



## **Smaki Maroka w CAS WENA - spotkanie seniorów w duchu otwartości i dialogu międzykulturowego**

2026-03-16

**12 marca br. w siedzibie Centrum Aktywności Seniorów WENA przy ul. Gromadzkiej w Krakowie odbyło się wyjątkowe spotkanie poświęcone tradycji kulinarnej Maroka. W wydarzeniu wzięli udział uczestnicy centrum - krakowscy seniorzy - którzy mieli okazję poznać kulturę i smaki tego północnoafrykańskiego kraju.**

Spotkanie zgromadziło seniorów i zaproszonych gości (także przedstawicieli "Otwartego Krakowa") zainteresowanych poznawaniem innych kultur i smaków świata. Prowadzący (pochodząca z Maroka Noel wraz z małżonkiem) opowiedzieli o charakterystycznych składnikach i przyprawach wykorzystywanych w kuchni marokańskiej, a także o zwyczajach towarzyszących przygotowywaniu i spożywaniu posiłków. Uczestnicy mogli dowiedzieć się m.in., jaką rolę w codziennej diecie odgrywają aromatyczne mieszanki przypraw, świeże warzywa oraz tradycyjne potrawy przygotowywane według rodzinnych receptur.

Nie zabrakło także ciekawostek o marokańskich tradycjach i kulturze stołu. Noel i Mariusz opowiadali o znaczeniu wspólnego biesiadowania, gościnności oraz rytuałów związanych z podawaniem potraw i napojów, które w Maroku stanowią ważny element życia społecznego.

Spotkanie miało nie tylko charakter edukacyjny, ale także integracyjny. Seniorzy z CAS WENA chętnie włączali się w rozmowę, zadawali pytania i dzielili się własnymi doświadczeniami. Była to okazja do wspólnego spędzenia czasu w przyjaznej atmosferze oraz poznania nowych inspiracji kulinarnych.

Kraków od wieków jest miastem wielokulturowym - miejscem spotkań różnych narodów, tradycji i religii. Dzisiejszy Kraków również rozwija się jako miasto otwarte, w którym coraz więcej osób z różnych części świata znajduje swój dom. Dlatego wydarzenia takie jak spotkanie w CAS WENA mają szczególne znaczenie. Sprzyjają one budowaniu wzajemnego zrozumienia, otwartości i tolerancji, a także tworzą przestrzeń do integracji mieszkańców oraz włączania cudzoziemców w życie lokalnej społeczności.

Centrum Aktywności Seniorów WENA to miejsce, w którym regularnie organizowane są spotkania tematyczne, warsztaty oraz wydarzenia sprzyjające aktywizacji i integracji osób starszych. Inicjatywy takie jak spotkanie poświęcone kulturze i kuchni Maroka pokazują, że seniorzy chętnie odkrywają świat, poznają różnorodne tradycje i aktywnie uczestniczą w budowaniu otwartego, różnorodnego Krakowa. A Koordynatorka Centrum Aktywności Seniorów WENA Grażyna Śliwa ma już pomysły na kolejne spotkania i "podróże" wielokulturowe.