

WSPÓLNOTA, KTÓRA LECZY SAMOTNOŚĆ

W sobotę 17 stycznia, Hala Widowiskowo-Sportowa w Tryńcu stała się miejscem szczególnego spotkania. Odbyło się tam Wigilijno-Noworoczne spotkanie dla seniorów oraz osób samotnych, zorganizowane już po raz czwarty przez Wójta Gminy Tryńcza, Wójta Gminy Leżajsk oraz Caritas Archidiecezji Przemyskiej. Wydarzenie to było nie tylko uroczystością o charakterze świątecznym, lecz przede wszystkim ważnym znakiem troski o ludzi, którzy często zmagają się z izolacją, chorobą i poczuciem opuszczenia.

Słowo, modlitwa i znak jedności

W spotkaniu uczestniczył Ks. abp Adam Szal, metropolita przemyski, który skierował do zebranych okolicznościowe słowo, złożył życzenia, poprowadził modlitwę oraz pobłogosławił opłatki i przygotowany posiłek. W swoim wystąpieniu zwrócił uwagę na potrzebę budowania wspólnoty, byciu razem i pielęgnowaniu pokoju, jaki przyniósł na świat Chrystus. Jego słowa przypomniły, że prawdziwa siła społeczeństwa rodzi się z relacji opartych na szacunku, empatii i wzajemnej trosce. Te słowa szczególnie mocno wybrzmiały w kontekście obecności gości z Włoch, którzy przybyli z pomocą humanitarną dla Ukrainy, przypominając, że solidarność nie zna granic. Spotkanie uświetnił koncert kołed

w wykonaniu Chóru i Orkiestry Kameralnej „Nicolaus” z Kraczkowej. Muzyka stała się językiem emocji, który łączył pokolenia i wprowadzał atmosferę spokoju, nadziei oraz refleksji.

Seniorzy w centrum wydarzenia

Najważniejszymi uczestnikami spotkania byli seniorzy z gmin: Tryńcza i Leżajsk. To dla nich przygotowano całe wydarzenie i to oni nadawali mu prawdziwy sens. Wspólne rozmowy, uśmiechy i wzruszenie widoczne na twarzach uczestników pokazywały, jak bardzo potrzebne są takie chwile bliskości. Z perspektywy

nauk społecznych samotność jest jednym z największych wyzwań współczesnej starości. Badania wskazują, że długotrwała izolacja społeczna zwiększa ryzyko depresji, pogorszenia funkcji poznawczych, a także chorób somatycznych. Człowiek, niezależnie od wieku, potrzebuje relacji, rozmowy i poczucia przynależności. Dla wielu osób starszych, codzienna ograniczona się do czterech ścian mieszkania. Brak kontaktu z bliskimi, śmierć współmałżonka czy migracja dzieci sprawiają, że samotność staje się doświadczeniem powszechnym, choć często przemilczanym. W tym kontekście spotkania integracyjne peł-

nią funkcję swoistej terapii społecznej. Dają możliwość odbudowania relacji, poczucia bycia potrzebnym i zauważonym. Wspólne świętowanie wzmacnia pozytywne emocje, poprawia nastrój i sprzyja aktywizacji seniorów. Takie wydarzenia nie wymagają skomplikowanych rozwiązań - wystarczą wspólne stół, rozmowa, muzyka i obecność drugiego człowieka. Ich siła tkwi w prostocie i autentyczności.

Współpraca, która przynosi owoce

Wieloletnia współpraca Caritas Archidiecezji Przemyskiej z lokalnymi samorządami pokazuje, jak

Dla wielu osób samotnych, tego typu inicjatywy są jedyną okazją do wspólnego przeżywania świątecznego czasu.



**Caritas
Archidiecezji
Przemyskiej**

Wspólnota jako odpowiedź na samotność

Spotkania dla seniorów i osób samotnych organizowane przez Caritas są czymś więcej niż wydarzeniem kalendarzowym. Są odpowiedzią na jedną z najważniejszych potrzeb człowieka - potrzebę bycia razem. Uczą, że starość nie musi oznaczać wykluczenia, a wspólnota może stać się przestrzenią bezpieczeństwa, radości i nadziei. Są przypomnieniem, że starość nie musi oznaczać osamotnienia, a wspólnota może stać się przestrzenią, w której każdy człowiek, niezależnie od wieku, czuje się u siebie.

Wszystkim zaangażowanym w przygotowanie i przebieg tego wydarzenia wyrażamy słowa wdzięczności. Chętnych do wspólnego niesienia nadziei i podopiecznym przemyskiej Caritas zapraszamy do kontaktu i prosimy o pomoc (PEKAO S. A. I O. Przemysł 33 1240 2568 1111 0000 3629 7045).

**Ks. dr Paweł Konieczny -
Zastępca Dyrektora Caritas
Archidiecezji Przemyskiej**



Spotkanie w Tryńcu uświetnił koncert kołed Chóru i Orkiestry z Kraczkowej.

Życie Podkarpacie w prenumeracie taniej!

Już zamawiaj jak Ci wygodnie. na miesiąc, kwartał, dwa kwartały...

wydanie papierowe

Zamów u swojego listonosza w najbliższym punkcie pocztowym, w redakcji Życia Podkarpaciego 16 670 22 00 lub przez Internet, na stronie internetowej Poczty Polskiej <https://prenumerata.poczta-polska.pl/>



W prenumeracie taniej!

ZYCIE

PODKARPACIE

