

Szanowni Czytelnicy, Drodzy Seniorzy!

Czas płynie nieubłaganie. Mija kolejny rok, rok bardzo trudny. W nasze życie, rozmowy, do naszych rodzin wkroczyła pandemia, która zdeterminowała wszelkie poczynania. Wiele wydarzeń, uroczystości zostało odwołanych, niektóre odbywały się w reżimie sanitarnym, a część online. Seniorzy bardzo odczuwają brak spotkań, brak możliwości wspólnego spędzania czasu. Ograniczenia związane z przemieszczaniem się wymusiły sięgnięcie po książki, zanurzenie się we wspomnieniach, szukanie ciekawych wydarzeń w internecie. Najbardziej odczuwalny jest brak częstych kontaktów z rodziną, a w szczególności z wnuczkami i wnukami.

Tradycja i wiara w lepsze jutro bierze jednak górę. Rozświetlone ulice, place, parki, wystawy sklepowe wprowadzają świąteczny nastrój. A w domach? Zapach choinki, migające światełka, przygotowania do Wigilii i Świąt. W tym okresie warto być blisko z ważnymi dla nas osobami – jeśli nie możemy osobiście, to przynajmniej myślnie. Kilka dni po Świątach – Nowy 2021 Rok. Co nam przyniesie? Zawsze chcemy, żeby był lepszy od poprzedniego, żebyśmy spotykali się w takim samym gronie, aby dopisywało nam zdrowie i dobry humor, żeby był spokój i miłość w rodzinach. Czekamy zatem na pozytywne zmiany, a okres świąteczny i noworoczny niech będzie czasem wyciszenia i refleksji nad tym, co minęło i co będzie jutro.

Z okazji Świąt Bożego Narodzenia życzymy Państwu pięknych chwil w świetle choinki, nadziei, miłości, ciepła i bliskości drugiego człowieka. W Nowym Roku zaś – własnego skrawka nieba, chwil zadumy, czasu na filiżankę dobrej, pachnącej kawy, piękna poezji i muzyki, pogody ducha, odpoczynku, zwolnienia oddechu, nabrania dystansu do tego, co wokół, chwil roziskrzonych śmiechem i wspomnieniami.

REDAKCJA GAZETY SREBRNI



Drodzy Srebrni. Drodzy Seniorzy Ziemi Łomżyńskiej!

Z podziwem obserwuje zaangażowanie, otwartość i pasję, z jaką tworzycie Gazetę Seniora „Srebrni”. Wasz niegasnący zapał do realizacji społecznej i dziennikarskiej pasji jest doskonałym przykładem dla młodszego pokolenia. Stanowi także nieoceniony wkład w integrację środowiska osób 60 plus. Dziękuję za to, że z tak wyjątkową otwartością dzielicie się swoim doświadczeniem i życiową mądrością.

Z okazji zbliżających się Świąt Bożego Narodzenia składam z głębi serca płynące życzenia. Niech każdemu z Państwa upłyną w zdrowiu, spokoju i prawdziwej rodzinnej atmosferze. Z nadzieją spoglądajmy w przyszłość, a nowy 2021 rok niech da Państwu satysfakcję i siły do dalszego tworzenia.



ARTUR KOSICKI
Marszałek województwa
Podlaskiego
Boże Narodzenie 2020



Święta, które żyją w pamięci

Każdy z nas myśląc o przeżytych dotychczas Świątach Bożego Narodzenia ma w pamięci niezwykle wspomnienia. Jedne wprawiają w radość, inne zaś poruszają czułe struny nostalgii. Wszystkie jednak są wyjątkowe, bo nasze.

DANUTA WAŚKO

Najwspanialszy prezent jaki dostałam od Świętego Mikołaja, który utkwił mi w pamięci, to akordeon. Dostałam go, gdy miałam 8 lat (był rok 1954). Byłam tak przejęta, że gdy Mikołaj spytał mnie jak się nazywam, odpowiedziałam - Zosia. Przez wiele lat to zdarzenie krążyło jako ro-



dzinna anegdota. Nie mniej jednak był to prezent szczególny.

Tata zaczął mnie uczyć gry na nim i teorii muzyki. Chodziłam

po sąsiadach i grałam im melodie, których się nauczyłam. Wszyscy mnie chwalili, i to mi bardzo imponowało. Gdy miałam 10 lat, po raz pierwszy zagrałam na szkolnej zabawie choinkowej dla młodszych klas. Miał grać mój Tata, ale coś mu wypadło w pracy (pracował w Państwowej Straży Pożarnej w Warszawie), i ja musiałam go wówczas „zastąpić”. Pamiętam, gdy do mojego domu przyszedł chłopak z 7 klasy, który pomógł mi zanieść akordeon do szkoły i potem odniósł go do mojego domu.

Zabawa odbywała się w szkolnej świetlicy. Grałam swój repertuar. Bardzo skromny, ale za to wyuczony na pamięć, może z dziesięć prostych piosenek typu „Szła dziewczeczka”, a pa-

nie nauczycielki prowadziły tańce ze śpiewem. Gdy kończył się repertuar zaczynałam wszystko od nowa i zabawa trwała w najlepsze. Pamiętam do dzisiaj ten epizod mego życia, bo to było dla mnie wielkie przeżycie, a do tego ani razu nie zabrałam się z rówieśnikami. Pamiętam, gdy po wszystkim byłam bardzo zmęczona.

Gdy myślę o Świątach Bożego Narodzenia przypomina mi się jeszcze jedna historia. W okresie wczesnoszkolnym, może to było w trzeciej lub czwartej klasie, razem z dziećmi ze Szkoły Podstawowej w Sulejówku byłam wytypowana na zabawę noworoczną, prawdopodobnie za dobrą naukę, do Pałacu Kultury i Nauki w Warszawie. Mama zrobiła mi

koronę i pelerynkę z czerwonej bibuły karbowanej. Zbiła bombki choinkowe i przykleiła na koronę i na pelerynkę. Jak to pięknie błyszczało w świetle! Na balu było bardzo dużo dzieci z różnych szkół. Działo się tam wiele ciekawych rzeczy na raz. W jednej sali był teatrzyk lalek, w innej pokazy cyrkowców, a w następnej grała orkiestra i dzieci bawiły się z wodzirejami, były różne konkursy z nagrodami. Nie pamiętam dokładnie wszystkich atrakcji, ale największą z nich była... paczka ze słodyczami i cytrusami od Świętego Mikołaja. Bardzo się cieszyłam, gdy mogłam podzielić się nią z rodzeństwem po powrocie do domu.

████████████████████ Dokończenie na str. 13



Czytanie książek

Czyli podpowiadamy po jaką pozycję sięgnąć

Polecam „Kalendarz Polski” Józefa Szczypli. Jest to książka przedstawiająca polskie obyczaje, święta, ceremonie. Te, które dawno przeminęły i te, z którymi stykamy się do dzisiaj. Te, które zrodziła tradycja kościelna, i te, które należą do sfery świeckości. Te, których pięknem i bogactwem się chlubiemy, i te, które są raczej kłopotliwym spadkiem historii.

„[...] Był zwyczaj podkradania sąsiadom tego i owego,

żeby we własnym domu się dażyło, a następnie oddawania nabytku właścicielom, ale przez wykup. Na Kurpiach w sylwestra (niekiedy zaś w Trzech Króli) piekło się z ciasta ptaszki i zwierzątka, aby je zawiesić u powały, ciesząc się, iż będą one przynosiły szczęście przez cały rok [...].”

„[...] Jak i dzisiaj, niegdyś słyszało się wszędzie „do siego roku”, a oprócz tego, gdy wresz-

cie nadszedł Nowy Rok, dawni Polacy witali się słowami „Bóg cie stykaj” (spotykaj) [...].”

Z „Kalendarza Polskiego” dowiadujemy się, jak dawniej obchodzono wigilię, noc świętojańską, Zaduszki, barbórkę. Czytamy o mistrzu Twardowskim, Świętym Mikołaju i wielu innych ciekawych historiach z różnych stron Polski.

Wszystko to opowiedziane w cudowny gawędziarski sposób. Warto sięgnąć po publikację, stanowiącą cenne świadectwo obyczaju i tradycji ludu polskiego.

Betlejem – Światło Pokoju

Czas oczekiwania przemija. Oczekujemy na nowinę z Betlejem. Narodzony Syn Boży przekazuje nam znaki czasu.

Żyjemy w nowej rzeczywistości, która nie musi być koszmarem naszego życia. Z Betlejem otrzymujemy światło i słowo, które stanowią źródło naszego odnowienia. Otrzymujemy idee wartości i prawdy, nadziei i miłości, która jest nieskończona. Wsłuchujemy się w ten głos. Święta Bożego Narodzenia są radosnym przeżyciem. Symbol stanowi ołtarz domowy – stół wigilijny, światło płonącej świecy, przy którym łamiąc się opłatkiem i śpiewie kolęd gromadzi się rodzina.

Ta radosna nowina niech zaistnieje w każdym łomżyńskim domu. Święta Bożego Narodzenia niech będą szczególnie szczęśliwe i pogodne dla seniorów.

SENIOR STANISŁAW KASEJA

Rodzinne święta - tradycja i zwyczaje

W wielu krajach święta Bożego Narodzenia są najważniejszym wydarzeniem roku. Jest to czas radości i szczodrości, kojarzy się z prezentami, choinką, śpiewem kolęd. Są to rodzinne święta.

Ważny okres przed świętami Bożego Narodzenia to Adwent. Jest to czas refleksji, postu i modlitwy. Do tradycji w krajach katolickich należy uczestnictwo w porannej mszy świętej, na którą szczególnie dzieci przychodzą z lampionami. Innym elementem Adwentu jest wieniec z czterema świecami symbolizujący oczekiwanie na narodziny Dzieciątka. W każdą niedzielę zapala się kolejną. Dzieci cieszą się z kalendarza adwentowego, który zbliża je do przyjścia Pana.

Innym świątecznym znakiem jest drzewko bożonarodzeniowe, które pojawiło się dopiero w XVI wieku. Tradycja choinek narodziła się w Alzacji, gdzie wstawiano drzewka do domu i ubierano je ozdobami z papieru i jabłkami (nawiązanie do drzewa rajskiego). Choinki stały się popularne w Niemczech, później obyczaj ten przejął kościół katolicki. Następnie rozpowszechnił się on w krajach Europy Północnej i Środkowej. W XIX wieku drzewko zawitało do Anglii i Francji, potem do krajów Europy Południowej. Od tej pory jest najważniejszym elementem świąt. W każdym kraju ubiera się je trochę inaczej - przeważają bombki, cukierki, pierniki, papierowe łańcuchy, kolorowe ozdoby, gwiazdki z papieru i słomki - często wykonywane przez dzieci i członków rodziny - jak również srebrne i złote łańcuchy.

Dzień poprzedzający Boże Narodzenie - wieczerza wigilijna - to punkt kulminacyjny świętowania. Przygotowania trwają dużo wcześniej. Robi się generalne porządki, piecze ciasta, sporządza specjalne potrawy. Polska Wigilia zaczyna się wraz z pojawieniem pierwszej gwiazdki, niecierpliwie wypatrywanej przez dzieci. Wtedy to cała rodzina gromadzi się przy odświętnie nakrytym stole. Jest to w zasadzie święto rodzinne, ale panuje zwyczaj zapraszania osób samotnych. Na stole stawiamy dodatkowe nakrycie, na wypadek, gdyby zjawił się niespodziewany gość.



Przed posiłkiem głowa rodziny - najczęściej ojciec lub dziadek, jeśli uczestniczy w obrzędzie - błogosławi opłatek, wszyscy odmawiają modlitwę przeznaczoną na tę chwilę, śpiewają kolędę. Następnie wszyscy obecni dzielą się opłatkiem, składają sobie życzenia pomyślności. Gest ten symbolizuje jedność, pojednanie i pokój w rodzinie. Po tym wszyscy domownicy zasiadają do wspólnego posiłku. Trzeba spróbować wszystkich potraw, a w Polsce najczęściej jest ich dwanaście, tyle, ilu było apostołów. Wieczerza wigilijna to uczta postna, kończąca Adwent. Wśród tradycyjnych potraw jest barszcz czerwony, uszka z grzybami, kompot z suszonych owoców, kapusta z grochem lub grzybami, śledź, kluski z makiem, kutia, ryba po grecku, nie może również zabraknąć karpia przyrządzanego na różne sposoby: smażony, w śmietanie, w galarecie.

W Wigilię lub rano w dzień Bożego Narodzenia dzieci jak również doro-

śli znajdują pod choinką prezenty, które przynosi „bajkowa i niezemska postać, przybywająca z nieba na ziemię, by rozdać podarunki tym, którzy na nie zasłużyli”. W różnych krajach inaczej nazwana. W Polsce jest to Święty Mikołaj, odziany w biskupie szaty, w mitrze i z pastorałem. Dawniej prezenty były skromniejsze m.in. nieduże zabawki, słodczyce, orzechy i owoce egzotyczne, które należały do rzadkości. Od wieku XIX rozmiary i ilość prezentów powiększa się.

Nie wszyscy jednak mogą cieszyć się świętami. Jest dużo osób samotnych, chorych, bezdomnych, a teraz w czasie pandemii szczególnie. Dlatego dobrym zwyczajem, który wpisał się w program wielu miast, jest organizowanie wspólnych spotkań wigilijnych dla ludzi pozostawionych samych sobie, bez możliwości spotkania z rodziną. Dzięki sponsorom wolontariusze przygotowują paczki z żywnością, wspólny posiłek i dzielenie się opłatkiem. W ubiegłym roku takie spotkanie odbyło

się w SP nr 1, zorganizowane przez prezydenta miasta, MOPS oraz pracowników szkoły.

W tym roku święta Bożego Narodzenia ze względu na pandemię będą wyglądały inaczej. Nie można organizować większych spotkań, nawet w rodzinach liczba osób musi być ograniczona. Często bywało tak, że w wieczerzy wigilijnej uczestniczyło około 20 - 25 osób z rodzin (byłam na takiej wieczerzy w poprzednim roku). Nie będzie spotkania wigilijnego dla ludzi samotnych, bezdomnych. W wielu miastach zorganizowane zostaną paczki z żywnością i posiłki na wynos.

Do tradycji świąt Bożego Narodzenia należy wspólne śpiewanie kolęd w domach, na spotkaniach, w kościele. Najczęściej śpiewane to: Cicha noc - niemiecka pieśń bożonarodzeniowa - przetłumaczona na wiele języków i polskie kolędy: Wśród nocnej ciszy, Jezus malusieńki, Lulajże Jezuniu.

Innym ważnym elementem są szopki ustawiane w kościołach, domach prywatnych i na zewnątrz. Współczesne szopki nawiązują niekiedy do aktualnych wydarzeń. W wielu miastach organizowane są konkursy na najpiękniejszą szopkę, jak również kiermasze, na których twórcy pokazują swoje dzieła.

Nie można nie wspomnieć o ważnej mszy, zwanej Pasterką. W Polsce w noc wigilijną brzmiały kościelne dzwony wzywające wiernych na świąteczną mszę odprawianą o północy. Dawniej tłumy ludzi gromadziły się na takiej mszy szczególnie w Katedrze. Wierni zmierzali ze wszystkich stron Łomży. Pięknie to wyglądało szczególnie, gdy przysypało śniegiem. Kiedy przybywało kościołów - mieszkańcy uczęszczali do swoich parafii.

W te święta nie będzie tak pięknie ze względu na ograniczenia. Jednak celebrując ten wyjątkowy czas pamiętajmy o słowach angielskiej kolędy: "Porzućcie troski, mili panowie, niech Bóg odpędzi wasze lęki. Pomnijcie, że narodził się dziś Chrystus Zbawiciel..."

JADWIGA KRUCZEWSKA



Święta, które żyją w pamięci

MARIA ROMANOWSKA

Cicha święta noc wigilijna zapada i budzą się najpiękniejsze wspomnienia. Sięgają one lat dziecięcych i wczesnej młodości. Chętnie wspominam mój dom rodzinny. W dużym pokoju stał stół nakryty białym obrusem, a pod nim sianko. Po środku stał talerz z opłatkami i potrawami wigilijnymi. W rogu stała choinka ubrana zabawkami własnoręcznie zrobionymi. Po kolacji Święty Mikołaj rozdawał prezenty. Zbliżał się czas wyjścia na pasterkę. Do kościoła mieliśmy aż trzy kilometry. To nie było zwykłe wyjście, tylko wspaniała jazda zaprzęgiem konnych sań. Konie ubrane w paradną uprząż wyjazdową, z mosiężnymi skuwkami, kółkami i gruchawkami. Przy uzdach machały się czerwone pompony. Nie brakowało też dzwoneczków. Na siedzeniach leżały koce, kożuchy okrywały nogi, a ciepłe chustki głowy. Wtedy były tęgie mrozy i dużo śniegu. Podczas jazdy dzwoneczki rozpoczynały cichy koncert. Słychać było melodyjne - dzyń, dzyń, dzyń. Pod saniami skrzypiał białusieńki śnieg, a z nieba migotały tysiące gwiazd. Po drodze zaczynał się saneczkowy zlot. Tyle sań sunęło na pasterkę. Słychać było parskanie koni, dzwonięcie gruchawek, śmiech ludzi. Towarzyszyły nam pięknie oszronione drzewa. Wszystko można było sobie wyobrazić. Sceneria jak z baśni o królowej śniegu.

Dzisiaj jest mi brak pieszej drogi po skrzypiącym śniegu i tej jazdy saneczkami, dźwięku gruchawek, dzwoneczków i radości, która temu towarzyszyła.

ALICJA JAMIOŁKOWSKA-KĘPCZYŃSKA

*Wigilie Polskie
„Kraj lat dziecińczych
On zawsze zostanie
Święty i czysty
Jak pierwsze kochanie” Adam Mickiewicz*

Lata dziecinne, lata naszej wczesnej młodości, jak piękne są, jak urocze, jak często do nich wracamy w naszych wspomnieniach, myślach.

Jak wiele chcemy przekazać naszym najbliższym z tych przeżyć, tych spotkań rodzinnych przy świątecznym stole. Rodzina to ciepło wspólnych doznań, spotkań i radość z obcowania. Tęsknimy za tymi spotkaniami, oczekujemy na nie, starannie przygotowujemy się do nich pod każdym względem.

A święta w naszej kulturze są najbardziej sprzyjającą formą ku temu, by być razem, by cieszyć się sobą. I wtedy uświadamiamy sobie, że dwa tysiące lat temu wydarzyło się coś bardzo ważnego, coś najważniejszego w dziejach ludzkości i wiem, że Ten, który przyszedł do nas przed dwoma tysiącami lat, urodził się w rodzinie, mówił, że nasze serca będą tam, gdzie znajdziemy nasz skarb.

Boże Narodzenie zbliża się wielkimi krokami. Chrystus-Mesjasz obiecany



Zabawa choinkowa w Sulejówku 1958 rok, w której uczestniczyła Danuta Waśko (z domu Witkowska). Przedszkole mieściło się w Dworku Marszałka Józefa Piłsudskiego. Pracowała tam Halina Witkowska (mama Danuty), a Urszula i Andrzej Witkowsky (rodzeństwo) chodzili do tego przedszkola. Danuta wtedy była już uczennicą szkoły podstawowej. Na zdjęciu siedzi między rodzicami

przez Boga w raju objawia się w sposób bardzo wymowny podczas świąt Bożego Narodzenia.

Boże Narodzenie jest dla nas Polaków czasem wyjątkowym, nieporównywalnym z żadnym innym. Nadzwyczaj bowiem obfituje w cały szereg tradycyjnych obrzędów.

Z dzieciństwa pamiętam jak codziennie przez cały okres adwentu chodziliśmy na mszę świętą tzw. roraty. Po wyjściu z mieszkania spotykałam ludzi, którzy z odległej wsi Jednaczewo spieszyli na roraty. Myślałam, że każdy szedł z radością na spotkanie z Maryją, z której ma narodzić się Bóg i pragnął, by Bóg narodził się w jego sercu.

Oprócz przygotowań duchowych, trwały przygotowania do tradycyjnych obrzędów m.in. kolędowania, ubierania choinki lub tych związanych z Wigilią np. oczekiwanie na pierwszą gwiazdkę, która zaświeci w ten piękny grudniowy wieczór.
„Tak czuła ta chwila cudu
Tak czuła ta chwila narodzin
Tak piękna ta noc ze wszystkich jedyna,
Gdy miłość na ziemi się rodzi”.

W każdym domu, nawet tym najbiedniejszym starano się, by była choinka, oczywiście prawdziwa, zielona, pachnąca igliwem z lasu. Dzieci ubierały i przystrajały zielone drzewko w większości w ozdoby, które wykonywały same: pajace, łańcuchy, kolorowe baletnice, orzechy, jabłka i oczywiście naturalne świece, które płonęły ciepłym ogniem w ten cudowny wieczór.

Po przełamaniu się opłatkami i spożyciu wigilijnych potraw w każdym domu rozlegał się śpiew kolęd polskich, kolęd najpiękniejszych na świecie.

„Zapachniało łąką w chacie,
A z talerzy grzyb się niesie.
Ojciec z kłosów zdjął opłatek,
Aby łamać go na szczęście.
Na chleb żytni i pszeniczny,
Aby zawsze był na stole,
Aby za rok jak dziś- wszyscy

*Utonęli w pięknie kolęd,
Wysypały się kolędy,
Na podwórko i na drogę
W choinkowej błędząc przędzy
Dziś jedną ludzi z Bogiem” J. Kasprówic*

Po uroczystej kolacji, życzeniach sobie składanych, przychodził do mieszkania św. Mikołaj. Każdy czekał na tego gościa, a w szczególności my dzieci. W moim domu Mikołaj był hojny - poprzez różne owoce cytrusowe, a m.in. figi ułożone w wianuszki, orzeszki, fistaszki, do ciekawych książek, wymarzonych ubrań, aż po sprzęt sportowy np. łyżwy. Radości nie było końca. A gdy zbliżała się godzina 23.00 w nocy, rodzice wybierali się do kościoła - Katedry Łomżyńskiej na Pasterkę. Czasami zabierali nas, ale jak było bardzo zimno i duży mróz (a tak często bywało), zostawialiśmy w domu.

Pierwszy dzień świąt spędzaliśmy w domu. Na stole gościły świąteczne potrawy m.in. wędliny, które rodzice sami przygotowali, oczywiście pyszna pieczona gęś (którą bardzo lubiłam) i piwo, które mama sama przygotowywała. Ono bardzo nam smakowało. A wśród ciast też upieczonych przez mamę, najpyszniejsze dla mnie było ciasto drożdżowe z rodzynkami. Aby mieć ciasta, rodzice chodzili do piekarni, która znajdowała się przy ul. Wojska Polskiego (obecnie budynek Policji). Pamiętam, że nie raz z wypiekami wracali aż nad ranem. Zapach świątecznych potraw roznosił się w całym mieszkaniu.

W drugim dniu świąt wyjeżdżaliśmy do dziadków, ponieważ w tym dniu byli dziadka imieniny. Tu znowu na nas czekały prezenty i wielka radość. Do dziadków przychodzili kolędnicy ze śpiewem kolęd, wystawiali jasełka. Pamiętam, że najbardziej bałam się diabła.

Dziś z leżką wracam do tamtych wspomnień, nie ma już dziadków, rodziców, ale wiara wyniesiona z rodzinnego domu,

wartości, tradycje świąteczne zachowuję. Staram się przekazać swoim najbliższym. Są dla mnie drogowskazem, siłą do pokonywania trudów i zmagania dnia codziennego. Często myślę, jak w takiej sytuacji postąpiłaby moja mama. Teraz również z wielką uwagą słucham słów, które głoszą kapłani podczas adwentowych rekolekcji wraz z przesłaniem, aby Chrystus narodził się w każdym człowieczym sercu.

Narodził się Jezus- Chrystus, przyszedł nowe dni i nowa nadzieja wstąpiła w nasze serca. Jezusie bezbronny, bez domu, bez majątku, bez bankowego konta. Przyszędłeś do nas jak żebrak. Ale i tak jesteś najbogatszy, bo masz miłość, której dziś wszystkim nam tak bardzo brakuje. Dlatego posłuchajmy wspólnie płaczu dziecka, podzielmy się miłością.

A na końcu poprośmy Matkę, aby zaśpiewała nam kołysankę. Maryjo, Ty tak pięknie śpiewasz.

Pozwól nam zostać tej nocy z Tobą i Twoim Synem.

TERESA RĘBIŚ

Zbliżające się Święta Bożego Narodzenia wzbudzają wspomnienia sprzed lat. Ilu? To już... dziesięć? A jakby to było tak niedawno. Pamiętam tamten niepowtarzalny, dziś nieosiągalny klimat, bo nie były to lata, kiedy kupowało się gotowe potrawy świąteczne. Czar Świąt Bożego Narodzenia i tradycji, to własnoręcznie przygotowania do świąt - makowce pieczone w domowym piecu, choinka pachnąca lasem, świece palące się żywym ogniem, ozdoby na choinkę wykonywane z tego co było naturalne - szyszki, orzechy, słoma, jabłuszka, pierniki. Za oknem iskrzący się śnieg - wtedy były zimy! Śnieg i mróz w moim dzieciństwie były zawsze nieodłącznie związane z Bożym Narodzeniem. Pamiętam opłatki, z których jeden był kolorowy - przeznaczony dla zwierząt. Po kolacji Ojciec siedział z tym opłatkami do obory, bo jak mówił, zwierzęta są naszymi żywicielami i należy się z nimi podzielić radością. Wierzyłam, że zwierzęta o północy mówią ludzkim głosem. I pamięć o pierwszej księżce od Mikołaja, który o dziwo, zawsze był w butach Ojca, gdzie przypasowując zwierzątka z obrazka do liter, poznawałam litery i składałam słowa.

Pamięć przywołuje wspomnienie: gdy mam kilka lat, może cztery, może pięć, tak bardzo wyczekiwana choinka, że wstałam rano, przed wszystkimi domownikami, i próbuję zapalkami zapalić świece na choince. No i oczywiście katastrofa. Płonęła cała choinka. Z przerażeniem ale i zachwytem wpatruję się w płonące drzewko, niezdolna do jakiegokolwiek działania. I szczęście w nieszczęściu, że rodzice reagują. A dom był drewniany, ze strzechą. Pewnie byli przerażeni, ale ich reakcję do dziś pamiętam: córeczko, czy nic ci się nie stało?

Przeżyłam wiele Świąt Bożego Narodzenia. Zawsze są radością, oczekiwaniem na spotkanie z własnymi dziećmi, z wnuczkami, ale świąt z własnego dzieciństwa się nie zapomnia.

Dlatego warto pielęgnować te wspomnienia i dzielić się nimi z bliskimi, bo dziś świat wygląda już zupełnie inaczej.



Lokalna przyroda, zabytki, historia, kultura to obszary, które interesują lub mogą zainteresować mieszkańców i turystów podczas spacerów, zwiedzania miejscowości, jazdy rowerem przez las, wypraw w okolice miejsca zamieszkania czy spływu rzeką.

Jak przybliżyć tę przestrzeń? Odpowiedzią mogą być questy.

Quest – co to takiego?

Technicznie rzecz biorąc, questy są turystyczno – edukacyjnymi grami terenowymi w formie wierszowanych zagadek, które nie wymagają specjalnego oznakowania tras i obsługi. Są oparte na amerykańskiej metodyce Valley Quest stworzonej przez Stevena Glazera, który w 2008 roku po raz pierwszy zaprezentował ją w Polsce. Od tego czasu powstało w wielu regionach kraju kilkadziesiąt takich tras nazywanych questami. Można je przechodzić w dowolnym czasie, samotnie lub w grupach. Potrzebna jest tylko ulotka lub smartfon z aplikacją oraz gotowość do wyruszenia w trasę.

O atrakcyjności wyprawy decyduje sposób jej przedstawienia, niepowtarzalna treść wierszowanych wskazówek z zagadkami, opisujących zabytki, pomniki przyrody, historie, wydarzenia, zwyczaje, obrzędy, kulinaria. Na końcu drogi na odkrywców czeka „skarb” – pojemnik z pamiątkową pieczęcią potwierdzającą ukończenie questu. Potrzebny jest też opiekun questu – może to być lokalna organizacja, instytucja, która zadba o pojemnik z pieczęcią, o promocję tej formy aktywności, np. organizując konkursy z nagrodami dla uczestników.

Turysta posiadający konto w serwisie questy.com.pl oraz spełniający określone wymagania może ubiegać się np. o przyznanie odznaki PTTK Questy – Wyprawy Odkrywców, która została ustanowiona na mocy porozumienia o współpracy zawartego w listopadzie 2019 roku przez Polskie Towarzystwo Turystyczno – Krajoznawcze oraz partnerów programu Questy – Wyprawy Odkrywców, tj. Fundację Mapa Pasji i Fundację Calamita.

Questing to edukacja

Questing jest nauką przez zabawę, działanie w myśl konfucjańskiej zasady: „Powiedz mi a zapomnę, pokaż mi a zapamiętam, pozwól mi zrobić a zrozumieję”.

Questy mogą współtworzyć i przemierzać nie tylko turyści, ale również mieszkańcy, dzięki czemu rośnie ich wiedza o regionie, wzmacnia się lokalna tożsamość. Rymowanki, zagadki pozwalają w sposób przystępny, praktyczny zdobywać, poszerzać i utrzymywać wiedzę o danym regionie i jego historii, kulturze, przyrodzie oraz nabywać nowe umiejętności (np. orientacja w terenie, wyszukiwanie szczegółów, korzystanie z aplikacji). Questing może być wyko-

Otwarta przestrzeń

rzystywany w szkole, ponieważ doskonale trafia do dzieci i młodzieży, która tworząc trasy a następnie na nich rywalizując poznaje różnorodne zasoby regionu. Questing jest bardzo atrakcyjną formą nauczania i poznawania mało ciekawych partii materiału. Dzięki niemu można dotrzeć do tajemnic, legend czy ciekawostek historycznych, które nie są szerzej znane.

Questing to zabawa

Questing to zabawa dla wszystkich bez względu na wiek. Łączy elementy harcerskich podchodów, gier terenowych i nowych technologii. Dla uczestników jest to wędrówka, odkrywanie tajemnic, zapomnianych historii, bogactwa kulturowego, czy pradawnego miejsca. Twórca zabierając uczestników w podróż dba o to, aby na trasie było jak najwięcej atrakcji, aby można było uruchomić wyobraźnię. Włączając się do gry można zostać bohaterem niekończącej się przygody.

Questing to emocje

Dobry quest pozwala uczestnikowi poczuć klimat czasów/miejsca, którego dotyczy. Pobudza wyobraźnię, ciekawość. Dostarcza wrażeń estetycznych. Budzi emocje. Osoby wrażliwe i otwarte na dostrzeganie wyjątkowości w rzeczach pozornie zwykłych, mogą w jednej średnio atrakcyjnej miejscowości wypracować niezliczoną ilość questów.

Questing to zaangażowanie

Questy są wyjątkową propozycją na aktywne spędzenie czasu przez dzieci i młodzież, ale także przez osoby dojrzałe. Angażują i wciągają one w grę zarówno jej uczestników jak i twórców.

Twórca questów powiedział, że „osoby tworzące quest wchodzą w głębką relację z miejscem oraz prawdziwie poczucie przynależności. (...) Wielu ludzi

nie wie, jak i gdzie szukać doświadczeń. Quest jest szczególną formą zaproszenia do wykonania pierwszego kroku, który zbliża ich do własnej społeczności oraz miejsc czyniących ich małą ojczyzną niepowtarzalną.”

Przygotowanie atrakcyjnej trasy w formie wierszowanej opowieści wymaga niemałego wysiłku od jej twórców. Mieszkańcy, lokalni pasjonaci, ludzie znający teren: regionaliści, przewodnicy, muzealnicy, nauczyciele, pracownicy ośrodków kultury czy reprezentanci organizacji pozarządowych – wszyscy oni mogą współpracować przy tworzeniu questów.

Radość z tworzenia i odkrywania

Tworzenie questu jak również wędrówka nim sprzyja integracji między i wewnątrzpokoleniowej i uczenia się od siebie nawzajem.

Najbardziej efektywne grupy tworzące questy składają się z przedstawicieli seniorów, osób w średnim wieku i młodzieży, którzy potrafią pokonać różnicę wieku, światopoglądu i umiejętności.

Seniorzy jako eksperci, posiadają kompetencje pozwalające na zaangażowanie w kompleksowe stworzenie interesującej wyprawy: zmysł orientacji w terenie, znajomość miejsc i wiedzy ogólnej (o przyrodzie, historii, kulturze), dryg do rymowania, rysowania czy rzeźbienia. Wnoszą nieocenione, wieloletnie doświadczenie swojego miejsca zamieszkania, dzieląc się często wyszukaną, niestandardową wiedzą na jego temat.

Młodsze pokolenie dzieli się wiedzą na temat nowoczesnych technologii wykorzystywanych w questach takich jak: mobilna aplikacja, sposoby mapowania, tworzenie ciekawej grafiki, map terenu czy zapisywanie atrakcji.

Ciekawość odkrywania lokalnych tajemnic, uzyskania odpowiedzi na zagadki zawarte w rymowankach powoduje wy-

ciąganie nas z domów, sprzed telewizorów i komputerów.

Promocja regionu

Wielkie kampanie reklamowe i marketingowe coraz mniej efektywnie promują regiony i miejscowości, wymagają również dużych nakładów finansowych. Odbiorca coraz częściej sięga po bardziej atrakcyjne, niekonwencjonalne metody prezentacji, udostępniania i interpretacji dziedzictwa historycznego, przyrodniczego i kulturowego. Nieszablony narzędziem promującym region może okazać się quest.

Questing jako nowe narzędzie promocji i marketingu może stać się szansą dla miasta i regionu tym bardziej, że nie wymaga on znaczących nakładów finansowych, a umożliwi optymalne wykorzystanie infrastruktury turystycznej.

Konstrukcja trasy i tematyki, czyli treści jakie zawiera mapa, którą na początku zabawy otrzymuje turysta, stwarza szansę na aktywizację lokalnych instytucji, organizacji i przedsiębiorców począwszy od gospodarstw agroturystycznych, barów, restauracji, kin, muzeów czy sklepików, a na właścicielach dużych obiektów przemysłowych kończąc.

Questing jako nowoczesne narzędzie promocyjne nie tylko pokazuje w efektywny sposób zalety miasta czy regionu, ale także rolę jaką odgrywają w nich lokalne społeczności, jaka jest dynamika rozwoju i gdzie są ewentualne nisze rynkowe, w które potencjalni inwestorzy mogliby ulokować swoje pieniądze.

Questing to propozycja nowoczesnego podejścia do turystyki, którą może uprawiać każdy bez względu na wiek.

Co mnie skłoniło do podjęcia tematu questingu?

Otóż uczestnictwo w konferencji „Przestrzeń dla seniorów 3.0”, gdzie temat ten był poruszany w kontekście form spędzania wolnego czasu przez seniorów.

Wcześniej jednak poszukałam w Internecie ulotek z questami z naszego regionu. Niestety, w porównaniu z innymi obszarami Polski wygląda to bardzo ubogo. Można bowiem odnaleźć w Łomży tylko jeden quest, a w najbliższym sąsiedztwie: w Wąsoszu, Kadzidle, Rzekuniu, Ostrowi Mazowieckiej, Goniądzu, Tykocinie, Białymstoku. Więcej opisanych tras znajduje się w rejonie Puszczy Białowieskiej.

Czy nasze miasto i okolice nie ma się czym pochwalić? Czy nie ma u nas zapomnianych miejsc, legend, historii, budynków, ważnych postaci? Może warto je odszukać, przypomnieć, ciekawie opisać i w ten sposób przybliżyć je mieszkańcom i turystom.

Zachęcam władze naszego miasta, instytucje, organizacje, grupy nieformalne, młodzież, seniorów do współpracy przy tworzeniu questów, a następnie na ich trasy.

Korzyści ze wspólnej pracy i przemierzania szlaków jest mnóstwo. Warto wyruszyć questingową ścieżką i przekonać się o tym samemu!

GRAŻYNA CZAJKOWSKA



PARTNER WYDANIA URZĄD MARSZAŁKOWSKI WOJEWÓDZTWA PODLASKIEGO