

zgierski miesięcznik społeczno-kulturalny  
grudzień 2016, nr 11/2016 (14) | egzemplarz bezpłatny | ISSN 2450-3770

M O J A .

Zg

ie

rz

P  
R  
Z  
E  
S  
T  
R  
Z  
E  
Ń

DRUGI ROK  
PREZYDENTURY  
PRZEMYSŁAWA  
STANISZEWSKIEGO

**MIŁOŚĆ**

- NAJSKUTECZNIEJSZE  
PANACEUM  
NA CHOROBY

**ZGIERZ SIĘ ROBI**

- PODSUMOWANIE  
MIEJSKICH INWESTYCJI

**BARTEK GÓRSKI**  
ZAKOCHANY  
W BORUCIE

**ORKISZAKI**  
- ZDROWE PRZYTULANKI  
ANNY MARCZEWSKIEJ

## SPIS TREŚCI

Oficjalnie i koncertowo	3
Z życia miasta	4–6
Antybiotykooporność – skutek naszych zaniedbań?	7
Duże inwestycje dopiero przed nami	8
Nowa Młodzieżowa Rada Miasta	9
Z seniorami o seniorach	10
Czym są dla mnie święta Bożego Narodzenia?	11
Światowy Dzień Pluszowego Misia	12
Piękna dykcja dla komfortu życia	13
Zdrowe jedzenie, ale gdzie go szukać?	14
Wspólna droga ku dobru wspólnemu	15
Andrzejkowe ciekawostki	18
Z czego Zgierz się składa?	18
Modny i zdrowy, czyli pupil zimą	19
Nawet w snach wędruje po Borucie	20
Zgierska planszówka	22
Noworoczne postanowienia możliwe do wykonania	22
Przytulanka najlepszy przyjaciel	23
Paleta – notatka artysty	24
Artystycznym autobusem na Stachuriadę!	25
Miłość – najsilniejszy czynnik zdrowienia	26
Książę Lubelszczyzny	27
Cały świat w kropli wody. Planeta Chiny	28
Żabek i Ropuch. Przez cały rok	29
Kalendarium wydarzeń	30–31



4



8



14



23



28

## Słowo wstępu



Nie wiem, jak Państwu, ale mój czas biegnie jak szalony. Święta za pasem, a ja nie mam pojęcia, kiedy zleciał kolejny rok. Nieco tylko przygnębia mnie ten szal zakupów, korki na ulicach i bijące po oczach reklamy.

I jak co roku nachodzi mnie refleksja, czy faktycznie o to chodzi w tym czasie, by mieć możliwie najwięcej za możliwie najmniej? Czym są lub czym powinny być dla chrześcijan święta Bożego Narodzenia? To pytanie postawiliśmy duchownym kilku kościołów obecnych w Zgierzu. Odpowiedzi zatrzymują i dają pożywkę do rozważań nad tym, co w życiu tak naprawdę liczy się najbardziej. Z tego samego powodu pozwałam sobie zarekomendować naszym Czytelnikom artykuł Katarzyny Lewkowicz-Siejki, którego myślą przewodnią jest miłość, a właściwie jej skutki w naszym życiu. Być może święta to dobry czas na weryfikację priorytetów?

W tym numerze chciałabym również zwrócić Państwa uwagę na wywiad z prezydentem Przemysławem Staniszewskim z okazji 2 lat jego prezydentury. Uzupełnieniem do tej rozmowy jest mapka Zgierza unaoczniająca inwestycje zrealizowane w tym czasie. Warto je podkreślić choćby z tego powodu, że nakłady już wzrosły o około 5 lat w stosunku do lat poprzednich, a w przyszłym i kolejnych latach inwestycje osiągną kilkudziesięciokrotnie większe rozmiary.

Na koniec gorąco rekomenduję lekturę tekstu otwierającego nowy cykl rozważań o książkach znakomitego autorstwa Grzegorza Ignatowskiego.

*Renata Karolewska*  
Redaktor naczelna

Miesięcznik „Zgierz – moja przestrzeń”, ISSN 2450-3770 ukazuje się od października 2015 r.  
wydawca: Miejski Ośrodek Kultury, ul. Mielczarskiego 1, 95-100 Zgierz, tel. 42 714 32 96, mail: mojaprzestrzen@umz.zgierz.pl  
Redaktor naczelna: Renata Karolewska  
Zespół stałych współpracowników:  
Beata Piechota, Emilia Antosz, Agata Drewnicz-Kaczmarek, Łukasz Sobieralski (foto), Joanna Syncerek (grafika)  
Projekt graficzny, skład i łamanie: Tomasz Kuc  
Druk: NAVY-BLUE  
Nakład: 4000 sztuk. Egzemplarz bezpłatny

Treści zawarte w niniejszym miesięczniku są chronione prawem autorskim. Wszelkie przedruki całych artykułów lub ich fragmentów możliwe są wyłącznie po uzyskaniu zgody wydawcy. Redakcja zastrzega sobie prawo do dokonywania skrótów w przekazywanych artykułach oraz zmian w tytułach i śródtytułach.  
Wydawca ma prawo odmówić zamieszczenia reklam i ogłoszeń, jeśli ich treść lub forma nie jest zgodna z linią programową lub charakterem miesięcznika (art. 36, pkt 4 prawa prasowego). Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam. Wydawca nie identyfikuje się ze wszystkimi poglądami, które wyrażone są w publikowanych tekstach.



*Projekt okładki:*  
Joanna  
Syncerek

*Zdjęcie:*  
Łukasz Sobieralski

# Oficjalnie i koncertowo

**M**iejskie Obchody Święta Niepodległości jak co roku były okazją do upamiętnienia ważnych historycznych wydarzeń. Uroczystości rozpoczęli już 10 listopada uczniowie zgierskich placówek oświatowych, którzy utworzyli na placu Jana Pawła II żywą flagę, z dumą prezentując barwy narodowe w akcji flash-mob. Natomiast 11 listopada przed południem na terenie miasta miała miejsce historyczno-multimedialna gra miejska „Droga do Niepodległości”. Miejskie obchody zainicjowała msza święta, po której nastąpiła oficjalna część wydarzenia. Na uczestników wydarzeń czekało wiele atrakcji dla ucha i oka. (bp)



Uczniowie zgierskich placówek oświatowych, opiekunowie i władze miasta w przeddzień Święta Niepodległości utworzyli żywą flagę. W akcji flash-mob udział wzięło kilkaset osób



Uczestnicy obchodów mieli okazję podziwiać na placu Jana Pawła II iluminacje multimedialne z historycznymi postaciami. Oprócz tego można było obejrzeć fragmenty filmów dokumentalnych



Podczas uroczystych obchodów Dnia Niepodległości zgierscy harcerze zakończyli Sztafetę Rowerową „Ogień Niepodległości”. Jak co roku, wieczorem ogień złożony został na płycie Kostiuchnowskiej na Cmentarzu Rzymskokatolickim w Zgierzu



Zwieńczeniem tegorocznych obchodów był, ciesząc się ogromnym zainteresowaniem, koncert symfoniczny w sali widowiskowej kościoła św. Katarzyny. Na scenie pojawili się soliści: Katarzyna Caban oraz Piotr Wołosz



Uroczystości upamiętniające odbyły się przy urzędzie miasta pod tablicami pamiątkowymi, gdzie kwiaty złożyły władze miasta, parlamentarzyści, samorządowcy, organizacje pozarządowe, uczniowie i mieszkańcy

## Stypendia dla najzdolniejszych gimnazjalistów



42 stypendia dostało 42 wyróżniających się gimnazjalistów z trzech miejskich gimnazjów

24 300 zł zostało przeznaczone na stypendia dla 42 najzdolniejszych uczniów zgierskich gimnazjów, przyznane za ich osiągnięcia w nauce i aktywność w pogłębianiu wiedzy

oraz rozwijanie umiejętności. Wsparcie finansowe przeznaczone jest na zakup pomocy naukowych oraz na inne cele, które umożliwią rozwijanie zainteresowań i pasji.

Uroczyste wręczenie dyplomów jak co roku odbyło się w połowie listopada w Mieście Tkaczy. Gratulacje gimnazjalistom złożyli Prezydent Zgierza Przemysław Staniszewski, przedstawiciele fundatora – firmy Brenntag Polska oraz Urzędu Miasta Zgierza.

Brenntag Polska, jeden z największych producentów chemii przemysłowej w kraju, od 2005 r. dwa razy do roku przyznaje środki w ramach „Funduszu Wspomagania Zdolnych Uczniów Gimnazjów w Zgierzu”. Na wsparcie mogą liczyć uzdolnieni gimnazjaliści, których nie stać na dodatkowe lekcje, podręczniki, pomoce do nauki, etc. Uczeń, który chce skorzystać z dotacji, musi złożyć wniosek stypendialny, a w nim udokumentować swoje osiągnięcia w nauce oraz zaangażowanie twórcze i społeczne (np. start w olimpiadzie przedmiotowej lub konkursach wiedzy). (rk)

## Świąteczne spotkania

85 samotnych osób na co dzień korzystających ze wsparcia oraz podopieczni Domu Seniora, wezmą udział w wigilijnym spotkaniu zorganizowanym przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej we współpracy z Dziennym Domem Senior-Wigor w Zgierzu. Zostało ono zaplanowane na 23 grudnia o godzinie 11.00 w klubokawiarni w Miejskim Ośrodku Sportu i Rekreacji przy ulicy Wschodniej 2. Dla jego uczestników będzie okazją do tego, aby pobyć wśród innych ludzi w sympatycznej i miłej atmosferze. Organizatorzy gwarantują 12 tradycyjnych potraw, paczki świąteczne z artykułami delikatesowymi i opłatek. Czas umilą chóry: „Wrzos” i „Echo”, zachęcając wszystkich do wspólnego kolędowania.

W uroczystości wezmą udział władze miasta, przedstawiciele organizacji i instytucji pozarządowych, a także duchowni. Dzień wcześniej MOPS w ramach akcji „Gwiazdka 2016”, dzięki wsparciu darczyńców, obdaruje świątecznymi podarunkami najuboższe rodziny ze Zgierza. Rodziny zostaną zaproszone na uroczyste wydarzenie w Centrum Kultury Dziecka. (ea)

## Family Cup po raz dziesiąty

186 zawodników w różnym wieku wzięło udział w X Amatorskich Mistrzostwach Województwa Łódzkiego w Pływaniu „Family Cup”. Najmłodsza uczestniczka miała zaledwie trzy lata, najstarszy pływak – siedemdziesiąt. Chętni zmierzili się na pływalni MOSIR przy ul. Leśmiana. Udział w zawodach mogły wziąć osoby nieposiadające licencji zawodniczej Polskiego Związku Pływackiego.

Uczestnicy „Family Cup” wystartowali w 21 kategoriach. Wyścigi odbywały się na dystansie 25 m. Jedyną uprzywilejowaną grupą były przedszkolaki, które miały do pokonania połowę tej trasy. Ponadto rozegrano wprowadzoną rok temu nową konkurencję – 100 m stylem zmiennym.

Organizatorzy przyznali uczestnikom za trzy pierwsze miejsca, zarówno w klasyfikacji indywidualnej, jak i grupowej, puchary, a zdobywcom pierwszych sześciu miejsc – dyplomy. Wszyscy pływacy dostali natomiast atrakcyjne nagrody ufundowane przez sponsorów.

Tegoroczna impreza odbyła się pod patronatem honorowym Prezydenta Miasta Zgierza, Starosty Żgierskiego i Marszałka Województwa Łódzkiego. Organizatorem Mistrzostw był Młodzieżowy Dom Kultury, we współpracy ze Stowarzyszeniem Kameleon i Miejskim Ośrodkiem Sportu i Rekreacji. Wyniki w poszczególnych kategoriach opublikowane zostały na stronie internetowej [www.mdkzgierz.pl](http://www.mdkzgierz.pl). (bp)



Sport amatorski traktowany jest jako najlepsza i najtańsza forma ochrony zdrowia

## Artur Pel w zgierskich szkołach



Jazda bolidem jest zawsze wielką atrakcją dla dzieciaków

Artur Pel – mistrz Polski w kartingu – spotkał się z uczniami szkół podstawowych nr 11 i nr 12 w ramach wydarzenia „Spotkanie z ciekawą osobą”. Inicjatywa ta miała na celu zachęcenie dzieci oraz młodzież do aktywnego spędzania wolnego czasu, co z pewnością udało się. W programie znalazła się m.in. przejażdżka gokartem, pokaz profesjonalnego pojazdu do driftu, możliwość zrobienia pamiątkowego zdjęcia, a wszystko przy profesjonalnej oprawie dźwiękowej.

Oprócz mistrza Polski, uczniowie mieli okazję porozmawiać z przedstawicielem

halowego toru kartingowego w Łodzi, przedstawicielem Komendy Powiatowej Policji w Zgierzu oraz pracownikiem warsztatu samochodowego zajmującego się profesjonalnym przygotowaniem samochodów do zawodów motorowych.

Pomysłodawcami wydarzenia był Radny Miasta Zgierza Bartosz Janiszewski wraz z Radnym Powiatu Żgierskiego Michałem Pilarskim. Patronat honorowy nad wydarzeniem objął Prezydent Miasta Zgierza. W planach jest organizacja kolejnych spotkań „Spotkania z ciekawą osobą”. (bp)

## W rytm wierszyka



LUKASZ SOBIEBALSKI

Co roku w konkursie bierze udział blisko czterdziestu uczniów

Trzydziestu czterech uczniów klas III ze szkół podstawowych w Zgierzu zaprezentowało swoje umiejętności inscenizacyjne i recytatorskie podczas VI edycji

Międzyszkolnego Konkursu Recytatorskiego „Pora dla recytatora, czyli zegar tyka w rytm wierszyka”. Organizatorem listopadowego wydarzenia była Szkoła Podstawowa nr 3. Każda edycja poświęcona jest innemu poecie, w tym roku był nim Julian Tuwim. W jury zasiadli przedstawiciele instytucji kultury, Magdalena Ziemińska z Miejskiego Ośrodka Kultury, Kinga Siemońska z Centrum Kultury Dziecka oraz scenograf Milena Dutkowska. I nagrodę w kategorii recytacja otrzymał Szymon Pietrasiak z SP nr 3, w kategorii inscenizacja – Julia Tatarynowicz z SP nr 5. Wręczono także wyróżnienia i inne nagrody.

Oprócz prezentacji wierszy, odbyły się warsztaty plastyczne, na których najmłodszy wykonywali zakładki do książek. Dzięki dofinansowaniu Gminy Miasto Zgierz, każdy uczestnik dostał nagrodę książkową. (bp)

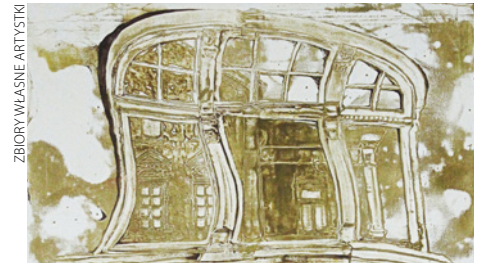
## Ślizgawka zaprasza

W tym roku dzięki sprzyjającym warunkom atmosferycznym zwolennicy jazdy na łyżwach już od 18 listopada mogą cieszyć się ślizgawką przy ul. Leśmiana 1. Lodowisko czynne będzie codziennie. W dni powszednie od godz. 9:00 do 21:00, a w soboty i niedziele od godz. 11:00 do 21:20. Na miejscu można wypożyczyć łyżwy, a także kaski, które obowiązkowo powinny znaleźć się na głowach dzieci do 10 roku życia. Bilet normalny za 50 minut korzystania z obiektu to koszt 5 zł, za ulgowy zapłacimy 3 zł. Do ulgowego wstępu na lodowisko uprawnieni są: dzieci i młodzież szkolna, studenci do 25 roku życia, renciści, osoby niepełnosprawne i ich opiekunowie. Dostępne są również karnety. Szczegółowe informacje oraz cennik dostępne są na stronie [www.mosir.zgierz.pl](http://www.mosir.zgierz.pl) (bp)

## Wernisaż prac Kamili Michoń

„Zmiany i przemiany” to tytuł wystawy prac Kamili Michoń, która uświetni spotkanie wigilijne Fundacji Koło Gospodyń Miejskich w Zgierzu. Przedświąteczna uroczystość odbędzie się 14 grudnia o godzinie 18.00 w Parku Kulturowym Miasto Tkaczy przy ulicy Rembowskiego 1. Na ekspozycję składają się prace artystki powstałe w ciągu kilku lat. Jej obrazy to przestrzenne oleje

osadzone w drewnianej konstrukcji. Na wystawie czynnej do 15 stycznia będzie można zobaczyć, również jej autorstwa, rysunki wykonane ołówkiem lub kredką oraz ceramiczne płaskorzeźby. Koło Gospodyń Miejskich już wcześniej zaprosiło artystkę do współpracy, która na ich prośbę wykonała grafikę ilustrującą piosenkę „Cztery córki miał tata, stary młynarz ze Zgierza...”. (ea)



ZBIORY WŁASNE ARTYSTKI

Wystawę można oglądać w Galerii Sztuki Miasta Tkaczy do 15 stycznia 2017 r.

## Z kultury korzystaj legalnie

Czym są legalne źródła kultury, dlaczego warto z nich korzystać i jak je rozpoznać? Co można ściągać i udostępniać w Internecie? Czym jest plagiat jawny, a czym ukryty? Odpowiedzi na te pytania poznali uczestnicy warsztatów „Legalna Kultura”, które zostały zorganizowane we współpracy z Wydziałem Promocji, Kultury i Sportu Urzędu Miasta Zgierza. Były to zajęcia dla licealistów z „Tragutta” z klasy o profilu humanistyczno-medialnym, nauczycieli i pracowników zgierskich instytucji kultury. Przeprowadzone zostały w dwóch blokach tematycznych. Pierwszy dotyczył zasobów strony [legalna.kultura.pl](http://legalna.kultura.pl) i Bazy Legalnych Źródeł, a prowadzący opowiedzieli również o licencji Creative Commons. Druga część poświęcona była zagadnieniom z zakresu prawa autorskiego. Uczestnicy ugruntowali swoje wiadomości na temat takich pojęć jak: dozwolony użytek, domena publiczna, plagiat, cytaty. Warsztaty odbyły się pod koniec listopada w gościnnych progach Miasta Tkaczy. (ea)

## 1956: Polska – Węgry. Historia i pamięć

Wystawę przybliżającą tragiczne wypadki w 1956 r. w Polsce i na Węgrzech, a także pokazującą historię dwóch narodów, które podzieliła II wojna światowa, a które po jej zakończeniu znalazły się w tym samym obozie państw, po tej samej stronie żelaznej kurtyny przez trzy tygodnie na przełomie listopada i grudnia można było oglądać na placu Jana Pawła II w Zgierzu. Instalacja prezentowała historię nie tylko w skali makro, ale również mikro – na poziomie ludzi zniewolonych przez system komunistyczny, walczących o wolność,

którzy pomimo trudnych okoliczności i wielu niebezpieczeństw wzajemnie sobie pomagali. Ekspozycja objęła też polski wymiar 1956 r. W czerwcu tego roku miała miejsce antykomunistyczna rewolta mieszkańców Poznania, która stała się załóżkiem rewolucji węgierskiej, krwawo stłumionej przez wojska radzieckie.

Wystawa w Zgierzu była wspólnym przedsięwzięciem Instytutu Pamięci Narodowej i Muzeum Miasta Zgierza. Patronat nad nią objął Prezydent Miasta Zgierza Przemysław Stanisławski. (rk)



LUKASZ SOBIEBALSKI

Wystawa IPN i Muzeum Miasta Zgierza przybliżyła mieszkańcom trudny okres historii obu narodów



LUKASZ SOBIEBALSKI

## Nowe mieszkania w Zgierzu



Jednym z kryteriów przyznania mieszkania był poziom dochodów osób starających się o lokal

14 miesięcy trwała budowa bloku przy ul. Długiej 20A, do którego w listopadzie wprowadziło się 20 zgierskich rodzin. Znajdujące się w nim jedno- i dwupokojowe mieszkania mają raczej niewielkie powierzchnie: od 28 do 54 m<sup>2</sup> wraz z pomieszczeniami gospodarczymi. Inwestor MPGM ma w planach kolejne realizacje w ramach

programu „Moje M”, które jednak uzależnione są między innymi od kondycji spółki oraz pozyskania przez nią kolejnych gruntów pod budowę mieszkaniówek.

Na przydział lokalu komunalnego w Zgierzu oczekuje ponad 300 osób zarejestrowanych w Wydziale Gospodarki Nieruchomościami i Mieszkalnictwa UMZ. (rk)

## Tylko nie pal!



ZZSP im. Jana Pawła II przeprowadził intensywną kampanię antynikotynową, w ramach której odbyło się wiele pouczających i atrakcyjnych wydarzeń edukacyjnych, artystycznych i wizerunkowych

Przez niemal cały listopad uczniowie Zgierskiego Zespołu Szkół Ponadgimnazjalnych im. Jana Pawła II podejmowali tematykę szkodliwości palenia tytoniu. W szkole odbyło się kilka wydarzeń, jak choćby wystawa „Cała prawda o papierosie” prezentująca historię ekspansji nikotynizmu oraz informująca o szkodliwości działania papierosów, konkurs plastyczny na plakat antynikotynowy. Nad wejściem do szkoły zawieszono wielki papieros oklejony rakami, a w szkolnych gazetkach pojawiły się materiały informujące o mechanizmach uzależnienia oraz ekonomicznych, społecznych i zdrowotnych skutkach palenia. 24 listopada z okazji Dnia Promocji Niepalenia miał miejsce finał, podczas którego odbyło się wiele zabaw edukacyjnych, a uczniowie i nauczyciele mieli okazję sprawdzić poziom tlenu węgla w wydychanym powietrzu czy wziąć udział w wykładzie. Kampania odbyła się we współpracy z Powiatowym Inspektorem Sanitarnym w Zgierzu. (rk)

## Czadu nie poznamy po zapachu lub dymie

W końcu października jak co roku ruszyła kampania społeczna „Czad i ogień. Obudź czujność” pod auspicjami Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji. Akcja ma na celu podniesienie świadomości zagrożenia oraz edukację użytkowników pieców i piecyków. Niepokoi bowiem rezultat badań zleconych przez MSWiA. Wynika z nich, że aż 41% Polaków twierdzi, że potrafi rozpoznać tlenek węgla powszechnie nazywany czadem. Co czwarty badany uważa, że czad można poznać po zapachu lub po dymie (sic!). – Tymczasem jest to bezwonny i bezbarwny gaz, a wykryć go mogą wyłącznie specjalne czujniki. To właśnie z tych powodów nazywany jest cichym zabójcą – informuje Tomasz Matusiak, rzecznik prasowy Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Zgierzu. Zgierska komenda również włączyła się w akcję i udostępniła materiały edukacyjne dla dzieci z ciekawymi

zadaniami i quizami o zagrożeniach związanych z tlenkiem węgla i pożarami. Każdy zainteresowany może wysłać pod adres kpps22@straz.lodz.pl prośbę o materiały w wersji elektronicznej. Wiedzę na temat niebezpieczeństw związanych z ogniem trzeba rozpowszechniać, bo w tym roku w Zgierzu w pożarze zginęły już 2 osoby, a w ubiegłym były aż 3 ofiary śmiertelne. (ea)



## Komunikat WODKAN Zgierz

Uchwałą Nr XXVIII/333/16 z dnia 24.11.2016 r. Rada Miasta Zgierza zatwierdziła taryfy dla zbiorowego zaopatrzenia w wodę oraz zbiorowego odprowadzania ścieków na terenie Gminy Miasta Zgierza na okres od dnia 1 stycznia 2017 r. do dnia 31 grudnia 2017 r. Ceny na zbiorowe zaopatrzenie w wodę i zbiorowe odprowadzanie ścieków przez „Wodociągi i Kanalizacja-Zgierz” Sp. z o.o. pozostają na dotychczasowym poziomie i wynoszą odpowiednio:

- woda na cele socjalno-bytowe (I grupa taryfowa) – 3,31 zł netto/m<sup>3</sup> + 8% VAT = 3,57 zł brutto/m<sup>3</sup>
- woda na cele pozostałe (II grupa taryfowa) – 3,34 zł netto/m<sup>3</sup> + 8% VAT = 3,61 zł brutto/m<sup>3</sup>
- ścieki – 7,20 zł netto/m<sup>3</sup> + 8% VAT = 7,78 zł brutto/m<sup>3</sup>

Powyższe taryfy dla zbiorowego zaopatrzenia w wodę, na mocy porozumienia z dnia 19.10.2009 r. z Gminą Zgierz obowiązują również na jej wydzielonym terenie.

# Antybiotykooporność – skutek naszych zaniedbań?

Oporność na antybiotyki to problem, z którym nie radzi sobie coraz więcej osób. Za przyczynę tej sytuacji uważa się powszechne nadużywanie i nieodpowiedzialne ich stosowanie. Europejskie Centrum Zapobiegania i Kontroli Chorób postanowiło zainicjować kampanię mającą na celu uświadomienie społeczeństwa o zagrożeniach płynących z nieprawidłowego leczenia antybiotykami. Komisja Europejska ustanowiła dzień 18 listopada corocznym Europejskim Dniem Wiedzy o Antybiotykach.

## EMILIA ANTOSZ



Antybiotykooporność to sytuacja, w której choremu nie pomagają tego rodzaju leki i podany preparat nie zabija ani nie hamuje namnażania bakterii, wskutek czego leczenie jest nieskuteczne. Tymczasem

przełom jesieni i zimy to czas wzmożonej zapadalności na infekcje i na choroby górnych dróg oddechowych, z którymi wielu lekarzy walczy właśnie z pomocą antybiotyków.

## Rosnąca oporność

Niestety, coraz częściej pojawiają się bakterie odporne na antybiotyki, co stanowi poważne zagrożenie dla zdrowia publicznego. Co ciekawe, już Alexander Fleming – odkrywca penicyliny – obawiał się takiej sytuacji, mówiąc że *mogą nadejść takie czasy, gdy penicylina będzie mogła być kupiona przez każdego w sklepie. Istnieje więc niebezpieczeństwo, że nieświadomy (...) człowiek będzie ją przyjmował w zbyt niskiej dawce i drobnoustroje poddawane nieodpowiednim dawkom leku staną się odporne.*

Instytut Badań Opinii RMF przeprowadził badania\* wśród osób, które przyjmowały leki na receptę w ciągu ostatnich 12 miesięcy. Okazało się, że aż 59% preparatów stanowiły antybiotyki. Szczególnie dają do myślenia odpowiedzi na pytanie o przyczyny tak dużego spożycia antybiotyków. Z badania wynika, że co 10-ty ankietowany (11% badanych) twierdzi, że receptę z antybiotykiem dostaje „za każdym razem”, gdy odwiedza lekarza. Co 4-ta osoba (24%) utrzymuje, że taką receptę dostaje „prawie za każdym razem”, a 26%, że „tylko czasami”.

## Nadużywanie antybiotyków w rolnictwie i przemyśle

Antybiotyki miały służyć ochronie zdrowia ludzi, ale masowe wykorzystywanie ich przez lata w rolnictwie i przemyśle przyczyniło się do zmniejszenia ich skuteczności jako leków. Dlatego dziś wiele groźnych bakterii, które nabyły oporność na antybiotyki zawarte w paszy, przeżywa w organizmie

Przyjmuj antybiotyki  
odpowiedzialnie



...ŻEBY NIE BYŁO ZA PÓŹNO!  
Antybiotyki mogą stracić  
skuteczność

18 listopada  
Europejski  
Dzień Wiedzy o  
Antybiotykach

Ministerstwo  
Zdrowia

Narodowy  
Program  
Ochrony  
Antybiotyków  
www.antybiotyki.edu.pl

Antybiotyki działają **tylko na bakterie**

Antybiotyki nie leczą chorób wirusowych: grypy, przeziębienia, ostrego zapalenia gardła i oskrzeli

- ✓ Przyjmuj tylko antybiotyki przepisane przez lekarza – zaufaj jego wiedzy
- ✓ Stosuj się do zaleceń lekarza – nie przerywaj terapii antybiotykowej nawet jeśli poczujesz się lepiej
- ✓ Stosuj podstawowe zasady higieny, by zatrzymać rozprzestrzenianie się bakterii



Przyjmuj antybiotyki odpowiedzialnie  
...ŻEBY NIE BYŁO ZA PÓŹNO!  
Antybiotyki mogą stracić skuteczność

Jeśli przyjmujesz antybiotyk samowolnie lub niezgodnie z zaleceniami lekarza, **terapia może okazać się nieskuteczna**. Ty nie przestaniesz być chory, a w Twoim organizmie mogą wyselekcjonować się niewrażliwe na antybiotyk mutanty. Takie bakterie łatwo przenoszą się na inne osoby, potrafią też dzielić się zdobytymi zdolnościami z innymi drobnoustrojami. W ten sposób problem bakterii niewrażliwych na coraz liczniejsze antybiotyki narasta lawinowo z każdym miesiącem. Nie wiesz nawet kiedy wróci jak bumerang do Ciebie lub kogoś z Twoich bliskich. **Może się okazać, że zabraknie wtedy skutecznej terapii. I na rozsądek będzie już za późno...**

Coraz częściej pojawiają się bakterie odporne na antybiotyki, co stanowi poważne zagrożenie dla zdrowia publicznego

zdrowych zwierząt, a następnie przenosi się na ludzi wskutek spożywania mięsa lub nabiału. W konsekwencji drobnoustroje w organizmie człowieka mogą wywołać zakażenia trudne do zwalczania. Dlatego Unia Europejska już w 2006 r. zakazała stosowania wszystkich antybiotykowych stymulatorów wzrostu.

## Skuteczność antybiotyków nie jest wieczna

W związku z obchodami Europejskiego Dnia Wiedzy o Antybiotykach, Narodowy Instytut Leków (NIL) popularyzuje wiedzę o świadomym stosowaniu substancji bakteriobójczych. W wielu miastach prowadzone są akcje informacyjne, organizowane są spotkania i wystawy. Instytut uświadamia zarówno lekarzy, jak i pacjentów, że intensywne i niezgodne z zaleceniami stosowanie antybiotyków sprzyja nabywaniu oporności przez szczepy bakterii wywołujących zakażenie. – *Przed wszystkim nie używajmy antybiotyków w leczeniu chorób wirusowych, czyli przeziębienia, grypy, opryszki i półpaśca. Używajmy leków przepisanych przez lekarza i nie przerywajmy kuracji – apeluje Anna Olczak-Pieńskowska, magister nauk o zdrowiu. – Nie stosujmy leków, które pozostały nam z wcześniejszych terapii i co najważniejsze nie przekazujmy ich innym osobom. Warto przypomnieć, że unikanie kontaktu z chorymi i podstawowe zasady higieny, jak np. mycie rąk nadal są pomocne w walce z bakteriami.*

\* Badanie przeprowadzone było w listopadzie 2013 r. na próbie 318 osób w wieku od 18 do 49 lat.

# Duże inwestycje dopiero przed nami

W Zgierzu coś drgnęło – przyznają to nie tylko zwolennicy prezydenta, ale nawet osoby zdystansowane, nie do końca przychylnie obecnej władzy. To „coś” stanowią zapewne inwestycje, choć nie tylko one. To także forma wydarzeń miejskich, uruchomienie kilku nowych jednostek, jak choćby Centrum Seniora czy rozwinięcie działalności Centrum Obsługi Przedsiębiorców. O innych zmianach w ostatnich 12 miesiącach rozmawiamy z Przemysławem Staniszewskim z okazji drugiej rocznicy wyboru go na fotel Prezydenta Miasta Zgierza.

## Jest pan zadowolony z tego, co udało zrobić dla Zgierza w tym roku?

W pewnym stopniu tak, choć, oczywiście, zawsze mam niedosyt. Myślę, że na liście najważniejszych spraw powinno się wymienić konsekwentne działanie na rzecz seniorów oraz na rzecz rozwoju infrastruktury czy urbanistyki – tu mam na myśli zakończenie studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego miasta. Udało się to zrobić po prawie 8 latach nieudanych prób. Sukcesem jest też przygotowanie dokumentacji do przeprowadzenia termomodernizacji budynków czy dalsza rewitalizacja przestrzeni miasta. Poza tym wzrosła efektywność w zakresie oczyszczania miasta, w instytucjach kultury panuje dobra atmosfera. Zmieniła się także jakość promocji miasta – na lokalnym rynku ugruntowała się pozycja społeczno-kulturalnego miesięcznika, który zastąpił dawne ITZ. To ważniejsze o tyle, że z rynku zniknęła Panorama Zgierska, jedyna komercyjna gazeta poświęcona sprawom Zgierza.

## I to właśnie, pana zdaniem, zapamiętają mieszkańcy Zgierza, gdy kiedyś w przyszłości pomyślą o wydarzeniach, które przyniósł rok 2016?

Myślę, że tak, ale też – jak sądzę – zapamiętamy Kino Kibica i inne wydarzenia, dzięki którym Zgierz stał się lepiej rozpoznawalny na zewnątrz, zyskał lepszy wizerunek. Na tę zmianę jakości ma też na pewno wpływ inne podejście do realizacji wydarzeń patriotyczno-narodowych. Staramy się, żeby towarzyszył im akcent kulturalny. Zapewne zapamiętamy pierwszy dziecięcy budżet obywatelski, może też realizację zadań pierwszego „dorosłego”.

## Wiem, że przywiązuje pan wagę do jakości wydarzeń miejskich, ale przede wszystkim jest pan mocno skupiony na inwestycjach, o które teraz chciałabym zapytać, tym bardziej że ich poziom w ostatnich dwóch latach dynamicznie rośnie.

Tak jest, a co ważniejsze, sukcesem na tym polu jest to, że dzieje się to bez zaciągania zobowiązań. Faktycznie, zanim objąłem prezydenturę, inwestycje miejskie kształtowały się na poziomie około 6 mln zł. W pierwszym



Rozwój inwestycji miejskich to jeden z priorytetów kadencji prezydenta Przemysława Staniszewskiego

roku mojego urzędowania wygosparowaliśmy na ten cel 7 mln zł, w obecnym nastąpił wzrost do 12 mln z własnych – podkreślę – środków. Jednak prawdziwy skok jest przed nami. W latach 2017-2018, już przy wsparciu środków zewnętrznych, w Zgierzu zostanie zainwestowanych ponad 100 mln zł. Dla zobrazowania skali powiem, że planujemy inwestycje na poziomie rocznego budżetu miasta. Obejmą one termomodernizację placówek oświatowych, budynków użyteczności publicznej i komunalnych oraz dalszą rewitalizację miasta.

Wracając do tego, co za nami, to wcześniej miasto remontowało place, które stanowią o estetyce, ale nie są najważniejsze z punktu widzenia jakości życia. Teraz odwróciliśmy tendencję: zaczynamy od tego, co trzeba, a niekoniecznie od tego, co widać. Chodzi o to, aby zmniejszać koszty eksploatacji, utrzymania obiektów, żeby miasto coraz mniej kosztowało, żeby można było wydawać pieniądze na coś innego, a nie na ciepło i energię elektryczną. Chcemy też sukcesywnie podnosić komfort życia mieszkańców.



**Skoro o inwestycjach mowa, to zapytam o trasę S14, której temat znów odżył w przestrzeni publicznej i medialnej, a to za sprawą podpisanej kilka tygodni temu zgody na dalszą realizację, która przybliży powstanie obwodnicy Zgierza.**

Chcę podkreślić, że jest to decyzja o przystąpieniu do drugiego etapu prac. Nie stanowi ona stuprocentowej gwarancji, że droga powstanie, bo praktyka pokazuje, że w tak wielkim procesie inwestycyjnym jest dużo czynników, które mogą znacząco wpłynąć na bieg wydarzeń. Odwołuję się tu choćby do problemów z budową S8. Wiemy na pewno, że na ten moment wykonawcy mogą składać oferty, że pod koniec maja 2017 r. ma dojść do podpisania umowy. A jak będzie? Zobaczymy. Na pewno powstanie S14 przyczyni się do rozwoju miasta, które będzie lepiej skomunikowane i przestanie być synonimem korków drogowych. Nie chcę spekulować, dywagować, podgrzewać atmosfery. Czekamy. Rolą władz miasta jest doprowadzenie do tego, aby mieszkańcy jak najmniej ucierpieli podczas budowy, bo wiadomo, że zawsze są problemy – następuje zamykanie dojazdów, pojawia się sporo brudu. Miasto nie może być sparaliżowane. Wszystko ma działać. I to leży po stronie samorządu.

**Mamy w kraju dość dynamiczną sytuację. Co trochę pojawiają się nowe pomysły, jak choćby reforma oświaty, za które będą musiały zapłacić samorządy. Czy w związku z tym spodziewa się pan jakichś zawirowań?**

Jeśli reforma wejdzie w życie, będziemy musieli wyasygnować środki na realizację jej założeń. Na tym etapie trudno jednak powiedzieć, ile to będzie, bo mamy szcztkowe informacje i nikt nie wie, jak ona ma wyglądać. Na pewno będziemy się starać, aby wszystkie działania były transparentne i aby odbywały się przy współudziale przedstawicieli placówek oświatowych. Nie chcemy też stracić kadrowych, bo nauczyciele w Zgierzu są potrzebni.

**Jaki Zgierz wyobraża pan sobie za rok?**

Przede wszystkim dalej będą się tu rozwijać inwestycje. Rozpocznie się termomodernizacja budynków i rewitalizacja miasta, dalszej części parku, Malinki, MOSiR, przybędzie nam wyremontowanych dróg i chodników. Ruszy remont ulicy Śniechowskiego, ponieważ w końcu udało się wyprostować problemy z zaszłości. Oprócz remontów, ważne są kwestie mieszkalnictwa. Niedawno miasto oddało blok komunalny przy Długiej, już rozpoczęła się przebudowa kolejnego obiektu na mieszkania. W ogóle rozwój mieszkalnictwa w Zgierzu jest dla mnie ważny. Istotne jest także wykorzystanie potencjału organizacji pozarządowych, z którymi pozostajemy w kontakcie, a które robią wiele dobrego na rzecz Zgierza. ●

Rozmawiała Renata Karolewska

# Nowa Młodzieżowa Rada Miasta



Pierwsza sesja Młodzieżowej Rady Miasta w sali Miasta Tkaczy

**B**ez parytetów. 12 dziewcząt i zaledwie 6 młodych panów – tak wygląda skład niedawno wybranej Młodzieżowej Rady Miasta Zgierza, której przewodniczyć będzie Adrian Pal, a jego zastępcami przez najbliższe dwa lata kadencji będą: Jacek Graczyk i Agata Karasińska. Funkcję Sekretarza pełnić ma Aleksandra Olczak.

Na początek młodzież zamierza zapoznać się z planami wydarzeń miejskich i rozpatrzyć możliwości włączenia się w ich realizację. Na ten moment wiadomo, że rada zamierza wziąć udział w Wielkiej Orkiestrze Świątecznej Pomocy; że chce zorganizować kilka interesujących happeningów, doprowadzić do zmian w statucie. Są również pomysły na przeprowadzenie debat tematycznych podejmujących problemy młodych ludzi.

Najważniejszym zadaniem jest jednak wzmocnienie aktywności tych młodych zgierzan, którzy chcą poznawać kulisy samorządności i interesują się problemami

zarządzania, kompetencjami poszczególnych organów, jak choćby Prezydenta Miasta Zgierza, Przewodniczącego Rady Miasta Zgierza czy radnych oraz interesują ich procesy tworzenia się prawa miejscowego. – *Udział w takiej radzie to doskonały sposób na naukę demokracji i poznanie mechanizmów zarządzania samorządem. Młodzi mogą zobaczyć na własne oczy, że podejmowanie decyzji wcale nie jest takie nieskomplikowane jak może to się wydawać z daleka. Uważam, że trzeba im dawać szansę i doceniać ich wysiłki* – podsumowuje Opiekunka Rady Renata Malinowska-Koralewska.

Celem Młodzieżowej Rady Miasta Zgierza, której kadencja potrwa do 2018 r., jest reprezentowanie młodzieży przed władzami naszego miasta. Jej członkowie mają prawo występować do Prezydenta lub wnioskować do „dorosłej” Rady Miasta o wsparcie, wdrożenie lub pomoc w realizacji działań charytatywnych, kulturalnych, edukacyjnych czy sportowych. (rk)

# Z seniorami o seniorach



LUKASZ SOBIERAŁSKI

Jedną z atrakcji spotkania była możliwość zapisania się do udziału w bezpłatnej wycieczce organizowanej przez Zgierskie Centrum Seniora

Pierwsze w cyklu spotkań władz miasta z różnymi środowiskami obecnymi w mieście za nami. Cykl zainaugurowali seniorzy – jedna z najbardziej aktywnych grup społecznych. Celem debaty z udziałem prezydentów, przedstawicieli Zgierskiego Centrum Seniora oraz około 250 mieszkańców było omówienie praktycznych aspektów

założeń polityki senioralnej w mieście oraz próba odpowiedzi na pytanie o działania, które należy podjąć, by miasto było przyjazniejsze do życia z punktu widzenia najstarszej grupy mieszkańców. Uczestnicy spotkania podkreślali konieczność likwidacji barier architektonicznych, pytali prezydenta Stanisławskiego o możliwości wprowadzenia

bezpłatnej komunikacji miejskiej. Interesowali się również obszarem opieki medycznej w mieście. Sporo miejsca poświęcono funkcjonowaniu Karty Seniora. – *Seniorzy są inspirujący. Pojawiło się sporo uwag i pomysłów. Z pewnością będę realizował te, na które mam wpływ. Trudniej o składanie obietnic, na które jako wódcza miasta nie mam wpływu, jak choćby budowa S14. Mogę jedynie obiecać, że robię i zrobię wszystko w tej sprawie, podobnie jak w innych, które służą rozwojowi Zgierza* – podsumował prezydent Przemysław Stanisławski.

Dużym zainteresowaniem wśród seniorów cieszyła się oferta bezpłatnych wycieczek integracyjnych – w przyszłym roku zaplanowano ich 8; oraz informacja o nadchodzącej koszykowej zabawie sylwestrowej, która przy muzyce na żywo odbędzie się w obiekcie MOSiR (pisaaliśmy o tym w poprzednim numerze – przyp. red.). Po szczegóły odsyłamy do centrum seniora przy ul. Popieluszki 3a.

Spotkanie, które odbyło się w połowie listopada w pałacyku WODN przy ul. 3 Maja poprzedził koncert Anny Paszkowskiej, a zakończył słodki poczęstunek. (rk)



**BANK  
SPÓŁDZIELCZY  
W ZGIERZU**

*Niech nadchodzące Święta Bożego Narodzenia będą niezapomnianym czasem spędzonym bez pośpiechu, trosk i zmartwień, a Świąteczne chwile niosą wiarę i siłę do realizacji nowych pomysłów.*

*Spokojnych Świąt Bożego Narodzenia oraz Szczęścia w Nowym 2017 Roku, które sprawi, że wszystkie podjęte działania zakończą się sukcesem.*

*Zarząd i pracownicy  
Banku Spółdzielczego w Zgierzu*

**PRZENIEŚ KREDYTY DO NASZEGO BANKU!**  
Weź wygodnie kredyt gotówkowy w naszym Banku i spełniaj swoje marzenia!

**ADRESY PLACÓWEK:**

Centrala, ul. Długa 62A	tel. 42 716 66 00
Filia w Zgierzu, ul. Parzęczewska 21	tel. 42 716 36 53
POB Nr 1, ul. Długa 16	tel. 42 715 42 73
POB Nr 3, ul. Łęczycka 4	tel. 42 718 25 38
POB Nr 4, ul. T. Boya-Żeleńskiego 45	tel. 42 715 10 50
POB Nr 5, Pl. Jana Pawła II 17	tel. 42 716 20 66

szegóły na  
[www.bszgierz.pl](http://www.bszgierz.pl)

# Czym są dla mnie święta Bożego Narodzenia?

**P** przed nami święta Bożego Narodzenia – wyjątkowy czas dla wielu z nas. Postanowiliśmy zapytać duchownych reprezentujących trzy różne kościoły, których wspólnoty są obecne w Zgierzu, czym dla nich i ich współwyznawców jest ten moment w roku.

## **Ksiądz kanonik Andrzej Chmielewski – Proboszcz parafii Św. Katarzyny Aleksandryjskiej w Zgierzu**



To moment zatrzymania w codziennej gonitwie, w którym Najwyższy mówi mi, jak bardzo mnie kocha. Jeśli z sentymentem i głęboką wiarą przeżywam ten czas i rozumiem, że ta miłość zamieszkuje pośród nas, to wtedy wszystko zaczyna być postrzegane w innym świetle. Chciałbym, żeby życzenia składane w takim dniu zawsze miały wydźwięk, nie były oklepane, ale połączone z troską; żebyśmy byli świadomi, komu je składamy i czego życzymy, bo znamy te osoby, z którą zasiadam do stołu.

To ma być dzień, który uświadamia, że gdyby nawet coś nam się pogmatwało, to tu przy źródle miłości, gdy się przytulamy nawzajem do siebie, wszystko wygląda inaczej i może być inne. Nie wiem, czy to łatwo przyjąć, dlatego w polskiej rzeczywistości, w Kościele rzymsko-katolickim, jest mnóstwo różnorodnych dodatków: choinki, żłobek, pasterka, kolędy – wszystko to nadaje takiego kształtu, że aż chce się nam tym żyć. Mam tylko jedno przesłanie – żebyśmy tej miłości tak szybko nie tracili. To ma być budulec i tak naprawdę tylko o to w życiu chodzi.

## **Ksiądz Marcin Undas – Proboszcz parafii ewangelicko-augsurskiej pw. Opatrzności Bożej w Zgierzu**



Święta Bożego Narodzenia dla mnie to przypomnienie tego, co Bóg dla naszego zbawienia uczynił. To przypomnienie przyjścia na świat Jezusa Chrystusa, jego narodzenie w Betlejem. To również czas radosnych spotkań w gronie parafian i rodziny.

Dobry, serdeczny czas. Czas śpiewu, czas kolęd. To właśnie kojarzy mi się ze świętami.

## **Pastor Marek Micyk – Kościół adwentystów dnia siódmego**



ARCHIWUM PRYWATNE

Okres świąteczny to dla mnie i wielu moich współwyznawców czas rodzinnych spotkań i okazji do rozmów o Bogu. Jako adwentyści dnia siódmego znacznie mniejszy akcent kładziemy na pierwszy adwent, tym bardziej że Pismo Święte nie podaje żadnej daty, a obecnie przyjęta jest dość kontrowersyjna. Słowo adwent oznacza przyjście i choć odnosi się do narodzenia Pana Jezusa, to przede wszystkim powinno zwracać uwagę na Jego największą obietnicę pozostawioną chrześcijanom, kiedy Chrystus przyjdzie jeszcze raz. Dla nas jest to tak istotne, iż nawet nasza nazwa – Kościół adwentystów – wyraża tę wielką tęsknotę wierzących chrześcijan. Można zatem powiedzieć, że nasz adwent trwa cały rok, kiedy przygotowując się oczekujemy powrotu Zbawiciela. (ea/rk)

*Z okazji Świąt Bożego Narodzenia składamy najserdeczniejsze życzenia zdrowia, szczęścia, pogody ducha oraz pomysłowości, radości i uśmiechu w Nowym Roku*

Prezydent Miasta Zgierza  
Przemysław Staniszewski

Przewodniczący Rady Miasta Zgierza  
Radostaw Gajda



# Poznajmy się, czyli radni sami o sobie

Minął rok od rozpoczęcia cyklu prezentującego zgierskich radnych. Dla większości z nich była to okazja, aby na naszych łamach podzielić się ze zgierzanami swoimi planami i pomysłami na rozwój miasta, aby przedstawić sprawy priorytetowe, a czasem pokazać swoje zainteresowania i hobby. Czytelnicy z kolei mogli bliżej poznać tych, którzy realnie decydują o kierunkach rozwoju Zgierza. Na prezentację zdecydowało się 20 spośród 23 radnych.

Ponieważ nie zawsze mamy okazję poznać tych, którzy reprezentują nasze małe przestrzenie – osiedla, to liczymy, że cykl pozwolił nie tylko dowiedzieć się nieco więcej o działalności radnych, ale też da możliwość weryfikacji aktywności tych, na których oddaliśmy nasze głosy w czasie wyborów samorządowych.

Warto przy okazji podkreślić ważną rolę radnych w naszym i każdym innym mieście. To oni bowiem kontrolują poczynania Prezydenta, decydują o kierunkach jego działania. Oni też zatwierdzają budżet samorządu i określają wysokości lokalnych podatków. To radni w końcu stanowią o innych ważnych dla miasta sprawach, jak choćby o nazwach ulic i placów.

W tym numerze mamy okazję poznać ostatniego z radnych, który zgodził się na prezentację w miesięczniku. A jest nim Jakub Filipowicz.



**Jakub Filipowicz**

**Wizytówka:** Większą część mojego życia spędziłem na uprawianiu zapasów. To właśnie na sali treningowej, dzięki trenerom i kolegom, z którymi miałem przyjemność pracować, nauczyłem się, co to ciężka praca, upór w dążeniu do celu, honor, wytrwałość, obowiązkowość, sumiennosc, koleżeństwo czy drużyna. Poznałem, jak smakuje sukces, ale także, jak radzić sobie z porażką. Wcześniej tego nie rozumiałem, często się buntowałem – musiałem dojrzeć, aby docenić drogę, która mnie ukształtowała.

**Zostałem radnym, bo** jednym z moich zainteresowań jest polityka. Chciałem się uczyć, zgłębiać jej tajniki, zacząć ją rozumieć. Oczywiście bycie radnym to w moim przekonaniu misja, którą mieszkańcy powierzają swoim

przedstawicielom. Misją, w której bezwzględny priorytetem jest działanie na rzecz mieszkańców i miasta, co mam zaszczyt realizować.

**Dla mnie jako radnego najważniejsze jest** być sobą, nieść pomoc osobom potrzebującym, być otwartym na problemy innych, które należy wspólnie rozwiązywać. Ważne jest także, aby radni byli blisko ludzi, byli wśród nich. Uważam, że ważna jest odpowiedzialność za słowa, choćby w przekazywaniu mieszkańcom rzetelnych i prawdziwych informacji, aby nie były one zmanipulowane i przekłamane, co często ma miejsce.

**Kiedy myślę o sobie, widzę człowieka** szczęśliwego. Mam cudowną rodzinę: córki Zosię i Marysię, żonę Karolinę. Realizuję się w pracy z dziećmi, zarówno jako nauczyciel w szkole, jak i jako trener w klubie zapasniczym. Pracuję na rzecz mieszkańców, próbuję pomagać im jak tylko potrafię najlepiej, współpracuję z instytucjami, szkołami, firmami, organizacjami i stowarzyszeniami. Robię,

co lubię i chyba najważniejsze jest to, że sprawia mi to ogromną satysfakcję.

**W życiu najbardziej cenię sobie** wartości, które wyniosłem z domu rodzinnego. Dzięki nim mogę być teraz lepszym człowiekiem. Rodzice nauczyli mnie jak ważna jest rodzina i Ojczyzna. Przekazali mi podwaliny wiary katolickiej, która jest dla mnie bardzo ważna, nauczyli szanować ludzi, pomagać im, tolerować i akceptować ich odmienność.

**Mam nadzieję, że pod koniec tej kadencji będę mógł powiedzieć,** że sumiennie pracowałem na rzecz mieszkańców i byłem małym trybikiem, dzięki któremu Zgierz się zmienił na lepsze.

Korzystając z okazji pragnę złożyć Państwu na zbliżające się Święta życzenia przeżywania Bożego Narodzenia w zdrowiu, radości i ciepłej rodzinnej atmosferze. Kolejny zaś rok niech będzie czasem pokoju oraz realizacji osobistych zamierzeń.

## Młodszy odcień miasta

# Światowy Dzień Pluszowego Misia



W szpitalu pluszowego misia najmłodszy osuwali się z widokiem personelu medycznego i podstawowym sprzętem medycznym, dzięki czemu w przyszłości mniej stresowo będą reagować na prawdziwą wizytę u lekarza

**M**ięciutki, przyjazny i niezastąpiony przyjaciel z dzieciństwa. Pluszowy miś to atrybut każdego malucha. To uniwersalna zabawka doskonała dla dziewczynek i chłopców, dla najmłodszych i nieco starszych. Nic zatem dziwnego, że doczekała się swojego święta. 25 listopada został wyznaczony na Światowy Dzień Pluszowego Misia. W tym roku był obchodzony już po raz 14. W placówkach edukacyjnych na całym świecie odbyły się wydarzenia związane z tą ulubioną przez wszystkich przytulanką. Święto nie ominęło również naszego miasta. Wcześniej rano można było zobaczyć wiele zgierskich dzieci niosących do przedszkoli i szkół swoje ukochane maskotki.

Dzień ten stał się okazją do uruchomienia w Miejskim przedszkolu nr 8 po raz pierwszy w historii miasta „Szpitala Pluszowego Misia”. We współpracy ze studentami

Uniwersytetu Medycznego w Łodzi, należącymi do łódzkiego oddziału Międzynarodowego Stowarzyszenia Studentów Medycyny IFMSA-Poland, w placówce został zorganizowany projekt edukacyjny, którego celem było oswojenie dzieci z lekarzem, szpitalem i różnorodnymi badaniami. – *Zorganizowaliśmy w przedszkolu „szpital”, którego pacjentami zostały pluszowe misie – opowiada Elżbieta Michalska, Dyrektor Przedszkola. – Dzieci wcieliły się w rolę opiekunów i towarzyszyły swoim podopiecznym podczas całego procesu leczenia, aktywnie uczestnicząc w badaniach, a nawet asystując przy operacji. Jak twierdzą organizatorzy przedsięwzięcia poprzez taką zabawę dzieci przyzwyczajają się do widoku personelu medycznego i zabiegów lekarskich, na skutek czego zmniejsza się u nich poziom stresu podczas prawdziwej wizyty u lekarza.* (ea)

# Piękna dykcja dla komfortu życia

Przekręcanie lub skracanie wyrazów, seplenienie, jąkanie albo niewyraźna mowa dziecka mogą zastanawiać niejednego rodzica. Z drugiej strony wielu uważa, że nie ma sensu panikować, bo dziecko samo wyrośnie z „ziaby” czy „psijaciółki”. Czy faktycznie tak jest, a jeśli nie, to co i kiedy powinno nas zaniepokoić? O coraz częstszych problemach artykulacyjnych u dzieci rozmawiamy z pedagogiem szkolnym i logopedą w jednym, Pauliną Janiszewską.

**Dotarłam niedawno do wyników badań, z których wynika, że problem z prawidłową wymową ma połowa czterolatków, trzech na czterech pięcioletków i aż 78 % sześciolatków. Są dość zatrważające. Czy na podstawie swoich doświadczeń zawodowych może pani potwierdzić tę skalę?**

Zdecydowanie tak. Moja praktyka w szkole podstawowej oraz w gabinecie prywatnym utwierdza mnie w takim przekonaniu. Tak rzeczywiście jest, że zdecydowana większość dzieci ma jakąś wadę wymowy. Dzieci nie radzą sobie przede wszystkim z głoskami syczącymi, czyli s,c,z i szumiącymi, czyli sz, cz, dż. Kłopoty sprawia też artykulacja głoski r.

**Dlaczego tak się dzieje?**

Moim zdaniem paradoksalnie problem leży w cyfryzacji i powszechnym dostępie do technologii. Często widzę, jak dzieciaki grają czy rysują na tabletach. Proszę zauważyć, że najczęściej siedzą z otwartymi buziąmi, język jest wysunięty. Niby nie takiego, ale to w efekcie prowadzi do powstania wad wymowy. Rozumiem, że danie tabletu dziecku to wygoda dla rodziców, ale potem problem mają dzieci. Podobnie jak jest z cesarskimi cięciami...

**A co cesarskie cięcie ma do wady wymowy?**

Najkrócej mówiąc, chodzi o oddech i możliwe niedotlenienie. Dziecko, które nie przyszło na świat w sposób naturalny (pomijam sytuacje, gdy nie ma innego wyjścia) często słabiej się rozwija, jest bardziej podatne na infekcje, a to ma swoje dalsze skutki. Kończąc odpowiedź na poprzednie pytanie, dodam, że źródłem problemów jest także brak rozmów dzieci i rodziców, które zostały zastąpione wymianą komunikatów. Następny problem wiąże się z używaniem smoczka powyżej 1 roku życia, ale też ze zbyt późnym wprowadzaniem do diety malucha pokarmów, które trzeba gryźć. Przez to dziecko nie ćwiczy zuchwy.

**Co i kiedy powinno zaniepokoić rodziców?**

Jeśli po pierwszym roku życia dziecko nie mówi: mama, tata, baba lub nie reaguje na swoje imię. Jeśli w drugim roku ma mały



Początek podstawówki to najlepszy moment na rozpoczęcie pracy dziecka z logopedą – przekonuje Paulina Janiszewska

zasób słów, nie buduje prostych zdań, typu „mama daj”; jeśli dziecko zajęte zabawą, wysuwa język. Myślę, że warto wybrać się choć raz w roku na konsultację logopedyczną z dzieckiem. Im wcześniej rozpoczniemy pracę, tym szybciej przyniesie ona efekty. Zwróćmy uwagę na to, że skutkiem złej wymowy u dzieci jest niejednokrotnie odrzucenie go przez grupę rówieśników. A to rodzi kolejne problemy w sferze psychicznej i emocjonalnej naszej pociechy.

**Czy jest jakaś wyraźna, górna granica wieku na rozpoczęcie pracy z dzieckiem?**

Z mojego doświadczenia wynika, że jeśli do trzeciej klasy szkoły podstawowej nic się nie robi, to potem już będzie coraz gorzej i trudniej. Początek podstawówki to także najlepszy moment na pracę i to nie tylko tej w gabinecie logopedycznym, ale też

w domu. Oczywiście nie możemy się spodziewać, że przyjdziemy do logopedy raz czy dwa i od razu będzie lepiej. Nie. To zwykle trwa znacznie dłużej. Ja zwykle daję dziecku rok przy spotkaniach raz w tygodniu i równoczesnym ćwiczeniu w domu. Na pocieszenie powiem, że z głoskami szumiącymi czy syczącymi stosunkowo łatwo sobie można poradzić. Gorzej jest z jąkaniem. Możemy je co najwyżej uspić, zminimalizować, ale nigdy z niego nie wyjdziemy. Zawsze może się pojawić czynnik emocjonalny, który wywoła jąkanie.

**A jaki jest stan dorosłego społeczeństwa? Jak pani włącza radio czy telewizor, to co pani sobie myśli?**

To, że chyba ktoś tam dostał się z przypadku. Wiele osób, nawet aktorów czy dziennikarzy, ma wady wymowy. Najbardziej słychać seplenienie, zjadanie samogłosek, złą artykulację r. W przypadku dorosłych ważna jest jednak samoświadomość, bo wiele problemów artykulacyjnych można usunąć.

**Kto jeszcze poza aktorami i dziennikarzami powinien szczególnie dbać o głos?**

Na pewno są to nauczyciele, handlowcy, prawnicy. Głos jest ich narzędziem pracy. Nie dbając o głos, nie dbają o siebie, co ma przełożenie na jakość wykonywanej pracy. Pracując głosem, warto nauczyć się odpowiednio oddychać, mówić przeponowo, ustalać tor oddechowy i artykułować głoski. To wszystko ma ostatecznie wpływ na stan naszego aparatu mowy, czyli naszego zdrowia.

**Dlaczego warto ładnie mówić? Po co to komu?**

Jak to po co? Żebyśmy byli zrozumiani i pewni siebie. Jako kobieta, mając umalowane paznokcie i makijaż, czuję się lepiej, pewnie siebie. Czasem od tego, jak mówimy, zależy więcej niż pozornie może się wydawać. Poprawna wymowa daje nam świadomość, że jesteśmy dobrze odbierani przez innych.

Rozmawiała Renata Karolewska

Proste i wartościowe odżywianie to dla Mateusza Żłobińskiego recepta na zdrowie. Zgierzanin właśnie wydał poradnik, który – jak twierdzi – obala mity i przekłamania na temat żywienia

# Zdrowe jedzenie, ale gdzie go szukać?



Z wykształcenia informatyk, z pasji dietetyk. Mateusz Żłobiński od kilku lat prowadzi blog o prostym i zdrowym odżywianiu. W grudniu ukaże się jego pierwsza książka „Dieta odżywcza. Zaczniemy od początku”. Czy zgierzanin ma szansę zrewolucjonizować nasz sposób odżywiania?

ŁUKASZ SOBIERSKI

### Jest pan autorem bloga [salaterka.pl](http://salaterka.pl). Skąd wziął się pomysł na blog?

Wszystko zaczęło się od moich problemów ze zdrowiem. Przy moim wzroście ważyłem 100 kg, czyli około 30 kg za dużo. Fizycznie bardzo źle się czułem. Zacząłem szukać sposobu, żeby sobie z tym poradzić. Stosując tradycyjne metody dietetyczne i uprawiając sport, zrzuciłem zbędne kilogramy, ale nadal nie czułem się w pełni sił. Zauważyłem, że jest mnóstwo mitów i przekłamań dotyczących żywienia, serwowanych nam przez prasę i telewizję. Mam duszę badacza i chciałem samodzielnie dotrzeć do rzetelnych informacji. Postanowiłem oprzeć się na naukowej wiedzy i zaleceniach najważniejszych instytucji zdrowotnych. Zdrowe i wartościowe odżywianie stało się dla mnie pasją, którą postanowiłem dzielić się z innymi.

### Na blogu demaskuje pan pewne trendy żywieniowe promowane przez media i ujawnia kulisy żywności produkowanej przez duże firmy. Czy jesteśmy mało świadomymi konsumentami?

Mamy mnóstwo rzeczy na głowie. Nikt nie ma czasu na to, żeby interesować się każdą dziedziną. Dlatego nie analizujemy wnikliwie każdej wiadomości. Gdzieś słyszymy, że olej kokosowy jest zdrowy, więc sięgamy po niego. Ma on w swoim składzie dużo tłuszczów nasyconych, które dodają nam energii, ale jednocześnie podnoszą nam poziom cholesterolu. Jego wysoki poziom nie jest odczuwalny jako dyskomfort, ale jego duże stężenie w ludzkim organizmie może zwiększyć ryzyko wystąpienia zawału serca lub udaru mózgu. Jest ogromny szum informacyjny wokół tego, co zdrowe lub szkodliwe, więc trudno jest ocenić

wiarygodność tych komunikatów. Na swoim blogu próbuję rozprawić się z tymi mitami i przekłamaniem.

### Na początku grudnia ukazała się pierwsza pana książka „Dieta odżywcza. Zaczniemy od początku”. O czym jest ten poradnik?

Krótko mówiąc, o najbardziej odżywczej diecie. Podchodzę do odżywiania kompleksowo, dostarczając organizmowi cennych składników odżywczych i unikając szkodliwych. W książce porównuję 460 produktów pokarmowych pod względem 40 najważniejszych składników odżywczych, uznawanych przez instytucje zdrowotne za niezbędne w codziennej diecie. Przeanalizowałem i zestawiliłem ze sobą dane pod względem ilości witamin i składników mineralnych, które powinniśmy sobie codziennie dostarczać i wyszła z tego bardzo prosta dieta.

### Jakie jest pana zdanie na temat modnych ostatnio suplementów?

Lekarze, podobnie jak organizacje zdrowotne, dostosowują zalecenia do tego, jak się odżywiamy. Jeżeli rzeczywiście ktoś ma tragiczną dietę, ubogą w witaminy i substancje mineralne, to suplementy mogą trochę zrehabilitować organizm, ale nie pomogą w osiągnięciu dobrego zdrowia. Oczywiście warto się suplementować takimi substancjami, jak: jod, witamina D3 i B12, bo tu są najczęstsze niedobory charakterystyczne dla naszej szerokości geograficznej. Mimo wszystko uważam, że kompleksowa suplementacja nie zastąpi nam zdrowego odżywiania.

### A co z przyprawami? Czy warto wzbogacać nimi zdrowe produkty?

Przyprawy takie, jak kurkuma lub curry są silnymi przeciwutleniaczami, powszechnie uważanymi za środek prewencyjny w zapobieganiu licznyim chorobom, jak choćby nowotwory. Łyżeczka suszonej papryki może być odpowiednikiem świeżego warzywa. Zatem przyprawy warto stosować, bo jest to skondensowane źródło odżywczych substancji.

### Jak ocenia pan rolę sportu?

Nie ma mowy, żeby być zdrowym bez aktywności fizycznej. Jesteśmy stworzeni do ruchu. Gdy astronauta leci w przestrzeń kosmiczną i nie mają ciężenia, czyli nie używają mięśni, muszą 2-3 godziny dziennie ćwiczyć. Jeśli pozbawiliby się ruchu, po kilku miesiącach mieliby znacznie zmniejszoną tkankę kostną. Sport nie jest potrzebny nam po to, żeby schudnąć, ale dla naszego zdrowia i lepszego samopoczucia.

### Jestem młodą mamą i nieraz zastanawiam się, jak przekonać małe dzieci do jedzenia warzyw i owoców?

Ja z kolei jestem tatą 3,5-letniego synka i 1,5 rocznej córki. Warzywa i owoce są obecne w ich życiu od początku, więc nie muszę przekonywać do ich jedzenia. Rodzicom, którzy zmagają się jednak z takim problemem proponuję przygotowywanie koktajli. Można połączyć jabłko z natką pietruszki i wodą, a dla słodkości dodać banana. Dzieci uwielbiają to połączenie. Postać koktajlu powoduje, że łatwiej jest nauczyć smaku świeżych owoców i warzyw.

### A jak zmienić nawyki żywieniowe Polaków?

Nie wiem, nie jestem najlepszy w zmienianiu nawyków innych osób. Książkę kieruję do tych, którzy chcą coś zmienić w swoim życiu. Daję narzędzie, które pokazuje, jak zdrowo się odżywiać. Mam nadzieję, że dzięki obaleniu mitów na temat odżywiania, ludzie zaczną inaczej patrzeć na spożywane produkty.

Rozmawiała  
Emilia Antosz

# Wspólna droga ku dobru wspólnemu

KAZIMIERZ KUBIAK



Czym jest dobro wspólne? Platon, „bonum commune” – dobro wspólne, określał jako wspólny pożytek wszystkich obywateli. Rozważania na ten temat znajdujemy w dywagacjach ojców Kościoła. Święty Augustyn ujmował dobro wspólne jako „pokój społeczny” utożsamiany z dobrem jednostki i uporządkowaną zgodą jednostki. Podobnie rozumował Tomasz z Akwinu, który ład i doskonałość wszechświata oraz porządek społeczny określał mianem dobra wspólnego. Współcześni nam ekonomiści, etycy, politolodzy w chaosie różnych poglądów próbują przywrócić wartość temu pojęciu. Sceptycy słowo „wspólne”, odczytują jako niczyje, bezpieczne, łatwe do zawłaszczenia. Papież Jan XXIII w Encyklice „Mater et magistra” definiował dobro wspólne jako „całokształt takich warunków życia społecznego, w jakich ludzie pełniej i szybciej mogą osiągnąć własną doskonałość”. Na doniosłość pojęcia dobra wspólnego zwracał uwagę też Jan Paweł II.

Pojęcie dobra wspólnego znajdujemy w Konstytucji Rzeczypospolitej Polskiej z 2 kwietnia 1997 r. W preambule Konstytucji czytamy: „...my Naród Polski – wszyscy obywatele Rzeczypospolitej [...] równi w prawach i powinnościach wobec dobra wspólnego – Polski. Artykuł 82 Konstytucji RP głosi, że „obowiązkiem Obywatela jest wierność Rzeczypospolitej Polskiej oraz troska o dobro wspólne”.

Na całym świecie społeczeństwa organizują się w obronie dobra wspólnego, jakim są zasoby wodne, przyroda i szeroko rozumiane środowisko, w którym żyjemy. Dbałość o wspólne dobro całego globu należy zacząć od dbałości na poziomie lokalnym.

By chronić dobra wspólne, trzeba znaleźć wspólny język, co do sposobu i metod wspólnych działań. W każdym środowisku istnieje szereg stowarzyszeń, organizacji czy, szerzej rzecz ujmując, instytucji otoczenia biznesu, kultury, sportu i innych przejawów aktywności społeczeństwa. Ich zadaniem jest inicjowanie i sterowanie rozwojem regionu czy subregionu. Niezwykle ważną rolę w tym procesie mają izby gospodarcze oraz organy terenowej administracji publicznej i samorządowej.

Dobra współpraca i klimat społeczny sprzyjają „rozwojowi lokalnemu,... takiemu stanowiению warunków, w których zasoby lokalne stają się aktywnymi czynnikami roz-

woju, wówczas bowiem powstają realne warunki ich wykorzystania”. Dla przedsiębiorczości ekonomicznej największe znaczenie mają czynniki lokalne o charakterze kulturowym, historycznym, silne więzi społeczne, więzi z miejscem działania i regionem, duża aktywność społeczna i kultura przedsiębiorczości. Są to dobra wspólne danej społeczności. Otoczenie, czyli to wszystko, co wymieniliśmy wyżej, stwarza warunki do rozwoju społeczno-gospodarczego, sprzyja rozwojowi przedsiębiorczości, aktywności ekonomicznej i kulturalnej współmieszkańców.

...my Naród Polski –  
wszyscy obywatele  
Rzeczypospolitej [...]  
równi w prawach  
i powinnościach wobec  
dobra wspólnego – Polski

Dobro wspólne to trzy elementy, tworzące zintegrowaną, współzależną całość: zasoby, społeczność oraz zestaw zasad, wartości i norm, takich jak demokracja partycypacyjna (obywatelska), przejrzystość, uczciwość, osobisty dostęp do wspólnego dorobku gminy, regionu i państwa.

O tym, czym jest dobro wspólne, decyduje demokratycznie dana społeczność. Dobrem wspólnym jest wszystko, z czego wspólnie korzystamy i za co jesteśmy odpowiedzialni.

Zastanówmy się jak my, członkowie wspólnoty lokalnej, dbamy i wzbogacamy dobro wspólne. Czy wykazujemy dostateczną dbałość o dobro wspólne, wiążąc nasze działania gospodarcze z kulturą, ze społeczeństwem i środowiskiem, czy chętnie dzielimy się swoją wiedzą i umiejętnościami dla dobra wspólnego? Czy starcza nam odwagi, by go bronić? Dbajmy o dobro wspólne, którą jest Wspólnota Lokalna, w której żyjemy i rozwijamy swoją aktywność. Dążmy do tego, by siłą napędową naszego i wspólnego działania było wzajemne zaufanie, wiarygodność, szacunek dla odmiennych poglądów, gotowość do współpracy, użyteczność podejmowanych inicjatyw, otwartość na zmiany oraz innowacyjne myślenie i działanie. ●

Dr Kazimierz Kubiak jest pracownikiem naukowym Społecznej Akademii Nauk w Łodzi (Instytut EEDRI)

# INWESTYCJE ZREALIZOWANE

## INWESTYCJE ZREALIZOWANE W 2016

### DROGI:

- 1 ul. Asnyka - od ul. Działkowej do ul. Bardowskiego
- 2 ul. Popiełuszki - od ul. 3 Maja do ul. Armii Krajowej
- 3 ul. Dubois - od ul. 1 Maja do ul. Mielczarskiego
- 4 ul. Malinowa
- 5 ul. Pawlikowskiej Jasnorzewskiej wraz z rowem odprowadzającym
- 6 ul. Mielczarskiego - od ul. Długiej do ul. Rembowskiego
- 7 ul. Jedlicka - od ul. Zielonej do ul. Obrońców Pokoju
- 8 ul. Cała
- 9 ul. Zawiszy - od posesji nr 21 do ul. Całej
- 10 ul. Diamentowa - od ul. Proboszczewice do ul. Perłowej

### CHODNIKI:

- 11 ul. Rembowskiego - od ul. 1 Maja do ul. Mielczarskiego
- 12 ul. Dubois - od ul. 1 Maja do ul. Mielczarskiego
- 13 ul. Kościuszki
- 14 ul. Moniuszki
- 15 ul. Mielczarskiego - od ul. Rembowskiego do ul. Długiej
- 16 ul. Dąbrowskiego - od nr 5 do ul. Parkowej
- 17 ul. Sokołowska - krawężniki
- 18 ul. Ciosnowska - krawężniki

### PARKINGI:

- 19 ul. Łęczyska - przy Przychodni
- 20 ul. Cezaka (zatką przy Zespole Szkół im. S. Cezaka)
- 21 ul. 3 Maja/Armii Krajowej - przy Cechu

### INNE:

- 22 Rów odwadniający - ul. Bema
- 23 Budowa oświetlenia ul. Złotej i ul. Diamentowej
- 24 Modernizacja Dziedzińca Gimnazjum nr 2
- 25 Budowa odwodnienia ul. Mireckiego oraz ul. Reymonta i ul. Karola wraz z nawierzchniami i chodnikami
- 26 Budowa oświetlenia i kanalizacji deszczowej w ul. Milenijnej
- 27 Rozbudowa oświetlenia ul. Żytnia
- 28 Odwodnienie ul. Reja
- 29 Budowa zatoki przy ul. Cezaka (przy SP 11) wraz z oznakowaniem ul. Dubois, ul. Rembowskiego, ul. Cezaka pod komunikację miejską i zmianę organizacji ruchu
- 30 Przebudowa placów zabaw na terenie GMZ - modernizacja, dostosowanie w zakresie bezpieczeństwa
  - a) ul. Dolna 47
  - b) ul. 1 Maja
  - c) ul. Śniechowskiego 22-24D
  - d) ul. Wiewiórska 2A
  - e) ul. Cezaka 7G-7H
  - f) ul. Podgórna 1-3
  - g) ul. Podleśna 1
  - h) ul. Rembowskiego 24/26
  - i) ul. Rembowskiego 35/37 / ul. Dubois 16

- 31 Modernizacja instalacji wody basenowej w Łaźni Miejskiej
- 32 Remont wew. ogrodzenia Cmentarza przy ul. Parzęczewskiej

### INWESTYCJE SPORTOWE:

- 33 Street Workout w Parku Miejskim wraz z oświetleniem i monitoringiem
- 34 Boisko wielofunkcyjne przy szkole SP 1
- 35 Siłownia zewnętrzna przy ul. Parzęczewskiej
- 36 Ścieżka rowerowa - od ul. Parzęczewskiej do ul. Staffa
- 37 Letnie kino na „Malince”
- 38 Ścieżka rowerowa od os. 650-lecia do Parku Miejskiego - oznakowanie poziome

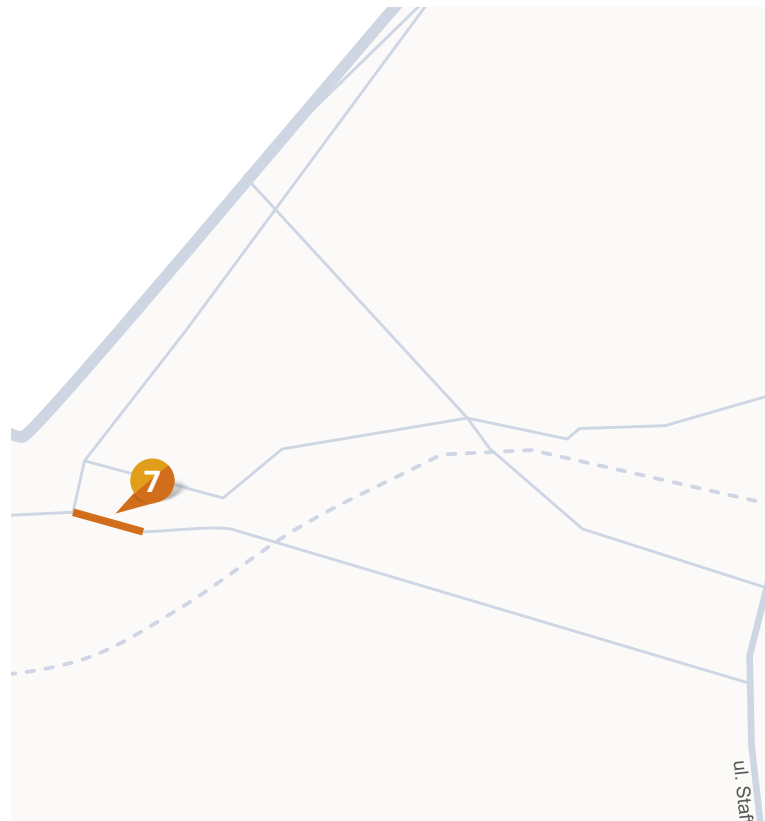
## INWESTYCJE W TRAKCIE REALIZACJI:

### DROGI:

- 39 ul. Kwasowa - odcinek od ul. Energetyków do ul. Boruty
- 40 Opracowanie dokumentacji - odcinek ul. Długiej od ul. Cezaka do ul. Mielczarskiego
- 41 ul. Zawiszy - od ul. Całej do ul. Na Skarpie

### INNE:

- 42 Modernizacja Hali MOSiR przy ul. Wschodniej
- 43 Termomodernizacja Miejsko-Powiatowej Biblioteki Publicznej im. B. Prusa - ul. Długa 29a (etap II)
- 44 Przebudowa budynku szkoły na budynek mieszkalnych przy ul. Chemików 9-11
- 45 Budowa oświetlenia ul. Rembielińskiego - od ul. Stępowizna do ul. Przedwiośnie
- 46 Przejście przez tory PKP
- 47 Targowisko Miejskie
- 48 Droga wewnętrzna na jednostce wojskowej - nawierzchnia wraz z odwodnieniem



## INWESTYCJE ZREALIZOWANE W 2015

### DROGI:

- 1 Osiedle Okrzei - przebudowa drogi wewn. wraz z urządzeniem miejsc postojowych
- 2 ul. Sokołowska - przebudowa linii energetycznej oraz budowa oświetlenia
- 3 ul. Czerwieńskiego - wiadukt wraz z sygnalizacją świetlną
- 4 ul. Perłowa - przebudowa ulicy od ul. Nowiny do ul. Diamentowej
- 5 ul. Kościuszki, ul. Gołębia, ul. Wspólna - przebudowa ulic
- 6 ul. Polna - od ul. Tuwima do ul. Żytniej
- 7 ul. Letnia - od ul. Długiej do ul. Zawiszy
- 8 ul. Orkana - od ul. Kasprowicza do ul. Dolnej
- 9 ul. Głogowa

### CHODNIKI:

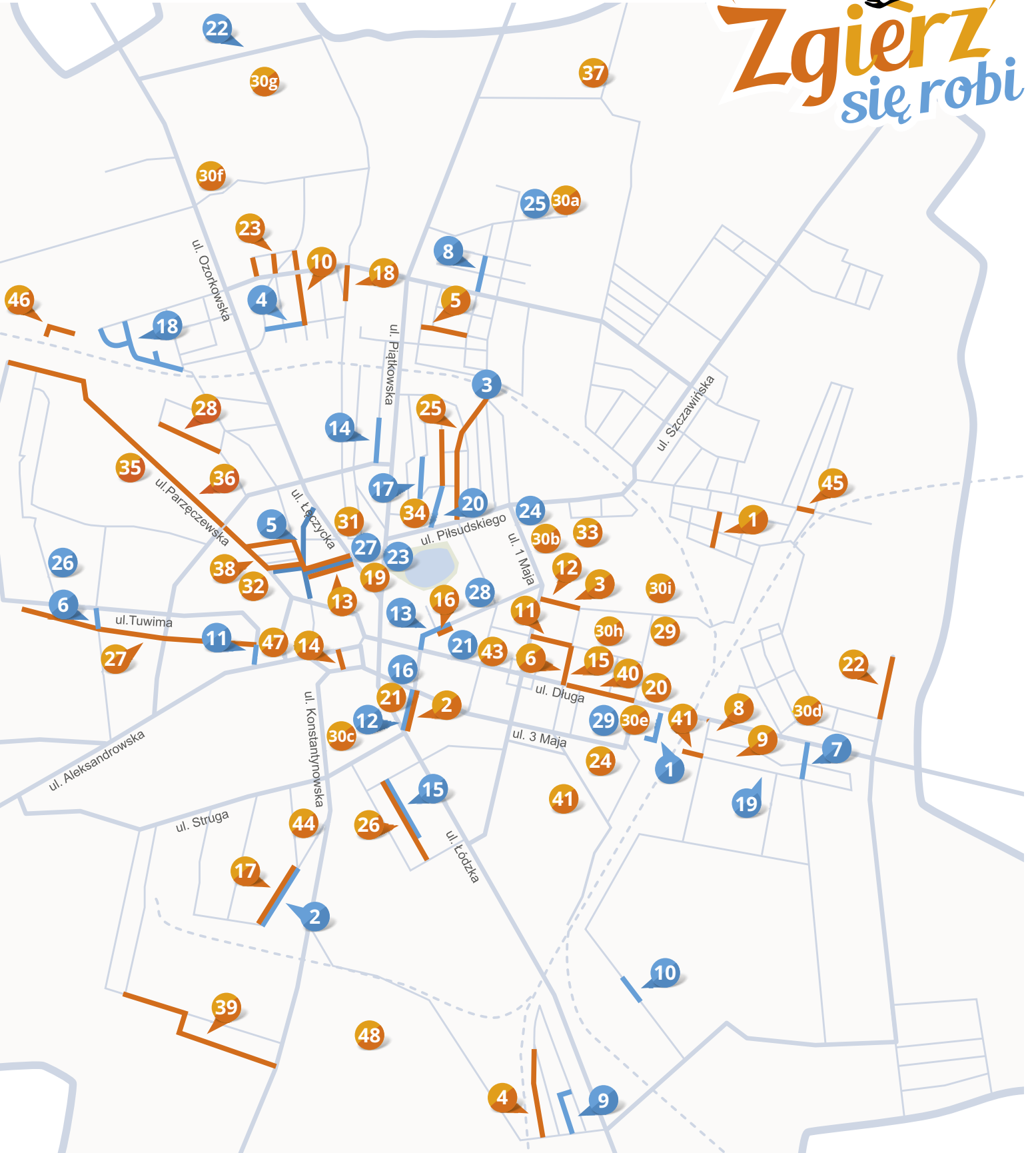
- 10 ul. Sadowa - strona parzysta wzdłuż nieruchomości nr 6a
- 11 Plac Targowy - strona nieparzysta
- 12 ul. Popiełuszki - od ul. 3 Maja do ul. Łódzkiej - obustronnie
- 13 ul. Dąbrowskiego - od ul. Długiej do posesji nr 5 - obustronnie
- 14 ul. Wojska Polskiego - strona parzysta
- 15 Budowa ul. Milenijnej - krawężniki, chodnik od ul. Traugutta do wjazdu na osiedle TBS

### INNE:

- 16 Przebudowa parkingu przy ul. 3 Maja z wjazdami
- 17 Budowa oświetlenia ul. Worcella
- 18 Budowa oświetlenia ul. Radosna
- 19 ul. Zawiszy - odwodnienie z nawierzchnią i chodnikami od ul. Błogosławionej Królowej Jadwigi do posesji nr 21
- 20 ul. Mireckiego - odwodnienie od ul. Piłsudskiego do ul. Mireckiego (przez teren SP1)
- 21 Termomodernizacja Biblioteki - ul. Łódzka 5, ul. Długa 29a
- 22 Odwodnienie ul. Przyrodniczej - kanał deszczowy z rowem
- 23 Toaleta Publiczna w Parku Miejskim
- 24 Przebudowa placu zabaw przy ul. 1 Maja
- 25 Przebudowa placu zabaw przy ul. Dolnej
- 26 Boisko sportowe przy Szkole Podstawowej nr 8
- 27 Termomodernizacja budynku miejskiego Zakładu Kąpielowego wraz z instalacją c.o. i wentylacją
- 28 Remont konserwatorski budynku Muzeum Miasta Zgierza
- 29 Adaptacja budynku dla jednostki dzienny dom seniora WIGOR



# NE W 2015 I 2016



# Andrzejkowe ciekawostki



FOTOLIA

Mimo upływu lat, jedną z najbardziej popularnych andrzejkowych wróżb jest lanie wosku

**A** ndrzejki nie tracą na popularności. Przetrwaly, choć zmieniło się podejście ludzi, a tradycyjne zabawy wyglądają inaczej niż kiedyś. Dziś są raczej zabawą dla najmłodszych i celebrowane się je w wielu placówkach oświatowych. Dawniej wymagały skupienia, a ludzie wierzyli w działanie czarów i magii. Zebraliśmy garść ciekawostek na ten temat:

- Na terenie całej Europy, nie tylko Polski, przed epoką renesansu zwyczaj wróżenia był niezwykle popularny, a głównie dotyczył niezamężnych niewiast. Z czasem andrzejki przybrały formę zbiorową.
- Najdawniejszym polskim świadectwem istnienia wróżb jest komedia „Justyna i Konstancyja”, napisana w 1557 roku przez satyrycznego poetę Marcina Bielskiego.

- W andrzejki wróżyły tylko dziewczynki, a chłopcy mieli swoje święto wróżb – katarzynki obchodzone w noc poprzedzającą dzień św. Katarzyny – 24 listopada.
- Najpopularniejszą wróżbą wśród chłopców była kwitnąca gałąź wiśni. Należało włożyć do dzbanka z wodą urwaną gałązkę. Jeśli zakwitła na Boże Narodzenie, oznaczało to poznanie w przyszłym roku wybranki serca.
- Twarz przyszłego męża można było ujrzeć podczas pełni księżyca w tafli wody w studni.
- W wielu rejonach Polski pieczono „jędrzejki” – małe okrągłe bułeczki, do których wypieku potrzebna była skradziona mąka, najlepiej z domu upatrzonego kawalera.
- Dziewczyny zbierały się w izbie, układały bułeczki na podłodze i wpuszczały wygłodniałego psa bądź kota. Wybrany przez zwierzę smakołyk sugerował szybkie zamążpójście dziewczyny. Jeśli zwierzę tylko nadgryzło bułkę, była to wróżba niepomyślna.

(jc,bp)

## Dzielnice Zgierza

# Z czego Zgierz się składa?

**MACIEJ WIERZBOWSKI**



Od tego wydania rozpoczynamy nowy cykl. Chciałbym w nim zwrócić uwagę Czytelników, że w skład naszego miasta wchodzi wiele okolicznych wsi, które kiedyś były samodzielnymi jednostkami administracyjnymi. Najstarsza

informacja, raczej o charakterze prawnym niż terytorialnym, dotyczy nieistniejących już Zegrzan i dzisiejszego Krogulca.

Pierwsza informacja o dzisiejszym Krogulcu – akt potwierdzenia praw miejskich Zgierza, wystawiony w 1420 r. przez Władysława Jagiełłę – mówi o wspólnym sądownictwie Zgierza, Krogulca i Zegrzan. Przez następne wieki w skład władz miejskich wchodził więc przedstawiciel tych dwóch wsi. W połowie XVI w. takim „delegatem” do ławy zgierskiej był Mikołaj Marzeta – pierwszy znany z imienia i nazwiska „krogulczanin”.

W formie pisanej nazwa ta występuje w kilku wariantach – Kargolyecz, Kargołecz, Kargulec czy Kargolec. Jak

wiele nazw wsi lub części wsi dzisiejszego Zgierza, związana jest z drzewem, lasem. Kargol to pokręcony pień. Dzisiejsza nazwa Krogulec nie ma nic wspólnego z nazwą drapieżnego ptaka. Znam kilka osób, które w dalszym ciągu mówią Kargolec.

Po szwedzkim „potopie” Krogulec wszedł w skład tzw. tenuty, czyli dzierzawy zgierskiej, nieformalnie nazywanej starostwem niegrodowym zgierskim. Być może „uczestnictwo” Krogulca było bardziej formalne niż praktyczne. Mamy przecież w pamięci zniszczenia materialne i demograficzne, jakie okres ten przyniósł. W 1564 r. w Zgierzu było 129 domów zamieszkałych przez prawie 800 mieszkańców. W 1661 r. stało tu 10 domów zamieszkałych przez 70 mieszczan. Podobne straty poniosły wszystkie miejscowości w ówczesnej Polsce, i często nie było to wynikiem bezpośrednich działań wojennych, a konsekwencji, jakie wojna przynosiła – głodu, zarazy itp. Wróćmy jednak do „naszego” Krogulca. Jego straty wówczas, a i w latach następnych (początek XVIII w.), były procentowo chyba jeszcze znacznie większe, skoro jeszcze w połowie tegoż XVIII w. mówi się o nim jako o wsi spustoszonej. Takie właśnie

sformułowanie pada w „Opisie parafii zgierskiej” z 1784 r. „*Kargolec, wieś spustoszona królewska, w posesji J. Wgo Zaręby Cieleckiego, starosty zgierskiego niedgdyś do miasteczka Zgierza należąca. Teraz tylko kawałek pola dobytego między borami i z łąką ma. Leży nad rzeczką Bzurą, od strony południowej płynącą i między zachodem letnim i zimowym przy trakcie wielkopolskim pół ćwierć mili*”.

Podobnie brzmią parafialne opisy z 1791 r. – „*Kargolec wieś królewska deserta, gdzie dziś Oleńców zasadaia*”.

Pierwsze zestawienie statystyczno-demograficzne z tegoż roku podaje, że mieszkało tu 5 mężczyzn i 6 kobiet oraz 3 dzieci powyżej 7 lat (2 chłopców i dziewczynka) – wszyscy wyznania katolickiego. „Dystryktów” było czworo. Mężczyzna, dwie kobiety i dziewczynka powyżej lat 7.

Na mapach z końca XVIII w. nie występuje. Na mapie Gilly’ego z 1802 r. znajduje się napis „*Hol. Witonia od (er) Kargolice*”.

Piszący te słowa ma wrażenie, że na terenie starej, królewskiej wsi w międzyczasie „spustoszonej” wskutek osadnictwa oleńskiego powstały co najmniej dwie: Aniołów i dzisiejszy Krogulec.

Nazwy tych wsi i dodatkowo nieistniejącej dziś Witoni pojawiają się często wymiennie. Być może dokładna analiza zapisów w księgach parafialnych pomoże rozwikłać kiedyś ten problem.

# Modny i zdrowy, czyli pupil zimą

Zimą dbamy nie tylko o to, by dobrze czuć się w naszym ubraniu, ale także o to, by chroniło nas ono we właściwy sposób przed chłodem i wilgocią. A co z naszymi pupilami? Okazuje się, że powszechna opinia, że psy mają przecież sierść, która je chroni nie zawsze jest trafna. Wiele ras nie posiada tzw. podszerstka, czyli nieprzemakalnej struktury znajdującej się pod włosiem okrywowym, lub posiada go zbyt mało. Do takich ras należą np. jamnik, doberman, chart, yorkshire terrier czy chihuahua. Jak zatem zadbać o zdrowie naszych psów?

**BEATA PIECHOTA**



Zwierzęta przebywające na zewnątrz co najmniej 8 godzin dziennie przyzwyczajają się do kapryśków aury, jeśli jednak większość dnia znajdują się w mieszkaniach, ich organizmy nie przygotowują odpowiedniej okrywy włosowej i wystarczająco grubej tkanki tłuszczu, przez co zapadają na choroby podobne do ludzkich: zapalenie płuc czy anginę. Rozwiązaniem może być zakup zimowej odzieży dla zwierzaka. Ciepłe wdzianko nie tylko doda mu uroku, ale również może zapobiec wielu chorobom.

## Odzież ochronna

Zainteresowanie psią odzieżą zaczyna się mniej więcej w połowie listopada, kiedy to właściciele w towarzystwie swoich czworonogów odwiedzają sklepy w poszukiwaniu najważniejszego okrycia. A te starają się nadążać za potrzebami rynku. W ofercie sprzedaży znajdziemy modne kurtki na każdego psiaka – od małego szczeniaka po największe czworonogi – w różnych kolorach i modelach. Bo i psia moda ma swoje trendy. – Dostępne są ocieplane kurtki, niektóre z nich mają nawet kapturki, są zapinane na rzepy albo suwaki. Jest spory wybór. Jeśli chodzi o kolor, to tej zimy najpopularniejszy jest czerwony. Oprócz kurtek polecamy także sweterki, które jednak nie ochronią psa przed przemoczeniem w deszczowy lub śnieżny dzień – relacjonuje Małgorzata Abramczyk, właścicielka sklepu „Zoolog” w Zgierzu. W przypadku zwierzaków ważne jest jednak, aby modny kolor lub fason ubranka nie przysłonił jego funkcjonalności – zakupiony strój nie może bowiem kępować ruchów pupila. Ceny takiej odzieży kształtują się średnio od 29 zł do 89 zł, w zależności od rozmiaru i fasonu, choć oczywiście można kupić bardziej ekskluzywne, znacznie droższe modele.

Warto podkreślić wagę konsekwencji w ubieraniu psa na zimę. W przypadku, gdy będziemy to robić od czasu do czasu, najprawdopodobniej obniżymy jego odporność

EUKASZ SOBIERALESKI



Przy wyborze ubranka dla psa warto pamiętać, że przede wszystkim musi być ono funkcjonalne i nie może kępować ruchów zwierzaka

i zwierzę może stać się bardziej podatne na wszelkie infekcje.

## Kosmetyka i dieta

Podawane w okresie zimowym posiłki powinny zawierać dużo witaminy A, D i E oraz być bardziej kaloryczne, bowiem zimą wrasta zapotrzebowanie energetyczne zwierząt. – Ważne, aby pamiętać o podawaniu naszym przyjaciołom suplementów diety. Preparaty te są potrzebne nie tylko psom, ale też kotom, fretkom i różnym gryzoniom. Musimy pamiętać o wzmacnianiu ich organizmów, bo nawet zwierzęta przebywające w domach mogą chorować, zarażając się bakteriami, które my, ich właściciele, przynosimy na swoich ubraniach – stwierdza Małgorzata Abramczyk. – Stosujemy karmę wysokokaloryczną. Zwierzęta w tym okresie przybierają na wadze, zwłaszcza suki, w ten sposób przygotowują się by przetrwać trudny czas. Zimą zauważamy także zmianę włosów. W pełni zmieniona szata pojawia się dopiero w połowie grudnia. Możemy

pomóc psu przejść przez ten proces, starannie go wyczesując – podkreśla weterynarz Marek Sadok.

Warto też, wybierając trasę spacerów, zdecydować się na te miejsca, w których ograniczone jest stosowanie soli i stosować wazelinę lub specjalne maści ochronne na łapy, bo te, oprócz pyska i brzucha, są częścią ciała najbardziej narażoną na działanie zimna. Łapy należy posmarować przed każdym wyjściem, a po powrocie je wytrzeć. Ważne też, by nie strzyc i nie kapać zimą psów zbyt często. – Trzeba pamiętać, że jeśli kąpiemy psa, to robimy to tylko wieczorem, mając pewność, że nie wyjdziemy z nim na spacer. A do kąpieli kupujemy preparaty dobrej jakości, preparaty lecznicze, np. zaopatrzone w biotynę – zaznacza Marek Sadok. Dbając w taki sposób o zwierzaka, mamy większą pewność, że nasz pupil będzie się cieszył dobrym zdrowiem i emanował wspaniałą energią, której nam, ludziom właśnie zimą, tak bardzo potrzeba.

# Nawet w snach wędruje po Borucie

Wydział barwników  
helaktynowych  
w latach 2001–2002

Do piętnastego roku życia jego pasją była muzyka i jazda na rowerze. Wszystko zmieniło się podczas jednej z wypraw jednośladem, kiedy przypadkowo wjechał na teren Zakładów Przemysłu Barwników w Zgierzu Boruta S. A. 29-letni Bartek Górski, z urodzenia zgierzaniec przed laty zainteresował się chemicznym gigantem, którego przeszłość jest tak bogata, jak zawifa. Dziś jego życie toczy się wokół zakładu, w którym niegdyś pracowało kilka osób z jego rodziny. Jednak nie to było powodem jego zainteresowania Borutą, a aura która panowała w miejscu, do którego trafił. Pół roku temu założył stronę na portalu społecznościowym [www.facebook.com/zgierz.boruta](http://www.facebook.com/zgierz.boruta). W planach ma szerzenie wiedzy na temat zakładów. Jak mówi, mógłby zostać przewodnikiem po dawnym przedsiębiorstwie.

## Co tak bardzo zaintrygowało pana podczas tej wycieczki rowerowej przed laty?

Kiedy pierwszy raz znalazłem się na terenie zakładów, kończyła się jego likwidacja i częściowe wyburzanie, a teren wyglądał jak z filmu fantastycznego. Panowała tam tajemnicza aura z nutką grozy. Wszystko wyglądało zupełnie inaczej niż dziś. Stały tam olbrzymie, opuszczone budynki z powybijanymi szybami, a między nimi wily się uliczki z obu stron gęsto zarośnięte drzewami. Gdzieś leżały wielkie kadzie, gdzie indziej reaktory chemiczne. Najbardziej zdziwiła mnie panująca cisza

na terenie, który kiedyś tętnił życiem. Znalazłem się w zupełnie innym świecie... takim z filmów o zagładzie atomowej. Od tamtego czasu wszystko się zaczęło. Pierwszym pomysłem było uwieńczenie tego na zdjęciach.

## Nie bał się pan?

Ciekawość brała górę nad strachem. Chodziłem z aparatem po zrujnowanych piętrach dawnych wydziałów produkcyjnych i dokumentowałem to, co z nich zostało. Do dziś pamiętam ten wierzący zapach w nosie, który mimo upływu lat unosił się tam. Resztki produkowanej chemii dawały o sobie znać, budynki były całkowicie ogołocone ze sprzętu, a w podłodze pozostały tylko duże okrągłe dziury,

w których przed laty zamocowana była aparatura chemiczna. Po jakimś czasie budynki zostały wykupione, wkroczyły tam ekipy budowlane, które nie tolerowały fotografów. Trzeba było wchodzić do wnętrza



Bartek Górski, choć sam nie pamięta czasów świetności zakładów Boruta, dokumentuje historię przedsiębiorstwa niegdyś kluczowego dla rozwoju Zgierza



Dawny wydział nowych młynów. Widok obecny



Budynek biura głównego z okresu przed I wojną światową

niezauważonym i starać się chicho poruszać. Niestety klisze sprzed lat zaginęły, a szkoda, bo byłyby obecnie świetną dokumentacją ostatnich dni Boruty.

#### **Klisze zaginęły, jednak pan postanowił szerzyć wiedzę na temat tego miejsca w Internecie.**

Pomysł założenia strony był spontaniczny, narodził się w połowie tego roku. Za cel postawiłem sobie ocalenie pamięci o Borucie. Strona, w miarę ukazywania się na niej archiwalnych zdjęć, zyskiwała coraz większe poparcie. Zaczęłam dostawać wiele maili z podziękowaniami, ludzie byli zadowoleni, że ktoś w końcu zajął się tym tematem. Dużym plusem jest to, że strona jest oryginalna. Do tej pory jedynym śladem upamiętniającym Borutę była książka wydana w 1994 r. z okazji 100-lecia istnienia zakładu.

#### **Co właściwie możemy znaleźć na tej stronie internetowej?**

Informacje dotyczące bogatej historii zakładów, ich powstania, przekształcania na przestrzeni lat, zdjęcia aktualne i archiwalne, które po raz pierwszy są publikowane na tak szeroką skalę. Są tam fotografie nawet z początków istnienia zakładu, kiedy kierowali nim ojcowie założyciele – Jan Śniechowski i Ignacy Hordliczka. Posiadam też filmy, w tym promocyjny, który spotkał się z największą aprobatą odbiorców. Można zobaczyć zdjęcia satelitarne, jak i film z przelotu dronem nad Borutą.

#### **Wydaje mi się, że Boruta wzbudza chyba skrajne emocje. Zapewne spotyka się pan z różnymi historiami?**

Faktycznie, choć minęło już 17 lat od czasu postawienia Boruty w stan likwidacji, wzbudza ona w ludziach różnorodne emocje, przez skrajnie negatywne do pięknych wspomnień. W większości ludzie wspominali częste awarie, jakie tam się zdarzały. Opowiadali mi o mrozących krew w żyłach

wypadkach, jak słynne zbiorowe zatrucie się pracowników siarkowodorem. Zdarzały się też negatywne opinie na temat mojej pracy. Rozumiem żal i gorycz ludzi, którzy stracili tam swoich bliskich. Absolutnie nie mam do nich pretensji.

#### **Materiały na stronę pozyskuje pan w głównej mierze od samych mieszkańców, ale chyba też z innych źródeł?**

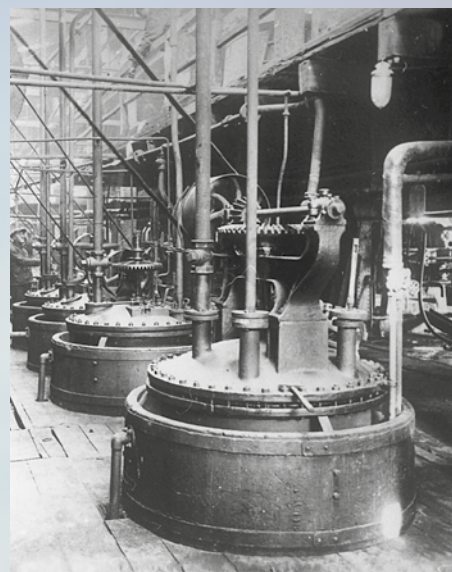
Moim zadaniem jest pokazanie ludziom młodym i przypomnienie starszym, jak fabryka wyglądała na przestrzeni lat. Dzięki tej idei, trafiłem do fantastycznych i przychylnie nastawionych do projektu osób. Pierwszą taką osobą był pan Kazimierz Ostrowski, który niemalże z zegarmistrzowską precyzją opisał mi rozmieszczenie wydziałów Boruty. Po długich poszukiwaniach odnalazłem pana Henryka Kucharskiego, fotografa Boruty. Był zachwycony pomysłem strony i udostępnił mi swoje archiwum. Wielce pomocna okazała się też książka „100 lat koloru”, jak i forum byłych boruciarzy. Pozytywny odzew dotarł od Związku Byłych Pracowników Boruty. Jeszcze nie mieliśmy okazji współpracy nad czymś konkretnym, jednak mogę liczyć na pomoc z ich strony.

#### **Poświęca pan chyba bardzo wiele czasu na pozyskiwanie informacji?**

Tak, każdą wolną chwilę. Zbieranie materiałów wymaga czasu, wielu telefonów, przejechanych kilometrów. Pomocną dłoń wyciągnął do mnie Urząd Miasta Zgierza oraz pan prezydent, który objął patronatem tę stronę. Teraz, kiedy już nabrałem wiatru w żagle, pracuję nad promowaniem strony. Bez tego każdy projekt po prostu umiera.

#### **Zdarzają się jeszcze informacje, które pana zaskakują?**

Hm... Kiedy dzięki archiwalnym zdjęciom i mapom zobaczyłem, jak to wyglądało dawniej, oglądanie obecnego stanu sprawiało mi dużą przykrość. Oczywiście istnieją wątki,



Wnętrze wydziału z okresu przed I wojną światową

które mnie nie interesują lub są dla mnie marginalne, jak na przykład same procesy produkcyjne, o których nie mam zielonego pojęcia. Jednak najbardziej zaskakujące są nowe materiały zdjęciowe. Kiedy trafiam na jakiś kolejny dokument, zdjęcie lub pamiątki, to czuję się jak Indiana Jones odkrywający Arkę pod stosem kurzu i pająków. Temat pochłonął mnie w całości. Ciągłe o tym myślę, wspominam i rozmawiam. Nawet w snach wędruję po Borucie.

#### **Jakie ma pan plany na przyszłość?**

Myszę, że dobrym pomysłem byłoby zorganizowanie wystawy poświęconej Borucie. Może książka lub jakiś album? Jest wiele sposobów promocji, jednak każdy wymaga czasu, środków i pomocy. Chciałbym zainteresować tematem regionalne media. Być może uda się zrealizować projekt, polegający na wycieczce po terenach Boruty. Mam nadzieję na dalszą bezinteresowną pomoc ludzi, którym serdecznie dziękuję. Zawsze podkreślam, że ja stronę tylko tworzę, a należy ona do wszystkich darzących Borutę jakimś sentymentem.

*Rozmawiała Beata Piechota*



Budynek CLBI (Centralne Laboratorium Badawczo Interwencyjne)

# Zgierska planszówka



ADRIAN SKOCZYŁAS

Już wkrótce zgierzanie będą mogli zagrać w wyjątkową grę planszową, której fabuła związana jest z rozwojem zgierskich fabryk w XIX wieku. „Zgierscy Fabrykanci” to połączenie dobrej zabawy, nauki ekonomii oraz poznania lokalnej historii.

Ta historyczno-ekonomiczna gra planszowa powstała podczas realizacji projektu „Zgierscy Fabrykanci – historia do wygrania”, organizowanego w ramach programu „Patriotyzm Jutra” pod auspicjami Muzeum Historii Polski i współfinansowanego z budżetu Miasta Zgierza. Jej pomysłodawcami są Stowarzyszenie EZG i Muzeum Miasta Zgierza. Edukacyjny wymiar gry związany jest z lekcją o przeszłości przemysłowego Zgierza i ekonomii, którą zawodnicy poznają, zakładając i prowadząc przedsiębiorstwa z poszanowaniem praw robotniczych. Zadania graczy polegają na wykonaniu zleceń, rozwijaniu fabrycznych zasobów oraz powiększaniu majątku, którego wskaźnikiem w grze jest pałac wzorowany na słynnej

„Kruszówce”. – *Rozgrywka osadzona jest w realiach historycznych* – wyjaśnia Adrian Skoczyłas, prezes Stowarzyszenia EZG. – *Budując imperium, gracze muszą zmierzyć się z robotniczą rewolucją 1905 r. lub wielkim kryzysem finansowym. Jeśli wspomogą rozbudowę miejskiej infrastruktury lub zadbają o warunki pracy i życia swoich robotników, odnoszą korzyści.*

Prototyp gry był testowany i jednocześnie promowany podczas klasowych rozgrywek w zgierskich szkołach. Natomiast 30 listopada w Miejskim Ośrodku Kultury został rozegrany międzyszkolny turniej. Planszówka nie była jedynym działaniem realizowanym w ramach projektu. Gimnazjaliści i uczniowie szkół ponadgimnazjalnych nagrali krótkometrażowe filmiki edukacyjne poświęcone losom zgierskich fabryk. Ponadto dzieci ze szkół podstawowych przygotowały prace plastyczne z motywem włókienniczych fabryk, które zostały użyte przy projektowaniu kalendarza na 2017 rok. (ea)

Gra została z powodzeniem przetestowana przez zgierskich uczniów

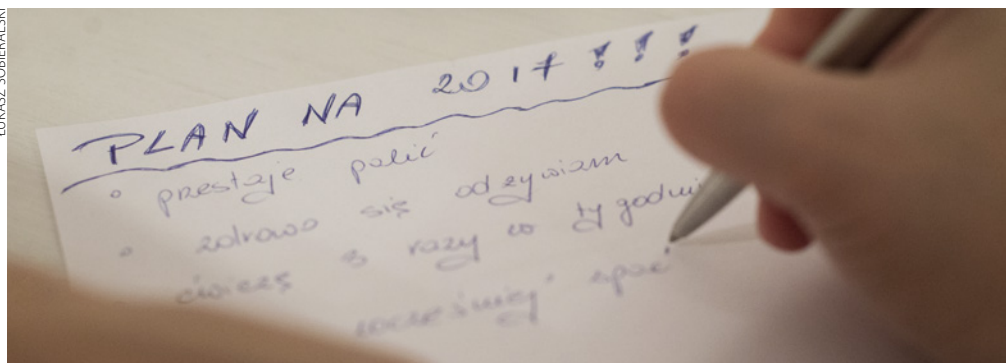
Na czasie

## Noworoczne postanowienia możliwe do wykonania

Nowy Rok to czas przełomu, refleksji oraz stawiania sobie nowych celów, które pragniemy realizować. Oczyami wyobraźni widzimy już efekty zmian, poprawia nam się humor i pełni nadziei na wspaniałe jutro wchodzimy w kolejny rok. Czy styczeń to faktycznie miesiąc, w którym masowo rzucamy palenie, zapisujemy się na siłownię, przestajemy przeklinać? Niestety nie. Mimo to nie powinniśmy rezygnować z noworocznych postanowień, bo są one jak najbardziej możliwe do spełnienia. Problem w tym, że często zapominamy o tym, że nic nie dzieje się samo, a realizacja postanowień wymaga naszego zaangażowania, wysiłku i konsekwencji. Niekiedy nasze nowe cele i pragnienia nie są w pełni przemyślane, dostosowane do naszych możliwości, planu dnia i rozkładu zajęć. – *Nie bierzemy pod uwagę obiektywnych przeszkód, które uniemożliwiają nam realizację tych planów* – stwierdza psycholog kliniczny Renata Wolanowska-Michalak.

Bywa też, że nasze wyobrażenia są zbyt wygórowane. Nadmierny optymizm przysłania zdrowy rozsądek. Poczucie winy za brak konsekwencji, które pojawia się po pierwszych niepowodzeniach, jest

LUKASZ SOBIERAŁSKI



Postanowienia noworoczne, żeby były skuteczne, muszą być osiągalne, a ich realizacja zaplanowana z góry

przyczyną rezygnacji z planów. Co więc może nam pomóc w realizacji postanowień noworocznych? – *Przede wszystkim nie stawiamy sobie zbyt wielu postanowień. Wybierzmy jedną lub dwie rzeczy, na których się skoncentrujemy. Sprawdźmy, czy nasz pomysł jest realny i czy mamy na jego realizację czas i siły. Przemysłmy dokładnie szczegóły planu i terminy, bowiem ogólnikowe zwykle nie sprawdzają się. Zaczniemy od drobnych zmian, podzielmy cel na etapy – małe sukcesy będą nas motywować do dalszej pracy* – radzi psycholog.

Musimy też brać pod uwagę to, że podczas realizacji może pojawić się przeszkoda, że będzie jakaś porażka. Zastanówmy się, jak wówczas przezwyciężymy kryzys. – *Ważne jest, by określić, kto lub co może nas wspierać w postanowieniu. Nagradzajmy się za konsekwencję w realizacji celów. Skorygujmy plan, jeśli dojdziemy do wniosku, że realizacja postanowień jest dla nas udręką i pamiętajmy, że to przede wszystkim my mamy być zadowoleni z efektów działań i zmian, jakie zachodzą w naszym życiu.* – dodaje Renata Wolanowska-Michalak. (bp)

# Przytulanka

## najlepszy przyjaciel

Jakie szanse na zaistnienie i popularność mają przedmioty zdrowe, ekologiczne i z recyklingu w dobie stale rozwijającego się konsumpcjonizmu? Czy zabawki wykonane tradycyjną, rzemieślniczą techniką mogą dziś zachwycać maluchy?

**EMILIA ANTOSZ**



Anna Marczevska jest nauczycielką zajęć artystycznych w zgierskim Gimnazjum nr 3 i pełnoetatową mamą. Od kilku lat prowadzi też autorską Pracownię Artystyczną Sindarin. Na pytanie, kiedy znajduje na to czas, z uśmiechem odpowiada – „w wolnym czasie”. W jej atelier znajdują się przedmioty wykonane w różnych technikach rzemieślniczych, jak decoupage, malowanie na szkle, papierowa wiklina, wypalanie w drewnie czy graver na szkle. Jednak od roku z wielką pasją poświęca się szyciu kolorowych maskotek. Nie są to jednak zwykłe szmaciane zabawki. Kotki, pieski, sówki i owieczki pachną bowiem skoszoną łąką.

### Tajemniczy zapach – skąd się bierze?

Misie-orkisie, kociaki-orkiszaki, sówka-orkiszówka, psiak-orkiszak i beczalka-orkiszalka uszyte są ze stuprocentowej bawełny, a ich wnętrza wypełnia orkiszowa łuska. – *Obejrzałam program telewizyjny dotyczący orkiszu – opowiada rękodzielniczka. – Zainspirował mnie na tyle, że zaczęłam szukać dalszych informacji dotyczących wykorzystania tego zboża. I wtedy przyszedł pomysł, żeby wnętrza zabawek było z orkiszowej łuski.*

Orkisz jest naturalnym, ekologicznym produktem stosowanym między innymi jako wypełnienie poduszek, puf i materaców. Poza pięknym zapachem, dopasowuje się do kształtu ciała, ale się nie odkształca i jest idealne dla alergików. Dzięki zawartości rodanidu – substancji biologicznie czynnej, która jest naturalnym antybiotykiem występującym w ślinie, krwi i pokarmie kobiecym – chroni przed infekcjami, wzmacnia układ odpornościowy i wspomaga procesy krwiotwórcze. Dodatkowo orkiszowa przytulanka może pełnić funkcję termoforu. Nagrzana do 50°C, np. w piekarniku, i przyto-

żona do bolącego brzuszka dziecka, powoli oddając swoje ciepło, łagodzi dolegliwości. Takie zabawki są bardzo przyjemne w dotyku, a dzięki ich właściwościom sensorycznym, mogą być wykorzystywane podczas rehabilitacji osób niepełnosprawnych.

### Jak one powstają?

Wszystko zaczyna się od pomysłu na formę. – *Projekt musi być tak przemyślany, żeby łuska orkiszowa nie przesuwiała się w środku zabawki. Sekretom dobrej konstrukcji jest ukreślenie szyi maskotce, a następnie zszywanie głowy z tułowiem. Zdarza się, że satysfakcjonujący efekt pojawia się dopiero po kilku próbach. Wówczas powstaje prototyp, który jest wzornikiem dla pozostałych maskotek – zdradza artystka. Kolejną czynnością jest wycięcie elementów, zszywanie ich z sobą na maszynie i prasowanie. Następnie trzeba je przełożyć na drugą stronę i wypełnić łuską przez mały otwór, który na koniec się fastryguje. Ostatnim etapem pracy jest wyhaftowanie zabawkom pyszczków.*

Anna Marczevska mówi, że najprzyjemniejszy moment to wybór tkanin i szukanie możliwości ich połączenia tak, by powstały niepowtarzalne, oryginalne zabawki. Chociaż najbardziej lubi kolor niebieski i motyw kraty, to stara się tworzyć różne wzory, aby sprostać różnym gustom. Jej zabawki od niedawna można kupić w zgierskich sklepach z akcesoriami dziecięcymi i wyposażeniem sypialni.

Tymczasem zgierzanka już wpadła na nowy pomysł i proponuje rodzicom, żeby przynosili do jej pracowni ulubione śpioszki lub kocyki swoich dzieci, a ona obiecuje wyczarować z nich piękne, niepowtarzalne przytulanki. ●

LUKASZ SOBIEŃSKI



Orkiszaki to niewątpliwie zabawki bardziej zindywidualizowane niż te tradycyjne, znajdujące się z ofercie sklepów dla dzieci

# Paleta – notatka artysty

Kiedy w Zgierskiej Galerii Sztuki prezentują swoją twórczość członkowie Stowarzyszenia Artystów „Młyn”, w zasadzie wszyscy czują się jak w domu, w przestrzeni bezpiecznej, dobrze znanej, wśród przyjaciół i życzliwych znajomych. Taka atmosfera towarzyszyła też otwarciu ostatniej wystawy zatytułowanej „Paleta – notatka artysty”. Tytuł to frapujący i odsyłający do różnorodnych skojarzeń, ale czytamy w pełni jego znaczenie, oglądając wystawę. O kulisy tego wydarzenia wypytywaliśmy Marię Łuczak (prezes Stowarzyszenia Artystów „Młyn”) i Mirosława Łuczaka.

**Kiedy zaglądam w swoje notatki, dostrzegam chaos, brak staranności, przypadkowość niektórych zapisów, bzdurne rysunki upstrzone na marginesach, tymczasem wasze „notatki” są piękne, misterne, bardzo oryginalne. To skończone dzieła sztuki. Czy nazywanie ich notatkami nie jest profanacją?**

**Maria Ł.:** Myślę, że nie. Tytuł wystawy właściwie oddaje nasz zamysł. Autorką tego pomysłu jest Gabriela Nawrot, była prezes naszego Stowarzyszenia, która zaraziła nas ideą, by uczynić z palety (atrybutu malarza) przestrzeń do sporządzenia „osobistej” notatki. Kształt palet, które trafiły do artystów, został ujednoczony. Sposób ich zagospodarowania – pozostał całkowicie dowolny. Jedni przystąpili do działania z entuzjazmem, inni kręcili nosami, ale w końcu aż 27 twórców podjęło temat. I efektem tego jest właśnie ta wystawa.

**Czy to wyłącznie artyści „Młyna”?**

**Maria Ł.:** Przede wszystkim, ale też osoby zaproszone do wystawy przez naszych plastyków. Mieliśmy na realizację tego zadania ponad pół roku. Każdy tworzył w zaciszu swojej pracowni, ale prace bardzo zyskały na wartości poprzez to, że pokazane są razem. Tworzą bardzo ciekawą, otwartą kompozycję, uzupełniają się.

**Zaskakują różnorodnością, rozbieżną tematyką, kolorystyką, użytymi technikami, a jednocześnie fakt, że mają taki sam kształt, porządkuje całą wystawę.**

**Maria Ł.:** Właśnie tak, jest w tym rytm i porządek, a jednocześnie nie ma dwóch



Wystawie towarzyszy nietypowy folder prezentujący poszczególne palety-notatki artystów

podobnych prac. Kiedy zaczęliśmy z Mirkiem aranżować tę wystawę, okazało się, że rezultat przerósł nasze oczekiwania. Były obawy związane z tym tematem, że może jest zbyt trywialny, za prosty. A jednak sposób podejścia twórców do tematu był tak dalece odmienny, tak ciekawy, że wysłała naprawdę świetna wystawa.

**Mirosław Ł.:** Powiedziałbym nawet, że im dłużej o tym myślę, tym bardziej ten zamysł mi się podoba. Paleta – jako coś codziennego, podręcznego dla plastyka, podobnie jak notatka – każdy je robi... szkice, projekty, zapiski. Te dwie rzeczy do siebie pasują. Notatka jest czymś niezobowiązującym, trochę ulotnym, ale też bardzo osobistym, swoistym dla konkretnej osoby. Ujawnia cechy danego twórcy, jego styl, jego rękę. Czasem będzie to zminiaturyzowane dzieło, a innym razem impresja, związana z jakimś stanem umysłu, wrażeniem.

**Maria Ł.:** Zależało nam bardzo, by w jakiś sposób utrwalić tę wystawę, dlatego postaraliśmy się, by prace zostały sfotografowane

i wydane. To dość nietypowy folder w formie teczki formatu A5, gdzie każda praca znajduje się na oddzielnej kartce. W prace nad tą „teczką” zaangażowali się wszyscy członkowie naszej rodziny. Nie było łatwo! Jest to wydawnictwo pamiątkowe, wykonane z dużą starannością, a trafiło do naszych twórców oraz do zaprzyjaźnionych instytucji (biblioteki, Muzeum Miasta Zgierza).

**Z tego co wiem, to nie ostatnie działanie zespołowe „Młyna” w tym roku.**

**Maria Ł.:** Przed nami jeszcze podsumowanie konkursu dla dzieci „Czerń i Biel – Kot i pies”. To organizowany od lat przez Stowarzyszenie „Młyn” konkurs promujący techniki graficzne. Na wernisażu wystawy w grudniu będziemy wręczać dzieciakom wyróżnienia, a także spotkamy się z nauczycielami zgierskich szkół, by wzajemnie uczyć się, inspirować i dzielić tym, co potrafimy.

Rozmawiała Agata Drewnicz-Kaczmarek



Zadaniem 27 artystów było sporządzenie indywidualnych „zapisów” na paletach identycznego kształtu



# Artystycznym autobusem na Stachuriadę!

Bez Stachuriady listopad w Zgierzu jest nieważny, po prostu bezwiednie przemija, znika w ciemnościach, rozplywa się w mrokach niepamięci. Ma to swój urok, że poetycka impreza odbywa się w tym najbrzydszym ze wszystkich miesięcy.

## AGATA DREWNICZ-KACZMAREK



Z domu wyjść się nie chce, ale jeśli już człowiek swe umęczone ciało wynurzy i kroki do Miejskiego Ośrodka Kultury pokieruje – satysfakcja gwarantowana. Wszystko się nagle zaczyna zgadzać, układać,

pasować. W sobotę na Stachuriadzie – zmienne nastroje. Na Placu Kilińskiego wesoło. To stamtąd wystartował po raz pierwszy w dziejach tej imprezy Artystyczny Autobus. A w nim szaleństwa Art. 51 – trochę poezji, trochę zgrywy, ciastka i gorąca herbata. Atmosfera wycieczki z PRL. Gitara i wspólne śpiewy – obowiązkowe. W MOK – tu robi się już poważniej, bardziej intelektualnie, a to głównie za sprawą spotkania poetyckiego z Rafałem Ziębą – poetą konceptu, intelektu i kontekstu. Dobre wprowadzenie do Turnieju Jednego Wiersza o Nagrodę im. E. Stachury. To ciekawe doświadczenie widzieć i słyszeć poetów wykonujących swoje utwory. Jest o czym pomyśleć. W tym roku pierwsza nagroda powędrowała do rąk Piotra Macierzyńskiego, dwie drugie przyznano: za wiersz bez tytułu Krzysztofowi Grzelakowi i Kacprowi Plusie. Trzecią Nagrodę otrzymała Markat Nowacka, a wyróżnieni to: Nina Danowska, Krzysztof Nowak, Joanna Kostecka, Zdzisław Muchowicz. Ten dzień zakończył recital autorski Łukasza Majewskiego. Był to także przedsmak kolejnego dnia – muzycznej niedzieli. Piosenka poetycka czy poezja śpiewana – od dawna spór o terminologię towarzyszy Stachuriadzie, a artyści i tak robią swoje. Piszą własne teksty, na nowo interpretują klasyków, łączą się w zespoły, sięgają po instrumenty lub stawiają na oszczędność środków – w każdym roku trochę inaczej, w innym nastroju. Tegoroczna edycja przyniosła zwycięstwo duetowi: Ada Rusinkiewicz i Daria Płusa. Drugą Nagrodę otrzymał Ryszard Krauze, a trzecią Maciej Baranowski. Jury przyznało również wyróżnienia: Karolinie Grabowskiej, Natalii Halli, Pawłowi Banachowi. Po turnieju artyści i widzowie przenieśli się do Klubu Agrafka, gdzie odbył się koncert piosenek autorstwa Andrzeja Sobczaka. Tradycyjnie pojawiły się na scenie zgierskie składy i powstałe na

PIOTR TOŁŁOZKO



Rozśpiewany i rozbawiony Artystyczny Autobus zainaugurował tegoroczne spotkania poetyckie w Zgierzu „Stachura pozostałym”. Atmosfera wewnątrz – znakomita

PIOTR TOŁŁOZKO



MAGDALENA ZIEMIŃSKA



I nagrodę w konkursie poezji śpiewanej wywalczył duet Ada Rusinkiewicz i Daria Płusa

potrzeby wydarzenia efemerydy, by przypomnieć największe przeboje napisane przez tego znakomitego nieżyjącego już tekściarza. W Agrafce zakończyła się tegoroczna Stachuriada. Tam również się rozpoczęła, bo piątkowy (25.11) koncert zespołu Akurat był jedną z imprez towarzyszących temu wydarzeniu.

Patronat nad corocznym świętem poezji „Stachura pozostałym” objął Prezydent Miasta Zgierza Przemysław Staniszewski. ●

PIOTR TOŁŁOZKO



Poeta Rafał Zięba spotkał się z czytelnikami i miłośnikami poezji podczas swojego wieczoru autorskiego

# Miłość – najsilniejszy czynnik zdrowienia

Nie znajduję w medycynie innego czynnika leczniczego, który miałby większy wpływ na zdrowie, niż miłość – dr Dean Ornish.

## KATARZYNA LEWKOWICZ-SIEJKA



Dr Dean Ornish jest amerykańskim lekarzem znanym z sukcesów w leczeniu chorób serca. Opracował naturalną metodę powrotu do zdrowia, polegającą na zmianie diety i trybu życia, która z powodzeniem zastępuje chirurgiczne zabiegi takie jak bypasy czy angioplastyka. Jego metoda, jako gwarantująca całkowity powrót do zdrowia, została uznana przez system opieki zdrowotnej w USA za skuteczną i jest refundowana, co – warto podkreślić – należy do absolutnych wyjątków. Ale dr Ornish odkrył też inną zależność w zdrowieniu pacjentów. W swojej książce *Love and Survival* pisze o potężnym wpływie miłości i bliskości na proces leczenia: „Nie znajduję w medycynie innego czynnika leczniczego, który miałby większy wpływ na jakość życia, rzadsze występowanie chorób i przedwczesnej śmierci z jakiegokolwiek przyczyny, niż miłość, która przewyższa pod tym względem wpływ diety, niepalenia papierosów, ćwiczeń fizycznych, predyspozycji genetycznych, leków i chirurgii”. Podkreśla, że „wszystko, co wspiera uczucia miłości i intymności, ma uzdrawiający wpływ; wszystko, co powoduje izolację, separację, samotność, stratę, wrogość, gniew, cynizm, depresję, odosobnienie czy inne pokrewne uczucia, często prowadzi do cierpienia, chorób oraz przedwczesnej śmierci z różnych przyczyn”.

### Więzi budują odporność

Naukowcy z University of California w mieście Irvine dowiedli, że samotność i brak emocjonalnego wsparcia mogą spowodować trzykrotny wzrost ryzyka rozwinienia się choroby serca, podczas gdy obecność i emocjonalna pomoc chociaż jednej osoby wystarcza, żeby to ryzyko zredukować! W walce z każdą chorobą, włączając w to raka, bliskie i ciepłe relacje z ludźmi, silne wsparcie najbliższych oraz optymistyczne nastawienie działają jak środki odpornościowe – podsumowują badacze.

Do podobnych wniosków doszli naukowcy z Uniwersytetu Karoliny Północnej w Chapel Hill, którzy badali, w jaki sposób więzi społeczne wpływają na zdrowie na różnych etapach życia, od wieku nastoletniego



FOTOLIA

do podeszłego. Badane były m.in. takie czynniki jak integracja społeczna, wsparcie społeczne, stres społeczny oraz zależność pomiędzy relacjami społecznymi a czterema czynnikami ryzyka chorób i zgonu: ciśnieniem tętniczym, obwodem w pasie, wskaźnikiem masy ciała oraz poziomem białka C-reaktywnego (świadczącym o występowaniu stanu zapalnego w organizmie). Okazało się, że sama liczba kontaktów społecznych miała znaczenie dla zdrowia. W wieku kilkunastu lat izolacja społeczna zwiększała ryzyko stanu zapalnego. W przypadku seniorów izolacja społeczna w większym stopniu wpływała na rozwój nadciśnienia tętniczego niż cukrzyca. U osób w średnim wieku ważniejsza była jakość przyjaźni niż liczba przyjaciół. „Kontakty i więzi społeczne są równie ważne dla zdrowia fizycznego, jak aktywność fizyczna i sposób odżywiania” – napisali we wnioskach ze swych badań na łamach pisma *Proceedings of the National Academy of Sciences*.

Naukowcy z Uniwersytetu Yale opisali wpływ miłości na zdrowie 119 mężczyzn oraz 40 kobiet, u których przeprowadzono koronarografię. Osoby najbardziej kochane i wspierane w mniejszym stopniu doświadczały

Kontakty i więzi społeczne są równie ważne dla zdrowia fizycznego, jak aktywność fizyczna i sposób odżywiania

blokady tętnicy wieńcowej. Innymi słowy, głębokie więzi emocjonalne wiązały się z niższym poziomem stresu związanego z chorobami wieńcowymi, bez względu na standardowe czynniki ryzyka.

Przyjaźń i miłość należą też do skutecznych sposobów leczenia raka. Badanie opublikowane w 2013 roku w *Journal of Clinical Oncology* wykazało, że osoby, które mogą liczyć na współmałżonka, mają o 20 proc. mniejsze ryzyko śmierci z powodu tej choroby. Natomiast chore na raka osoby o skłonnościach depresyjnych są aż o 39 proc. bardziej narażone na śmierć z powodu tej choroby niż pozostali chorzy na nowotwór.

Tego, jak mocno więzi rodzinne i społeczne wpływają na zdrowie, dowiodło badanie o nazwie Ni-Hon-San. Naukowcy wyselekcjonowali 11,9 tys. Japończyków i porównali poziom zdrowia tych, którzy żyli w Japonii, ze zdrowiem tych, którzy żyli w amerykańskich miastach Honolulu i San Francisco. Zapadalność na choroby serca była najniższa w Japonii, średnia na Hawajach i najwyższa w Kalifornii. Różnic nie wyjaśniały odmienna dieta, wartości ciśnienia tętniczego ani poziom cholesterolu we krwi. Ustalono, że odsetek palaczy był najwyższy w Japonii pomimo niższego wskaźnika występowania chorób serca. Wyniki stanowiły zagadkę dla badaczy, dopóki nie podjęto próby sklasyfikowania Japończyków osiadłych w USA na podstawie stopnia zachowania przez nich japońskiej tradycji i kultury, cechujących się podtrzymywaniem społecznych więzi. Okazało się, że najsilniej związana z tradycją grupa amerykańskich Japończyków, która troszczyła się o podtrzymywanie więzi rodzinnych i społecznych tak, jak czyniła to w Japonii, wykazywała się wskaźnikiem rozpowszechnienia chorób serca na poziomie właściwym ojczystej Japonii. Całkowitym przeciwieństwem była grupa najmocniej zamerykanizowana w sensie przejęcia bardzo indywidualistycznego trybu życia, wśród której wskaźnik chorób serca był nawet pięciokrotnie większy w stosunku do grupy poprzedniej. Naukowcy doszli do wniosku, że sieć społecznych powiązań i bliskie relacje rodzinne chronią przed chorobą i przedwczesną śmiercią.

### Czynnik wspólnotowy

Jak więzi wspólnotowe wpływają na zdrowie, zbadał dr Thomas Oxman z University of Texas Medical School. Wraz ze swoimi współpracownikami przeanalizował związek poziomu społecznego wsparcia i religijności ze śmiertelnością mężczyzn i kobiet w sześć miesięcy po przebyciu elekttywnej otwartej operacji serca. Okazało się, że ludzie, którzy nie należeli do żadnej zorganizowanej grupy społecznej, takiej jak klub czy wspólnota religijna, mieli czterokrotnie zwiększone ryzyko śmierci w sześć miesięcy po operacji (uwzględniając w obliczeniach zaawansowanie choroby serca, wiek i zabiegi na sercu w przeszłości). Ludzie, którzy nie czerpali siły i pocieszenia ze swojej religii, mieli trzykrotnie zwiększone prawdopodobieństwo śmierci w sześć miesięcy po operacji. Osoby, które nie otrzymywały ani wsparcia grupy, ani wsparcia ze strony religii, miały ponad siedmiokrotnie zwiększone ryzyko śmierci w sześć miesięcy po zabiegu.

„Istnieje jedno uniwersalne pragnienie, które pulsuje w człowieku – pisze dr Neil Nedley, autor amerykańskiego bestselleru pt. *Zegnaj depresję*. – Każdy człowiek odczuwa tęsknotę i potrzebę, aby kochać i być kochanym. Element łączący nas wszystkich to potrzeba doświadczania wzajemnego oddania, całkowitego zaufania oraz głębokiej i niezmiennej miłości”.

# Książę Lubelszczyzny

ARCHIWUM BIBLIOTEKI



30 lat musiała czekać zgierska publiczność na występ Jana Kondraka

Po raz pierwszy przed zgierską publicznością zaprezentował się ponad 30 lat temu. W tym roku można było wysłuchać w jego wykonaniu polskich wersji utworów wybitnych bardów: Cohena, Okudźawy, Wysockiego czy Stinga. Jan Kondrak, bo o nim mowa, wystąpił w listopadzie w Miejsko-Powiatowej Bibliotece Publicznej z koncertem „Najpiękniejsze na świecie”, gromadząc bardzo liczną publiczność.

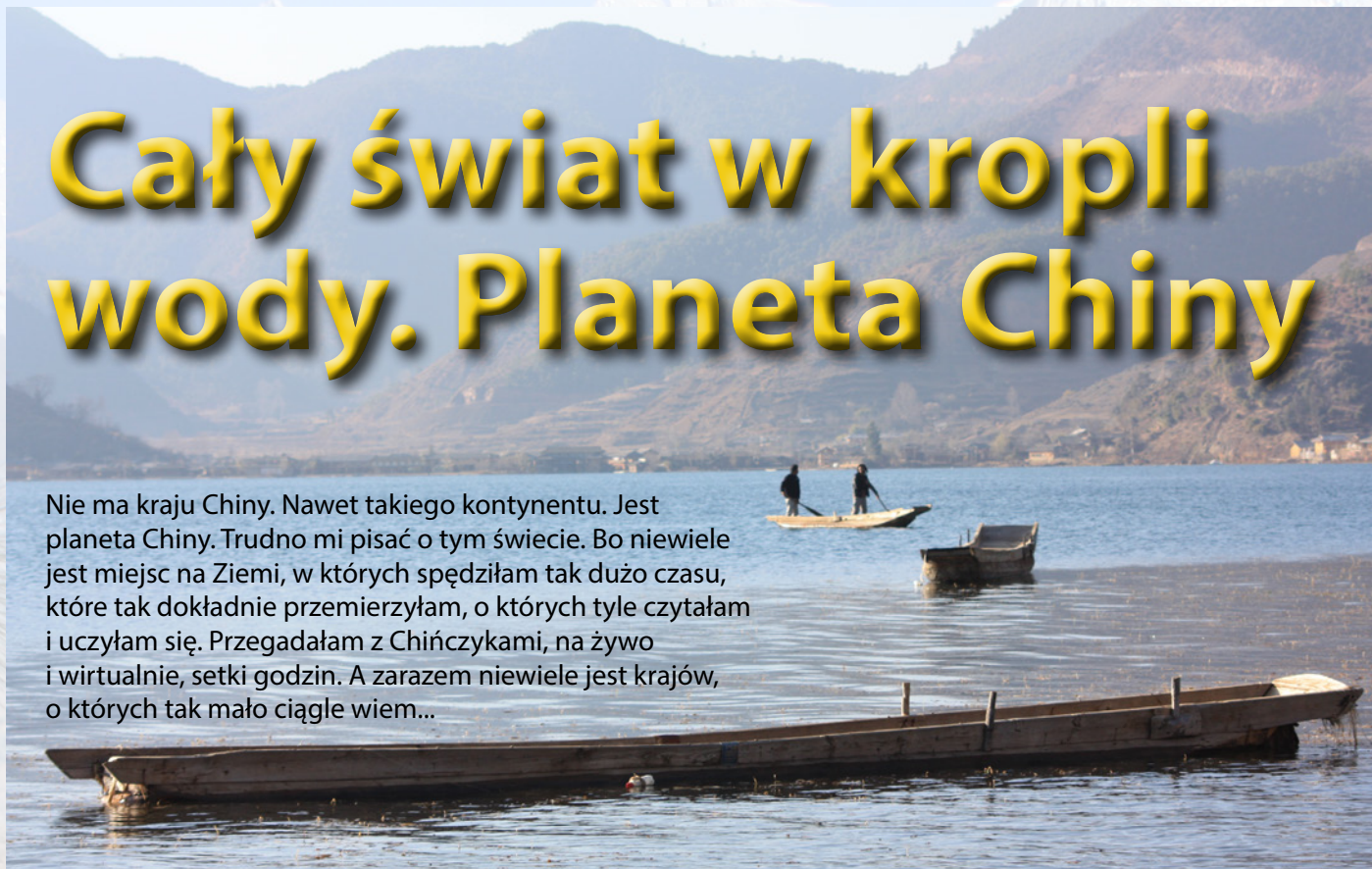
Koncert był o tyle wyjątkowy, że Jan Kondrak sam jest kompozytorem i autorem tekstów, ale tym razem wystąpił jako wykonawca utworów innych wybitnych muzyków znanych na całym świecie. Część tekstów przetłumaczył sam, niektóre zostały przełożone specjalnie dla niego przez innych tłumaczy. Piosenki wykonane w aranżacji artysty spotkały się z miłym przyjęciem ze strony publiczności, która swój zachwyt

wyraziła owacją na stojąco. Kondrak na pamiątkę swojej wizyty w Zgierzu pozostawił wpis w bibliotecznej kronice: „Czułem się z Wami tutaj „uśmiechnięcie”, jak na tym zdjęciu, a to znaczy, że trafiłem do dobrych ludzi. Dziękuję i do zobaczenia, jeśli los pozwoli”. I jest taka szansa, bo losowi chce pomóc Dorota Abramczyk, Dyrektor Miejsko-Powiatowej Biblioteki, która już teraz myśli o zaproszeniu muzyka w przyszłym roku.

Jan Kondrak jest liderem artystycznej piwnicy Lubelskiej Federacji Bardów. Otrzymał wiele prestiżowych nagród. Najważniejsze wyróżnienie, które przydało mu określenia „Książę Lubelszczyzny”, to Złoty Indeks wręczony z okazji 40-lecia Studenckiego Festiwalu Piosenki w Krakowie, za – jak to określono – utworzenie księstwa piosenki literackiej w Lublinie. (ea)

# Cały świat w kropli wody. Planeta Chiny

Nie ma kraju Chiny. Nawet takiego kontynentu. Jest planeta Chiny. Trudno mi pisać o tym świecie. Bo niewiele jest miejsc na Ziemi, w których spędziłam tak dużo czasu, które tak dokładnie przemierzyłam, o których tyle czytałam i uczyłam się. Przegadałam z Chińczykami, na żywo i wirtualnie, setki godzin. A zarazem niewiele jest krajów, o których tak mało ciągle wiem...



**AGNIESZKA SKARBOWSKA**



Bo ja nie mam z Chinami nic wspólnego. Dlatego ich historia przeraża mnie, zamienia w kamień. Jak napisał ktoś, Chiny nie miały nigdy dzieciństwa. Były zawsze. Potężna cywilizacja bez początku. Tysiące

lat geniuszu, dziesiątki potężnych dynastii, wielkich projektów. Ludzi, którzy odkryli niemal wszystko. Kolebka ludzkości.

Ta kultura jest tak potężna, że dosłownie rzuca na kolana. Niewiele tu można powiedzieć, bo oto stoimy w obliczu potęgi. Chińczycy lekko noszą brzemień swej wielkości. Jest dla nich oczywiste. Zawsze jak patrzę im w oczy, nie mogę zapomnieć, że to oczy człowieka mówiącego najstarszym językiem świata, do dziś żywym i używanym, zapisywanym najstarszym alfabetem. To oczy czytające Księgę Przemian, najstarsze dzieło religijno-filozoficzne.

## Wciąż jestem obca

I zwiedzam prastare świątynie, Chiński Mur, wielkie miasta i małe wioski zagubione w wielkich górach. Rozmawiam z ludźmi: nowobogackimi z Szanghaju; młodymi z mroźnej Mandżurii, którzy w Pekinie szukają lepszego życia; noszącymi (wcale nie dla turystów) tradycyjne stroje dziewczynami z Syczuanu, Ujgurami z Kaszgaru przy kirgiskiej granicy, gdzie nikt się prawie nie zapuszcza. I zawsze towarzyszy mi jedna myśl – jakie te Chiny są wielkie...

Zupełnie nie rozumiem mentalności Chin. Swojsko czuję się w kolorowych Indiach, w wesołej Tajlandii, mistycznej Kambodży. Ich też nie do końca rozumiem, ale czasem trochę czuję i jestem tam zawsze „u siebie”. W Chinach nie. Tu jestem obca. Kimś z innego świata. Barbarzyńcą. Chińczycy nigdy nie pokazują swojej wyższości. Nie muszą. Ona jest oczywista.

Chińskie myślenie i moje, choć kocham Azję, ciągle europejskie, to dwa bieguny. Wieczny prymat społeczeństwa nad jednostką, trudny konfucjonizm mówiący, niepojęty taoizm... Ciągle nie rozumiem, jak to wszystko mieści się w chińskich głowach, razem z traumą Rewolucji Kulturowej, i energią drapieżnego kapitalizmu. Jest każdy Chińczyk starożytnym mędrcem, ofiarą i katem maoizmu, i pełną ambicji, piękną i bogatą gwiazdą nowych czasów zarazem. Jak oni to robią? Bo jednocześnie, dla podróżnika, to jeden z najbardziej pomocnych, uprzejmych narodów świata. Są twardzi, a jednocześnie niesamowicie deli-

katni. Pchają w się w kolejce, zdepczą, popchną, a potem ustąpią człowiekowi z plecakiem najlepsze miejsce.

## Inne niż wszystko inne

W Chinach jest ciągle hałas i tłum. Wszystko jest olbrzymie i największe na świecie. Kolejowe dworce jak lotniska, gigantyczne wieżowce, autostrady, centra handlowe, zapory. Człowiek czuje się bardzo mały i niepozorny. W dodatku Chiny zrobiły się niesamowicie bogate – cały kraj się buduje. To też przyciąga. I jeszcze coś – w Chinach człowiek jest mały nawet wobec natury. Bo Chiny to nie piękne krajobrazy – to ekstremalnie cudowne krajobrazy: Himalaje, Tien-Szan, Gobi, przełomy Jangcy, tropikalne południe, tajga i Amur... Tu jest wszystko. I na każdym kroku najwspanialsze.

Do tego jeszcze bariera językowa – bo chiński ma tony, których ja nie słyszę, ma





AGNIESZKA SKARBOWSKA



AGNIESZKA SKARBOWSKA

znaczkę, których nie umiem przeczytać. Jak w takiej sytuacji zamówić jedzenie? Jak kupić bilet? Codziennosc to niekończące się pomyłki. Kilka razy pojechaliśmy zupełnie w inne miejsce, zamówiliśmy dania całkiem niejadalne. Nigdy nie potrafiliśmy wyjaśnić, że nie jemy mięsa... Próbowaliśmy jeździć autostopem i nikt nie rozumiał, o co nam chodzi. W ogóle po Chinach nie podróżuje się łatwo. Nie tylko z powodu języka, ale także dlatego, że nie jest tanio. Do tego życie utrudniają: biurokracja i różne pozwolenia. Nigdy nie ma biletów, miejsc w hotelach. I te wszystkie trudne sprawy, kontrowersje, o których się nie mówi, ale czasem bardzo by się chciało... Tak, wiem o wszystkim. Ale próbuję patrzeć obiektywnie i nie umiem. Nie wiadomo, co myśleć, jak czuć. Myślę, że

w gruncie rzeczy to jeden z najbardziej męczących krajów Azji.

Więc po co znowu do Chin? Nawet już sama nie wierzę, że je zrozumieć... Może dlatego, że są jak narkotyki? Bo za każdym razem odsłaniają mi kolejne swoje oblicze? Bo są tak wielkie i piękne, że nie mam nigdy dość? Bo inny jest Sznaghaj rano, inny wieczorem, inne góry latem, inne zimą – a Chiny budzą w człowieku zachłanność na świat, podróżniczą chytrość i ciągle chce się jeszcze i jeszcze....

Buddyzm Zen, który narodził się w Chinach, mówi, że cały świat jest w kropli wody. Może dlatego trzeba jechać do Chin. By zobaczyć cały świat...



AGNIESZKA SKARBOWSKA

## Refleksja o książce

# Żabek i Ropuch. Przez cały rok

**GRZEGORZ IGNATOWSKI**



Słyszymy często narzekania, że coraz mniej ludzi interesuje się książkami. Postanowiłem sprawdzić w księgarni, jak wielu jest w niej ludzi. Zaskoczyła mnie grupka młodzieży, nie brakowało też starszych. Ci ostatni

wertowali książki dla dzieci. Szybko zacząłem przeglądać dziełko Arnolda Lobela zatytułowane „Żabek i Ropuch. Przez cały rok”. Dlaczego? Po pierwsze, zmarły w grudniu 1987 roku amerykański pisarz nie jest wystarczająco znany w Polsce. Po drugie, duże litery i ciekawe krótkie historyjki sprawiały, że tekst niemal połykałem. Zajrzyjmy do niewielkich rozmiarów dziełka. Pięć krótkich opowiadań nie znudzi nikogo. Nawet rodziców i dziadków, którzy byliby skłonni poczytać swoim dzieciom lub wnukom. Pierwsza z historyjek poświęcona jest zimie. Owszem, śnieg pojawił się i u nas ostatnio. Pamiętając ubiegłoroczne kaprysy pogodowe, wcale nie jesteśmy pewni, czy będzie w lutym.

Czytamy w książce, że pewnego dnia Żabek zapukał do drzwi Ropucha i oznajmił, że na dworze zawitała zima. Domyśliłyśmy się, że sympatyczny, a nie zawsze lubiany przez nas ropuch, ze względu na nieapetyczny wygląd, nie miał ochoty wychodzić z łóżka. Miał ku temu jeszcze inne powody. Zwyczajnie, nie miał ciepłego ubrania. Nie minęło wiele czasu, a już Żabek był po raz drugi w domu Ropucha. Tym razem trzymał pod pachą ciepłą kurtkę i zimowe spodnie. Nie zapomniał także o czapce i szaliku. Gdy przyjaciele wyszli na dwór, przez dłuższy czas brnęli w dużym śniegu. Zapytamy, czy minęły na dobre czasy, kiedy nie mogliśmy otworzyć zawianej śniegiem furtki, wyjść do sklepu lub dostać się na przystanek autobusowy. Nie chcemy, aby autobusy się spóźniały. Być może z radością wspomnimy czasy, kiedy tak jak Żabek i Ropuch przebijaliśmy się przez gęsty śnieg. Zaprzyjaźnione płazy dotarły w końcu do górki. Mimo sprzeciwów Ropucha obaj przyjaciele zjechali na sankach. Nie mam wątpliwości, że czytelnicy sami przeczytają, jak zakończyła się nieszczęsna wyprawa. W kolejnych historyjkach znajdziemy wiele zabawnych lub pouczających refleksji. Nie trzeba zresztą nikogo zachęcać, aby szybko dotarł do ostatniej z nich.

Opowiada przecież o wigilii. Tak, tak. Nie minie miesiąc, kiedy wraz z najbliższymi zasiądziemy przy wigilijnym stole. Czytamy, że Ropuch przygotował uroczystą kolację. Jego przyjaciel, jak bywa i w naszym życiu, długo się nie zjawiał. Ropuch pomyślał, że musiało stać się coś złego. Żabek mógł wpaść do głębokiej jamy lub zagubić się w lesie. Być może został zaatakowany przez groźne wilki. Rad nie rad, Ropuch pospieszył przyjacielowi na ratunek. Okazało się, że Żabek spóźnił się zupełnie z innego powodu. Długo pakował prezent dla przyjaciela. Nie wątpię, że sami przeczytamy, co to było. Tymczasem, jak w każdej historii opowiedzianej dzieciom, tak i w tej musimy poszukać morału. Zapytam zatem, dlaczego zawsze myślimy, że stało się coś złego naszym najbliższym, kiedy spóźniają się na umówione spotkanie. Odrobina optymizmu przyda się każdemu. Szczególnie przed wigilią Bożego Narodzenia.

Prof. SAN dr hab. Grzegorz Ignatowski, filozof, etyk, autor publikacji naukowych oraz artykułów prasowych. Obecnie zajmuje się etyką w biznesie, źródłami rasizmu, międzynarodowymi stosunkami kulturalnymi i politycznymi na Bliskim Wschodzie oraz edukacją ekologiczną.

# Kalendarium wydarzeń

- ▲ Sport i rekreacja
- Koncerty i wydarzenia kulturalne
- Dzieci i młodzież
- ◆ Inne

## 8 GRUDNIA

godz. 13:00

- Cykl „Literackie czwartki”: „Poznajemy zwyczaje Świąt Bożego Narodzenia” – zajęcia literacko-plastyczne dla dzieci
- Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. B. Prusa, Filia nr 6, ul. Staffa 26

## 9 GRUDNIA

godz. 17:00

- ◆ Wigilia z MDK połączona z licytacją na rzecz Weroniki Jaśkowiak
- Wojewódzki Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli, ul. 3 Maja 46

godz. 17:00

- ▲ Zgierska Amatorska Liga Koszykówki
- MOSIR, ul. Wschodnia 2

godz. 17:00-19:00

- ◆ Kulinarne Wyprawa Dookoła Świata: Jadalne ozdoby choinkowe, „Najsmaczniejsza klasyka i nie tylko”

Zapisy pod nr tel.: 509 719 665  
Centrum Kultury Dziecka, ul. Rembowski 17

godz. 17:00 – 20:00

- ◆ Artystyczna Kuźnia: „Bombki pełne sztuki – secesja”, warsztaty decoupage

Koszt zajęć – 25 zł/osoba  
Zapisy pod nr tel.: 509 719 665

Centrum Kultury Dziecka, ul. Rembowski 17

godz. 18:00

- ◆ Rodzinne kołędowanie w bibliotece
- Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. B. Prusa, Filia nr 1, ul. Lechonia 2

## 10 GRUDNIA

godz. 9:00-16:00

- ▲ Memoriał im. M. Kurpińskiego, gala zapaśnicza

MOSIR, ul. Wschodnia 2

godz. 10:00-13:00

- ◆ Kreatywna Kuźnia Familijna: „Bombki, aniołki i gwiazdki, czyli klasyczne ozdoby świąteczne” – warsztaty decoupage

Koszt udziału – 30 zł/rodzina do 5 osób, kolejna osoba + 20 zł

Centrum Kultury Dziecka, ul. Rembowski 17

godz. 16:00-20:00

- ▲ HAL-KOP 2016/2017 futsal 2 kolejka
- MOSIR, ul. Wschodnia 2

## 11 GRUDNIA

godz. 9:00-15:00

- ▲ Wojewódzki Turniej halowej piłki nożnej rocznik 2003

▲ MOSIR, ul. Wschodnia 2

godz. 10:00

- ▲ TG Sokół – UMKS Bełchatów –/tenis stołowy III liga

MOSIR, ul. Wschodnia 2

godz. 11:00-12:15

- Hulajdusza, warsztaty multisensoryczne dla dzieci od 6 mies. życia

Zapisy i informacje pod nr tel. 660 275 402  
Centrum Kultury Dziecka, ul. Rembowski 17

godz. 16:00-20:00

- ▲ HAL-KOP 2016/2017 /futsal 2 kolejka

MOSIR, ul. Wschodnia 2

## 12 GRUDNIA

godz. 16:00

- ▲ Gwiazdkowy Turniej Szachowy
- Spółdzielczy Dom Kultury „SEM”, ul. Parzęczewska 21

godz. 9:00

- ◆ Wokalny Konkurs Kolęd i Pastorałek „NA ŚWIĄTECZNĄ NUTĘ” – przesłuchania
- Centrum Kultury Dziecka, ul. Rembowski 17

## 13 GRUDNIA

godz. 10:00

- ▲ IMS, GIMNAZJADA, LICEALIADA – powiat/ sztafety pływanie
- MOSIR, ul. Wschodnia 2

godz. 16:30-19:45

- ◆ Stolarka dla pań – drewniane ozdoby choinkowe

Zajęcia bezpłatne, zapisy pod nr tel. 509 719 665  
Centrum Kultury Dziecka, ul. Rembowski 17

godz. 17:00

- ◆ Miejskie obchody wprowadzenia w Polsce stanu wojennego
- godz. 18:00 – msza św. w kościele p.w. św. Katarzyny Aleksandryjskiej, po mszy przejście do Pasażu Solidarności

## 14 GRUDNIA

godz. 18:00-20:00

- Spotkanie wigilijne połączone z otwarciem wystawy obrazów Kamili Michoń pt. „Zmiany i przemiany”

Organizator: Fundacja KGM  
Park Kulturowy Miasto Tkaczy, ul. Rembowski 1

godz. 10:00

- Wernisaż pokonkursowej wystawy szopek bożonarodzeniowych – prace uczniów zgierskich szkół podstawowych i gimnazjów

Wystawa czynna do 5 stycznia 2017 r.  
Zgierska Galeria Sztuki, ul. Mielczarskiego 1

godz. 10:00

- „Przed pierwszą gwiazdką – poznajemy świąteczne zwyczaje”

Zajęcia edukacyjne dla dzieci  
Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. B. Prusa, Filia nr 4, ul. Fijałkowskiego 2

godz. 12:00

- Seans dla koneserów – Kino @MOK
- Wstęp wolny  
Miejski Ośrodek Kultury, ul. Mielczarskiego 1

godz. 17:00

- „Ta noc do innych jest niepodobna” – najpiękniejsze melodie z ekranu. Koncert zespołu A’Duo

Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. B. Prusa, ul. Łódzka 5

godz. 19:30

- Spektakl Teatru Art. 51 pt. „A Wersja”
- Wstęp wolny  
Miejski Ośrodek Kultury, ul. Mielczarskiego 1

## 15 GRUDNIA

godz. 9:00

- „Przed pierwszą gwiazdką – poznajemy świąteczne zwyczaje”. Zajęcia edukacyjne dla dzieci

Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. B. Prusa, Filia nr 4, ul. Fijałkowskiego 2

godz. 9:00-15:00

- ▲ Festyn „Sport z Mikołajem”

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji, ul. Wschodnia 2

## 15 GRUDNIA

godz. 10:00

- Cykl „Literackie czwartki” – „Poznajemy zwyczaje Świąt Bożego Narodzenia”

Zajęcia literacko-plastyczne dla dzieci  
Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. B. Prusa, Filia nr 6, ul. Staffa 26

godz. 10:00-16:00

- ▲ Sport z Mikołajem – hala

– gry i zabawy klasy I-IV SP  
– koszykówka z Mikołajem /kl.V-VI i gimnazja dziewczęta /  
– futsal z Mikołajem/klasy V-VI i gimnazja chłopcy  
MOSIR, ul. Wschodnia 2

## 16 GRUDNIA

godz. 10:00

- Wernisaż pokonkursowej wystawy grafiki dziecięcej „Czerń i biel. Kot i pies”

Wystawa czynna do 7 stycznia 2017 r.  
Organizatorzy: MOK i Stowarzyszenie Artystów „Młyn”

Zgierska Galeria Sztuki, ul. Mielczarskiego 1

godz. 17:00

- Koncert laureatów Wokalnego Konkursu Kolęd i Pastorałek „Na świąteczną nutę”

Wojewódzki Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli, ul. 3 Maja 46

## 17 GRUDNIA

godz. 9:00-16:00

- ▲ Memoriał im. M. Kozłowskiego – ogólnopolski turniej w futsalu rocznik 2006

- ◆ Warsztaty tworzenia ludowych ozdób świątecznych

godz. 10:00 – dla dzieci i młodzieży

godz. 13:00 – dla dorosłych

Organizatorzy: MOK i Stowarzyszenie Miłośników Kultury Ludowej „Folkier”

Miejski Ośrodek Kultury, ul. Mielczarskiego 1

godz. 10:00-14:00

- ▲ Okręgowy Turniej Koszykówki żaczek SK MAG RYS

MOSIR, ul. Wschodnia 2

Serdeczne życzenia zdrowych, pogodnych i pełnych rodzinnego ciepła Świąt Bożego Narodzenia oraz wszelkiej pomyślności w nadchodzącym 2017 roku wszystkim Klientom i Mieszkańcom Zgierza w imieniu Pracowników i własnym przekazuje Prezes Zarządu Spółki “Wodociągi i Kanalizacja - Zgierz Sp. z o.o.”  
Piotr Karasiewicz

godz. 16:00-20:00

▲ HAL-KOP 2016/2017 /futsal 3 kolejka  
MOSIR, ul. Wschodnia 2

## 18 GRUDNIA

godz. 15:00

◆ **Spotkanie Świąteczne CKD**  
Wojewódzki Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli,  
ul. 3 Maja 46

godz. 17:00

● **Bajkobranie: „Cudowna podróż” w wyk. Teatru TRIP**

Wstęp wolny  
Wojewódzki Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli,  
ul. 3 Maja 46

godz. 16:00-20:00

▲ HAL-KOP 2016/2017 /futsal 4 kolejka  
MOSIR, ul. Wschodnia 2

## 19 GRUDNIA

godz. 16:30-19:45

◆ **Ceramiczne Koło, cykl IV: ceramiczne ozdoby choinkowe**

Zajęcia bezpłatne  
Zapisy pod nr tel.: 509 719 665  
Centrum Kultury Dziecka,  
ul. Rembowskiego 17

## 2 STYCZNIA

godz. 16:30-19:45

◆ **Stolarka dla pań – drewniany stojak na noże do kuchni**

Zajęcia bezpłatne  
Zapisy pod nr tel. 509 719 665  
Centrum Kultury Dziecka,  
ul. Rembowskiego 17

## 7 STYCZNIA

godz. 10:00-13:00

◆ **Kreatywna Kuźnia Familijna: „Turbozimowa zabawka, czyli samochód z napędem śmigłowym”, warsztaty stolarskie**

Koszt udziału – 30 zł dla 5 osób,  
każda kolejna 20 zł  
Zapisy pod nr tel. 509 719 665  
Centrum Kultury Dziecka,  
ul. Rembowskiego 17

## 9 STYCZNIA

godz. 16:00-19:45

◆ **Ceramiczne Koło: garncarstwo dla zaawansowanych (zestaw do picia herbaty, czajnik + czarki) oraz wypał na wysoką temperaturę**

Zapisy pod nr tel. 509 719 665  
Zajęcia bezpłatne  
Centrum Kultury Dziecka, ul. Rembowskiego 17

## 13 STYCZNIA

godz. 17:00-20:00

◆ **Artystyczna Kuźnia: „Drukujemy, czyli jak poradzić sobie z napisami w depoupage?”, warsztaty**

Koszt udziału 25 zł/os.  
Zapisy pod nr tel.: 509 719 665  
Centrum Kultury Dziecka, ul. Rembowskiego 17

godz. 17:00

◆ **Kulinarna Wypawa Dookoła Świata, „W poszukiwaniu doskonałego smaku” – „Kulinarium-Karnawalia z przepisami cesarzowej cukiernictwa Anny Polyviu”**

Koszt udziału – 35 zł  
Zapisy pod nr tel. 509 719 665  
Centrum Kultury Dziecka, ul. Rembowskiego 17

godz. 18:00

■ **Wernisaż wystawy „Rocznik 1989”**  
Wystawa czynna do 3 lutego 2017 r.  
Zgierska Galeria Sztuki, ul. Mielczarskiego 1

## 15 STYCZNIA

godz. 16:00

● **Bajkobranie: „Słupski Chłopczyk”**

Wstęp wolny

Centrum Kultury Dziecka, ul. Rembowskiego 17

godz. 16:30

■ **Koncert Państwowej Szkoły Muzycznej**

I stopnia w Zgierzu

Kościół Ewangelicko-Augsburski Opatrzności

Bożej, ul. Spacerowa 2

## 16 STYCZNIA

godz. 16:00-19:45

◆ **Ceramiczne Koło: garncarstwo dla**

**zaawansowanych (zestaw do picia herbaty,**

**czajnik + czarki) oraz wypał na wysoką**

**temperaturę**

Zapisy pod nr tel. 509 719 665

Zajęcia bezpłatne

Centrum Kultury Dziecka, ul. Rembowskiego 17

## 17 STYCZNIA

godz. 17:00

■ **„W melodii tej siła zaklęta” – piosenka**

**w polskim filmie w l. 1930-1939**

Spotkanie autorskie z Michałem Maj-Wieczorkiem

połączone z mini-recitalem

Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. B.

Prusa, ul. Łódzka 5

## 19 STYCZNIA

godz. 12:00

● **„Gdzie jest Fredek, czyli... Porządku Misia**

**Zdzisia” – spektakl edukacyjno-profilaktyczny**

**dla dzieci**

Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. B.

Prusa, ul. Łódzka 5

**UWAGA! Kalendarium ma charakter podglądowy, daty i miejsc wydarzeń mogą ulec zmianie.**

## Znajdziesz nas między innymi:

- Bank Spółdzielczy, Długa 62 A(+placówki)
- Bar Express, Długa 63/67
- Bar Myśliwski, Popiełuszki 9
- Best 2 – dystrybutor NC+, pl. Jana Pawła II 17
- Biuro podróży „Ready to go”, Musierowicza 4
- Centrum Konserwacji Drewna, Narutowicza 6
- Centrum Kultury Dziecka, Rembowskiego 17
- Centrum Medyczne Boruta, Struga 2/4
- Dom Kultury SEM, Parzęczewska 21
- Delikatesy „Mix”, 1 Maja 3
- Falkopia, 1 Maja 65
- Hotel San Remo, Chemików 6
- Hurtownia hydrauliczna „Instal-Zgierz”, Wspólna 12
- Hurtownia mat. Budowlanych „Budmar”, Piątkowska 83
- Komenda Hufca ZHP, Długa 29
- Komenda Powiatowa Policji, Długa 58/60
- Lecznica weterynaryjna, Żytnia 82
- Miejski Ośrodek Kultury, Mielczarskiego 1
- Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji, Wschodnia 2
- Miejski Zespół Przychodni Rejonowych, Łęczycka 24A(+placówki)
- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, Długa 56
- Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna, Łódzka 5 (+filie)
- Muzeum Miasta Zgierz, Dąbrowskiego 21
- Myjnia samochodowa, Łęczycka 24
- Park Kulturowy Miasto Tkaczy, Rembowskiego 1
- Pierogarnia, Dąbrowskiego 6/8
- Powiatowy Urząd Pracy, Barona 10
- Punkt Lotto, Powstańców Śląskich 2 BC
- Restauracja „Jagusia”, Skargi 24
- Salon fryzjerski „Ola”, Tuwima 20
- Sąd Rejonowy, Sokołowska 6
- Sklep „Dar-Mar”, Piłsudskiego 66/68
- Sklep „Gastropak”, Dąbrowskiego 10
- Sklep budowlany „Standard”, 1 Maja 19
- Sklep przemysłowy, Rembowskiego 63
- Sklep rybny „Szprotka, Witkacego 1, paw. 7
- Sklep sportowy, Rembowskiego 63
- Sklep spożywczy, Długa 110
- Sklep spożywczy, Parzęczewska 32
- Sklep spożywczy, Staffa 32
- Sklep spożywczy „Af-Lider”, Boya-Żeleńskiego 39
- Sklep spożywczy „Anula”, Bazylijska 39 L
- Sklep spożywczy „Markecik” P&M, Powst. Śląskich 2A
- Sklep spożywczy „Mateusz”, Kasprowicza 31
- Sklep spożywczy „Miraż II”, Przygraniczna 32
- Sklep spożywczy „Od A do Z”, Piłsudskiego 23
- Sklep spożywczy „Raduś”, Osiedle 650-lecia (przy bl.76)
- Sklep spożywczy „U Placka”, Chełmska 75
- Sklep spożywczy, Dąbrówka, Główna 25
- Sklep spożywczy, Boya-Żeleńskiego 4
- Sklep spożywczy „Zgoda”, Dubois 37
- Sklep spożywczy „Zgoda”, Klonowa 1
- Sklep zoologiczny „Zoolog”, Parzęczewska 14 A
- Sklep żelazny „BMP”, Ozorkowska 48
- Stacja Nowa Gdynia, Sosnowa 1
- Starostwo Powiatowe, Sadowa 6 A
- Straż Miejska, Popiełuszki 3A
- „Ter-Lux”, Czerwieskiego 52
- Urząd Gminy Zgierz, Łęczycka 4
- Urząd Miasta Zgierz, pl. Jana Pawła II 16
- „Trafika”, Aleksandrowska 13/15
- Wojewódzki Szpital Specjalistyczny, Parzęczewska 35
- Zakład fryzjerski „Jerzyk”, Tuwima 20
- Zakład fryzjerski „Nie zadzieraj z fryzjerem”, Łęczycka 2
- Zakład fryzjerski „Szalone Nożyczki”, Aleksandrowska 29
- Zakład fryzjerski, Parzęczewska 17
- Zgierski Uniwersytet III Wieku, Łęczycka 24
- Zakład szewski, 1 Maja 21
- Zakład wulkanizacyjny „Martix”, Dolna 12

Firmy i instytucje zainteresowane dystrybucją miesięcznika **„Zgierz – moja przestrzeń”** zapraszamy do kontaktu z naszą redakcją: [mokzgierz@interia.pl](mailto:mokzgierz@interia.pl) lub pod numerem tel. +42 714 32 96.

# KRAJINA



## \* Świętego Mikołaja \*

**OTWARCIE:**

godz. 17:00-19:00

**23.12.2016 r.**

- ✦ otwarcie Krainy Świętego Mikołaja
- ✦ życzenia świąteczne władz miasta
- ✦ wspólne kołędowanie z Chórem Szkolnym Gimnazjum nr 1 w Zgierzu



Koncert Kołęd  
**URSZULA**

8.01.2017 r.  
godz. 19:00

czynna:

23.12.2016 r. - 6.01.2017 r.



Kościół Farny pw. św. Katarzyny  
Aleksandryjskiej w Zgierzu

**PLAC JANA PAWŁA II**

