

zgierski miesięcznik społeczno-kulturalny
czerwiec 2020, nr 6/2020 (53) | egzemplarz bezpłatny | ISSN 2450-3770

MOJA Zg ie PZ

PRZESTRZEŃ

**ALEKSANDRA RYBKA
PYTA ZNANE OSOBY
O PRYWATNE
KSIĘGOZBIORY**

**PLAGI I EPIDEMIE
TO ŻADNA NOWOŚĆ
- JAK ZGIERZ WALCZYŁ
Z NIMI W PRZESZŁOŚCI?**

**SZYKUJĄ SIĘ
UDANE WAKACJE?**

**NAJLEPSZY
LIMERYK POST
PANDEMICZNY**

**METAMORFOZA
ZGIERSKICH TERENÓW
REKREACYJNYCH**

**MUZEM MOTORYZACJI
POWSTAŁE Z PASJI**



SPIS TREŚCI

Z życia miasta	4-5
Ruszyła przebudowa Młyna. Zgierzanie zaglądają na Malinkę	6
Malinka golf	6
O zdrowie zgierzan	7
Auta z duszą mają swoje muzeum	8
Poznaj swoich radnych	9
Wakacje w dobie koronawirusa	10
Miejsce poświęcone Bogu	11
Zakładowe Opowieści 2.0	12
Epidemie w naszych dziejach	12
Rzecz gestu	13
Edukacja w koronawirusie	14
Stacja Nowa Gdynia – Nagroda specjalna	15
Kocham Jeść – Nagroda specjalna	15
Księgozbiór – czyli świat	16
Zgierskie biblioteki już otwarte	17
Internetowy „Ogień w głowie”	18
Boisko Włókniarza jak nowe	18
Ruch to zdrowie, ale czy na pewno?	19
Boruta Zgierz. Tak blisko I ligi	20
Zgierski Dzień Dziecka	21
Do zobaczenia malarstwo i grafiki Marii Łuczak	21
Nieidealne wakacje	22
Limeryk dobry na koronawirusowe zło	22
Nagroda Główna	22
Polskie Małedivy	23
Wątle granice zaufania	24
W gąszczu suplementów diety	25
Wśród Tamijskich Tygrysów	26
Pieskie życie	27



6



7



14



23



26

Słowo wstępu



Okres urlopowy czas otworzyć? Znak zapytania na końcu poprzedniego zdania nie jest korektorskim przeoczeniem, choć wygląda równie dziwnie jak życie wokół nas po ogłoszeniu stanu pandemii. Szczerze mówiąc, nie chciałabym się znaleźć w skórze rodziców młodszych dzieci. Starsze zapewne jakoś sobie poradzą, choć maturzyści i ósmoklasiści będą mieć dodatkowego sporo stresu. Jednak z młodszymi może być różnie. Nie wiem, kto marzy o kolumnach w foliowych fartuszkach, maseczkach i rękawiczkach i całą resztą konsekwencji obowiązującego tzw. reżimu sanitarnego. Ja w każdym razie miałabym zbyt wiele znaków zapytania w głowie przed spędzeniem czasu gdziekolwiek w takich warunkach. I chyba wolałabym zostać te kilka wakacyjnych tygodni na podwórku, ale nie na tym współczesnym, a na podwórku z mego dzieciństwa: z niebezpiecznym trzepakiem, na którym wykonywało się mrozące krew w żyłach akrobacje (dziś, gdyby rodzice pozwolili, żeby ich pociecha wisiła na trzepaku, zapewne mieliby na głowie prokuratora lub co najmniej kuratora), z piłkami, którymi grało się w zbijaka, nie oszczędzając współtowarzyszy; z gumą do skakania (nieraz zdobyczną, sztukowaną z różnych części garderoby babć i cioc), w którą grało się całymi godzinami, budując trwałe relacje i rozwijając się fizycznie; i z ciekawą książką, która pozwalała budować oczami wyobraźni światy, w których nigdy wcześniej się nie było.

Jakie będą tegoroczne wakacje dla dzieci i dla dorosłych? Trudno chyba sobie to wyobrazić. Oby były okazją do stworzenia czegoś pozamaterialnego, do poprawienia relacji i wzmocnienia więzi rodzinnych i przyjacielskich. ●

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 31 76, mail: mojaprzestrzen@umz.zgierz.pl
Redaktor naczelna: Renata Karolewska
Zespół stałych współpracowników:
Jakub Niedziela, Emilia Antosz, Magdalena Ziemiańska, Krzysztof Głowacki (foto), Joanna Syncerek (grafika)
Projekt graficzny, skład i łamanie: Tomasz Kuc
Druk: SILVERPRINT
Nakład: 3000 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

Foto:
Jakub Niedziela

Powolny powrót do normalności

Najbardziej odczuwalną zmianą jest możliwość zdjęcia maseczki podczas spaceru po mieście. Choć wielu odpowie, że bardziej uciążliwe były „godziny dla seniorów” w placówkach handlowych zniesione na początku maja. Ważnym posunięciem, choć wzbudzającym wiele dyskusji, było otwarcie żłobków i przedszkoli. Tylko część rodziców zgłosiła chęć wysłania do placówek swoich dzieci. Jednocześnie nasze życie odzyskuje znamiona normalności. Zgierzanie tłumnie spacerują po parku, chętnie odwiedzają miejskie targowisko, salony fryzjerskie telefonicznie umawiają kolejnych klientów. Czytelnicy mogą korzystać z bibliotek, co opisujemy w środku numeru. Pamiętajmy jednak, że walka z wirusem wciąż trwa. Ostrożności nigdy za wiele. (jn)



JAKUB NIEDZIELA

Od 25 maja rozszerzono zakres obsługi interesantów w Urzędzie Miasta Zgierz. Nawet osoby nieumówione, jeśli będzie taka sposobność, zostaną obsłużone lub zostanie im wyznaczony termin wizyty. UMZ zachęca jednocześnie do załatwiania spraw drogą elektroniczną – to wciąż najbezpieczniejszy sposób.



JAKUB NIEDZIELA

Powoli zapełniają się place gry. Od 18 maja na Orlikach może przebywać maksymalnie 14 osób, a na pełnowymiarowych boiskach 22 osoby. Z ponownie otwartych obiektów korzystają zgierskie kluby sportowe, ale też zgierzanie szukający sposobu na zgubienie kalorii. Dobra wiadomość dla lubiących sport, uruchomiono już boiska na Malince.



KRZYSZTOF GŁOWACKI

Jeśli rodzice wyrażą taką wolę, mogą wysłać swoje dziecko do żłobka lub przedszkola. W placówkach wyznaczono taką liczbę miejsc, aby spełnione zostały wymagania sanitarne i wszyscy chętni zostali przyjęci. Dodatkowo przedszkola i żłobki doposażono w ostatnim czasie m.in. w termometry, rękawice i maseczki. Pakiety zakupiono z budżetu miasta.



KRZYSZTOF GŁOWACKI

Zgierzanie mogą znów robić zakupy na targowisku miejskim. Prowadzony jest tam zarówno handel rolniczy, sadowniczy, spożywczy, jak i przemysłowy oraz chemiczny. Dni handlowe to wtorki, piątki i soboty, dodatkowo w dwie środy w miesiącu przy ulicy Aleksandrowskiej odbywają się jarmarki.



JAKUB NIEDZIELA

Brak możliwości wizyt u fryzjera stał się już tematem dowcipów. W drugiej połowie maja salony wreszcie uruchomiono, choć wciąż obowiązują tam surowe reguły sanitarne. Fryzjerzy pracują w rękawiczkach i maseczkach, twarz zasłaniają nawet klienci, jeśli jest to możliwe ze względu na rodzaj wykonywanego zabiegu.

Kajaki, rowery wodne i elektryczne łódki

Na miejskim stawie zmiany. I nie chodzi bynajmniej o kolor wody, a o nowy sprzęt pływający, z którego od kilku tygodni można korzystać w cieplejszej porze roku. Do wypożyczenia w tym sezonie są kajaki, rowerki wodne i nowe czteroosobowe łódki z napędem elektrycznym.

Wypożyczalnia czynna jest siedem dni w tygodniu w godzinach od 10.00 do 19.00. Ostatni klienci mogą pojawić się o godzinie 18.00.

Przed sezonem odnowiono przystań – stare deski zostały zastąpione nowym, kompozytowym odpowiednikiem. Utrzymane zostały natomiast ceny korzystania z kajaków i rowerów wodnych. Są identyczne jak w zeszłym roku, czyli 8 zł za godzinę pływania kajakiem i 15 zł rowerem. Natomiast koszt wypożyczenia łódki nowego typu wyniesie 30 zł za pół godziny lub 50 zł za godziną rekreacji. (rk)



W przystani wodnej przy stawie pojawił się nowy sprzęt pływający – łódki z elektrycznym napędem

Dla wzmocnienia organizacji pozarządowych

Rada Organizacji Pozarządowych Miasta Zgierza dostała dofinansowanie w wysokości 58 tysięcy zł na realizację projektu „Pozarządowa reorientacja”, którego celem jest wzmocnienie lokalnych organizacji oraz zdobycie nowej wiedzy i umiejętności przez ich członków i współpracowników. Udział w projekcie weźmie 10 zgierskich fundacji i stowarzyszeń. Organizacje skorzystają z mini grantów (po 1000 zł) na lokalne działania oraz ze szkoleń z wybranej tematyki zgodnie z potrzebami (prawnych, księgowych lub marketingowych). Po dwie osoby z każdej organizacji rozwiną swoje kompetencje liderkie podczas cyklu warsztatów z ekspertami. Projekt sfinansowano z programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich Narodowego Instytutu Wolności – Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego. (Adrian Skoczylas)

„Graj(mi)dół” przeniesiony

Organizatorzy z podjęciem decyzji dotyczącej realizacji Zgierskiego Festiwalu Gitar Basowej zwlekali tak długo, jak mogli. Jednak Miejski Ośrodek Kultury nie ma dobrych informacji dla fanów niskich brzmień. Tegoroczna edycja „Graj(mi)dołu” odbędzie się najprawdopodobniej jesienią. Michał Pietrzak informuje o tym na Facebook’u, mając nadzieję, że po wakacjach sytuacja epidemiczna ustabilizuje się na tyle, że będzie można zaprosić większą grupę muzyków, by wspólnie koncertować, prowadzić warsztaty i spotkania tematyczne. (mz)



Testowanie sprzętu w ramach Graj(mi)dołu będzie możliwe dopiero za kilka miesięcy

Lipcowa wizyta Agaty Passent



Agata Passent, autorka felietonów i propagatorka czytelnictwa

W poprzednim numerze miesięcznika opublikowaliśmy wywiad z Agatą Passent, który był swoistym zaproszeniem na zgierskie spotkanie z felietonistką. Przyjazd pierwotnie

zaplanowany na koniec maja, z wiadomych powodów trzeba było przełożyć. Jednak co się odwlecze... Zapraszamy na spotkanie z panią Agatą 2 lipca (czwartek) do Miasta Tkaczy, godzina 18.00. Jeśli pogoda będzie sprzyjać, rozmowa z dziennikarką zorganizowana zostanie na podwórzu przed hostellem „Folkier”.

To kolejne spotkanie z cyklu „Co za gość” – od stycznia 2019 roku organizuje je Wydział Promocji i Kultury UMZ.

Agata Passent ukończyła germanistykę na Uniwersytecie Warszawskim; studiowała także na Uniwersytecie Harvarda. Felietonistka „Twojego Stylu”, współprowadząca program telewizyjny „Xięgarnia”. Córka Agnieszki Osieckiej i Daniela Passenta. W 2020 roku opublikowała zbiór tekstów „Klauzula zdumienia” (wyd. Wielka Litera). (jn)

Dla sportowców

Zakończyła się termomodernizacja starej hali łuczniczej MOSiR przy Wschodniej 2. W ramach prac ocieplono ściany i dach, wymienione zostały okna i drzwi oraz instalacja centralnego ogrzewania. Równocześnie po sąsiedzku trwają prace związane z budową nowej hali wielofunkcyjnej. Obiekt będzie dostosowany do uprawiania różnych

dyscyplin sportowych, takich jak koszykówka, siatkówka, tenis ziemny, piłka ręczna oraz futsal. Sportowym zmaganiom drużyn będzie tak mogło kibicować jednocześnie około 300 osób. Hala posłuży również zawodnikom koronnych dyscyplin sportowych w Zgierzu: łucznikom i zapaśnikom. Użytkownicy obiektu znajdą tu ponadto małe salki do ćwiczeń, nowoczesnie wyposażone szatnie oraz sanitariaty. Nowy budynek będzie połączony ze starą halą łącznikiem. (rk)



Baza sportowa w Zgierzu zmienia się z roku na rok. Wkrótce warunki w ośrodku MOSiR ulegną całkowitej zmianie

Lwy strzegące wejścia

Niecodziennego odkrycia dokonali konserwatorzy podczas remontu siedziby zgierskiego muzeum. Pod barankowym tynkiem na attyce nad wejściem do muzeum schowane były trzy płaskorzeźby lwów wykonane z piaskowca. To odkrycie wiele mówi o dawnych właścicielach budynku. I jest zarazem bardzo intrygującym detalem architektonicznym, ale o tym w kolejnym wydaniu miesięcznika. (rk/mr)



Lwy nad głównym wejściem do zgierskiego muzeum

Dziewiętnaście Złotych Palet

Pod koniec maja Miejski Ośrodek Kultury rozstrzygnął konkurs plastyczny o Złotą Paletę. Tegoroczna edycja zrealizowana została za pośrednictwem Internetu. Udział w konkursie mogli wziąć uczniowie zgierskich szkół podstawowych. Na skrzynkę mailową wpłynęło 90 prac, których wspólnym tytułem była „Galeria kwiatów”. Jurorów zaskoczyła różnorodność technik i sposobów ujęcia tematu. Wpłynęły prace malarskie, wyklejanki, rysunki, prace przestrzenne z wykorzystaniem nietypowych materiałów, takich jak owoce, warzywa czy muszle. Ostatecznie jury wybrało 19 laureatów, którym przyznano równorzędne nagrody. Kilka z nich prezentujemy na kolażu. (mz)



Prace sfotografowali sami artyści. Od góry: Wiktoria Przybylak (SP 3), Lena Urbaniak (SP 1), Sonia Ślewa (SP 1), Marcin Jarosik (SP 1)

Nowe wiaty autobusowe

Wygodniej, bezpieczniej, estetyczniej. W ostatnich tygodniach Miejskie Usługi Komunikacyjne ustawiły trzy nowe wiaty na terenie miasta. Skuteczniej przed warunkami atmosferycznymi chronieni będą m.in. pasażerowie autobusów linii 1, 7, 7a i 10. Nowa wiata pojawiła się na ulicy Cezaka w kierunku ulicy Długiej. W tym przypadku wymiana skoordynowana została z pracami Generalnej Dyrekcji Dróg Krajowych i Autostrad, która przy ulicy Cezaka modernizowała chodnik.

Kolejne wiaty postawiono na Osiedlu 650-lecia (ulica Tuwima przy skrzyżowaniu z ulicą Boya-Żeleńskiego) oraz na Starym Mieście (Gałczyńskiego przy skrzyżowaniu z Łęczycką). Druga z wymienionych wiat służyć będzie m.in. pasażerom podróżującym autobusem linii 6 do Łodzi. Wszystkie nowo ustawione przystanki mają wyraźnie oznaczoną lokalizację. (jn)



Przystanek przy ulicy Tuwima



Przystanek przy ulicy Gałczyńskiego

Wioleta Głowacka Wójtą Gminy Zgierz



Nowa Wójt Gminy Zgierz Wioleta Głowacka

W drugiej turze przedterminowych wyborów na Wójta Gminy Zgierz największe poparcie uzyskała Wioleta Głowacka. Dotychczasowa sołtys wsi Biała otrzymała 2099 głosów (59,9 procent), jej rywal Marcin Karpiński, w przeszłości wicestarosta zgierski, a dziś radny powiatowy – 1405 głosów (40,1 procent). Frekwencja w II turze wyniosła 30 procent i była minimalnie wyższa niż dwa tygodnie wcześniej. W I turze wystartowało pięciu kandydatów, w tym pełniąc obowiązek Wójta Gminy Zgierz Mirosława Maciak.

Przedterminowe wybory zarządzono po śmierci Barbary Kaczmarek. Mieszkańcy głosowali w sposób tradycyjny, w lokalach wyborczych, jednak z zachowaniem zasad bezpieczeństwa. Głosujący wyposażeni byli w rękawiczki i maseczki, kolejni wyborcy nie używali tego samego długopisu. (jn)

Koronawirus – punkt pobrań w Zgierzu

W związku z zapobieganiem zakażeniom koronawirusem, w Zgierzu uruchomiony został punkt do pobierania wymazów typu drive-thru. Badaniu można się poddać na terenie Wojewódzkiej Stacji Ratownictwa Medycznego przy ulicy Parzęczewskiej 35. Do punktu pobrań wymazów może udać się każda osoba w 12. dniu kwarantanny, która w 11. dniu jej odbywania otrzymała wiadomość SMS informującą o możliwości zgłoszenia oraz każda osoba odbywająca kwarantannę, która została skierowana do punktu drive-thru przez państwowego powiatowego inspektora sanitarnego. Punkt czynny jest codziennie w godzinach 14.00-16.00. Szczegółowe informacje dostępne są na stronie: <https://pacjent.gov.pl/punkty-pobran>. (rk)

Ruszyła przebudowa Młyna.

Zgierzanie zaglądają na Malinkę

To jeden z najważniejszych elementów rewitalizacji centrum miasta. Po uzyskaniu decyzji na roboty budowlane rozpoczęły się prace przy Starym Młynie. Rozbiórka budynków gospodarczych to pierwszy etap przekształcania zabytkowego budynku w nową siedzibę Miejskiego Ośrodka Kultury.

Według założeń budynek Starego Młyna zostanie przebudowany i rozbudowany. Wykonawca odtworzy elewację budynku w ramach nowych rozwiązań konstrukcyjnych z wykorzystaniem oryginalnej cegły lub nowego materiału ceglanoego o zbliżonym kolorze i fakturze. Wykorzystane zostaną również drewniane elementy konstrukcji budynku (słupy, belki, deskowanie) oraz skratowania okienne w ramach aranżacji wnętrz jako elementy dekoracyjne. Prace wykonywane będą w porozumieniu z konserwatorem zabytków. Budynek, który powstał na początku XX wieku jako młyn motorowy, jest wpisany do ewidencji zabytków.

Nowa siedziba Miejskiego Ośrodka Kultury posiadać będzie salę widowiskową, pomyślano także o aranżacji terenu otaczającego MOK. W planach m.in. stworzenie miejsc integracji społecznej i placu zabaw. Pojawi się też tam mała architektura i zieleni uzupełniająca.



Ciężki sprzęt budowlany przy Starym Młynie. Powstanie tu nowa siedziba MOK



Boiska na Malince wyposażono już w bramki

Investycja w ramach projektu „Szlakiem architektury włókienniczej – rewitalizacja Miasta Zgierza w celu rozwoju produktu turystycznego oraz rewitalizacji zdegradowanych terenów na obszarze ŁOM” współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego, Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Łódzkiego na lata 2014 – 2020”

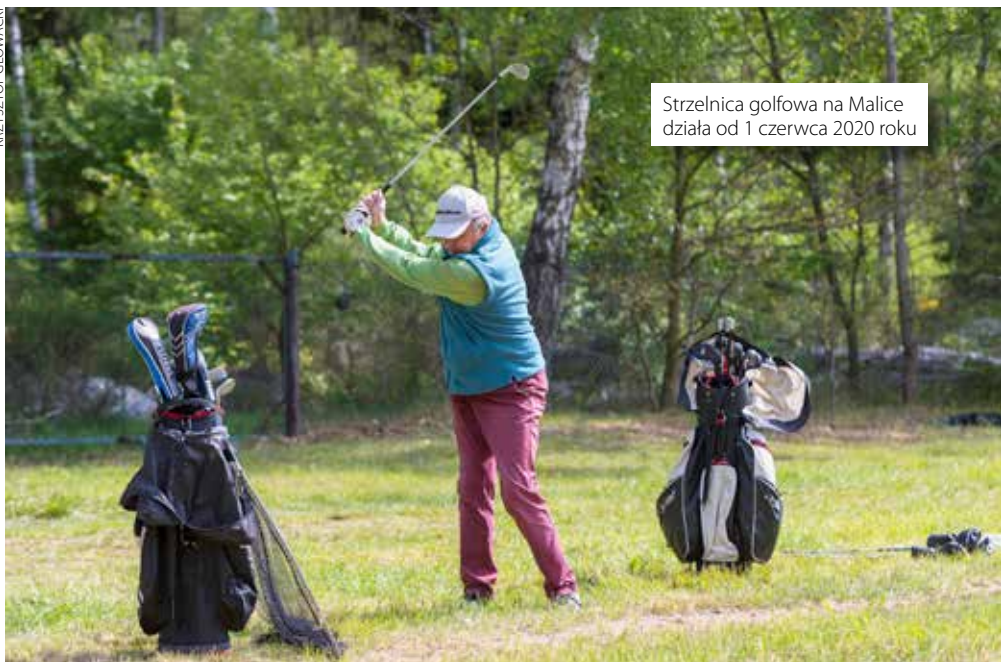
Wiosna, choć w tym roku kapryśna, zachęca do odwiedzin miejsc rekreacji. Coraz więcej zgierzan zagląda na Malinkę, gdzie w ostatnich tygodniach przygotowano do użytkowania boiska do piłki nożnej oraz beach soccera. Można korzystać również z toru pump track dla rowerzystów i ścianek wspinaczkowych.

Zbliżające się lato prowokuje pytania o remont kąpieliska na Malince. Obecnie przygotowana jest dokumentacja projektowa - modernizacja kąpieliska ma polegać na naprawie nawierzchni betonowej oraz wykonaniu systemu filtracyjnego (w postaci nasadzeń roślin na obszarze poprzedzającym zbiornik). Zaplanowano też drewniane moła/pomosty na powierzchni zbiornika w części płytkiej oraz głębokiej. W tym roku powinny zacząć się prace przygotowawcze, uruchomienie kąpieliska nastąpi prawdopodobnie w roku następnym. W obecnym sezonie, jeśli pozwolą na to przepisy sanitarne, oddany zostanie do użytku wodny plac zabaw. (jn)

Infrastruktura sportowa

Malinka golf

Tego jeszcze w Zgierzu nie było. Na terenie Ośrodka Wypoczynkowego „Malinka”, w miejscu, w którym zimą działa wyciąg narciarski, rozpoczęła działalność strzelnica golfowa. Miejsce powstało z myślą o osobach, które chcą doskonalić zarówno krótkie, jak i długie uderzenia. Jednak korzystać z niego mogą równie dobrze „całkiem zieloni” użytkownicy. Tu bowiem można zapoznać się z regułami gry w golfa, a także rozpocząć od podstaw swoją przygodę z tą ekskluzywną dyscypliną sportu. Nie trzeba mieć nawet własnego sprzętu. Na miejscu jest wypożyczalnia. Koszt wynajęcia 40 piłek i kija golfowego wynosi 10 zł. Prócz tego obiekt posiada własne zaplecze sanitarne, planuje się również otwarcie mini baru, w którym będzie można się napić czegoś ciepłego. Przed otwarciem wszystko zostało skonsultowane z przedstawicielami Łódź Open Golf Club, którzy nie ukrywają, że zamierzają wykorzystywać do swoich treningów strzelnicę w Zgierzu.



Strzelnica golfowa na Malince działa od 1 czerwca 2020 roku

Obiekt czynny jest od 1 czerwca w dni powszednie w godzinach 14.00 – 20.00 dla indywidualnych użytkowników, a od 10.00 do

14.00 dla grup zorganizowanych. Natomiast w weekendy strzelnica zaprasza od godziny 10.00 do zmierzchu. (rk)

O zdrowie zgierzan

Plagi i epidemie były z człowiekiem od zawsze: w Egipcie, w Mezopotamii, starożytnej Grecji i w Rzymie. Cywilizacja europejska także musiała się z nimi zmagać. Najbardziej znane to średniowieczna epidemia czarnej śmierci – dżuma oraz grypy hiszpanki, która zdziesiątkowała Europejczyków po I wojnie światowej. Sprawdziliśmy, jak zgierska służba zdrowia radziła sobie w przeszłości z groźnymi chorobami.

MACIEJ RUBACHA



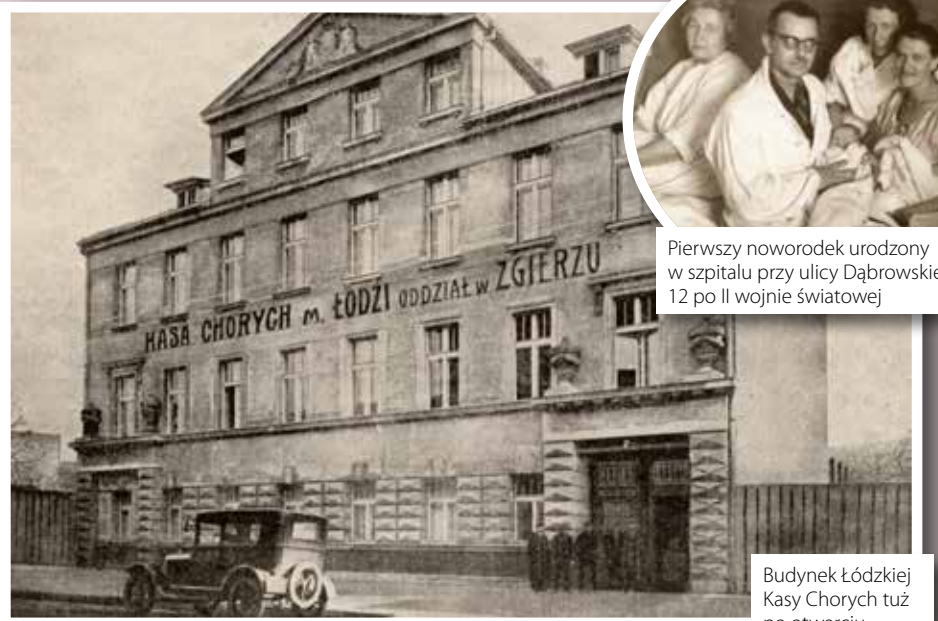
Epidemie i nas, zgierzan, nie omijały. Wiadomo, że pierwszy cyrulik w wykazie mieszkańców pojawia się w 1823 roku. Prawdopodobnie był nim Antoni Dąbrowski – „chirurg II rzędu”.

Oznaczało to, że nie miał on pełnych uprawnień. Lekarze (od 1829 roku było ich w Zgierzu dwóch) mieli pełne ręce roboty. To za sprawą wspomnianych epidemii: dżumy w 1827 roku (zachorowało 251 osób), duru brzuszego w 1846 (zachorowało 111 osób, zmarło 17); cholery w 1848 roku, kiedy zmarły aż 743 osoby(!), a liczba wszystkich chorych nie jest znana. Był to jeden rok w ciągu XIX wieku, gdy przyrost naturalny w Zgierzu był ujemny. Kolejna epidemia cholery pojawiła się już w 1852 roku. Tym razem zachorowało 219 zgierzan, a zmarło „jedynie” 87. W tym czasie ciągłym zagrożeniem była również ospa, dlatego w Zgierzu trwała akcja szczepień.

Paru lekarzy, kilkanaście łóżek, pieniądze fabrykantów

Zagrozenie spowodowane groźnymi chorobami sprawiło, że we wciąż rozwijającym się mieście zaczęto myśleć o utworzeniu szpitala. Jednak długo się to nie udawało. W 1892 roku władze miasta z udziałem Komitetu do Walki z Chorobami Zakaźnymi postawiły cztery baraki na 45 łóżek. Był to tak zwany lazaret choleryczny. W jego miejsce w 1908 roku postawiono szpital na 20 łóżek o tym samym profilu. Była to pierwsza oficjalna placówka tego typu w Zgierzu. Pracowało w niej 20 osób niższego personelu medycznego i po dwóch lekarzy na zmianę nocną i dzienną. Szpital ten po I wojnie światowej trudno było miastu utrzymać. Obok niego funkcjonował otwarty w całości ze środków prywatnych fabryczny szpital choleryczny. Posiadał on 20 łóżek, a pracowało w nim 4 lekarzy. Funkcjonowanie tej placówki opłacali zgierscy przedsiębiorcy: fabrykanci, którzy w ten sposób dbali o zdrowie swoich pracowników i ich rodzin. W czasie I wojny światowej w roku 1915 powołano do życia szpital miejski. Funkcjonowały w nim jedynie oddziały: wewnętrzny, zakaźny i weneryczny. Leczenie w szpitalu nie było bezpłatne. Za kurację musiał zapłacić chory, a jeśli nie było go na to stać, rachunek pokrywała gmina wyznaniowa, do której należał. Był on głównie wykorzystywany do walki z chorobami zakaźnymi, które

FOTOGRAFIE Z ARTYKUŁU W CZASOPISIE „ŁÓDZ W ILUSTRACJI”



Pierwszy noworodek urodzony w szpitalu przy ulicy Dąbrowskiego 12 po II wojnie światowej

Budynek Łódzkiej Kasy Chorych tuż po otwarciu

były powszechne wśród robotników fabrycznych. W 1918 roku na 245 chorych hospitalizowanych w zgierskim szpitalu aż 190 trafiło tam z powodu duru plamistego (choroby zakaźnej – przyp. red.). Wówczas jej śmiertelność wynosiła 12 procent. Aby zapobiegać epidemiom, obok szpitala w Zgierzu funkcjonowały: dom izolacyjny, w którym osoby z otoczenia chorego przechodziły kwarantannę oraz zakład kąpielowo-dezynfekcyjny. Z usług tego drugiego pomiędzy kwietniem 1917 a marcem 1918 skorzystało aż 26 163 osób. Przeszły one kąpiel oraz odswadzanie.

Polska na nowo – służba zdrowia od nowa

Po odzyskaniu niepodległości szpital miejski nadal funkcjonował, jednak pochłaniał on coraz większe koszty, w szczególności utrzymanie jego gmachu, który był w złej kondycji. Wpłynęło to na jego fatalny stan sanitarny, przez co w 1931 roku szpital zamknięto wraz z działającymi przy nim przychodniąmi i ambulatorium, a chorych zgierzan wozono do łódzkich lecznic. Miasto nie zostało jednak bez lekarzy. Od 1922 roku w Zgierzu działał Powiatowy Oddział Kasy Chorych. Gabinety i przychodnie rozrzucone były jednak po całym mieście w adaptowanych do tego celu pomieszczeniach. W 1926 roku przy ulicy Dąbrowskiego 12 (dawna ulica Zegrzańska) za sprawą Łódzkiej Kasy Chorych został wybudowany nowy budynek

lecznicy ogólnej, w następnym zaś oddany do użytku mieszkańcom. Przyjmowali tam lekarze różnych specjalności. Zgierzanie zwykli nazywać to miejsce lecznicą. Podczas okupacji obiekt został zajęty na szpital.

Po zakończeniu wojny szpital początkowo zorganizowano w tym samym budynku, jednak już po 3 latach postanowiono przenieść go na dawną ulicę Zakręt (dzisiejsza Dubois). Urządzono oddziały w dawnym pałacu rodziny Posselt. Szpital początkowo miał 82 łóżka, jednak po dołączeniu do niego sąsiedniej hali dawnej fabryki Swatka powiększono go do 140 łóżek. Dodatkowo w Zgierzu w drugiej połowie XX wieku funkcjonował szpital przemysłowy przy Zakładach Przemysłu Barwników „Boruta”. Co ciekawe, mimo śmiertelnego przypadku ospy prawdziwej w Łodzi, podczas epidemii tej choroby w 1963 roku zgierscy medycy nie musieli walczyć z tą groźną chorobą. W latach 60. XX wieku podjęto decyzję o budowie w Zgierzu przy ulicy Paręczewskiej dużego szpitala specjalistycznego, który miał zabezpieczać mieszkańców całego ówczesnego województwa. Dzięki tej decyzji w Zgierzu mamy szpital, który posiada wiele oddziałów, na których ratuje się zdrowie i życie ludzi. Dziś to ta placówka jest na pierwszej linii walki ze współczesną plagą koronawirusa. ●

O epidemiach w Zgierzu piszemy również na stronie 12.

Auta z duszą mają swoje muzeum

Pod koniec maja udostępniono mieszkańcom Muzeum Pojazdów Zabytkowych „Tamte Lata”. Hala przy ulicy Ogrodniczej w Zgierzu wypełniona została motoryzacyjnymi skarbami. Znajdziemy tam m.in. prawie stuletnie Renault z drewniano-skórzaną karoserią, najprawdopodobniej jedyny zachowany egzemplarz Poloneza Kampera oraz trójkołowce jeżdżące w XX wieku po francuskich szosach.

JAKUB NIEDZIELA



Pierwsi zwiedzający mieli pojawić się w Muzeum Pojazdów Zabytkowych już w marcu, jednak okółowirusowe zamieszanie opóźniło otwarcie o dwa miesiące. To jednak krótka chwila, jeśli weźmie się pod

uwagę kilkanaście lat poświęcone na tworzenie niezwyklej kolekcji czy datę „urodzin” najstarszych pojazdów. Na przykład Renault NN Weymann wyprodukowano w latach 20. XX wieku, karoseria samochodu to drewno pokryte stylową ciemną tkaniną. Klimat filmów gangsterskich przywołuje też stojący nieopodal Peugeot 301C z 1934 roku. – *Udało się go nawet uruchomić. Przejechałem się nim po naszym placu, choć przez ostatnie trzydzieści lat stał nieużywany* – opowiada Karol Angerman, jeden ze współtwórców zgierskiego muzeum motoryzacji.

Miłość do samochodów

Muzeum Pojazdów Zabytkowych „Tamte Lata” ma dwóch ojców. Rafał Pietrzak oraz Karol Angerman zawodowo zajmują się obsługą serwisową i kosztorysowaniem napraw samochodów. Kolekcjonować pojazdy zaczęli kilkanaście lat temu, początkowo hobbystycznie, bez pomysłu udostępniania aut publiczności. Teraz na 800-metrowej hali zgromadzili pół setki pojazdów – kolekcja nie jest stała, na pewno dokupowane będą kolejne „klasyki”. Możliwe, że niektóre z nich zostaną także sprzedane. Według jakiego klucza gromadzone są pojazdy? – *Część samochodów to nasze marzenia z dzieciństwa czy z późniejszych etapów fascynacji motoryzacją* – tłumaczy Karol Angerman. – *Niektóre wypatrzyliśmy na targach, zdarzają się też znalezione „stodołowe”. Bywa, że dokupujemy pojazdy*

JAKUB NIEDZIELA



Sunbeam Talbot należał do wysokiej rangi oficera WP

pod kątem uzupełnienia kolekcji z danej epoki.

W niecodzienny sposób właściciele muzeum pozyskali do swojego zbioru Sunbeama Talbota 80 wyprodukowanego

w 1948 roku w jednej z brytyjskich manufaktur. Właściciel chciał go wystawić na sprzedaż w domu aukcyjnym, jednak panowie przejechali setki kilometrów i zdążyli kupić auto przed planowaną licytacją. Pół dnia wyciągali Subeama ze stodoły, kolejne pół wracali z nim do domu, błędząc po drodze. Jednak wszelkie trudy zrekomensował im widok unikatowego pojazdu. Przy okazji udało się ustalić, że jego pierwszym właścicielem był wysokiej rangi oficer Wojska Polskiego Marian Wasilewski.

Auta z historią

Nazwisko wojskowego pojawia się na tabliczce umieszczonej przy samochodzie. Szczegółowe informacje o pojeździe to kolejna zalet zgierskiego muzeum. Każdy pojazd opisany jest jak muzealny eksponat: model pojazdu, jego pochodzenie, często historia marki i stopień zachowania oryginalnego wyglądu. – *Już jadąc po samochod, mamy pewien zarys informacji, który później poszerzamy o wiedzę zdobytą*



Karol Angerman, jeden z ojców Muzeum Pojazdów Zabytkowych

w literaturze fachowej czy też w Internecie – mówi pan Karol. – *Każdy z tych samochodów zasługuje na indywidualne podejście.*

Co charakterystyczne, twórcy muzeum nie wykonują pełnych renowacji, zwiedzający oglądają je zazwyczaj w stanie, w jakim pozostawili auta ich właściciele. Jednym z lepiej zachowanych egzemplarzy jest Polonez Kamper. Pojazd w stu procentach kompletny, z zachowaną zabudową wypoczynkową: stołem, siedziskami, lodówką, zlewozmywakiem i toaletką. To prawdziwy unikat w kolekcji. W latach 90. wyprodukowano tylko kilka prototypowych egzemplarzy. Polonez Kamper ze zgierskiej kolekcji jest prawdopodobnie jedynym zachowanym autem tego typu.

Projektanci, nie księgowi

Do najdziwniejszych „eksponatów” w Muzeum Pojazdów Zabytkowych należą trójkołowce produkowane we Francji. Na drabinie ewolucyjnej umieszczone gdzieś między motocyklem (silnik) a samochodem (zabudowa), miłośnikom filmów kojarzące się z cyklem komedii z Louisem de Funès w roli żandarma. Najmłodsze pojazdy z kolekcji, wyjątkowo lubiane przez twórców muzeum mercedesy, pochodzą z przełomu lat 80. i 90. Pojazdy z XXI wieku są szybsze, bardziej ekologiczne i... wszystkie do siebie podobne. Pan Rafał z rozbawieniem opowiada, jak pomylił ostatnio audi ze skodą, tak bardzo marki pozbawiają się cech charakterystycznych.

Samochody z Muzeum Pojazdów Zabytkowych pozwolą przypomnieć sobie czasy, gdy auta konstruowali projektanci z wizją, a nie księgowi. ■

Muzeum Pojazdów Zabytkowych

www.tamtelata.pl

profil FB: Fury z tamtych lat

Zgierz, ul. Ogrodnicza 5/7

Czynne od poniedziałku do piątku

(9.00 - 17.00)

Na życzenie w innych dniach i/lub godzinach po uprzedniej rezerwacji telefonicznej: 666 167 168

Rada Miasta Zgierza

Poznaj swoich radnych

W Zgierzu dwadzieścia trzy osoby podejmują decyzje co do najważniejszych spraw dotyczących kierunków rozwoju miasta. To oni mówią swoje „tak” lub „nie” na projekty, inwestycje, proponują własne pomysły i rozwiązania powstających problemów. Miejscy radni, bo o nich mowa, to reprezentacja mieszkańców Zgierza. Zwykło się myśleć, że o wszystkim decyduje prezydent, tymczasem często to właśnie radni mogą zablokować lub wesprzeć działania wóldarza miasta, a od jakości tej współpracy zależy naprawdę bardzo dużo. Warto poznać bliżej ich wizję miasta. Zwrócimy się z tą prośbą do wszystkich, licząc że będą chcieli zaprezentować się swoim wyborcom na łamach miesięcznika.

Jakub Filipowicz



Chcę, żeby zgierzanie wiedzieli o mnie, że jestem normalnym człowiekiem, pełnym chęci współpracy z ludźmi, że jestem ojcem dwóch wspaniałych córek: Zosi i Marysi, które

wymagają wielkiego zainteresowania, co próbuję im zapewnić. Jestem przede wszystkim nauczycielem w jednej z miejskich szkół, nie jestem politykiem. W ogóle uważam, że samorząd powinien być oddzielony od polityki. W radzie powinni być ludzie, którzy chcą wspólnie budować. Jestem w końcu człowiekiem mocno wspierającym sport we wszystkich jego aspektach, który szczególnie związany jest z jedną dyscypliną.

Kandydowałem na radnego, bo chciałem kontynuować to, co zostało rozpoczęte w poprzedniej kadencji. Współpraca z obecnym prezydentem idzie w dobrym kierunku i jest spójna z moją wizją Zgierza. Wyborcy, z którymi

rozmawiam też są zadowoleni, że miasto się rozwija. A jako samorządowiec wiem, że na pewne rozwiązania trzeba czasem dłużej poczekać na pieniądze.

Ci, którzy mnie znają, określają mnie jako osobę otwartą i pogodną. Oczywiście, każdy ma swoje lepsze i gorsze dni. Jako radny staram się współgrać i współdziałać z mieszkańcami. Z całych sił staram się też być aktywny – to można prześledzić, sprawdzając liczbę składanych przeze mnie zapytań, interpelacji. Staram się żyć dla ludzi i tym kieruję się w działalności społecznej. Oczywiście skuteczność moja i innych radnych uzależniona jest od wielu składowych. Czasem od spraw niezależnych od nas.

Mam nadzieję, że pod koniec tej kadencji uda mi się doprowadzić do... jako mieszkaniec chciałbym rekultywacji składowiska materiałów niebezpiecznych. Jako samorządowiec wiem natomiast, z jakimi problemami boryka się tu prezydent i rada.

Widzimy, jak zmienia się Malinka, stare miasto, park, Młyn, pojawia się

infrastruktura podziemna. Nie mamy budżetu Łodzi czy Warszawy. Dlatego chciałbym zaapelować do mieszkańców, żebyśmy oddawali tu swoje podatki.

Chciałbym w końcu, żeby miasto przeszło w geotermię. Konkretnie, to chciałbym, żeby w kolejnych kadencjach zdobyć środki na odwiert geotermalny na Malince. Wiem, że nigdy nie będziemy Uniejowem, ale moglibyśmy tu mieć własne tereny rekreacyjne na miarę Zgierza.

Tym, co napędza mnie do działania na rzecz miasta, jest oprócz pracy na rzecz miasta i mieszkańców jest wizerunek. Ja chciałabym mieszkać w mieście, które jest bliżej tych nowoczesnych miast, jest otwarte na wszystkich; którego mieszkańcy potrafią współpracować, a nie kłócić się. Szukajmy pozytywów, jeśli są. Taka wizja miasta mnie napędza. Bardzo mi zależy, aby moi uczniowie (a niektórzy już przyprowadzają swoje dzieci) mogli żyć w lepszym przyjaznym mieście, żeby tu żyło się coraz lepiej. ●

KINGA LEWANDOWSKA



Zwykle o tej porze roku zaczyna się już odliczanie dni do upragnionego urlopu, dokonywanie ostatnich rezerwacji, zakup biletów lotniczych lub wertowanie ofert biur podróży. Jednak w tym roku, wraz z wiosną, rozkwitła epidemia, która zamknęła granice, zawiesiła loty, wywołała lawinę odwołań rezerwacji, a same wakacje postawiła pod znakiem zapytania. W kwietniu z ust ministra zdrowia Łukasza Szumowskiego padło wręcz zdanie, że w tym roku wakacji nie będzie. Niemniej jednak dziś, jeszcze nieoficjalnie, mówi się o odmrożeniu sektora turystycznego w nowym reżimie sanitarnym.

Działka ROD zamiast Rodos

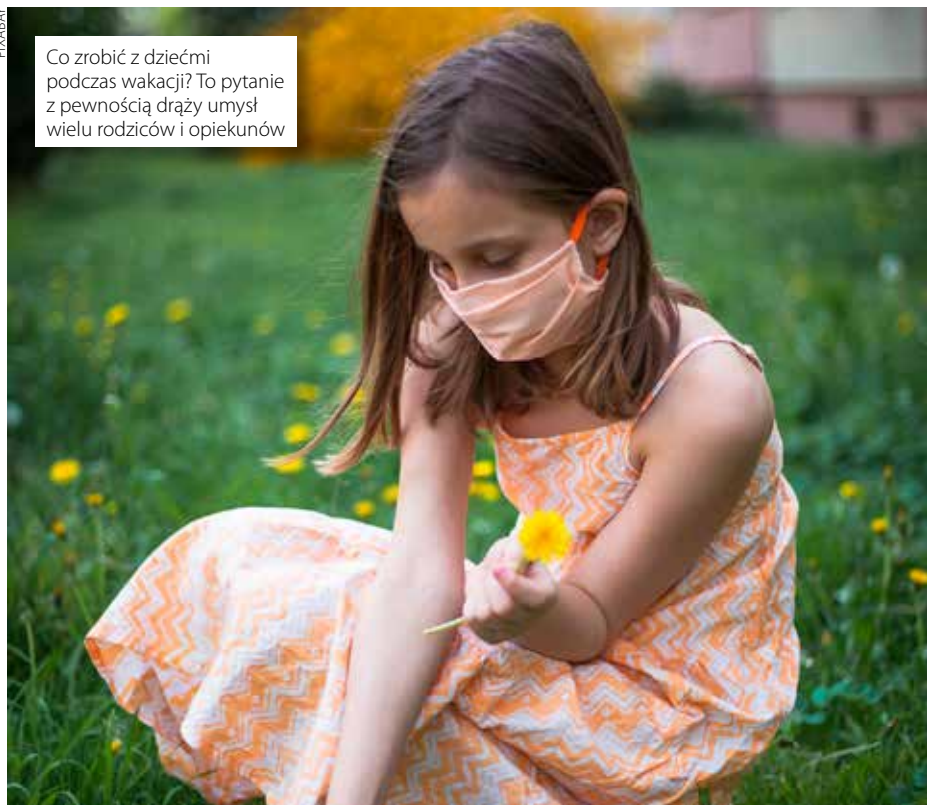
Oferty zagranicznych wyjazdów czekają zamrożone w katalogach biur podróży. Komisja Europejska przygotowała wprawdzie zasady, które będą obowiązywały w kurortach wypoczynkowych krajów członkowskich, ale kluczowe dla uruchomienia zagranicznych podróży będą decyzje związane z otwarciem granic. Państwa, dla których turystyka stanowi potężny filar gospodarczy, takie jak Grecja, Portugalia czy Chorwacja, przekonują, że są gotowe na otwarcie sezonu. Z kolei Włochy, Hiszpania i Francja, najbardziej dotknięte koronawirusem na starym kontynencie, nadal nieśpiesznie luzują wprowadzone obostrzenia. Branża turystyczna apeluje o nieodwoływanie wyjazdów, a jedynie przełożenie terminu, np. na jesień. Z raportu badania IMAS International opublikowanego przez Krajową Radę Dłużników wynika jednak, że zaledwie 40 procent Polaków zamierza wyjechać na wczasy w tym roku, w dodatku ponad 60 procent z nich zrezygnowało z wakacji pod palmami na rzecz wypoczynku w kraju. Największą popularnością cieszą się rodzime niewielkie pensjonaty i kwatery prywatne położone z dala od obleganych dotychczas kurortów. Do łask wraca także agroturystyka, a prawdziwy renesans przechodzi odpoczynek w Rodzinnych Ogródkach Działkowych, co da się zauważyć już teraz w zgierskich „rodosach”.

Kolonie w fartuszkach i maseczkach?

Jak informuje Polska Izba Turystyki, w maju odbyła się rozmowa z udziałem wiceministra edukacji Marzeną Machałek w sprawie przygotowań do organizacji kolonii i obozów dla dzieci i młodzieży. – *Pani minister potwierdziła, że nie ma na dziś „blokady” organizacji wypoczynku, ale jakakolwiek rekomendacja dotycząca organizacji wymaga zajęcia stanowiska przez Ministra Zdrowia* – poinformował potem Andrzej Kindler, prezes PIT. Szef resortu zdrowia zapowiada natomiast, że szczegółowe wytyczne ujrzą światło dzienne jeszcze w połowie tego miesiąca. Portale gospodarcze, powołując się na dane Głównego Inspektora Sanitarnego, opublikowały

Wakacje w dobie koronawirusa

Po trzech miesiącach izolacji i odcięcia od wszelkiej rozrywki u wielu z nas pojawia się pragnienie „resetu” od tej zawirusowanej rzeczywistości. Wakacje zbliżają się wielkimi krokami, a tymczasem większość wciąż stoi w decyzyjnym rozkroku. Wstępne wytyczne dotyczące turystyki letniej budzą wątpliwości i skłaniają do poszukiwania alternatywnych form wypoczynku.



Co zrobić z dziećmi podczas wakacji? To pytanie z pewnością drażni umysł wielu rodziców i opiekunów

już nawet pierwsze zalecenia. Na takie wakacje mogłyby wyjechać jedynie zdrowe dzieci, które nie miały wcześniej kontaktu z osobami przebywającymi w kwarantannie. Na koloniach będą przeprowadzane pomiary temperatury ciała, a podopieczni, u których pojawią się jakiegokolwiek objawy choroby zakaźnej, będą umieszczani w odosobnionych pomieszczeniach, rodzice natomiast zobligowani zostaną do niezwłocznego odebrania dziecka. Młodzi obozowicze mają być wyposażeni w środki ochrony osobistej: maseczki lub przyłbice, a opiekunowie dodatkowo w rękawiczki jednorazowe i fartuchy ochronne. Grupy mają być odpowiednio mniejsze, a miejsce zakwaterowania dokładnie dezynfekowane. Wciąż ma obowiązywać zasada zachowania bezpiecznego dystansu. Najwięcej kontrowersji wzbudza zaś wzmianka o realizacji programu kolonijnego wyłącznie na terenie obiektu i jego okolic, a tym samym

zalecenie redukcji wyjść do miejsc publicznych do niezbędnego minimum. O tradycyjnym zwiedzaniu można więc zapomnieć, ale kąpieliska i plaże mają być nadal dostępne, choć nie są znane szczegóły, w jakiej formie miałyby się to dokładnie odbywać. Sami organizatorzy mają mieszane odczucia. – *W obecnej sytuacji reżim sanitarny jest potrzebny i oczywisty. Mniejsza liczba dzieci w pokojach jest do zrealizowania bez problemu, ograniczenie wycieczek autokarowych także, ale wyobraża sobie pani temperaturę 30 stopni, a wychowawcę uzbrojonego w fartuch i rękawiczki cały czas? Bo ja niestety nie* – mówi Paula z Drozd Animacje, której oferta kolonijna znalazła się również w zgierskich grupach na Facebooku. Rodzice również znajdują się w trudnej sytuacji. Zdecydowani wciąż oczekują na potwierdzenie wyjazdu, inni mają wątpliwości czy w ogóle wysłać dzieci na wypoczynek w takiej formie. ●

Miejsce poświęcone Bogu

Bożnica, czyli synagoga zniknęła z pejzażu naszego miasta w 1940 roku. Jednak miejsce to przez 100 lat było sercem jednej z ważniejszych społeczności zamieszkujących nasze miasto w XIX i na początku XX wieku. Warto o tym miejscu pamiętać, jak i o ludziach którzy je stworzyli.

MACIEJ RUBACHA



Od średniowiecza w Zgierzu mieszkali Żydzi, jednak było to zaledwie kilka rodzin. W większej liczbie w naszym mieście ta społeczność pojawiła się dopiero po wojnach napoleońskich wraz dużą falą emigracji, która przeszła z głębi Rosji do Królestwa Polskiego. Początkowo żydowskie osadnictwo w Zgierzu skoncentrowane było na Piaskowicach. Znajdował się tam cmentarz założony w 1826 roku i mała, drewniana synagoga. Później rewir żydowski rozbudowywał się wzdłuż dzisiejszej ulicy Łódzkiej. Tam powstała w 1840 roku kolejna drewniana bożnica. Synagoga ta zbudowana była z drewna, tworząc zespół budynków wraz ze stojącym po przeciwnej stronie ulicy domem rabina.

Pali się!

Pewnego razu podczas uroczystości święta Jom Kipur jeden z Żydów usłyszał hałas dochodzący ze wschodniej ściany synagogi, jednak ze względu na ogólne poruszenie i podekscytowanie towarzyszące obrzędowi, nie zwrócił na to uwagi. Nagle rozległy się krzyki: „Pali się! Pali się!” W babinie, czyli pomieszczeniu dla kobiet wybuchła panika. Modlące się tam zgierzanki rzuciły się do wyjścia i w panice kilka zostało strąconych. Wydarzyło się to najprawdopodobniej w 1855 roku (brak dokładnych danych na ten temat). W tym czasie rabinowi zgierskiemu Szalomowi Cwi Ha-Kohenowi zaproponowano objęcie rabinatu Kalisza. Zgierski rabin zdecydował się przyjąć ofertę. Wtedy też przyjechał do Zgierza znany i poważany rabbi Jechiel Meir, by spędzić tu szabat. Ludzie zasypali go skargami, że ich rabin zamierza ich opuścić. Gość odwiedził tutejszego rabina i zapytał, czemu ten chce wyjechać z miasta? Według legendy miał on odpowiedzieć: „Jakże mogę żyć w mieście bez synagogi?” Rabbi Jechiel Meir przyznał mu rację i przyrzekł, że jeśli zgodzi się nie opuszczać Zgierza, to już on sam przypilnuje, żeby natychmiast zaczęto budować porządną synagogę. Po tym wydarzeniu zwołano zebranie, na którym gość powiedział mieszkańcom o życzeniu ich rabiego. Od razu na tym samym spotkaniu zebrano 3000 rubli na rzecz inwestycji, a już następnego dnia zakupiono działkę w centrum miasta i niezwłocznie rozpoczęto budowę wspaniałej synagogi.

MUZEUUM MIASTA ZGIERZA



Widok zgierskiej synagogi z pocztówki z okresu międzywojennego



Nowa bożnica

W 1860 roku wystawiono murowany budynek dla zgromadzenia się zgierskich Żydów. Wnosząc z opisu, nowa synagoga utrzymana była w stylu eklektycznym, być może z elementami tzw. stylu mauretańskiego. Wyróżniała się bardzo bogatym wystrojem wnętrza, hojnie sfinansowanym przez miejscowych bogatych członków społeczności. Prostokątna sala główna miała w narożnikach masywne, wysokie kolumny nawiązujące do biblijnych opisów Świątyni. Szafla ołtarzowa, czyli Aron ha-kodesz mieścił 70 zwójów Tory; jeden z parochetów do zasłaniania szafy z Torą z wplecionymi złotymi i srebrnymi niemi pochodził z 1866 roku. Pośrodku stała bima – jej pulpit nakrywał obrus z datą 5532 [1772], a wykonany był z jedwabiu i aksamitu; był to przerobiony parochet, który gmina otrzymała w darze z okazji swego powstania. Podest dla kantora odprawiającego modły ufundowany został przez Chanę, wdowę po rabinie Dawidzie Hendliszu. Ponad wnętrzem rozpościerała się kopuła, w której przedstawiono Słońce, Księżyc i gwiazdy.

Zagłada

Synagoga przetrwała bez uszczerbku pierwszą wojnę światową, mimo że w jej wnętrzu kwaterowały rosyjskie oddziały wojskowe, a niemieccy żołnierze kilkakrotnie przeszukiwali ją w poszukiwaniu kosztowności. Kiedy wybuchła II wojna światowa, wiadomo było, że społeczność żydowska jest szczególnie zagrożona. 10 września 1939 roku, raptem dwa dni od wkroczenia nazistów do

Zgierza, została podpalona przez wojska niemieckie. Pożar ugasił Żydzi mieszkający w sąsiedztwie. Jednak 27 października 1940 roku została przez Niemców podpalona po raz kolejny. Tym razem spłonęła do szczętnie. Aby jeszcze bardziej upokorzyć społeczność żydowską ze Zgierza, która pozostała jeszcze w mieście, wystawiono gminie żydowskiej rachunek za naftę użytą do podpalenia synagogi.

Ocalała

W 1927 roku Józef Hersz Szpiro przemysłowiec ze Zgierza, który towarzyszył cadykowi z Góry Kalwarii (Gerer Rebe) w podróży do Palestyny, zamówił tam wałki, które wraz ze zwojem Tory podarował później synagodze w Zgierzu. Zrobił to dla uczczenia pamięci swoich rodziców. Z całego wyposażenia synagogi ocalała tylko jedna z kunsztownie wykonanych tarczek z tzw. drzewa życia – drewnianych wałków, na które nawiąza się zwój Tory. Jest ona ozdobiona widokami z Jerozolimy, rozetkami z macicy perłowej i z dedykacją po hebrajsku poświęconą pamięci matki. Ocalała dlatego, że została zabrana jako swoista pamiątka przez żołnierza Wehrmachtu. Kolejne 53 lata znajdowała się w Tybingi u Ottona Michela. W 1993 roku po jego śmierci żona przekazała ją do lokalnego muzeum, a w 2011 roku została zwrócona potomkom Józefa Hersza Szpiry. Podjęli oni wspólną, rodzinną decyzję o powrocie tarczki do Polski, ale nie do Zgierza, gdzie nie ma już społeczności żydowskiej, tylko do Warszawy, do Muzeum Historii Żydów Polskich POLIN.

Epidemie w naszych dziejach

MACIEJ WIERZBOWSKI



Żyjemy w czasach pandemii. Już w poprzednim odcinku wspomniałem o epidemiach z wieku XVIII. Dla zapomnianych przytoczę ten fragment. *Dla porównania z obecnym czasem należy wspomnieć o ówczesnych zagrożeniach. I tak epidemia morowej zarazy w Zgierzu i okolicy (lata grozy) oraz lata głodu na terenie łęczyckiego i sieradzkiego. Podobne okresy to rok 1736, 1766-1768, 1771 oraz 1786.*

Oczywiście pandemie miały miejsce nie tylko w naszym mieście, ale – co oczywiste – w całej ówczesnej Polsce. Jednak przez teren Zgierza przebiegały ważne drogi, więc zarazy nas nie omijały, bo w tej sytuacji, nie mogły.

Najwcześniej notowane zarazy w kraju przypadają na lata 1349 i 1360. W drugim przypadku prawdopodobnie panowała dżuma. W roku 1580 wraz z całą Europą mieszkańcy dotknięci byli natomiast

pandemią grypy. Następne zarazy pojawiły się dopiero w wieku XVIII, o czym wspominałem na początku.

A jak było Zgierzu? Na rok 1827 przypada epidemia czerwonki, określanej również mianem dyzenterii. Choroba wystąpiła w porze letniej, miała bardzo ostry charakter i trwała około dwóch miesięcy. Szczególnie niebezpieczna była dla małych dzieci i niemowląt. W lipcu i sierpniu 1827 roku zachorowało w Zgierzu 251 osób, przy czym przeważały niemowlęta i dzieci, które przy ówczesnym stanie wiedzy oraz ograniczonych możliwościach terapeutycznych dojeżdżającego, jednego lekarza na okolicę, najczęściej umierały. Według wykazu sporządzonego przez pastora gminy ewangelickiej dla potrzeb magistratu w okresie od 27 lipca do 8 sierpnia zmarły 23 osoby wyznania ewangelickiego, w tym 21 dzieci i niemowląt. Następny wykaz zmarłych w okresie ośmiu dni lipca podaje 15 osób, w tym 12 niemowląt i dzieci.

Kolejna epidemia ogarnęła miasto w roku 1848. W pierwszych dniach maja do czerwca panowała epidemia duru

brzusznego (tyfusu). Zachorowało wówczas 111 osób, zmarło 17.

Na 12 maja 1852 roku datuje się początek epidemii cholery (potrwała do końca sierpnia). Zachorowało 219 osób, 106 wyzdrowiało, 87 mieszkańców zmarło. Kolejna epidemia tej choroby pojawiła się kilkadziesiąt lat później, w roku 1892. Objęła swoim zasięgiem Zgierz, Łódź (to patrząc z bliskiej perspektywy), a zachorowania odnotowywano w całym Królestwie Polskim, a nawet w Rosji.

W historii wielkich epidemii najlepiej kojarzymy prawdopodobnie rok 1918. Wówczas to wybuchła epidemia „hiszpanki” – grypy, która pochłonęła na całym świecie około 200 milionów istnień ludzkich.

Na koniec zaledwie wspomnę, że na lata 1957–1958 przypada epidemia grypy azjatyckiej (1 do 1,5 mln zgonów na świecie), a w latach 1967–1970 na grypę hongkong zmarło na świecie około miliona osób. Miejmy nadzieję, że z Bożą pomocą i przestrzeganiem reguł przeżyjemy obecną zarazę. ●

Ocalić od zapomnienia

Zakładowe Opowieści 2.0

Muzeum Miasta Zgierza zdobyło kolejne dofinansowanie projektu kulturalnego. Tym razem środki trafiają na kontynuację badań dotyczących zgierskich zakładów przemysłowych doby PRL. Dzięki nim powstanie kolejny tom książki ze wspomnieniami zgierskich robotników. Ale to nie wszystko.

Zgierskie fabryki, chociaż upaństwowione po wojnie, pozostały i nadal funkcjonowały. Pracowali w nich ludzie – zgierzanie: nasze matki, ojcowie, babki i prababki. Chyba w każdej zgierskiej rodzinie był ktoś, kto pracował, jeśli nie w Borucie, to w Zecie lub we Fresco. To właśnie ci ludzie są w stanie o czasach powojennych w Zgierzu opowiedzieć najwięcej – ich opowieść będzie nieocenionym źródłem późniejszych badań nad kulturą i tożsamością Zgierza w latach PRL-u, czyli historii najnowszej. – *Pomyśleliśmy sobie, że Zgierz to miasto włókiennicze. Ta część jego historii zaczęła się wraz z umową zgierską na początku XIX wieku. Przemysł włókienniczy i wielcy przemysłowcy zniknęli z pejzażu naszego miasta wraz z wybuchem II wojny światowej – mówi Adrian Skoczylas, koordynator projektu. – Badacze zatrzymali się na okresie rozwoju i upadku burżuazji przemysłowej. W historii naszego miasta*

pozostała biała plama. Tę białą kartę historii naszego miasta chcieliśmy wypełnić projektem Zakładowe Opowieści.

Młodzi ludzie, po wcześniejszym przygotowaniu, przeprowadzą tak samo, jak za pierwszym razem wywiady narracyjne ze zgierzanami, którzy pracowali w tutejszych zakładach przemysłowych. Wszystkie

rozmowy zostaną nagrane, spisane i opublikowane w formie książki – tak jak w pierwszym projekcie. Tym razem jednak twórcy projektu postanowili do publikacji dołączyć reportaż, który powstanie z nagrań wideo zarejestrowanych w czasie realizacji obydwu edycji projektu.

Chętni do rozmów „po obu stronach kamery” powinni zgłaszać się do muzeum lub do Stowarzyszenia EZG. Na razie ze względu na sytuację epidemiologiczną kontakt możliwy jest drogą elektroniczną: edukacja@mmz.net.pl lub stowarzyszenie@ezg.info.pl. (mr)



Muzeum Miasta Zgierza znów będzie spisywać opowieści o życiu robotników ze zgierskich zakładów przemysłowych

MAGDALENA WOŹNIAK



Z definicji, którą znajdziemy w Słowniku Języka Polskiego, wynika, że gest to „środek wyrazu: nacechowany znaczeniowo ruch ciała towarzyszący mówieniu postaci lub zastępujący słowo, ruch ręki zastępujący mowę”. Podczas rozmowy nie zwracamy uwagi na ruch naszych rąk, nóg, mimikę, szeroko pojęty...

Język ciała

Dopiero w latach 70. ubiegłego wieku Julius Fast stwierdził, że mowa ciała wpływa na treść tego, co chcemy powiedzieć. To, co mówimy za pomocą słów, stanowi podczas rozmowy jedynie 35 procent przekazywanych informacji. Pozostałe 65 procent stanowi przekaz niewerbalny.

U kobiet rozumienie tego rodzaju komunikowania jest wrodzonym instynktem. To matka interpretuje zachowania dziecka, porozumiewa się z nim przez pierwsze lata bez słów, za pomocą gestów. I doskonale wie, czego dziecku trzeba i umie odpowiedzieć na jego pragnienia. Ciekawe, że choć jesteśmy podobni w dawaniu sygnałów, to również znacznie się różnimy. „Przeprowadzono wiele badań i dyskusji na temat, czy sygnały niewerbalne są wrodzone, czy wyuczone. I co się okazało? Na pewno część z nich jest wrodzona. Skąd bowiem dzieci rozdziłyby się z instynktem ssania? Natomiast co z krzyżowaniem rąk na piersiach? „Jedni zakładają lewą rękę na prawą, a drudzy prawą na lewą. Większość z nas nie potrafi powiedzieć, dlaczego woli jedną z tych dwóch opcji, a drugą uważa za niewygodną” – pisze w jednym ze swoich artykułów dziennikarka, Bogna Skarul.

Takie samo rozumienie?

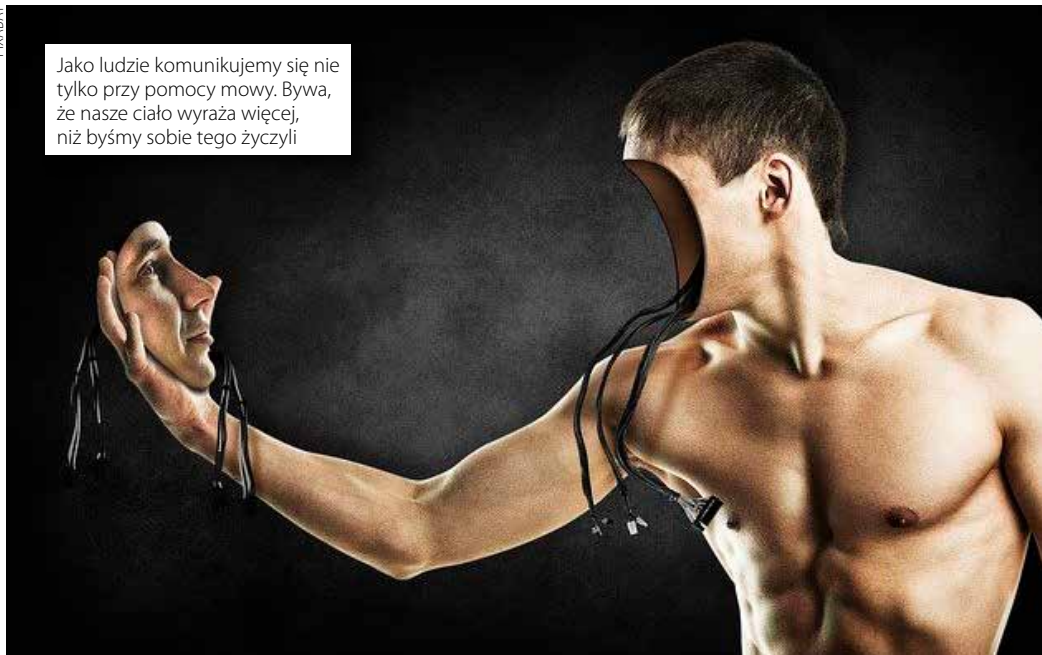
Na świecie są gesty, które można uznać za uniwersalne, takie jak skinięcie głową, oznaczające zgodę, wzruszenie ramion, okazywanie emocji szczęścia czy rozpaczy, choć oczywiście i pod tym względem występują pewne różnice. Co ciekawe, istnieje teoria, mówiąca, że kiwanie głową wyrażające „nie”, nabywamy od urodzenia, ponieważ odwracając głowę od piersi matki, sygnalizujemy, że nie chcemy już jeść. Z drugiej strony istnieją jednak bardzo popularne znaki, które nie w każdym zakątku świata będą oznaczały tego samego. Takim przykładem może być podniesiony do góry kciuk – w Grecji oznaczający „wypchaj się”, we Włoszech cyfrę jeden, w Japonii może oznaczać pieniądze. Na przykład przywoływanie kogoś palcem na Filipinach jest obraźliwe, a nawet karalne, ponieważ w ten sposób przywołuje się tam psy. Właśnie z powodu różnic kulturowych warto interpretować komunikację w pełnym kontekście. A będąc w innym obszarze kulturowym, bacznie zwracać uwagę na nasze gesty.

Rzecz gestu

Język ciała jest naturalnym składnikiem i towarzyszem naszej komunikacji. Podróżując po świecie, zdarza się, że porozumiewamy się bez słów. Potrafimy gestem wyrażać emocje, intencje. Jakie dajemy sygnały? I czy robimy to świadomie?

PIKABAY

Jako ludzie komunikujemy się nie tylko przy pomocy mowy. Bywa, że nasze ciało wyraża więcej, niż byśmy sobie tego życzyli



Z miasta wzięte

Ostatnio, przechadzając się ulicą Długą w zimny poranek, zauważyłam na przystanku pewną kobietę. Siedziała ze skrzyżowanymi rękami, głową opuszczoną w dół i smutnym wyrazem twarzy, poruszając na zmianę nogami. Gdyby nie fakt, że było zimno, co pozwoliło na odczytanie zachowania w kontekście pogody, można by pomyśleć, że jest smutna, znudzona, obrażona bądź zniecierpliwiona. Innym przykładem komunikatu wyjętego z kontekstu może być sytuacja z mężczyzną, który przykuł moją uwagę gdzieś na Rudunkach. Stał przy swojej posesji i na widok przechodnia, unioś zgietą rękę do góry i rozprostował dłoń. Jakaś kobieta automatycznie odpowiedziała z daleka gestem skinięcia głowy, oznaczającego odpowiedź na zrozumiane przez nią „dzień dobry”. Jednak sąsiad pokazał z daleka sygnał „stop”, bo właśnie świeżo zasiał trawę i chronił ją przed zdeptaniem.

Dłoń prawdę Ci powie

I wcale nie chodzi tu o wróżenie z linii dłoni. Naukowcy stwierdzili bowiem, że to właśnie dłonie mówią najwięcej o intencjach człowieka. Jeśli ktoś pokazuje ich część lub całe, oznacza, że mówi prawdę. Co ciekawe, małe dziecko, które próbuje oszukać rodzica, często chowa ręce za plecami. U dorosłych próba oszustwa lub kłamstwa, może przejawiać

się chowaniem rąk do kieszeni lub trzymaniem ich pod skrzyżowanymi ramionami. – *Zwracam uwagę na to, w jaki sposób ktoś podaje mi rękę. Czy podnosi ją nisko, czy ma silny uścisk, czy ta dłoń nie jest spocona, czy szybko ją zabiera. No i oczywiście u mężczyzny – czy pierwszy tę dłoń wyciągnie, choć to chyba niezgodne z zasadami savoir-vivre – mówi Ola, maturzystka I LO im. Stanisława Staszica w Zgierzu.*

Najczęściej dawane sygnały

Ważną rolę przy komunikacji odgrywa odległość między rozmówcami. To ona stwarza komfort i odpowiednie warunki do przeprowadzenia rozmowy. Jeśli ktoś utrzymuje kontakt wzrokowy i ma skierowane stopy w naszą stronę, może oznaczać to, że jest zainteresowany tym, co mówimy lub po prostu nami.

Częste zmiany pozycji ciała, obserwowanie przetrzeni wokół, zabawa dłońmi, szybkie przytakiwanie głową zdradzają nasze znudzenie lub brak koncentracji na wypowiedzi.

Rozszerzone nozdrza, szybki oddech mogą natomiast świadczyć o zdenerwowaniu. Każdemu z rozmówców zależy na jak najdokładniejszym przekazaniu intencji wypowiedzi. Warto zatem pamiętać, że nasz komunikat najtrudniej jest odczytać w sytuacji, w której usta opowiadają pewną historię, jednak ciało niewerbalnie milczy. ●

Przedsiębiorcy wszystkich branż, łączcie się

KAZIMIERZ KUBIAK



Ostatnio jesteśmy świadkami zgromadzeń organizowanych przez przedsiębiorców w celu zwrócenia uwagi na sytuację firm i przyszłość zatrudnionych w nich pracowników. Rzecz o tyle ciekawa, że próby te spotykają się niewielkim zainteresowaniem społeczeństwa oraz negatywną reakcją władz wspartą siłami policjantów osłoniętych tarczami. A przecież „tarcza” miała chronić przedsiębiorców i ich firmy. Pamiętamy, jak przed kolejnymi wyborami kandydaci do władz różnych szczebli deklarowali swoje zrozumienie i poparcie dla sprawy. Ten nagły „wysyp przyjaciół” obserwowany jest od lat w ściśle określonych terminach i trwa około trzech miesięcy. Ciekawym zjawiskiem jest nie tyle wzrost zainteresowania kandydatów na ważne społecznie i politycznie funkcje problemami prowadzących działalność gospodarczą, ile naiwność przedsiębiorców wierzących w autentyczność składanych deklaracji.

Czy można oczekiwać, że człowiek, który przed kampanią wyborczą nie interesował się problemami firm, raptem będzie orędownikiem przedsiębiorczości? Ileż to razy politycy zapraszani na spotkanie z przedsiębiorcami tłumaczyli swoją nieobecność nawałem prac i niezwykle ważnych spraw do załatwienia. Po jakimś czasie te „ważne sprawy” okazywały się degustacją wyborczych potraw i napojów alkoholowych. Gdy zbliżają się wybory, deklarują gotowość do rozmów, zawierania umów o współpracy i walkę o rozwój gospodarki.

W. Churchill swego czasu zauważył, że historia uczy, iż rodzaj ludzki nie uczy się historii i ciągle popełnia te same błędy. Uwaga ta

dotyczy także przedsiębiorców. Zaufanie, że wybrani przez nas politycy pomogą w rozwoju przedsiębiorstw, ma równie mocne podstawy, jak wiara w cuda lub pewność wygrania w totolotka. Nawet jeżeli uznamy, że cuda się zdarzają, a my kiedyś wygramy w totolotka, to nie zwalnia przedsiębiorców od wzięcia ważnych dla nich spraw we własne ręce.

Co to oznacza w praktyce? Odpowiedź jest bardzo prosta. Należy zmienić dotychczasową praktykę i uwierzyć we własne siły. Zamiast zabiegać o względy poszczególnych osób reprezentujących „władzę”, przedsiębiorcy muszą się wreszcie zorganizować, aby stanowić realną przeciwwagę dla woluntaryzmu i niekompetencji osób lekceważących interesy prawie trzech milionów przedsiębiorstw i zatrudnionych tam pracowników. Nikt dokładnie nie wie, jaki jest stopień zorganizowania przedsiębiorców w powoływanych przez nich organizacjach. Jedno jest pewne. Nie stanowią silnej, zorganizowanej grupy zdolnej do wpływania na kształt polityki gospodarczej kraju. Żadna partia lub samorząd lokalny nie będzie traktował poważnie organizacji przedsiębiorców skupiającej dwudziestu, pięćdziesięciu czy dwustu członków. Tak niski stopień zorganizowania sugeruje niską świadomość wspólnoty interesów właścicieli i hołdowania zasadzie „ja się jakoś z władzą dogadam”. A gdy się takie „dogadywanie” nie uda lub mimo kosztów przyniesie wątpliwe efekty, wówczas podnoszony jest lament i zadawane są pytania o to „jak żyć”. W zglobalizowanej gospodarce, aby „żyć” i doskonalić przedsiębiorstwo, trzeba współpracować i rozwijać wielokierunkowe partnerstwo.

W okresie przedwyborczym potencjalni kandydaci na ważne urzędy zachęcają przedsiębiorców do tworzenia kolejnych organizacji. Mają one pomóc kandydatowi w zdobyciu upragnionego „stołka”, a przedsiębiorcom

otworzyć drogę do kontaktów z przyszłym VIP-em. I tak od lat popełniany jest ten sam błąd. Ale jak stwierdził Rochefoucault: *pełnić błąd to nie tragedia, ale upieranie się przy tym błędzie jest tragedią.*

Warto przyrzeć się źródłom siły przedsiębiorców w takich krajach, jak Austria, Francja, Włochy czy Niemcy. W tych państwach mamy do czynienia z samorządem gospodarczym. W pracach samorządu uczestniczą z mocy prawa wszyscy przedsiębiorcy, co decyduje o ich potencjale intelektualnym i finansowym. Zdecydowana większość przedsiębiorców aktywnie działa w organizacjach branżowych, które transparentnie lobbują na rzecz branż i sektorów gospodarki, w których pracują. W tych krajach to przedsiębiorcy mają decydujący głos co do kierunków i zasad rozwoju gospodarki. Czy nie powinno być tak w Polsce? Brak samorządu gospodarczego pozbawia działania zbiorowe polskich przedsiębiorców podmiotowości publicznoprawnej, a tym samym realnego wpływu na tworzenie ładu rynkowego. Powołanie samorządu gospodarczego leży w interesie rządu i ogółu przedsiębiorców. Szkoda czasu na „przepychanki” z policjantami wykonującymi polecenia przełożonych.

Najważniejszą sprawą wszystkich przedsiębiorców jest aktywna współpraca, niezależnie od poglądów politycznych, zmierzająca do wypracowania wspólnego stanowiska organizacji przedsiębiorców oraz związków pracodawców w kluczowych kwestiach, istotnych dla rozwoju przedsiębiorstw i całej gospodarki. Nie dajmy sobie wmówić, że jest to niemożliwe. ●

Dr Kazimierz Kubiak
jest pracownikiem naukowym
Instytutu Badań nad Przedsiębiorczością
i Rozwojem Ekonomicznym
EEDRI przy SAN w Łodzi

Na czasie

Edukacja w koronawirusie

Do 26 czerwca, czyli do końca roku szkolnego 2019/2020 będzie realizowane kształcenie na odległość. Do tego czasu nie zostaną przywrócone tradycyjne zajęcia w szkołach i przedszkolach. Ale już dzisiaj możemy mówić o stopniowym znoszeniu ograniczeń związanych z koronawirusem. Od 18 maja otwarte są przedszkola i oddziały przedszkolne w szkołach podstawowych. Zostały one dostosowane do wytycznych Głównego Inspektora Sanitarnego. Dzięki temu 272 dzieci w wieku przedszkolnym może korzystać z zajęć opiekuńczych. Tydzień później ponownie otwarto Miejski Żłobek im. Koziołka Matołka. Ze względów organizacyjnych i sanitarnych zapewniono w placówce jedynie 36 miejsc. W tym samym

dniu uruchomiono zajęcia opiekuńczo-wychowawcze z elementami dydaktycznymi dla uczniów klas I-III szkół podstawowych. W szkołach przygotowano 130 miejsc. Nadal pierwszeństwo w zakresie zapewnienia opieki przysługuje dzieciom pracowników ochrony zdrowia, służb mundurowych, pracowników handlu i przedsiębiorstw produkcyjnych. – *Najważniejsze, poza szczegółową analizą wytycznych GIS-u, było opracowanie procedur, które zapewnią bezpieczne funkcjonowanie placówek oświatowych* – powiedział Marek Lipiec, naczelnik Wydziału Edukacji Urzędu Miasta Zgierza. – *Każda jednostka została wyposażona w elektroniczne termometry bezdotykowe, środki dezynfekcji, maski i rękawice ochronne. Dodatkowo przeprowadziliśmy*



Jako ostatni z placówek opiekuńczych w nowych warunkach sanitarnych otwarty został miejski żłobek

ozonowanie w szkołach, przedszkolach i żłobku. Od 25 maja istnieje możliwość przeprowadzenia konsultacji indywidualnych lub w małych grupach z nauczycielami na terenie szkoły dla uczniów klas VIII, a od 1 czerwca z tej opcji mogą korzystać również uczniowie klas IV-VII. Ponadto biblioteki szkolne też są już dostępne dla uczniów szkół podstawowych i maturzystów. (ea)

Cudze chwalicie – swego nie znacie. W Zgierzu działa wiele znakomitych firm. Warto je poznać, bo wyróżniają się nie tylko na rynku lokalnym. Bywa, że są lepiej kojarzone w Polsce niż na naszym gruncie. Dlatego w tym cyklu przedstawiamy wyjątkowe zgierskie przedsiębiorstwa – laureatów nagród w trzeciej edycji konkursu im. R. Rembélińskiego organizowanego przez Zgierskie Centrum Obsługi Przedsiębiorców.

Stacja Nowa Gdynia – Nagroda specjalna



Może trudno w to uwierzyć, ale Stacja Nowa Gdynia kończy właśnie 20 lat. I wciąż, jak na dwudziestolatkę przystało, jest piękna i młoda. Cóż, nie ma się co dziwić, wzięwszy pod uwagę filozofię prowadzenia firmy przez jej właścicieli. – *Od początku istnienia dbamy o szczegóły, zarówno w obszarze infrastruktury, którą staramy się utrzymać na wysokim poziomie, jak i w zakresie obsługi naszych klientów* – mówi prezes zarządu spółki Marcin Ciupa. – *Z drugiej strony, właśnie od użytkowników mamy informację zwrotną, że to cenią sobie u nas najbardziej. Doceniają również bogactwo oferty dla każdej grupy wiekowej: od niemowląt po seniorów.*

W Stacji Nowa Gdynia nie brak też propozycji unikatowych nie tylko w skali

regionu, ale całego kraju. Kilka lat temu jako pierwszy w Polsce ośrodek sportowy zaproponował trening z oprogramowaniem e-gym, które dba o harmonijny, bezpieczny i zarazem efektywny rozwój fizyczny. Najlepiej wiedzą o tym ci, którzy nie mają możliwości regularnego uczestniczenia w zajęciach zorganizowanych. E-gym to ich wirtualny trener, który ma czas o każdej porze i zawsze poprowadzi trening personalny idealnie dostosowany do indywidualnej formy.

W ostatnim okresie natomiast nowe życie zyskała przestrzeń, na której przez całe lata znajdowały się dwa boiska do tenisa ziemnego. Stworzono tu największy w regionie „małpi gaj”, czyli strefę rozrywki dla dzieci i ich opiekunów „Ancymondo”. Miejsce to, w przeciwieństwie do podobnych obiektów, dostosowane jest również do gabarytów osób dorosłych. Ponadto jest tu świetnie wyposażona, bezpieczna strefa ścianek wspinaczkowych oraz nowoczesne salki, w których znajduje się wszystko, co potrzebne, aby zorganizować udane urodziny dla dziecka. Takich unikatowych propozycji w historii ośrodka było

wiele, ale nie wszystkie się od razu przyjęły. – *Muszę przyznać, że kilka czy nawet kilkanaście razy udało nam się przestrzelić czas, wyprzedzić zapotrzebowanie i świadomość użytkowników, a więc zdarza się, że wracamy do pewnych ofert* – mówi Marcin Ciupa.

Przedsiębiorstwo jest najbardziej dumne z tego, że przez dwie dekady rozwija się w sposób zrównoważony, z poszanowaniem wszystkich stron: kontrahentów, pracowników, klientów; że wszystko, co się dzieje w ośrodku sportowym, hotelu i restauracji odbywa się z zachowaniem obowiązujących przepisów prawa; że aktywnie działa rzecz lokalnego społeczeństwa (choć niechętnie się tym chwali) i że ma możliwość odpowiadania na potrzeby różnych osób i grup. Warto na koniec wspomnieć, że przy ośrodku utworzyła się nieformalna grupa współtowarzyszy treningów, której przedstawiciele pojawiają się na najróżniejszych wydarzeniach sportowych i rekreacyjnych. ●

Wysłuchała:
Renata Karolewska

Kocham Jeść – Nagroda specjalna



On – zgierzaniek, ona – łodzianka. On pracuje na co dzień jako szef kuchni w hotelowej restauracji w Zakopanem, ona menadżerka restauracyjna pilnuje interesu w Zgierzu. Oboje marzyli, żeby otworzyć coś własnego i w końcu połączyli swoje pasje pod hasłem „Kocham jeść”. Ona i on, czyli Joanna i Piotr Nadolscy prowadzą restaurację przy Parzęczewskiej od początku sierpnia 2019 roku. Bardzo szybko zdobyli swoich stałych klientów, a co ciekawsze, wiosenny kryzys spowodowany pandemią wcale ich nie osłabił, a raczej zmobilizował do rozwoju cateringu, przez co zyskali kolejnych klientów. W „Kocham

Jeść” można zamówić coś na szybko lub wybrać z karty bardziej wyszukane danie autorstwa szefa kuchni, który – na to przynajmniej wygląda – ma niespożyte pokłady energii, bo właśnie jest w trakcie zakładania kolejnej, tym razem autorskiej restauracji z Wojciechem Amaro w zimowej stolicy Polski.

Niewątpliwie swoją pasją, pomysłami i ciężką pracą oboje zapracowali na sukces w konkursie im. R. Rembélińskiego. W zgierskiej restauracji można skosztować całkiem oryginalnych dań, jak pieczona kaczka z jabłkami czy golonka gotowana w oleju przez 7 godzin. – *To nasze przeboje* – mówi Joanna Nadolska. – *Tych dań nie da się zjeść na raz. Na golonkę jest szal, ludzie uwielbiają ją. Poza tym wszystko, co serwujemy, przygotowujemy naszymi sercami. I to chyba jest tajemnica naszych smaków.*

Właściciele mają bogate plany na przyszłość. Pani Joannie marzy się sieć restauracji „Kocham Jeść”. I jest szansa na realizację tego marzenia, bo już niedługo w Łodzi ma powstać bliźniaczy lokal. A potem kolejny i kolejny...

Jak to się stało, że zgłosili się do konkursu? – *Chcieliśmy poznać innych przedsiębiorców, ich biznesy. Muszę przyznać, że jako łodzianka byłam pozytywnie zaskoczona tym, że ludzie tu tak funkcjonują, że znają się nawzajem, że mają mnóstwo świetnych pomysłów. To jest niesamowite* – mówi pani Joanna i podkreśla, że wciąż spotykają ją miłe niespodzianki, gdy obserwuje nie tylko lokalnych przedsiębiorców, ale również wydarzenia kulturalne, artystyczne i sportowe, jakie mają miejsce w Zgierzu. ●

Wysłuchała: Renata Karolewska

Księgozbiór – czyli świat

Z profesorem Jerzym Bralczykiem rozmawiała o niezwykłych wydaniach „Pana Tadeusza”, z grafikiem Maciejem Sieńczykiem o wynoszeniu książek z domów zmarłych. Rozmówcy oprowadzali ją po swoich bibliotekach, ale też sypialniach i toaletach wypełnionych książkami. Właśnie ukazała się książka zgierzanki Aleksandry Rybki „Pokaż mi swoją bibliotekę”.

Jak narodził się pomysł na książkę, w której rozmawia pani ze znanymi pisarzami, naukowcami, tłumaczami o ich bibliotekach?

Jedną z moich ukochanych lektur jest książka Barbary Łopieńskiej „Książki i ludzie”. Czytam ją co jakiś czas i pomyślałam – czemu by nie stworzyć książki ze „współczesnymi” pisarzami, dziennikarzami, jednym słowem z osobami, które z książkami mają wiele wspólnego? Dodatkowo uwielbiam przeglądać czyjeś księgozbiory. Kiedy goś odwiedzam, mój wzrok od razu pada na regały z książkami. Marzyłam, aby zajrzeć do biblioteki np. prof. Jerzego Bralczyka i dzięki tej książce się udało. Zajmowałam się również naukowo domowymi księgozbiorami. W tym konkretnym przypadku – XIX-wiecznym pałacowym księgozbiorem należącym do Potockich i Ostrowskich z Maluszyna.

Jak dobierała pani rozmówców? Z wywiadów wynika, że część została zasugerowana przez przepytanych, ale przecież nie wszyscy. I czy ktoś będący na liście życzeń, umknął pani?

Miałam pierwotną listę, od razu pomyślałam np. o Ani Dziewit-Meller, Jacku Dehnelu, Michale Rusinku czy profesorze Bralczyku. Ale rzeczywiście potem ta lista zaczęła się rozrastać, często od kolejnego mojego rozmówcy słyszałam, z kim jeszcze powinnam koniecznie porozmawiać, kto ma ciekawy księgozbiór i dostawałam numer tej osoby. Niestety na wywiad nie zgodziła się pani Małgorzata Musierowicz, na której bardzo mi zależało. Pani Ewa Lipska nie mogła się ze mną spotkać w tamtym okresie. Zdarzyło się, że ktoś nie odpisał.

Czy przepytywani chętnie wpuszczali panią do swoich bibliotek? W końcu to przestrzeń mocno prywatna...

Niektóre z rozmów odbyły się niestety poza domem moich rozmówców, a dwie drogą mailową. Ale zdecydowana większość bez problemu zaprosiła mnie do swojego świata i pokazała domowe księgozbiory. A tu należy dodać, że moi rozmówcy mają książki wszędzie, więc zwiedziłam również sypialnie i toalety (śmiech). Czułam tak wielkie onieśmienie, że nie miałam śmiałości prosić o zdjęcia, niektórym czytelnikom brakuje ich w książce. Jednak od czego jest wyobraźnia...

Domyślałam się, że autorowi trudno wartościować wizyty, jednak zapytam. Która



Zgierzanka przepytała wielu ludzi kultury o ich księgozbiory. Efektem jest książka „Pokaż mi swoją bibliotekę” (wyd. Znak)

z tych bibliotek zrobiła na pani największe wrażenie?

Najchętniej nie wyszłabym z mieszkania pani Agaty Tuszyńskiej i profesora Bralczyka, ze względu na całokształt atmosfery i wartości księgozbiorów. Profesor mieszka w pięknym domu w Milanówku, a jego gabinet wypełniony jest słownikami, więc to raj dla filologa. Dodatkowo półka z egzemplarzami „Pana Tadeusza” robi wrażenie. Znajduje się tam na przykład portret Adama Mickiewicza zapisany fragmentami epepei.

Z kolei biblioteka pani Agaty Tuszyńskiej to piękny zapis jej życia, przyjaźni literackich i podróży.

Często w swoich rozmowach porusza pani temat e-booków. Czy uważa pani, że książka elektroniczna zacznie dominować nad tradycyjnymi papierowymi wydaniem?

Uważam, że nie możemy e-booka traktować jako konkurencji dla książki tradycyjnej, ale jako świetne uzupełnienie. Sama z niego bardzo często korzystam, np. przy śpiącym

dziecku, także w drodze do pracy zawsze towarzyszy mi czytnik. Jednak mam taki podział: kupuje tylko takie książki w formie e-booka, do których wiem, że więcej nie wrócę, czyli kryminały, powieści. Całą resztę chcę mieć na półce.

No to teraz zestaw pytań, które sama pani zadawała swoim rozmówcom. Zaczniemy od tego, czy wraca pani do dawnych lektur?

Tak, ale to bardzo ograniczony repertuar. Non stop czytam „Jeźycjadę”, co jakiś czas wracam też do „Anny Kareniny” – to moja powieść wszech czasów. Zdarzały mi się też powroty i rozczarowania, np. „Sto lat samotności”. Ciągle muszę czytać lektury szkolne – w zeszłym tygodniu była to „Zemsta”. A ostatnio przeżyłam cudowny powrót po latach do „Kamieni na szaniec”. Przeżyłam tę książkę w niezwykle sposób.

Kolejna kwestia – pisanie po książkach. To sympatyczne indywiduowanie lektury czy jednak bezczeszczenie?

Ja tego absolutnie nie robię! Czasem nawet bym chciała, jednak nie potrafię się przełamać. Jedyne zaznaczam karteczkami, ale to też tylko w tych książkach potrzebnych do pracy. Jednak podoba mi się zdanie Jerzego

Jarniewicza, który uznaje to za swoistą rozmowę z książką. I też myślę, że byłoby miło za kilka lat wrócić i zobaczyć co się zaznaczyło i jak dziś się odczytuje te fragmenty.

I ostatnie z tego zestawu – jak wiele wciąż nieprzeczytanych książek stoi na pani półkach?

Najgorsze pytanie (śmiech). Niestety wiele, a ja ciągle kupuję i ten stos nieprzeczytanych ciągle się powiększa. Na szczęście bardzo dużo czytam, więc jest jako taka rotacja. Zawsze w styczniu robię swoje osobiste podsumowanie czytelnicze roku, i przeglądając listę przeczytanych książek, obiecuję sobie, że w końcu powiem stop nowościom i skupię się na klasyce, i na tym, co mam. Jednak media społecznościowe, reklamy wydawców, zachęty ciągle powodują, że kupuję te nowości, a potem bardzo często się rozczarowuję.

Jakiś czas temu pytałem pisarza Łukasza Orbitowskiego o rolę książek we współczesnej kulturze. Odpowiedział, że nie znikną, ale nie będą już odgrywały pierwszoplanowej roli jak kiedyś, że konkurencją są teraz dla nich nowoczesne seriale i wysokobudżetowe gry komputerowe. Dla pani dzieci książki wciąż będą ważne?

Tu niestety muszę się zgodzić z panem Łukaszem. Pewnie wiele zależy od rodziców i ja mogę, co robię, żeby polubiły książki, ale czasem animowana bajka wygrywa. Nasze pokolenie nie miało takich rozpraszaczy. Widzę również, co się dzieje w szkole, uczniowie nie czytają! W sumie się nie dziwię, bo lektury są naprawdę źle dobrane, ale oni nic nie czytają. U mnie w szkole jest zakaz używania telefonu, więc chociaż dzieci w miarę ze sobą rozmawiają i spędzają czas wspólnie, ale w poprzedniej szkole (gimnazjum) na przerwach była zupełna cisza, bo każdy siedział pod ścianą z telefonem. Nie mogli wytrzymać na lekcji bez zerknięcia w telefon, więc jak mieliby się skupić na książce? To już naprawdę są inne czasy, zresztą widzę sama po sobie, ile razy coś mnie rozprasza podczas lektury. Ja na przykład nie oglądam żadnych seriali, ale moi znajomi prześcigają się w polecaniu sobie nawzajem netfliksowych seriali, o których ja nie mam pojęcia. Choć jakiś czas temu, w ramach noworocznego postanowienia, obiecałam sobie, że czasem obejrzę jakiś film, bo czuję się wykluczona. ●

Rozmawiał Jakub Niedziela

Kultura postpandemiczna

Zgierskie biblioteki już otwarte

Miłośnicy książek spragnieni nowych tytułów mogą już od 11 maja korzystać z księgozbiorów zgierskiej księżnicy. A zainteresowanie jest bardzo duże od pierwszego dnia. – *W dniu otwarcia nasze biblioteki odwiedziły 293 osoby, które wypożyczyły 1024 woluminy książek* – mówi Dorota Abramczyk, dyrektorka Miejsko-Powiatowej Biblioteki Publicznej w Zgierzu. – *W trakcie tych kilkudziesięciu dni niektórzy czytelnicy odwiedzili nas już 2, a nawet 3 razy.*

To naprawdę imponująca liczba wypożyczających. Statystyki prowadzone przez zgierską bibliotekę pokazują, że w podobnym czasie z jej usług dziennie korzystało od 150 do 180 czytelników. Co ciekawe, zwiększyła się liczba nowych czytelników, którzy do tej pory nie korzystali z usług placówki. Dużym zainteresowaniem cieszy się również usługa mobilnej biblioteki, czyli bezpośrednia dostawa wypożyczonych książek do domu. Korzystają z niej głównie osoby z niepełnosprawnością lub seniorzy. Dla zapewnienia bezpieczeństwa czytelnikom, jak i pracownikom wprowadzono procedury postępowania: biblioteki wyposażono w środki dezynfekujące, od bezpośredniego kontaktu czytelników z pracownikami zabezpieczona przesłona ochronna z pleksi, zarówno bibliotekarze, jak i czytelnicy na terenie biblioteki muszą być wyposażeni

w maseczki ochronne, a dodatkowo bibliotekarze w rękawiczki. Ponadto zwrócone książki trafiają na 3-dniową kwarantannę, a dopiero po jej zakończeniu mogą znaleźć się ponownie na półkach. Na razie niedostępne dla użytkowników pozostają

katalogi kartkowe, księgozbiory podręczne i prasa codzienna oraz stanowiska komputerowe z dostępem do Internetu. Zawieszona wciąż pozostaje aktywność kulturalna, literacka i edukacyjna z udziałem publiczności. (ea)



Na pierwszych wypożyczających czekała miła niespodzianka w postaci książki, która uzupełniła domową biblioteczkę

Internetowy „Ogień w głowie”

Organizatorzy Ogólnopolskiego Przeglądu Filmów Amatorskich „Ogień w głowie” długo zastanawiali się nad realizacją tegorocznej edycji festiwalu. Ostatecznie zapadła decyzja o przeprowadzeniu internetowego konkursu.

Mimo stopniowego znoszenia ograniczeń związanych z działalnością jednostek kultury (w tym kin), Miejski Ośrodek Kultury i Teatr Art. 51 – organizatorzy filmowego „Ognia w głowie” – nie zdecydowali się na przeprowadzenie imprezy w formie, do której przyzwyczaili się jej uczestnicy. – *Przeгляд zwykle odbywa się pod gołym niebem. Mimo to musielibyśmy trzymać się narzuconych zasad sanitarnych, a w razie niepogody pozostałoby nam całkowite odwołanie wydarzenia. Bezpieczniejsze wydaje się pozostanie w domu i udział w „Ogniu” za pośrednictwem Internetu – mówi Anna Perek, kierownik artystyczna festiwalu. – Dodatkowo Internet pozwoli na udział widzów spoza Zgierza, a reakcje i komentarze poszczególnych filmów będzie można obserwować*

na czacie. Do takiej aktywności zachęcamy – dodaje.

Sukces internetowych audycji muzycznych prowadzonych przez Miejski Ośrodek Kultury pozwolił uwierzyć, że w równie profesjonalny sposób będzie można przeprowadzić konkurs filmowy. Do tego celu będzie wykorzystany portal społecznościowy Facebook, a sam konkurs zostanie wyemitowany w terminie od 18 do 20 czerwca od godziny 19.00.

W konkursie głównym wezmą udział filmy wyselekcjonowane spośród blisko stu nadesłanych propozycji z całej Polski. Zgodnie z regulaminem żaden z filmów nie będzie dłuższy niż 20 minut, a jego forma i tematyka nie są narzucane. Po każdym filmowym dniu widzowie będą mogli wybrać film, który według nich zasługuje na Nagrodę Publiczności, a spośród wszystkich produkcji powołane przez organizatora jury (w tym gronie m.in. Hubert Patynowski, zdobywca Nagrody im. Lucjana Bokińca za najlepszy film w Konkursie Filmów Krótkometrażowych



na Festiwal Polskich Filmów Fabularnych w Gdyni) przyzna Nagrodę Grand Prix. Będą to nagrody finansowe – w puli znajduje się 5 000 zł.

O szczegółach wydarzenia organizatorzy informują na bieżąco na stronie www.facebook.com/ogienwglowie. (mz)

Sport

Boisko Włókniarza jak nowe

Przerwa w rozgrywkach piłkarskich nie oznaczała, że lokalne kluby zaprzestały aktywności. Włókniarz Zgierz kontynuował remont boiska głównego – murawa była systematycznie nawożona, napowietrzana i koszona. Wkrótce wprowadzone zostaną też ostatnie poprawki w systemie nawodnienia. Kompleksowa renowacja płyty trwała od dłuższego czasu. Z tego powodu zgierski klub mecze ligowe w roli gospodarza rozgrywał na obiekcie w Byczynie. Jak informuje profil FB – na początku maja odbył się pierwszy oficjalny trening na boisku głównym przy ulicy Musierowicza. Z wypielegnowanej murawy skorzystali zawodnicy z rocznika 2013/2014, czyli „narybek” zgierskiego klubu.

Jest szansa, że kibice Włókniarza już w sierpniu doczekają się oficjalnego otwarcia obiektu z drużyną seniorską w roli głównej. Wciąż nie wiadomo, czy będzie to uroczysty mecz sparingowy, czy inauguracja sezonu piłkarskiego. Po 20 czerwca mają zapadnąć decyzje Łódzkiego Związku Piłki Nożnej w sprawie rozgrywek niższych lig. Pojawiają się nieoficjalne informacje, że Włókniarz (w momencie przerwania ligi zajmujący drugie miejsce w klasie A) zostanie przesunięty do wyższej ligi okręgowej.

Ponieważ remont obiektu realizowano ze środków własnych klubu, Włókniarz wpadł na niecodzienny pomysł pozyskania finansowego wsparcia. Na profilu FB klubu z ulicy Musierowicza licytowano koszulki znanych piłkarzy z autografami. Kibice kupili m.in. strój Łukasza Teodorczyka z Udinese, Dawida Kownackiego z Fortuny Dusseldorf

czy Michała Buchalika z Wisły Kraków. Kolekcjonerzy „upolowali” również koszulki reprezentacyjne – polską Macieja Wilusza i Michała Łabędzkiego (beach soccer) oraz armeńską Yury Movsisyana. Uzyskane pieniądze przeznaczone zostaną m.in. na utwardzenie terenu przed budynkiem klubowym. (jn)



Nowa murawa na boisku głównym

Ruch to zdrowie, ale czy na pewno?

Często słyszymy o kontuzjach spowodowanych podczas uprawiania różnych dyscyplin sportowych, które bagatelizowane trwają długie tygodnie i skutecznie zniechęcają nas do powrotu do aktywności ruchowej. Istnieje kilka sposobów na ich uniknięcie. Warto się z nimi zapoznać, aby sport kojarzył się nam z przyjemnością, a nie z dolegliwościami. Skupmy się zatem na dyscyplinach najchętniej uprawianych i popularnych.

Bieganie



Rower



Siłownia



Któż z nas nie próbował choć raz. Często jednak nasza przygoda z bieganiem szybko się kończyła z powodu dolegliwości spotykanej wśród początkujących biegaczy, czyli bólu kolan. Może on pojawić się z przodu, tuż nad rzepką (to tzw. kolano skoczka) i dotyczy głównie osób z nadwagą oraz przykurczami. Zmniejszamy ryzyko pojawienia się bólu poprzez wykonanie kilkunastominutowej rozgrzewki przed treningiem, najlepiej zakończonej stretchingiem.

Biegając po nierównych terenach leśnych czy górskich, może również dojść do skręcenia kolan, a w konsekwencji do uszkodzenia więzadeł kolanowych. Aby tego uniknąć, należy z kolei dostosować długość, intensywność i tempo biegu do stopnia naszego wytrenowania. Gdy jesteśmy początkującymi biegaczami, nie zakładamy, że od razu przebiegniemy 10 km. Lepiej będzie, jeśli zaczniemy od truchtu, a nawet marszobiegu. Inną częstą kontuzją u biegaczy jest ból podudzia. Jego główną przyczyną jest brak odpowiedniego przygotowania mięśniowego oraz przetrenowanie. Dlatego trenerzy zalecają wzmocnienie mięśni ogólnym treningiem stacjonarnym. Jednak nawet mocne mięśnie nie uchronią nas przed urazami mechanicznymi, do których może dojść podczas biegania. Mam na myśli uszkodzenia stawu skokowego czy zerwanie (naderwanie) ścięgna Achillesa. To ostatnie dotyczy szczególnie kobiet chodzących na wysokich obcasach. Dlatego należy pamiętać o doborze obuwia odpowiedniego do powierzchni, po której biegamy. Im twardsza powierzchnia tym buty powinny mieć większą amortyzację.

Wiosną liczba rowerzystów na ścieżkach rowerowych i lasach rośnie. Szczególnie po okresie zasiedzenia się w domu pierwsze wyprawy rowerowe mogą kończyć się dokuczliwym bólem w kręgosłupie lędźwiowym, zwłaszcza jeśli wybieramy się na górskie trasy nieodpowiednim rowerem. Na nierównościach jesteśmy bowiem szczególnie narażeni na kompresyjne uderzenia spowodowane jazdą na rowerze bez tylnej amortyzacji. Aby zapobiec problemom zdrowotnym, należy wybierać trasy adekwatne do posiadanego sprzętu lub kupić rower adekwatny do ulubionych tras, na przykład posiadający tylne zawieszenie lub wykonany z materiałów bardziej elastycznych niż aluminium, stal czy tytan. Rower z włókna węglowego (karbonowy) na pewno lepiej stłumi drgania i nierówności podczas jazdy, dzięki czemu nie poczujemy dyskomfortu.

Alternatywą może być rower elektryczny, znakomity szczególnie dla osób z problemami kardiologicznymi. Zamontowana w takim rowerze bateria wspomogła nas w wykręceniu dodatkowych kilometrów bez obciążania pracy serca czy układu oddechowego. Na takim sprzęcie można pokonywać zarówno strome podjazdy, jak i uprawiać rekreacyjną jazdę turystyczną.

Trzeba pamiętać, że na rowerze częściej dochodzi do kontuzji wywołanych upadkami. Dlatego warto korzystać z ochraniaczy, rękawiczek oraz specjalnie zaprojektowanej odzieży. No i obowiązkowo pamiętajmy o kasku, który ochroni nas przed ewentualnymi urazami głowy.

Większość z nas przynajmniej raz w życiu próbowało swoich sił w takim miejscu. Niestety często wybór zbyt dużego obciążenia kończy się nadwyrężeniem mięśni klatki piersiowej, barków czy czworogłowego uda. Najlepszym rozwiązaniem u osób początkujących jest praca z trenerem personalnym, który dobierze ciężar odpowiedni do stopnia wytrenowania oraz zademonstruje prawidłową technikę ćwiczenia, dzięki czemu osiągniemy oczekiwane efekty i nie zrobimy sobie krzywdy. Mając niewielkie doświadczenie w tej materii, nieświadomie popełniamy błędy, które w konsekwencji mogą prowadzić do bardzo poważnych kontuzji.

Niezależnie od dyscypliny, którą wybieremy, zawsze należy pamiętać o dostosowaniu intensywności treningu do poziomu naszego zaawansowania oraz o regularności w naszych zmaganiach. Pamiętajmy, że o kondycję trzeba dbać przez cały rok, a nie tylko „zrobić formę” na wakacje. Takie zrywy nie dość, że nie gwarantują nam spektakularnych efektów, to mogą sprawić, że będziemy zmuszeni zapomnieć o jakiegokolwiek aktywności przez długie miesiące.



Ewa Miśkiewicz

Autorka jest trenerką personalną, dietetyczką i zarazem właścicielką Studia Treningu Personalnego

JAKUB NIEDZIELA



Na początku krótkie wyjaśnienie dla młodszych czytelników. Piłkarska I liga była w latach 90. najwyższą klasą rozgrywkową. Awans Boruty sprawiłby, że w Zgierzu oglądalibyśmy piłkarzy Legii, Górniką Zabrze czy Lecha Poznań. Było blisko... Mecz z Jagiellonią zakończył się bezbramkowym remisem i w ostatecznym rozrachunku zabrakło dwóch punktów do awansu. Pozostała pamięć o niezwykłym sezonie, walecznych piłkarzach i charyzmatycznym trenerze. Także o niejasnych zasadach panujących w tamtych czasach w polskiej piłce. Skupmy się jednak na jasnych stronach sezonu 1991/92 II ligi grupy wschodniej.

Tu się nie gwiazdorzy

Na stronie Stomilu Olsztyn, opisującej ówczesne rozgrywki, zgierski Boruta nazwany został „drużyną stworzoną z zawodników z łódzkich klubów”. Ma to prawdopodobnie wyjaśniać, dlaczego zawodnicy z Olsztyna wracali z niewielkiego Zgierza ze spuszczonymi głowami (porażka Stomilu 1:3). A tymczasem w składzie Boruty było wielu wychowanków zgierskiego klubu. – *Nie byliśmy armią zaciężną* – tłumaczy prowadzący wówczas drużynę Witold Królewiak. – *To w dużej części byli moi wychowankowie. W rozgrywkach juniorskich ogrywaliśmy Widzew, ŁKS czy Wisłę Płock, pojechaliśmy przeciw na Mistrzostwa Polski do Szczecina. Później ci młodzi ogrywali się przy tak doświadczonych zawodnikach, jak Mieczysław Kasperkiewicz czy bramkarz Robert Rynkiewicz.*

Do wychowanków Królewiaka dołączyli także piłkarze pozyskani z łódzkich klubów. Trener Boruty miał dobre kontakty z prezesami ŁKS-u i Widzewa, oddawano pod jego opiekę zawodników, którzy przy ulicy Wschodniej nabierali niezbędnego ligowego doświadczenia. Prosto z pobytu w Finlandii trafił do zespołu Boruty Dariusz Matusiak, dołączył już po rozpoczęciu rozgrywek II ligi. A początek rundy nie był fortunny. Zgierzanie po kilku pierwszych meczach zajmowali miejsce w dolnej części tabeli. W składzie z Matusiakiem wygrali swój pierwszy mecz, przeciwnikiem była stołeczna Gwardia. – *Od tego meczu zaczęło nam iść* – opowiada pan Dariusz. – *To była zgrana drużyna, jeden za wszystkich, wszyscy za jednego. Jednocześnie każdy znał swoje zadanie wyznaczone przez trenera. Słynne było powiedzenie: tu się nie gwiazdorzy, tu się ciężko pracuje.*

Zapach Ekstraklasy

Lista zespołów, które w sezonie 1991/92 musiały uznać wyższość zgierzian, robi wrażenie. Cracovia Kraków przegrała 0:4 (hat-trick Mieczysława Kasperkiewicza nazywanego „Profesorem”, jednego z najbardziej doświadczonych graczy Boruty), Korona Kielce uległa 1:2, podobnie Wisła Płock. Dziś to wszystkie drużyny występujące na

Boruta Zgierz. Tak blisko I ligi

W tym miesiącu mija kolejna rocznica prawdopodobnie najważniejszego meczu w historii zgierskiej piłki nożnej. 7 czerwca 1992 roku na stadion przy ulicy Wschodniej przyjechała Jagiellonia Białystok. Stawką meczu był awans do I ligi.



Pojedynek z Jagiellonią przy ul. Wschodniej. Kibice zajęli każde możliwe miejsce

ARCHIWUM DARIUSZA MATUSIAKA



Lokalna prasa podgrzewała atmosferę

poziomie Ekstraklasy. Po rozpoczęciu rundy wiosennej zaczęły pojawiać się pierwsze głosy, że Boruta ma szansę na awans, choć przesądny trener Witold Królewiak nie lubił poruszać tego tematu. Piłkarze mieli po prostu robić swoje. I robili. Po kolejnych wygranych z Koroną (2:1), Cracovią (1:0) i remisie z Gwardią (1:1) lokalny „ITZ” stwierdzał: „szybko zaczynamy się przyzwyczajać do myśli, że I liga w Zgierzu to nie marzenie, to fakt”.

Czerwcowy mecz z Jagiellonią Białystok obrósł legendą. Sześć, a może i siedem tysięcy kibiców, którzy zajęli trybuny i zbocza wokół boiska, a także dachy okolicznych domów. Kilka autokarów fanów z Białegostoku (podobno był wśród nich późniejszy snajper reprezentacji Polski Tomasz Frankowski). Wśród honorowych gości na ulicy Wschodniej znaleźli się m.in. Władysław Żmuda, Leszek Jezierski i Ludwik Sobolewski. Wygrana w tym meczu nie przesądzała o awansie, ale porażka przekreślała szansę na I ligę. Dlatego obie drużyny przede wszystkim nie chciały odkryć dostępu do swojej bramki. Ze strony Boruty bliscy zdobycia gola byli Jacek Płuciennik (najsukuczniejszy piłkarz Boruty sezonu 91/92) oraz Dariusz Matusiak. „Jaga” odpowiedział trudnym strzałem Daniela Bogusza

(późniejszego widziewiaka), jednak mecz zakończył się bezbramkowym remisem. W dwóch ostatnich meczach zgierzanie tego sezonu przegrali ze Stalą Rzeszów na wyjeździe (1:2) oraz wygrali u siebie z Avią Świdnik (1:0). Najwyższe w historii klubu czwarte miejsce w II lidze niestety nie zapewniło awansu. Na boiskach pierwszoligowych „zameldowały się” Jagiellonia i Siarka Tarnobrzeg.

Trudne pytania

Z dzisiejszej perspektywy brzmi to nieprawdopodobnie. Klub z niewielkiego miasta, bez zaplecza finansowego (starania trenera o etaty czy premie dla piłkarzy to temat na osobną opowieść) i infrastruktury o mało nie znalazł się w piłkarskiej elicie. Wsluchając się w opowieści uczestników tamtych wydarzeń, można dojść do wniosku, że zdziwienie to podzielali niektórzy ówcześni działacze piłkarskiej centrali. Czy dlatego cofnięto Borucie punkty za walkower w meczu ze Stomilem? (w zespole z Olsztyna grał piłkarz, który powinien pauzować za kartki). Czy dlatego sędziom zdarzało się podejmować decyzje niekorzystne dla zgierzian? Jednak ważniejsze jest skupienie się na jaśniejszej stronie tego sezonu. Tak wysoko zgierski klub jeszcze nigdy nie zaszedł. ●

Zgierski Dzień Dziecka

Takiego Dnia Dziecka, jaki odbył się w tym roku w Zgierzu, to nigdzie nie było. A to wszystko dzięki wspaniałej organizacji zespołu pracowników z Centrum Kultury Dziecka. Tym razem zamiast spotkania w parku miejskim, gdzie od kilkunastu lat tradycyjnie odbywały się uroczystości z okazji święta dzieci, dzięki Internetowi i mediom społecznościowym, CKD zagościło niemal we wszystkich domach najmłodszych mieszkańców Zgierza. Wirtualny dzień dziecka rozpoczął się już 25 maja, kiedy to na profilu facebookowym CKD ogłoszona została pierwsza odsłona konkursu „Dojrzyj Jeża”. Trwał on cały tydzień i cieszył się dużym zainteresowaniem wśród dzieci. A zwycięzcy poszczególnych etapów dostali słodki upominek w postaci tortu z najpiękniejszymi życzeniami, maskotki języków oraz inne drobiazgi.

– 1 czerwca wręczyliśmy nagrody zwycięzcom w ich miejscach zamieszkania – opowiada Karolina Miżyńska, kierowniczka CKD. – Była to dla nich wielka niespodzianka, która sprawiła im dużo radości. Ale to nie jedyne atrakcje, jakie czekały na dzieciaki. Od rana do wieczora trwał koncert piosenek dla dzieci. Znane i lubiane przeboje zaśpiewali zgierscy artyści. Natomiast punktualnie o godzinie 17.00 odbyło się ostatnie przed wakacjami Bajkobranie. Spektakl „Śmieciaki ratują świat” w wykonaniu Teatru TAK nie tylko bawił, ale również uczył, opowiadając o sprawach związanych z ekologią i promując dobre zachowanie oraz dbałość o środowisko poprzez oszczędzanie wody, prądu, szanowanie roślin i zwierząt. Po przedstawieniu aktorzy Teatru TAK porwali dzieciaki do wspólnej zabawy i śpiewu. (ea)



Dzieci miały wyjątkowe święto. Tym razem wszystko odbyło się online. Koncert piosenek dla dzieci oraz animacje w wykonaniu Teatru TAK są przez cały czas dostępne na profilu fb/CKD Zgierz

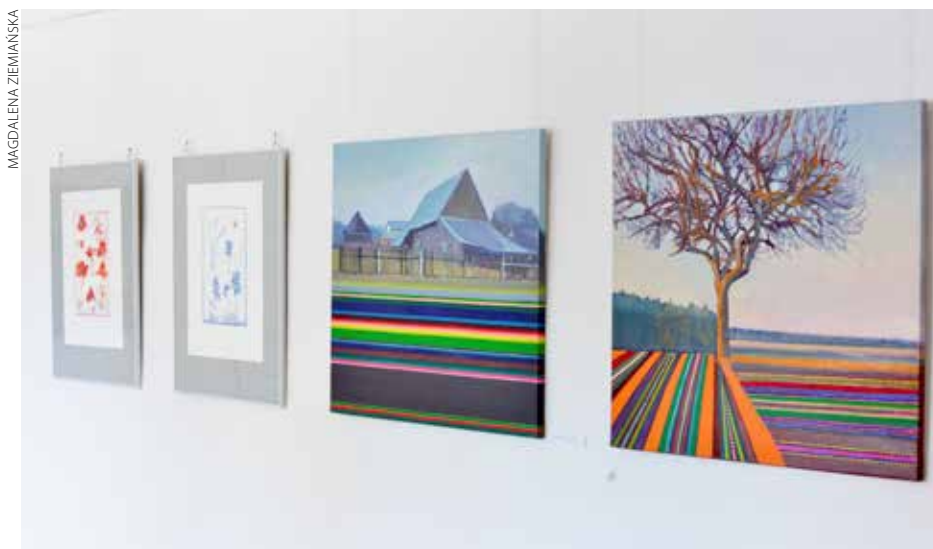
Wystawa

Do zobaczenia malarstwo i grafiki

Marii Łuczak

Choć ograniczenia związane z pandemią są stopniowo znoszone, to nadal większość wydarzeń kulturalnych nie może odbyć się w sposób tradycyjny. Dlatego Miejski Ośrodek Kultury zaprasza na kolejną wystawę zarówno do Zgierskiej Galerii Sztuki, jak i na swoją stronę www.mokzgierz.pl. Tym razem swoje malarstwo, grafiki i pastele prezentuje zgierzanka Maria Łuczak.

Z powodu stanu epidemii MOK nie zdecydował się na organizację wernisażu, ale wystawa została przygotowana i sfotografowana tak, by można było zwiedzać ją również wirtualnie. W planie jest natomiast zorganizowanie uroczystego finału (26 czerwca, godz. 18.00), na którym będzie można spotkać się z autorką, by porozmawiać o jej pracach. Na ekspozycję trafiły te z ostatnich lat twórczości artystki. Ich znakomitą część stanowi malarstwo, które jest efektem zorganizowanych kilkakrotnie przez MOK w Konstanczynie Łódzkim plenerów mających na celu uwiecznienie krajobrazów regionu łódzkiego. Na obrazach Marii Łuczak zobaczyć można najwięcej zgierskich pejzaży. Sama artystka podkreśla, że taki rodzaj twórczości sprawia jej ogromną przyjemność. Nie można jednak zapomnieć, że Maria Łuczak jest również graficzką. Na wystawie nie zabraknie zatem słynnego „Anioła nad Przybyłowem”, kilku prac abstrakcyjnych, a wśród nowości prób stworzenia stronic artystycznego zielnika. Autorka dała również wyraz nastrojowi, który ogarnął ją podczas pierwszych dni izolacji – wówczas



W czerwcu MOK zaprasza do osobistego zwiedzania Zgierskiej Galerii Sztuki i podziwiania najnowszej wystawy Marii Łuczak

powstały pastele przedstawiające nieco ponury obraz Zgierza w czasie epidemii. Obrazy te mają w tytule słynne hasło „Zostań w domu”. Na szczęście ten stan nie trwał zbyt długo.

Organizacja wystawy w Zgierskiej Galerii Sztuki to jeden z czynników pozytywnie motywujących do działania. Zgierzanie mogą już odwiedzać ekspozycję osobiście, oczywiście przy zachowaniu reżimu sanitarnego, nad czym czuwać będą instruktorzy Miejskiego Ośrodka Kultury. (mz)

O autorce

Maria Łuczak studiowała w Państwowej Wyższej Szkole Sztuk Plastycznych im. Wł. Strzemińskiego w Łodzi na Wydziale Grafiki. Dyplom uzyskała w 1986 r. w Pracowni Techniki Drzeworytniczych. Od 1995 r. pracuje jako nauczyciel plastyki w Szkole Podstawowej nr 1 w Zgierzu. Jest prezesem Stowarzyszenia Artystów „Młyn” i opiekunem galerii MOK.

Nieidealne wakacje

Obecna sytuacja z koronawirusem na pewno popsowała plany wakacyjne niejednej osobie. Jednak pomimo tego, że nie wszystko poszło tak, jak tego chcieliśmy, warto spędzić ten czas na tyle dobrze, na ile się da. Wyjazdy za granicę raczej odpadają. Jednak u nas, w kraju, też można się dobrze zrelaksować. Niewykorzystane, że dobrze odpocząć można nawet w najbliższej okolicy. Wyjazdy na wieś lub w mniej zaludnione tereny będą w tym roku na pewno bardzo wskazane. Nie dość, że jest tam bezpieczniejsze, to jeszcze będzie można odechnąć od czterech ścian mieszkania i zgiełku miasta. Dobrą opcją jest spanie pod namiotami. Może zatem plany na ekskluzywne wakacje warto zmodyfikować, stawiając na małą przygodę? Taki wyjazd pozwoli odebrać się od rzeczywistości, która zewsząd bombarduje nas poprzez nowoczesne technologie, a z całą pewnością będzie ciekawym urozmaicheniem od ciągłego siedzenia w domu, które po miesiącach limitowanych wyjść tak mocno daje się nam we znaki.

Chyba niezłym wakacyjnym rozwiązaniem mogą być wszelkiego rodzaju rejsy w małych grupkach znajomych. Na pewno każdemu przyda się chwila izolacji od pozostałych ludzi, z którymi mamy do czynienia przez cały rok i chwila spokoju. A może warto pomyśleć

o odkurzeniu jednoślada? Wycieczki rowerowe bądź piesze podróże będą również strzałem w dziesiątkę w obecnych czasach. Może warto przenieść się do rodziny na wieś? Jeśli jednak wolimy dla bezpieczeństwa lub z innych względów nie wyjeżdżać, można się zrelaksować w zaciszu własnego domu. Skoro najpewniej wszystkie poprzednio przekładane czynności i zadania zostały wykonane, może warto zabrać się za coś kompletnie niestandardowego? Przykład? Bardzo proszę: niech będzie nim amatorska sesja na łonie natury. Ładnych zdjęć nigdy za wiele.

Wbrew pozorom w nawet podczas izolacji trudno się nudzić. Technologie dają olbrzymie możliwości. Jeśli jednak decydujemy się na wyjazd, pamiętajmy o wybieraniu niezatłoczonych miejsc i o wspieraniu małych przedsiębiorstw – to dla nich bardzo trudny czas! Zamiast iść do marketu po lody, kupmy je u lokalnego sprzedawcy.

Faktem jest, że przez pandemię nie wszystko poszło zgodnie z planem, ale najważniejsze, że w ogóle będziemy mieli możliwość wyjazdu. Dlatego doceniśmy to, co mamy, mimo że z pewnością nie jest idealnie.

(Lilianna Bednarek)

Autorka tekstu jest uczennicą SLO im. R. Traugutta

PIXABAY



Pierwsze w życiu wakacje pod namiotem? Czemu nie?

Konkurs

Limeryk dobry na koronawirusowe zło

Konkurs ogłoszony przez Miejski Ośrodek Kultury na „Radosny limeryk postepidemiczny” cieszył się sporym zainteresowaniem – na skrzynkę mailową wpłynęło 26 wierszyków, z których jury wybrało 5 najlepszych, przyznając nagrodę główną i 4 wyróżnienia.

Obserwując artystów (zarówno amatorów, jak i profesjonalistów) w czasie izolacji spowodowanej stanem epidemii, można odnieść wrażenie, że działają oni ze zdwojoną siłą. Tworzą dla zdrowia i higieny psychicznej. Dodatkowo sytuacja, w której się znaleźli to dla nich często źródło inspiracji twórczych. Według Witold Świątczaka, dyrektora MOK, terapeutyczny wpływ może mieć również pisanie limeryków, które same w sobie służą zabawie. – *Zastanawiałem się nad aktywizacją zgierzan w czasie pandemii, szczególnie w okresie największej izolacji. Pomyślałem o konkursie, który będzie można przeprowadzić za pośrednictwem Internetu, a jednocześnie jego realizacja będzie miała na celu poprawę humorów zarówno twórców, jak i czytelników* – mówi pomysłodawca konkursu.

Wojciech Oleksiewicz (aktor Teatru Nowego w Łodzi, autor tekstów, m.in.

LimerAsów cyklicznie umieszczanych na łamach miesięcznika), Witold Świątczak (muzik, kompozytor, autor tekstów) i Danuta Miklaszewska (instruktor MOK, animator kultury, pedagog), oceniając zgłoszone prace, brali pod uwagę przede wszystkim zachowanie precyzyjnej formy limeryku, czyli charakterystycznego układu rymów i groteskowość treści. Według komisji najlepszy okazał się jeden z trzech limeryków Artura Kozłowskiego, który całość opatrzył tytułem „Spostrzeżenia z wirusa cienia” (prezentujemy go obok). Wyróżnienia przyznano Teresie Kozłowskiej za limeryk pt. „Zbawienna kwarantanna”, Urszuli Gutowskiej za limeryk pt. „Wróżka wie”, Tadeuszowi Charmuszkowi za limeryk zaczynający się od słów „Narzekał jeden z Hongkongu” i Januszowi Bronclikowi za limeryk zaczynający się od słów „Włóścianin pewien z Ursusa”.

Dzięki internetowej formie i braku regulaminowych ograniczeń terytorialnych w konkursie udział wzięły również osoby mieszkające poza Zgierzem. Wśród samych laureatów jest Ślązaczka, a także mieszkaniec jednej z miejscowości we Francji.

Do tematu limeryków wrócimy w kolejnym wydaniu. (mz)

Nagroda Główna

Spostrzeżenia z wirusa cienia

Artur Kozłowski

*Spytał wnuczek babcię swą w Mroczy
czemu babcia tak wielkie ma oczy.
Babcia na to „Chwileczkę,
tylko zdejmą maseczkę
nim ciśnienie mi dwieście przekroczy”.*

Polskie Malediwy

Wielkimi krokami zbliżamy się do najcieplejszej poru roku – lata i okresu, który dotychczas wypełniony był dłuższymi bądź krótszymi podróżami. Wielu z nas wciąż zastanawia się, jak w tym roku będą wyglądały wakacje i z jakimi obostrzeniami będą one związane. Czy będziemy mogli wyjechać za granicę? Tych, którzy marzą o urlopie w ciepłych krajach, zapraszamy na jednodniową wycieczkę w „Polskie Malediwy”.

EMILIA ANTOSZ



Lazurowy kolor wody w otoczeniu soczystej zieleni to nietypowy widok, zwłaszcza w tej części świata, w której mieszkamy. Aby zobaczyć ten fantastyczny krajobraz, należy wybrać się do Osadnika Gajówki oddalonego

od Zgierza około 70 kilometrów. Lazurowe Jezioro znajduje się na drodze z Uniejowa do Turku. Dojedziemy do niego samochodem, motorem lub rowerem. Miejsce to znajduje się na szlaku rowerowym „Panorama”. Niestety w okolicy nie ma przystanku transportu publicznego.

Jak powstało Lazurowe Jezioro?

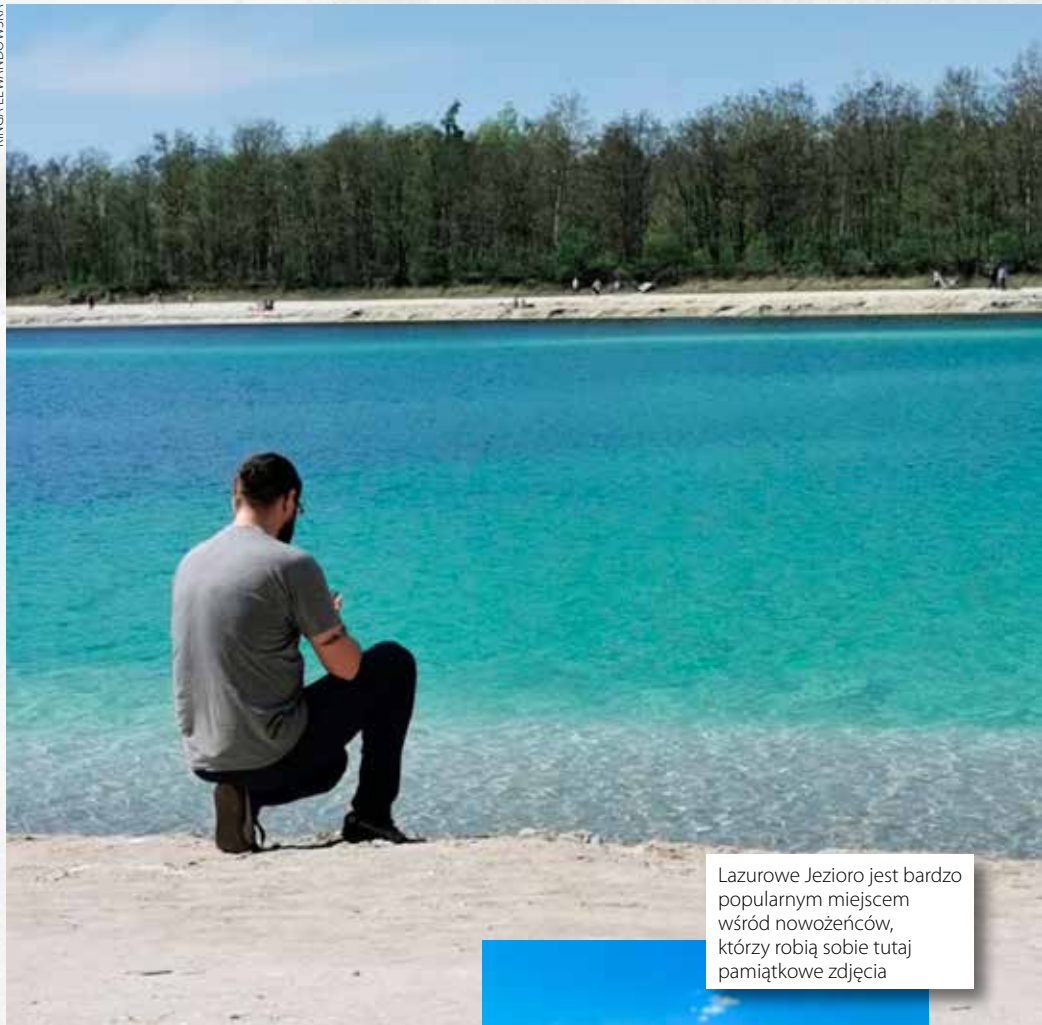
To miejsce ze względu na biały piasek i turkusowy kolor wody pokochali blogerzy, vlogerzy i miłośnicy fotografii. Osadnik Gajówka zajmuje powierzchnię ponad 100 hektarów, ale jest to sztuczny zbiornik wodny. Powstał w wyniku zalania dawnego wyrobiska Kopalni Węgla Brunatnego Adamów. Obecnie wykorzystywany jest przez Elektrownię Adamów, dla której zbiornik służy jako składowisko popiołów i żużlu. Z powodu czysta woda i jej lazurowy odcień to efekt dostarczenia przez elektrownię węgla wapnia. Woda ma bardzo silny zasadowy odczyn, a jej pH wynosi około 12. To sprawia, że ma działania żrące. Dlatego obowiązuje absolutny zakaz kąpiel w Lazurowym Jeziorze.

Kilka wskazówek dla turystów

Dla odwiedzających Osadnik Gajówka przygotowano punkt widokowy na niewielkim wzniesieniu 115 metrów n.p.m. W pobliżu znajduje się darmowy parking, który oddalony jest od Lazurowego Jeziora o około 50 metrów. Atrakcją będzie również możliwość spacerowania się po około 500-metrowej plaży i wokół cypla. Niestety ze względu na niestabilizowane i grzaskie brzegi niemożliwe jest i wręcz zakazane chodzenie obwodem akwenu, gdyż grozi to ugrzęźnięciem w wapienno-błotnej mazi.

Jak już wspomnieliśmy, nie jest to miejsce przeznaczone na kąpiele, ale wiele osób organizuje na plaży rodzinne pikniki. Warto wybrać się tutaj w piękny, letni, słoneczny dzień, bo wtedy najlepiej prezentuje się Lazurowe Jezioro. W weekendy bywa tu dużo osób, więc lepiej zdecydować się na wycieczkę w środku tygodnia.

KINGA LEWANDOWSKA



Lazurowe Jezioro jest bardzo popularnym miejscem wśród nowożeńców, którzy robią sobie tutaj pamiątkowe zdjęcia

Błękitna Laguna, bo też tak jest nazywane to miejsce ze względu na wyjątkowy krajobraz i niezapomniane widoki, mogłoby być fantastyczną regionalną atrakcją turystyczną, ale niestety, część odwiedzających je osób zapomina o podstawowych zasadach bezpieczeństwa i zachowaniu czystości. Na plaży porzucane są butelki po napojach i opakowania po przekąskach. W wielu miejscach możemy zobaczyć pozostawione buty, które utracili turyści spacerujący po grzaskim brzegu.

Do Lazurowego Jeziora warto wybrać się ze względu na egzotyczne widoki i możliwość zrobienia fantastycznych zdjęć, a lepszym miejscem na plażowanie i kąpiele będą baseny termalne w Uniejowie lub w pobliskim zbiorniku wodnym Jakubka.



KINGA LEWANDOWSKA

Wątle granice zaufania

DARIUSZ SPANIALSKI



*Do rządu, nierządu
i pogody ma zaufanie
tylko młody.*

Jan Sztaudynger

Zaufanie jest głównym szkieletem każdej dobrej relacji międzyludzkiej. Świadomość, że jest się obdarzonym przez kogoś, a szczególnie przez kogoś bliskiego, zaufaniem, pozwala czuć się w swoim środowisku bezpiecznie i z pewnością, że jest się chronionym i wspieranym. Nie bez znaczenia jest świadomość istnienia granic, których przekraczanie niszczy wiarę w szczerą intencję osoby obdarzanej zaufaniem. Taką granicą bywają nasze zachowania. Albo czynimy coś wobec kogoś, kto nas obdarza zaufaniem, ale tylko po to, aby zademonstrować swoją lojalność i odnieść korzyść z tej demonstracji, albo zawsze działamy na korzyść obdarzających nas zaufaniem i autentycznie godzimy się ponosić tego konsekwencje, a często nawet policzalne straty.

Przekroczenie takiej granicy lojalności zaczyna wzbudzać nieufność. Z doświadczenia każdego z nas wynika przecież, że

można wiele razy postąpić źle, a potem raz dobrze, by zyskać uznanie, a nawet zaufanie. Ale jeśli postąpi się odwrotnie, czyli wiele razy dobrze, a tylko raz źle – zaufanie zaczyna się chwiać, a nawet staje pod wielkim znakiem zapytania.

Z tym wiąże się problem tak zwanego „lęku przed oceną ze strony partnera”. Badania amerykańskiej profesor socjologii A.R. Hochschild ukazują, że lęki przed negatywną oceną osób trzecich, a szczególnie bliskich, powodują narzucanie sobie pewnego rodzaju wymuszonej kontroli zachowania.

Jest to – odwołując się do Gombrowicza – rodzaj maski ukrywającej prawdziwe oblicze własnej niedojrzałości; praktycznie oznacza to prowadzenie podwójnego życia, co musi mieć wpływ na ostateczną ocenę takiej osoby, na szansę uzyskania zaufania.

Dzisiaj problem zaufania jest ważny w stosunkach między ludźmi, a przede wszystkim w rodzinie. Wiąże się on z troską o wychowanie dzieci umiających obdarzać empatią i zaufaniem oraz czerpać szczęście z bycia obdarzonymi zaufaniem innych.

Problem rodziców w tym zakresie dotyczyć powinien stosowania niezbędnych zasad

właściwej komunikacji zarówno wobec siebie, jak i wobec dzieci, a do tego niezbędna okazuje się umiejętność rozmawiania.

Nie zawsze zdajemy sobie sprawę z tego, że rozmawiamy ze sobą nie tylko przy pomocy tekstu, ale również melodii – pisze o tym amerykański psycholog Michael Thompson i zaleca, aby zawsze w rozmowach zwracać uwagę na przyjazny wyraz twarzy i ton głosu, co ma szczególne znaczenie w odniesieniu do dzieci, bowiem *podczas gdy rodzice koncentrują się na słowach, dzieci – jak pisze Thompson – przede wszystkim słyszą melodię*. Można to sprawdzić, słuchając samego siebie. Wiadomo, że głos jest narzędziem, a czyni się świadectwem lojalności, co z kolei otwiera drogę do zdobycia zaufania. Od dziecięcej ufności do zaufania w wieku dorosłym droga jest trudna, bo pozbawiona konkretnej mapy. Przewodnikiem może być tylko uczciwość intencji, co wyraża buddyjski uczyony Sakija Pandita w jednym z aforyzmów:

Kto myśli: skłamię mu i go oszukam, siebie oszuka, zaszkodzi sam sobie. Ten, kto chociażby raz kłamstwem się zbrukał, budzi nieufność, choć i prawdę powie.

Dariusz Spaniański, dziennikarz,
autor książki „Sztuka Kochania.
Felietony o wychowaniu dzieci”,
były sądowy kurator zawodowy



KATARZYNA LEWKOWICZ-SIEJKA



Najprostszym sposobem zachowania zdrowia jest stosowanie prawidłowej diety — dalekiej od produktów przetworzonych, bogatej w warzywa i owoce, pełnoziarniste zboża, a ograniczającej mięso. Jednak

Jednak profesor Ożarowski, a za nim wielu lekarzy i żywieniowców, podkreśla, że dziś nawet najlepsza dieta nie dostarczy nam wszystkich niezbędnych mikrośladników. Obecnie w krajach uprzemysłowionych warzywa i owoce nie mają takiej wartości odżywczej, jaką miały wcześniej, czego dowiodło szereg badań. Musielibyśmy więc dziś zjadać takie ilości warzyw i owoców, że nasz układ pokarmowy by temu nie podołał.

Poważny ubytek wartości odżywczej warzyw i owoców wykazały badania przeprowadzone w 2002 roku przez Szwarcwald Oberthal. W stosunku do upraw z roku 1985 zanotowano: w brokułach ubytek wapnia o 73 procent, kwasu foliowego o 62 procent, magnezu o 55 procent; w fasoli ubytek witaminy B6 o 77 procent, wapnia o 51 procent, magnezu o 31 procent; w ziemniakach ubytek wapnia o 78 procent, magnezu o 48 procent; w szpinaku ubytek magnezu o 76 procent, witaminy C o 65 procent. Nie lepiej ma się rzecz z owocami. Jabłka po 27 latach zawierały mniej o 60 procent witaminy C; banany — mniej o 79 procent kwasu foliowego, mniej o 95 procent witaminy B6, mniej o 23 procent magnezu; truskawki — mniej o 87 procent witaminy C i mniej o 43 procent wapnia.

Dlatego suplementacja jest według profesora koniecznością czasów, w jakich żyjemy.

Rynek suplementów to duże pieniądze — tylko w Polsce jest szacowany na ponad 2,5 miliarda złotych i rośnie średnio o 10 procent rocznie. O ten rynek trwa bezpardonowa walka. I na rynku tym — jak zresztą na każdym — grają też oszuści. Firmy sprzedają witaminy, lecz jakość niektórych produktów jest wątpliwa. Wiele suplementów zawiera szkodliwe dodatki albo nie zawiera deklarowanej ilości składników. Szacuje się, że w przypadku 70 procent dostępnych suplementów zapewnienia producentów o rewelacyjnym działaniu preparatu to naciąganie konsumenta. Zdarzają się też zwyczajne podróby, najczęściej suplementów ziołowych. Kontrole wykazywały wielokrotnie, że w suplementach sprzedawanych jako „wzmacniająca” lub „odchudzająca” występują leki (np. viagra, sibutramina — wycofana z rynku z powodu szkodliwości), o których producent nie informuje. Jak więc wybierać suplementy, by mieć pewność, że nie wyrzuci się pieniędzy i sobie nie szkodzi?

Po pierwsze, warto zwrócić uwagę na to, czy były przebadane, a wyniki były publikowane — są bowiem na polskim rynku naturalne suplementy, które mają na swym koncie badania kliniczne, a ich korzystny wpływ na zdrowie został dowiedziony. Po drugie,

W gąszczu suplementów diety

Sprawność naszych organizmów drastycznie spada. Ratunkiem jest odtruwająca dieta, ograniczenie leków i naturalna suplementacja, uważa nestor polskiej fitoterapii profesor Aleksander Ożarowski.

Suplementy diety występują pod różnymi postaciami. Najważniejsze, aby pochodziły z dobrego źródła i były przebadane. Te skuteczne raczej nie należą do najtańszych



z jakich roślin pozyskiwano substancje. Po trzecie, kiedy dokonywano zbiorów — czy w momencie pełnej dojrzałości (tylko wtedy jest gwarancja maksymalnej ilości wtórnych substancji roślinnych). Po czwarte, czy rośliny pochodzą z upraw konwencjonalnych, czy ekologicznych, i czy są wolne od GMO. Po piąte, jakie technologie zastosowano przy produkcji suplementu (chłodzenie, czyszczenie, wyciskanie soku lub inna forma pozyskiwania składników, dehydracja poniżej 40 stopni Celsjusza, czas, jaki upłynął między zbiorem a przetworzeniem). Po szóste, czy suplement nie zawiera konserwantów, sztucznych barwników, stabilizatorów chemicznych, cukru, pestycydów, herbicydów, azotanów. Po siódme, czy jest to preparat wysokoskoncentrowany i charakteryzujący się synergią składników odżywczych (odpowiednio dobrane składniki intensyfikują swoje działanie w organizmie i ze sobą „współpracują”).

Dobry suplement może mieć różną postać: tabletki, kapsułki, żelka, galaretki. Może zawierać sproszkowany sok i miąższ owoców i warzyw lub wyselekcjonowane mikrośladniki. W pierwszym przypadku

wart uwagi jest fakt, że koncentraty owocowo-warzywne charakteryzuje wysoka biodostępność — przyjmuje się, że decydującą rolę odgrywają tu wtórne substancje roślinne. W drugim przypadku zaletą jest to, że można dobrać mikrośladniki pod kątem danego schorzenia i je „skoncentrować”. Ważne też jest, by suplement multiwitaminowy zawierał różne fitoskładniki, jak karotenoidy, tokoferole, polifenole, bioflawonoidy, glukozytolany i wiele innych — na przykład cenne w procesie hamowania inicjacji i promocji komórek nowotworowych: katechiny, kurkumę, resweratrol, likopen, kwas elagowy czy antocyjanidyny.

Do prawidłowego funkcjonowania organizmu potrzebna jest równowaga między substancjami utleniającymi a przeciwutleniaczami (antyoksydantami). Jeżeli ta równowaga jest zaburzona na rzecz substancji utleniających, ryzyko chorób się zwiększa. Najlepszymi dostarczycielami antyoksydantów są warzywa i owoce. Tymczasem około 97 procent z nas je ich zbyt mało, a 18 procent nie je ich nawet raz dziennie! Czy zatem suplementacja jest tylko, jak twierdzą niektórzy, zbędną modą? ■

Wśród Tamijskich Tygrysów

Sri Lanka, dawny Cejlon, nazywany jest Łżą Indii. Określenie to jest uzasadnione nie tylko specyficznym kształtem wyspy, ale również bratobójczymi wojnami, które toczyły się pomiędzy Syngalezami a Tamilami po uzyskaniu niepodległości w 1948 roku. Będący w mniejszości Tamilowie opanowali na pewien czas północ kraju, tworząc namiastkę niezależności. W 2009 roku doszło do ostatecznej rozgrywki militarnej i zawarcia pokoju. Zanim to jednak nastąpiło, w ziemię tej pięknej krainy wsiąkła niejedna niepotrzebna ła.



BEATA I DARIUSZ CŁAPOWIE

Do Jaffny jedziemy wynajętym samochodem z kierowcą. Droga bardzo się dłuży – ruch jest spory, a drogi niskiej jakości i zniszczone wojną. Na poboczach widzimy grupy miejscowych ludzi odpoczywających pod wielkimi drzewami.

Przełęcz Słonia – Elephant Pass to wąski przesmyk łądu oblany z obu stron wodą. Tutaj znajduje się punkt kontrolny. Pokazujemy paszporty i bagaże, informujemy dokąd

i po co jedziemy. Nieraz zadawano nam to pytanie, ale z drugiej strony my sami też je sobie zadawaliśmy... Po drugiej stronie jezdni leży ogromny obelisk – przedstawia kontur całej Sri Lanki. To pomnik jedności kraju. Jednakże niespodziewanie to my stajemy się ciekawostką. Ludzie chcą z nami porozmawiać. Cieszą się z zakończenia wojny i cieszą się, że tu przyjechaliśmy. Jeden z nich opowiada, jak Rosjanie sprzedali im broń, gdy wycofywali się z krajów dawnego bloku wschodniego. To był czas, gdy u nas kończyła się okupacja, a u nich wojna nabierała na sile.

Hotel z niespodziankami

Na miejsce przyjeżdżamy późnym wieczorem. Jest ciemno i trudno znaleźć nocleg. Pytamy w kilku skromnych hotelach, ale wszystko zajęte. Pomagają nam miejscowi Tamilowie. Wyglądają trochę zabawnie w długich sarongach, na starych rowerach. Ale ich pomoc okazuje się nieoceniona. W pewnym momencie któryś z nich oświadcza, że znalazł nocleg dla nas. W hotelu, który nam pokazuje, już byliśmy, ale właściciel odprawił nas z kwitkiem.

Zajmujemy dwa bardzo skromne pokoje z jeszcze skromniejszą łazienką. Chcemy poszukać gdzieś posiłku, ale właściciel deklaruje, że zrobi nam kolację. Aby zachować się kulturalnie, jemy według miejscowych zwyczajów, to znaczy rękoma, bez użycia sztućców. Nasz kierowca przeprowadza szkolenie – jemu wychodzi to bezbłędnie.

Trzema palcami robimy małą kulkę i wkładamy głęboko do ust. Proste? Proste.

W nocy poproszono nas o zmianę pokoju. Okazało się, że przyjechał autobus, który miał wcześniej rezerwację. To na nich czekano. Patrząc na tłum ludzi, zadawaliśmy sobie tylko jedno pytanie: gdzie oni wszyscy się pomieszczą? Na szczęście nie dość, że się zmieścili, to jeszcze byli zadowoleni.

Następnego dnia, w niedzielę właściciel hotelu ubrał się w sarong, białą koszulę i pokazał nam pozostałości swojego dawnego hotelu, który został zniszczony w czasie wojny. Pozostała z niego tylko ściana z pięknym portalem wejściowym. A mimo to, on chce odbudować obiekt.

Chrześcijaństwo, buddyzm i hinduizm

Następnego dnia wybieramy się do Katedry Świętej Marii. To piękny stary kościół zbudowany na planie krzyża, położony trochę na uboczu. Na zewnątrz, podobnie jak w wielu miejscach Sri Lanki, przechadzają się „święte krowy”. Stoi mnóstwo skuterów, czasem stary samochód pamiętający lata 40. lub 50. minionego stulecia i jakiś mikrobus. Wewnątrz kościoła trwa właśnie msza. Ksiądz i ministranci to miejscowi ludzie. Kobiety siedzą po jednej stronie, mężczyźni po drugiej. Do komunii ustawia się długi sznur wiernych. Niby tak samo jak u nas, a jednak inaczej.

Północ kraju jest całkiem inna. Tam żyje więcej Hinduistów. Będąc w tamtej części,



udajemy się do pomalowanej w biało-czerwone pasy Świątyni Sziwy. Do środka prowadzi nas piękna brama zwężająca się ku górze, ozdobiona figurami mnóstwa bóstw. Zeby wejść, mężczyźni muszą zdjąć koszule. Trzeba, to trzeba. Nie dyskutujemy z miejscowymi. Pólnadzy, z tłumem miejscowych wiernych, przesuwamy się po dziedzińcu i wewnątrz świątyni, przyglądając się niezwykłym obrzędom i wdychając woń kadzideł w otoczeniu egzotycznej muzyki. Ciekawe, że na ofiarę rozbija się tutaj kokosy.

Sri Lanka to kraj, gdzie na niewielkiej przestrzeni znaleźć można najróżniejsze religie i wyznania – są synagogi, meczety, świątynie hinduistyczne i buddyjski, kościoły katolickie i protestanckie. Ludzie, niezależnie od tego, w co wierzą, żyją w zgodzie jeden obok drugiego. Któregoś dnia, siedząc w nocy z właścicielem hotelu, poruszyliśmy tematy Siły Wyższej. W pewnym momencie stwierdziłem, że „Bóg jest jeden, ale ma wiele imion”, z czym mój rozmówca chętnie się zgodził.

Łzy wsiąknęły, podziały zostały

Kolejne odwiedziny mamy w położonym nad morzem fortem, który jest typową budowlą obronną sprzed kilkuset lat. Pozostawili ją tu po sobie Portugalczycy. Przy wejściu rodzina Lankijczyków pyta, czy mogą zrobić sobie z nami zdjęcie. – Jasne, że tak – odpowiadamy. Chcą wiedzieć, skąd jesteśmy, czy podoba nam się ich kraj? Krótko potem wołają ich do autobusu. Machamy jeszcze chwilę do siebie. To miłe i sympatyczne. Szkoda, że więcej się nie zobaczymy.

Na koniec naszej wyprawy chcemy jeszcze zobaczyć słynny cmentarz Tamiłskich Tygrysów. Prosimy naszego kierowcę wynajętego w Colombo, żeby nas tam zawiózł. – Chcecie jechać na cmentarz terrorystów? – odpowiada pytaniem zniesmaczony. No cóż... łzy wsiąknęły, ale podziały w świadomości ludzi pozostały. ●



Pieskie życie

GRZEGORZ IGNATOWSKI



Jak świat światem, pies zawsze towarzyszył człowiekowi w jego smutnych i radosnych chwilach. Oczywiście, że w czasach pandemii troszczymy się przede wszystkim o najbliższych. Nie możemy jednak zapominać o psiakach. Jestem pewien, że ukochane czworonogi odczuwają skutki dręczącej nas pandemii. Szczególnie że Clive Wynne w książce zatytułowanej „Pies jest naszą miłością” twierdzi, że czworonogi mają zakodowane w genach przyjacielskie zachowania w stosunku nie tylko do człowieka, ale także do przedstawicieli innych gatunków.

Okazują przecież miłość do zwierząt znacznie większych od siebie, takich jak owce i kozy. Zresztą dzisiaj, kiedy mamy wręcz nieograniczony dostęp do Internetu, bez trudu znajdziemy w nim wiele przykładów, jak psy pozostają w zażyłych stosunkach z prosiętami, królikami, kaczkami czy też ze świnkami morskimi. Ukształtowana w genach psa przyjaźń do ludzi nie zaczęła się w czasach współczesnych. Amerykański profesor powiada, że jej początków należy dopatrywać się ponad 14 tysięcy lat temu. Dodaje jednak, że najstarsze świadectwa pisane na ten temat liczą zaledwie 2 tysiące lat. Ich autorem jest grecki filozof i historyk Flawiusz Arrian. Antyczny myśliciel pisał, że jego ulubiona suka odprowadzała go na długie dysputy filozoficzne. Czule się uśmiechała, gdy wracał zmęczony do domu. Dużo starsza i równie interesująca jest pewna egipska nagrobna inskrypcja. Dowiadujemy się z niej, że jakieś 4 tysiące lat temu egipski władca nakazał zabalsamować swojego psiaka i złożyć w specjalnie przygotowanej trumnie. Wynne pisze, że więzi, które łączą człowieka z psem, nie opierają się na prostych kalkulacjach, a tym bardziej na tak zwanym zwierzęcym instynkcie. Mianowicie, czworonogi kierują się emocjami. Niezależnie od tego, że według naukowców zwierzęce emocje stanowią

zagadkę. Wynne powie w sposób obrazowy, że uczucia zwierząt są ciągle ziemią nieznaną. Co gorsza, być może nigdy ich nie zgłębimy. Tymczasem wiemy, że psy swoje uczucia okazują nie tylko mimiką, lecz także wówczas, kiedy machają ogonem. Nie jest łatwo zrozumieć i wyjaśnić owo merdanie. Według włoskich badaczy psy machają ogonem na widok obiektu, do którego chcą podejść. Najsilniej kiwają nim w prawo, kiedy widzą właściciela. Spokojnie merdają ogonem w prawą stronę, kiedy widzą kota. Znaczenie machania ogonem odkryte przez Włochów ma być charakterystyczne dla wszystkich psów, bez względu na to, czy są trzymane w ciepłarnianych warunkach domowych, czy też żyją na wolności i przemierzają ulice wielu miast na świecie. Według obec-

nych danych statystycznych na naszym globie żyje około miliard psów. Jedynie trzysta milionów to zwierzęta domowe. Wciąż istnieją ogromne połacie naszej planety, gdzie większość psaków żyje na ulicach, a nie w ciepłych czterech ścianach. Chodzi o Amerykę Południową i Środkową, nawet Europę i odległe części azjatyckiego kontynentu. Na koniec warto powiedzieć dwie rzeczy. Po pierwsze, według autora, ludzie i psy od tysięcy lat żyją w międzygatunkowym partner-

stwie. Sytuacja ta powinna stanowić nie tylko zrozumiałą radość dla człowieka, ale i zaszczyt. Fakt, że jesteśmy uwielbiani przez psy, jest naszym przywilejem. Musimy zatem ciągle udowadniać, że zasługujemy na te wyjątkowe względy. Po drugie, słyszymy niekiedy, że w dalszym ciągu są ludzie, którzy prowadzą pieskie życie. Jest to życie nędzarzy, nie brak w nim wyrzeczeń i trudności. Nie zapomnimy, że wszystkim ludziom pies zawsze osłodzi codzienne smutki i ukoi wszelkie zmartwienia. ●

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.



RENAULT
Passion for life

| Serwis

**Zadbamy o Twój
samochód**



**Kontrola Twojego
Renault za 49 zł**

JASZPOL



Zgierz ul. Łódzka 28



Łódź ul. Brukowa 2



Łódź ul. Przybyszewskiego 176

www.jaszpol.pl



/ jaszpol