miejscu, ciągle wyglądała inaczej, jak wieczna impresja, zanim bohater nie oswoił się z jej fizjonomią i nie unieruchomił jej na zawsze w swojej głowie (Swoją drogą - tak dawno nie czytałam Prousta, od licealnych czasów... A teraz bardzo chętnie bym do niego wróciła, bo potrzebuję jak najintensywniejszej zmysłowej soczystości wrażeń, ich najdrobniejszych niuansów, niedostrzegalnych gołym okiem poruszeń, które potrafią urosnąć do prawdziwych trzęsień ziemi... potrzebuję, żeby ktoś najbarwniej artykułował moją własną percepcję codziennej rzeczywistości).

attyka.blox

Tu poczta głosowa dziadka i babci. Dzień dobry! Obecnie nie możemy odebrać telefonu. Prosimy zostawić wiadomość po sygnale.

- Jeżeli jesteś jednym z naszych dzieci, naciśnij 1
- Jeżeli chcecie by popilnować dzieci, naciśnij 2
- Jeżeli chcesz pożyczyć samochód, naciśnij 3
- Jeżeli chcesz by zrobić wam pranie i wyprasować, naciśnij 4
- Jeżeli chcesz by wnuki spały u nas, naciśnij 5
- Jeżeli chcesz byśmy odebrali dzieci ze szkoły, naciśnij 6
- Jeżeli chcesz byśmy Wam przywieźli niedzielny obiad, naciśnij 7
- Jeżeli chcecie zjeść u nas, naciśnij 8
- Jeżeli potrzebujesz forsy, naciśnij 9
- **Jeżeli chcecie nas zaprosić do restauracji na kolację albo do teatru, zacznij mówić, słucham :)**



.....WAKACYJNy.....HUMOR.....

Papuga i prestidigitator. Pewien prestidigitator pracował na statku wycieczkowym na Karaibach. Widownia się zmieniała, więc iluzjonista tydzień po tygodniu pokazywał te same sztuczki. Jedynym problemem była papuga kapitana, która oglądała te numery tak długo, że powoli zaczynała rozumieć, na czym polegają. Raz zaczęła wołać w czasie pokazu: "Patrzcie! To nie ten sam kapelusz!", "Patrzcie! Chowa kwiaty pod stół!" Magik był wściekły, ale nie mógł nic zrobić, bo jednak była to papuga kapitana. Pewnej nocy statek zderzył się z innym i zatonął. Magik ocknął się sam, dryfujący na kawałku drewna, na którym siedziała również papuga. Oboje się nienawidzili, więc nie odzywali się do siebie słowem. I tak mijał dzień za dniem...

Po tygodniu papuga wreszcie mówi: - OK! Poddaję się! Gdzie jest statek?!

Filozof Montaigne zauważył kiedyś: - Wydaje się, że najsprawiedliwiej na świecie rozdzielony jest rozum.- Dlaczego pan tak myśli? – zapytano.
- Bo nikt się nie skarży na jego brak - odpowiedział filozof.



Jedyny szczył jaki
zdobywa się bez
wysiłku, to
szczył głupoty



Powinni mnie
prewencyjnie zamknąć
za moje dzisiejsze myśli...



Wszystko przyjdzie z czasem.
Trzeba tylko umieć
cierpliwie czekać...