

Nr 5(21)/2014

Wrzesień
Październik

Egzemplarz
bezpłatny



WIEŚCI RABCZAŃSKIE

Pismo poświęcone sprawom Rabki-Zdrój i okolic



WYWIAD Z HALINĄ KUNICKĄ
I JERZYM STUHREM



KILKA UWAG O JULIANIE
STANIEWSKIM



TAŃCZĄC Z GWIAZDAMI

ZACZYTAĆ SIĘ W RABCE

Gwarą o Rabce i okolicach

W lipcu tego roku, za sprawą Fundacji Rozwoju Regionu Rabka (pieniądze zostały uzyskane od Województwa Małopolskiego) ukazały się *Godki o Rabce i okolicy*. Napisał je i nagrał, gdyż mamy tu do czynienia z audiobookiem, Wojciech Kusiak, rabczanin, zastępca dyrektora Muzeum im. Władysława Orkana, a także członek Związku Podhalan Oddziału Gorczańskiego i zespołu regionalnego *Robcanie*. *Godki* zostały wydane w ramach projektu „Lato z książką, czyli twórcze wakacje dla małych i dużych”. Jednak nie jest to debiut Pana Kusia-ka, gdyż na swoim koncie ma on już dwa tomiki wierszy: *Sosrembowe serce*, oraz *Zalubiony cas*.

Na płycie znajduje się trzynaście utworów, łącznie to prawie dwie godziny materiału do słuchania! *Chciałem stworzyć miejsca, które będą mówić swoim głosem*, mówi. Mimo, że nie wszystkie miejsca, o których mowa jest w opowieściach rzeczywiście istnieją, celem autora jest zaciekawienie osób, które będą miały styczność z „*Godkami*”, aby chcieli poszukać opisywanych urokliwie terenów w okolicy, dzięki czemu zapoznają się z regionem, będą go odkrywać na nowo. Gadki powstały także po to, by dodać tym miejscom nieco tajemniczości, barwy i historii. Mają także wywrzeć wpływ na naszą wyobraźnię, poruszyć ją byśmy inaczej zaczęli patrzeć na rejon, w którym mieszkamy.

Opowiadki te oprócz działania na naszą fantazję, mają jeszcze kilka innych

funkcji. Niektóre z nich wyjaśniają okoliczne nazwy w niekonwencjonalny sposób. Przykładem może być „Bardo”. Kto by pomyślał, że góra Grzebień swoją nazwę bierze od koguta, puszczonego przez ojca w pogoń za córką, która uciekła z ukochanym rycerzem mieszkającym w zwaśnionym sąsiedztwie? Ów nieszczęsny stwór, którego matką była smoczyca, a ojcem bazyliżek, po ciężkiej walce potknął się, przewrócił i tak już został, a czubek jego głowy, zwany grzebieniem wystaje z ziemi. Inne gadki są dydaktyczne i niosą ze sobą morał, na przykład „Naprawa” czy „Cudowne źródło”. Zatem utwory te mają wiele walorów.

„*Godki*” biorą swój początek w dobranockach, które Pan Wojciech opowiadał swoim pociechom przed snem. Wymyślał je wówczas na poczekaniu, mówi, że kierował się fantazją, zatem nie można odmówić mu kreatywności. Rano starał się przypomnieć je sobie i utrwalić. Jeśli chodzi o zakres merytoryczny gadek, to jest on związany z legendami, ludowymi podaniami, naszą regionalną kulturą.

Pan Kusiak ma nadzieję, że w przyszłości *Godki o Rabce i okolicy* ukażą się w wersji tekstowej, jako książka. Wtedy będzie wyglądać to nieco inaczej, ponieważ są dwie części gadek. Jedna baśniowa i fantastyczna, natomiast druga weselsza, ale osadzona już w naszych współczesnych realiach. Jednak wszędzie obowiązkowo panuje gwara. Te gadki, które wydał Pan Wojciech są baśniowe, występują tu różne duchy, anioły, diabły, demony czy czarownice, ale także dziwożony, topielce, planetniki, dusiołki itd., które żyły w świadomości góralskiej jeszcze do niedawna.

Należy jeszcze wspomnieć, kto pomagał w wydaniu „*Godok*”. Projekt graficzny okładki jest autorstwa **Macieja Kopytki**. Nagrywanie góralskich opowieści odbyło się w studiu **Dariusza Chuchrowskiego** w Rabce. Rabczanie mieli już okazję poznać kilka historii napisanych przez Pana Wojciecha Kusia-ka, bowiem były drukowane na łamach *Wiadomości Rabczańskich*.

Natalia Radiowska



Takie były Zdroju początki...

Jedną z najnowszych publikacji powstałych w naszym mieście jest książka autorstwa Katarzyny Ceklarz, Jana Ceklarza, Józefa Gawła, Piotra Kuczaja i Henryka Urbanowskiego, która przenosi nas w czasy dynamicznego rozwoju miejscowego uzdrowiska, kiedy do doliny Raby ścierała śmietanka towarzyska z całej Polski, a Rabka przekształcała się z małej wioski w tętniące życiem miasto. Od lipca w sprzedaży dostępne są **ZŁOTE LATA RABKI – ZDROJU**.

By przedstawić historię powstania książki, należy cofnąć się o kilka lat, kiedy to w Rabce – Zdroju została zorganizowana wystawa „Rabka na starej fotografii 1898 – 1939” ze zbiorów Piotra Kuczaja. Ekspozycja 111 zdjęć wystawiana była w Miejskim Ośrodku Kultury, by następnie trafić do Domu Zdrojowego i pijalni wód mineralnych. Burmistrz Ewa Przybyło zaproponowała grupie sympatyków przeszłości miasta wydanie publikacji, w której znalazłyby się

archiwalne fotografie. Miłośnicy Rabki stanęli na wysokości zadania i na rynku wydawniczym dostępna jest już książka, na którą składa się pięć rozdziałów. Przedstawiają one historię miejscowości od jej początków w średniowieczu po wybuch drugiej wojny światowej. Za złote lata Rabki autorzy uznali okres od końca XIX wieku po kres II Rzeczypospolitej. Tak uzasadniają swój wybór: *We wspomnieniach starszych wiekiem rabczan lata 1895 – 1939, a zwłaszcza ostatnie dziesięciolecie jawi się jako okres szczególnej prosperity w dziejach miasta. Wielu porównuje nasze nienajgorsze czasy do tamtych, oczywiście z korzyścią dla międzywojennego dwudziestolecia [...] Okazało się, że w tamtych latach mieszkańcy realizowali swą dziejową szansę z impetem oraz szerokimi horyzontami umysłowymi, jakich później już nie dało się zauważyć* Istotnym elementem „*Złotych lat Rabki – Zdroju*” jest oprawa graficzna. W albumie znalazło się 300 widokówek z kolekcji Piotra Kuczaja. Wszystkie ilustracje zostały wystrzone i pozbawione śladów naniesionych przez czas, dzięki czemu mamy możliwość zobaczyć drewniane wille wyrastające jak grzyby po deszczu, liczne panoramy dawnej Rabki, mieszkańców w strojach regionalnych, czy wytworne damy spacerujące po parku zdrojowym. Jak podsumowuje jeden z rozdziałów Henryk Urbanowski, *Takie były Zdroju początki*.

Maciej Waclawik,
uczeń I L.O.

GWARĄ O RABCE I OKOLICACH	STR.2
W SKRÓCIE	STR.3
POTĘGA FILMU	STR.4
LISTY DO REDAKCJI	STR.5
GÓRA DO ZDOBYCIA	STR.6
INPIRACJE HALINY KUNICKIEJ	STR.7
KILKA PYTAŃ DO JERZEGO STHURA	STR.7
ZWYCZAJE I OBRZĘDY RODZINNE	STR.8
NAUKOWIEC NA LETNISKU	STR.9
KILKA UWAG O JULIANIE STANIEWSKIM	STR.10/11
JAKO TO DOWNO BYŁO	STR.12
DOKTOR NA ZAKOPIANCIE/ NUDA NIE DLA NAS (RUTW)	STR.13
POWIAT NOWOTARSKI DLA RABKI-ZDROJU 2013	STR.14/15
RABKA DAWNIEJ	STR.16
TAŃCZĄC Z GWIAZDAMI	STR.17
FELIETONIŚCI	
KSIĄŻEK MOC I CZAR	STR.18
DLACZEGO WARTO CZYTAĆ	STR.18
PODARUJ SERCE NIEZNAJOMEMU	STR.19
FITNESSOWE OPOWIEŚCI RÓŻNEJ TREŚCI	STR.19

Pojawiło się wiele książek o Rabce i o jej okolicach. To cenne, że wracamy do historii naszego miasta, że są ludzie, którzy chcą ją utrwać, są ci, którzy chcą o niej czytać. To oczywiste, jak nasza historia jest ważna. Nie pamiętają o tym twórcy programów szkolnych, jakby chcieli pozbawić młodych świadomości, kim są, jakie są ich korzenie, w efekcie pozbawić tożsamości. Dobrze, że wiemy o tym my; potwierdza to liczba książek o naszej, lokalnej przeszłości, które ukazały się w ostatnich miesiącach. Można o nich przeczytać w dzisiejszym numerze, a jeśli ktoś ich jeszcze nie zna, poszukać potem w księgarniach.

O książkach, o literaturze piszą też nasi młodzi felietoniści, zaprzeczając powszechnemu pogładowi, że młodzież nie czyta. Jak dobrze przekonać się, że literatura jest dla nich ważna, jak wielkie emocje wzbudza, ile im daje. Jeśli jest wśród naszych czytelników ktoś, kto w nawale codziennych obowiązków zapomniał, jak wiele książki dają, może przypomni sobie o tym po lekturze tekstów naszych Felietonistek i sięgnie znów po książkę. Najlepiej na początek po książkę o Rabce.

Magdalena Tomalak

Dyżury redakcji Wieści Rabczańskich

Zapraszamy do siedziby redakcji, mieszczącej się w I Liceum Ogólnokształcącym (ul. Jana Pawła II 41, Rabka Zdrój, pn.13-14)

W SKRÓCIE

Burmistrz **Ewa Przybyło** oficjalnie otworzyła w Parku Zdrojowym skate i trial park oraz tor do nauki jazdy na wózkach inwalidzkich. "Jest to inwestycja skierowana do młodzieży", powiedziała burmistrz witając sobotnim przedpołudniem gości przybyłych na otwarcie obiektu. Podkreśliła też, że budowa jednego z najnowocześniejszych na południu Polski skate i trial parków, to pomysł i inicjatywa młodzieży. "Mamy w Rabce mistrzów świata, braci Reczków, jest młodzież, która uprawia takie sporty, to zdecydowało o potrzebie budowy", mówiła **Ewa Przybyło**. Dodała, że ważnym elementem, który sprawił, że obiekt jest innowacyjny, była budowa toru przeszkód do nauki jazdy na wózkach inwalidzkich. "To wszystko sprawiło, że nasz projekt zajął pierwsze miejsce w rankingu", przypomniała. Obiekt kosztował ponad 2,2 miliona złotych, z czego 1,6 mln to dofinansowanie z Unii Europejskiej.

Trzynastcie scenografii - lalki i rekwizyty - spośród 125 premierowych spektakli, jakie

w swojej 65-letniej historii wystawił **Teatr Lalek „Rabcio”**, można od czwartku oglądać w starym kościółku – **Muzeum Regionalnym im. Władysława Orkana w Rabce-Zdroju**. W wernisażu wystawy udział wzięła burmistrz **Ewa Przybyło**, której towarzyszyła dyrektor Miejskiego Ośrodka Kultury **Joanna Lelek**. Historię teatru oraz formy wykonywania projektów scenograficznych przybliżył gościom dyrektor teatru **Zbigniew Wójciak**, a zgromadzonych po wystawie oprowadziła **Nina Karpus-Handzel**, kierownik teatralnej pracowni plastycznej, w obecności pozostałych pracowników. Wystawę można oglądać do 24 października.

Mateusz Jarzębiak z Rabki-Zdroju, absolwent I LO dostał się do finałowej trzynastki programu "Top Model", popularnego show telewizji TVN. Zwycięzca programu dostanie 100 tys. zł, podpisze również kontrakt z międzynarodową agencją modelek „Next”, a także znajdzie się na okładce w miesięczniku „Glamour”. Trzymamy kciuki. Program „Top Model” można oglądać w poniedziałki o godz. 21:30.

Jubileuszowa, **X Parowozjada**, która przez dwa weekendowe dni odbywała się w **Skansenie Taboru Kolejowego w Chabówce** pokazała, że kolejnictwo cieszy się rosnącą popularnością, a imprezy tego typu ściągają tłumy widzów. W sobotę i niedzielę Skansen w Chabówce odwiedziło kilka tysięcy osób. Jubileusz zobowiązał organizatora – **PKP Cargo** – do przygotowania wielu atrakcji. Widzowie mogli podziwiać w Chabówce aż osiem historycznych, zabytkowych parowozów z Polski, Czech i Słowacji, wśród nich najstarszy, 102-letni oraz rzadko spotykany parowóz górski OKz32-2 z 1934 roku. Obok dziennych i nocnych indywidualnych prezentacji parowozów, dużą popularnością cieszyły się przejażdżki na trasie w kierunku Limanowej w parowozach i drezynach, konkursy i zabawy dla dzieci, pokazy sztucznych ogni, występy muzyczne i wioska indiańska.

Burmistrz Rabki-Zdroju serdecznie zaprasza na uroczystość odsłonięcia pomnika Juliana Zubrzyckiego – twórcy rabczańskiego uzdrowiska, która odbędzie się 25 września 2014 r. o godz. 12:00 w Parku Zdrojowym przy fontannie „Nerka”. Wydarzenie to jest

jednym z głównych punktów tegorocznych obchodów 150-lecia leczenia uzdrowiskowego w Rabce-Zdroju. Autorem pomnika jest rabczański rzeźbiarz Piotr Bies.

Listkowskim, Rabczaninem działającym na rzecz zachowania dziedzictwa żydowskiego w Rabce. Uczestnicy byli bardzo wzruszeni gościnnością pana Listkowskiego, który zaprosił ich do swojego domu i pokazał schody do byłej synagogi, które zostały odkryte przez niego i jego przyjaciół.

ku będą prowadzone prace remontowe na niektórych szlakach turystycznych w Gorcach. W związku z pracami remontowymi mogą wystąpić utrudnienia na szlakach, dlatego pracownicy GPN apelują o zachowanie szczególnej ostrożności. Utрудnienia w ruchu turystycznym wystąpią na następujących odcinkach: szlak zielony: Niedźwiedź - Turbacz oraz: szlak niebieski: Koninki - Turbacz.

Pod koniec sierpnia mieliśmy specjalnych gości - po raz pierwszy Forum Dialogu gościło grupę żydowskich liderów o polskich korzeniach z Izraela. Jednym z punktów wizyty w Polsce było spotkanie z Narcyzem

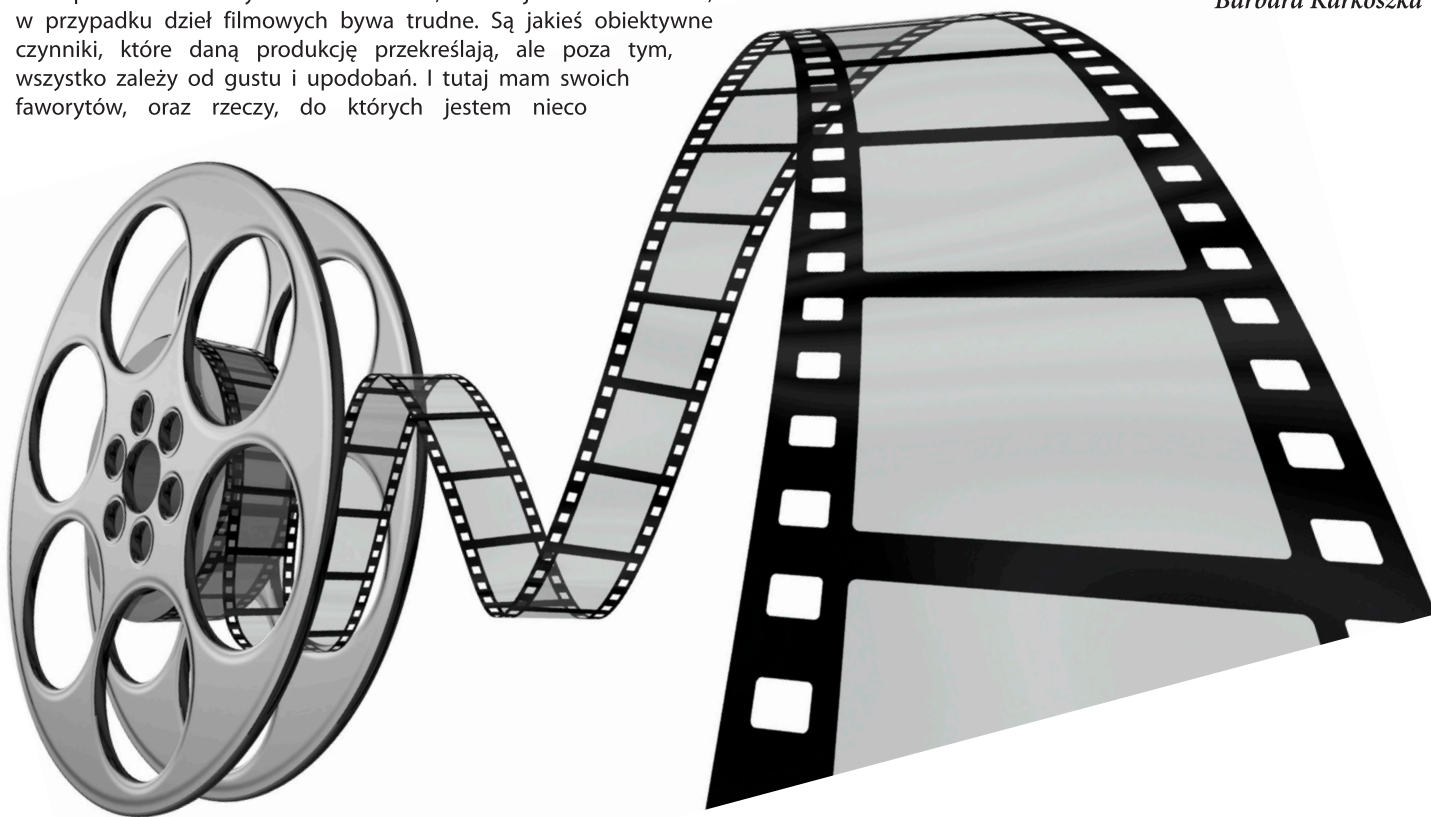
Gorczański Park Narodowy informuje, że w miesiącach wrzesień i październik 2014 ro-

Potęga filmu

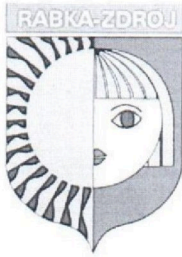
W moim przypadku oglądanie filmów wywołuje szereg skutków ubocznych, które trudno jednoznacznie zdefiniować. Nie jestem w tej dziedzinie specjalistą, ale stworzyłam sobie pewne kryterium, według którego jestem w stanie ocenić, czy dany film zasługuje na moją uwagę i czy należy go zapisać w poczet produkcji udanych. Co stanowi dla mnie taki miernik? Otóż, po zakończonym seansie pozostaję w lekkim szoku i stanie otumanienia. Nie bardzo mam świadomość tego, co dzieje się wokół. Często jestem tak zaaprobowana tym, co zobaczyłam, że nie mogę przez pewien czas wykrztusić choćby słowa. Moje myśli są mocno pochłonięte przedstawioną problematyką. Twórcy zmuszają mnie do poważnej refleksji. W przypadku nocnego oglądania niewykluczona jest bezsenność. Jeżeli coś jest naprawdę nietuzinkowe, to nie pozwala o sobie szybko zapomnieć. Intensywność rozmyślań topnieje powoli i stopniowo. Jednak taki obraz znajduje sobie stałe miejsce w moim życiu. Wracam do niego wspomnieniami. Nieobce jest mi zjawisko utożsamiania się z bohaterami, lokowania swojej osoby w filmowych realiach. Nawet jeśli historia zabarwiona jest szarymi, zimnymi odcieniami, bycie jej częścią rysuje się jako coś niezwykle ciekawego, gwarantującego niecodzienne przeżycia. Myślę, że nie tylko dla mnie jest to czasem odskocznia i alternatywny świat, kiedy tego mamy już troszeczkę dość. Ale oczywistym jest, że nadmierne zatracenie w tym innym świecie może stać się niebezpieczne. Kontakt z rzeczywistością musi pozostać. Obiektywne stwierdzenie, że coś jest dobre lub złe, w przypadku dzieł filmowych bywa trudne. Są jakieś obiektywne czynniki, które daną produkcję przekreślają, ale poza tym, wszystko zależy od gustu i upodobań. I tutaj mam swoich faworytów, oraz rzeczy, do których jestem nieco

uprzedzona. Uwielbiam, kiedy film bije realizmem, prawdziwością, smutną prozą życia. Pasjonują mnie zawile meandry historii. Absolutnie zajmują powykreślane, wielowątkowe obrazy, w których nie do końca wiadomo, o co chodzi, a które po każdym kolejnym obejrzeniu interpretuje się inaczej. Łatwo się więc domyśleć, iż moją domeną są wszelkiej maści dramaty: psychologiczne, społeczne, historyczne, wojenne, obyczajowe. Należę do tej nielicznej grupy, która ceni sobie w tym sektorze kino polskie. Jakoś te nasze realia, pomysły najbardziej mnie uderzają. Choć nie wyłącznie. Muszę się też przyznać, że w odbiorze filmu, ogromną rolę odgrywa muzyka. Nie jest tajemnicą, że to moja ulubiona dziedzina sztuki. Buduje odpowiedni klimat i często stanowi o sile pewnych produkcji. Jestem też z tych, którzy wykazują pewną słabość do ulubionych aktorów i łykają w ciemno ich kolejne popisy. Przyznaję, tutaj nie jestem w stanie zawsze zachować dystansu i chłodne spojrzenie. Film, sztuka silnie oddziałująca na społeczeństwo, powinien reprezentować sobą jakieś pozytywne wartości. Dobrze wiemy, że bywa z tym różnie. Oczywiście, ma też swoją drugą funkcję, a mianowicie dostarczanie rozrywki, ale ta często bywa wręcz na żenująco niskim poziomie. Przepych i efekciarskie sztuczki nie powinny przysłaniać ważniejszych składowych. Forma nie może dominować nad treścią. Jako odbiorcy nie dajmy się zbyć i zadowolić byle czym. Obserwując zachodzące procesy, zauważam niepokojącą tendencję spychania sztuki w dół. Robienia z niej jakiejś bezsmakowej papki. Bardziej wymagające rzeczy gdzieś tam sobie funkcjonują i na szczęście zawsze będą, ale dłaczego najbardziej wpływowe media wciskają nam takie bełkotliwe potwory?

Barbara Karkoszka



Odpowiedź na list do Redakcji, zamieszczony w poprzednim numerze (nie zamieściliśmy go wtedy, bo dotarł do nas zbyt późno)



URZĄD MIEJSKI W RABCE-ZDRÓJU

34-700 Rabka-Zdrój, ul. Parkowa 2
tel. (0-18) 26-92-000, (0-18) 26-76-440, fax (0-18) 26-77-700
e-mail: urzed@rabka.pl, strona www: www.rabka.pl
NIP : 735-10-06-084, REGON: 000529166,
PKO BP S.A. Nr: 10 1020 3466 0000 9502 0004 3380

Nasz znak: GGG.7230.1.268.2014

Rabka-Zdrój, dnia **04 LIP. 2014**

W odpowiedzi na przesłany w dniu 15.06.2014r. list Pana Andrzeja Błaszkiewicza w sprawie ruchu pojazdów rowerowych w parku zdrojowym, Burmistrz Rabki-Zdroju informuje, że obecnie oznakowany obszar poruszania się pojazdów rowerowych w parku zdrojowym jest obszarem tymczasowym. Po zakończeniu budowy Skate Parku trasa zostanie wyznaczona i oznakowana ostatecznie. Oddanie do użytku Skate Parku umożliwi korzystanie przez pojazdy rowerowe z terenu miasteczka ruchu drogowego, co wpłynie na zmniejszenie intensywności poruszania się tymi pojazdami po alejkach parkowych. W okresie wakacyjnym zostanie zwiększona kontrola Straży Miejskiej dotycząca przestrzegania przez kierujących tymi pojazdami przepisów ruchu drogowego.

Należy zdawać sobie sprawę z tego, że regulamin parku nie zabrania poruszania się pojazdami rowerowymi po alejkach parkowych. Nieprzestrzeganie zasad bezpiecznej jazdy przez jednego kierującego takim pojazdem nie może skutkować zakazem jazdy dla wszystkich pozostałych, którzy zasad tych przestrzegają.

Do Rabki-Zdroju przyjeżdżają dzieci, które w swoim miejscu zamieszkania nie mają warunków do korzystania z jazdy rowerem lub pojazdem rowerowym wielokołowym, hulajnogą czy wózkami. W parku zdrojowym mogą to robić bezpiecznie poza ulicami i bez zagrożenia przez samochody. Jest to dla nich wspaniała zabawa i gimnastyka. Trochę wyrozumiałości i przychylności ze strony dorosłych, dla dzieci bawiących się w parku w mieście dzieci, pomoże w tym by ich wakacyjny wypoczynek był radosny i beztroski, bo po to do nas przyjeżdżają.

BURMISTRZ
Ewa Przybyto
mgr inż. Ewa Przybyto

Otrzymują:

1. Adresat
2. a/a

Wydział Geodezji, Mienia Komunalnego i Gospodarki Gruntami
tel. (0-18) 26-80-469 i (0-18) 26-80-470

Góra – do zdobycia?

Językowy obraz gór a słowniki języka polskiego

Polskie pasma górskie odznaczają się bogactwem i różnorodnością rzeźby krajobrazu, przyrody, zwyczajów, tradycji. Wszystko to znajduje odzwierciedlenie w języku – w strukturze leksemu góra, a najpełniej w jego warstwie semantycznej i konotacyjnej. Słownik języka polskiego pod red. M. Szymczaka podaje (Szymczak 1999: 643):

góra

1. «w naukowej terminologii: wyniosłość skorupy ziemskiej powstała w wyniku działalności górotwórczej, wulkanicznej i procesów denudacyjnych; potocznie: każde większe wzniesienie terenu, odcinające się od niższej położonego otoczenia»

Stroma, urwista, wysoka góra. Podnóże, stok, zbocze, szczyt, wierzchołek góry.

Pasma, łańcuch gór. Spędzić urlop w górach. Wędrówka po górach. Jechać w góry.

Tak sformułowana definicja utrwalą elementy składające się na wizję gór obecną w świadomości użytkowników języka. W tym przypadku nie czyni tego naukowe wyjaśnienie, ani też potoczne *explicatio*, lecz związki wyrazowe leksemu góra. Jego łączliwość z przymiotnikami i rzeczownikami wskazuje na konkretny obraz: stromych, urwistych, wysokich stoków, zboczy, szczytów, wierzchołków.

W *Słowniku języka polskiego z frazeologizmami i przysłowiami* opis góry rozpoczyna się zwrotem: „wspinać się na skalistą górę” (Polański 2005: 120). *Praktyczny słownik wyrazów bliskoznacznych* zawiera synonimy leksemu, takie jak: masyw (górski), szczyt, turnia, wierch (Cienkowski 2000: 56), a w *Słowniku frazeologicznym języka polskiego* rzeczownik góra łączy się z przymiotnikami: duża, najwyższa, ogromna, stroma, wysoka (Skorupka 1985: 257). Wyrazy użyte w tych opisach utrwalają obraz gór – taki, jak w przypadku pierwszej z przytoczonych tu definicji. Na tym tle wyróżnia się *Słownik współczesnego języka polskiego*, który podaje (Dunaj 1996: 284):

góra

1. «duże, wysokie wzniesienie terenu powstałe w wyniku procesów zachodzących w skorupie ziemskiej»

Zielona, kamienista, stroma góra. Zbocze, szczyt góry. Pojedyncza, samotna góra. Łańcuch gór. Mieszkać w górach. Chodzić po górach. Wyprawa w najwyższe góry świata. Biwakować u podnóża góry.

Z dołączonych do tej definicji wyrazów i zwrotów wyłania się dwojaki obraz gór: zielonych, a więc łagodnych, bez skał – jak w przykładzie z *Innego słownika języka polskiego*: „W głębi wznosiły się góry o zboczach łagodnych i zielonych” (Bańko 2000: 471) – oraz stromych, skalistych szczytów, czyli wizja pokrewna wcześniejszym konceptualizacjom. Definicja kognitywna ze *Słownika stereotypów i symboli ludowych* za prototypowy uznaje obraz gór łagodnych, porośniętych lasami: „Typowe góry, a szczególnie ich zbocza (co potwierdza również etymologia), są porośnięte lasami” (Bartmiński 2007: 86). Opis hasła zawiera informacje dotyczące rozwoju podstawowego znaczenia słowa góra, w którym wyraźnie widać jego związek z roślinnością: „góra’ -> góra pokryta lasem’ -> ‘las’ ” (Bartmiński 2007: 93). Dodatkowo w fascie „barwa” wyróżniony został kolor zielony. W rozbudowanej definicji pojawia się również opozycja gór i lasów. Warto jednak zauważyć, że z kolei kategoria „części góry” zawiera leksemy takie jak: szczyt, turnia, grań, a w kryterium „materiał” pojawia się przymiotnik: kamienna. Wśród podanych wyrazów bliskich znaczeniowo słowu góra znajduje się rzeczownik: skała.

Definicje kognitywne nie tylko „magazynują” współczesny zasób leksykalny społeczeństwa, ale też utrwalają „interpretację rzeczy-

wistości dokonywaną przez mówiących, a zawartą w gramatyce i słowniku” (Bartmiński 1999: 10), czyli to, co nazywamy językowym obrazem świata. Wizja gór, jaka wyłania się z przedstawionych tutaj przykładów, zasadza się na ich wyglądzie. Według *Słownika stereotypów i symboli ludowych* typowe góry pokryte są lasami, a wyróżniająca je barwa to kolor zielony. Inny obraz zawierają definicje leksykograficzne słowników języka polskiego. Choć w opisach tych leksem góra łączy się z przymiotnikami, takimi jak: łagodne, zielone, to jednak zdecydowanie przeważają w nich związki wyrazowe wskazujące na wysokość i skalistość szczytów. O prymacie tej wizji świadczy najpełniej szkic z *Ilustrowanego słownika podstawowego języka polskiego...* (Kurkowa 1999: 65):



Taki prototyp góry, obecny w świadomości użytkowników języka, ściśle wiąże się z ich postawą. Coraz częściej bowiem człowiek traktuje góry jako obiekt do zdobycia, a wspinaczki wysokogórskie uważa za rodzaj sportu. O tym, że jest to obecnie bardzo popularne i modne zjawisko, świadczy ilość portali internetowych oraz czasopism górskich, które już w swoich tytułach i nagłówkach artykułów nawiązują do takiej postawy. Adres internetowy: <http://www.gory.wyd.pl/> naprowadza na stronę górskiego magazynu sportowego. Odnaleźć można również strony czasopism:

„Taternik” (<http://pza.org.pl/taternik/index.acs>),

„Magazyn Górski” (<http://www.alpinmedia.com.pl/index.php/magazyn-gorski/>),

„Górski Magazyn Sportowy” (<http://www.goryonline.com/>)

oraz portale: <http://www.e-gory.pl>, <http://progory.pl>.

Tendencje do traktowania gór jako zdobyczy i upodobanie w ekstremalnych wspinaczkach nie są zjawiskami niszowym, wręcz przeciwnie. Zagadnienia te stają się na tyle interesujące i popularne, że znajdują uznanie wśród coraz większej liczby badaczy, zajmujących się różnymi dziedzinami nauki. Kilka lat temu, 11 grudnia 2008 roku w Katowicach odbyła się interdyscyplinarna konferencja naukowa: „GÓRY w psychologii, filozofii i kulturze”. W zaproszeniu do wzięcia udziału w spotkaniu określono zakres tematyczny referatów. Wypowiedzi powinny być dotyczyć zagadnień, takich jak: wpływ obcowania z górami na psychikę ludzką; wpływ uprawiania sportów górskich na zachowanie i emocje ludzi; wymiar mistyczny gór a człowiek; wymiar symboliczny gór a człowiek.

Problematyka poruszanych zagadnień była więc bardzo rozległa. Referenci mogli podjąć wiele różnorodnych tematów. Okazało się jednak, że zdecydowana większość wypowiedzi oscylowała wokół refleksji na temat wysokich łańcuchów górskich, sportu, survivalu i psychiki wspinaczy wysokogórskich. Świadczy o tym już same tytuły referatów: „Survival i jego najważniejsze elementy”, „Człowiek, przetrwanie, góry...”, „Analiza struktury motywacji i uwarunkowań osobowościowych czynnych wspinaczy”, „Poczucie koherencji a poczucie własnej skuteczności u wspinaczy wysokogórskich”, „Wieczni chłopcy i wieczne dziewczynki w wysokich górach – refleksje o syndromie Piotrusia Pana u alpinistów”. Referat wprowadzający w problematykę poruszanych na konferencji zagadnień wygłosił dr Ryszard Kulig z Uniwersytetu Śląskiego. Swoje wystąpienie zatytułował: „Góra jako sanktuarium, Góra do zdobycia czy Myśląc jak Góra – krótka historia podejścia człowieka do gór”. W ten sposób badacz wyodrębnił i nazwał trzy typy postawy wobec górskiej przyrody.

Pierwsza z nich: „Góra jako sanktuarium” dotyczyła przeszłości.

Najdawniejsze kultury postrzegały góry jako miejsca święte, siedziby bogów, obszary styku nieba i ziemi, swoiste „axis mundi”, od którego rozpoczął się akt stworzenia. Traktowano je jako przestrzeń, w której przeszłość łączy się z przyszłością, w której można poznać tajemnice metafizyki. Szczyty gór stawały się miejscami kultu i objawień Boga. Synaj, Tabor, Olimp, Uluru, Sri Pada to tylko niektóre ze świętych gór świata. W Polsce do dzisiaj traktujemy w ten sposób Jasną Górę, czy też Górę św. Anny. Mityzacja i metafizyczne podejście do krajobrazu górskiego to jednak przeszłość.

Dzisiejszą postawę człowieka określić można mianem „Góra do zdobycia”. Teraźniejszość przynosi desakralizację przyrody i jej komercjalizację. Dominuje postawa utylitarna i materialistyczna (rozwój turystyki). Okiełznanie natury stało się wyzwaniem rzuconym człowiekowi. Chce on pokonywać ograniczenia swoje i przyrody, pragnie

pozyskiwać coraz to nowe obszary. Ten syndrom zdobywcy ma swoje źródła w poczuciu oddzielenia od przyrody, antropocentryzmie, narcystycznym przywiązaniu do własnych pragnień i przymusie kontroli świata. Stąd bierze się moda i popularność wysokich, skalistych szczytów, wspinaczek wysokogórskich, wypraw survivalowych i traktowania ich jako rodzaju sportu.

Przyszłość natomiast ma przynieść zwrot w stronę ekologii. Hasło: „myśląc jak góra” oznacza identyfikację z ekosystemem, przekroczenie poczucia oddzielenia od przyrody, radykalną decentralizację i pozbycie się przymusu kontroli rzeczywistości. Najważniejsze jest zaufanie do naturalnego procesu i akceptacja własnych ograniczeń.

Joanna Stępień

Inspiracje Haliny Kunickiej

27 lipca w rabczańskim amfiteatrze odbył się koncert HALINY KUNICKIEJ – artystki mającą na koncie wiele przebojów, kilkanaście płyt, mnóstwo podróży międzynarodowych i jeszcze więcej wielbicieli, którzy przychodzą na jej koncerty.

Maciej Waclawik: Jak ocenia Pani koncert w Rabce?

Halina Kunicka: Jestem bardzo zadowolona, ale troszeczkę mi było smutno, bo zazwyczaj na moich koncertach jest więcej osób i myślałam, że w Rabce, gdzie ludzie przyjeżdżają odpoczywać, przyniosę im właśnie odpocznik, właśnie relaks, właśnie uśmiech, właśnie coś takiego, co niosą moje piosenki i że oni o tym wiedzą i przyjdą. Ale ci, którzy byli, byli cudowni, wspaniali, serdeczni, ciepli... Bardzo się cieszę, że tak było.

M.W. W ciągu kilkunastu lat kariery wydała Pani dwanaście płyt, z czego trzy zyskały status złotych. Czy planuje Pani coś jeszcze dodać do swojego repertuaru?

H.K. Zebrałam teraz niezliczoną ilość naprawdę znakomitych piosenek. Wierzę, że nadejdzie jeszcze taki czas, że nie będą one tylko gdzieś w mojej głowie, ale że nagram je i jeszcze ukaże się jakaś moja płyta. Bardzo



bym chciała, choć wiem, że dzisiaj nie jest to specjalnie łatwe, bo są takie trochę inne czasy, a nie mam menadżerów i osób, które by mi jakoś bardzo w tym pomagały; a przy nagraniu płyty jest dużo takich technicznych różnych spraw, które są dla mnie trudne.

M.W. W Pani repertuarze można znaleźć bardzo różnorodne utwory. Czy ma Pani swoje ulubione?

H.K. Zawsze tak jest, z tym, że za każdym razem staram się śpiewać różne piosenki. Rze-

czywiście śpiewam bardzo dużo i występuję często; moje recitale są różne. Oprócz piosenek, na które publiczność czeka, moich starych przebojów, staram się przedstawiać wiele piosenek nowych, innych. Dzisiaj na przykład też było kilka takich nieznanymi szerzej piosenek. To jest potrzebne w każdym programie.

M.W. Jakiej muzyki słucha pani prywatnie?

H.K. Różnej. Teraz mój syn, Marcin Kydryński, który jest maniakem muzyki z rejonów Wysp Zielonego Przylądka, Portugalii, Hiszpanii i muzyki Fado, zainteresował mnie nią i dzięki niemu poznałam wielu wykonawców tej muzyki.

M.W. Tematem przewodnim nowego numeru „Więści Rabczańskich” jest czytelnictwo. Czy często sięga pani po książki?

H.K. Jak tylko mogę, sięgam natychmiast. Na przykład ostatnio przeczytałam książkę nie nową, ale bardzo interesującą; mianowicie to jest taka opowieść rodzinna Collów. Nie czytam w ogóle powieści; nie pamiętam nawet, kiedy czytałam powieść. Bardzo lubię literaturę faktu, lubię wszelakie biografie, coś co może mnie jeszcze wzbogacić, nauczyć.

Rozmawiał
Maciej Waclawik,
uczeń I L.O.

Kilka pytań do...

Podczas trwającego w dniach 10 – 13 lipca pierwszego Rabka Festival - Lato z książką – twórcze wakacje dla małych i dużych, zaprezentowało się kilku twórców książek dla dzieci oraz artystów mających związek z tematyką dziecięcą. Gościem specjalnym festiwalu był aktor, którego nikomu przedstawiać nie trzeba – JERZY STUHR. Przeczytał on jedną z przygód Bolka i Lolka, na co młodzi czytelnicy zareagowali z niekłamnym entuzjazmem.

Maciej Waclawik: Kiedy odwiedził Pan Rabkę po raz pierwszy?

Jerzy Stuhr: Kiedy mój syn był bardzo mały... na Orkana był jakiś mały pensjonat... przywiozłem go, to był koniec lat siedemdziesiątych.

M.W. Jak Panu się podoba w naszym mieście?

J.S. No wiesz, ja już nie potrafię tego ocenić, ja tylko widzę, że ciągle jest coraz ładniej i schludniej, że Rabka naprawdę ma szanse być stolicą dzieci, tak to widzę.

M.W. Co najbardziej Pan sobie ceni w tym regionie?

J.S. Powietrze, klimat. Nie za wysoko, nie za nisko. Kiedyś miałem kłopoty z sercem i akurat tu było idealnie, w tym szpitalu byłem. Bardzo dobrze się tu czuję.

M.W. Na listopad zaplanowano premierę Pańskiego nowego filmu – „Obywatel”. Czym może on zaskoczyć widzów, którzy znają Pana poprzednie produkcje?

J.S. Myślę, że zaskoczy trochę. To jest gorzka komedia opowiadająca o życiu mojego pokolenia. Gatunkowo jest to inny film, zupełnie. Nieraz bardzo ostro z historią postępuje, boję się czasem opinii niektórych kręgów.

M.W. Czy może Pan zdradzić swoje najbliższe plany?

J.S. Zaczynam za dwa tygodnie nagranie „Rewizora” Gogola w Starym Sączu.

Rozmawiał
Maciej Waclawik,
uczeń I L.O.

ZWYCZAJE i OBRZĘDY RODZINNE

Obrzędy związane z dzieckiem

Posiadanie potomstwa na wsi tradycyjnej traktowane było nie tylko w kategoriach potrzeb, lecz także i obowiązków. Nadawało rodzinie rangę pełnowartościowej komórki społecznej, podczas gdy bezdzietność obniżała jej prestiż społeczny i status towarzyski. Płodność oznaczała błogosławieństwo boże, natomiast bezdzietność uchodziła za skutek klątwy, uroku czy kary za grzechy.. Dzieci były celem i sensem życia każdej rodziny, także rodzin wielodzietnych i ubogich. Dziecko od najwcześniejszego okresu życia wdrażane było do pracy. Przystawało sobie przy okazji, przez naśladowanie dorosłych, nie tylko techniki wykonywania różnych prac, ale także towarzyszące im zabiegi magiczne, formuły i zaklęcia, wiedzę o świecie. Dzieci postępowały tak jak ich rodzice, którzy sami kontynuowali wzory zachowań ojców i dziadków. Kształtowany w ten sposób styl życia nie miał zazwyczaj alternatywy. Młode dziewczyny, a później przyszłe matki nie były do końca przygotowywane do pełnienia tej funkcji. Tematy dotyczące dojrzewania, współżycia seksualnego, a w konsekwencji porodu i rodzicielstwa traktowane były w społeczności wiejskiej jako coś wstydliviego i krępującego. Jednak, gdy okazywało się, że kobieta jest brzemienna, cała rodzina z niecierpliwością oczekiwała na przyjście nowego potomka, (o ile oczywiście miał przyjść na świat z uświęconego związku małżeńskiego). W pierwszym trymestrze ciąży kobiety unikały chwalenia się swoim odmiennym stanem. Była to zasada przyjęta przez wszystkie kobiety w danej wsi. Na pytanie: „dlaczego?”, zgodnie odpowiadały: „*bo tako była w tej kultura, żeby nie zapeszyć*”. Kobieta ciężarna unikała przechodzenia przez sznury, dyszle, łańcuchy, nie zakładała koralu, gdyż obawiała się, że dziecko w czasie porodu może owinąć się pępowiną. Groźne dla dziecka mogło być zapatrzenie się ciężarnej np. na krew, pożar lub mysz, czy zając. Innymi niepożądanymi konsekwencjami, mogło być posiadanie przez dziecko na ciele znamion, blizn, lub tak zwanej zajęczej wargi. Kobieta ciężarna unikała kontaktu z osobami ułomnymi lub brzydkimi, ponieważ obawiała się, aby jej dziecko nie przejęło od nich cech negatywnych. Nie brała udziału w pogrzebach i nie chodziła na cmentarz, bo mogło to zaszkodzić dziecku. W żadnym wypadku nie mogła zbliżyć się do zwłok i przyglądać się nieboszczykowi, ponieważ mogło to wywołać ciężką nieuleczalną chorobę u niej lub u nienarodzonego dziecka. O szczęśliwy poród kobiety modliły się do św. Doroty, św. Katarzyny, św. Barbary i św. Małgorzaty. Przed przyjściem na świat dziecka kobiety nie przygotowywały żadnych wyprawek, istniało bowiem przekonanie, że *nie będzie sie chowało*. Sam poród odbywał się w domach. Do porodu wzywano doświadczoną wiejską akuszerkę zwaną *babką*, która miała doświadczenie i autorytet w lokalnej społeczności. W wielu zagórzańskich miejscowościach akuszerki



opłacane były przez ojca dziecka pieniędzmi, ziarnem lub *odrobkiem* w polu. Zaraz po urodzeniu dziecko naznaczone zostawało przez akuszerkę znakiem krzyża, po czym kąpano je w chłodnej wodzie, do której wrzucano pieniądz, *aby się zahartowało i żyło w dostatku*. Akuszerka ścisnęła mu delikatnie nos po to, by był ładny, kładła je na *serdaku*, aby miało kręcone włosy lub na piecu, aby było domatorem. Wykąpane i owinięte w pieluszki dawała do pocałowania najpierw ojcu, później matce, natomiast wodę z pierwszej kąpieli wylewała pod jabłoń, aby dziecko było dorodne jak drzewo. Przestrzegano zasady, aby wody z pierwszej kąpieli nie wylewać po zachodzie słońca, *gdyż dziecko będzie strachliwe i będzie się bało w pole wyjść*. Położnicę do momentu tak zwanego wywodu (obrzędowego oczyszczenia) obowiązywał okres izolacji zarówno społecznej, towarzyskiej jak i gospodarczej. Nie mogła opuszczać domu, w żadnym razie wyjść „za miedzę”, np. do kościoła. Obowiązywał ją ścisły zakaz pracy w polu, gdyż mogła sprowadzić *karę boską na pola, plony i chałupę*. Natomiast wskazanym było, aby przez ten czas przebywała wraz z dzieckiem w domu. Okres połogu (od narodzin dziecka do wywodu matki) trwał zazwyczaj od trzech do sześciu tygodni. Czasami wywód odbywał się w dniu chrztu dziecka. Polegał on na tym, że matka udawała się do kościoła sama lub z dzieckiem, czekała cierpliwie w zachrystii, a następnie klękała z zapaloną świecą w dłoni przed ołtarzem. Ksiądz modlił się nad nią, udzielał błogosławieństwa matce i dziecku, bowiem w rytuale Kościoła rzymskokatolickiego wywód był przede wszystkim uroczystym błogosławieństwem położnic. Centralnym punktem zwyczajów narodzinowych i najważniejszym obrzędem recepcyjnym w życiu dziecka był chrzest, który odbywał się zazwyczaj kilka dni po urodzeniu nie później niż po trzech tygodniach. Wyjątek stanowiły dzieci słabe i chorowite, które chrzczono „z wody” zaraz po urodzeniu. Dawniej sakrament chrztu odbywał się w dni powszednie, najczęściej bez rodziców tylko w obecności chrzestnych, obecnie dniem chrztu jest niedziela, rzadziej sobota, a w uroczystości bierze udział cała rodzina. Wybór rodziców chrzestnych nie był sprawą obojętną, gdyż istniało powszechne przekonanie, że dziecko dziedziczyć będzie cechy charakteru po rodzicach chrzestnych i podobnie potoczą się jego losy w przyszłości. W góralskich rodzinach na krzesanych najczęściej prosiło się krewnych, w następnej kolejności dobrych znajomych lub sąsiadów. Do ojca dziecka należało *prosenie kuma*. Z reguły nie odmawiano pójścia w kumy, ponieważ wierzono, że odmowa oznacza sprowadzenie nieszczęścia i pecha w życiu. Aby tę sytuację odwrócić, należało wprosić się siedmiokrotnie następnym chrześniakom. Imiona dla dziecka wybierali zazwyczaj rodzice. Najczęściej były to imiona po dziadkach.

Dorota Majerczyk

Naukowiec na letnisku

ERHARD CZIOMER – profesor zwyczajny dr habilitowany jest specjalistą w zakresie współczesnych stosunków międzynarodowych oraz jednym z najwybitniejszych w Polsce znawców problematyki niemieckiej. W ciągu 44 lat pracy naukowej napisał kilkadziesiąt książek, setki artykułów naukowych i publicystycznych oraz odbył wiele podróży, a mimo to nie zapomina o Beskidach, w których rok w rok ładuje akumulatory do dalszej pracy.



fot. www.youtube.com

Erhard Cziomer urodził się na Opolszczyźnie w czasie II wojny światowej. Jako małe dziecko mówił wyłącznie po niemiecku, podobnie jak inni mieszkańcy ówczesnej III Rzeszy Niemieckiej. Po przejęciu tych ziem przez Polskę w 1945r. zakazano nauczania języka niemieckiego w szkołach. *Od dzieciństwa pasjonowałem się historią i dlatego bezpośrednio po maturze podjąłem studia historyczne na Uniwersytecie Jagiellońskim w Krakowie w 1958 roku* – wspomina, dodając, że jednocześnie rozpoczął lektorat z języka niemieckiego. *Znajomość języka niemieckiego była o tyle ważna, iż na Zachodzie mieszkała po 1945 r. część mojego starszego rodzeństwa, z którym mogłem się porozumiewać tylko w języku niemieckim.*

Kariera naukowa

Dobra znajomość tego języka obcego zadecydowała o przyszłości E. Cziomera. *Wybór problematyki niemieckiej (niemcoznawczej) jako przedmiotu badań nie wynikał u mnie wyłącznie z dobrej znajomości języka niemieckiego, lecz dodatkowo z zainteresowania aktywną rolą historyczną Niemiec (pierwsza i druga wojna światowa, podział Niemiec na RFN i NRD 1949 oraz ich pokojowe zjednoczenie 1990), jak też ich ogromnym znaczeniem politycznym i gospodarczo-społecznym dla świata, Europy, Polski.* Pięć lat po rozpoczęciu studiów napisał i obronił pracę magisterską na temat stosunków niemiecko – radzieckich w latach 1917 – 1918. W tym samym czasie szlifował język niemiecki oprowadzając wycieczki z Niemiec (głównie z NRD) po Krakowie. W latach 1963 – 1969 pracował jako nauczyciel w nowohuckim Technikum Hutniczo – Mechanicznym, gdzie odniósł spory sukces. Jego uczniowie zostawali laureatami konkursów historycznych oraz olimpiad wiedzy o Polsce i świecie współczesnym, w których osiągalni wyniki

lepsze nawet od uczniów krakowskich liceów. Po sześciu latach podjął pracę w Akademii Ekonomicznej (obecnie Uniwersytet Ekonomiczny). Kolejne stopnie naukowe

z najnowszej historii Europy: doktora (1972) i doktora habilitowanego (1977) zdobywał na wydziale filozoficzno – historycznym UJ. W 1979 r. został docentem, 10 lat później profesorem nadzwyczajnym a w 1994 roku osiągnął najwyższy tytuł naukowy – profesora zwyczajnego. W 1982 roku zaczął pracować na Uniwersytecie Jagiellońskim i objął stanowisko kierownika Katedry Stosunków Międzynarodowych w Instytucie Nauk Politycznych i Stosunków Międzynarodowych, gdzie pracował do 2005 roku, pogłębiając specjalizację w dziedzinie niemcoznawstwa. W chwili osiągnięcia wieku emerytalnego profesor rozpoczął pracę w Krakowskiej Akademii im. Andrzeja Frycza Modrzewskiego, gdzie przeniósł się wraz ze swymi trzema wychowankami (doktorami) i przejął kierownictwo Katedry Stosunków Międzynarodowych. Dwóch z moich wychowanków zrobiło już w międzyczasie habilitacje oraz zostali profesorami KAAFM. – dodaje.

Czas wytchnienia w Beskidach

Mimo wytężonej pracy naukowej Erhard Cziomer zawsze znajdował czas na urlop w Beskidach. Czasami ciężko było nazwać to urlopem, ponieważ nierzadko profesor pracował wówczas na jeszcze większych obrotach. Jak zaczęła się jego przygoda w „naszych” górach? *Moją przygodę z Beskidami rozpocząłem po narodzinach córki, kiedy to w 1966 r. wynajęliśmy letnisko w Laskowej Górnej koło Limanowej. Również w następnych latach preferowaliśmy tzw. „Wczasy pod Gruszą”, wynajmując co roku na okres dwóch do trzech miesięcy mieszkanie u innego „gazdy” w powiecie limanowskim. W latach 1977-1982 przebywaliśmy z rodziną w Lubomierzu, a od 1983 r. nastąpiła zmiana letniska i przeprowadzka do rodziny Waclawików w Rabie Niż-*

nej. Jedną z przyczyn, która przyciągała profesora z rodziną w góry był klimat oraz położenie krajobrazowo – komunikacyjne. W czasie wakacji miał okazję zdobywać okoliczne szczyty i poznawać miejscowe lasy. Jednak, jak wspominałem, podczas wczasów niemcoznawca znajdował czas na pracę naukową. Moje przyjazdy do Raby Niżnej nie miały tylko charakteru letniskowo-turystycznego, ale spełniały ważną funkcję naukowo-badawczą. Tutaj urządzam sobie co roku warsztat naukowy, przywożę materiały i literaturę naukową

[...] przy pomocy komputera odrabiam zaległości, przygotowując liczne referaty, artykuły oraz książki. Podczas wakacji w Rabie Niżnej powstały takie książki jak „Polityka zagraniczna RFN. Uwarunkowania – cele i mechanizm decyzyjny” (Warszawa PWN 1988), która była podstawą nadania E. Cziomerowi tytułu profesora belwederskiego, „Historia Niemiec powojennych 1945-1991. Rozwój problemu niemieckiego od podziału do jedności” (Kraków UJ 1992), która dała podstawę do nadania mu tytułu profesora zwyczajnego, czy rozchwytywany w całej Polsce podręcznik akademicki „Zarys współczesnych stosunków międzynarodowych”, którego był drugim współautorem. O jego popularności świadczy liczba dodruków (dwadzieścia). Na letnisku została napisana także ogólna synteza rozwoju powojennego Niemiec - „Historia Niemiec współczesnych 1945-2005” (Warszawa Neritum 2006) oraz najnowsza publikacja profesora - „Rola Niemiec w kryzysie strefy euro po 2009 r.” (Kraków KAAF 2013). Można stwierdzić, iż letnisko w Rabie Niżnej było przez blisko 31 lat moim drugim domem zastępczym w czasie wakacji. Służyło ono dzięki pięknemu krajobrazowi i walorom klimatycznym nie tylko wypoczynkowi, ale także tworzyło korzystne warunki, umożliwiające prowadzenie intensywnej pracy naukowo-badawczej. – podsumowuje pan profesor.

Maciej Waclawik
uczeń I L.O.

Zob. dodatkowe szersze materiały w Internecie: Erhard Cziomer- Wikipedia oraz Marcin, Lasoń, Profesor Erhard Cziomer. W 40-lecie pracy naukowej, Oficyna Wydawnicza KAAFM, Kraków 2010

Kiedy góry się Kilka uwag o Julianie Staniewskim

Uzdolniony literacko i „gawędziarsko”, niepoprawny optymistą, aktywnie działający w różnych sferach życia społecznego – tak w jednym zdaniu opisać można sylwetkę Juliana Staniewskiego. Tak powie o nim każdy, kto miał okazję zamienić z nim choć kilka słów.

Julian Staniewski urodził się 6 grudnia 1932 roku w Rabce-Zdroju. W rodzinnej miejscowości spędził prawie całe dotychczasowe życie. Tu ukończył szkołę podstawową oraz zdobył fach cholewkarza. Przez sześć kolejnych lat mieszkał i pracował w Krakowie, ale miłość do rodzinnych stron sprawiła, że Staniewski zdecydował na stałe osiedzić się w ukochanej Rabce. Wkrótce podjął pracę w warsztacie kamasznikarskim, ożenił się i doczekał trójki dzieci. Stopniowo też zaczęła narastać w nim potrzeba twórczej ekspresji, która najpełniejszy wyraz znajdowała w poezji. Dziś w rozmowie ze mną Julian Staniewski wspomina: „Zacząłem jako samouk, bo nigdy nie byłem literatem. Zacząłem pisać, wyrzucałem to z siebie, co we mnie tam utkwilo. Powstawały wtedy może początkowo nieudolne wierszyki, ale wcale się ich nie wstydziłem, bo były ładne – dotychczas się mi podobają. A potem zacząłem tworzyć to w sposób taki bardziej już poetycki. Tam czasem nagroda jakaś wpadła, to mnie to podnosiło na duchu. Pisanie jest to takie przekazanie swoich myśli, w sposób inny jak piszą może tacy znani poeci. Nie zaliczam się do wielkich poetów. Po prostu jest to potrzeba serca. Jeżeli się podoba jakiś wierszyk, no to jest ta radość, że ludzie chętnie to przeczytają i może tam coś w ich sercu zaiskrzy na lepsze”.

Pasja do literatury rozwijała się równolegle z odkrywaniem piękna okolicznych gór. Rabka, położona w otoczeniu rozlicznych pasm: Beskidu Wyspowego, Żywieckiego, Górców, Pienin i Tatr, stanowiła doskonały pretekst i inspirację do odbywania niezliczonych wędrówek. Początkowo Staniewski przemierzał szlaki razem z rodziną. Każdą wolną chwilę spędzał wspólnie z żoną i dziećmi w górach, zdobywając kolejne szczyty, m.in. Luboń, Turbacz, Babią Górę, Giewont, Zawrat, Czerwone Wierchy. Dzięki rodzinnemu wędrowaniu odkrył nową pasję, która wkrótce stała się jego sposobem na życie. Staniewski zaczął zgłębiać tajniki turystyki, poznawać topografię Beskidów, Tatr i Górców. Zdobył cztery Górskie Odznaki Turystyczne: popularną, małą brązową, małą srebrną oraz małą złotą, a w 1978 r. uzyskał uprawnienia przewodnika turystycznego PTTK (terenowego i górskiego-beskidzkiego). Kilka lat później został uhonorowany brązową odznaką „Zasłużony działacz turystyki” przez Główny Komitet Turystyki w Warszawie, a w 1995 r. Komisja Turystyki Górskiej mianowała go przewodnikiem turystyki górskiej. Odtąd nie tylko pracował w warsztacie kamasznikarskim, ale też prowadził wycieczki szkolne, czy też grupy sanatoryjne. Gdy w 1997 roku przeszedł na emeryturę, w pełni poświęcił się pracy przewodnika. Do dzisiaj, mimo sędziwego już wieku, prowadzi bardzo aktywny tryb życia. Wciąż wędruje po górach

i „zaraża” swą pasją znajomych, rodzinę, uczestników wycieczek, przypadkowo napotkanych turystów. W latach 2010 i 2011 brał udział w projekcie „Odkryj Beskid Wyspowy”. W 2010 r. jego postawa i studium obecność na tych górskich spotkaniach została nagrodzona dyplomem najstarszego uczestnika – propagatora piękna Beskidów.



Staniewski uczy miłości do gór oraz poezji, a robi to w sposób niezwykle pogodny. Jego optymizm oraz pogodny usposobienie pomagają mu w nawiązywaniu kontaktów z turystami. Podczas wycieczek bezinteresownie angażuje się w pomoc innym. Chętnie dzieli się swoją wiedzą, umiejętnościami, doświadczeniem, ale także dobrami materialnymi. Zawsze ma przy sobie apteczkę, gotowy jest podać bandaż, lek, a nawet zapasowe buty czy rękawiczki. Czasem czę-
stuje również upieczonymi

przez siebie rogalikami z różą i ciasteczkami, ale jego najpiękniejszym podarunkiem dla napotkanych turystów jest nie schodzący z twarzy uśmiech oraz dobre słowo. Wczasowicze bardzo lubią słuchać jego gawędziarskich opowieści. Pan Julian wciąż zapraszany jest na różnego rodzaju spotkaniach, ogniskach i imprezach organizowanych przez rabczańskie domy wczasowe czy też sanatoria, w czasie których kreśli barwne historie o górach i ich mieszkańcach, opowiada legendy, śpiewa piosenki, recytuje swoje wiersze pisane gwarą. Staniewski pomaga w organizowaniu wycieczek, ale też sam wciąż zdobywa kolejne szczyty: „Tak najwięcej to właśnie chodzę w Tatry, Pieniny też lubię, ale – wiosną szczególnie – to Gorce, dlatego że są piękne od nowej barwy zieleni (...)”.

Pan Julian stara się uwrażliwiać innych na piękno przyrody oraz na potrzebę kulturalnego zachowania w górach. W czasie rozmowy sam konstatuje: „Wtedy muszę zwracać uwagę na bezpieczeństwo innych. Bezpieczeństwo to jest jedna rzecz. Drugą rzeczą, którą właśnie stosuję, jest przekazanie ludziom tego co ja sam czuję, czyli rozkochania w górach, rozmiłowania (zwrócenie uwagi na piękno, na sposób chodzenia: że trzeba wolno, że trzeba oddychać ładnie, że trzeba odpoczynki robić). I to muszę uczyć tych ludzi”. Przyroda jest dla Juliana Staniewskiego nie tylko odskocznią od codzienności, ale też inspiracją i natchnieniem do pisania. „To nic, że czasem przychodząc zmęczony pytam samego siebie: po co zdecydowałem się na tę wędrówkę? Czy warto było? To nic, bo kiedy odpoczną moje kości, to serce zaczyna śpiewać ze szczęścia i radości. Wtedy piszę, bo to podpowiada mi wewnętrzny głos duszy, aby wyrzucić z siebie to co przeżyłem, co mnie zachwyciło, to czego doświadczyłem” (Staniewski 2006: 1). O czym więc „śpiewa” ten rabczański poeta? O życiu, górach, miłości, Bogu, wierze, przyrodzie, o tych sprawach, czasem niezauważanych w zgiełku dnia codziennego, o nadziei i pięknie świata. Zachwyca się nad rzeczywistością, „zaczarowuje ją” w swych wierszach, dając w ten sposób siebie innym. „...bym kiedyś mógł się pochwalić w niebie, pisałem, pisałem wiersze nie dla siebie” – „śpiewa” poeta

eja wiersze...

yskim

w jednym z liryków. Świadomie, dla nazwania swojego procesu twórczego operuje terminami muzycznymi, o czym najpełniej świadczy tytuł jego pierwszego tomiku, wydanego w 1997 roku: „To dusza moja śpiewa”. W wierszach chce on nie tylko opisać, opowiedzieć swoje życie, ale „wykrzyczeć” je, „wytańczyć”, ocalić w ten sposób od zapomnienia, od monotonii i szarości dnia codziennego (zob. Stępień 2009: 5-6).

Początkiem jego drogi literackiej stał się wyróżniony w 1983 roku na I Turnieju Jednego Wiersza w Nowym Sączu, utwór: „Sposób na życie”. Później światło



dziennie ujrzały również niektóre liryki, publikowane w „Podhalance”, „Dunajcu”, „Gazecie Krakowskiej”, „Dzienniku Polskim”, a jego twórczość odbiła się szerokim echem w świecie literackim. Julian Staniewski zdobywał wiele nagród i wyróżnień m.in. w konkursach poetyckich organizowanych przez MOK w Rabce, takich jak: „Serduszkowy wiersz” (2001, 2004r.), „Harfa Gorców” (2002, 2004r.), „Orkanowskie Gorce” (1986r.). Kilkakrotnie zwyciężał również w Ogólnopolskim Konkursie Poezji Religijnej im. ks. prof. J. Tischnera w Ludźmierzu (2006, 2009, 2011r.), Ogólnopolskim Konkursie im. T. Staicha w Zakopanem (2006, 2009, 2010r.) oraz Ogólnopolskim Konkursie im. Ks. Jamroza „O autentyczną wiarę” w Mszanie Dolnej (2008, 2009r.). Rok 2006 przyniósł mu z kolei wyróżnienie w II Małopolskim Konkursie Literackim „Ludzie znają mnie tylko z jednej, jesiennej strony”, w którym uznanie jurorów zyskała jego praca pt. „Sposób na życie”. Staniewski wydał do tej pory cztery zbiory poetyckie i jeden cykl opowiadań. Po latach przerwy od czasów wydania pierwszego tomiku, w 2009 roku opublikowano zbiór „Kiedy góry sięją wiersze”, a w 2010. światło dzienne ujrzały dwa inne wybory utworów: „Świecie mój” i „Widzenie Boga” oraz zbiór opowiadań „Biblijne sny”. Wtedy też doceniono jego twórczość religijną. W maju wspomnianego roku Staniewski uzyskał wyróżnienie w I Międzynarodowym Konkursie Jednego Wiersza o Puchar Wydawnictwa św. Macieja Apostoła, a wiersz „Chcę być” został opublikowany w książce „Sens przyrodznej kapliczki”. Cztery inne wiersze („Nad grobem”, „Umieranie”, „Tak bardzo boli”, „Przemijanie”, „Miłość nie umiera”) znalazły się w Almanachu

Literackim „In Memoria!”. Nazwisko Staniewski pojawia się również w IV tomie „Mini-słownika biograficznego polskich współczesnych poetów religijnych”, wydanym w Tarnowskich Górach.

Poeta nadal jest bardzo aktywny. W 2013 roku otrzymał wyróżnienie w IX Ogólnopolskim Konkursie Poetyckim „O Wawrzyn Sądecki”. W roku 2011 jego wiersz napisany gwara „To Ty” zajął II miejsce XIX Konkursie Poezji Religijnej im. ks. J. Tischnera w Ludźmierzu, a liryki wydane zostały w Almanachu Poezji Religijnej „A duch wieje kędy chce”. W tym samym czasie Pan Julian otrzymał również wiadomość od telewizji TVN Religia, że jego wypowiedzi dotyczące kapliczki znajdującej się przy Morskim Oku, zostały wykorzystane w filmie dokumentalnym „Matka od powrotów”. Jego aktywność została doceniona także przez władze miasta Rabka-Zdrój, które nominowały poetę do tytułu Senior Roku 2010 w V Małopolskim Plebiscycie „Poza Stereotypem”. W 2012 roku w galerii „Pod Aniołem” odbył się niezwykle Jubileuszowy Benefis Poetycki Juliana Staniewskiego, na który licznie przybyli jego przyjaciele, znajomi, rodzina. Dziś poeta intensywnie pracuje nad publikacją kolejnego tomiku poetyckiego oraz zbioru górskich opowiadań i legend.

Działalność Staniewskiego nie ogranicza się tylko do podejmowania kolejnych wyzwań w konkursach oraz publikacji tomików. On nie tylko pisze, ale też wiele uwagi poświęca idei propagowania regionu, w tym popularyzowaniu rodzimej twórczości. Gromadzi wokół siebie grupę osób interesujących się literaturą. W czasie spotkań Oddziału Klubu Literackiego „TraWers”, którego jest współzałożycielem, zachęca do czytania oraz tworzenia poezji. Corocznie angażuje się również w organizację rabczańskiego Konkursu Recytatorskiego im. Antoniny Zachary Wnękowej, a w 2010 roku obejmuje nad nim patronat. Wtedy też jego działania zostają uhonorowane dyplomem, będącym wyrazem wdzięczności za życzliwe wsparcie działań promujących twórczość poetki.

Dorobek artystyczny Pana Juliana na stałe wpisał się w tradycję oraz kulturę regionu, a nawet zainteresował świat nauki. W 2004 roku w przewodniku „Gorce” zamieszczone zostały dwa jego wiersze („Gorcowy potok”, „Kudłowski Baca”), a trzy kolejne opublikowano dwa lata później w antologii regionu Podtatrza „Góralskie serce w zielonym listku pieśni” autorstwa dr A. Mlekodaj („Stokrotecka”, „Kościół św. Krzyża na Piątkowej” i „Pamięci Bronisława Czecha”). Do przykładu z wiersza poety odwołuje się w czasie swoich rozważań nad formą „kielo cud” dr B. Grabka z IJP PAN w Krakowie. Postać Staniewskiego stała się również tematem pracy licencjackiej Katarzyny Front pt. „Filozofia życia Juliana Staniewskiego”, napisanej w Katedrze Języka Polskiego PPWSZ pod kierunkiem dr Wojciecha Kudyby. Niezwykła osobowość artysty i jego wypowiedzi stały się źródłem inspiracji także dla mnie i posłużyły za materiał badawczy pracy magisterskiej oraz doktorskiej.

Joanna Kuczaty

Staniewski J., Sposób na życie, 2006 [rękopis].
Stępień J., [wstęp do tomiku], [w:] J. Staniewski, Kiedy góry sięją wiersze, Kraków 2009.

„Jako to downo było”

Co można powiedzieć o tej książce na pierwszy rzut oka? Sporej grubości, pięknie wydana, na okładce obraz w pastelowych kolorach, przedstawiający starą wiejską chałupę. I podpis: Leszek Świder „Jako to downo było”. Jednak nawet dziecko wie, że nie ocenia się książki po okładce, więc zaglądam do środka. I przepadam. Wciągają mnie opisy, historie, zdjęcia ludzi, przedmiotów, obrazów i dokumentów, a na sam koniec (jak ta wisienka na torcie) płyta z muzyką. Wszystko ściśle związane z przeszłością Rdzawki. Publikacja ta jest efektem ośmiu lat ciężkiej pracy autora, który poświęcał jej każdą wolną chwilę. Ale warto było!

Nie jest to debiut Pana Leszka. W 2002 roku, z okazji jubileuszu istnienia I LO im. Eugeniusza Romera, ukazało się jego pierwsze wydawnictwo pt. „Gdziekolwiek jesteś, Absolwencie”. Natomiast „Jako to downo było” odtwarza przeszłość rodzinnej wsi autora, Rdzawki, niemal od początku jej istnienia po dzień dzisiejszy. Można tam znaleźć wszystko. Od opisu epidemii cholery z 1847 roku, przez historię rdzawiańskiej parafii, aż po stare przepisy kucharskie.

Jak i kiedy się to wszystko zaczęło? Dokładnie w roku 1990 r., kiedy do Rdzawki przyjechał ksiądz Chryc i pokazał Panu Leszkowi przedwojenny sztandar PSL, znajdujący się w kościele. Zaskoczyło to przyszłego autora, dotychczas przekonanego, że sztandar jest kościelny. To był początek. Później starsi ludzie opowiedzieli o strajku chłopskim przed wojną, o strzelaninie z Niemcami. Sam Pan Leszek odkrył w domu, w szufladzie starego stołu, dokumenty z XIX wieku – akty własności ziemi, sprawy sądowe, spadkowe, a także książeczkę wojskową dziadka. Znalazła się i zbita ze sklejek, drewniana walizka – cały dobytek, z którym dziadek wrócił do domu, po 10 latach w wojsku.

Wiele informacji zawartych w książce ma swoje źródło w opowieściach byłego sołtyśa – Jana Rapacza, który razem z ojcem Pana Leszka działał w Komitecie Budowy Cmentarza, więc był częstym gościem w ich domu. Nieraz, gdy ojca nie było, Pan Jan siadał, mówiąc „Jo ci łopowiem, jako to downo we Rdzowce było”. Z czasem wszystkie jego słowa się potwierdzały. Raz opowiadał, jak podczas głodu i epidemii cholery w latach 1847-1849, w ciągu jednego roku zmarło 200 osób. Panu Leszkowi wydało

się to niemożliwe, ale po jakimś czasie jego wątpliwości rozwiąły zapisy w księdze zgonów, Kronice Rabki – Cz. Trybowskiego i kronice parafialnej w Rabce. Innym razem Pan Jan mówił o medalach austriackich, które miały być u Poloka, gdzie twierdzili, że nic o nich nie wiedzą. Medale odnalazły się po latach właśnie tam.

W ubiegłym roku Pan Leszek zamieścił w gazetce parafialnej notatkę, że planowane jest wydawnictwo i prosi o pomoc w zbieraniu materiałów. Odzew był duży – wielu ludzi przynosiło zdjęcia, niektórzy zaczęli opowiadać. Oczywiście każdą informację z osobna trzeba było weryfikować. „Dużo ludzi tworzyło bajki, na to trzeba bardzo



uważać. Można się puścić na ślepy tor, z którego wycofać się ciężko, a na dodatek istnieje spore prawdopodobieństwo zafałszowania historii” ostrzega Pan Leszek, po czym dodaje, że sam wszystkie informacje, które zamieścił w książce, potwierdzał w co najmniej dwóch, trzech niezależnych źródłach.

Książka nie powstała jednak tylko na podstawie rozmów. Pan Leszek przejrzał kronikę parafialną Rabki, a także dokumenty kurii krakowskiej, dotyczące wizytacji tych terenów. Udało mu się również, w Spytkowicach koło Zatora, odnaleźć starą kronikę szkolną. Autor zajął też do kroniki strażackiej, oazowej (z wpisem Ks. Kard. Karola Wojtyły) oraz opisów w urzędzie nowotarskim, w których znalazł m. in. relację z procesu chłopaków ze Rdzawki, którzy w 1947 r. wysadzili pomnik wdzięczności Armii Czerwonej w Nowym Targu. Kolejnym źródłem był IPN – stamtąd pochodzą materiały dotyczące II wojny światowej oraz okresu po wojnie.

U podstaw powstania książki są trzy czynniki. Po pierwsze – myśl o młodym pokoleniu. „Mam nadzieję, że wielu młodych ludzi po przeczytaniu tej książki spojrzy na wszystko z trochę innej strony. Że były czasy, kiedy w tym kraju było lepiej, były czasy, kiedy było gorzej, ale każdy sam jest kowalem swojego szczęścia” mówi Pan Leszek. Kolejną

rzeczą, która „popchnęła” autora do stworzenia publikacji, jest postępująca unifikacja kultury.

„Unia Europejska próbuje pokazać jedność Europy, a ja się z tym nie zgadzam. Nasza kultura ludowa, którą starałem się tu opisać, jest tak bogata, że naprawdę mamy być czego dumni. Myślę, że my, mieszkając na tych terenach, mając swoją kulturę, powinniśmy przede wszystkim ją poznawać (oczywiście nie odrzucając innych)” tłumaczy. Książka powstała również dla młodych emigrantów, którzy wyjechali ze wsi w poszukiwaniu pracy. „Oni tu przyjeżdżają, chętnie wracają, ale nie mają możliwości, żeby to wszystko poznać. Myślę, że książka pozwoli im na to” wyraża nadzieję autor.

Publikacja nie przeszła bez echa.

Mieszkańcy Rdzawki są bardzo dumni i ochoczo wzięli się do czytania. „Ja to w życiu przeczytałem 3 książki, a ta będzie czwarta” usłyszał Pan Leszek od jednego chłopaka. Autor otrzymuje również wiele maili, z różnych stron Polski i świata, z gratulacjami i podziękowaniami. Niedawno napisała Pani, której rodzice dziadkowie (zmarli, kiedy ona sama była jeszcze dzieckiem) zostali opisani w książce. W mailu napisała, że książka to

balsam na jej trudne dzieciństwo. „Dzięki publikacji we Rdzawce przybywa mieszkańców” śmieje się Pan Leszek, odkąd kolega opowiedział mu o swojej kuzynce mieszkającej w Krakowie, której rodzice pochodzą ze Rdzawki. Odwiedzała ona rodzinną miejscowość rodziców raz do roku, kurtuazyjnie. Jednak teraz, gdy przeczytała książkę, zadzwoniła do mamy tego kolegi ze słowami „Ale ciociu, pamiętaj zawsze, że ja jestem ze Rdzawki!”.

„Uważam, że ta książka nie jest już dobrem moim, ale wspólnym dobrem wsi. Mam nadzieję, że nie skończy się na tym i ktoś, kiedyś jeszcze coś do niej wniesie” mówi Pan Leszek. Wiele osób pyta, czy powstanie dalsza część. „Na razie sam muszę odreagować, spojrzeć na to z boku” twierdzi autor, ale jednocześnie przyznaje, że ostatnio bardzo zajmuje go kwestia emigracji sprzed I wojny światowej, jednak na razie ma tylko szczątkowe informacje. Ale przecież od czegoś trzeba zacząć, więc kto wie, może o tym właśnie będzie następna publikacja? A na razie... Ogromne wyrazy uznania dla Pana Leszka za trud i poświęcenie włożone w napisanie tej książki! Życzę wszystkim miłej lektury!

Magdalena Kościelniak
uczenica I L.O.

Doktor na Zakopiance

Budowniczy

Po objęciu funkcji ordynatora oddziału chirurgicznego w Szpitalu Miejskim w Rabce, doktor Adam Janik poznał pułkownika Mariana Berlinga, ówczesnego szefa Wojewódzkiego Sztabu Wojskowego w Krakowie. Okoliczności poznania niestety były smutne. Płk. Berling w czasie manewrów w okolicach Limanowej doznał złamania kości udowej (nawiasem mówiąc bracia Berlingowie pochodzili z Limanowej) i został pacjentem, a potem przyjacielem Adama Janika. Doktor Janik był zapraszany na wojskowe uroczystości związane z pamięcią o uczestnictwie w Powstaniu Styczniowym włoskich ochotników pod dowództwem Francesco Nullo, który poległ pod Pieskowa Skałą. Na jednej z takich uroczystości Adam Janik został poproszony o wygłoszenie mowy powitalnej, jako że nikt z oficjeli nie znał języka włoskiego. Dr Janik biegle mówił po łacinie (w tym języku napisał swoją pracę doktorską) i w tymże języku wygłosił płomienną orację, która została doskonale zrozumiana i przyjęta z wielkim aplauzem przez włoską delegację. Wspominam o tym dlatego, że dr Janik znajomość tę wykorzystał nie dla własnych korzyści ale dla dobra rabczańskiego szpitala.

Wielokrotnie rozmawialiśmy o wielkich trudnościach i czasochłonności transportu chorych i rannych z Izby Przyjęć znajdującej się na parterze - na oddziały usytuowane na I, II, III i IV piętrze szpitala. Nieodczowna byłaby winda. Ten postulat uzyskał poparcie dyrekcji i Wojewódzkiego Wydziału Zdrowia w Nowym Sączu. Dobudowano po prawej stronie budynku szpitala specjalne pomieszczenie, ale jak włożyć do niego windę?

Z pomocą przyszło wojsko. Przy użyciu dużego wojskowego śmigłowca uniesiono aparaturę dźwigową i umieszczono przez dach

do szybu. Cała operacja odbywała się w obecności i przy gorącym aplauzie licznie zgromadzonych mieszkańców i personelu szpitala.

Łatwo wyobrazić sobie jak zamontowanie windy usprawniło pracę personelu szpitala, a także przemieszczanie się chorych i ich rodzin.

W podzięce za zainstalowanie windy w rabczańskim szpitalu doktor Janik postanowił wydać przyjęcie dla projektantów i wykonawców. Brakowało funduszy. Zaproponowałem, że wspólnie z przyjaciółmi wędkarzami dostarczymy świeże pstrągi, a kolega anestezjolog mieszkający w Skawie zobowiązał się nałowić raków. Nasza inicjatywa przyjęta została z uznaniem. Ryby tego popołudnia w Dunajcu dobrze brały, tak, że nasza wędkująca grupa złowiła ich kilkadziesiąt, a ja, wędkujący po raz pierwszy, złowiłem siedem sztuk. Następnego dnia żona jednego z wędkarzy opowiedziała, że w domu uderzył ją nieprzyjemny zapach. Okazało się, że w gumiakach męża znalazła trzy okazałe pstrągi, niestety nadwyreżone przez czas. Pstrągi przekazaliśmy naszym szpitalnym kucharkom i niecierpliwie czekaliśmy na raki. Kolega się nie zjawiał i nie można się było do niego dodzwonić. Zniecierpliwiony dr Janik powiedział: *Marian, jedziemy do Skawy*. Kiedy udało nam się wreszcie dotrzeć do domu i sforsować drzwi, których nikt nie otwierał, dowiedzieliśmy się od gospodyni, że doktor jest nieco niedysponowany, ale wpuszcza nas do środka. Jurek rzeczywiście był niedysponowany, a kiedy dr Janik powiedział, że: *palucho Twoją nieobecność w pracy, ale gdzie są raki?* Jurek odpowiedział - *nałapaliśmy pełne wiadro, przykryliśmy pokrzywami, włożyliśmy do stodoły, ale tam weszły świny i wszystko zeżarły*.

Mimo braku raków przyjęcie bardzo się udało, a winda funkcjonuje do dzisiaj.

Marian Leszczyński

RUTW

Nuda nie dla nas

Samotność, nuda, poczucie nieprzydatności to bóle, które często doskwierają ludziom starszym. Jest na to rada. Warto przełamać w sobie niesłuszne przekonanie, że wszystko już za nami. Trzeba tylko wyjść z domu i udać się do Galerii „Pod Aniołem” (ul. Parkowa 5). Tutaj, w dawnej siedzibie MOK-u mieści się Rabczański Uniwersytet Trzeciego Wieku. Można tu odnowić stare i nawiązać nowe znajomości, robić to, na co wcześniej nie było czasu, pieniędzy, a może odwagi, można nadal cieszyć się życiem.

Stowarzyszenie Rabczański Uniwersytet Trzeciego Wieku liczące obecnie ponad stu członków, zakończyło ósmy rok działalności. Wakacje akademickie trwają długo, bo aż trzy letnie miesiące, ale to nie oznacza, że podczas przerwy w zajęciach dydaktycznych nasi słuchacze pogrążają się w nudzie. Nieprzerwanie trenują członkowie sekcji brydżowej, miłośnicy Nordic Walking kontynuują krótsze i dłuższe spacery na Krzywoń, Grzebień, Maciejową, Stare Wierchy, Potaczkową itd. Tego lata rozpoczęliśmy cykl wycieczek pod hasłem „Uzdrowiska Polski Południowej”. W lipcu cuda architektury i natury Pienin podziwialiśmy na trasie Łopuszna – Dębno – Szczawnica. W sierpniu zwiedzaliśmy Krynice, Piwniczną i Dolinę Popradu. Pod koniec września, kiedy pięćdziesięcioosobowa grupa członków i sympatyków RUTW wróci z dwutygodniowych wczasów w Pogorzeli nad morzem, planujemy zorganizować wycieczkę do Szczyrku, Wisły, Żywca.

20 lipca sala MOK-u dosłownie pękała w szwach, brakowało nawet miejsc stojących. Filmowy pokaz „Cyganerii”, kolejnej prezentacji dzieła muzycznego w cyklu „Spotkania z opera i operetką” raz jeszcze potwierdził, że w Rabce-Zdroju jest ogromne zapotrzebowanie na prawdziwą Sztukę. Wielkie brawa dla pomysłodawcy i prowadzącego spotkania członka RUTW Romana Lysego.

Inauguracja nowego roku akademickiego odbędzie się 6 października br. i znów rozpoczyna się wykłady, lektoraty językowe, różnorodna warsztaty, kursy komputerowe. Obdarzeni talentem chwycą za pędzel, pióro, zaśpiewają w akademickim chórze „Cantabile”, wystąpią w kabarecie. Dbający o dobrą kondycję skorzystają z szerokiej gamy zajęć sportowych. Będziemy się spotykać na imprezach integracyjnych, wyjazdach turystycznych i kulturoznawczych. Społecznicy będą mogli realizować swoje szlachetne pasje w uniwersyteckiej Grupie Lokalnego Działania.

Zapraszamy wszystkich zainteresowanych.

Zapisy na nowy rok akademicki przyjmuje sekretariat RUTW ul. Parkowa 5, tel. 18 26 82 371, codziennie w godzinach 9-13. Członkiem Stowarzyszenia może zostać każdy, kto ukończył 50 lat, akceptuje cele statutowe i opłaci składkę członkowską w wysokości 81 zł.

Szczegóły dotyczące działalności Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Rabce-Zdroju znajdziecie Państwo na naszej stronie internetowej www.u3w.rabka-net.pl.

Beata Śliwińska

Powiat Nowotarski dla Rabki-Zdroju w roku 2013

Powiat nowotarski w obecnym kształcie powołany został do życia na mocy ustawy z dnia 24 lipca 1998 r. o wprowadzeniu zasadniczego trójstopniowego podziału terytorialnego państwa. Jest jednym z 379 powiatów w Polsce i jednym z 22 powiatów małopolskich. Jego powierzchnia wynosi 1474,66 km² a liczba ludności 187 982.

Od 2006 roku (od dwóch kadencji) władze w powiecie sprawuje koalicja utworzona z samorządowców komitetów wyborczych: „Razem Podhale, Spisz, Orawa” i „Solidarne Podhale, Spisz i Orawa”. Organem wykonawczym jest 5-osobowy Zarząd, w skład którego wchodzi starosta, wicestarosta i 3 członkowie zarządu.

W 29 osobowej Radzie Powiatu trzy mandaty przypadają naszej miejscowości. Rabczanie pełnią następujące funkcje: Leszek Świder - członek Zarządu, Marek Szarawarski - przewodniczący Komisji Budżetowej i członek Komisji Edukacji, Antoni Rapacz, który do koalicji dołączył w 2011 roku, jest członkiem Komisji Budżetowej, Porządku Publicznego i Bezpieczeństwa Obywateli, oraz Infrastruktury.

Zadania samorządu powiatowego wyznaczane między innymi przez Uchwały Rady Powiatu realizowane są przez Zarząd, wydziały starostwa i jednostki powiatu.

Uchwała Rady Powiatu ustaliła na rok 2013 budżet powiatu w wysokości 131 685 393 zł. Instytucje i placówki działające lub wykonujące zadania na terenie Rabki-Zdroju, jednej z 14 gmin powiatu nowotarskiego, wydatkowały 12 228 515 zł.

Przydział środków na poszczególne jednostki przedstawiają poniższe dane:

SKOŁY/PLACÓWKI

I Liceum Ogólnokształcące im. E. Romera

Liczba uczniów: **309** Liczba etatów: **33**

Budżet w 2013r: 1 995 589 zł

Zespół Szkół im. ks.prof. J.Tischnera (II LO)

Liczba uczniów: **357** Liczba etatów: **29**

Budżet w 2013r: 2 165 425 zł

Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna

Liczba uczniów: *,# Liczba etatów: **11**

Budżet w 2013r: 674 030 zł

Powiat. Środowiskowy Dom Samopomocy

Liczba uczniów: **34** Liczba etatów: **8**

Budżet w 2013r: 380 00 zł

Szkoła Św. Rodziny (GOPR, MCE)

Liczba uczniów: **231** Liczba etatów: **21**

Budżet w 2013r: 1 222 698 zł

Razem

Liczba uczniów: 931

Liczba etatów: 102

Budżet w 2013r: 6 437 742 zł

* Pomoc psychologiczno-pedagogiczna dla 606 dzieci i młodzieży uczącej się

101 dzieci objęto terapią logopedyczną w roku szkolnym 2012/13

TL „Rabcio” + Muzeum im. Wł. Orkana: 890 000 zł

Dom Pomocy Społecznej: 1 517 535 zł

Razem: 2 407 535 zł

ŚRODKI FINANSOWE na ZADANIA dla RABKI-ZDROJU w 2013 roku PLACÓWKA/INSTYTUCJA

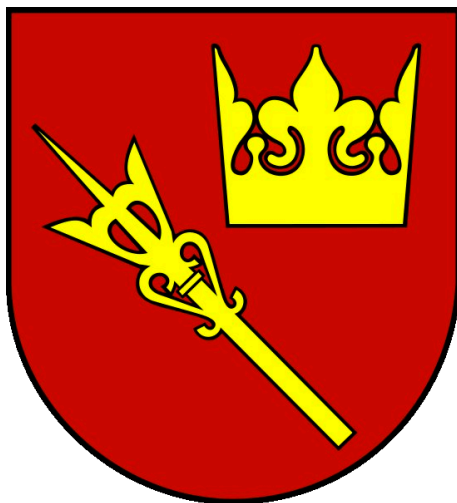
Powiatowe Centrum Kultury (PCK): 127 000 zł

Pow. Centrum Pomocy Rodzinie (PCPR): 789 620 zł

Powiatowy Urząd Pracy (PUP): 450 700 zł

Powiatowy Zarząd Dróg (PZD): 2 015 918 zł

Razem: 3 383 238 zł



ZADANIA WYKONANE przez JEDNOSTKI POWIATU dla RABKI-ZDROJU w roku 2013

POWIATOWE CENTRUM KULTURY (PCK) - 127 000 zł.

Rabka Zdrój jest jednym z trzech ośrodków sportu działających w ramach Powiatowego Centrum Kultury, które opracowuje i realizuje Kalendarz Imprez Sportowych. W roku 2013r na terenie naszej miejscowości zorganizowano 32 imprezy sportowe dla dzieci i młodzieży. Prowadzono też pozalekcyjne zajęcia sportowe w ilości 19 godzin tygodniowo oraz zajęcia plastyczne 4 godz./tyg. Zapewniono funkcjonowanie pracowni muzycznej „Triola”. Wspomagano organizacyjnie i finansowo XI Integracyjną Spartakiadę Dzieci i Młodzieży pod patronatem mistrza olimpijskiego Roberta Korzeniowskiego a w marcu 2014 roku I Ogólnopolską Senioriadę zorganizowaną przez Rabczański Uniwersytet III Wieku (RUTW) w Rabce-Zdroju.

POW. CENTRUM POMOCY RODZINIE (PCPR) - 789 620 zł.

PCPR udzielił wsparcia finansowego na rzecz mieszkańców Miasta i Gminy Rabka-Zdrój w ramach następujących zadań:

- przebywania dzieci w różnych formach pieczy zastępczej (m/innymi: rodziny zastępcze, pogotowie rodzinne, rodzinne domy dziecka, pomoc rzeczowa dla pełnoletnich wychowanków),

- dofinansowania, w oparciu o środki Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych (PFRON), m/in. do zadań pod nazwą likwidacja barier technicznych, architektonicznych, komunikacyjnych, zaopatrzenie w przedmioty ortopedyczne i środki pomocnicze, turnusy rehabilitacyjne,
- dofinansowania w ramach realizowanego przez powiat Programu „Aktywny Samorząd”: (pomoc z tytułu kontynuowania nauki na studiach wyższych, zakup dla osoby niepełnosprawnej wózka o napędzie elektrycznym, zakup sprzętu elektronicznego).

POWIATOWY URZĄD PRACY (PUP) - 450 700 zł

Wsparciem finansowym zostało objętych 56 osób. Na aktywizację osób bezrobotnych z terenu Rabki-Zdroju.

POWIATOWY ZARZĄD DRÓG.

Najważniejsze zadania wykonywane przez (PZD)

- Przebudowa, odbudowa, modernizacja mostów i dróg
- Konserwacja przepustów
- Usuwanie awarii mostów
- Remont nawierzchni dróg

Drogi powiatowe na terenie miasta Rabka Zdrój

Nr drogi	Nazwa drogi	[km]
K1666	Ponice - Rdzawka	3,715
K1667	ul. Podhalańska - Ponice	6,555
K1668	ul. Sąddecka - Rynek - ul. Kilińskiego - Skawa-Naprawa	9,641
Razem:		13,608

Wartość zadań drogowych

Rok	PZD	Udział Rabki-Zdroju
2013	2 015 918 zł	300 000 zł
2014	6 000 000 zł	1 500 000 zł
Razem:	8 015 918 zł	1 800 000 zł

2013 - Remont nawierzchni drogi powiatowej nr K1666 Ponice - Rdzawka od km 0+000 do km 0+835 oraz od km 0+870 do km 3+715

2014 - Przebudowa, rozbudowa, remont odcinków dróg powiatowych 1666K, 1667K, 1668K. Głównym zadaniem jest budowa nowego mostu na potoku Pocięzna Woda (w sąsiedztwie Komisariatu Policji przy ul. Podhalańskiej) w nowym śladzie i dróg dojazdowych do niego o łącznej długości 1,5 km. Planowane do realizacji w 2014 roku zadanie obejmuje też budowę nowych chodników i zatoczek przy nowo powstałej drodze, remont mostu na potoku Skomielnianka koło ronda "U Łopaty" przy ul. Sąddeckiej i chodnika na odcinku do nowego mostu "U Garnarczyka" (ul. Sąddecka). Na wyżej wymienionych odcinkach dróg powiatowych zostanie również zamontowane nowe oznakowanie. Planowana jest również budowa nowego chodnika w Rdzawce na długości

400 metrów przy wyremontowanej w październiku ub. roku drodze.

INWESTYCJE POWIATOWE w RABCE-ZDROJU (lata 2007-2013)

Obiekt	Nakłady poniesione w latach 2007-2013 [zł]
I LO im. E. Romera	7 355 830
Zespół Szkół II LO	1 004 195
Dom Pomocy Społecznej „PRIMAVERA”	3 757 100 865 586
Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna Powiatowy Środowiskowy Dom Pomocy Powiatowy Zarząd Dróg	15 923 281
Razem	28 895 992

Środki pozyskane ze źródeł zewnętrznych (EFRR) 4 865 636 [zł].

SZCZEGÓŁY DOTYCZĄCE INWESTYCJI W LATACH 2007 - 2013

I LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE IM. E. ROMERA

Nakłady 7 355 830 zł.

W ramach tych środków wykonano między innymi budowę sali gimnastycznej wraz z częścią dydaktyczną, termomodernizację wraz z przebudową i remontem budynku (ocieplenie ścian zewnętrznych), wymianę stolarki zewnętrznej, remont sali multimedialnej. Przebudowano wejście główne do budynku, dokonano kompleksowego remontu gabinetu dyrektora wraz z sekretariatem. Dostosowano pomieszczenia parteru budynku na potrzeby archiwum. Wykonano remont pomieszczeń biblioteki, sali komputerowej i korytarzy a także remont kanalizacji sanitarnej oraz przebudowę przyłącza do sieci gazowej. Wymieniono instalację centralnego ogrzewania w budynku szkoły. Wykonano również ogrodzenia wokół szkoły.

ZESPÓŁ SZKÓŁ im. ks. prof. J. TISCHNERA (II LO)

Nakłady 1 004 195 zł.

W ramach tych środków wykonano między innymi: wymianę stolarki okiennej i drzwiowej na stolarkę PCV. Przebudowano pomieszczenia szkolne, kotłownię i wymieniono instalację centralnego ogrzewania. Dokonano termomodernizacji budynku szkoły. Wykonano kanalizację deszczową wraz z drenażem opaskowym, przebudowano schody zewnętrzne do kotłowni. Wykonano dokumentację projektową sali gimnastycznej oraz przeprowadzono badania warunków gruntu - wodnych pod budowę sali gimnastycznej.

„PRIMAVERA” - PORADNIA PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNA I POWIATOWY ŚRODOWISKOWY DOM SAMOPOMOCY

Nakłady 865 586 zł.

W ramach tych środków wykonano między innymi: projekt architektoniczno-budowlany oraz remont budynku PRIMAVERA z adaptacją pomieszczeń dla potrzeb Poradni

Psychologiczno-Pedagogicznej Powiatowego Środowiskowego Domu Samopomocy. Wyremontowano pomieszczenia poddasza, wymieniono pokrycie dachowe, dostosowano posadzki na klatce schodowej oraz drzwi do wymogów przeciwpożarowych. Dokonano remontu kotłowni. Opracowano projekt termomodernizacji budynku wraz z zagospodarowaniem terenu.

W Powiatowym Środowiskowym Domu Samopomocy „Promyk” (Filia „Radość życia” w Rabce – Zdroju) zatrudnionych jest 19 osób (umowa o pracę 16 pracowników na 14,5 etatu). Dom dysponuje 65 dotowanymi miejscami. Na dzień 31.12.2013r. było 68 uczestników



oraz 14 osób oczekujących na miejsce, korzystających ze wsparcia w formie klubowej. Roczny budżet 760000zł.

POWIATOWY ZARZĄD DRÓG

Wartość zadań drogowych w latach 2006-2013

PZD	Udział Rabki-Zdroju
15 923 281 zł	3 441 020 zł

Wykonano między innymi przebudowę drogi nr K1668 (ulica Sądecka), przebudowę ulicy Kilińskiego oraz drogę Rabka - Skawa - Naprawa. Zmodernizowano nawierzchnię jezdni będących w stanie awaryjnym lub przedawaryjnym drogi powiatowej Rabka Zdrój - Ponice. Odbudowano most na rzece Raba. Wyremontowano nawierzchnię drogi powiatowej Ponice - Rdzawka.

DOM POMOCY SPOŁECZNEJ W RABCE-ZDROJU

Nakłady 3 757 100 zł.

W ramach tych środków, dostosowując budynek do wymogów osób niepełnosprawnych, wykonano między innymi: zewnętrzny szyb windy przy budynku, wymianę stolarki okiennej i drzwiowej, remont elewacji, balkonów, łazienek. Wykonano termomodernizację budynku, wymianę pokrycia dachowego wraz z częściową wymianą elementów konstrukcyjnych dachu, ocieplono ostatnią

i kondygnację, wykonano izolację fundamentów. Wymieniono instalację elektryczną i ciepłowniczą. Sfinansowano dostawę, montaż i wyposażenie pokoi mieszkalnych oraz zmodernizowano kuchnię. Wyremontowano drogę dojazdową, plac, parking i ogrodzenia. Zagospodarowano teren wokół budynku.

TEATR LALEK RABCIO

• Rok 2010 - zakup 25-arowej działki pod budowę teatru - 375 000 zł

(nieruchomość znajduje się przy ul. Orkana, obok Banku Spółdzielczego).

• Rok 2013 - dofinansowanie zakupu sprzętu nagłaśniającego - 30 000 zł

• W roku 2014 dyrektorowi udało się sprzedać domu aktora "Watra" - 600 000 zł

Z przeznaczeniem, między innymi, na opracowanie koncepcji architektonicznej wraz z przygotowaniem studium wykonalności dla projektu budowy siedziby Teatru Lalek.

Od początku istnienia teatru wielu ludzi miało pomysły na budynek teatru. Jednak dopiero po zakupieniu działki budowa nowego obiektu dla „Rabcia” stała się realna. Mam nadzieję, że będzie to jeden z najnowocześniejszych teatrów lalek nie tylko w Polsce, ale i w Europie.

Rada i Zarząd Powiatu Nowotarskiego czynnie uczestniczyli w akcji Ratujmy Sanatoria dla Dzieci poprzez zorganizowanie nadzwyczajnej, wyjazdowej Sesji Rady Powiatu w Zespole Szkół przy Śląskim Centrum Rehabilitacyjno-Uzdrowiskowym, podjęto dwie rezolucje w sprawie kontraktów NFZ ze szpitalem w Rabce – Zdroju, i w sprawie ratowania ŚCRU, udzielono też pomocy w naborze uczniów-pacjentów z powiatu nowotarskiego dla w/w. ośrodka.

W Podhalańskim Szpitalu Specjalistycznym im. Jana Pawła pracuje 42 mieszkańców Rabki –Zdroju. Tylko w 2013 roku w/w. lecnicy hospitalizowanych było 1515 pacjentów z Rabki – Zdroju a z wizyt w poradniach skorzystało 2324 rabczan.

Starostwo Nowotarskie zatrudnia 178 pracowników. 32 etaty zajmują mieszkańcy Rabki – Zdroju co stanowi 18% całej kadry starostwa.

Radni powiatowi z Rabki-Zdroju skutecznie przeciwstawili się, niektórym opozycjonistom, dążącym, na początku kadencji, do likwidacji Teatru Rabcio!

Warto też pamiętać, że ekipa rządząca powiatem przed 2006 roku planowała likwidację I LO im. Romera w Rabce-Zdroju!

Marek Szarawarski

Opracowano w oparciu między innymi o:

- roczne sprawozdania PCO, PCK, PZD, PUP, PCPR
- Uchwałę Budżetową na rok 2013 Powiatu Nowotarskiego
- Protokoły z Sesji i Komisji

W tym roku obchodzimy 150 –lecie działalności Zakładu Zdrojowo-Kąpielnego.

**Z tej okazji przypominamy tekst dra Michała Zieleniewskiego,
który opisuje Rabkę w szóstym roku działania Zakładu.**

Artykuł pochodzi z czasopisma STRZECHA z roku 1870.

Materiały pochodzą z archiwum Piotra Kuczaja W poprzednim numerze umieściliśmy część pierwszą artykułu; dziś zakończenie.

ZAKŁADY ZDROJOWE – KĄPIELNE W GALICJI

RABKA (część druga)

Z kolei poznajmy najświeższy ze wszystkich krajowych zakładów, zakład zdrojowo-kąpielny w Rabce.

I. Pięć tutejszych źródeł słonych, a mianowicie:

- a) Źródło Rafaeli, od góry kamienną, spodem zaś drewnianą cembrzyną ujęty, 16 stóp wied. głębokości mający, dostarcza wraz z innymi tutejszymi źródłami wody mineralnej słono-jodo-bromowej.
- b) W odległości 7 sążni od poprzedniego źródła jest drugie źródło Maryi, 34 stóp wied. głębokości, w cembrzynę drewnianą ujęty.



Oba poprzednie źródła nie tylko wypełniają ich głębokie i bardzo obszerne studnie, ale nawet woda ich wznosi się nad poziom i dobrowolnie odpływa do zbiorników tu urządzonych.

- c) W oddaleniu 37 sążni od źródła Maryi jest trzecie tutejsze źródło Krakusa, drzewem ocembrowane, przeszło 16 stóp wied. głębokości, którego jednak woda dobrowolnie nie odpływa.
- d) Jest tu jeszcze czwarty źródło Kazimierza i
- e) piąty imieniem Heleny ochrzczony.

Zbierając się w tych studniach woda jest bezbarwną i przeźroczystą, smaku mocno słonego nieco gorzkiego, słabej woni, przypominającej zapach oleju skalnego, bo też na powierzchni wody w studniach, w ciągłym poruszaniu, znajduje się mnóstwo bąbelków gazowych, będących gazem bagiennym, które za zbliżeniem do nich płomienia zapalają się. Temperatura powyżej wymienionych źródeł jest -H>, 8° do -t-7,6°R. Obfitość wody, jakiej źródła wyżej wymienione dostarczają, w ogóle jest wielka, wszelako z powodu, iż nie wszystkie mają otwory odpływowe zewnętrzne uregulowane, a nie były dotąd do dna wypompowane, matematycznie obliczoną nie została.

Wszystkie tutejsze źródła są pod dachem, a okalającą je przestrzeń do spacerów jest urządzoną.

Najgłówniejszymi częściami składowymi tutejszych wód są: sól kuchenna, czyli chlorek potasu, tudzież jodek sodu i bromek jodu; są to przeto solanki jod i brom zawierające, ze skąpą ilością gazu węglowego wolnego. j Do picia na miejscu i do rozsyłki w handel używają tu i źródeł Rafaela i Maryi; reszta innych źródeł przeważnie na kąpiele jest użytkowana.

Z porównania wód rabczańskich (zawierających w 1 funcie wody 187—189 gran stałych składników) z najsłyniejszymi w Europie solankami, jakich dostarczają: Hall mająca 120 granów, lub Kreuznach zawierająca 94 granów tychże składników, najwidoczniej się okazuje, iż wody rabczańskie nie tylko ogólną ilością tychże składników je przewyższają, ale nawet pod względem ilości jodu i bromu źródła rabczańskie nie ustępują bynajmniej solance halskiej lub kreuznachskiej, o czem z rozbiórki źródeł rabczańskich, przez A. Aleksandrowicza w roku 1863 dokonanej, najwidoczniej przekonać się możemy.

Mamy przeto dzięki Opatrzności na naszej ziemi solanki nie tylko dorównujące, ale nawet przewyższające najsłyniejsze wody słone europejskie; mamy solanki, jakich mogłyby nam pozazdrościć inne kraje, gdybyśmy tylko co rychlej umiejętnemu ich użytkowaniu, a odpowiedniemu urządzeniu naszego zakładu, tamtejszym zdrojowiskom sprostać umieli i zdołali.

II. W niewielkim oddaleniu od źródeł, znajdują się tutaj łaźienki. Jest to gmach piętrowy, na dole 20 pokoi łaźniowych, a na piętrze 30 pomieszczeń mieszczących, oprócz kancelarii i sali spoczynkowej, a umiarkowana cena kąpiele (40 ct) przechodzi wszelkie oczekiwanie, uwzględniając wielki nakład na

urządzenie tutejszych łaźni.

Zakład tutejszy w kilku latach wystawił już 7 nowych domów mieszkalnych, obejmujących 132 pokoi gościnnych. Jakkolwiek skromna zewnętrzna postać tutejszych budynków nie ściąga estetycznymi ich formami, ani nie rywalizuje ze wspaniałymi budynkami zagranicznych zdrojowisk, wszakże ceny przystępne tutejszych pomieszczeń (po 12, 15, 20 itd. złr. na miesiąc) odpowiadają zupełnie ich wygodnemu, wewnętrznemu umeblowaniu, i dając świadectwo rządnej gospodarności tutejszej. Wszakże zważywszy czteroletnie dopiero istnienie tutejszego zakładu i ciężkie brzemie, jakie w zupełności dźwiga dobra wola właściciela, ponoszącego w jednej osobie wszelkie nakłady na to wszystko, co tylko zakład zdrojowy powstający wymaga, podziwiać przychodzi niczem nie zrażające się a najlepsze jego usiłowania, którym na teraz wielkiej wyrozumiałości i uwzględnienia nikt z rozsądnych odmówić nie powinien.

Jednym słowem, dzięki poczcui i poświęceniu obywatelskiemu, jakie dzisiejszy twórca zakładu w Rabce okazał, położono tutaj trwałe fundamenty dla zakładu zdrojowego, którego dalszy rozwój od współczucia i opieki ogólnokrajowej, a wreszcie od biegu czasu i sprzyjających okoliczności zależy.

IV. Restauracja tutejsza jakkolwiek jedyna, a więc bez wyboru, dostarcza po przystępnych cenach, bo za 12, 15, 18, a najwyżej za 20 zł. stół mieścienny dla gości zdrojowych.

Ubogim jest dotąd tutejszy zakład w rozrywki i przyjemności miejscowe, bo też zaledwo do życia będąc powołanym, nie o przyjemnościach, nie o zabawach, ten mniej o wykwinności lub o zbytkach, ale o najpierwszych potrzebach i o niezbędnej wygodzie, jaka się w każdym zakładzie zdrojowo-kąpielnym jego gościom jako chorym należy, musiał wprzód myśleć i takowe zaspokoić, i to też było istotnem i wyłącznem jego zadaniem. Mimo to jest tutaj czytelnia książek i gazet, są dogodne chodniki do przechadzki, są spacerowe w pobliskim przy samym zakładzie lasu, znajdują się tutaj schludne do wypoczynku altanki, jest i fortepian dla gości do użycia pozostawiony, a więc nie brak zupełny umysłowych rozrywek.

Wszakże dobre ze wszech stron do Rabki gościńce, łatwość komunikacji za pomocą wozu pocztowego codziennie z Krakowa tutaj odchodzącego, a w przyszłości i nadzieja bliższej kolei żelaznej tak zwanej tatrzańskiej, obok zbawiennych skutków wody rabczańskiej, rokuje świetny los dla tutejszego zakładu.

Dla okazania ruchu i wzmagającego się z każdym rokiem uczęszczania do tutejszego zakładu przytaczamy: w r.

1864	bawilo osób	120,	wzięło kąpiele	2040
1865		109,	n	2071
1866		129,	»	2512
1867		155,	»	2788
1868		178,	»	3686
1869		263,	n	4231

Jak w ogóle o działalności leczniczej wód słonych, tak i o zdrojach rabczańskich powiedzieć możemy, iż do zakresu ich leczniczego należą:

- a) Przerosty i powiększenia nieprawidłowe rozlicznych organów, jako to gruczoły na szyi, pospolicie wólem nazywane, tudzież wypociny (exsudata), w jakiej bądź tkance organicznej powstałe, jako skutek poprzedniego zapalenia.
- b) Żółty czyli skrofuty, chociażby cierpienia tego rodzaju do bardzo ciężkich należały, stanowczo w Rabce wyleczone być mogą.
- c) Obrzmienia i stwardnienia rozlicznych gruczołów tudzież tak zwane stwardnienie wątroby albo śledziony, po zimnicach (febrach) nierzadko pozostające.
- d) Rozliczne cierpienia samym tylko niewiastom właściwe.
- e) Na koniec opuchnięcia i stężalości w stawach po dnie (arthritis) powstałe, a nawet oskorupienia chrząstek z tegoż cierpienia pochodzące, znaleźć mogą błogosławioną skuteczność w wodzie rabczańskiej wobec znakomitej ilości jej składników, jako to: chlorku sodu i węglanu sodowego, tudzież węglanu litowego, tego najdzielniejszego środka przeciw dnie, dla którego w najnowszych czasach całą skuteczność przypisują źródłom litowym w Weillbach i źródłu Murquelle (Baden-Baden) najnowsi tego cześni lekarze.

Tak więc posiada nasz kraj nowopowstały zakład źródeł owo kąpielny w Rabce, który zaleca skuteczność wód, racjonalnie założone i już gotowe urządzenie, wzrastające ulepszenia i udoskonalenia, obok zdrowego położenia z natury, obok łatwych komunikacji i 4 bitych gościńców Rabkę przeryzających, któremu wreszcie ze- I spolenie nauki, nakładu i pracy w osobie jego właściciela: najpiękniejszą nadzieję na przyszłość rokuje.

Do nas tylko obecnie należy, uznać pierwszeństwo i wyższość Rabki nad zagraniczne Kreuznach lub Halle, do nas pokochać serdecznie co nasze, a co szlachetne i pożyteczne, aby nie tylko zakład tutejszy nie upadł brakiem współczucia i ogólnej opieki, ale aby ze stanu swej dzisiejszej skromności doszedł co rychlej do rozwoju i l wykwinu, aby co rychlej, dojrzał, spotęniał i stał się zaszczytem, chlubą i pożytkiem dla kraju, a błogosławioną pomocą dla cierpiących.

Dr. Michał Zieleniewski

Tańcząc z gwiazdami...

W tym roku w Rabce odbyła się trzecia edycja „Tanecznych wakacji”. Wydarzenie trwało przez całe dwa miesiące angażując nie tylko miejscową młodzież, ale także turystów. Zarówno przedszkolaki jak i te „starsze” dzieci bezpłatnie mogły wziąć udział w ciekawych zajęciach tanecznych oraz muzycznych.

Warsztaty były urozmaicane różnego rodzaju zabawami oraz pokazami, na których rodzice mogli zobaczyć czego nauczyły się ich pociechy. Organizator, Pan Jacek Krakowiak dyrektor Kompleksu Szkoleniowo-Wypoczynkowego „Royal” w Rabce-Zdroju oraz Burmistrz Miasta Rabki-Zdrój po raz kolejny zaskoczyli wszystkich zapraszając na warsztaty znanych piosenkarzy i tancerzy. W rolę trenerów wcielili się między innymi: Ada Szulc – piosenkarka, finalistka programu „X-factor”, Mariusz (Mario) Jasuwienas uczestnik show „You can dance” oraz Jagoda Kret – podopieczna Edyty Górniak, która wystąpiła w tegorocznej edycji programu muzycznego „The Voice of Poland”.

Redakcja postanowiła bliżej przyrzeć się treningom. Tuż po jednym z nich młode gwiazdy zgodziły się udzielić wywiadu dla naszej gazety.

Klaudia Antolak: Od kiedy śpiewasz i jak wyglądały twoje początki na scenie?

Jagoda Kret: Muzyka i śpiewanie towarzyszą mi od samego początku. Profesjonalnie, mówiąc w cudzysłowie, zaczęłam śpiewać od roku. Tak naprawdę dopiero po programie „The Voice of Poland” zaczęło się granie z pasji. Zaczęłam myśleć o własnym materiale, koncertach... wcześniej tego nie było. Wydaje mi się, że to był właśnie taki punkt kulminacyjny który zdecydował o tym, że właśnie to chcę robić w przyszłości. Wiadomo, że jako dzieciak także śpiewałam na różnych konkursach. Rodzice zawsze zachęcali mnie abym śpiewała, od małego wierzyli, że coś we mnie „siedzi”.

K.A. Co „pchnęło” Cię do tego, aby wziąć udział w programie „The Voice of Poland”?

J.K. Wydaje mi się, że była to chęć sprawdzenia samej siebie. Chciałam zobaczyć czy nadaję się na profesjonalną wokalistkę. Była to też zwykła ciekawość, ponieważ zawsze oglądałam tego typu programy i chciałam zobaczyć jak to jest naprawdę.

K.A. Dlaczego wybrałaś Panią Edytę Górniak jako trenera w programie The Voice of Poland?

J.K. Pani Edyta jest dla mnie wielkim autorytetem. Wiedziałam, że od niej nauczę się najwięcej i że preferujemy podobne klimaty muzyczne. Odkąd pamiętam zawsze marzyłam, żeby usłyszeć jak śpiewa i zobaczyć ją na żywo. Nigdy nie myślałam, że będę miała okazję poznać ją osobiście, a tym bardziej z nią współpracować. To był dla mnie za-



szczyt i ogromna przygoda, której długo, długo nie zapomnę.

K.A. Czy udział w tak prestiżowym show zmienił coś w twoim życiu?

J.K. Zmienił bardzo wiele. Przede wszystkim zaczęłam myśleć o muzyce jako o moim przyszłym zawodzie. Poznałam wielu ludzi, z którymi cały czas współpracuję, tworzę swój materiał na płytę, a mój singiel „Home” można już teraz usłyszeć na YouTube.

K.A. Co sprowadza Cię do Rabki?

J.K. Przyjechałam się sprawdzić w roli nauczyciela śpiewu.

K.A. Jakie wyzwania łączą się z pracą na warsztatach z dziećmi i młodzieżą?

J.K. Mamy cztery dni (w moim przypadku) na nauczenie dzieci piosenki, którą będą prezentowały na sobotnim występie. Problem pojawia się, gdy dzieci się zmieniają i każdego dnia jest inny skład. Inna kwestia jest taka, że nie wiemy, w jakim wieku będą dzieci, które

pojawią się na zajęciach. Moim zadaniem jest wybranie neutralnej piosenki, która będą mogły wykonać zarówno te młodsze, jak i starsze dzieci. Wszyscy są niezwykle otwarci na zabawę i naukę.

K.A. Co najbardziej podoba Ci się w pracy trenera?

J.K. To, że możemy się dzielić własnym doświadczeniem i uczymy się wielu rzeczy od siebie.

K.A. Czego można nauczyć się przychodząc na warsztaty? Czy jest to forma spędzania wolnego czasu, którą poleciłabyś młodzieży?

J.K. Warsztaty rozwijają kreatywność, ćwiczą pamięć i pozwalają przyjemnie spędzić czas. Dzieci mają okazję poznać rówieśników, skutkiem czego tworzą się nowe przyjaźnie. Polecam tego typu zajęcia z całego serca! Sama bym się chętnie na takie wybrała będąc dzieckiem.

K.A. Czy możemy dowiedzieć się, jakie są Twoje plany na przyszłość? Czy jest szansa na to, że zobaczymy Cię jeszcze kiedyś w telewizji?

J.K. Pracujemy ciągle nad materiałem i w najbliższym czasie chciałaby rozpocząć trasę koncertową, na której wykonywałabym tylko własne piosenki. Zmierzamy do zamknięcia tego w formie płyty. Wszelkie informacje zamieszczam na fanpage'u, na który serdecznie zapraszam!



K.A. W tym numerze „Więści Rabczańskich” głównym tematem są książki. Lubisz czytać? Jeśli tak, to będzie nam bardzo miło, jeżeli wyjawisz nam, jaka książka jest twoją ulubioną.

J.K. Bardzo lubię czytać książki. Niestety nie mam na to zbyt wiele czasu. Staram się czytać w podróżach, jeżdżąc pociągiem z jednego miasta do drugiego. Uwielbiam książki Stevena Kinga.

Już teraz Pan Krakowiak serdecznie zaprasza na kolejną edycję warsztatów, które odbędą się w przyszłym roku!

*Klaudia Antolak,
uczenica I L.O.*

Książek moc i czar

Czytanie jest straszne. Znacząco strasznie intrygujące. Potrafi oddziaływać na człowieka w sposób, który jego samego nieraz zaskakuje. Ma władzę nad mózgiem. Taki wirus, z którego nie chce się leczyć, nałóg.

Bo jak wygląda życie w przerwie między jedną książką a drugą? Jest zwykłe. Szara melancholia złego świata wkrada się w każdą możliwą szczelinę. W książce przynajmniej melancholia nie jest szara. Na pewno!

Tam wszystko jest inne... Autor miał swoje wizje, jednak to nasza wyobraźnia śmieje się ostatnia. Kumpela oraz Stanisław Ignacy Witkiewicz uważają chyba tak jak ja, ponieważ owa białogłowa pokazała mi następujący cytat Pana Witkacego: "Ja lubię literaturę, bo dla mnie tam jest więcej życia niż w moim własnym. Jest ono tam w takiej kondensacji, w jakiej nie znajduję go w rzeczywistości nigdy. Za cenę zgęszczenia płaci się nierealnością." Ja też lubię. Lubię też jak ktoś daje mi jakąś „iskierkę”, dzięki której mogę spędzić trochę czasu (niech będzie parę godzin) na rozmyślaniu o wspomnianej nierealności.

Ciekawe czy Mickiewicz bądź inny nasz narodowy twórca dopuszczał do siebie myśl, że jego tekst mógł przyczynić się do wybuchu powstania... Ot, moc utworu. Wiadomo, to tylko jedna z miliona. Książki to tacy superbohaterowie, mają dużo różnorodnych mocy. Jedne wyciskają łzy, inne sprawiają, że brzuch boli od śmiechu. Są też takie, które wywołują to niewyjaśnione uczucie w środku. Niby lęk, niby ciekawość, niby nie wiadomo co, ale coś naprawdę fascynującego, chyba nikt nie przeczy. Wszystkie pobudzają do myślenia, to najważniejsze.

Chodzi mi o to myślenie trochę inne od tego, co jutro na obiad czy jaki wybrać kolor gąbki do mycia naczyń. Mówię o myśleniu, które jest w stanie góry przenosić. To wszystko dzieje się tylko w naszej głowie, jednak jak bardzo potrafi wciągnąć i oddziaływać na rzeczywistość! Powiedzmy, że ktoś w nocy przeczytał jakiś przerażający thriller, który naprawdę wzbudził w nim strach i teraz ma zasnąć. Morderca czekający za ścianą, czy duch poprzedniej jego ofiary, który nagle może pojawić się w oknie nie mogą mu na to pozwolić, przecież prędzej jakiś drewniany mebel niż stąd niż zowąd stuknie niż uda się zasnąć... z palpitacjami serca. Mam tu na myśli to cudowne zatracenie się w książce, kiedy los bohatera jest moim losem. W końcu stoję obok i wszystko widzę, oczyma wyobraźni, ale to szczegół.

Ktoś powie: „Przestań marzyć dziewczyno, życie leci.” Ale dlaczego nie może lecieć na książkach? Przecież „Kto czyta książki, żyje podwójnie” mówi Umberto Eco. Pewnie, że może lecieć na jakże odkrywczym oglądaniu telewizji, całodobowym okupowaniu komputera czy katorżniczej pracy. Jednak wolę sprawdzić co u Kmicica w „Potopie”, który jest moją obecną lekturą, niż u kogoś skrzywdzonego przez życie w głupawym, ustawionym paradokumencie.

Może to i jest utopijny krajobraz: historie z książki, czasem zastępujące realny byt. Ale nie jest fenomenalnie uciec do tego drugiego życia, jak akurat w pierwszym nie jest do końca dobrze? Też nikt mi nie wmówi, że nie można się uczyć życia z książek, zwłaszcza tych zawierających autentyczne wspomnienia, przez co podejmuje się lepsze decyzje w tym własnym.

Niestety przez taki światopogląd wynikają konflikty pokoleń. Niektórzy dorośli uważają, że młodzi się nacztyli i myślą, że zmieniają świat. Myślą, już jest jakiś dobry początek. Przecież ktoś musi. Gdyby nikomu nigdy taki pomysł nie zrodził się w głowie, nie wiadomo jak wyglądałoby życie na tym ziemskim padole. Teraz też nie jest za dobrze, chyba za mało ludzi czyta.

Chociaż w sumie niech się dzieje, co chce, mam pełno światów do ucieczki, w moich kartkowych przyjaciółach.

Natalia Radiowska

Dlaczego warto czytać?

1. Czytanie poszerza horyzonty, sprawia, że widzimy, słyszymy i czujemy więcej!
2. Koty mają tylko 9 żyć. Dla nas każda czytana książka to kilka kolejnych, więc w efekcie możemy mieć ich tysiące, a nawet miliony. Przykro mi, kociaki.
3. Kiedy czytamy książkę, nie musimy uczyć się, dajmy na to, fizyki. Chyba, że akurat czytamy książkę o fizyce. Ale ja raczej tego nie praktykuję.
4. Deszczowe popołudnie, 8 stopni na zewnątrz (brzmi jak listopadowa słońca, ale u mnie tak właśnie wygląda sytuacja za oknem – teraz, w sierpniu). Jesienna (letnia?) chandra dopada nawet najtwardszych. Chyba że mają akurat ciepły koc, kubek herbaty i ciekawą książkę na podorędziu.
5. Dzięki czytaniu stajemy się mądrzejsi oraz... chudsi! Kalkulator internetowy (choć do dzisiaj zastanawiam się, na ile wiarygodne to źródło) wyliczył, że przy mojej wadze stracę 40 cal tylko dzięki 30 minutom głośnego czytania!
6. Czytanie jest najzdrowszym z uzależnień.
7. Czytanie rozbudza emocje – przyspieszone bicie serca, wypieki na twarzy, drżące dłonie przy przewracaniu kolejnych stron i wszystko to za sprawą „połykanych” naprędce zdań.
8. A nawiązując do 7 – coś dla Pań. Czytanie sprawia, że ładniej wyglądamy! Żaden róż do policzków nie da takiego efektu, jak delikatny rumieniec spowodowany czytaniem właśnie emocjonującą historią.
9. Czytanie usprawiedliwia podjadanie – w końcu jak tu czytać bez miseczki orzeszków, chipsów, kawałka ciasta, czy choćby kubka gorącej czekolady.
10. Czytanie motywuje do działania, daje porządną zastrzyk energii.
11. Znow coś dla Pań. Czytanie to dobre usprawiedliwienie dla przypalonego obiadu – w końcu przy książce traci się poczucie czasu. A wtedy mąż/chłopak nie ma wyjścia i musi zabrać nas na romantyczną kolację, w ostateczności zamówić pizzę. Albo zrobić jajecznicę.
12. Czytanie zwiększa naszą wytrzymałość! W końcu jeśli czytamy książkę do 3 w nocy, a potem dzielnie wstajemy o 6 i lepiej lub gorzej funkcjonujemy cały dzień, to nikt mi nie powie, że nie stajemy się silniejsi. Fizycznie i psychicznie.
13. Czytanie uczy cierpliwości. Wie o tym ten, kto właśnie skończył czytać niesamowitą książkę i musi czekać rok na kolejny tom.
14. Od książkowych bohaterów możemy się wiele nauczyć!
15. „Książki są bramą, przez którą wychodzisz na ulicę [...]”. Dzięki nim uczysz się, mądrzejesz, podróżujesz, marzysz, wyobrażasz sobie, przeżywasz losy innych, swoje życie mnożysz razy tysiąc! Ciekawe, czy ktoś da ci więcej, za tak niewiele. [...]” Arturo Pérez-Reverte.

*Magdalena Kościelniak
uczennica I LO*

Redakcja: Klaudia Antolak, Magdalena Kościelniak, Natalia Radiowska, Magdalena Tomalak, Maciej Wacławik.

Krzysztof Żarnowski - redaktor techniczny

Piotr Kuczaj - fotoreporter

Marek Świder - wydawca

Adres redakcji: ul. Jana Pawła II 41, 34-700 Rabka-Zdrój

Dyżury: poniedziałek 13-14

wiesc@rabczanski@gmail.com, www.wr.region-rabka.pl

Wydawca: Stowarzyszenie Nauczycieli, Absolwentów i Sympatyków I Liceum Ogólnokształcącego im. E. Romera w Rabce-Zdroju.

Druk: Drukarnia MK s.c., Nowy Targ, tel./fax 18 266 48 52, www.drukarniaMK.pl
Nakład: 1000 egz. Egzemplarz bezpłatny

Punkty dystrybucji: Poczta, MOK, Kawiarnia Zdrojowa, Zakład Przyrodolecznicy, Księgarnia "Między Słowami", Księgarnia "Akrybia", Kioski - koło kina, na placu św. Mikołaja, w Rynku, salon prasowy ul. Poniatowskiego, Kiosk - przy dworcu PKS.

REDAKCJA ZASTRZEGA SOBIE PRAWO DO DOKONYWANIA NIEZBĘDNYCH SKRÓTÓW I ZMIAN REDAKCYJNYCH. PRZESŁANYCH DO REDAKCJI TEKSTÓW NIE ZWRACAMY.

Podaruj serce nieznanemu

Wielu młodych ludzi jest chętnych do pomocy, jednakże niewielu z nich wie, dokąd powinno się w tym celu udać. Mamy nadzieję, że ten artykuł pomoże młodzieży zainteresowanej bezinteresowną pomocą. Nie tylko młodzieży, ponieważ pomagać może każdy, niezależnie od swojego wieku, płci, statusu czy przynależności.

Jedną z najbardziej znanych placówek, działającą na skalę ogólnopolską, jest Chrześcijańska Służba Charytatywna (ChSCH). Organizacja ta stawia przede wszystkim na rodzinne i moralne wartości, pracuje nad wyrównaniem poziomu edukacji, nad aktywnością i integracją seniorów i osób niepełnosprawnych, zwalcza wykluczanie ze społeczeństwa ludzi ubogich. Stowarzyszenie zostało powołane w 1997, jednak dopiero w 2004 roku zyskało miano organizacji pożytku publicznego (OPP), dzięki czemu od tamtej pory można przeznaczyć organizacji 1% podatku. Obecnym dyrektorem jest Piotr Nowacki. Początkowo ChSCH zajmowała się wspieraniem powodziń na terenie Polski, lecz nieco później placówka zajęła się również udzieleniem pomocy powodziń na Ukrainie, Czechach, Białorusi a także mieszkańcom Sri Lance, którzy ucierpieli na

skutek potężnego tsunami. ChSCH nie przyjmuje dzieci i młodzieży pozostającą również obojętną na ofiary wojny z niepełnosprawnością ruchową, intelektualną oraz wszelkimi zaburzeniami rozwoju. Program uwzględnia przede wszystkim ułatwieniem tym dzieciom i młodzieży życie w społeczeństwie. Każdy może pomóc poprzez przekazanie placówce 1% podatku lub złożenie zużytego już telefonu komórkowego w ośrodku. Rabka-Zdrój posiada również wiele akcji charytatywnych, o których słyszy się co jakiś czas. Co roku ma miejsce WOŚP, kiedy to każdy, kto jest tylko chętny, niezależnie od wieku, może pomóc przy rozdawaniu serduszek i zbieraniu pieniędzy. Jedną z głośniejszych akcji dobroczynnych w Rabce, w 2012 roku było zorganizowanie przez uczniów i nauczycieli I LO w Rabce-Zdroju im. Eugeniusza Romera, zbiórki pieniężnej dla Kenii. Akcja miała na celu zbieranie funduszy na naukę i wybudowanie szkoły dla Dzieci z Mathare Slums. Dzięki rozpowszechnieniu tej akcji, rok później powstała Fundacja Razem Pamoja, która istnieje do dziś i ma na celu wspieranie polskich szkół współpracującymi z afrykańskimi placówkami dla dzieci i młodzieży. Nie można również zapomnieć o co rocznym prężnym działaniu „Szlachetnej Paczki”, która wielokrotnie już wspomogła potrzebujące rodziny.

W Rabce-Zdrój znajduje się również instytucja wspierająca głównie dzieci niewidome. Założona przez Roberta Wekera szkoła językowa „lingo” od 2005 roku wspiera potrzebujących i przylącza się do różnorodnych akcji charytatywnych. Wraz z biegiem lat kursy językowe rozprzestrzeniły się na również na tereny pobliskie Rabce-Zdrój tj. np. Mszana-Dolna, Skomielna Biała, Jordanów, gdzie również organizowane są kursy językowe. Zajęcia prowadzone są przez lektorów metodą bezpośrednią, co oznacza tyle, że w dość krótkim czasie po przyswojeniu wiedzy, uczniowie zaczynają rozmawiać w obecnym języku, co na pewno pomaga z jego szybkim opanowaniem. Zajęcia możliwe są nie tylko w szkole, ale również w placówkach prywatnych. Szkoły, co miesiąc, przekazują 1zł od każdego kursanta na cele dobroczynne. Organizacja wspiera ośrodki dla dzieci niewidomych, chorych i niepełnosprawnych. Szkoła oferuje kursy nie tylko dla młodzieży i dzieci, ale również i dorosłych.

Jeśli chodzi o wolontariat, z którego wręcz słynie nasza miejscowość jest działająca już od 1995 roku, organizacja „Zobaczyć świat” mająca na celu niesienia pomocy dzieciom niewidomym. Placówka

Więcej informacji odnośnie każdego z wolontariatu można odnaleźć na ich stronach głównych:

<http://www.chsch.pl/>

<http://www.lingoangielski.pl/>

<http://www.rabka.laski.edu.pl/g.htm>

*Anna Stapor i Gabriela Rapacz,
uczennice I L.O. w Rabce*

FITNESSOWE OPowieści RÓŻNEJ TREŚCI

Dziś rzecz o docenianym przez wielu bieganiu oraz o stretchingu jako wciąż (moim zdaniem) niedocenianej formie ruchu.

Ludzie od zawsze tańczyli, biegali, chodzili. Kiedyś zdecydowanie więcej niż obecnie. Pomimo wielkiej mody na bieganie - bo biegać każdy może - w czasach naszych przodków przebiegaliśmy znacznie więcej dzisiejszych maratonów. W Meksyku żyje plemię Tarahumara, Raramuri - co dosłownie oznacza „biegacze”. Zamieszkują góry Sierra Madre, słyną z niesamowitej wytrzymałości biegowej, uprawiając tzw. polowanie uporczywe, polegające na gonieniu zwierzęcia aż do zupełnego jego wyczerpania. Tarahumara uprawiają wyścigi biegając po 100-300 km. W plemieniu ma to bardzo duży wpływ na budowanie relacji społecznych poprzez wspólne przebywanie, rywalizację. Również u nas tak popularne obozy biegowe, maratony, biegi ultra jednoczą, dają poczucie wspólnego obcowania i współprzeżywania oraz radości z wysiłku.

Biegać może każdy - naprawdę. I każdy może znaleźć tutaj przedział możliwości odpowiedni dla siebie. Możemy uprawiać marszobiegi świetne dla początkujących, interwały biegowe (szybko/wolno) dla tych, którzy chcą chudnąć. Dla chcących się sprawdzić, pokonywać własne słabości, przekraczać granice, są

maratony, biegi górskie ultra bądź samotne pokonywanie kilometrów, gdzie tylko stopy poniosą. Do biegania wystarczą nam dobre buty i chęć. Zdecydowanie lepsze dla naszych stawów jest bieganie po miękkim podłożu typu las, pagórki, trawa. Takie podłoże amortyzuje uderzenie stopy, chroni staw w większym stopniu niż bieganie po betonie. Dodatkowo biegi w terenie nierównym powodują pracę z równowagą i stabilizacją aby utrzymać się na uskokach, kamieniach, pochyleniach. Napinamy mięśnie głębokie, stabilizujące ciało - jest to niewątpliwie plus.

Biegając pamiętajcie o rozciąganiu jako koniecznym i niezbędnym elemencie biegu. Znajdźcie 5-10 minut na końcu, aby zatrzymać się i rozciągnąć - w przypadku biegaczy bardzo ważnym jest stretching mięśni czworogłowych uda, grupy kulszowo-goleniowej (tylna strona uda od pośladków po obszar podkolanowy) oraz łydki i ścięgna Achillesa. Również zginacz biodrowo-łędźwiowy będzie nam wdzięczny za odrobinę stretchingu. Brak rozciągania po aktywności powoduje z czasem powstawanie bolesnych przykurczy prowadzących do kontuzji, problemów ze stawami oraz kręgosłupem. W konsekwencji w wielu przypadkach do rezygnacji z biegu oraz innych aktywności. Rozciąganie pozwala mięśniom odpocząć po wysiłku, przywrócić ich naturalną długość, zapobiec dysfunkcjom w stawach. Rozgrzane ciało stawia mniejszy opór na bodziec, rozciągając się po biegu czy innym sporcie możemy zwiększać nasze zakresy ruchów, sięgać dłońmi do podłogi, a będąc systematycznym - po 2-3 tygodniach wykonać szpagat. Naprawdę. Autorka sprawdziła na sobie samej.

Agata Wójciak

NOWY NABÓR DO CHÓRÓW

Cantantes Angelicus

Słowiki Rabczańskie

serdecznie zapraszamy w każdy piątek
na zapisy do Amfiteatru w Rabce - Zdroju

o godz. 18:00

- uczennice szkół podstawowych i gimnazjum

o godz. 19:00

- uczennice szkół ponadgimnazjalnych, studentki
oraz wszystkie chętne panie

„Ludzie nauczcie się śpiewać i tańczyć, bo Aniołowie w Niebie
nie będą wiedzieli, co z Wami zrobić” - Święty Augustyn

