

BONIFRATRY

w służbie chorym



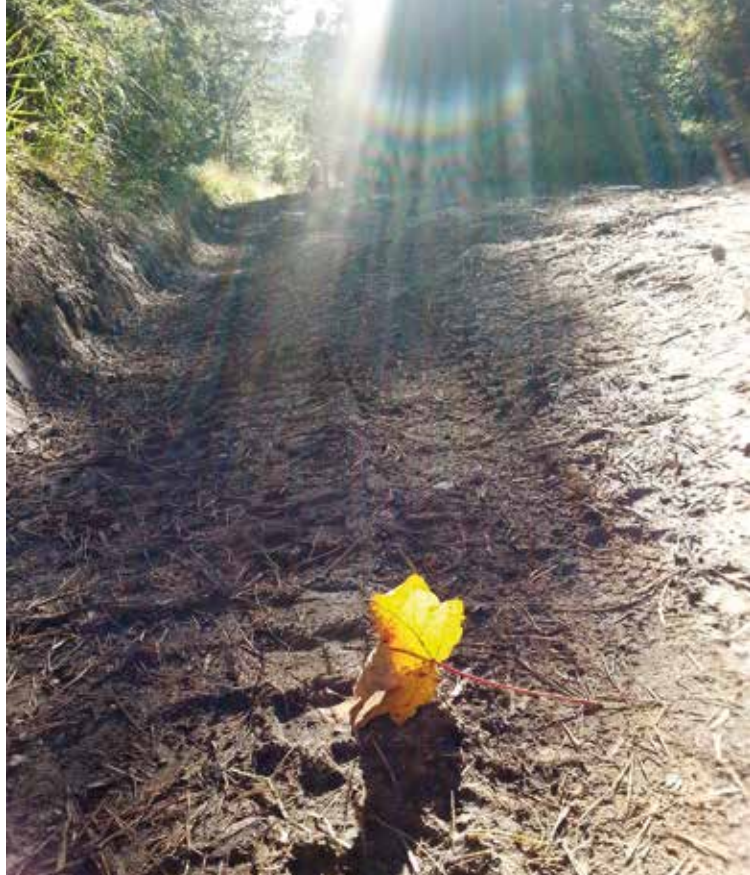
20 lat kwartalnika

w służbie chorym

Pismo Zakonu Szpitalnego Świętego Jana Bożego

Spis treści

3	Od redakcji
4	Jesteśmy dziś za niego odpowiedzialni ALEKSANDRA ORMAN
7	LODOŁAMACZ SPECJALNY dla br. Prowincjała Eugeniusza Kreta
7	Bonifraterskie ofiary wirusa Ebola MONIKA FRYDRYSZAK
8	Pojęcia O. LEON KNABIT OSB
9	Pokolenie K. K. BACZYŃSKI
10	Spojrzyć na świat z nutą ciekawości ALEKSANDRA ORMAN
12	Nieprzetworzone (niskoprzetworzone) produkty roślinne BR. BŁAŻEJ KOZŁOWSKI OH
14	Dobre rady brata Marcina ALEKSANDRA ORMAN
16	Bonifraterska „Noc kościołów”
16	Jarmark św. Jacka z Bonifratrami
17	Zjazd Scholastyków /BR.Ł/
17	Wojewódzka Poradnia Chorób Naczyń już po remoncie ALEKSANDRA SZTABA
18	IX Podkarpacki Festiwal Rekreacji i Zabawy „Pożegnanie lata” ORGANIZATORZY
19	Konary – Festyn rodzinny „Zakończenie wakacji” BR. MATEUSZ BICZYK OH
20	Dożynkowe Spotkanie Integracyjne ARTUR WOJDALSKI
21	„Serce bez granic” XIII Bonifraterskie Spotkanie Formacyjno-Integracyjne KATARZYNA DYTRYCH, LUDMIŁA NOWAK, BR. TYMOTEUSZ HOŁOZUBIEC OH
24	Ciekawostki żywieniowe RENATA MIKOŁAJEK
26	Książki na jesień



Aby widzieć świat

Trzeba otworzyć oczy

Aby widzieć człowieka

Trzeba otworzyć serce

Z zamkniętymi oczami

Łatwo podeptać roślinkę

Zamkniętym sercem

Łatwo zniszczyć człowieka

Ks. Alojzy Henel CM
(za „Bonifratrzy w służbie chorym” nr 2/1994)

Wydaje: Kuria Prowincjalna
31-066 Kraków, ul. Krakowska 48

Redaguje zespół:
br. Eugeniusz Kret, Aleksandra Orman (redaktor prowadzący),
br. Błażej Kozłowski, Marek Krobicki, br. Łukasz Dmowski
br. Jan z Dukli Ścieranka, Grzegorz Waberski

Adres: Bonifratrzy w służbie chorym
31-066 Kraków, ul. Krakowska 48

Fot. na okładce:
Mieczysław Orman

Skład: Pracownia Słowa

Nakład: 3300 egz.

Od redakcji

Tegoroczne mijające lato – oprócz chwil spokoju i wypoczynku – przyniosło nam ożywienie pamięci o wydarzeniach dla nas, Polaków, szczególnie ważnych, bo opłaconych krwią naszych dziadków i ojców – 100-lecie wybuchu I wojny światowej, 75-lecie wybuchu II wojny, 70-lecie wybuchu Powstania Warszawskiego, żeby wspomnieć tylko te najważniejsze, najbardziej bolesne. Jakże powinniśmy dziękować Bożej Opatrzności za to, że my sami tamten gorzki czas znamy jedynie z kart historii, i jakże prosić o wieczny odpoczynek dla tych, co za nasz spokojny dzień powszedni zapłacili kiedyś własnym życiem. Ale nie tylko dla nich – prosimy też o Boże Miłosierdzie dla tych Braci Bonifratrów i Współpracowników, którzy w dalekiej Afryce przegrali walkę z wirusem Ebola, niosąc pomoc i opiekę zarażonym, i dla tych, co trudu walki z chorobą nie bali się podjąć na nowo.

Gościem tego numeru jest p. Przemysław Błoch z Marysina-Piasków, którego pozazawodowa pasja to – jakże bliskie każdemu z nas – fotografowanie, zapisywanie obrazem zarówno chwil ulotnych, jak i tego, co chcielibyśmy zapamiętać dla siebie i dla innych. W naszym kwartalniku, o którego przypadającym w tym roku 20-leciu powstania opowiada jego inicjator i pierwszy redaktor br. Franciszek Salezy Chmiel, także staramy się zapisywać – słowem i obrazem – wszystko to, co chcielibyśmy utrwalić w pamięci, czym chcielibyśmy się z innymi podzielić.

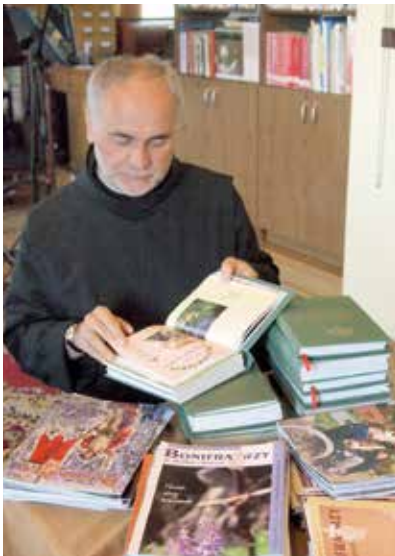
I tak na pewno zapamiętamy tegoroczne piękne lato, które hucznie lub mniej hucznie żegnały Iwonicz, Konary i dożynkowe Zebrzydowice, zapamiętamy Spotkanie Formacyjne w Kałkowie i sportowe zawody ziemniaczane zorganizowane przez wielkopolskie „pyry” z Marysina i wreszcie – zapamiętamy nagrodę oraz honorowy tytuł Łodolamacza przyznany br. prowincjałowi Eugeniuszowi Kretowi za przełamywanie obojętności i stworzenie w Konarach przestrzeni, gdzie od 15 lat niepełnosprawni odzyskują radość i sens życia.



DWUDZIESTOLECIE KWARTALNIKA

Jesteśmy dziś za niego odpowiedzialni

Z Bratem Franciszkiem Salezym Chmielem, inicjatorem i pierwszym redaktorem, rozmawia Aleksandra Orman



Dokładnie dwadzieścia lat temu, we wrześniu 1994 roku w Krakowie, za życzliwą aprobatą ówczesnego prowincjała o. Romana Dziekana, ukazał się pierwszy numer kwartalnika „Bonifratrzy w służbie chorym”. Proszę, Bracie, opowiedzieć, jak się to wszystko zaczęło.

We wczesnych latach 90. spotkania formacyjne prowadził z nami w krakowskim klasztorze ks. Jerzy Sikorski z zakonu Misjonarzy Oblatów Maryi Niepokalanej, który raz w miesiącu przyjeżdżał do nas z Katowic. Rozmawiał z nami o wielu sprawach, które go inspirowały, o poezji, sam zresztą był poetą, czy o prowadzonym przez misjonarzy piśmie. Zapytałem go kiedyś, co uważa na temat powołania przez nas własnego bonifraterskiego pisma. „To bardzo proste – odrzekł. – Nie ma nad czym się zastanawiać, tylko sięść do

maszyny i pisać”. Oczywiście – choć dziś trudno to sobie wyobrazić – nie było wtedy komputerów! I taki właśnie był początek. Wszystko zaczęło się od ks. Sikorskiego. Potem zresztą drukowaliśmy jego wiersze, często niejako dedykowane kwartalnikowi, czy jego rozważania.

W owym pierwszym numerze jest właśnie jego tekst zatytułowany *Potrzeba życzliwości i uśmiechu*.

Ks. Sikorski był takim prawdziwym ojcem chrzestnym naszego pisma. Zachęcał nas, pomagał i wspierał w trudnych chwilach, bo oczywiście, nie zawsze było nam łatwo. Zmarł w ubiegłym roku w swojej wspólnotcie, do końca zachowując aktywność i jasny umysł. Pochowany został w grobowcu Oblatów NMP na bonifraterskim cmentarzu w Katowicach. **A kto wymyślił tytuł kwartalnika?** Było kilka propozycji. Uznaliśmy jednak, że tytuł „Bonifratrzy w służbie chorym” najlepiej łączy w sobie dwie najistotniejsze dla nas rzeczywistości – to, kim jesteśmy, i jaka jest nasza misja, że chcemy być jak najbliższej chorego, chcemy mu służyć. Choć wtedy, w początkach lat 90., my, bracia zakonni w Polsce, prawdziwe szpitalnictwo i prawdziwą bliskość z chorym wciąż jeszcze znaliśmy głównie z bytności w zagranicznych szpitalach. A tytuł kwartalnika najwyraźniej okazał się trafiony i przetrwał do dziś.

Ostatecznie skład redakcji – jak czytamy w stopce pierwszego numeru – tworzyli, obok Brata, także bracia Błażej Kozłowski, Albert

Gaworecki, Ambroży M. Pietrzkiewicz.

No tak, to był trzon kwartalnika, który przetrwał wiele lat. Inni bracia działali w redakcji niejako sezonowo – przychodzili, odchodzili. No i były osoby zapraszane z zewnątrz – ks. prof. Władysław Borowski, bibliista, kanonik laterański z sąsiadującego z bonifratrami kościoła Bożego Ciała, prof. Henryk Gaertner, ks. Mieczysław Maliński, s. Elżbieta Sienak ze Zgromadzenia Sióstr Matki Bożej Miłosierdzia. Cytowaliśmy teksty Ojca Świętego Jana Pawła II, a także działającego na przełomie wieków XVIII i XIX słynnego lekarza, bonifratra, brata Ludwika Perzyny.

Wtedy także powstał schemat zawartości numeru.

W pierwszym i kilku następnych numerach kwartalnika uznaliśmy za właściwe bezpośrednio zwrócić się do czytelników w tekście *Od Redakcji*, potem były *Doniesienia z Kurii*, czyli słowo od prowincjała, kolejny dział – *Konferencje duchowe* – to były teksty z zakresu formacji, a więc albo czyjeś świadectwo, albo rodzaj katechezy przygotowanej zwykle przez księdza lub siostrę zakonną. Dział *Reportaże* powierzyliśmy w pierwszym numerze Nowicjatu świeżo na powrót sprowadzonemu z Cieszyńska do Krakowa. Nowicjusze – młodzi, pełni zapału, z ówczesnym magistrem br. Albertem Gaworeckim – bardzo wiele wniesli do kwartalnika.

Część historyczna nosiła tytuł *Na kartach historii*. W pierwszym numerze zamieściliśmy słowa Ojca

Świętego Jana Pawła II wypowiedziane podczas audiencji do członków Kapituły Generalnej naszego Zakonu, ale potem dawaliśmy teksty o życiu św. Jana Bożego, o historii naszego Zakonu i poszczególnych konwentów. O ważnych wydarzeniach Kościoła pisaliśmy w dziale *W duchu chrześcijaństwa*. To był czas działania Jana Pawła II, toteż staraliśmy się skupić na słowach, które do nas kierował, ale też odwiedzaliśmy różne polskie i nie tylko polskie sanktuaria, zwłaszcza maryjne. Z czasem dział ten pięknie się rozwinął, stając się niejako przeglądem najważniejszych miejsc pielgrzymkowych w Polsce.

W dziale *Od chorych* zamieszczaliśmy świadectwa osób związanych z bonifratrami, ze szpitalnictwem, z bonifraterskim kościołem, niekoniecznie pacjentów szpitala. Pamiętać należy, że krakowski szpital powrócił do Zakonu dopiero w 1997 roku, wtedy w 1994 mieć swój szpital to było nasze marzenie, nie rzeczywistość. Oczywiście nie mogło zabraknąć działu *Nasze życie*, czyli wiadomości z życia braci, już nie tylko nowicjuszy, ale wszystkich, z różnych klasztorów.

Na ostatniej stronie znalazła się rubryka *Z humorem...*

Z czasem zamiast anegdot z życia świętych zaczęliśmy zamieszczać zdarzenia z życia naszych nowicjuszy i wtedy rubryka zmieniła nazwę na *Słowo*. A wzięło się to od nazwy wieczornych spotkań nowicjuszy z Magistrem, kiedy to następowało podsumowanie wydarzeń mijającego dnia – no i zdarzało się, że ktoś dostał reprimendę, ktoś pochwałę – ot, był to czas na słowo.

Kto zajmował się opracowaniem graficznym i drukiem pierwszych numerów kwartalnika?

Jeśli ks. Sikorskiego nazwać można ojcem chrzestnym, to matką chrzestną niewątpliwie była pracująca w klasztornej bibliotece p. Basia Dora, wtedy jeszcze niezameżna. Po ustaleniu zawartości pierwsze-

go numeru usiadłem z nią i razem opracowaliśmy makietę. Składem i drukiem ok. 200 egzemplarzy zajął się Maciek, narzeczony p. Basi. Nie mieliśmy środków na jakiś błysk, choćby na kolorową okładkę, więc wydrukował możliwie najtaniej, w dwu kolorach – czarnym i białym, co wywołało niezbyt wiele komentarze, które przykleiły się do tego pierwszego numeru kwartalnika – że to nekrolog naszej prowincji.

Nie zniechęciło was to?

Nie zniechęciło i nie osłabiło zapału. Uznałem, że jeśli jest reakcja, to nie jest tak źle, gorzej by było, gdyby bez słowa wszystko poszło w kosz. Prawda, kwartalnik wyglądał ubogo – choć wtedy, 20 lat temu papier na okładce ładnie błyszczał i prezentował się znacznie lepiej niż dziś – ale niósł z sobą znaczny potencjał duchowy i emocjonalny, a kosztował nas wiele godzin pracy i zaangażowania. Niemniej była krytyka, było generalne mycie głowy, uważne wsłuchiwanie się w głosy z prowincji i kilkumiesięczna przerwa. Nim ruszyliśmy z następnym numerem, spotkaliśmy się z kilkoma osobami profesjonalnie zajmującymi się działalnością wydawniczą. Niezwykle ważną rolę odegrał p. Wojtek Lipiński z istniejącej do dziś firmy Castor. Zgodził się zrobić nam projekt opracowania graficznego, zaprojektował logo kwartalnika, które funkcjonowało przez wiele lat, i cały układ wnętrza.

Drugi numer kwartalnika poszedł w świat i wywołał u braci prawdziwy szok. Ta kolorowa okładka z pięknym wiosennym zdjęciem, w które wmontowane zostało zdjęcie braci Błażeja i Dominika z chorą, a na czwartej stronie zdjęcie bonifraterskiego krzyżyka z owocem granatu z zabytkowej furtki do krakowskiego wirydarza i wiersz ks. Alojzego Henela – to musiało wywołać szok. Ale ten szok był potrzebny, aby wyprostować rozmaite zawile opinie krążące po prowincji.

Czyli odnieśliście sukces...

No cóż, tak naprawdę to dopiero raczkowaliśmy w nowej rzeczywistości, oswajaliśmy się z faktem, że mamy swoje pismo. Drugi, trzeci, czwarty numer to jeszcze nie jest nic trwałego. Jeśli coś funkcjonuje na rynku drugi, trzeci rok, wtedy dopiero można mówić, że naprawdę zaistniało. Po tym wesołym kolorowym numerze usiedliśmy i zaplanowaliśmy numery na kolejny 1995 rok, w którym przypadało 500-lecie urodzin św. Jana Bożego. Chcieliśmy, aby pokazywały cztery etapy jego życia – od dzieciństwa, poprzez nawrócenie, działalność szpitalną, po ukoronowanie w niebie. Każdy numer miał mieć ten sam układ, ale inną kolorystykę. Były też bardziej dopracowane pod względem szaty graficznej, w czym oczywiście pomogli nam graficy z Castora. Na przykład każdy artykuł zaczynał się stylizowanym inicjałem, co nadawało całości odświętnego, bardziej uroczystego charakteru, a właśnie o to nam chodziło ze względu na jubileusz.

Swym kwartalnikiem niejako nawiązywaliście do przedwojennych kalendarzy bonifraterskich, gdzie były podobne działy tematyczne, ale także porady...

U nas porady pojawiły się później, jako odpowiedź na oczekiwania napływające z prowincji. W 1996 roku zamknęliśmy rok jubileuszowy, wybrano nowego prowincjała, którym został o. Hubert Matusiewicz. Od niego też wypłynęła sugestia dotycząca zmiany szaty graficznej, sam zresztą chętnie zaangażował się w pisanie do kwartalnika. Zostałem przeniesiony z Krakowa do Łodzi. Odszedł z Krakowa także Ambroży, obaj też znaleźliśmy się w Radzie Prowincjalnej.

I tak kwartalnik przeniósł się do Warszawy...

W stopce jako wydawcę wskazaliśmy Sekretariat Kurii Prowincjalnej. Nadal pozostałem redaktorem naczelnym, czyli dyrektorem wydawnictwa, sekretarzem redakcji została p. Barbara Czarnocka, długoletnia redaktorka z Wydawnictwa Caritas



Polska, która z czasem stała się niejako mózgiem redakcji. Jej kontakty z redaktorami pism katolickich, z autorami, z księżmi okazały się bardzo przydatne. Ponadto w składzie redakcji znaleźli się bracia z poszczególnych konwentów. Opracowaniem graficznym zajął się p. Jarosław Babikowski. Merytorycznie układ pozostał ten sam, za to łamanie stało się bardziej uwspółcześnione, graficznie ciekawsze.

No i w tekście pojawił się kolor.

Tak, pierwszy numer rocznika 1996 był w całości kolorowy. No a potem już sukcesywnie dopracowywaliśmy wszystkie szczegóły. Poprawiał się nie tylko wygląd kwartalnika, ale i jego jakość, a więc także jego poczytność. Coraz częściej zaczął być widoczny w konwentach, w bonifraterskich kościołach. I to był dla nas taki dobry znak, że jest potrzebny. Rosta też liczba wydawanych egzemplarzy. Z czasem nastąpiło otwarcie na Delegaturę Generalną we Wrocławiu. Praca dawała nam satysfakcję, poświęcaliśmy swój czas i dobrą wolę, dlatego że chcieliśmy, a dotyczyło to nie tylko redakcji, ale braci, którzy gościli w kwartalniku sporadycznie, jednorazowo. Pisanie do kwartalnika stało się swego rodzaju wyróżnieniem.

Z czasem pojawiły się też nowe działy.

Przede wszystkim *Medycyna* – objął ten dział jako lekarz br. Błażej Kozłowski, oraz *Ziółolecznictwo*, które przez wiele lat prowadził br. Maciej Seifert. Pojawił się dział zatytułowany *Gość numeru*, czyli relacje z wizyt w poszczególnych konwentach i dziełach, *Nasze życie* zmieniło się na *Z życia Zakonu*, pojawiły się *Kącik hagiograficzny*, *Miejsca święte*, dział *Listów od czytelników*.

Kwartalnik się zmieniał, przychodzili nowi autorzy.

Trudno mi nie wspomnieć o doktorze Kaliszanie, który pisał o zdrowiu, a w wiele lat później stał się współpracownikiem bonifraterskiego szpitala w Marysinie, czy o ks. Romanie Stawinodze, wieloletnim kapelanie szpitala w Łodzi i honorowym bonifratrze, humaniście ze znakomitym przedwojennym wykształceniem, który ubogacał nas swą wiedzą.

Głównym zadaniem kwartalnika stała się skuteczna formacja poprzez promocję charyzmatu szpitalnego, pogłębianie wiedzy o życiu św. Jana Bożego, pokazywanie sensu cierpienia i tworzenie rzeczywistości bliższej Panu Bogu. Nieobojętne nam też były tematy etyczne, bioetyczne, deontologiczne, o których pisała p. Kinga Wiśniewska-Roszkowska, do dziś autorytet w tym zakresie. W ogóle ewolucja kwartalnika szła w kierunku bycia bliżej człowieka chorego. Był to czas rodzenia się Karty Tożsamości Zakonu Szpitalnego, a Polska Prowincja budziła się z niebytu i nieuczestniczenia w żywym szpitalnictwie. Kamieniem milowym stało się odzyskanie w styczniu 1997 roku szpitala w Krakowie. Wtedy zaczęło się dla nas prawdziwe szpitalnictwo, a kwartalnik miał za zadanie promowanie tej nowej jakości opieki szpitalnej.

Po dziesięciu latach kierowania kwartalnikiem odszedł Brat z redakcji.

Numer jubileuszowy 2/2004 był ostatnim, który sygnowałem jako redaktor naczelny. Kwartalnik okrzepł

i na tyle wrósł w rzeczywistość prowincji, że mogłem poprosić o zwolnienie z funkcji, zwłaszcza że nowy prowincjał br. Krzysztof Fronczak, wybrany w listopadzie 2004 roku mianował mnie przeorem w Marysinie, który był placówką wymagającą pełnego zaangażowania się. Nie mogłem już poświęcać kwartalnikowi tyle uwagi co dotychczas, choć oczywiście zawsze gotów byłem go wspierać. Odtąd więc pracami związanymi z wydawaniem kwartalnika kierował sekretarz kurii Prowincjalnej, a p. Czarnocka pozostała sekretarzem Redakcji.

W 2007 roku nastąpiła zmiana formatu – do A4...

...a w roku 2011 kwartalnik – wraz z nowym prowincjałem br. Eugeniuszem Kretem, który przeniósł Kurie Prowincjalną do Krakowa – wrócił do miejsca swych narodzin i nieco zmienił swój układ wewnętrzny...

Zmienił niewiele. I gdyby tak porównać kwartalnik dzisiejszy z tamtymi sprzed 20 lat, to okazałoby się, że w trochę innym kształcie, z nieco inną nazwą, ale owe przestrzenie życia Zakonu – duchowa i ludzka – zostały zachowane. Czyli można powiedzieć, że się sprawdziły.

Minęło dwadzieścia lat, świat bardzo się zmienił, nakład kwartalnika zmalał...

Wcale mnie to nie dziwi. Dzisiaj świat rządzi się innymi prawami – jest Internet, kilkaset tytułów czasopism, w tym także wiele katolickich – jest w czym wybierać. Ludzie są zmęczeni natłokiem informacji. Świadomość naszej wspólnoty, tradycja naszych dzieł powinna jednak zmierzać ku reaktywacji zapotrzebowania na ten zapoczątkowany przez nas w kwartalniku nośnik, który jest nośnikiem wielkiej tradycji naszego Zakonu i stanowi cenny depozyt dla naszych następców. My, bracia – uważam – jesteśmy dziś za niego odpowiedzialni.

Dziękuję, Bracie, za rozmowę.



Organizowany corocznie od 2006 roku przez Polską Organizację Pracodawców Osób Niepełnosprawnych konkurs LODOŁAMACZE stawia sobie za cel wyłanianie i nagradzanie osób prywatnych oraz pracodawców w sposób szczególnie angażujących się w rozwiązywanie problemów osób niepełnosprawnych w różnych dziedzinach życia społecznego i zawodowego. Oprócz nagród w kategoriach podstawowych – Zatrudnienie Chronione, Otwarty

LODOŁAMACZ SPECJALNY

dla br. Prowincjała Eugeniusza Kreta

Rynek Pracy oraz Instytucje, przyznawane są honorowe wyróżnienia – Super Lodołamacza dla najlepszego przedsiębiorcy, instytucji lub zakładu, i Lodołamacza Specjalnego – za wybitne dokonania na rzecz osób niepełnosprawnych. Takim właśnie tytułem LODOŁAMACZA SPECJALNEGO 17 września br. podczas Małopolsko-Świętokrzyskiej Gali Regionalnej w Dworcu Białoprądnickim w Krakowie uhonorowany został br. Prowincjał Eugeniusz Kret.

W uzasadnieniu swej decyzji Kapituła Regionalna konkursu podkreśliła wielką pracę br. Eugeniusza

na rzecz przełamywania lodów obojętności i znieczulenia, co doprowadziło do powstania Centrum Rehabilitacyjno-Warsztatowego w Konarach, gdzie znajdują poszanowanie, poczucie własnej wartości i możliwość poprawy jakości życia ci wszyscy, których z powodu ich niepełnosprawności świat spychał na społeczny margines.

Gratulując br. Prowincjałowi tytułu Lodołamacza, przypominamy, iż w roku 2013 uhonorowany został Medalem św. Brata Alberta, a wcześniej w 2001 – Nagrodą za Działalność Humanitarną.

Bonifraterskie OFIARY wirusa Ebola

„Bracia czyńcie dobro”

Trwająca od kilku miesięcy epidemia wirusa Ebola nadal zbiera swe żniwo. Pośród rosnącej z każdym dniem liczby ofiar znaleźli się też pełniący swą misję w afrykańskiej Prowincji św. Augustyna bracia bonifraterscy. W lipcu i sierpniu w Szpitalu św. Józefa w Monrovi (Liberia) zmarli bracia Patrick Nshamdze, George Combey i Miguel Pajares oraz siostra Chantal Mutwameme, a także pięcioro współpracowników – trzy kobiety i dwóch mężczyzn, a w Szpitalu św. Jana Bożego w Lunsar (Sierra Leone) ośmioro współpracowników – trzech mężczyzn i pięć kobiet, w tym jedna ze słuchaczek ostatniego roku szkoły pielęgniarskiej. Wszyscy – nie bacząc na własne bezpieczeństwo – trwali przy chorych i pomni słów św. Jana Bożego „Bracia, czyńcie dobro” nieśli im pomoc, dopóki tylko mogli.

Wierzymy głęboko, że za jego też wstawiennictwem od Pana Wszelkiego Stworzenia otrzymają nagrodę w Królestwie Bożym. Jednocześnie modlimy się, aby ofiara ich życia, jak ewangeliczne ziarno, które obumiera, aby dać nowe życie, przyniosła obfite owoce dla Kościoła i Zakonu.

Oba szpitale, w porozumieniu z odpowiednimi władzami cywilnymi, pozostały przez pewien czas zamknięte wskutek konieczności przeprowadzenia dezynfekcji miejsc, gdzie przebywali chorzy zarażeni wirusem. Obecnie trwają intensywne prace mające doprowadzić jak najszybciej do ich ponownego otwarcia.

Pamiętajmy, że każdy rodzaj wsparcia – czy to duchowy, czy materialny – jest im teraz bardzo potrzebny.





„No to uzgodniliśmy pojęcia, proszę przyjść za tydzień” – powiedział studentowi ksiądz profesor Wincenty Kwiatkowski po trwającej trzy kwadranse rozmowie egzaminacyjnej.

No właśnie – pojęcia. Dlaczego zaczynam od tego słowa?

Bo jesteśmy w okresie wielu ważnych rocznic, które tak ryczałem nazywamy jubileuszami. A tu trzeba sięgnąć do obyczaju i prawa izraelskiego, które mówiło, że kiedy minie siedem razy po siedem lat, to następny rok – pięćdziesiąty – ogłoszony uroczyszcem graniem na rogu (*jubel*), jest rokiem jubileuszowym, który niesie ze sobą wiele łask. W tamtych czasach łaski te odnosiły się głównie do życia społecznego, a więc bywało to darowanie długów, uwalnianie więźniów, przywracanie majątności pierwotnemu właścicielowi itp. Oczywiście wielokrotność pięćdziesiątki też była jubileuszem. Potem zaczęto używać określenia „Rok Łaski Pana”. W tym sensie zbawcza działalność Jezusa także była Rokiem Łaski Pana. Była jakby rozciągniętym w czasie jubileuszem, obdarowującym łaskami całą grzeszną, a poszukującą pokoju i przebaczenia ludzkość. Mówiło się o tym wiele w okresie przygotowań oraz trwania jubileuszu roku 2000.

Z biegiem czasu utarło się w naszej kulturze, że pięćdziesiąt lat to jest jubileusz złoty, ale dołączono do tego i połowę, czyli dwadzieścia

pięć lat, i taki jubileusz nazwano srebrnym. A potem zaczęto dodawać kolejne nazwy, zwłaszcza dotyczące lat małżeństwa. A może warto tu sobie przypomnieć, jak to zwykle się nazywać niektóre przynajmniej rocznice ślubu – od tych początkowych po... ostatnie. I tak: pierwsza – papierowa, druga – bawełniana, trzecia – skórzana, czwarta – kwiatowa, piąta – drewniana, i dalej: czterdziesta – rubinowa, czterdziesta piąta – szafirowa, pięćdziesiąta – złota, pięćdziesiąta piąta – brylantowa, sześćdziesiąta – diamentowa...

Postarajmy się więc używać słów rocznica i jubileusz według ich właściwego znaczenia,

choć nie zawsze jest to zgodne z naszym pojmowaniem rzeczywistości. Mamy bowiem 100 lat od wybuchu I Wojny Światowej – trudno to nazywać jubileuszem. Natomiast już wymarsz Pierwszej Kompanii Kadrowej – również 100 lat temu – od biedy jubileuszem można nazwać, podobnie jak 50-lecie ogłoszenia św. Benedykta Patronem Europy przez papieża Pawła VI. Siedemdziesiąt pięć lat od powrotu benedyktynów do Tyńca dla opactwa tynieckiego na pewno jest właśnie jubileuszem – złoto-srebrnym. Czy jednak można tym słowem określić owe 970 lat, jakie upłynęły od roku 1044, czyli daty założenia opactwa?

POJĘCIA



A owe 75 lat od wybuchu II Wojny Światowej? A 34 lata od pamiętnych Porozumień Sierpniowych? Wszystko to są rocznice.

Jednym słowem – obchody jubileuszowe kojarzą się zawsze z czymś radosnym, natomiast rocznice mogą być radosne i smutne, a nawet wręcz tragiczne, jak obchodzona w tym roku siedemdziesiąta rocznica wybuchu Powstania Warszawskiego 1 sierpnia 1944 roku.

Podnoszą się głosy, by zaniechać uroczystych obchodów rocznic smutnych – a więc powstań, katastrof, Katynia czy Smoleńska. A jednak – nie! Zafałszowalibyśmy historię Narodu i Państwa, gdybyśmy ją okroili albo potraktowali wybiórczo. Naród cały ma prawo do poznania pełnej prawdy o swoich dziejach. Młodzież zwłaszcza musi wiedzieć „skąd nasz ród”. Naród odcięty od korzeni – ginie. Trzeba więc popierać nauczanie historii na wszystkich szczeblach kształcenia, na rozsądnym poziomie, i mnożyć wszelkie inicjatywy sprzyjające poznawaniu

dziejów ojczystych – najnowszych i dawnych.

Cieszą nas widowiska historyczne i zaangażowanie młodzieży w grupach rekonstrukcyjnych. Może wreszcie nie będzie dochodziło do takich sytuacji, gdzie zdająca na historię maturzystka na pytanie, kto to był Edward Gierek, odpowiada: „To chyba taki dawny polski kardynał”. Inna zaś, indagowana o podanie jakiegokolwiek faktu z historii Polski nie może sobie przypomnieć dosłownie niczego, kiedy zaś dla ułatwienia prosi się o wymienienie przynajmniej jakiegoś nazwiska osoby z historią Polski związanej, odpowiada: „Emilia Westerplatte” (!) Nie wiem, czy i wśród młodzieńców znajdują się takie okazy.

Resztę – bez komentarza – pozostawiam wszystkim Czytelnikom kwartalnika do refleksji...

Tyniec, sierpień 2014

O. Leon Knabit OSB
mnich tyniecki

Pokolenie

(...)

I tak staniemy na wozach,
czołgach,
na samolotach, na rumowisku,
gdzie po nas wąż się ciszy
przezołga,
gdzie zimny potop omyje nas,
nie wiedząc: stoi czy płynie
czas.

Jak obce miasta z głębin
kopane,
popielejące ludzkie pokłady
na wznak leżące, stojące
wzwyż,
nie wiedząc, czy my karty iliady
rzeźbione ogniem w
błyszczącym złocie,
czy nam postawią, z litości
chociaż,
nad grobem krzyż.

Krzysztof Kamil Baczyński
22 VII 1943 r.

Spojrzyć na świat z nutą CIEKAWOŚCI

Czy pamiętacie, Państwo, okładkę poprzedniego numeru kwartalnika? Tę z młodym człowiekiem na wózku, terapeutką i psem berneńczykiem – także terapeutą? To niezwykle ciepłe zdjęcie wykonał pan Przemysław Błoch, farmaceuta, od dwóch lat odpowiedzialny za dział farmacji szpitalnej w Bonifraterskim Centrum Rehabilitacji pw. św. Benedykta Menniego w Marysinie, z zamiłowania fotografik-amator. Wszyscy lubimy robić zdjęcia, zwłaszcza że dziś stało się to niezwykle proste. Wystarczy mieć aparat cyfrowy, którego obsługa nie wymaga żadnych szczególnych umiejętności. Nie dla każdego jednak fotografowanie staje się życiową pasją, tak jak stało się nią dla pana Przemysława Błocha.

Fotografią interesuję się od szkoły podstawowej. Na zajęciach kółka fotograficznego mieliśmy aparat Smiena 8M i razem z bratem poznawaliśmy tajniki robienia zdjęć oraz ich dalszą obróbkę – wywoływanie filmu i wykonywanie czarno-białych odbitek. Później w liceum w Wolsztynie wraz z kolegą Jarkiem reaktywowaliśmy ciemnię fotograficzną, która mieściła się w internacie w piwnicy i podczas deszczu stale była zalewana wodą. Tak zostałem klasowym fotografem, wtedy robiłem zdjęcia już Zenitem.

W czasach liceum i potem studiów na Wydziale Farmaceutycznym Uniwersytetu Medycznego im. Karola Marcinkiewicza w Poznaniu, które za sprawą gencjopikrozydu izolowanego w ramach pracy magisterskiej z korzenia goryczki „gorzko” ukończyłem w 1990 roku, udało mi się skompletować własne wyposażenie ciemni i mogłem robić zdjęcia w domu. W tym czasie łatwiej dostępne były filmy odwracalne ORWO, tak więc za-

czął się u mnie okres robienia przeźroczy. Dziś jest to nie do pomyślenia, ale wtedy, w latach osiemdziesiątych kłopot był ze zwykłym kupieniem filmów, papierów czy odczynników. Kiedy ów deficytowy towar pojawiał się w sklepie, to trzeba było kupować na zapas. Czasem jakiś dobry człowiek podzielił się swoimi filmami...

W czasie jednego z wyjazdów za granicę kupiłem kolejny aparat – Minoltę, która potem służyła mi przez wiele następnych lat. Z zakupem tym wiąże się ciekawa historia. Minoltę kupiłem w Niemczech w trakcie eskapady do Francji. Z Zenitem i Minoltą w plecaku dotarłem do Monako akurat w okresie uroczystości związanych ze świętem narodowym księstwa. Spacerując uliczkami, spotkałem uśmiechniętą Argentynekę, nauczycielkę, która wszystkie swe oszczędności przeznaczyła na podróż do Europy. Razem zwiedziliśmy kasyno i uczestniczyliśmy w defiladzie po uroczystej mszy w katedrze z udziałem książęcej rodziny. Na koniec miłego spotkania zdobyłem się na gest i sprezentowałem swego Zenita sympatycznej dziewczynie z Ameryki. A plecak – stał się lżejszy.

Po wielu latach z Minoltą, podglądając innych fotografujących, zdecydowałem się na zakup Canona, któremu pozostałem wierny do dziś. Od 2003 roku fotografuję aparatem cyfrowym. Dawną ciemnię zastąpił komputer, umożliwiający znacznie większą ingerencję w obraz niż to było przy wywoływaniu zdjęć i robieniu odbitek w sposób tradycyjny. W pierwszych latach fotografii cyfrowej widoczne były jeszcze różnice między zdjęciem analogowym a cyfrowym. Z czasem różnice te stały się coraz mniejsze, a dostępność fotografii coraz większa – komórką, tabletem, aparatem kompaktowym, kamerą można wykonać zdjęcie, także coraz lepsze technicznie. W razie potrzeby z pomocą przychodzi pro-





gram graficzny, który „czyni cuda”. Ale to właśnie sprawia, że przy robieniu zdjęcia może zabraknąć refleksji, koniecznej, gdy miało się jedynie 36 klatek filmu. Warto więc wykorzystywać w aparacie fotograficznym inne tryby robienia zdjęć, nie tylko tryb Auto – podobnie jak w życiu.

Moja przygoda z fotografią rozpoczęła się od zdjęć klasowych i rodzinnych, od fotografowania otoczenia – tak było przez wszystkie minione lata i tak jest do dzisiaj. Myślę, że dotyczy to większości osób fotografujących. Uważam, że warto robić zdjęcia rodzinne, warto utrwalać codzienne chwile spędzone z bliskimi. Zachęcam też do robienia zdjęć grupowych. Wydają się banalne, ale nie do końca tak jest. Od fotografującego i grupy zależy bowiem, co zostanie utrwalone na zdjęciu. A nawet gdyby to było tylko zwykłe ustawienie, to i tak można później wspominać, jak się zmienialiśmy, jakie radości towarzyszyły nam w chwili fotografowania.

Dużą część moich zdjęć stanowią relacje z wyjazdów wakacyjnych lub innych wypraw. Od dawna też fotografuję koncerty muzyki poważnej, ale nie tylko, także różne wydarzenia kulturalne w okolicy. Odkąd jestem w Marysinie, często fotografuję odbywające się tam uroczystości religijne, konferencje, festyny, a czasami także zwykłe chwile codzienne. Niektóre z owych zdjęć można znaleźć w galerii na stronie internetowej Marysina. Od pewnego czasu kusi mnie fotografia portretowa, warto byłoby ją zgłębiać pod okiem fachowca. Chciałbym być dobrym amatorem i móc uchwycić na zdjęciach piękno świata i tego, co nam jest dane od Boga.

Raz jeden startowałem w konkursie fotograficznym, było to na przełomie lat 1996–97. Wysłałem zdjęcia nieczynnego wiatraka widocznego z zaplecza apteki Koronnej w Pawłowicach, której byłem wtedy właścicielem, oraz widok zachodzącego słońca z drogi do Gostynia, którą teraz codziennie przemierzam jadąc do Marysina. Zdobyłem nagrodą rzeczową – radioodtwarzacz. Wiatrak został później rozebrany i przeniesiony



w inne miejsce. Nigdy potem nie próbowałem już swych sił w konkursach.

W fotografii pojawia się dylemat przekraczania granicy prywatności. Są osoby, które mają obawy przed zdjęciem – jak będą wyglądać, dobrze czy źle, pięknie czy brzydko. Staram się szanować prywatność każdego, kogo fotografuję, ale też pokazać go takim, jakim jest. I zawsze mam nadzieję, że zdjęcie będzie podobać się osobom, które się na nim znajdują.

Zdarzają się chwile szczególne, ulotne, kiedy nie mam w ręku aparatu – czy będę o nich pamiętał bez pomocy zdjęć? Fotografie stały się dziś swego rodzaju dyskiem zapasowym wspomnień. Dawniej bieg życia był spokojniejszy, wiele czasu spędzało się w gronie rodziny, przyjaciół i znajomych na wspomnianiu, wspólnym śpiewaniu, czytaniu i zabawie. Teraz wciąż pędzimy, nie zawsze wiedząc dokąd i po co. Czasami dopiero choroba i cierpienie wyhamowują nasze życie. A przecież można wcześniej sięgnąć po zdjęcia i od nowa spojrzeć na świat z nutą ciekawości, od nowa poznawać innych i siebie – wszystko z Bożą pomocą.

Wysłuchała Aleksandra Orman



Nieprzetworzone niskoprzetworzone produkty roślinne

Kontynuując cykl artykułów poświęconych zdrowemu żywieniu, na początek sprecyzujmy termin. Zdrowe żywienie to dieta wykorzystująca wszelkie produkty pochodzące z bogatego świata roślin – a więc rośliny zbożowe, okopowe, strączkowe, oleiste, warzywa, owoce, orzechy, nasiona, kielki, grzyby – bez poddawania ich lub poddawania w jak najmniejszym stopniu procesom przetwórczym. W ten sposób pozostają one w stanie naturalnym i zachowują całą swą wartość odżywczą, zwłaszcza składniki aktywne – enzymy, minerały, witaminy itd.

Przetwórstwo żywności i jego wpływ na wartość odżywczą składników pokarmowych

Jak wiadomo, przetwórstwo i przechowywalność żywności to świadome działanie człowieka zmierzające do zapewnienia mu dobrego, stałego dostępu do produktów spożywczych, niezależnie od terminu ich wytworzenia. Ma to na celu przede wszystkim:

- przygotowanie do spożycia produktów, które w stanie naturalnym nie nadają się do spożycia (np. ziemniaki),
- zwiększenie dostępności biologicznej produktów (np. gotowane warzywa są łatwiej strawne),
- zabezpieczenie zdrowotne (higieniczne) surowców i produktów żywnościowych (np. pasteryzowanie mleka, unieszkodliwianie bakterii w procesie gotowania jarzyn),
- nadanie produktom gotowym odpowiednich cech organoleptycznych.

Najprostsze przetwórstwo znane było już w starożytności i polegało na soleniu, wędzeniu i suszeniu produktów. Obecnie stosuje się kilkadziesiąt metod przetwarzania żywności, aż do najnowszych, takich jak konserwacja półproduktów owocowych dwutlenkiem siarki czy napromienianie promieniami jonizującymi. Niektóre z nich budzą u zwykłych konsumentów obawy co do ich bezpieczeństwa. Jeśli chodzi o napromienianie Instytut Żywności i Żywności na swojej stronie internetowej wyjaśnia: „*Napromienianie polega na poddaniu żywności oddziaływaniu energii promieni gamma, promieni X bądź strumienia elektronów. Podczas napromieniania (radiacji) żywność nie ulega ogrzaniu, jak ma to miejsce w przypadku stosowania mikrofali, a ponadto zastosowane promienie nie ulegają zatrzymaniu w żywności. Napromienianie nie czyni żywności radioaktywną. Główną korzyścią płynącą z napromieniania żywności jest zdolność promieni jonizujących do niszczenia szkodliwych bakterii i innych drobnoustrojów, które mogą być przyczyną zatrucia pokarmowych. Ponadto napromienianie, w zależności od dostarczonej dawki promieniowania, może wywołać również inne efekty, takie jak zahamowanie kiełkowania, spowolnienie procesów dojrzewania, a także pozwala na przedłużenie dopuszczalnego okresu przechowywania produktu (wydłuża jego trwałość)*”.

Najprostsze metody konserwacji żywności, znajdujące powszechne zastosowanie w gospodarstwach domowych, polegają na dodawaniu

do żywności substancji podwyższających ciśnienie osmotyczne, takich jak sól kuchenna (chlorek sodu) i cukier (sacharoza).

Utrwalanie przez solenie – znano od czasów najdawniejszych, konserwujące działanie dużej ilości soli kuchennej (12–16%) polega na silnym odwodnieniu środowiska, w tym także znajdujących się w nim komórek drobnoustrojów, co uniemożliwia ich rozwój.

Utrwalanie przez zacukrzenie – koncentracja cukru powyżej 60% (tj. na 4 części produktu 6 części cukru) powoduje znaczny wzrost ciśnienia osmotycznego i działa odwadniająco na komórki drobnoustrojów (podobnie jak solenie). Dodatek cukru do żywności w ilości zapewniającej jego stężenie 25–35% w środowisku wodnym skutecznie hamuje rozwój większości bakterii. Aby zahamować rozwój drożdży, stężenie cukru trzeba zwiększyć do 65%, w przypadku pleśni nawet do ok. 75–80% – stąd też wszelkie dżemy i marmolady zawierające zwykle 55–65% cukru wymagają obsuszenia, tj. wytworzenia na powierzchni suchej skórki uniemożliwiającej powierzchniowy rozwój pleśni.

Metody chemiczne konserwacji żywności

- **Zakwaszanie** napojów chłodzących, zwykłych i gazowanych, poprzez dodanie kwasu o-fosforowego lub dwutlenku węgla budzi pewne kontrowersje. Kwas o-fosforowy dopuszczalny jest u nas jako dodatek do napojów typu Cola w bardzo małych ilościach.

Obniżając pH środowiska (napoju) hamuje rozwój bakterii i drożdży.

- **Wędzenie** to specyficzny sposób utrwalania mięsa, w którym produkt poddaje się działaniu ciepła i związków chemicznych zawartych w dymie otrzymanym podczas spalania drewna. Związki organiczne, takie jak fenole i aldehydy znajdujące się w dymie, zwalniają procesy autolityczne w produkcie oraz działają bakteriobójczo na mikroflorę.
- **Peklowanie** polega na poddaniu mięsa działaniu mieszanki peklowej, w której skład wchodzi: sól, azotany, azotyny, cukier, kwas askorbinowy oraz inne składniki. Mięso peklowane odznacza się charakterystyczną różową barwą, utrzymującą się po ugotowaniu, przyjemnym smakiem oraz aromatem.

W przebiegu procesów technologicznych nieuchronne są niestety straty składników odżywczych. Są one tym większe, im mniej umiejętnie lub zgoła niewłaściwie prowadzone są procesy technologiczne, mające doprowadzić przede wszystkim do uzyskania wysokich wartości sensorycznych (smakowo-estetycznych) produktu kosztem jego wartości odżywczych. Jak wiadomo, podczas przetwarzania żywność poddawana jest działaniu czynników potencjalnie szkodliwych, takich jak: temperatura, tlen, światło, środowisko kwasowo-zasadowe, związki chemiczne (konserwanty).

Aby zorientować się w wielkościowych strat, warto przytoczyć dane z opracowań naukowych, np. w tym, co dotyczy witamin.

Część witamin (A, D, E, B₆, niacyna, kwas pantotenowy) w wyniku działania niektórych spośród wymienionych wyżej czynników ulega unieczynnieniu w granicach 0–50%, inne, bardziej wrażliwe (folacyna, tiamina, B₁₂) – nawet do 80%, natomiast witamina C może ulec zniszczeniu nawet w 100%. Krótkotrwałe (sekundowe) poddawanie żywności działaniu wysokiej temperatury, rzędu 140°C, powoduje na ogół mniejsze straty niż kilkugodzinne utrzymywanie jej w temperaturze np. 90°C, jak to niejednokrotnie ma miejsce w instytucjach żywienia zbiorowego, gdzie chodzi o utrzymywanie pożywienia w gotowości do serwowania w warunkach okresowego napływu klientów.

Witamina C (kwas askorbinowy) jest związkiem szczególnie nietrwałym. Przygotowana sałatka z kapusty po dwu godzinach traci 50% witaminy C, a np. zgniatanie (macerowanie) lub zamrożenie warzyw liściastych powoduje utratę 100% tej witaminy, utrzymywanie zaś podgrzanego pożywienia – straty do 80%. Podobnie bardzo niekorzystne dla tej witaminy jest też odstawienie jedzenia do lodówki, np. do następnego dnia. Przeciętne straty witaminy C podczas gotowania warzyw liściastych wynoszą 70%, a korzeniowych 40%. Kwas askorbinowy niszczy także – su-

szczenie, naświetlanie ultrafioletem, stosowanie konserwantów, takich jak np. popularny benzoesan sodu. Ziemniaki przechowywane w temperaturze pokojowej tracą miesięcznie 15% zawartości witaminy C, a pod wpływem obierania i gotowania ulega zniszczeniu dalsze 30–50% jej zawartości wyjściowej.

Do równie nietrwałych witamin należy też witamina B₁ (tiamina). Znaczne jej straty następują pod wpływem wysokiej temperatury. Rozkład zachodzi już po 15–20 minutach gotowania – wyjątek stanowi jedynie środowisko kwasowe, które działa na nią konserwująco.

Witamina B₂ (ryboflawina) w roztworach wodnych wykazuje względną odporność na temperaturę, gdy jest zabezpieczona przed dostępem światła. Zawarta w mleku znajdującym się w przezroczystym opakowaniu, wystawionym przez dłuższy czas na działanie światła, może ulegać zniszczeniu nawet do 85% zawartości początkowej. Stosowane techniki przetwarzania i przechowywania żywności także mogą prowadzić do dużych strat, zwłaszcza gdy produkty żywnościowe gotowane są w dużej ilości wody, wiąże się to z dobrą rozpuszczalnością witaminy B₂ w wodzie.

O dietach – ich rodzajach, skuteczności, ale i niebezpieczeństwach, jakie z sobą niosą, powiemy sobie w następnym numerze kwartalnika. Wtedy też odpowiemy na pytanie, czy istnieją „diety cud”.

Br. Błażej Kozłowski OH





Ziołolecznictwo

Dobre rady brata Marcina

Z bratem Marcinem M. Cegłą o tym, jak nie zgubić dobrodziejstw lata, rozmawia Aleksandra Orman

Kończy się lato, w tym roku niezwykle ciepłe, ale też pełne burzowych niespodzianek. Wracamy do codziennych zajęć nie tylko pełni wrażeń, ale też z nową energią. Co robić, Bracie, aby to mijające lato zachować w sobie jak najdłużej?

Witam po wakacjach, które w tym roku rzeczywiście były wyjątkowo słoneczne. Wypoczęliśmy, wielu z nas wróciło z piękną opalenizną, która nie tylko poprawia nasz wygląd, ale też nie bez powodu uważana jest za oznakę zdrowia. Pod wpływem odpowiedniej dawki promieniowania słonecznego w skórze następuje bowiem synteza witaminy D, mającej wszechstronne dobroczynne działanie na nasz organizm, zwłaszcza na układ kostny, nerwowy, na naszą odporność i układ krążenia. O tym, jak długo uda się nam nie zaprzepaścić dobrodziejstw lata, zadecydują dwie rzeczy – aktywność fizyczna i właściwa dieta.

Jesień niestety mało sprzyja aktywności...

Nie przesadzajmy. To prawda, że jesień, zwłaszcza późna, to chmury, deszcze i coraz chłodniejsze dni, ale nie bierzmy przykładu ze słońca, które świeci nam coraz krócej i zachodzi coraz wcześniej, tylko starajmy się regularnie wychodzić na spacer i chodzić piechotą zamiast jeździć autem czy tramwajem.

Po aktywnie spędzonych wakacjach stajemy się jakby nieco smuklejsi, nawet bez stosowania

jakiejsz szczególnej diety. Jak to zrobić, żeby zbyt szybko nie stracić tego cennego dorobku?

Jeszcze raz powtarzam – aktywność fizyczna! Oczywiście, jesienią na pewno mniej się ruszamy, na pewno też jemy więcej i bardziej kalorycznie, ale to do pewnego stopnia zrozumiałe. Nasz organizm tego potrzebuje, powinien dostawać więcej kalorii, zwłaszcza do obrony przed chłodem, przed czekającymi go infekcjami. Pamiętać jednak należy, że właściwa, służąca zdrowiu dieta to stałe kontrolowanie tego, co się je i kiedy się je. Nie każdy posiłek może być przyrządzany i spożywany w tym samym czasie, nie wszystkie jego składniki do siebie pasują. Podkreślają to dietetycy – nie należy np. łączyć ziemniaków z mięsem, czyli skrobi z białkiem zwierzęcym, dochodzi wtedy do bardzo niekorzystnego gromadzenia się kalorii.

Ale jesień to także owoce i warzywa, których w tym roku mamy pod dostatkiem...

No właśnie, ten rok dla naszych sadów i ogrodów był bardzo łaskawy. Owoców i warzyw bogatych w niezbędne witaminy i minerały nie brakuje. Jedźmy więc ich teraz jak najwięcej, byśmy jak najdłużej nie musieli wspierać się różnymi suplementami. Zawsze uważałem i nadal uważam, że najlepiej naszemu zdrowiu służy to, co wyrosło na naszej ziemi, w naszym otoczeniu. Toteż nasze jabłka, morele, gruszki, ale także pomidory, ogórki,

marchew czy kapusta, które u nas wyrosły i dojrzały, są dla nas znacznie bardziej wartościowe niż owoce i warzywa sprowadzone z daleka i dojrzewające w skrzynkach w specjalnych chłodniach.

A poza tym solidaryzujemy się z polskimi ogrodnikami, skoro nie możemy eksportować naszych warzyw i owoców. I jedźmy to wszystko, co dała nam natura.

Teraz, jesienią i zimą, kiedy północne wiatry wraz z chłodem przynoszą także sporo rozmaitych infekcji, bardzo przydadzą się nam: witamina C – w obfitości znajdująca się w szpinaku, pietruszce, brukselce, białej kapuście czy w cytrusach, witamina A – w marchwi, w morelach i brzoskwinia, a także mikroelementy – cynk zwiększający odporność, hamujący rozwój bakterii chorobotwórczych, selen zmuszający nasz organizm do wytwarzania ciał odpornościowych, żelazo, bez którego nasza sprawność fizyczna i możliwość koncentracji. Z naszej bonifraterskiej Apteki Ziołoleczniczej chciałbym polecić na ten czas wielce skuteczny sok z pokrzywy, który oprócz żelaza zawiera także wapń, fosfor, siarkę, potas oraz witaminy z grupy B, A, C i K. Sok z pokrzywy nie tylko wzmacnia naszą odporność, ale też oczyszcza organizm ze zbędnych produktów przemiany materii, poprawia pracę wątroby, trzustki i żołądka, wzmacnia włosy i paznokcie.

Pamiętajmy, że owa właściwa dieta to dieta oparta na składnikach naturalnych zawartych w pożywieniu. Pozwoli nam ona nie tylko przedłużyć dobrodziejstwa lata, ale też zapobiec infekcjom czekającym nas jesienią. A jeśli dopadnie nas chandera, jesienny smutek czy rodzinne kłopoty i „puszczą nam nerwy” – zamiast sięgać po pigułki, sięgnijmy po kawałek czekolady, która nie tylko sprawi przyjemność naszemu podniebieniu i pobudzi wydzielanie endorfiny, ale też pomoże nam odzyskać równowagę ducha.

W poprzednim numerze kwartalnika zaczęliśmy tworzyć sobie prywatne apteczki ziołowe. Jak te raz zioła proponowałby nam Brat dołączyć do naszych zielników.

Na początek chciałbym przypomnieć o podstawowej zasadzie, czyli o przestrzeganiu właściwych terminów oraz sposobu zbioru. Pozwoli to nie tylko na otrzymanie surowca o optymalnej zawartości związków biologicznie czynnych, żebyśmy potem nie pili przysłowiowego siana zamiast leczniczych wywarów, ale też nie zaburzy równowagi biologicznej środowiska przyrodniczego (biocenozy) danej rośliny. Zbiór powinien odbywać się wtedy, gdy roślina jest najlepiej przygotowana i będzie mogła łatwo się odbudować. Czas późnego lata i wczesnej jesieni sprzyja głównie zbieraniu owoców i korzeni. Chciałbym zaproponować:



Owoc bzu czarnego (*Sambucus nigra*), zwanego także bzem lekarskim, o którym mówiliśmy już w kwartalniku; dziś traktujemy go jako składnik naszej domowej apteczki.

Okres zbioru – koniec sierpnia-wrzesień, najlepiej w słoneczny dzień, po deszczu. Zbieramy całe baldachy dojrzałych, błyszczących owoców. Po wysuszeniu w temp. 30°C



obieramy owoce z szypułek i dosuszamy krótko w 60°C. Suche owoce powinny być w smaku kwaśne i bez zapachu. Nie wolno jeść owoców surowych, zawarta w nich sabunigrina, związek chemiczny z grupy glikozydów cyanogennych, jest dla ludzi trująca. Owoce bzu po obróbce termicznej tracą te właściwości.

Zastosowanie w lecznictwie – przy przeziębieniach, nerwobólach, zaburzeniach trawienia.

W kuchni – owoce ogrzewać, aż puszczą sok, rozetrzeć, przepuścić przez gazę i zagotować z dodatkiem miodu w proporcji 1:10, rozlać do ciemnych butelek i pić 2–3 razy dziennie rozcieńczone gorącą wodą.

Owoc dzikiej róży (*Rosa canina*) – krzew dzikiej róży, od tłumaczenia łacińskiej nazwy zwany także psią różą, porasta skraje lasu, łąki i przydroża.

Okres zbioru – sierpień-wrzesień, zbierać należy owoce dojrzałe, czerwone, twarde, nie przemrożone. Rozdrobnione suszyć ok. 10 min w temp. 100°C, aby zniszczyć enzym powodujący rozkład witaminy C, a potem dosuszać w temp. 50–60°C.

Zastosowanie w lecznictwie – ze względu na bogactwo witaminy C, a także A, B1, B2, E, K stosowany jest jako lek ogólnie wzmacniający, przy przeziębieniach, ale także przy schorzeniach wątroby, nerek i przewodu pokarmowego.

W kuchni – rozdrobnione i pozbawione pestek owoce gotujemy ok. 1 godziny, dodajemy cukier lub syrop ziołowy i gorące przekładamy do sterylnych słoików.

Jarząb pospolity (*Sorbus aucuparia*), popularnie zwany jarzębiną, niezwykle lubiany dla swych pięknych czerwonych koralików.

Okres zbioru – wczesna jesień, przed pierwszymi przymrozkami; owoce obiera się z szypułek i suszy roz-

łożone w przewiewnym miejscu w temp. ok. 40°C.

Zastosowanie w lecznictwie – zawiera karoten, a także witaminy C, E, K, PP; stosuje się w infekcjach dróg moczowych, korzystnie wpływa na błony śluzowe i pracę układu pokarmowego, przy nieżytach jelit, przewlekłych biegunkach, różnych schorzeniach wątroby i pęcherzyka żółciowego.

W kuchni – podobnie jak owoców bzu czarnego, także jarzębiny nie wolno jeść surowej – zawiera trujący dla człowieka kwas parasorbinowy, który jednak podczas gotowania ulega neutralizacji. Jarzębinę stosuje się do wyrobu dżemów: 1 kg owoców zagotowujemy w 1/2 l wrzącej wody, cedzimy i jeszcze raz zagotowujemy, zalewamy syropem z wody i cukru, gotujemy i gorący przelewamy do słoików. Znakomity do mięsa.

Perz właściwy (*Elymus repens*), jeden z najpopularniejszych chwastów, utrapienie zwłaszcza domowych ogródków, ale jego kłącza stanowią cenny surowiec zielarski.

Okres zbioru – kłącza wykopujemy we wrześniu-październiku, myjemy, tnijemy na małe kawałki i suszymy w przewiewnym miejscu.

Zastosowanie w lecznictwie – herbatki z kłączy perzu znalazły zastosowanie w terapii przewlekłych wyprysków (egzema), chronicznych stanów zapalnych gardła i oskrzeli, przy gruźlicy oraz zapaleniu stawów. Ponadto perz działa oczyszczająco, wzmacnia włosy i paznokcie, pomaga przy dolegliwościach żółci i wątroby.

Czyli, Bracie, nie bójmy się jesieni, pamiętajmy o lecie, o wszystkich dobrych chwilach i starajmy się unikać wszelkich infekcji.

A pomoże nam w tym aktywny tryb życia, właściwa dieta i... optymizm. **Zatem do zobaczenia i dziękuję za rozmowę.**





Bonifraterska „Noc kościołów”

W sobotę 21 czerwca wrocławski Konwent Bonifratrów pw. Świętej Trójcy Mszą św. w intencji chorych zainaugurował „Noc Kościołów” organizowaną w Archidiecezji Wrocławskiej po raz piąty przez Katolickie Radio „Rodzina” w ramach Europejskich Dni Dziedzictwa Chrześcijańskiego.

Licznie przybyli mieszkańcy Wrocławia mogli nie tylko zwiedzić bonifraterski kościół, obejrzeć multimedialny pokaz dotyczący dziejów wrocławskich bonifratrów, ale też wejść do krypty klasztornej i posłuchać niecodziennych opowieści o spoczywających tam zakonnikach. Bracia mówili o bonifraterskich świętych i ich posłudze, odpowiadali też na pytania dotyczące dzisiejszych bonifratrów i życia zakonnego.

Ogromnym zainteresowaniem cieszyła się wystawa bonifraterskich pamiątek, zwłaszcza zaś kula armatnia z czasów napoleońskich, a także historia pocisku z czasów ostatniej wojny, niedawno wydobytego spod węgła bramy podczas prac remontowych.

Na zmęczonych czekał poczęstunek i herbaty ziołowe, a także przyklasztorna apteka ziołolecznicza, w której można było nabyć bonifraterskie specyfiki. Oczywiście nie mogło też zabraknąć bonifraterskich Wolonariuszy z Towarzystwa Pomocy Hospicjum, którzy zorganizowali aukcję prac plastycznych wykonanych przez pensjonariuszy.

Zapraszamy do sklepiku internetowego z bonifraterskimi produktami ziołowymi!

Sklepik dostępny jest na stronie www.bonifratrzy.pl



Jarmark św. Jacka z Bonifratrami

Podążając za wieloletnią dominikańską tradycją, także w tym roku 15 sierpnia w dniu Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny przed kościołem św. Jacka w Warszawie przy ul. Freta rozpoczął się kolejny Jarmark, którego głównym celem było zbieranie funduszy na dożywianie dzieci z ubogich rodzin na terenie całej Polski, które prowadzi Fundacja Charytatywna Freta.

Pośród licznych straganów z rękodziełem, ceramiką, ręcznie szytymi zabawkami, książkami i słodyczami znalazł się również stragan bonifraterski, a znajdujące się na nim herbatki, przyprawy, soki czy kremy cieszyły się wielkim zainteresowaniem. Ta nowa forma wyjścia do ludzi z bonifraterskimi produk-

tami, zainicjowana przez br. Marcina M. Cegłę, przeora warszawskiego konwentu, w pełni zdała egzamin. Warszawiacy nie tylko chętnie kupowali, ale też przychodzili po informację, po poradę, z zacięciem słuchając wiadomości zarówno o wielowiekowej ziołoleczniczej tradycji bonifraterskiej, jak i o dziełach prowadzonych przy konwencie warszawskim.

Trzydniowa obecność na Jarmarku św. Jacka wyraźnie pokazuje, jak wielkie jest zapotrzebowanie na naturalne preparaty bonifraterskiego ziołolecznictwa. Uzyskane środki finansowe wspomogą Fundację Charytatywną Freta oraz Dom Geriatryczno-Rehabilitacyjny Bonifratrów.



Zjazd Scholastyków

Wiedeń 24–30 sierpnia 2014

Jak co roku, w ostatnim tygodniu sierpnia odbyło się spotkanie braci z prowincji bawarskiej, austriackiej i polskiej przygotowujących się do złożenia ślubów wieczystych. W tym roku gościliśmy w konwencie wiedeńskim, który obchodził niedawno 400-lecie swego istnienia. W związku z tą rocznicą i jej centralnymi obchodami, jakie miały miejsce w dniach 2–4 czerwca br. (pisał o nich G. Waberski w numerze 2/2014 kwartalnika) w Muzeum Historycznym dzielnicy Leopoldstadt zorganizowano wystawę poświęconą działalności bonifratrów w „mieście nad modrym Dunajem”. W pierwszym dniu spotkania mieliśmy okazję ją zwiedzić i wysłuchać opowieści o czterech wiekach posługi naszych wiedeńskich braci. Jej świadectwem są także bogate zbiory samego konwentu (zawierające m.in. szopkę bożonarodzeniową podarowaną przez cesarżową Marię

Teresę), które również mogliśmy obejrzeć.

W programie Zjazdu znalazły się ponadto: spotkanie z biskupem Helmutem Krätzlem, który jako student był protokolantem podczas Soboru Watykańskiego II, seminarium poświęcone zarządzaniu w duchu charyzmatu poprowadzone przez br. Rudolfa, radnego generalnego, wycieczka do Bratysławy połączona z wizytą w bonifraterskim szpitalu oraz ośrodku dla bezdomnych.

W ostatnim dniu Zjazdu prowadzący spotkanie brat Seraphim zaproponował uczestnikom „rekolekcje na ulicy”, czyli podjęcie próby dostrzeżenia znaków obecności Pana Boga w zgiełku i ruchu miasta. Każdy z nas w inny sposób skorzystał z tych nietypowych rekolekcji – czym dzieliliśmy się później na naddunajskich bulwarach. Jak to zwykle bywa podczas międzynarodowych spotkań, wielu uczestników



deklarowało chęć nauki języków obcych. Miejmy nadzieję, że wytrwają w swych postanowieniach.

Kolejny Zjazd Scholastyków za rok – w Bawarii.

/br.1/

Wojewódzka Poradnia Chorób Naczyń już po remoncie

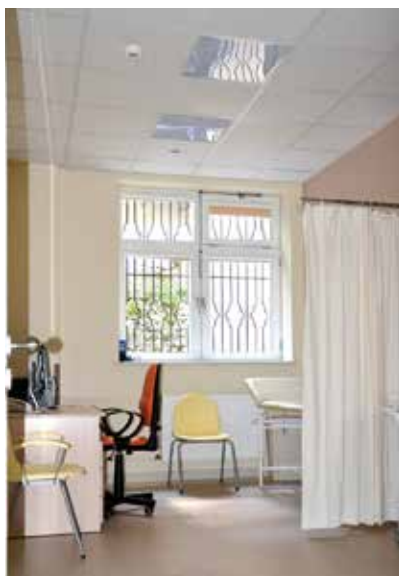
Działająca przy Szpitalu Zakonu Bonifratrów w Krakowie Wojewódzka Poradnia Chorób Naczyń, największa, ciesząca się dużym zaufaniem pacjentów, poradnia na-

czyniowa w Małopolsce, po gruntownym remoncie i modernizacji została oddana do użytku w sierpniu br. Prace remontowe polegały głównie na dostosowaniu pomieszczeń

poradni do wymagań określonych w rozporządzeniu Ministra Zdrowia oraz uwzględnieniu potrzeb osób starszych i niepełnosprawnych. Wykonano też nowoczesne instalacje, m.in. wentylacyjną, i spełniono surowe warunki ochrony przeciwpożarowej.

Poradnia dysponuje obecnie ośmioma gabinetami lekarskimi, gabinetem zabiegowo-opatrunkowym oraz USG, co pozwala na równoczesną pracę większej liczby lekarzy, a zatem wzrost liczby przyjęć. Pacjenci diagnozowani są w wygodnych, odnowionych pomieszczeniach, dostosowanych do najwyższych standardów medycznych, a na wizytę u lekarza oczekują w przestronnej, klimatyzowanej poczekalni.

Aleksandra Sztaba



IX Podkarpacki Festiwal Rekreacji i Zabawy

„Pożegnanie lata”

W ostatnią sobotę sierpnia społeczność Iwonicza i okolic oficjalnie pożegnała tegoroczne lato podczas IX Podkarpackiego Festiwalu Rekreacji i Zabawy, którego organizatorem – jak co roku – był Konwent Bonifratrów przy współudziale finansowym PFRON. Wśród zaproszonych gości znaleźli się nie tylko przedstawiciele władz państwowych i lokalnych, przyjaciele, współpracownicy, darczyńcy, rodziny podopiecznych, ale też przedstawiciele DPS-ów, Warsztatów Terapii Zajęciowej oraz Zakładów Aktywności Zawodowej z województwa podkarpackiego. Przesłaniem spotkania – jak zawsze – była integracja, wskazywanie coraz to nowych obszarów aktywności i rehabilitacji osób niepełnosprawnych, zwłaszcza promowanie różnych form ich działalności artystycznej.

Po uroczystej Mszy św., której przewodniczył i słowo Boże wygłosił ks. bp Stanisław Jamrozek, oraz wspólnym obiedzie przeor br. Michał Zięba na Stadionie Sportowym uroczystość ogłosił otwarcie Festiwalu.

Na scenie jako pierwsza zaprezentowała się grupa teatralna „...z goździkiem w butonierce”, przedstawiając *Opowieść o Smoku Wawelskim* – nietypowo, bo bez pięknej królewny. Dalej wystąpiły: grupa wokalna SWING z Krosna z polskimi szlagerami z dawnych lat, Izabela Kaciuba z Leska, której hitem okazała się pieśń *Alleluja* wykonana w sposób operowy, zespół „Promyk”, który

na występ przyjechał traktorem z doczepionym taborem cygańskim – mieszkańcy i pracownicy naszego DPS-u przebrani w cygańskie stroje przedstawili ciekawy, barwny program. W świat iluzji wprowadził wszystkich Janek Tajemniczy, pokazując ciekawe sztuczki magiczne. Po występie gorąco oklaskiwanego zespołu „Black Crows” na scenie pojawił się znany i lubiany zespół „Gang Marcela” ze swymi największymi przebojami: *Tyle złamanych serc*, *Ojciec żył, tak jak chciał* oraz *Kto, jeśli nie ty*. Zwieńczeniem dnia był wielobarwny pokaz sztucznych ogni ufundowanych przez firmę Ekoplaster z Rzeszowa.

Oprócz programu artystycznego przygotowano też wiele innych ciekawych propozycji dla dzieci i dorosłych. Można było pojeździć konno, spróbować swych sił w różnych grach sportowych czy też bawić się wraz z Panią Clown.

Przez cały dzień goście mogli oglądać prace mieszkańców wykonane w pracowniach terapii zajęciowej bonifraterskiego DPS-u w Iwoniczu, jak też posmakować produktów przygotowanych w ramach współfinansowanego przez PFRON projektu pn. „Samodzielność i aktywność mieszkańców DPS-u drogą do poprawy jakości życia”. Duże zainteresowanie budziły tak niecodzienne potrawy, jak ciasto z buraczkami, ciasto dyniowe, rogaliki marchewkowe czy pasztet z selera. Za to na stoisku ze swojskim jadłem serwowano zwykły chleb ze smalcem i ogórkiem, znakomity żurek oraz kiełbasę z grilla. Dla ochłody przygotowano przepyszne lody. Oprócz tego prezentowano przetwory owocowo-warzywne wykonane w ramach zajęć z mieszkańcami.

Festiwal sfinansowany został głównie przez PFRON, ale było też wielu innych darczyńców, którzy wsparli inicjatywę finansowo lub przekazali potrzebne artykuły. To właśnie dzięki nim – instytucjom i osobom prywatnym – dzięki ich wielkoduszności i hojności mogliśmy się wszyscy spotkać. Za okazaną dobroć i otwartość serdecznie dziękujemy.

Organizatorzy





KONARY

Festyn rodzinny „Zakończenie wakacji”

To był iście wystrzałowy koniec wakacji! Przy huku armatnich strzałów, salw z broni czarno prochowej, szarży husarii i przemarszu piechoty wojsk polskich okresu odsieczy wiedeńskiej w niedzielę 31 sierpnia br. żegnali wakacje przybyli do Konar goście i ich rodziny, zaproszeni przez Bonifraterską Fundację Dobroczynną, która wraz z Konwentem Bonifratrów w Konarach była organizatorem Festynu.

Po uroczystej Mszy św., sprawowanej przez ks. dziekana Piotra Kluskę w intencji Fundacji i jej dobroczyńców, wszystkich gości – a wśród nich przedstawiciele parlamentu, władz powiatu krakowskiego, gmin Mogilany i Świątniki Górne oraz przedstawiciele stowarzyszeń działających na ich terenie – przywitani w imieniu Fundacji Marek Krobicki i Katarzyna Wojtanowicz, zaś w imieniu Zakonu prowincjał br. Eugeniusz Kret oraz przeor Konwentu br. Grzegorz Kołtun.

Podczas Festynu rodzinnego nie brakło atrakcji – były gry i konkursy dla dzieci, konkurencje rodzinne, a także sprzedaż zarówno wyrobów ogrodniczych i artystycznych z Warsztatów Terapii Zajęciowej, jak i produktów bonifraterskich – miodu, warzyw i owoców.

Po południu goście Festynu mieli okazję posłuchać wspomnień p. Danuty Grechuty, którym towarzyszyła niezapomniana muzyka jej męża Marka, po czym odbyła się loteria fantowa i aukcja przedmiotów przekazanych na ten cel przez znane osoby, instytucje oraz pracownice artystyczne. Poprowadziła ją Pierwsza „Galicyjska” Dama piosenki poetyckiej Lidia Jazgar.

Niezwykłym zainteresowaniem zarówno dzieci, jak i dorosłych cieszyło się widowisko historyczno-edukacyjne „Jazda dawna i Piechota Rzeczypospolitej Polskiej XVII wieku” przygotowane przez Stowarzyszenie Podolski Regiment Odrzodowy „Cracovia”. Można było zoba-

czyć XVIII-wieczne całodzienne obozowisko wojskowe, obejrzeć pokaz strojów szlacheckich, prezentację uzbrojenia i oporządzenia husarii, obserwować przemarsz regimentu pieszego, musztrę i egzercerunki husarskie, pokaz fechtunku polską szablą bojową, a także pokazy łucznictwa konnego i tańca końskiego. Chętni mogli kosztować parzonej po turecku kawy oraz spróbować swych sił w strzelaniu z łuku i walce na szable. Widowisku towarzyszyły wystrzały armatnie i salwy z broni czarno prochowej. Pokazy uzupełniał wykład historyczny, z którego dowiedzieliśmy się, że Festyn w Konarach odbywa się dokładnie w rocznicę wymarszu wojsk Jana III Sobieskiego pod Wiedeń, a płatnerze z terenu obecnych Świątnik Górnych przygotowywali broje dla mających bronić Wiednia Polaków.

Spotkanie w Konarach służyło integracji osób, lokalnych środowisk i instytucji działających na terenie powiatu krakowskiego, pozwoliło też pozyskać środki na wsparcie Bonifraterskiej Fundacji Dobroczynnej, która postawiła sobie za cel uruchomienie na terenie działania Fundacji mieszkania treningowego, jako nowego ogniska rehabilitacji społeczno-zawodowej podopiecznych. Mieszkanie pomoże osobom z niepełnosprawnością w przygotowaniu się do samodzielnego życia.

Gościom Fundacja składa serdeczne podziękowania za przybycie i udzielone wsparcie, zaś Partnerom przedsięwzięcia – za otwartość i pomoc organizacyjną, a Panu Bogu za piękną słoneczną pogodę.

Br. Mateusz Biczuk OH

Wszystkich Państwa, którzy gotowi byliby wesprzeć tę inicjatywę, zapraszamy do wpłat gotówkowych na konto: Bank Pekao 51 1240 4432 1111 0010 5601 7813 – z dopiskiem: darowizna „Mieszkanie treningowe”.



Dożynkowe Spotkanie Integracyjne



Na zaproszenie przeora zebrzydowskiego Konwentu Bonifratrów br. Damiana Wasylewicz a oraz burmistrza Kalwarii Zebrzydowskiej Zbigniewa Stradomskiego 4 września 2014 przybyli do Zebrzydowic dożynkowi goście. Tym razem współorganizatorem Dożynkowego Spotkania była gmina Kalwaria Zebrzydowska.

Uroczystej Mszy św. w zebrzydowskim kościele parafialnym pw. św. Michała Archanioła przewodniczył kustosz kalwaryjskiego Sanktuarium o. Azariasz Hess OFM. W homilii proboszcz ks. Stanisław Dolasiński mówił o trudzie pracy na roli, o potrzebie wdzięczności, ale też o magicznym słowie „dziękuję”.

Po Mszy św. pochód dożynkowy przy dźwiękach orkiestry dętej OSP w Przytkowicach przeszedł z kościoła parafialnego do odświętnie przystrojonego konwentu, gdzie starostowie dożynek – p. Renata Mikołajek, dyrektor DPS-u, i p. Grzegorz Piotrowski, kierownik WTZ – powitali przybyłych gości z prowincjałem Eugeniuszem Kretem na czele, a także radnych prowincjalnych, delegacje konwentów i ośrodków bonifraterskich z całej Polski, parlamentarzystów, przedstawicieli władz gminnych i powiatowych oraz delegacje DPS-ów z powiatu wadowickiego.

Do konkursu wieńców dożynkowych zgłoszono wieńce przygotowane przez konwent z Zebrzydowic (wg

pomysłu p. Janiny Pająk), a także koła gospodyń wiejskich – z Barwałdu Średniego, z Leńcz oraz z Przytkowic. Na dożynkowej scenie zaprezentowały się: zespół regionalny „Sami Swoi”, Chór Kobiet „Leńcze”, zespół „We Mgle” z Kalwarii Zebrzydowskiej, orkiestra dęta OSP w Przytkowicach, a także „Zbójnicko Kompania” z Żywca. Skoczne dźwięki muzyki rychło zapełniły parkiet licznymi parami tańczących.

W czasie dożynek miała miejsce prezentacja realizowanego przez DPS projektu „Oswoić Żywioty” dofinansowanego przez PFRON, a mającego na celu zwiększenie samodzielności mieszkańców DPS. Na stoiskach kulinarnych degustowano wyroby mieszkańców DPS oraz uczestników WTZ, były też stoiska z naturalną żywnością – serami, miodami i chlebem. Dużym powodzeniem cieszyło się stoisko Koła Łowieckiego „Jarząbek” z Kalwarii Zebrzydowskiej, które kusilo przepysznie przyrządzoną dziczyzną.

Wśród dożynkowych atrakcji wymienić można wystawę malarstwa p. Ryszarda Kościelnego, wystawę prac uczestników WTZ, pokaz tworzenia ceramiki na kole garncarskim (p. Jerzy Mika) oraz tłoczenia oleju na zimno (p. Stefan Wójcicki z Bugaja), wraz z możliwością zakupu.

Wielkim powodzeniem cieszyła się wystawa edukacyjna „Expo Zdrowie” promująca zdrowy styl życia. Na podstawie bezpłatnie wykonywanych na miejscu badań oraz ankiety określano wiek biologiczny i stan zdrowia badanego. Konsultacji medycznych udzielał znany z łamów kwartalnika br. Błażej Kozłowski OH.

Dla najmłodszych przygotowano dmuchany zamek i zjeżdżalnię, cieszące się wielkim powodzeniem, a także możliwość przejażdżki dorożką i ciuchcią.

Serdecznie wszystkim dziękujemy: uczestnikom – za obecność, sponsorom – za wsparcie, wolontariuszom i zwłaszcza pracownikom konwentu w Zebrzydowicach – za czas i trud poświęcone przygotowaniom dożynkowego spotkania.

Artur Wojdalski





XIII Bonifraterskie Spotkanie Formacyjno-Integracyjne w Kałkowie-Godowie, 5–7 września 2014 r.

Tegorocznym XIII Bonifraterskim Spotkaniem, które odbyły się w dniach 5–7 września, patronowała Pani Świętokrzyska Matka Boża Bolesna Królowa Polski z powstałego w latach 80. sanktuarium w Kałkowie-Godowie, jednego z najmłodszych sanktuariów maryjnych w Polsce.

Po sobotniej porannej Mszy św. sprawowanej przez kustosza sanktuarium ks. Zbigniewa Stanisła przybyłych na Spotkanie braci i współpracowników powitał br. prowincjał Eugeniusz Kret, przypominając osobę św. Bene-

dykta Menniego – określanego jako „serce bez granic” – którego stulecie śmierci obchodzimy w tym roku.

Część formacyjną Spotkania wypełniły dwie konferencje noszące wspólny tytuł „Poznać i zrozumieć siebie, bardziej miłować”, wygłoszone przez ks. dr. Grzegorza Poloka, wykładowcę Uniwersytetu Ekonomicznego w Katowicach. Niezwykle interesująco prowadzone wykłady dały uczestnikom okazję lepszego poznania samych siebie, określenia swoich mocnych i słabych stron, rodzaju temperamentu, a co najważniejsze – wykłady





ks. Poloka miały też pomóc każdemu z nas uświadomić sobie i zaakceptować własną odrębność, a w konsekwencji ułatwić relacje z drugim człowiekiem, pracę z nim, opiekę nad nim, co bez wątpienia jest jednym z najtrudniejszych zadań, jakie stawia przed nami życie.

Kolejnym punktem programu był konkurs wiedzy o św. Benedykcie Mennim, patronie konwentu i szpitala w Marysinie-Piaskach, wkrótce obchodzących swój jubileusz 120-lecia istnienia. Organizatorem konkursu był br. Tymoteusz. Test składał się z 60 pytań – z czego 29 szczegółowych dotyczyło biografii św. Benedykta Menniego, a 31 wiązało się z historią Szpitala Zakonu Bonifratrów. W konkursie udział wzięło 13 osób. I miejsce zajęła p. Danuta Lewińska z wrocławskiego konwentu bonifratrów, uzyskując 90 punktów na 103 możliwe do zdobycia, II miejsce p. Artur Wojdalski z Zebrzydowic – 87 punktów, i III miejsce – p. Marta Górniewicz, również z konwentu w Zebrzydowicach, uzyskując 84 punkty.

Następnie Drogą Krzyżową prowadzącą do wzniesionej z kamienia i betonu 33-metrowej Golgoty, szliśmy słuchając rozważań treścią nawiązujących do pracy z chorymi i potrzebującymi pomocy oraz do etyki zawodowej w szpitalnictwie. Kolejne godziny to czas medytacji, osobistej refleksji i zadumy nad istotą naszego osobistego powołania.

Wieczorem w Auli Domu Jana Pawła II odbył się prowadzony przez p. Jacka Kotarbę II Festiwal „Boni Song”, w którym wystąpiły zespoły i soliści z poszczególnych konwentów. Decyzją jury zwycięzcą Festiwalu został zespół wokalny „Grono” z Cieszyna, II miejsce zajęła grupa z Wrocławia „Tu też jest życie”, a III – „Bonifratres Band” z Łodzi, który też otrzymał specjalne podziękowania za nagłośnienie i obsługę sceny. Nagrodą był występ zwycięskich zespołów przed ołtarzem polowym podczas wspólnego nocnego grillowania. Festiwal „Boni Song” zakończył się niespodzianką – niezapowiedzianym występem „poznąńskich pyr”, czyli pracowników konwentu w Piaskach, którzy zaprezentowali swojski, wielkopolski humor.

Konwent w Marysinie-Piaskach był także organizatorem dorocznych zawodów sportowych o Puchar Prowincjała, które rozpoczęły się po uroczystej niedzielnej Eucharystii. Zawody rozgrywane pod hasłem „Aktywna Pyrlandia 2014” wymagały od zawodników wykazania się niezwykłą zręcznością i elastycznością umysłu. Wszystkie konkurencje sportowe związane były z poznąńskimi pyrami – a więc było pyrobranie, bieg z pyrą, obieranie, najdłuższy obierek, rzut pyrą, skok z pyrą, etc. Zawodnicy musieli się też wykazać znajomością wielkopolskiej gwary. Nieocenionym konferansjerem, który zagrzewał do uczciwej rywalizacji oraz wносił wiele pozytywnej energii, był br. Wawrzyniec. I miejsce i Puchar Prowincjała zdobył konwent z Łodzi, II miej-



sce zajął konwent z Konar, a III – konwent z Wrocławia. Zwycięzcy otrzymali przygotowane przez organizatorów pamiątkowe dyplomy. Zaszczytne ostatnie miejsce zajął konwent krakowski i on też w nagrodę będzie organizatorem zawodów w roku przyszłym. Na zakończenie wszyscy uczestnicy stanęli do pamiątkowego zdjęcia na tle ołtarza polowego.

A poznańskie pyry w drodze powrotnej nuciły sobie: „Co to za pyra z poznaniaka, trzeba mieć świra, by nią być, u nas się tyra, moda taka i to nie jest wyc... A nasz przysmak pyry z gzikiem, stały naszym się nawykiem, no i humor mamy swojski, bo jesteśmy z Wielkopolski!”

Tej! Wiaruchna! Do zobaczenia za rok!

Katarzyna Dytrych, Ludmiła Nowak,
br. Tymoteusz Hołozubiec OH
fot. Mieczysław Orman





Polskie jabłka

– przede wszystkim na zdrowie

Rzadko zdarza się, aby polityka tak ewidentnie łączyła się z promocją zdrowego odżywiania. Akcja zachęcająca do spożywania polskich jabłek jest co prawda bezpośrednio związana z międzynarodowym konfliktem i wynikającymi stąd sankcjami gospodarczymi, jednak tym razem – wyjątkowo – polityka może „wyjść nam na zdrowie”.

Jabłka to owoce, które trudno przecenić, tymczasem ich rozliczne walory nie zawsze bywają doceniane przez polskich konsumentów. Dane wskazują, że spożycie jabłek w Polsce sukcesywnie wzrasta, nadal jednak pozostaje na stosunkowo niskim poziomie. I tak – w roku 2013 wynosiło 14–15 kg/osobę, w Rosji około 11 kg, podczas gdy w krajach Europy Zachodniej wartości te kształtowały się na poziomie od 20 do 30 kg rocznie. Tymczasem od kilkunastu lat kraj nasz zalicza się do pierwszej piątki największych producentów jabłek na świecie. Tak więc my, polscy konsumenci, powinniśmy docenić jakość naszych rodzimych jabłek i promować ich markę pośród nowych potencjalnych odbiorców zagranicznych.

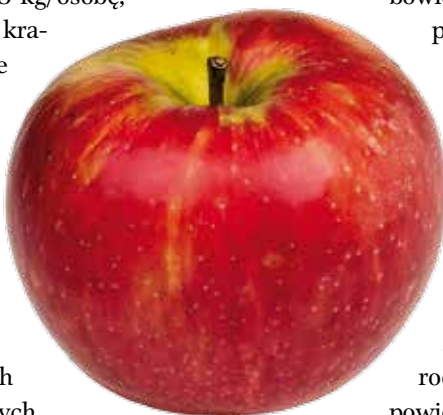
Jabłka – jak rzadko który owoc – dostępne są przez cały rok. Przechowuje się je w specjalnych komorach chłodniczych, dzięki czemu długo zachowują swe walory odżywcze i smakowe, bez dodawania substancji konserwujących. Jabłka zawierają w swym składzie sporo witamin i składników mineralnych. I tak spośród witamin są to – C, A, B1, B2, B3, K i PP, z minerałów – potas, żelazo, wapń i cynk, przy czym w różnych odmianach owe cenne składniki odżywcze występują w różnych ilościach. Co prawda, wartości tych substancji zawarte w 100 g owocu nie są zbyt wysokie, ale zakładając, że jabłka jemy codziennie, i to w sporych ilościach, możemy w ten sposób dostarczyć organizmowi wiele ważnych dla zdrowia składników.

Bardzo cenną substancją zawartą w jabłku jest błonnik pokarmowy występujący w postaci pektyn. Związki te pobudzają perystaltykę jelit i regulują zawartość w nich florę bakteryjną. Dzięki temu są niezastąpionym lekiem zarówno na biegunki, jak i zaparcia. Ponadto oczyszczają jelita, usuwając z organizmu szkodliwe produkty przemiany materii oraz zalegające toksyny. Pektyny mają także zdolność „wyłapywania” cząsteczek złego cholesterolu. Redukując poziom jego wchłaniania, zapobiegają miażdżycy i chronią przed zawałem. Pamiętajmy też, że dostarczając organizmowi owe cenne pektyny, skutecznie przeciwdziałamy nadwadze. Jabłka

bowiem szybko wypełniają żołądek, dając poczucie sytości, co przy ich niskiej wartości kalorycznej wynoszącej około 30–50 kcal czyni je produktem zalecanym w kuracjach odchudzających.

Kolejną niezmiernie cenną cechą tych owoców są ich właściwości przeciwutleniające, czyli chroniące nasz organizm przed szkodliwym wpływem tzw. wolnych rodników. Te toksyczne substancje odpowiedzialne są między innymi za procesy starzenia się, a także powstawanie takich groźnych chorób, jak miażdżycy czy nowotwory. Pośród zawartych w jabłkach antyoksydantów walczących z wolnymi rodnikami, oprócz wspomnianych wcześniej witamin C i A, należy wymienić również barwniki – żółte flawonoidy oraz czerwone lub różowe antocyjany.

Jabłka oczywiście – jak każdy inny owoc – najlepiej spożywać w postaci naturalnej, czyli na surowo, ze skórką, która zawiera najwięcej witamin oraz innych wartościowych składników. Owoce te jednak są także bardzo wdzięcznym surowcem do robienia rozlicznych zdrowych i smacznych przetworów, takich jak kompoty, dżemy, marmolady i różnorodne napoje. Szczególnie popularnym i słusznie cenionym produktem jabłkowym





są soki. Pamiętajmy jednak, że kupując sok jabłkowy, zdecydowanie powinniśmy wybierać ten nieklarowany, gdyż jest on znacznie bogatszy w ważne dla zdrowia substancje i wykazuje kilkukrotnie silniejsze właściwości przeciwutleniające. Natomiast klarowne przetwory jabłkowe prawie całkowicie pozbawione są pektyn, witaminy C oraz większości związków antyoksydacyjnych.

Na koniec kilka ciekawostek dotyczących tych cennych owoców:

- Jabłka niezwykle rzadko wywołują alergię i dlatego jako pierwsze owoce wprowadzane są do diety niemowląt.
- Najcenniejsze w jabłkach jest to, co zwykle odrzucamy, a więc gniazda nasienne i skórka.
- Im jabłko jest mniejsze i bardziej kwaśne, tym więcej zawiera cennej witaminy C.
- Regularnie jedząc jabłka, podnosimy odporność organizmu na infekcje i inne choroby.
- Gotowane tarte jabłka skutecznie leczą biegunkę u dzieci oraz niestrawność i choroby wrzodowe u osób dorosłych.
- Jabłka ułatwiają przyswajanie wapnia przez organizm, dzięki czemu wzmacniają zęby, włosy i paznokcie.
- Z nasion jabłek otrzymuje się cenny olej szeroko stosowany w kosmetyce.
- Otrzymywany z jabłek ocet jabłkowy zalecany jest w dietach odchudzających.
- Przed suszeniem plasterki jabłek należy skropić sokiem z cytryny, aby zachowały naturalną, jasną barwę.
- Jeśli chcemy przyspieszyć dojrzewanie pomidorów, owoców mango, awokado czy zielonych bananów, powinniśmy umieścić je w szczelnym opakowaniu w towarzystwie jabłek, wydzielających znaczne ilości etylenu.

Renata Mikołajek

Witaminowy koktajl z jabłek i natki pietruszki

SKŁADNIKI

1 jabłko, 1 mały pęczek natki pietruszki, ½ cytryny, łyżeczka miodu, ½ szklanki wody mineralnej

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Jabłko kroimy w ćwiartki wraz ze skórką, usuwając tylko gniazda nasienne. Umytą i posiekaną natkę pietruszki, pokrojone jabłka, sok z ½ cytryny, wodę oraz łyżeczkę miodu

umieszczamy w blenderze i dosyć długo miksujemy, tak aby uzyskać jednolitą konsystencję.

Otrzymany w ten sposób napój ma doskonałe właściwości zdrowotne – poprawia wygląd cery, włosów i paznokci. Oczyszcza organizm z wolnych rodników, a także chroni nas przed wieloma chorobami i infekcjami. Aby przekonać się o jego zaletach, należy go pić jak najczęściej, najlepiej codziennie rano, świeżo zmiksowany, gdyż przechowywany traci wiele cennych składników.

Joanna Puchalska

Dziedziczki Soplicowa

Wydawnictwo MUZA S.A., Warszawa 2014

Dwór w Czombrowie, leżący nieopodal Nowogródka nie przez przypadek zapisał się w literaturze jako pierwowzór Soplicowa. Jedną z bohaterek książki *Dziedziczki Soplicowa* Aniela z Wierzejskich Uzłowska była bowiem matką chrzestną Adama Mickiewicza. Matka narodowego wieszcza – Barbara Majewska, po mężu Mickiewiczowa, zajmowała wówczas we dworze ważne stanowisko panny apteczkowej, a zaufanym ekonomem był dziadek poety. Adam Mickiewicz na pewno był tam jako dziecko. Pewne jest również to, że położenie Czombrowa znalazło wierne odbicie w opisie dworu z *Pana Tadeusza*: „Śród takich pól przed laty, nad brzegiem ruczaju, na pagórku niewielkim, we brzozowym gaju, stał dwór szlachecki, z drzewa, lecz podmurowany...”.

Ocalone, dworskie archiwum oraz rekonstrukcja faktów pozwoliły autorce zajrzeć w codzienność życia w szlacheckim dworze w XIX i na początku XX w. Joanna Puchalska przedstawiła w książce losy trzech kobiet, które zamieszkiwały ówczesny Czombrow – Bededykty z Haciskich Karpowiczowej, Anieli z Wierzejskich Uzłowskiej i Marii z Popławskich Karpowiczowej. To one były najważniejszymi kobietami w czombrowskim dworze i miały znaczny udział w tym, że dwór przetrwał trudne chwile. W książce *Dziedziczki Soplicowa* – oprócz wspomnień – znaleźć można liczne fotografie pochodzące z rodzinnych albumów. Utrwalają one nie tylko obraz czombrowskiego dworu, ale także wizerunki członków rodziny i najważniejsze wydarzenia. Właśnie w Czombrowie w 1928 roku kręcono plenerowe ujęcia do pierwszej ekranizacji *Pana Tadeusza* w reżyserii Ryszarda Ordyńskiego. W 180. rocznicę pierwszego wydania *Pana Tadeusza*, warto powrócić do tej narodowej epopei, a także sięgnąć po *Dziedziczki Soplicowa* autorstwa prawnuczki ostatnich właścicieli Czombrowa – Joanny Puchalskiej.

Książki na jesień



Barbara Wachowicz

Bohaterki Powstańczej Warszawy

My musimy być mocne i jasne

Wydawnictwo MUZA S.A., Warszawa 2014

Książka jest opowieścią o dziewczętach walczących w Powstaniu Warszawskim. Każdej bohaterce poświęcony jest odrębny rozdział. Autorka po mistrzowsku kreśli sylwetki 18 kobiet. Odkrywa mało znane karty powstańcze wybitnych aktorek Aliny Janowskiej i Danuty Szafarskiej. Przybliża dzieje Krystyny Wańkowiczówny i Krystyny Krahelskiej oraz mniej znanych kobiet, które wślawiły się niezwykłą odwagą i bohaterstwem np. Lidii Markiewicz-Ziental, która przeszła cały szlak bojowy powstania, czy Haliny Dunin-Karwickiej, łączniczki Batalionu „Parasol”, Henryki Dziakowskiej-Zarzyckiej, łączniczki i sanitariuszki Batalionu „Parasol”, która uczestniczyła w walkach na Woli, Starym Mieście i w Śródmieściu, czy Danuty Zdanowicz-Rossmanowej, komendantki Wojskowej Służby Kobiet Batalionu „Ostoja”, adiutantki harcmistrza Tadeusza Zawadzkiego „Zośki” i kapitana Tadeusza Klimowskiego.

Z wieloma kobietami, bądź ich rodzinami autorka jest zaprzyjaźniona lub pozostaje w stałym kontakcie. Bohaterki poznajemy z listów, pamiętników, relacji bliskich, wspomnień towarzyszy czasów walki i wywiadów z samymi uczestniczkami Powstania.

Dzięki osobistym kontaktom autorki dodatkową niezaprzeczalną wartością książki są unikatowe zdjęcia archiwalne.

Ks. bp Grzegorz Ryś

Wiara z lewej, prawej i Bożej strony

Wydawnictwo WAM, Kraków 2014

Skoro wiara jest osobistym spotkaniem z Bogiem, to po co nam Kościół? Ten Kościół, który jest pełen takich samych grzeszników jak ja sam? Nieważne, czy jesteś w samym środku Kościoła, czy też nie znajdujesz dla siebie miejsca nawet na jego obrzeżach. Dzięki tej książce spotkasz Jezusa i dotkniesz Kościoła. W tekstach biskupa Grzegorza Rysia rozpoznasz Kościół, który Cię boli, ale też Boga, który na każdy nasz ból ma lekarstwo. To nie jest hurraoptymizm, to obietnica: zrozum Chrystusa, by zrozumieć Jego Kościół. A wtedy znajdziesz w tej konkretnej wspólnoty miejsce dla siebie.

KURIA PROWINCJALNA PROWINCJAŁ

Br. Eugeniusz KRET, OH
31-066 Kraków
ul. Krakowska 48
tel.: (12) 430 60 50
e-mail:
kuria@bonifratrzy.pl
www.bonifratrzy.pl

PROMOTOR POWOŁAŃ

63-820 Piaski
Osiedle Marysin 1
tel. kom.: 660 482 635
e-mail: promotor@bonifratrzy.pl

POSTULAT

93-357 Łódź Chojny
ul. Kosynierów Gdyrskich 61 A
tel.: (42) 685 51 00
fax: (42) 685 51 29
e-mail: postulat@bonifratrzy.pl

NOWICJAT

43-400 Cieszyn, pl. Ks. Londzina 1
tel.: (33) 853 50 59
e-mail: nowicjat@bonifratrzy.pl

SCHOLASTYKAT

50-417 Wrocław, ul. Traugutta 57/59
tel.: (12) 430 61 22

CIESZYN

KONWENT BONIFRATRÓW
pw. WNIEBOWZIĘCIA N.M.P.
43-400 Cieszyn, pl. Ks. Londzina 1
tel.: (33) 852 05 62, 852 02 68
fax: (33) 852 02 68
e-mail: bonifratrzy.cieszyn@onet.pl

IWONICZ

KONWENT BONIFRATRÓW pw. Św. ELŻBIETY
WĘGIERSKIEJ
38-440 Iwonice, ul. Floriańska 19
tel.: (13) 435 05 21, 435 13 14
fax: (13) 425 01 30
e-mail: bonifratrzy_iwonice@dps.pl

KATOWICE-BOGUCICE

KONWENT BONIFRATRÓW
pw. Św. ANIOŁÓW STRÓŻÓW
40-211 Katowice-Bogucice
ul. Ks. Markiełki 87
tel.: (32) 258 95 82
fax: (32) 353 00 22
e-mail: konwent@bonifratrzy.katowice.pl
www.bonifratrzy.katowice.pl

KONARY-ZIELONA

KONWENT BONIFRATRÓW pw. Św. JÓZEFA
Konary-Zielona 21, 32-040 Świątyni Górne
tel./fax: (12) 270 40 84
e-mail: konwent@konary.pl

KRAKÓW

KONWENT BONIFRATRÓW pw. TRÓJCY
PRZENAJSWIĘTSZEJ
31-066 Kraków, ul. Krakowska 48
tel./fax: (12) 430 61 22
e-mail: konwent@bonifratrzy.krakow.pl
www.bonifratrzy.krakow.pl



LEGNICA

KONWENT BONIFRATRÓW pw. MATKI BOŻEJ
ŁASKAWEJ
ul. Lindego 6, 59-220 Legnica
tel./fax: (76) 862 45 42
e-mail: legnica@bonifratrzy.com

ŁÓDŹ

KONWENT BONIFRATRÓW pw. Św. RAFAŁA
ARCHANIOŁA
Sanktuarium Matki Bożej Uzdrawienia Chorych
93-357 Łódź Chojny
ul. Kosynierów Gdyrskich 61 A
tel.: (42) 685 51 00
fax: (42) 685 51 29
e-mail: konwent@bonifratrzy.lodz.pl
www.bonifratrzy.lodz.pl

PIASKI

KONWENT BONIFRATRÓW
pw. NAJŚW. SERCA PANA JEZUSA
63-820 Piaski, Osiedle Marysin 1
tel.: (65) 573 97 37
fax: (65) 525 09 78
e-mail: konwent@marysin.com.pl
www.bonifratrzy.marysin.com.pl

PRUDNIK

KONWENT BONIFRATRÓW pw. Św. PIOTRA
I PAWŁA
ul. Piastowska 8, 48-200 Prudnik
tel./fax: (77) 436 26 05
e-mail: prudnik@bonifratrzy.com

WARSZAWA I

KONWENT BONIFRATRÓW pw. Św. JANA
BOŻEGO i Św. ANDRZEJA APOSTOŁA
00-213 Warszawa, ul. Bonifraterska 12
tel./fax: (22) 635 77 17
e-mail: bonifraterska@bonifratrzy.pl

WARSZAWA II

KONWENT BONIFRATRÓW
pw. Św. RYSZARDA PAMPURI
00-215 Warszawa, ul. Sapieżyńska 3
tel.: (22) 635 64 67, 635 68 19
fax: (22) 635 21 09
e-mail: przeor@bonifratrzy.warszawa.pl

WROCŁAW

KONWENT BONIFRATRÓW pw. TRÓJCY
PRZENAJSWIĘTSZEJ
50-417 Wrocław, ul. Traugutta 57/59
tel./fax: (71) 344 84 74
e-mail: konwentwroclaw@bonifratrzy.pl

ZAKOPANE

KONWENT BONIFRATRÓW
pw. Św. AUGUSTYNA
34-500 Zakopane, ul. Krzeptówki 64
tel.: (18) 207 09 09
fax: (18) 207 09 09
e-mail: bonifratrzyzakopane@gmail.com

ZĄBKOWICE ŚL

KONWENT BONIFRATRÓW pw. Św. JÓZEFA
ROBOTNIKA
ul. 1-go Maja 9, 57-200 Ząbkowice Śl.
skr. poczt. 12
tel./fax: (74) 815 54 56
e-mail: ząbkowice@bonifratrzy.pl
www.bonifratrzyzabkowice.pl

ZEBRZYDOWICE

KONWENT BONIFRATRÓW
pw. Św. FLORIANA
34-130 Kalwaria Zebrzydowska
Zebrzydowice 1
tel./fax: (33) 876 65 60
e-mail: dps1zeb@poczta.onet.pl

DROHOBYCZ

KONWENT BONIFRATRÓW pw. JEZUSA
DOBREGO SAMARYTANINA
Archidiecezja Lwowska
ul. Iwana Franka nr 53, 82100 Drohobycz,
Ukraina
tel./fax 00380324433202
e-mail: bonifratry.drohobych@gmail.com

NAZARET

KONWENT BONIFRATRÓW pw. Św. RODZINY
Holy Family Hospital
P.O. Box 8, 16100 NAZARET – Izrael
tel.: (00972) 46508975
fax: (00972) 46508906
e-mail: Bonifratrzy.Nazaret@gmail.com



ZAKON BONIFRATRÓW W POLSCE

NASZE ŻYCIE

Duchowość

Służba Chorym

Braterstwo

Tradycja

Jakość

Szacunek

Odpowiedzialność

**Odkryj Boży plan
na owocne i szczęśliwe
życie**

KONTAKT

promotor powołań:

63-820 Piaski

os. Marysin 1

tel. kom.: 660 482 635

e-mail: promotor@bonifratrzy.pl

