

M O J A .

Zg

ie

rZ

P
R
Z
E
S
T
R
Z
E
Ń

WALKING FUTBOŁOWA
DRUŻYNA JEŻY NIEPOKONANA

Wesołych świąt
Bożego Narodzenia
i szczęśliwego
Nowego 2023 Roku

Христос рождается,
Христа славімо.
Щасливого Нового
2023 Року

JOANNA KAŻMIERCZAK
NADAJE PIĘKNO STARYM
MEBŁOM, RATUJE ŻYWOT
NIECHCIANYCH
PRZEDMIOTÓW

ZGIERZ BUDUJE
NIE TYLKO DLA LUDZI.
MAMY BUDKI DLA KOTÓW
I SCHRONIENIA DLA JEŻY

KAMERA - AKCJA!
W MIEJSKICH PLENERACH
FILMOWCY KRĘCILI ZDJĘCIA
DO WYSOKOBUDŻETOWEGO
SERIALU "BELFER 3"

ZGIERZANIE
WOLĄ LOKALNIE
- KINO W STARYM
MŁYNIU BIJE REKORDY
FREKWENCJI

ORYGINALNE POMYSŁY
NA ŚWIĄTECZNY PREZENT
RODEM Z GŁĘBOKIEJ
PRZESZŁOŚCI

SPIS TREŚCI

Z życia miasta	4-5
Zima jeża z miasta Zgierz	6
Młode biznesy z szansą na przyszłość	6
Wciąż o nich pamiętamy...	7
Zabytkowy poradnik prezentowy	8
Garnki pod podłogą muzeum!	9
Historie zgierskich cmentarzy (cz.2)	10
Pracownicy pomocy społecznej i ich dzień	11
Zgierskie kino coraz popularniejsze	11
Potop i jego skutki	12
Temat znów aktualny – inflacja	13
Zaliczają sporty wodne, zimowe i ekstremalne. Morsują	14
Nasz jeź przyniósł szczęście	14
Metamorfoza krzesła. Meblarskie pasje zgierzanki	15
Służba, braterstwo, praca nad sobą – współczesne wartości harcerzy	16
O literaturze, muzyce i życiu. Co za gość 2022	17
Noworoczne postanowienia	18
Come back chorób zakaźnych?	18
Placki z herbatą podane przez bota, który nie puszcza bąków	19
Wrona nie tak czarna jakby się zdawało	20
O perfidii wizerunkowej	21
Koszykarze walczą do końca	22
Historyczny wyczyn zgierskich Jeży	22
„Zamiast podarków, poproszę o cud”	23
Za nami 30. Stachuriada	24
Belfer odwiedził nasze miasto	24
Muzeum Historyczne Skierniewic – muzeum na miarę XXI wieku	25
Łuszcz – dobry czy zły?	26
„Światłem rysowane” – wystawa prac Anny Mięsoł	27
Polak Azer dwa bratanki...	28
Kazach zresztą też	28
Niepostawione pytania	29
Sztuka rozmowy	30
Kalendarium wydarzeń	31



6



8



10



25



28

Słowo wstępu



Niemal wszystko powszednie, wiele spraw traci na wartości, rozmydla się albo wręcz przestaje się liczyć. Biegniemy już tak szybko, że tracimy w tym pędzie to, co najważniejsze. Idą święta, a ta dość gorzka refleksja nie pojawiła się w związku z wydarzeniami, które przed nami, ale raczej stanowi efekt obserwacji tego, co w ostatniej dekadzie w okresie świąteczno-noworocznym dzieje się w przestrzeni publicznej: w mediach, w sklepach, na ulicach. Być może przesadzę, jeśli powiem, że człowiek może się wręcz poczuć winny lub co najmniej odczuć swoisty dyskomfort, jeśli świadomie szuka azylu od wszechobecnej „magii świąt” – rumianych, roześmianych mikołajów, reniferów, światełek, pięknie pakowanych prezentów; jeśli szuka sensu świąt poza tym, co doczesne, komercyjne, tu i teraz. Coraz częściej łapię się na tym, że myślę z całą powagą o tym, dokąd zmierzamy jako społeczeństwo, jako ludzkość, jak bardzo przez ostatnie kilkanaście lat zmienił się świat, nasze potrzeby i hierarchia wartości. O tym, jak w gruncie rzeczy za dużo mamy wszystkiego i jak bardzo to psuje nasze więzi, i relacje, jakim luksusem stają się one w dzisiejszych czasach. Oby ten okres, który przed nami nie był tylko teoretycznie czasem refleksji, ale stał się nim również w praktyce. ●

Miesięcznik „Zgierz – moja przestrzeń”, ISSN 2450-3770 ukazuje się od października 2015 r.
 wydawca: Miejski Ośrodek Kultury, ul. Długa 41A, 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, Maciej Rubacha
 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

Z tego zapamiętamy mijający rok



Oddano do użytku kolejną zmodernizowaną część Parku Miejskiego im. Kościuszki. W części między ulicą 1 Maja a ul. Obrońców Pokoju pojawiły się ławki, utwardzone ścieżki (piesze i rowerowe), stylowa altana oraz nasadzenia. Zgierzanie mogą również korzystać w tej okolicy z siłowni zewnętrznych i skate parku.



Kolejni zgierzanie odebrali klucze do swoich mieszkań. Przy ul. Staffa 26b oddano do użytku blok z dwudziestoma lokalami o powierzchni od 54 do 69 metrów kwadratowych. Budynek wybudowano w ramach miejskiego programu „Moje M – krok po kroku”, który pozwala zostać właścicielem mieszkania po kilkunastu latach. Wcześniej takie bloki MPGM powstały przy ul. Rembowskiego 30a, Długiej 20a oraz Staffa 26a. W planach kolejne budynki.



Rok 2022 wielu zgierzanom będzie kojarzył się z działającym pełną parą kinem stacjonarnym. Po tylu latach przerwy... Blisko sto premierowych tytułów, ponad siedem tysięcy widzów. W repertuarze Starego Młyna: komedie, dramaty, fantastyka, filmy dokumentalne i animowane. Już nie trzeba odwiedzać sąsiedniej Łodzi ;)



Jak zapamiętują rok 2022 miłośnicy sportu? Drużyny seniorskie piłki nożnej utrzymały się w swoich klasach rozgrywkowych, spadli do niższej ligi futsaliści, natomiast na wyższy szczebel awansowali koszykarze. Już w zeszłym roku zawodnicy MKK Kuchinox Interon Boruta zakwalifikowali się do turnieju barażowego, w 2022 roku zrobili kolejny krok, wchodząc do II ligi.



Mijający rok był szczególny w historii Zespołu Pieśni i Tańca Boruta. Z okazji jubileuszu 55-lecia zorganizowano uroczysty koncert – głośny, barwny, roztańczony, z udziałem wielu pokoleń. Preludium do gali przy ul. Wschodniej był występ zespołu ludowego podczas Święta Miasta Zgierza. Nie zapomniano o złożeniu hołdu zmarłej w tym roku choreografce Boruty, Zdzisławie Kotulskiej-Hofmokl.



Od 2022 roku realizowany jest w naszym mieście program in vitro. Na początku roku władze Zgierza podjęły decyzję o dofinansowaniu leczenia niepłodności metodą zapłodnienia pozaustrojowego, od 1 czerwca mieszkańcy mogą składać stosowne wnioski. Na realizację przeznaczono 103 tysiące złotych.

Nowe biletomaty

Uzupełniono kolejne elementy systemu parkingów „Bike & Ride” oraz „Park & Ride”, miejsc zbudowanych w bezpośrednim sąsiedztwie linii tramwajowej Zgierz-Łódź. Od listopada w trzech lokalizacjach (ul. 1 Maja/ul. Orla, ul. Łódzka oraz ul. Lipowa/ul. Sosnowa) uruchomiono biletomaty. Już kilka miesięcy temu ustawiono w miejscach: ul. 1 Maja/ul. Orla, ul. Osiedlowa, ul. Lipowa/ul. Sosnowa oraz w punktach: ul. 1 Maja/ul. Łódzka i ul. Powstańców Śląskich/ul. Łódzka wiaty wyposażone w stojaki dla jednośladów, a także w ławki, kosze oraz stacje naprawy rowerów z narzędziami. Stworzenie systemu parkingów ma zachęcać mieszkańców do korzystania z komunikacji tramwajowej – po dojechaniu w bezpośrednią okolicę przystanku rowerem lub samochodem.

Budowa systemu „Bike & Ride” oraz „Park & Ride” realizowana jest w ramach zadania „Poprawa jakości, funkcjonowania i rozwój oferty systemu transportowego na terenie Gminy Miasto Zgierz”, współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach Zintegrowanych Inwestycji Terytorialnych Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Łódzkiego na lata 2014-2020. (jn)



W urządzeniach dostępne są bilety różnych przewoźników

Przeprosiny

Informuję, że usunąłem wpis dotyczący Pana Stefana Wieczorka sugerujący, że Pan Stefan Wieczorek dla celów politycznych chciał sprzedać Klub Włókniarz. Jest to forma przeprosin za niefortunne sformułowanie.

Henryk Bistuła

Co jest ważne dla przyszłości i dobrostanu?

Prace nad opracowaniem dokumentu „Polityka młodzieżowa Gminy Miasto Zgierz” idą pełną parą. W założeniu ma on zawierać kierunki działań oraz cele w obszarze aktywizacji i rozwoju młodzieży w naszym mieście. Polityka młodzieżowa ma wyznaczyć katalog celów i działań odpowiadających na problemy lokalnej młodzieży, ich obawy i wyzwania – w tym poczucie braku atrakcyjności zakładania w Zgierzu działalności gospodarczej, dalszej nauki i mieszkania tu. Sam dokument z kolei ma zostać opracowany w ścisłej współpracy ze środowiskiem młodych ludzi mieszkających, uczących się w naszym mieście. Dlatego właśnie w listopadzie odbyły się spotkania „World Cafe” w wybranych zgierskich szkołach, które pomogły nakreślić wspólnie z młodymi ludźmi



W warsztatach służących stworzeniu polityki młodzieżowej poza samymi zainteresowanymi, uczestniczyli przedstawiciele organizacji pozarządowych, wydziału edukacji UMZ, dyrektorka MOK i prezydent miasta

obszary ważne z ich punktu widzenia, które należy uwzględnić w czasie kreowania polityki młodzieżowej, i które warto pogłębić.

Dokument, o którym mowa, realizowany jest w ramach szerszego projektu „Rozwój lokalny”. (km/rk)

Pieniądze na rozwój dla młodzieży



Już wkrótce młodzi ludzie dostaną wsparcie w swoich działaniach

Aż 166 tysięcy zł dofinansowania dostało Stowarzyszenie EZG na projekt „KAMpania rozwojowa”. Dzięki pieniądзом młodzi ludzie za pośrednictwem Stowarzyszenia

i Klubu Aktywnej Młodzieży EZG będą mogli się rozwijać się poprzez promocję działań fundraisingowych, tworzenie strategii rozwoju, szkolenia i rozwój kompetencji wolontariuszy. Studenci i absolwenci biorący udział w przedsięwzięciu będą mieli również możliwość działania w formule Akademii Młodych Liderów i Lidererek. Dodatkowo w Zgierzu powstanie przestrzeń do budowy międzysektorowego „Partnerstwa dla młodzieży”, z którego skorzystają osoby pracujące z młodymi ludźmi w organizacjach pozarządowych, instytucjach kultury i szkołach z powiatu zgierskiego. Działania są skierowane dla aktywnych, chcących działać mieszkańców Zgierza będących w wieku 15-29 lat.

Środki pochodzą z Funduszu Młodzieżowego Narodowy Instytut Wolności – Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego. (mr)

Czas na koty

Zgierz budował już hotele dla pszczoł i noclegownie dla jeży. Teraz przyszedł czas na nasze poczciwe wolno żyjące mrużki. Urzędnicy i wolontariusze opiekujący się kotami rozmieścili na terenie miasta pięć budek przystosowanych do potrzeb kotów. Są one przekazywane wolontariuszom, którzy od lat opiekują się tymi pożytecznymi ssakami we współpracy z urzędem miasta. Budki są ustawiane w miejscach trudno dostępnych dla ludzi i zarazem zapewniających bezpieczeństwo i spokój kotom. – *Pięć budek to może niedużo jak na całe miasto, ale jest to projekt pilotażowy. Zobaczymy, czy pomysł się sprawdzi. Jeśli tak, niewykluczone, że w przyszłości będzie więcej takich kocich*

schronisk na terenie Zgierza – mówi Anna Sobierajska, naczelniczka wydziału ochrony środowiska UMZ.

Jednocześnie miasto rozpoczęło przekazywanie 56 stałym wolontariuszom karmy w puszkach i suchej dla wolno żyjących kotów. W tym roku z budżetu miasta za kwotę niemal 16,5 tysiąca zł zostały zakupione 1343 puszki (po 400 g) i 211 worków (po 10 kg) z suchą karmą. To powinno zaspokoić potrzeby zwierząt w najtrudniejszym sezonie zimowym.

Dodajmy, że dwa wolno żyjące koty: Karmel i Tusia na stałe zadomowiły się na korytarzach i w pokojach urzędu miasta przy placu Jana Pawła II. Poza nimi jest jeszcze siedem innych (wszystkie czarne), w tym trzy maluchy, które mieszkają na terenie urzędu miasta, a którymi zajmują się pracownicy samorządu. (rk)

Fotografie Pawła Maciaka w galerii MOK

Zgierska Galeria Sztuki w Starym Młynie zaprasza na kolejną wystawę. 16 grudnia o godzinie 18.00 nastąpi oficjalne otwarcie ekspozycji zgierzanina Pawła Maciaka „Nie umniejszając”. Zwiedzający tylko przez dwa tygodnie będą mogli podziwiać analogowe i cyfrowe zdjęcia autora, a także kilka jego prac malarskich. Jak mówi sam artysta, nie umniejsza znaczenia fotografii, którą może uprawiać każdy dzięki aplikacjom dostępnym od ręki, ale chce pokazać świat swoich zdjęć, „które wykonane zostały z pełną świadomością medium, wyniesioną z czasów, kiedy nie było innej fotografii, jak analogowa”.

Paweł Maciak to artysta wizualny, fotograf, malarz, grafik, twórca video, dźwiękowiec, muzyk-eksperymentator. Jest doktorem sztuk plastycznych i ochrony zabytków, absolwent Wydziału Grafiki i Malarstwa



To jedno ze zdjęć pochodzących z cyklu „Fotografia postkonsumpcyjna”

ASP w Łodzi. Jako muzyk z projektem „Błady Jeleń” wydał dwa albumy.

Po Nowym Roku (4 stycznia) odbędzie się wernisaż prac Zdzisława Muchowicza, o której szerzej napiszemy w styczniowym wydaniu miesięcznika. (mz)

Węgiel w preferencyjnej cenie dotarł do Zgierza



Wnioski na zakup węgla przyjmuje MOPS, ale dystrybucją paliwa zajmuje się MPGK w Zgierzu

Od 16 listopada trwa sprzedaż węgla za pośrednictwem samorządu. Wnioski przyjmuje Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej. Mogą je składać osoby, które otrzymały dodatek węglowy, a wcześniej zgłosiły do systemu posiadane przez siebie źródło ciepła. Cena, która zgodnie z obowiązującym aktem prawnym nie przekracza 2000 zł za tonę, nie obejmuje transportu do domu. Kupujący musi załatwić sobie transport indywidualnie. Płatna też jest usługa pakowania węgla w worki, czyli tak zwane konfekcjonowanie. – *Obie te usłu-*

gi, zapakowanie węgla i jego dowóz, są dodatkowo płatne. Oferują je wybrane składy węgla, na które 1 grudnia dotarła pierwsza partia paliwa z kopalni Mysłowice-Wesoła – mówi Monika Hoffmann-Grabowska. – Zgierz jest zresztą jednym z pierwszych miast w województwie, w których paliwo jest fizycznie dostępne dla mieszkańców. Jest ono systematycznie dostarczane na współpracujące z miastem składy węgla.

Przypomnijmy, że w sprzedaży obowiązuje limit – po 3 tony na gospodarstwo domowe, ale w podziale na dwa lata. Wniosek na zakup drugiej partii paliwa będzie można złożyć dopiero w 2023 r.

Zgodnie z ustawą o dystrybucji węgla przez samorządy wnioski o preferencyjny zakup węgla składać można najpóźniej do 15 kwietnia 2023 roku. Urząd Miasta Zgierza jest wyłącznie pośrednikiem w organizacji sprzedaży węgla po preferencyjnych cenach i jako samorząd lokalny nie ponosi odpowiedzialności handlowej za deklarowaną jakość dostarczanego opału. (rk)

Przebudzenie Boruty

Dokonało się to, co zapowiadaliśmy w poprzednim numerze. Posadę trenera MKP Boruty stracił Piotr Szarpak. Za wyniki seniorskiego zespołu odpowiada teraz Marcin Węglewski. Zmiana na stanowisku trenera wpłynęła na piłkarzy ożywczo. Zespół z ul. Wschodniej wygrał dwa ostatnie spotkania rundy wiosennej (3:0 ze Skalnikiem

Sulejów, 5:2 z Omegą Kleszczów). W ostatnim z pojedynków zgierzanin przegrywał 0:2, jednak potrafili wywieźć z terenu rywala komplet punktów.

Pod koniec stycznia IV-ligowy MKP Boruta rozpoczyna przygotowania do rundy rewanżowej. Wśród sparingpartnerów m.in. Termy Uniejów, AKS SMS Łódź, Zryw Wygoda i Polonia Piotrków Trybunalski. Klub planuje pozyskać nowych zawodników, jednocześnie nie dotarły na ul. Wschodnią sygnały, aby ktoś z obecnych graczy chciał rozstać się z drużyną. (jn)

Konkurs „Na świąteczną nutę”

Centrum Kultury Dziecka konkurs kolęd i pastorałek organizuje po raz dziewiąty. 9 grudnia odbyły się przesłuchania zgłoszonych do rywalizacji wokalne dzieci i młodzieży (odnotowano 75 zgłoszeń). Regulamin konkursu przewidywał udział solistów, duetów i zespołów wokalnych, których zadaniem było przygotowanie dwóch polskich utworów. Najlepsi wykonawcy będą mogli zaprezentować się podczas finałowej gali na scenie w Starym Młynie, gdzie wręczono zostaną nagrody. To świąteczne wydarzenie odbędzie się 20 grudnia o godzinie 17.00 w sali widowiskowej MOK (ul. Długa 41A). Wstęp dla chętnych słuchaczy będzie bezpłatny. Obowiązywać będą jednak wejściówki, które można pobrać ze strony www.starymlynzgiierz.pl. (mz)

9. WOKALNY KONKURS kolęd i pastorałek „Na Świąteczną Nutę”



PRZESŁUCHANIA KONKURSOWE W CKD
9 grudnia 2022r. w godzinach porannych

GALA KONCERTOWA LAUREATÓW ORAZ LAUREATEK
STARY MŁYN, ul. Długa 41A
20 grudnia 2022r. o godzinie 17:00



Więcej informacji:



Grafika warsztatowa dla dorosłych

Miejski Ośrodek Kultury działający w Starym Młynie zaprasza młodzież i dorosłych do udziału w zajęciach graficznych prowadzonych przez artystkę Marię Łuczak. Podczas spotkań uczestnicy poznają wiele technik graficznych, szczególnie linoryt. Powstające matryce odbijane są wielokrotnie, w różnorodny sposób, by ukazać bogactwo możliwości techniki. Warto dodać, że gotowe prace można wykorzystać w ciekawy sposób, na przykład jako kartki świąteczne. Zajęcia odbywają się w środy o godzinie 18.00. Po szczegóły odsyłamy na stronę starymlynzgiierz.pl (zakładka „Nasza oferta”).

Zima jeża z miasta Zgierza

Aż piętnaście nowych, zimowych schronień dla jeży pojawiło się właśnie w Zgierzu. W parku miejskim – jego starej i nowej części – a także na Maliniec ustawione zostały specjalne, drewniane domki, a także przyzmy z liści, w których mają szansę przezimować nasi kolcząsi przyjaciele. Wszystko z okazji Międzynarodowego Dnia Jeża przypadającego 10 listopada.

Drewniane domki (takich jest sześć, wykonanych przez specjalistów z Miejskiego Przedsiębiorstwa Gospodarki Komunalnej), a także specjalnie przygotowane kopce, zbudowane z gałęzi i liści, zostały ustawione w ustronnych miejscach. Tam, gdzie jeże, z daleka od ludzi i zatłoczonych ścieżek, będą mogły spokojnie przeczekać zimę. Wokół stawu znalazło się sześć takich domków, jeden w pobliżu ZOZ-u, trzy w nowej części za ulicą 1 Maja a pięć kolejnych na Maliniec. – Wszystkie lokalizacje wybraliśmy



Jeże i jeżynki mają do wyboru 15 miejskich, zimowych noclegowni – w każdej równie dobrze mogą zamieszkać inne małe ssaki i wiele gatunków owadów

w porozumieniu z pracownikami MOSiR-u, którzy dzięki obserwacji wiedzą, w których dokładnie miejscach jeże pojawiały się już

wcześniej – mówi Mirosława Sobolewska, naczelnik Wydziału Zieleni Miejskiej UMZ. Dzięki temu wrośnie szansa, że sympatyczne zwierzęta na pewno wybiorą pozostawione dla nich legowiska. – Jeśli tak się nie stanie, pamiętajmy, że kopce z liści są zimą schronieniem dla innych pożytecznych zwierząt, w tym dla wiewiórek, różnych gatunków żab czy nawet biedronek, idealnych do walki z mszycami – wyjaśnia urzędniczka.

Akcja ma być powtarzana w kolejnych latach. Domki dla jeży będą ustawiane zawsze w tych samych miejscach, głównie po to, by zwierzęta przyzwyczyły się do bezpiecznej lokalizacji. Wydział Zieleni Miejskiej UMZ apeluje też do wszystkich właścicieli przydomowych ogródków czy większych posesji, by grabiąc opadłe liście, nie wyrzucali ich jako odpady, jedynie ustawiali w kopcach czy przyzmach pod ogrodzeniem. Właśnie po to, by tworzyć schronienia dla jeży. (rm)

Zgierski biznes

Młode biznesy z szansą na przyszłość

Jak założyć własną działalność, na co zwrócić uwagę, gdzie znaleźć środki na uruchomienie własnej firmy i gdzie szukać pieniędzy na realizację samego pomysłu na biznes? To tylko część pytań, na które odpowiedzi można było znaleźć w czasie konferencji „Młodzi w biznesie”. Wydarzenie zorganizowane przez Zgierskie Centrum Obsługi Przedsiębiorców skupiło w sali Starego Młyna młodzież szkół średnich i podstawowych. Uczniowie mogli nie tylko zadawać py-

tania urzędnikom, przedstawicielom fiskusa i przedsiębiorcom, ale także wysłuchać informacji odnośnie formalnych stron prowadzenia działalności i poznać doświadczenia zgierskich firm. Dlaczego spotkanie przeznaczono dla tak młodych ludzi? – To jest najlepszy moment, żeby dać młodzieży narzędzia umożliwiające dokonanie wyboru albo żeby zainspirować młodego człowieka do myślenia o przyszłości, o dalszej drodze życiowej. Przecież kiedyś szkoła się skończy i kiedyś piecza rodziców

też przestanie funkcjonować, w związku z czym trzeba będzie iść na swoje – powiedział Przemysław Stanisławski, prezydent miasta Zgierza.

Do końca lutego młodzież ma możliwość składania biznesplanów w COP. W połowie marca nastąpi wybór finalistów. W Dniu Przedsiębiorcy podczas corocznej gali Konkursu o Nagrodę Rajmunda Rembieszkińskiego odbędzie się ogłoszenie trzech zwycięskich projektów i nagrodzenie ich autorów. (rk)



Pierwsza konferencja dla młodzieży za nami. Przed nami konkurs na najlepszy młody biznesplan



Wciąż o nich pamiętamy...

W ciągu ostatnich dwunastu miesięcy pożegnaliśmy wiele osób zasłużonych dla naszego miasta, współpracujących z miejskimi instytucjami, popularyzujących lokalną kulturę. Pozostali w naszej pamięci, a ich dzieło będzie kontynuowane...

Bogusław Stożek (zmarł 16.11.2022 r.)



Samorządowiec, społecznik, współtwórca lokalnych inicjatyw. Wieloletni pracownik Zakładów Przemysłu Barwników Boruta, członek i prezes zarządu miejskiego Towarzystwa Krzewienia Kultury Fizycznej. Jeden z inicjatorów powstania Rady Osiedla Kurak, w której pełnił funkcję przewodniczącego zarządu. Prezes STVK „Centrum” Zgierz. Radny miejski, w 2010 r. uhonorowany tytułem „Zasłużony dla Miasta Zgierza”. We wspomnieniach podkreślane jest jego zaangażowanie w sprawy mieszkańców oraz umiejętność współpracy z różnymi środowiskami.

Janusz Sobolewski (zmarł 06.06.2022 r.)

Przewodniczący Rady Osiedla Chełmy Adelmówek w latach 2015-2019. Fotograf dokumentujący lokalne wydarzenia artystyczne.

Kornel Kunicki (zmarł 21.12.2021 r.)

Pedagog, organizator konkursów i koncertów, wieloletni dyrektor Szkół Muzycz-

nych w Zgierzu. W 2007 roku wyróżniono go Srebrnym Medalem VII Wieków Zgierza, w 2017 roku otrzymał tytuł „Honorowy Obywatel Miasta Zgierza”.

Włodzimierz Błaszczak (zmarł 08.08.2022 r.)



Współtwórca klubu MAG-RYS Zgierz, osoba odpowiedzialna za sukcesy żeńskiej sekcji koszykówki. Wieloletni pracownik MO-SiR Zgierz. Zaangażowany w organizację rozgrywek Zgierskiej Amatorskiej Ligi Koszykówki, honorowy członek zarządu MKK Interon Siejko Boruta. Przez Prezydenta Miasta Zgierza wyróżniony pośmiertnie Medalem Zasłużony dla Zgierskiego Sportu.

Ks. Andrzej Kwiczała (zmarł 26.08.2022 r.)

Proboszcz parafii pw. Zesłania Ducha Świętego w Maniewiczach na Ukrainie. Opiekun grobów żołnierzy, kapłanów i miejsc pamięci na Polesiu Wołyńskim. Przyjaciół zgie-

rgan, w tym drużyn harcerskich, zajmujących się cmentarzem legionistów polskich poległych pod Kostiuchnówką.

Zbigniew Hauke (zmarł 04.10.2022 r.)

Wieloletni Prezes Stowarzyszenia Agroturystycznego Ziemi Zgierskiej, osoba promująca regionalny folklor i tradycje wsi polskiej. W 2020 roku został odznaczony przez Prezydenta RP Srebrnym Krzyżem Zasługi.

Zdzisława Kotulska-Hofmokl (zmarła 14.05.2022 r.)



„Straciliśmy wielki autorytet i przewodniczkę” – opowiadają członkowie Zespołu Pieśni i Tańca Boruta. Przez ponad pół wieku była choreografem grupy. Współtwórczyni jego krajowych i międzynarodowych sukcesów. Do zespołu zaprosił ją jeszcze w latach 60. założyciel Boruty Zdzisław Hauke. Pani Zdzisława odpowiadała za układy taneczne, a także repertuar zespołu. Dostała wiele wyróżnień, m.in. Nagrodę Ministra Kultury oraz honorową odznakę Zasłużony dla Kultury Polskiej. W 2002 r. samorządowcy przyznali jej tytuł „Honorowy Obywatel Miasta Zgierza”. (jn)

Zabytkowy poradnik prezentowy

Zabytki to nasze dziedzictwo, a to – jak się okazuje – może inspirować! Dlatego w tym numerze zobaczymy, że historia w postaci zgierskich muzealiów może świetnie podpowiedzieć, co kupić bliskim w upominku świątecznym. Nasi przodkowie byli zadowoleni, więc kto wie, może i nasi bliscy również będą.

MACIEJ RUBACHA

Zabawki dla dzieci to zawsze aktualne prezenty dla naszych pociech. Umilają czas, uczą nowych rzeczy, rozweselają w chwilach smutku. Czasem zabawki z dzieciństwa stają się naszymi przyjaciółmi na całe życie.



Z kolekcji Muzeum Miasta Zgierza proponujemy lalkę z masy mieszanej z lat 30. XX w. Wzór tego typu zabawek wykorzystywany był przez wiele dziesięcioleci.

Masa była robiona z papieru i spoiwa, który najczęściej stanowił klej, oraz z różnego rodzaju mas i wypełniaczy. Korpus zabawki, najczęściej worek z materiału, wy-



Może jakiś klasyczny prezent dla dziecka zamiast elektroniki?

MUZEUM MIASTA ZGIERZA

pełniany był surową wełną bądź gałgankami. Buzia, ręce i nogi były ręcznie malowane i lakierowane. Co droższe lalki miały ruchome szklane oczy i naturalne włosy.

Doskonałym dodatkiem dla lalki będzie na pewno porcelanowy serwis dla lalek. W latach 50. XX w. produkowała takie Fabryka Porcelany Ćmielów. Serwis pokryty jest złotą emalią, co dodaje szyku każdej popołudniowej herbatce z udziałem lalek i misiów.

Kolejną interesującą zabawką jest dzia- dek do orzechów z lat 40. XX w. To klasyczny przedmiot użytkowy wykonany z drewna malowanego tradycyjnymi technikami. Szczeka żołnierza miażdży orzechy różnej wielkości za pomocą dźwigni w plecach. Groźny wygląd malowanej twarzy dziadka może przestraszyć, ale w istocie jest on

MUZEUM MIASTA ZGIERZA



Panowie też lubią gadżety

Kobiety
kochają
świecidełka



Warto zaimponować paniom dobrze dobranym upominkiem

groźny jedynie dla bakalii. Włosy dziadka zrobione są z naturalnego futra.

Panowie, nie macie jeszcze pomysłu na prezent dla ukochanej? Mówi się, że kobiety kochają diamenty... Jeśli nas nie stać, możemy je zastąpić chociażby małymi błyskotkami. W zbiorach muzeum znajdziemy lustro toaletowe w posrebrzanej oprawie z lat 20. XX w. Polerowane zwierciadło przykryte szkłem kryształowym doda trochę urody każdej kobiecie. To zwierciadełko należało do Małgorzaty Krushe, przepięknej, młodej żony zgierskiego fabrykanta. Jednak pamiętajmy, że nie ma jak kawał cennego kruszcu... Na prezent dla wyjątkowej kobiety poszukać należy czegoś, co przypomina bransoletę brązową z pięknym liniowym ornamentem. Powstała ona na naszych terenach w czasach kultury łużyckiej, czyli w XIII-XI w. p.n.e.

Kiedy budżet jest skromniejszy w czasach kryzysu, może zainteresować nas coś, co przypomina przypinkę do sukni balowej z perłami (lata 20. XX w.) albo spinka do

włosów z celuloиду (lata 40. XX w.) lub komplet kolczyków i spinki (lata 30. XX w.), albo broszka (pocz. XX w.). Ewentualnie warto rzucić okiem na szkatułkę na biżuterię wyprodukowaną pod koniec XIX w. Zrobiona jest ona z lakierowanego drewna orzechowego. Staranie wypolerowana na pewno będzie ozdobą każdej toaletki.

Panowie na pewno ucieszą się z gadżetów i kosmetyków. Dla fotoamatorów i fanów Instagrama proponujemy następcę podróznego aparatu mieszkowego Inhaler. Wyprodukowano go na początku XX w. Aparat wykonany jest z chromowanej stali, płótna, drewna i skóry. Ma dość jasny obiektyw, który pozwala robić zdjęcia bez lampy błyskowej nawet w pochmurne dni. Zdjęcia powstają na ładowanych z tyłu korpusu szklanych płytkach światłoczułych lub kliszach tzw. średniego formatu. Po złożeniu mieści się w kieszeni marynarki. Warto również rzucić okiem na brzytwę w kościanej oprawie i mydło do golenia, z początku XX w. – to z pewnością dobra

propozycja na prezent zarówno dla panów lubiących gładkie policzki, jak i dla brodaczy. Ci ostatni powinni natomiast zadbać o kontur swojego zarostu, a najlepszy do tego może być posrebrzany nóż. Kość słoniowa w rękojeści jest trwała i odporna na wodę. Brzytwa doskonale nadaje się również na podróż dzięki temu, że można ją złożyć i schować w niewielki futerał, który jest w komplecie.

Cygara El Aliento z lat 30 XX wieku to raczej anty prezent, ponieważ dziś wiemy, jak szkodliwe są one dla zdrowia. 100 lat temu jednak był to szczyt elegancji, który często kupowano w upominku na różne okazje. Wykonywane były ręcznie z wielkich, suszonych na wietrze liści tytoniu. Pakowano je w tekturowe pudełka, które zachwycały swoją kolorystyką i były zachętą do rozwijania tego nałogu.

Jak widać, nasze dziedzictwo to nie tylko „zakurzone starocie”. Część może nas inspirować i pozwala uczyć się (na błędach przodków), jak żyć mądrze i z klasą. ●

Odkrycia

Garnki pod podłogą muzeum!

Czy to możliwe, że w podziemiach budynku odkryto pradziejowy grób? Nie, to tylko przygotowania do najnowszej odsłony wystawy „Dzieje Zgierza”.

Niedawno rozpoczęły się prace zmierzające do wykonania gabloty podłogowej na części pradziejowej wystawy o historii naszego miasta. Pod 3-centymetrową szybą w podłodze znajdzie rekonstrukcja trzech grobów ciepłopalnych z wyposażeniem, czyli przedmiotami, które zmarli dostawali na drogę w zaświaty. Była to zwykle broń, narzędzia i przedmioty codziennego użytku. Ekspozycje zamknięte pod podłogą należą do kultury przeworskiej, to znaczy pochodzą z okresu od III w. p.n.e. do V w. n.e. Będzie to część ekspozycji opowiadająca o pradziejowej historii

terenów, na których powstał Zgierz, a które od tysięcy lat zamieszkiwane są przez ludzi.

Cała wystawa opowie o Zgierzu od pojawienia się tu pierwszych ludzi do progu XIX w. Przejście będzie dosłowne, ponieważ zabytkowe zgierskie drzwi przeprowadzą zwiedzających ze średniowiecza do istniejącej już części opowiadającej o rewolucji przemysłowej i okresie międzywojennym. Otwarcie ekspozycji zaplanowano na drugą połowę 2023 r.

Wystawa została sfinansowana ze środków Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego w ramach zadania „Dzieje Zgierza – realizacja II etapu tworzenia wystawy stałej MMZ” realizowanego z programu „Wspieranie działań muzealnych”. (mr)



Prace przy wystawie idą pełną parą

Historie zgierskich cmentarzy (cz.2)

Aby zadumać się chwilę nad istotą przemijania, dotknąć historii, podziwiać piękno cmentarnej architektury, nie trzeba jechać aż do Warszawy na Powązki. W Zgierzu mamy piękne, stare cmentarze, a także miejsca zbiorowej pamięci.

REMIGUSZ MIELCZAREK



Zarówno cmentarz Żołnierzy Armii Czerwonej przy ul. Parzęczewskiej, jak i cmentarz żydowski mają ciekawą historię. Warto ją uchronić od zapomnienia.

Wojenne miejsca pamięci

Cmentarz Żołnierzy Armii Czerwonej przy ul. Parzęczewskiej, symboliczny grób w lesie Okręglik, Las Krogulec, mogiła w Lesie Lućmierskim – to wszystko miejsca zbiorowej pamięci zgierskich ofiar wojennych. – Na pewno warto odwiedzić cmentarz wojenny w Lesie Krogulec niedaleko budowanej trasy S14 – wyjaśnia Adam

Zamojski. – Cmentarz powstał w roku 1917, gdy już można było w jednym miejscu zebrać odnalezione zwłoki poległych w Bitwie Łódzkiej żołnierzy niemieckich i rosyjskich. W innych miejscowościach do dziś odkrywano szczątki, są ekshumowane oraz przewożone właśnie tam.

Mogiły poległych w pierwszych latach II wojny światowej znajdujemy natomiast w Lesie Okręglik. Spoczywają tam m.in. łódzcy harcerze rozstrzelani przez Niemców za działalność konspiracyjną. Ciekawostką historyczną jest, że do leśnego miejsca pochówku przywieźli byli także – i na miejscu rozstrzelani przez okupantów – pacjenci szpitala psychiatrycznego w podłódzkiej (wtedy) Kochanówce.

A jeśli ktoś w okolicach Zgierza szuka dalszych śladów



Zgierskie nekropolie mają dużo do zaoferowania ludziom zainteresowanym poznawaniem historycznych miejsc pamięci



W MAGICZNY CZAS ŚWIĄT BOŻEGO NARODZENIA PRAGNIEMY ZŁOŻYĆ NAJSERDECZNIEJSZE ŻYCZENIA.

NIECH TEN CZAS ŚWIĄTECZNY BĘDZIE PELEN RODZINNEGO CIEPŁA I POGODY DUCHA.

OBY NIE OPUSZCZAŁA NAS WIARA W DOBRO, BEZINTERESOWANA POMOC ORAZ LEPSZY ŚWIAT, KTÓRY BĘDZIEMY BUDOWAĆ WSPÓLNIE.

WESOŁYCH ŚWIĄT I SZCZĘŚLIWEGO NOWEGO ROKU!

Przewodniczący
Rady Miasta Zgierza
Grzegorz Robert Leśniewicz



Prezydent
Miasta Zgierza
Przemysław Staniszewski

istniejącej tam diaspory ewangelickiej? Pozostałości jednego z dawnych cmentarzy niemieckich odnaleźć można wśród gęsto porastających teren drzew, na Stępowiźnie. – Do niedawna cmentarz ewangelicki znajdował się też przy ulicy Bazyliskiej. Stamtąd, w związku z budową nowego układu ulic, za porozumieniem z parafią przeniesiono na Spacerową szczątki około dwudziestu pochowanych – wyjaśnia Adam Zamojski.

Cmentarz żydowski

Osobną, tragiczną kartę funeralnych dziejów Zgierza zapisują losy cmentarza żydowskiego. Mieści się on w południowo-zachodniej części miasta przy obecnej ul. H. Barona, naprzeciwko siedziby Powiatowego Urzędu Pracy. Dziś to jednak zaledwie fragment dawnego terenu, w zasadzie miejsce pamięci, choć przez mieszkańców

wciąż nazywane cmentarzem żydowskim. – Przed wojną cmentarz miał powierzchnię kilku hektarów. Niemcy zdewastowali to miejsce, używając zabytkowych nagrobków, tak zwanych macew, do budowy infrastruktury drogowej. Dopiero w 1992 r. urodzony w Zgierzu Jakub Milgrom, a mieszkający w Kanadzie, ocalały tutejszej społeczności żydowskiej, ufundował obecne miejsce pamięci. Zebrano tam zachowane fragmenty macew odnalezionych po niemieckiej okupacji – tłumaczy zgierski przewodnik.

Kończymy już przechadzkę śladami zgierskich nekropolii, wiedząc jedno: Zgierz ma dużo do zaoferowania turystom zainteresowanym poznawaniem historycznych miejsc pamięci. Warto odwiedzać tutejsze nekropolie, zachwycać się ich zabytkami, poczuć tam klimat dawnych lat świetności XIX-wiecznego miasta tkaczy. ●

Pracownicy pomocy społecznej i ich dzień

21 listopada przypada Dzień pracownika socjalnego, który jest jednocześnie Dniem pracownika pomocy społecznej. Z tej okazji w sali widowiskowej Starego Młyna zorganizowano wydarzenie, podczas którego podsumowano ostatnie lata pracy Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej.

Takie święto to dobry moment, by zastanowić się nad istotą zawodu pracownika socjalnego. Mijający rok był dla jego przedstawicieli wyjątkowo wymagający. Ostatnich kilka miesięcy wypełnionych było mierzeniem się z wyzwaniami, jakie postawiły wojna w Ukrainie, inflacja czy kryzys energetyczny, a jeszcze wcześniej pandemia, która utrudniała funkcjonowanie ośrodków pomocy społecznej. To zawód, który wymaga elastycznego reagowania na potrzeby społeczeństwa. Jest trudny, a często nawet niebezpieczny – podkreślają pracownicy socjalni, którzy na co dzień wspierają potrzebujących w usamodzielnianiu się i integracji społecznej, starają się pomóc w rozwiązywaniu problemów będących przyczyną trudnej sytuacji życiowej.

Podsumowaniu działalności zgierskiego MOPS towarzyszył recital altwiołistki Agaty Pawlak. – *Przy takich okazjach jeszcze mocniej czujemy się zjednoczeni, jak rodzina. Zobaczyliśmy wspomnienia z wielu lat działalności. To wzbudziło wiele emocji* – mówi Barbara Bednarska, psycholog z MOPS. –

KRZYSZTOF GŁOWACKI



Mimo trudów, jakie niesie ze sobą wykonywanie tego zawodu, mamy poczucie, że jesteśmy dla ludzi ważni. To daje siłę, dzięki której nasze zaangażowanie tak szybko nie osłabnie – dodaje.

By dodatkowo wyróżnić najbardziej zasłużonych pracowników, prezydent Przemysław Staniszewski wraz z niedawno powołaną dyrektorką MOPS Renatą Wolską wręczyli nagrody. Podziękowania złożył również przewodniczący rady miasta Grzegorz Leśniewicz. Święto urozmaicono specjalną projekcją francuskiej komedii pt. "Pracownik miesiąca". (mz)

– *Pracownik miesiąca*". (mz)

Kulturalnie i lokalnie

Zgierskie kino coraz popularniejsze

Listopadowy repertuar kina, a szczególnie znajdujące się w nim tak popularne tytuły jak "Ania" czy "Listy do M. 5", przyciągnęły tłumy. Organizator, czyli Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn odnotował rekord frekwencji, a to znak i potwierdzenie, że zgierzanom kina brakowało i chętniej korzystają z jego oferty niż z propozycji łódzkich multiplexów.

Kino w Starym Młynie działa zaledwie od marca. Od początku stara się podążać za trendami i nowościami dostępnymi często jeszcze przedpremierowo. Budowanie repertuaru miesięcznego odbywa się poprzez przegląd i sprawdzenie dostępności wybranych tytułów dla kin mniejszych, ale równocześnie jest odpowiedzią na zapytania i sugestie widzów. Kolejnym aspektem jest podejmowanie próby grania nie tylko głośnych, komercyjnych produkcji, ale także ambitnych, charakterystycznych dla studyj-

MAGDALENA ZIEMIŃSKA



Podczas jednego z listopadowych weekendów w kinie pojawiło się blisko tysiąc widzów

nych kin tytułów. W repertuarze zgierskiego kina w wyważony sposób dobiera się filmy również pod kątem różnorodności gatunkowej. Grane są komedie, dramaty, filmy biograficzne i dokumentalne. Zawsze też pojawia się propozycja dla młodszych widzów.

Po kilkumiesięcznej działalności kinowej placówki z radością można powiedzieć o powodzeniu podjętej próby. – *Frekwencja na niektórych seansach nieco nas zaskoczyła, ale również uświadomiła potencjał kina w Zgierzu. Jesteśmy dumni z naszej widowni i uwielbiamy momenty, gdy widzimy pełną salę przed wielkim ekranem* – mówi Michał Falk, główny koordynator pracy kina, który od początku dąży do jak najlepszej realizacji powierzonych mu zadań.

Bywalcy zgierskiego kina deklarują, że wolą przyjść do Starego Młyna na film niż organizować o wiele dłuższą i droższą wyprawę do multiplexów. Zgierska oferta filmowa niczym nie odbiega od łódzkiej. Nie pozostaje nic innego jak zachęcić do regularnych odwiedzin kina w Zgierzu, by osobiście sprawdzić jego możliwości. Repertuary publikowane są na stronach Starego Młyna, a także na łamach miesięcznika. (mz)

Potop i jego skutki

W dziejach naszego miasta największą tragedią okazała się wojna ze Szwedami. Trwający 5 lat konflikt z tym skandynawskim krajem doprowadził nas do wielkiej ruiny. Znajdujący się w samym centrum działań Zgierz musiał borykać się z wieloma skutkami wydarzenia.

MACIEJ RUBACHA



Większość niepowetowanych strat materialnych i kulturowych była efektem nie tyle samych walk, ile zaplanowanych działań najeźdźcy. Mimo że większość polskich miast, zamków i twierdz poddawała

się Szwedom bez walki, zostały one zniszczone i złupione jako potencjalne miejsca oporu. Działania takie kojarzymy najczęściej z konfliktami liczącymi od II wojny światowej, jednak Skandynawowie już wtedy starali się totalnie wyniszczyć kraj przeciwnika. Zgierz padł wówczas ofiarą tychże bestialskich praktyk.

Trudno jest konkretnie ustalić, w którym momencie wojny Zgierz stał się ofiarą Szwedów i jak do tego doszło. Stało się to najprawdopodobniej po bitwie pod Sobotą – wsią oddaloną około 50 kilometrów na północny wschód od miasta. Była to jedna z większych polskich klęsk pierwszego roku wojny.

Wojna i okupacja niemal całego kraju przez wojska szwedzkie spowodowały w Rzeczypospolitej ogromne straty demograficzne, głównie na skutek działań wojennych, ale też głodu, chorób i epidemii. Straty szacowano nawet na 40 procent całej populacji kraju, zaś zniszczenia materialne na ponad 50 procent ogółu majątku. Ponadto poniesiono wielkie straty w liczbie dóbr kulturalnych, które zostały zwyczajnie zagrabione przez okupanta. Skutkiem politycznym wojny była zaś utrata zwierzchnictwa nad Prusami Książęcymi i przypieczerowanie tego samego odnośnie Inflant.

Skutki wojny widać głównie w spisach i kolejnych lustracjach ziemskich. Jeśli porównamy ze sobą te z lat 1564/65 i 1661, to okaże się, że spośród 129 domów i 774 mieszkańców w XVI w. po wojnie ze Szwedami w Zgierzu zostało jedynie 10 domów zamieszkałych, a resztę siedzib porzucono. Poziom zaludnienia u schyłku dynastii Jagiellonów miasto odzyskało dopiero u progu XIX w.

Przez wiele dekad specjaliści od historii dyskutowali, czy straty po wojnie ze Szwedami to wynik ucieczki, zarazy czy może spłodowania lub spalania miasta. Żadne badania, w tym archeologiczne, nie potwierdzają ostatniej tezy, jednak też jej nie wykluczają. Taktyka spalanej ziemi była przez Szwedów i ich sojuszników często stosowana w tej wojnie. Pamiętać należy, że ten termin nie

FOT. OBRAZ.JMATEJKO



Wojsko polskie doby potopu szwedzkiego według Jana Matejki

MUZEUM MIASTA ZGIERZA



Zamek w pobliskiej Łęczycy również został doszczętnie zniszczony. Grafika XIX-wieczna ze zbiorów Biblioteki Instytutu Badań Literackich PAN

zawsze zakładał dosłowne spalanie danego miejsca. Potop szwedzki był wojną manewrową, gdzie przemarsze dużej liczby wojska z jednego końca kraju na drugi odbywały się nader często. Wiązało się to również z plądrowaniem terenów, po których przemieszczały się tabory wojskowe i oddziały liniowe czy nakładaniem okrutnej kontrybucji na wyżywienie wojska. Nie da ukryć się, że straty, jakie poczyniono wówczas miastu, sprawiły, że przez ponad 150 lat nie mogło ono zyskać większego znaczenia.

Przez lata Zgierz musiał radzić sobie z tak trudną sytuacją, że nie dotyczyły go zapisy dotyczące powołania w miastach Komisji dobrego porządku z czasów reform Sejmu Czteroletniego. Co ciekawe nawet po II rozbiorze, kiedy miasto stało się siedzibą powiatu w ramach pruskiej administracji, jego władze rezydowały w oddalonym o 30 km Piątku! Dopiero nowy ład, jakie mocarstwa ustaliły, po pokonaniu Napoleona przyniósł miastu promyk nadziei i pozwolił wejść Zgierzowi w jego złoty wiek.

Temat znów aktualny – inflacja

DR KAZIMIERZ KUBIAK



Inflacja to zjawisko, które ciągle budzi niepokój w s z y s t k i c h grup społecznych. Starsi wiekiem pa-

miętają niszczycielskie skutki inflacji, która w Polsce w 1990 r. wynosiła ponad 580 procent! Galopująca inflacja, czyli przekraczająca 10 procent, jest trudna do opanowania. Ekonomisci w większości przypadków źle oceniają rządowe programy wsparcia, nazywając je „rozdawnictwem” i „pieniędzmi z helikoptera”, które jedynie pogłębiają wzrost cen. Z drugiej strony wszyscy mamy świadomość potrzeby pomagania wielu polskim rodzinom.

Pierwsze symptomy rosnącej inflacji pojawiły się wraz z pandemią, kiedy nastąpiło zamrożenie rozwoju gospodarek na całym świecie. Napaść zbrojna na Ukrainę rozpoczęta 24 lutego uruchomiła „wojnę energetyczną”. Galopujące ceny paliw płynnych i kopalnych wpłynęły na wzrost cen transportu, żywności oraz innych produktów, napędzając wzrost inflacji. Teraz odczuwamy skutki tych wydarzeń.

Skąd się bierze inflacja?

Jest to zjawisko ekonomiczne groźne zarówno dla gospodarek narodowych, jak i w skali mikro – dla budżetów domowych. Badacze twierdzą, że pojawia się ona wraz z ogólnym wzrostem cen przy jednoczesnym spadku wartości pieniądza. W praktyce oznacza to, że musimy na podobną liczbę produktów wydać więcej pieniędzy niż do tej pory. W tej sytuacji rośnie presja pracowników na podwyżki płac, rosną koszty produkcji, przedsiębiorcy zwalniają pracowników – ro-

śnie bezrobocie. Prowadzenie małych biznesów przestaje być opłacalne. Wywołana zostaje potrzeba pomocy finansowej dla rosnącej liczby bezrobotnych, podwyżek rent i emerytur. Na rynku pojawiają się pieniądze, które nie mają pokrycia w wyrobach, co napędza inflację. I tak oto koło się zamyka. Aby zahamować to niekorzystne zjawisko, bank centralny wprowadza wyższe stopy procentowe, ograniczając popyt na kredyty, co z kolei skutkuje spadkiem cen, ale przy okazji niszczy marzenia wielu ludzi o zakupie mieszkania.

Różne koszyki dóbr

Warto również zwrócić uwagę na różnicę pomiędzy całkowitym wzrostem cen a relatywnym (porównywalnym) ich wzrostem. Relatywny wzrost pokazuje cenę jednego produktu w stosunku do ceny tego samego produktu lub usługi do ceny w porównywalnym okresie. Do badania stopy inflacji (CPI) zobowiązany jest bank centralny, czyli w naszym przypadku Narodowy Bank Polski. Badania prowadzone są na podstawie cen przyjętego koszyka dóbr i usług. Koszyk uwzględnia ceny żywności, opłaty za utrzymanie mieszkań, napoje, opał, ochronę zdrowia, tytoń, telekomunikację. Podstawowym miernikiem poziomu inflacji jest procentowa zmiana indeksu cen konsumencyjnych, który informuje o kosztach utrzymania przeciętnego obywatela. Koszyk uwzględnia towary produkowane w kraju oraz towary pochodzące z importu. W 2003 r. Rada Polityki Pieniężnej przyjęła cel inflacyjny w wysokości 2,5 procent (plus minus 1 procent) z zastrzeżeniem, że odchylenia od przyjętego celu mogą być tylko przejściowe. To nakłada na bank odpowiedzialność za monitorowanie i politykę kształtowania poziomu pieniądza na

rynku. Inaczej mówiąc – za poziom inflacji.

Co wywołało obecną inflację?

W fachowej prasie ekonomistów, finansistów, bankowców i polityków gospodarczych trwa ożywiona dyskusja na temat przyczyn inflacji w Polsce. Jako najczęstszą, pierwotną przyczynę inflacji wskazuje się atak koronawirusa, wprowadzane lockdowny, a co za tym idzie porywane łańcuchy dostaw oraz często zbyt pochopne programy wsparcia, nazywane „helicopter money”, czyli pieniądze lejące z nieba. Niewątpliwie ważny wpływ na wzrost inflacji ma wojna w Ukrainie i uzależnienie się od dostaw gazu i ropy z Rosji.

Tutaj dyskutanci zwracają uwagę na rezygnację rządu z rozwoju polskiego górnictwa oraz wsparcia wdrażania fotowoltaiki, wiatraków energetycznych i pomp ciepła. Rządowi, ale i nam przeciętnym mieszkańcom, ekonomisci zarzucają, że zapomnieliśmy o oszczędzaniu i budowaniu swojej „poduszki finansowej” oraz gromadzeniu w odpowiednim czasie opału na zimę i termoizolacji domów mieszkalnych. Oczywiście nie wszyscy z nas mają czy mieli takie możliwości. Nie zawsze dawało się coś zaoszczędzić, a poza tym były i są tarce wsparcia.

O kolejnym niebezpieczeństwie sygnalizuje profesor J. Hausner, który wskazuje na zbyt mocne upaństwowienie gospodarki, co prowadzi do dalszego etatyzowania i zmianie dotychczasowego modelu gospodarowania na model kapitalizmu etatystycznego. Nadmierną rolę państwa w gospodarce już przerabialiśmy wraz ze wszystkimi jej negatywnymi skutkami.

Na razie życzymy sobie wszystkiego, co najlepsze w nadchodzącym nowym 2023 roku. ●

**WODKAN
ZGIERZ**

Nadchodzące Święta Bożego Narodzenia niosą ze sobą wiele radości, refleksji oraz planów na Nowy Rok.

W tych wyjątkowych dniach, wielu radosnych chwil, zadowolenia oraz sukcesów w życiu osobistym i zawodowym wszystkim Klientom i Mieszkańcom Zgierza

w imieniu Pracowników i własnym życzy Zarząd Spółki

„Wodociągi i Kanalizacja - Zgierz” Sp. z o.o.

PREZES ZARZĄDU
PIOTR KARASIEWICZ

CZŁONEK ZARZĄDU
MARCIN ZALEWSKI

Zaliczają sporty wodne, zimowe i ekstremalne. Morsują

W pierwszą niedzielę listopada (6.11) oficjalnie rozpoczęto w Zgierzu sezon morsowania. Wejście do zimnej wody kąpieliska na granicy Zgierza i Dąbrówki zorganizowano w ramach większej imprezy „Malinka Mors Run 2022”. Z kąpeli skorzystało kilkanaście osób odpornych na niskie temperatury. – Po covidowej fali zainteresowania morsowaniem ustabilizowała nam się silna grupa Zgierskich Morsów „Zgierzoludów”. Spotykamy się na plaży Malinki w soboty o 15.00, w niedziele o 12.00, we wtorki o 18.00 oraz w czwartki o 20.00 – opowiada Michał Serdeń. – Często na nasze kąpielisko wpadają też goście z sąsiednich powiatów, a nawet z dalszych

okolic. Morsowanie na Malince wyróżnia się czystą wodą, piaszczystym dnem oraz piękną scenografią. A także zgraną ekipą.

Pan Michał to także współtwórca sekcji pływackiej Zgierzoludów. Ekipa rozpoczęła sezon imprezą sportową w Łodzi „Zimno i Fajnie”. Zgierskie morsy były reprezentowane przez siedmiu pływaków: Darek Czekalski zdobył dwa złote i jeden srebrny medal. Adam Szeremeta przepłynął najdłuższy dystans – 1000m, natomiast Wojtek Szeremeta otrzymał wyróżnienie dla najmłodszego zawodnika całego turnieju. – Za nami również zawody w Bydgoszczy, z cyklu Focus Ice Swimming Festival. Zimowi pływacy rywalizowali w Brdzie na dystansach od



Po zawodach w Bydgoszczy

100 do 1000 m. Tym razem obyło się bez medali, jednak każdy ze zgierskich zawodników przepłynął swój dystans. Adam Szeremeta i Darek Czekalski 750 m, Maciej Szeremeta 100 m, mnie udało się przepłynąć 250 m – mówi Michał Serdeń.

O prozdrowotnych właściwościach morsowania napisano już tomy. Powtórzmy tylko, że to świetne ćwiczenie dla naszego układu krwionośnego. Kąpiele w lodowatej wodzie

poprawiają odporność organizmu (o ile dla konkretnej osoby nie ma medycznych przeciwwskazań, dobrze wcześniej dopytać lekarza). Zgierzanie wybierający się po raz pierwszy na Malinkę powinni zabrać ze sobą ponczo lub duży ręcznik, ciepłe buty, luźne ubranie oraz torebkę, do której będzie można schować mokre rzeczy. Mile widziane też zamiłowanie do podejmowania niecodziennych wyzwań. (jn)



BANK SPÓŁDZIELCZY W ZGIERZU

Wszelkiej pomyślności, spokoju oraz okazji do przeżywania samych radosnych chwil, na nadchodzące Święta Bożego Narodzenia

życzy Zarząd i Pracownicy Banku Spółdzielczego w Zgierzu

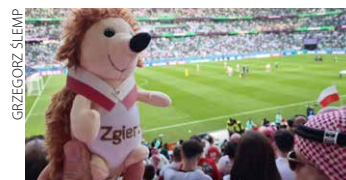


Katar 2022

Nasz jeź przyniósł szczęście

W momencie oddawania tego numeru do druku Polska jest na etapie 1/8 Mistrzostw Świata w Piłce Nożnej – Katar 2022. To największe osiągnięcie naszej reprezentacji na globalnym turnieju od trzydziestu sześciu lat. O awansie zdecydowała głównie wygrana z Arabią Saudyjską 2:0. Właśnie na tym meczu pojawił się pan Grzegorz Ślęmp – w towarzystwie zgierskiego języka, niosąc zgierską flagę. Więcej o wyjeździe napiszemy w kolejnym numerze.

A propos mundialowych ciekawostek – dwadzieścia lat temu



Nasi na stadionie w Katarze

na Mistrzostwach Świata w Korei/Japonii wystąpił zgierzanie Tomasz Kłos (pojedynki z Koreą i Stanami Zjednoczonymi), były piłkarz Boruty, wyróżniony ostatnio medalem „Zasłużony dla zgierskiego sportu”.

(jn)

Metamorfoza krzesła.

Meblarskie pasje zgierzanki

To już pewne – ludzkość produkuje więcej przedmiotów, niż potrzebuje. Coraz popularniejsze staje się więc przywracanie funkcji użytkowych i pięknego wyglądu rzeczom, które pozornie wypadły „z obiegu”. Dzięki pani Joannie niejeden mebel zyskał nowe życie.

JAKUB NIEDZIELA



Przeznaczenia nie oszukasz... Joanna Kaźmierczak od dziecka lubiła prace plastyczne: malowanie, wycinanie, dekorowanie. Niewielkie rodzinne M-3 na Osiedlu 650-lecia nie dawało wielkiego pola do twórczego „wyżywania się”, pozostawiała aktywność w szkolnym kółku, ewentualnie studia na kierunku plastycznym. Zgierzanka zdecydowała się na bardziej racjonalne z punktu widzenia rynku pracy specjalizacje: gospodarkę przestrzenną oraz zarządzanie zasobami ludzkimi. Jednak przeznaczenia nie oszukasz... Od lat jej głównym zajęciem jest przerabianie i renowacja mebli, tworzenie dekoracji oraz aranżowanie wnętrz. Aktywności skrupulatnie opisywane są na blogu (alabarbara.pl), my zapytamy, w jakich okolicznościach nastąpił powrót do twórczych pasji. – Przeprowadziliśmy się do nowo kupionego domku, poprzedni właściciele zostawili większość mebli. Delikatnie mówiąc, nie podobały się nam. Nie mieliśmy budżetu na wymianę wyposażenia, więc zaczęłam przerabiać to, co zastałam. Począwszy od krzesła, kończąc na meblach kuchennych – opowiada pani Joanna.

Trudne początki

Kolejne pytanie o błędy popełniane przez początkującą „panią renowator” wywołuje uśmiech. – Chciałam wszystko robić ręcznie, oczyszczenie krzesła pokrytego materiałem chemoutwardzalnym zajmowało mi cały dzień. Zdecydowanie lepiej zainwestować w sprzęt – mówi zgierzanka. – Czasami po niewłaściwie zabezpieczonym, świeżo umalowanym meblu przeszedł kot. Raz pokrywałam lampę środkiem wywołującym efekt rdzy. Płyn przelałam do metalowego pojemnika, szybko zaczęła zachodzić reakcja chemiczna, dobrze, że zdążyłam odrzucić pudelko na trawnik, zanim doszło do wybuchu.

Dużą pomocą okazały się filmy instruktażowe publikowane na YT, szczególnie te w języku angielskim. Zgierzanka uważnie śledziła blogi osób zajmujących się renowacją, a z czasem zaczęła brać udział w spotkaniach branżowych. Godziny, a właściwie dni i tygodnie spędzane nad przerabianiem mebli (zdrzeć lakier, oszlifować, wywabić kolor, nałożyć warstwę farby, potem kolejną i kolejną...) rozbudziły apetyt na zdobywanie specjalistycznej wiedzy. Pani Joanna ukończyła kurs tapicer-

ski, kurs podstawy konserwacji mebli zabytkowych, wreszcie studia ze stylizacji, aranżacji i dekoracji wnętrz na łódzkiej ASP. Twórcza pasja z czasem przekształciła się w zawód. – Nigdy nie chciałam być mamą, która wraca do dzieci po godzinie 16.00, podświadomie zawsze myślałam o domu jako miejscu pracy. I to się udało – przyznaje. Jak wspomnieliśmy, od wielu lat prowadzi bloga, gdzie opisuje (i fotograficznie dokumentuje) metamorfozy przedmiotów, które dostały się w jej ręce. Przedstawia tam również autorskie stylizacje przestrzeni.

Skarby na śmietniku

Od zawsze lubiła odwiedzać targi staroci, także podczas wakacyjnych wyjazdów, odnajdywać tam przedmioty inne niż wszystkie. To ważne w pracy nad renowacją mebli, aby nadawać rzeczom nie tylko funkcje użytkowe, ale i cechy indywidualne. Pani Joanna przekonuje, że nawet jeśli w jej domu trafiają się meble z IKEA to... nie wyglądają jak przedmioty tam wyprodukowane. Oklejone tapetą, pomalowane, z dołożonym blatem, dopasowane do konkretnej przestrzeni. Przez jakiś czas zgierzanka sprowadzała używane meble z zagranicy, jednak okazało się, że klienci zbyt wiele chcieli w nich zmienić. Lepiej wspólnie z zamawiającym poszukać przedmiotu, dopytując o gust klienta, prosząc o pokazanie wnętrza, w którym mebel zostanie ustawiony. Szukanie starych mebli w Internecie to oczywistość, znak naszych czasów, jednak wciąż dobrym terenem łowieckim pozostają śmietniki. – Przechodząc obok pergoli, rzucam na nią okiem. Kiedyś miałam opory, teraz „na legalu” wchodzę, gdy widzę, że coś zostało tam wy-



Pani Joanna od dziecka lubiła prace plastyczne

stawione – przyznaje pani Joanna. – Ostatniej niedzieli znalazłam obraz postawiony przy kontenerze. Malowidło jak malowidło, ale spodobała mi się rama. Mąż przyjechał, zabrał ją do domu, a ja poszłam dalej na spacer.

Prosto z jeziora

Najdziwniejsze przerabiane przedmioty? Klient przywiózł w tym roku pani Joannie blisko sześciometrową łódkę wyciągniętą z jeziora. Ciężko zdejmowało się impregnat uszczelniający szalupę, a potem trzeba było jeszcze ją pomalować i pociąć. Finalnie łódka „zmieniła się” w dwa regały i stół. Ciekawym projektem były też drewniane drzwi do toalety upiękzone postaciami kościotrupów, znajdziemy je w jednej z łódzkich meksykańskich restauracji. Przedmioty po metamorfozie zachwycają, jednak praca nad nimi bywa żmudna. – Już dawno nie mam wyjściowych paznokci – śmieje się zgierzanka. – Nauczyłam się używać szlifierki i opalarki. Trzeba przy pracy zakładać maseczkę, bo lakiery, szczególnie te z lat PRL, bywają trujące. Często listonosz zastaje mnie w poplamionym fartuchu i z kurzem na rzęsach. Ale to przyjemne uczucie, gdy znaleziony na śmietniku grat zyskuje nowe życie i staje się ozdobą wnętrza. ●



Metamorfoza mebla

Służba, braterstwo, praca nad sobą – współczesne wartości harcerzy

We wrześniu, kiedy Zgierz świętował „Zakończenie Lata”, po ulicach miasta maszerowało ponad 1500 harcerzy z całego województwa łódzkiego. Ten niecodzienny widok związany był z obchodami Święta Chorągwi Łódzkiej Związku Harcerstwa Polskiego organizowanego przez zgierskich harcerzy. O współczesnym harcerstwie rozmawiamy z phm. Tomaszem Dziadakiem, komendantem zgierskiego hufca.

Jak długo jest pan związany z harcerstwem?

Swoją przygodę z harcerstwem zacząłem w latach 90. Najpierw pełniłem funkcję przybocznego 17 Zgierskiej Drużyny Harcerskiej „Sokoły”, a później zostałem mianowany jej drużynowym. Następnie miałem dłuższą przerwę w działalności harcerskiej. Gdy moje dzieci osiągnęły wiek zuchowy, wraz z żoną postanowiliśmy wrócić do harcerstwa.

Skąd wziął się pomysł, żeby zostać harcerzem? To są jakieś rodzinne tradycje?

To było naprawdę bardzo dawno temu, ale pamiętam do dziś, jak tata jednego z kolegów, phm. Henryk Kowalewski – zasłużony instruktor naszego hufca – często opowiadał o harcerstwie. Mógł opowiadać godzinami, a jego historie zawsze były ciekawe i pełne przygód. Postanowiliśmy z grupą podwórkowych przyjaciół spróbować swoich sił w działalności harcerskiej. Pierwsze kroki stawiałem w drużynie wędkarskiej, gdzie poza harcerskimi ideałami, byliśmy wtajemniczani w świat wędkarstwa. Jeden raz z całą drużyną brałem udział w zawodach wędkarskich. Było nas kilkoro, a wśród zespołu była Karolina, obecnie moja żona, która nie miała wędk. Ja miałem dwie sztuki, więc lepszy sprzęt pozostawiłem sobie, a zapasowego kija, długiego chyba na 5 metrów, bez kołowrotka, z zawiązaną tylko na końcu żyłką, użyczyłem koleżance. Oczywiście nie posiadana wówczas wiedzę zająłem najlepsze miejsce do łowienia, ale przesiadziałem bez złowienia żadnej ryby kilka godzin. Karolina, która dostała bardzo słabej jakości i niewygodny w użyciu sprzęt, złowiła największej ryb i w zawodach zajęła drugie miejsce. Niestety drużyna szybko się rozpadła, ale nie tracąc zainteresowania, całą paczką znaleźliśmy swoje miejsce w nowej drużynie w środowisku HSI, do którego należę do dziś.

Jakie wartości obecnie reprezentują harcerze? Czy one z biegiem lat ulegają zmianom?

ZHP to organizacja licząca ponad 100 lat. Pewne zapisy w statucie oraz w systemie wy-

PRYWATNE ZBIORY TOMASZA DZIADAKA



Wychowanie patrioryczne, służba i pomoc potrzebującym, praca nad własnym charakterem to ponadczasowe wartości wyznawane przez harcerstwo

chowawczym ulegają przeredagowaniu. Jednak zawsze u podstaw systemu leżą harcerskie zasady wychowawcze, na które składa się: służba, czyli czynna, pozytywna postawa wobec świata i drugiego człowieka, również braterstwo, czyli przyjacielska i serdeczna postawa wobec innych oraz praca nad sobą, czyli nieustanne kształtowanie i doskonalenie własnej osobowości.

A dzisiejsze spotkania? Wyglądają tak, jak te sprzed kilkudziesięciu lat?

Czasy się zmieniają, młodzież dziś jest na pewno bardziej zabiegana niż 30 lat temu. Wydaje mi się, że obecnie to rodzice się prześcigają w wymyślaniu dodatkowych zajęć dla swoich pociech, dlatego i harcerstwo się zmienia. Dostosowujemy program tak, by był ciekawy i stymulujący wszechstronny rozwój. Jednocześnie kładziemy duży nacisk na tradycję i obrzędowość wypracowaną przez wiele lat.

Czy obozy nadal mają taki survivalowy charakter? Śpi się w namiocie, kąpie w rzece, gotuje na ognisku, kopie latrynę, pije wodę z rzeki?

Robimy, co w naszej mocy, by propagować kontakt z naturą. Noclegi w namiotach to obowiązkowy element każdego obozu. Oczywiście jako organizatorzy wypoczynku podlegamy przepisom kuratorium i sanepidu, a oni chyba by nie byli zadowoleni z picia wody z rzeki 😊. Na każdym obozie dzieci mają zagospodarowany czas zajęciami, podczas których uczą się rozpalania ogniska, gotowania, budowania szałasów, uczą się samodzielności, ale też pracy zespołowej. Wykonując różnorodne zadania, ćwiczą kreatywne myślenie, uczą się podejmowania decyzji. Odważnie podchodzą do stawianych przed nimi wyzwań, mierzą się z radzeniem sobie z trudnościami. Obecnie dzieci są przyzwyczajone do wygody i warunki bytowe na obozach bardzo się zmieniły.



Phm. Tomasz Działak z krótką przerwą związany jest z harcerstwem od lat 90. Swoją żonę poznał właśnie w organizacji

W trakcie obozów staramy się ograniczać wykorzystywanie wszelkiego rodzaju elektroniki. Przede wszystkim obozy umieszczone są w lesie i dostęp do elektryczności jest ograniczony.

Co jest takiego w harcerstwie, że nadal jest pan z nim związany?

To pytanie zadają często nieharcerscy znajomi, którzy widzą ogrom czasu, jaki poświęcam harcerstwu i jaki wysiłek wkładam w przygotowanie kolejnej akcji dla naszych harcerzy.

Dla mnie jest to niesamowita satysfakcja, gdy przygotowuję zbiórkę, rajd, biwak, obóz czy kolejne wydarzenie hufca, w którym uczestniczą dzieci. Ich uśmiech i zadowolenie dają motywację do dalszego działania, bo funkcja komendanta to nie tylko praca z dziećmi czy praca z kadrami. To także ogrom pracy administracyjnej, biurowej, pozyskiwanie środków do realizacji kolejnych celów. To też spotkania w różnych instytucjach i z różnymi ludźmi, poświęcenie czasu na przygotowanie i realizację zadań statutowych i bieżących. Dla mnie jest też bardzo ważny samorozwój i wyzwania, jakie stawia harcerstwo na mojej drodze. Przykładem jest koordynacja i organizacja biwaku dla 1500 osób, który z okazji Święta Chorągwi Łódzkiej odbył się niedawno w naszym mieście.

Dlaczego to właśnie Zgierz stał się gospodarzem tego jubileuszu?

Jako hufiec mieliśmy zaszczyt zostać gospodarzem tegorocznego Święta Chorągwi Łódzkiej. Na przełomie kilkunastu lat wstecz tego wydarzenia nikt z Komendantów naszego hufca nie odważył się podjąć tego wyzwania. Pomysł pojawił się trochę z potrzeby, ale przede wszystkim z chęci pokazania naszego miasta. Znając możliwości zgierskich harcerzy oraz pewny wsparcia, które zawsze dostajemy z urzędu miasta, byłem przekonany, że to się musi udać. Teraz, po wydarzeniu, mogę tylko

powiedzieć, że wszyscy sprostaliśmy temu wyzwaniu, co daje nam dużo motywacji do dalszej pracy.

Czy bycie harcerzem nadal oznacza prestiż wśród innych?

Myślę, że tak, zwłaszcza u osób starszych, którzy przeżyli przygodę z harcerstwem. Harcerstwo to przede wszystkim ideały, którymi się kierujemy oraz działania, jakie podejmujemy. Jednym z najważniejszych działań, jakie propagujemy, to służba. Pełnimy ją zazwyczaj w lokalnym środowisku, podejmując różne aktywności: od posprzątania kawałka lasu po pomoc osobom starszym i potrzebującym. To wiele akcji odpowiadających na potrzeby naszego otoczenia. Harcerstwo stawia też duży nacisk na wychowanie patriotyczne. Jako hufiec uczestniczymy we wszystkich imprezach miejskich. Niektóre sami organizujemy. Nasza postawa i podjęte działania spotykają się często z wyrazem szacunku i dodają prestiżu naszemu członkom. Kończąc swoją wypowiedź, chcę zacytować słowa piosenki, które mówią wszystko:

„Harcerzem być to wcale nie wada,
Harcerzem być każdemu wypada,
Harcerzem być to zaszczyt nie lada,
Harcerzem być to innym pomagać.”

Rozmawiała Emilia Antosz

Co za gość

O literaturze, muzyce i życiu.

Co za gość 2022

Różnorodnie, ciekawie, inspirująco. Już czwarty rok organizowane są w naszym mieście spotkania z cyklu „Co za gość”. Idea pomysłodawców była prosta – zapraszać do Zgierza ludzi twórczych, umiających ciekawie rozmawiać o świecie i inicjować dyskusje.

Dzięki antropolożce Oldze Drendze uczestnicy spotkania przenieśli się w czasie do przełomu lat 80. i 90. Rozmawiano o klimacie epoki – kasetach magnetofonowych, budkach z hot dogami czy kiczowatych figurkach ogrodowych. Anna Dziewit-Meller

opowiadała o swojej najnowszej powieści „Od jednego Lucypera”, rodzinnym Śląsku i kobietach chcących mówić własnym głosem. Tłumy zgierzan zjawili się na spotkaniu z Arturem Barcisiem. Aktora pytano nie tylko o popularne seriale „Ranczo” i „Miodowe lata”, ale również o występy u Kieślowskiego. Organizatorzy nie zapomnieli o muzyce i sporcie. Daniel Wyszogrodzki mówił o musicalach (których libretta tłumaczy), Rolling Stonesach (jest autorem ich polskiej biografii) czy Leonardzie Cohenie (którego twórczość popularyzuje od lat). Na klimatycznym podwórzu Miasta Tkaczy z mieszkańcami spotkał się Józef Młynarczyk, najlepszy bramkarz reprezentacji Polski minionego stulecia, medalista Mistrzostw Świata i zdobywca Pucharu Europy.

Druga połowa 2022 roku rozpoczęła się od rozmowy z historyczką sztuki Małgorzatą Czynną, autorką książek „Witkacy i kobiety. Harem metafizyczny” i „Kobiety z obrazów”. Na kilkanaście dni przed ogłoszeniem zwycięzcy Nagrody Literackiej Nike 2022 do Miasta Tkaczy przyjechał triumfator zeszłorocznej edycji konkursu. Zbigniew Rokita



Anna Dziewit-Meller. Dyskusja o Śląsku, literaturze i roli kobiet

rozmawiał ze zgierzanami o książce „Kajs” i skomplikowanej historii Górnego Śląska. Tuż po premierze serialu „Gang zielonej rękawiczki” odwiedziła nasze miasto (tym razem bibliotekę przy ul. Długiej 29a) Małgorzata Potocka. Na spotkaniu pojawiły się wątki: artystycznego domu aktorki, jej fotograficznej pasji, oczywiście rozmawiano też o rolach filmowych i serialowych. Ostatnią gością tegorocznego cyklu będzie aktorka i piosenkarka Maria Peszek. Zgierz to jedno z dwunastu miast, które artystka zdecydowała się odwiedzić w ramach promocji książki „Naku*wiam zen”. Co w przyszłym roku? W styczniu odwiedzi nas prawdziwa legenda filmu polskiego Jerzy Radziwiłowicz (13.01), w lutym o swoich książkach biograficznych opowie Agata Tuszyńska (09.02). Spotkania od 2019 roku organizowane są przed Urząd Miasta Zgierza – Wydział Promocji i Kultury. (jn)



Józef Młynarczyk w pięknej scenerii Miasta Tkaczy

Noworoczne postanowienia

Powoli zbliża się Nowy Rok, a wraz z nim coroczne postanowienia. Wielu z nas przyrzeka sobie solidnie, że „bierze się za siebie”, czyli schudnie, zacznie biegać, pójdzie na trening mentalny albo poszuka nowej pracy. Na ogół w styczniu kluby fitness wypełnione są po brzegi, a w kwietniu liczba ćwiczących wraca do średniej normy. Przyczyny są bardzo proste – zamiast małymi krokami opracować powolny plan zmiany, rzucamy się na zbyt drastyczne diety lub zbyt obciążające treningi. Szok dla organizmu jest czasami tak wielki, że zamiast pozytywnej zmiany, zaczyna się choroba.

JOANNA DELBAR



Dlatego chcę tu zaproponować 10 opcji zmian, które mogą być naszym noworocznym postanowieniem, związanych z naszym dobrostanem. Zachęcam do wybrania tylko jednej z nich. Uwaga, wprowadzamy tę zmianę powoli przez kolejne 12 miesięcy i nie zniechęcamy się, jeśli czasami zrobimy coś zupełnie inaczej. Oto one:

1. Pracujemy nad świadomością tego, na co mamy realny wpływ. Odpuścimy sobie narzekanie i stresowanie się tym, na co absolutnie nie mamy wpływu: korki na drogach, pogodę, zmianę przepisów, itp. Takie rzeczy po prostu zaakceptujemy. Kontrolujemy sytuację natomiast i działamy tam, gdzie rzeczywiście możemy coś zrobić.

2. Szukajmy dobrych stron – każda bowiem trudna sytuacja jest jednocześnie okazją do zmian. Jeśli tylko „rozszerzymy perspektywę”, możemy zawsze znaleźć korzystne strony danej sytuacji i to z nich czerpać motywację. Jeśli na urlopie cały czas pada deszcz, szukajmy aktywności, które nie są zależne od aury. Najgorszą rzeczą jest narzekanie i utyskiwanie.

3. Nie traktujmy siebie jak „pępek świata” – w końcu każdego spotykają przeciwności życia. Każdą, absolutnie każdą osobę na świecie. Jeśli się rozwodzę, tracę pracę, popadam w chorobę, warto pomyśleć, że w tym samym momencie są miliony ludzi na świecie, którzy doświadczają tego samego.

4. Jak najczęściej zadawajmy sobie pytanie: „czy to naprawdę jest mi potrzebne?” Rezygnujmy z rzeczy, które wykraczają poza twoje prawdziwe potrzeby. Zaczniemy od piątej kawy w ciągu dnia, ale pomyślmy też o niektórych relacjach czy zbyt dużych zakupach.

5. Porządkujmy otoczenie. Nic tak nie zaśmieca naszego umysłu, jak zbyt dużo rzeczy wokół. Oddawanie czy wyrzucanie tego, co nie jest nam potrzebne, a co zalega latami jako tzw. „przydasie”, uwalnia naszą energię i kreatywność. Puste przestrzenie tworzą miejsca na coś nowego.

6. Bądźmy odpowiedzialni za swoje działania. Badania wykazują, że odporni psychicznie nie robią innym wymówek, nie mają pretensji do rządu, pracodawcy, partnera i reszty świata. Wyciągają wnioski ze swoich zachowań i starają się nie popełniać tych samych błędów.

7. Wybaczajmy, odpuszczajmy, skupmy się na „tu i teraz”. Najgorszą rzeczą, jaką moż-

na zrobić, to trzymać latami dawne urazy. To tak jakby zatrzymać się w „kieszeni czasu”, nie zauważając, że życie poszło do przodu, że jest się w innym momencie. Wszystkie komórki naszego ciała dawno się wymieniły, co oznacza, że ja sam poniekąd jestem już kimś innym!

8. Wyrażajmy wdzięczność codziennie. Życie jest bardzo piękne, jeśli tylko damy sobie szansę, aby zauważać tę prawdę w małych gestach i małych sprawach :-). Przecież mam wodę w kranie, ubranie w szafach i jedzenie w lodówce, niczego mi nie brakuje.

9. Jeśli mam problem, warto zapytać siebie, co mogę z nim zrobić tu i teraz? Szukanie rozwiązań zamiast narzekania i ciągle opowiadanie o problemie, działa na nas motywująco.

10. Zaczniemy mówić „dzień dobry” przechodniom na spacerze. Życzliwość wraca jak bumerang. Uśmiech dla sprzedawcy, „dziękuję” dla dozorczy czy wpuszczenie przed siebie kierowcy na drodze nie nas nie kosztują, a często zmieniają atmosferę i nastrojają pozytywnie na cały dzień. ●

Autorka artykułu jest wieloletnim szkoleniowcem, blogerką w zakresie zarządzania stresem, autorką strony <http://zarzadzaniestresem.pl>

A to ciekawe

Come back chorób zakaźnych?

W ostatnim roku w Polsce wzrosła liczba zachorowań na odrę, świnkę, różyczkę i ospę wietrzną – choroby wieku dziecięcego, których występowanie wydawało się być pod kontrolą. Z danych Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego – PZH wynika, że w ciągu dziesięciu miesięcy tego roku odnotowano w kraju dwa razy więcej przypadków świnki i odry. Liczba chorych na różyczkę wzrosła natomiast niemal trzykrotnie. Zwiększyła się też liczba chorych na szkarlatynę – w 2021 r. odnotowano 1961 przypadków, a w obecnym roku już 7464. Jednak najgorszej sytuacja wygląda z ospą wietrzną. W tym przypadku mówimy o skali na poziomie 139 395 osobach w tym roku w porównaniu do 37 044 w minionym. Wszystkie wspomniane choroby są niebezpieczne w skutkach dla życia i zdrowia nie tylko dzieci, ale również dorosłych, szczególnie osób z obniżoną odpornością i ciężarnych

kobiet. Uchronić przed nimi możemy się, unikając kontaktu z zarażoną osobą (co jest mało realne) lub poprzez szczepienia. Tymczasem według statystyk każdego roku spada liczba dzieci otrzymujących szczepienie MMR (przeciwko ospie, śwince i różyczce).

Pewien wyjątek w tej grupie chorób stanowi szkarlatyna, na którą nie ma szczepionki. Chroni nas przed nią zachowywanie ogólnych zasad higieny. (rk)

Placki z herbatą podane przez bota, który nie puszcza bąków

Były z nami cały rok: śmieszne, interesujące, zaskakujące, a czasem dość oczywiste. Święta nietypowe – bo o nich mowa – obok tych „poważnych” obchodzonych przez duże społeczności, są bardzo ważne dla mniejszych (co nie znaczy: gorszych) grup ludzi czy gatunków zwierząt. Zwracają uwagę na istotne problemy społeczne, choroby, konieczność ochrony fauny i flory zagrożonych wyginieciem, poruszają wiele innych tematów. Dziś ostatnia porcja subiektywnie wybranych dziwnych świąt.

Zacznijmy chronologicznie, od obchodzonego 1 grudnia Światowego dnia AIDS. Dzień ten został zainicjowany przez Światową Organizację Zdrowia w 1988 r. U podstaw leżała profilaktyka tej groźnej choroby wirusowej – to z jednej strony, z drugiej – czas ten miał stanowić wyraz solidarności z chorymi. Symbolem jest w tym przypadku czerwona wstążka.

Innym nietypowym, choć ważnym w kontekście tego, co dzieje się od kilku miesięcy za wschodnią granicą Polski, świętem jest Międzynarodowy dzień migrantów (18 grudnia). Ustanowione zostało stosunkowo niedawno, bo w 2000 r. przez Zgromadzenie Ogólne ONZ. Jego celem była chęć zwrócenia uwagi na przestrzeganie praw człowieka i podstawowych wolności wszystkich migrantów.

Idąc dalej tym tropem, wspomnijmy Międzynarodowy Dzień Wolontariusza (5 grudnia). Bez ludzi, którzy są gotowi poświęcić swój czas na pomoc potrzebującym, trudno byłoby rozwiązać wiele problemów osób zmuszonych do ucieczki z kraju objętego kryzysem. Ustanowienie dnia w 1986 r. przez ONZ było aktem wdzięczności dla ludzi, którzy oddają swój czas innym. To także okazja, by uświadomić społeczeństwu wysiłek organizacji pozarządowych działających na gruncie lokalnym, krajowym i globalnym. Najlepiej znane organizacje skupiające miliony wolontariuszy to Czerwony Krzyż, Korpus Pokoju czy UNICEF. Szacuje się, że obecnie około 10 procent Polaków jest lub bywa wolontariuszami.

Poważnie już było

Czas na bardziej „wyszukane” przykłady. 1 grudnia przypada Światowy dzień puszczenia bąków. Tak, tak, tego dnia, jadąc autobusem albo siedząc w biurze można to zrobić całkiem bezkarnie. Nikt nie powinien mieć nam tego za złe. Zagwarantować, że tak będzie, nie możemy, ale zawsze można mieć niezłą wymówkę. Jakby się komuś w tej sytuacji wyrwało z ust coś niecenzurowanego, można się głośno ucieszyć, że to nie 17 grudnia, kiedy to przypada Dzień bez przekleństw ☺. Swoją drogą nie brakuje ludzi, którzy jednym czy dwoma średniej urody wyrazami są w stanie opisać dokładnie całą otaczającą ich rzeczywistość. A to zaiste



12 grudnia przypada Dzień guzika – ważnego elementu każdej garderoby, o czym wie każdy, kto go stracił w najmniej oczekiwanym momencie

sztuka! A poważnie, to idea Dnia bez Przekleństw jest zwrócenie uwagi na czystość i bogactwo języka polskiego, którym można doskonale wyrazić swoje emocje. Co ciekawe, przekleństwa podobnie jak cały język, ewoluują. I tak na przykład, słowo „dziwka” kilkaset lat temu było necechowane neutralnie i oznaczało po prostu dziewczynę.

12 grudnia przypada Dzień guzika, bardzo istotnego elementu każdej garderoby i niektórych akcesoriów. Jeśli go zabraknie, to jest bieda! Pół biedy, jeśli ów detal pełni tylko funkcję ozdobną. A jeszcze a’propos przekleństw, to słowo guzik odgrywa rolę – że tak się wyrażę – zmiękczejacą w pewnym negatywnym wyrażeniu, trochę łagodząc jego wydźwięk. Nie będziemy go przytaczać, ale na pewno dobrze kojarzą je nieco dojrzałsi czytelnicy.

Na poprawę humoru proponujemy podejść z zaangażowaniem do Dnia placków (2 grudnia). Podobnie jak pączki i faworki w ostatki, tak placki tego dnia mogą być przez nas zjadane w najdziwniejszych konfiguracjach: z dżemem, konfiturą, sosem wytrawnym i na słodko, z kremem, owocami lub

ze wszystkim na raz, lub saute. Jak kto lubi. Placki to szybka i tania potrawa lubiana zarówno przez dzieci, jak i dorosłych. Szkoda tylko, że Dzień herbaty (15 grudnia) przypada kiedy indziej, bo ta szczególnie przydaje się w przypadku spożywania placków z cukrem pudrem. Dla porządku powiedzmy, że pierwsze święto herbaty odbyło się w Nowym Delhi w Indiach w 2005 roku.

Na koniec jeszcze słowo o Dniu bota przypadającym 10 grudnia. Boty – dla osób mniej zorientowanych – to komputerowe programy wykonujące określone czynności w zastępstwie człowieka. Powstały, aby działać zamiast operatorów kanału dyskusyjnego, pilnować porządku na danym kanale oraz chronić go przed atakami. Innym przykładem botów są automatyczni asystenci obsługujący klientów online. Chcemy czy nie, przyszłość do botów należy. Oby tylko za bardzo nie ingerowały w nasze życie.

Opracowała Renata Karolewska

Inspiracja: kalbi.pl

REMIGIUSZ MIELCZAREK



I to w zasadzie idealna polowa, gdyż wrona jest ptakiem o ubarwieniu czarno-popielatym. Poznamy ją po znacznie jaśniejszym upierzeniu brzucha i grzbietu: na szyi ma natomiast elegancki, czarny "krawacik". Podobny do wrony kształtem oraz rozmiarem gawron faktycznie jest cały czarny, nie ma żadnych popielatych ni białych piór. To jest właśnie różnica, po której oba te gatunki łatwo rozpoznać, zwłaszcza wtedy, gdy spotkamy w mieście stadko różnych krukowatych, spacerujących wokół ludzkich siedzib w poszukiwaniu jedzenia.

Sprawę nieco komplikuje czarnowron – podgatunek wrony, który całkowicie pozbawiony jest (jak gawron) jaśniejszych piór. Ale ten występuje w Polsce bardzo rzadko, jego gniazda obserwowano wyłącznie w zachodniej części kraju. U nas, w regionach centralnych, raczej czarnowrona nie spotkamy.

Wrony, gawrony i trochę mniejsze od nich kawki – czyli właśnie przedstawiciele krukowatych – często obserwujemy, gdy łączą się w stada, wspólnie zdobywając pokarm. Tak łatwiej im przetrwać w miejskich warunkach, do których ptaki tej rodziny (uznawane za przebiegłe i swoiście inteligentne) łatwo się przystosowały. Ale średniej wielkości, dwukolorową wronę najtrudniej jest w tym gronie zaobserwować. Wrony są bowiem bardziej płochliwe niż kawki, gawrony, czy – trzymające się na uboczu – sroki.

Mało wybredny czyszciciel

Podobnie jak inne krukowate, wrona nie grzeszy wybrednością. Zjada wszystko: pokarm zwierzęcy i roślinny, padlinę, odpadki z naszej kuchni. Pod tym względem znajduje się w gronie pożytecznych czyszcicieli. Gustuje zwłaszcza w gryzoniach, przyczyniając się do ograniczania ich populacji w mieście. Lubi też owady: gąsienice, chrząszcze, dzięki czemu likwiduje nadmiar szkodników naszych upraw. Wprawdzie zakres jej bogatego menu uzależniony jest, co dość oczywiste, od pory roku. Wrona jednak może być naszym sprzymierzeńcem na długie lata. Żeruje bowiem na swoim, raz wybranym, terenie, którego zimą nie opuszcza. Jedzenia szuka najczęściej na ziemi, ale gniazduje wysoko, w czubkach parkowych drzew, ale też na dachach budynków czy wznoszonych przez człowieka konstrukcjach. Łatwo dostrzec ją patrolującą teren naszym strażnikiem z anteny telewizyjnej czy komina. Latem częściej wybiera się w okolice lasów, ale zimą, gdy w mieście znacznie łatwiej o pożywienie, jest w pobliżu ludzkich osiedli stałym gościem.

Rzadko podglądana, ale niezagrożona

Jeszcze kilka lat temu można było usłyszeć pogłoski, że wrony występują coraz rzadziej, zagrożone są wyginięciem. Tego poglądu nie

Wrona nie tak czarna jakby się zdawało

Czy wiedzą Państwo, jak odróżnić wronę od gawrona? Miłośnicy ptaków z pewnością tak, ale nasza bohaterka nader często bywa mylona ze swoim kuzynem w rodzinie krukowatych. Słyszymy nieraz powtarzane twierdzenie, że wrona jest cała czarna. A to tylko pół prawdy.



Wrona jest ptakiem o ubarwieniu czarno-popielatym, często bywa mylona z czarnym gawronem



W Polsce wrona należy do gatunku pospolicie występującego i nie są czynione żadne zabiegi w sprawie jego specjalnej ochrony



potwierdzają eksperci – według ich opinii, od dawna ptak ten należy do pospolicie występujących i nie są czynione żadne zabiegi w sprawie jego specjalnej ochrony. Dobrze u nas znana wrona siwa oraz jej znacznie rzadszy pociotek czarnowron, traktowane są w ramach jednej systematyki na terenie Europy: oficjalne szacunki jej występowania na kontynencie mówią o liczbie ponad 115 milionów dorosłych osobników i wzrostowym trendzie rozrodczym.

W Polsce liczebność wrony to około stu tysięcy par lęgowych wyprowadzających potomstwo raz do roku, najczęściej w połowie kwietnia. Oboje rodzice otaczają potomstwo troskliwą opieką, dostarczając stale coraz większe dawki pokarmu i zaciekle broniąc młodych w przypadku zagrożenia ze strony drapieżników. Pewnie dlatego większość z czwórki lub piątki wronich piskląt zwykle bezpiecznie dorasta po pięciu tygodniach do momentu samodzielnego opuszczenia gniazda.

O perfidii wizerunkowej

REMIGIUSZ MIELCZAREK



Gdy ktoś zarządza miastem, gminą: prezydent, burmistrz czy wójt, otrzymuje na swoim terenie dość szeroki zakres władzy. Samorząd lokalny, czyli gmina, ustawowo decyduje przecież o bie-

gu wszystkich spraw publicznych na wyznaczonym terenie. Czy jednak na pewno wszystko w gminie zależy od lokalnie wybranych przez ludzi, w demokratyczny sposób, przedstawicieli? Otóż nie zawsze. I to jest właśnie problem, nad którym warto się pochylić.

W Polsce, generalnie, od czasów pierwszej reformy samorządowej po upadek komuny lokalnym ośrodkom władzy wolno coraz mniej. Ich możliwości są ograniczane poprzez coraz mniejszy dostęp do pieniędzy. Ten zależy już od decyzji na szczeblu centralnym: to Sejm decyduje na przykład, jaki udział w państwowym „torcie podatkowym” (gdy chodzi oczywiście o PIT) mają gminy. Ostatnio, choć to trudne dla kraju czasy (pandemia, wojna za wschodnią granicą, kryzys gospodarczy), podjęto decyzję, by ten udział znów się zmniejszył. Dla Gminy Miasto Zgierz oznacza to spadek dochodów z centralnej transzy podatkowej o blisko 50 milionów złotych. To potężna wyrwa, którą trudno będzie załatać.

Oczywiście wydatków własnych nikt gminom nie odejmuje. Trzeba teraz w samorządach na własną rękę pokombinować, jak wywalczyć pieniądze na realizację zadań ustawowych. Bywa, że jedynym sposobem na zabezpieczenie takiego braku jest podnoszenie danin lokalnych (np. od nieruchomości) lub emisja papierów wartościowych (obligacji), zadłużających daną gminę u Skarbu Państwa. Od strony gospodarki to oczywiście niekorzystny dla samorządu obrót spraw. Ale od strony prawnej jedyny możliwy do przeprowadzenia. Wyjścia nie ma. Trzeba za coś utrzymać jednostki: opieki zdrowotnej, pomocy społecznej, edukacji, kultury, przypisane do finansowania przez gminę. A wieloletnie, prowadzone z udziałem środków zewnętrznych inwestycje (budowa i naprawy dróg, infrastruktury, remonty budynków komunalnych) muszą mieć zabezpieczony kapitał lokalny, by nie stracić dofinansowania i nie dopuścić do zagrożenia przedsięwzięcia...

I gdzie tu, w tytule wymieniona, perfidia wizerunkowa, zapytają Państwo chórem. A jest, jest jak najbardziej. Bo

wszystkie te kłopoty nasza władza centralna funduje gminom i powiatom na progu roku wyborczego. Wszystko jedno, jesienią czy wiosną, odbywać się będą najbliższe wybory samorządowe, gminy będą teraz musiały same zjeść tę żabę. I to bez znaczenia, jaka polityczna reprezentacja akurat teraz w konkretnej gminie sprawuje władzę...

Zaprawdę, nie byle jacy spin doktorzy musieli podpowiedzieć władzom centralnym tak perfidną układankę na trudne czasy. Bo przecież za chwilę ludzie zaczną kojarzyć swoje bytowe kłopoty (wynika-

jące przecież nie tylko, a nawet najmniej, z podwyżek lokalnych) z działaniami swojej, tutejszej władzy. Pamiętajmy o tym, że najistotniejsze z punktu widzenia naszych kieszeni decyzje zapadają jednak w Warszawie. I dopiero to, co się tam wydarzy, schodzi potem swoimi skutkami na poziom lokalnych samorządów.

Remigiusz Mielczarek – dziennikarz, PR-owiec, rzecznik prasowy, muzyk, bloger... Urodził się i mieszka w Łodzi, ale od niedawna pracuje w Zgierzu. To mu pozwala inaczej spojrzeć na tutejszą grawitację.

STARY MŁYN

REPERTUAR KINA

grudzień 2022

1 grudnia - czwartek	17:00 Dziwny świat (dubbing, animacja) 19:00 Bohater (Napisy PL, dramat)
2 grudnia - piątek	17:00 Dziwny świat (dubbing, animacja) 19:00 Bohater (Napisy PL, dramat)
3 grudnia - sobota	12:00 Dziwny świat (dubbing, animacja) 14:00 Dziwny świat (dubbing, animacja)
4 grudnia - niedziela	12:00 Dziwny świat (dubbing, animacja) 14:00 Dziwny świat (dubbing, animacja) 17:00 Prorok (PL, biograficzny, obyczajowy) 19:30 Śubuk (PL, dramat)
6 grudnia - wtorek - Mikołajki	17:00 Dziwny świat (dubbing, animacja) 19:00 Listy do M. 5 (PL, komedia)
8 grudnia - czwartek	15:00 Dziwny świat (dubbing, animacja) 17:00 Śubuk (PL, dramat) 19:30 Ania (PL, dokumentalny)
9 grudnia - piątek	15:00 Dziwny świat (dubbing, animacja) 17:00 Śubuk (PL, dramat) 19:30 Listy do M. 5 (PL, komedia)
11 grudnia - niedziela	12:00 Kierunek księżyc (Dubbing, animacja) 14:00 Medjugorje (PL, dokumentalny) 17:00 Simona (PL, dokumentalny) 19:00 Śubuk (PL, dramat)
15 grudnia - czwartek	17:00 Śubuk (PL, dramat) 19:30 Święta inaczej (PL, komedia romantyczna)
16 grudnia - piątek	17:00 Śubuk (PL, dramat) 19:30 Święta inaczej (PL, komedia romantyczna)
18 grudnia - niedziela	12:00 Kierunek księżyc (Dubbing, animacja) 14:00 Prorok (PL, biograficzny, obyczajowy) 17:00 Święta inaczej (PL, komedia romantyczna) 19:30 Śubuk (PL, dramat)
19 grudnia - poniedziałek	12:00 Jestem twój (Lektor PL, komedia rom. / Sci-Fi)
22 grudnia - czwartek	17:00 Święta inaczej (PL, komedia romantyczna) 19:30 Menu (Napisy PL, czarna komedia)
23 grudnia - piątek	17:00 Menu (Napisy PL, czarna komedia) 19:30 Święta inaczej (PL, komedia romantyczna)
29 grudnia - czwartek	17:00 Święta inaczej (PL, komedia romantyczna) 19:30 Menu (Napisy PL, czarna komedia)

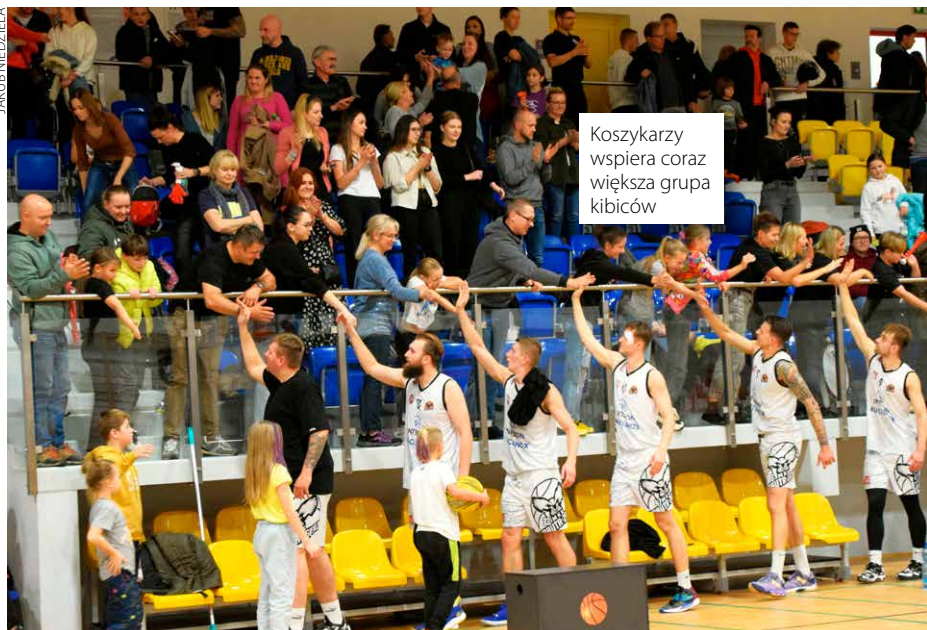
Cennik biletów:
 Bilet normalny - 20 zł
 Bilet studencki - 18 zł
 Bilet ulgowy - 16 zł
 Ulgowo czwartki - 16 zł

Miejski Ośrodek Kultury
 Stary Młyn w Zgierzu
 ul. Długa 41A

facebook.com/kinowstarymmlynie

Koszykarze walczą do końca

Trwają rozgrywki II ligi koszykarskiej. Wyjątkowo uważnie śledzą ją lokalni miłośnicy basketu, skoro w tym sezonie zadebiutowała tam zgierska drużyna MKK Kuchinox Interon Boruta. Beniaminek radzi sobie całkiem dobrze. Po dziesięciu kolejkach zespół z ul. Wschodniej znajduje się w środku tabeli z pięcioma zwycięstwami i pięcioma porażkami. MKK Boruta wygrał na inaugurację z Tarnovią Tarnowo Podgórne. Komplet punktów zgierzanie zdobyli też w pojedynkach z ŁKS Coolpack Youth, TKM Włocławek, PZKosz Władysławowo i Ogniem Szczecin. Szczególnie emocjonujące były dwa ostatnie wymienione pojedynki. O zwycięstwie nad Władysławowem (w hali MOSiR przy ul. Wschodniej) zdecydowała przewaga trzech punktów. Wygrana z Ogniem (w dalekim Szczecinie) to bilans lepszy o cztery punkty. Nasi koszykarze walczą do końca! W pierwszym grudniowym pojedynku zgierzanie zmierzą się z liderem grupy, ekipą ŁKS Coolpack Łódź. – *Nie mam wątpliwości, że jesteśmy w trakcie tworzenia poważnej koszykarskiej marki* – mówi Piotr Wyrzykowski, współzałożyciel klubu. – *Cieszę się, że udało się stworzyć tak świetną atmosferę wokół drużyny. Dopisują sponsorzy, mamy wsparcie prezydenta Zgierza i władz miasta, wspomaga nas też coraz większa grupa kibiców. Hala MOSiR żyje podczas naszych spotkań.*



Koszykarze wspiera coraz większa grupa kibiców

Najsukieczniejszym zawodnikiem MKK Kuchinox Interon Boruta jest Hubert Lewandowski (140 punktów), kolejne miejsca w klasyfikacji zajmują Sebastian Ferenc (127) i Mateusz Cwirko-Godycki (112). Warto przypomnieć, że klub prowadzi też

treningi dla dzieci. Na hali MOSiR w zajęciach uczestniczą młodzi zgierzanie od 4 do 12 roku życia, podzieleni na cztery grupy wiekowe (wtorki i czwartki od godz. 18.00, soboty od godz. 9.00). Trzeba dać dobry przykład kolejnym pokoleniom... (jn)

Historyczny wyczyn zgierskich Jeży

W listopadzie zakończył się premierowy sezon pierwszej oficjalnej ligi walking futbolu. Do rywalizacji przystąpiło sześć drużyn: pięć ekip łódzkich oraz Jeże ze Zgierza. I to właśnie nasi zawodnicy dokonali historycznego wyczynu, zostając mistrzami pierwszych rozgrywek piłki chodzonej!

Ligę zorganizowano w formule mix. Na boisku, w każdej z drużyn, rywalizowały trzy zawodniczki i trzech zawodników. Panie musiały być w wieku 40 plus (ewentualnie jedna z nich 30 plus), panowie powinni przekroczyć 50-tkę (możliwy jeden 40 plus). Rozegrano w sumie dwadzieścia kolejek, a walka o mistrzostwo trwała do samego końca. O końcowym triumfie Jeży Zgierz zdecydował tylko jeden punkt przewagi nad Old Gang EPL.

Szczególnie dramatyczny przebieg miał przedostatni mecz naszych zawodników. Przegrywali już 0:2 z ekipą Firefox Łódź, aby w ostatnich minutach odwrócić losy spotkania i wygrać 3:2. W wieńczącym rozgrywki pojedynku Jeże pokonały 4:1 Tiger Łódzki, podczas gdy Old Gang, również pretendu-



Mistrzowie ligi ze Zgierza

jący do mistrzowskiego tytułu, w ostatnich dwóch kolejkach nie wywalczył kompletu punktów. Dodajmy, że gracz zgierskiego zespołu Witold Zapędowski z 16 trafieniami został wicekrólem strzelców.

Piękny happy end drużyny, którą powołano do życia na początku tego roku. A właściwie nie „end” – drużyna Jeży Zgierz wciąż aktywnie trenuje, chętni zapraszani są w każdą środę do nowej hali MOSiR przy ul. Wschodniej (o godzinie 19.30). – *Szczególnie mile widziane są kobiety, panie w wieku 30 plus i 40 plus, jest ich mniej w naszej drużynie* – opowiada Wojciech Włodarczyk, założyciel i kapitan zespołu Jeży. – *Piłka chodzona to sport bardzo bezpieczny, bezkontaktowy, nie naraża zawodnika na kontuzje. Nie biegamy po boisku, jest to zabronione, tu wszystko opiera się na technice. Uprawiając walking futbol, poprawiamy swój stan fizyczny, a przy okazji integrujemy się w miłym towarzystwie.*

Możliwe, że w pierwszych miesiącach 2023 r. na zgierskich obiektach MOSiR zorganizowany zostanie turniej piłki chodzonej. Do tego czasu warto systematycznie ćwiczyć... (jn)

„Zamiast podarków, poproszę o cud”

Święta to dla wielu osób ważny okres. Spotkania rodzinne, prezenty, wyjazdy, przygotowania, kolejki. Wspólny czas. Niektórzy powiedzieliby raczej: niedoczas

MAGDALENA WOŹNIAK



Boże Narodzenie według teologów jako święto katolickie obchodzone jest od IV w., początkowo w Rzymie. W średniowieczu ów czas celebrowany był bardzo hucznie.

Dopiero w późniejszych latach ukształtowała się tradycja zadumy nad życiem, śmiercią i zbawieniem.

Ewolucja polskich tradycji

Dawniej pierwszy dzień świąt rozpoczynało poranne nabożeństwo. Potem w rodzinnym gronie, przy jedzeniu i rozmowach, śpiewano kolędy. W tym dniu tradycja zakazywała sprzątanania, przynoszenia wody ze studni, przeglądania się w lustrze, a nawet czesania czy spania w ciągu dnia. Ludzie mieli odpoczywać. Był to dzień wyłącznie rodzinny i nie przyjmowano innych gości. – *Kiedy zamykam oczy, widzę kolorowe paski papieru, z którego sklejało się łańcuch. Im dłuższy, tym lepszy. W mieszkaniu pachnie kompotem z suszu, który lubili tylko dorośli. Każdy z maluchów bardzo chciał zjeść opłatek, bo był smaczny. Potem wielka chwila otwierania prezentów. Jakich? Nie pamiętam, ale to uczucie... to czekanie, ta radość, to było coś – tak wspomina Święta Bożego Narodzenia pani Karolina, mieszkanka Zgierza.*

To, co ważne

Czy po latach ktoś się zastanawia, ile wydał pieniędzy w tym okresie każdego kolejnego roku? Czy pamiętamy, czy wszystkie naczynia były wtedy pozmywane, czy okna błyszcząły? Czy ciasto wyrosło wystarczająco? Czy wujek siedział obok wujka, którego lubił? Czy sąsiadka miała najlepiej przystrojony balkon? Czy pan z pierwszego piętra sprzątał o jeden dzień za późno? O nie,

a w bloku naprzeciwko, choinka stała jeszcze w połowie stycznia...

Dla każdego z nas ważne są inne rzeczy. To naturalne, że jako ludzie próbujemy dążyć do perfekcji, stawiamy sobie cele, wymagamy i chcemy, by to, co robimy i jak przyjmujemy naszych gości, było znakomite.

znajomi byli zaangażowani w przygotowania do świąt w swoich domach. Chyba nikt nie robił tego z własnej woli, a z nakazu rodziców. Zawsze były jakieś nerwy, bo coś się nie dopieкло, bo zaraz goście przyjdą, a tu czegoś brakuje, coś niegotowe. To bieganie, chaos – nic to nie miało wspólnego z odpoczynkiem.

Przy stole siedzieli później goście, gospodyni biegła z talerzami, kubkami, a pod koniec wieczoru, jak już pozmywała i sprzątnęła, to padała na łóżku wykończona. Może dlatego dziś we własnym już domu staramy się przeżyć ten dzień na luzie. Może właśnie z tego powodu, gdy pytam dzieci, z czym kojarzą im się święta, to mówią, że z przyjemnościami, z dekorowaniem pierników, a to dla mnie wychowawczy sukces – mówi Klaudia, mieszkanka osiedla 650-lecia.



Zatrzymaj się na chwilę i zobacz, jakie to fajne

A może w tym roku sprawimy, że święta odczuje każdy? Nie tylko goście, ale i gospodarze. Posprzątamy, ugotujemy, a potem sobie odpuścimy te wszystkie zmartwienia, problemy, obowiązki. Cały rok zmagamy się z codziennością. A może, te kilka wolnych dni warto spędzić inaczej, poświęcając czas sobie i bliskim, rozmawiając prawdziwie, bez pretensji i oczekiwań? Słuchając. Zadając pytania ze szczerą chęcią poznania odpowiedzi? Pochwalmy potrawę, która najbardziej nam smakowała, doceńmy własnej roboty kompot z suszu, zaśpiewajmy głośniej kolędę, nie zwracając uwagi na to, czy ładnie nam to wychodzi. A może w te święta będziemy ze sobą, a nie tylko obok siebie? ●

Poza tym dla wielu ważne jest poszanowanie tradycji. Od najmłodszych lat przekazujemy dzieciom normy i zasady związane ze świętami, często zapominając o tym, że nasze małe elfy powinny rozumieć ten czas po swojemu, choć uczyć się go z naszą pomocą. Dzieci patrzą bowiem sercem. Zapamiętują zapachy, emocje, przeżycia. I to jest ważne. – *Kojarzę okres przygotowań do wigilii jako katorgę. Miało się wolne w szkole, ale wszyscy*

znajomi byli zaangażowani w przygotowania do świąt w swoich domach. Chyba nikt nie robił tego z własnej woli, a z nakazu rodziców. Zawsze były jakieś nerwy, bo coś się nie dopieкло, bo zaraz goście przyjdą, a tu czegoś brakuje, coś niegotowe. To bieganie, chaos – nic to nie miało wspólnego z odpoczynkiem.

„Ja zmrużę oczy, a ty zjawisz się znów
Wszystko się rozmaże,
zamiast podarków poproszę o cud.”

LemON, Grudniowy

Za nami 30. Stachuriada

Na Stachuriadę wielu miłośników, a przede wszystkim twórców poezji czeka cały rok. Bo to okazja do podzielenia się tym, co w ostatnim roku napisane, a także tym, co w duszy gra. Trzydziesty festiwal zachował swoją dotychczasową formułę, a nowe miejsce realizacji, jakim stał się Stary Młyn, nadało imprezie świeżego charakteru. Pierwszy raz uczestników zapraszał sam Edward Stachura fragmentami tekstów, które pojawiły się w przestrzeniach miasta.

Co roku w każdy trzeci weekend listopada MOK organizuje festiwal poetycki „Stachura pozostałym”. To przede wszystkim wydarzenie konkursowe, podczas którego poeci odczytują po jednym ze swoich wierszy, a ci, którym bliższa jest poezja śpiewana, prezentują po dwa utwory ogólnie znane lub napisane przez siebie.

Na tegoroczny Konkurs Jednego Wiersza zgłosiło się 9 poetów. Jury w składzie: Joanna Ślasko (poetka), Piotr Grobliński (poeta, publicysta) i Kamil Wojciechowski (autor tekstów poetyckich, redaktor w internetowych serwisach poetyckich) postanowiło przyznać pierwszą nagrodę Kacprowi Plusie za wiersz „Poezja, co począć”, drugą nagro-



ANNA PEREK

Laureatem pierwszej nagrody w Konkursie Piosenki Poetyckiej został olsztynianin Szymon Brucki

dę Cezaremu Płatakowi, autorowi wiersza „Skąd się biorą wiersze”, a trzecią Joannie Miłosz za wiersz „Poczwarka”. Nina Danowska, autorka wiersza „Dywagacje oświeconej prostytutki” oraz Piotr Macierzyński, autor wiersza bez tytułu, zaczynającego się od słów „Mój przyjaciel Eryk mówi...” otrzymali dwa równorzędne wyróżnienia.

Do Turnieju Piosenki Poetyckiej zgłosiło się 11 wykonawców, a jury w składzie Karolina Kasper-Giełzak (aktorka, piosenkarka), Krzysztof Kociszewski (muzyk, kompozytor, pedagog) i Kamil Wojciechowski postanowiło nagrodzić Szymona Bruckiego (1. miejsce), duet Kuba Śmietana / Lara Hidane oraz Antoninę Witkosz (dwa równorzędne 2. miejsca), zespół Hethet (3. miejsce), a także przyznać dwa wyróżnienia Elizie Gabryelczak oraz Magdalenie Regule.

W ten sposób zrealizowane zostały dwa konkursy, którym towarzyszyły wydarzenia dodatkowe. W tym roku był to film „Edward Stachura po drugiej stronie”, spotkanie z jego autorką Teresą Kudybą, jesienny koncert zgierskich artystów (Jakub Śmietana, Luzak Tasak i Anna Paszkowska), a na finał koncert zespołu H'ernest. (mz)

Zgierz filmowy

Belfer odwiedził nasze miasto

Kamera! Akcja!” Te charakterystyczne komedy mogłyśmy znów usłyszeć w Zgierzu. Na przełomie października i listopada realizowano w naszym mieście zdjęcia do wysokobudżetowego serialu stacji Canal Plus. „Belfer 3” to kontynuacja przygód Pawła Zawadzkiego – polonisty zajmującego się tropieniem zagadek kryminalnych. W rolę tytułową niezmiennie wciela się Maciej Stuhr. – *To bardzo nietypowa produkcja. Chyba pierwszy raz w moim życiu powracam do bohatera po tylu latach (premiera poprzedniego sezonu to rok 2017 - przyp.red). Musiałem obejrzeć pierwszą serię, zresztą z przyjemnością, i zobaczyć, co ja tam grałem. Postać jest stworzona z tak wielu małych niuansów, że nie powinno się niczego przegapić – opowiada artysta w rozmowie z naszym miesięcznikiem.*

Planem zdjęciowym „Belfra 3” były m.in. zabudowania fabryczne przy ul. Dąbrowskiego oraz kamienica usytuowana w sąsiedztwie Muzeum Miasta Zgierza. Producentem serialu jest Opus TV, który w naszym mieście realizował oscarową „Idę” czy popularny serial „Kruk”. Nie zmienił się odtwórca głównej roli Belfra. Trzecia seria zyskała natomiast nowego reżysera. Łukasz Grzegorzek to twórca m.in. wielokrotnie nagradzanego „Mojego wspaniałego życia”. Czy odświeży formułę serialu? – *Podeszliśmy do tego ambitnie. Z jednej*

strony puścimy oko do widzów pamiętających pierwszy i drugi sezon, z drugiej strony chcieliśmy stworzyć, nie wiem, czy to idealne słowo, serial dojrzalszy. Z bardziej pogłębionymi charakterologicznie postaciami. Do tej pory mieliśmy dosyć zdawkową wiedzę na temat Belfra, był tajemnicą. Teraz dowiemy się znacznie więcej o nim. O jego przeszłości, o jego relacji z ojcem, ale też o pewnych wydarzeniach sprzed dwudziestu kilku lat – mówi reżyser.



Maciej Stuhr przyjechał do Zgierza realizować trzeci sezon „Belfra”

Muzeum Historyczne Skierniewic – muzeum na miarę XXI wieku

Muzeum interaktywne, wyposażone w dotykowe ekrany, a także infokiosk najnowszej technologii pozwalający na korzystanie z urządzenia kilku osobom jednocześnie. Muzeum Historyczne, ale jedno z najnowocześniejszych w Polsce.

EMILIA ANTOSZ



Muzeum Historyczne Skierniewic to jedno z najmłodszych muzeów na mapie województwa łódzkiego. 4 lata temu odbyło się uroczyste otwarcie instytucji. Rok później, czyli w 2019 roku muzeum zostało połączone z Izbą Historii Skierniewic. A 7 lutego 2022 roku otrzymało imię Jana Olszewskiego.

Historia budynku

Muzeum Historyczne Skierniewic znajduje się w zabytkowym budynku, który należał do historycznego zespołu koszar armii rosyjskiej. Wojskowy lazaret wzniesiono w roku 1890 według projektu Aleksandra Woyde. Najpierw z zespołu koszarowego korzystały wojska carskie, w okresie II Rzeczypospolitej wojska polskie, a podczas II wojny światowej wojska okupacyjne. Po zakończeniu wojny koszary ponownie trafiły do wojska polskiego, a obecna siedziba muzeum była użytkowana jako izba chorych. Obiekt jest parterowy, jednokondygnacyjny i pokryty dachem wielospadowym o charakterze kopertowym. Jest murowany z cegły pełnej, o rzucie w kształcie litery T. Użytkowa powierzchnia budynku to ponad 700 metrów kwadratowych, co pozwoliło podzielić wnętrze budynku na trzy strefy funkcjonalne: wejściowo-informacyjną, wystawowo-edukacyjną oraz biurowo-magazynową. Muzeum wyposażono nie tylko w nowoczesne ekrany dotykowe i infokiosk, ale zastosowano najnowsze rozwiązania, aby zminimalizować pogłos w pomieszczeniach. Zadbano, aby budynek był dostępny dla osób z dysfunkcjami. Zrewitalizowany budynek muzeum otacza wspinały, zadbane ogród.

Misja muzeum

Muzeum przede wszystkim zajmuje się upowszechnianiem i ochroną dziedzictwa kulturowego oraz historycznego Skierniewic, i najbliższych okolic miasta. Gromadzone są tu lokalne pamiątki, digitalizowane, a następnie udostępniane odwiedzającym tradycyjnie i w formie online. Bo już dziś muzeum może pochwalić się ciekawymi cyfrowymi zbiorami w ilości 745 kolekcji, prezentowanymi m.in. na stronie Archiwum Cyfrowego Skierniewic. Udostępnione są broszurki, foldery oraz gazety i czasopisma zawierające artykuły o Skierniewicach, książki i prace naukowe, filmy i skany zdjęć – wszystko, co dotyczy miasta i jego okolic. W ostatnim

Z ZASOBY MUZEUM HISTORYCZNEGO SKIERNIEWIC IM. JANA OLSZEWSKIEGO



Muzeum Historyczne Skierniewic to centrum kulturalne, w którym organizowany są nie tylko wystawy, ale również koncerty i obchody świąt patriotycznych

czasie zbiory cyfrowego archiwum powiększyły się o archiwalia Klubu Seniora „Zgoda” i księgi pamiątkowe bursy szkół zawodowych w Skierniewicach. To dla mieszkańców niezła gratka, gdyż na licznych zdjęciach mogą odnaleźć siebie, swoich bliskich lub znajomych sprzed lat. Ale przede wszystkim mieszkańcy mogą podzielić się swoją wiedzą, pamiątkami oraz wspomnieniami i zachować dla przyszłych pokoleń informacje o realiach minionych czasów. A ponadto zarówno w budynku, jak i w ogrodzie odbywają się wernisaże, wykłady, spotkania, warsztaty, spektakle teatralne, pokazy filmowe, rekonstrukcje historyczne, pikniki rodzinne, obchody dni i świąt oraz uroczystości patrio-

tycznych. To też miejsce spotkań z twórcami kultury i historykami.

W skierniewickim muzeum można obejrzeć wystawę stałą zatytułowaną „Dzieje Skierniewic”, która ma charakter multimedialnych opowieści. Ekspozycję podzielono na 11 stref, a każda to zobrazowanie innego okresu miasta. Całość uzupełniają wyjątkowe i bardzo różne eksponaty, m.in.: wierna kopia czaszki tura znalezionej na terenie obecnego Zalewu Zadębie, ornaty haftowane złotem i srebrem, XVI wieczny manuskrypt „Kronika Bractwa Św. Anny”, pamiątki z powstania listopadowego i obiekty związane z lokalnym browarem, który funkcjonował w mieście na przełomie XIX i XX w. ●

Tłuszcz – dobry czy zły?

Tłuszcz tłuszczowi nierówny. Może być źródłem cennych składników odżywczych, ale też zagrożeniem dla zdrowia.

KATARZYNA LEWKOWICZ-SIEJKA



Tłuszcze to przede wszystkim źródło energii. Podstawowy podział tłuszczów obejmuje trzy grupy: nasycone, jednonienasycone i wielonienasycone. Osobną grupą to tłuszcze trans – nigdy nie powinny się znaleźć w naszym ciele. Najprostszy „tłusty” przepis na zdrowie to zwiększenie spożycia tłuszczów wielonienasyconych, ograniczenie spożycia tłuszczów nasyconych i eliminacja tłuszczów trans.

Tłuszcze trans

Tłuszcze trans to inaczej tłuszcze częściowo utwardzone (uwodornione). Mało kto wie, że historia ich spożycia zaczęła się od świec. Gdy na początku XX w. spadł popyt na świece, nie było co robić z olejami utwardzonymi stosowanymi do ich produkcji. Firma wymyśliła więc, że da ten olej ludziom. I tak w 1905 r. główny składnik świec wprowadzono na rynek jako... produkt spożywczy. A ponieważ był to tłuszcz o długim okresie trwałości, do tego tańszy od smalcu i masła, więc dobrze się przyjął. Nikt wtedy nie wiedział, jak bardzo jest szkodliwy. Tymczasem spożycie zaledwie dwóch gramów oleju roślinnego utwardzonego – a to mniej więcej pół łyżeczki – zwiększa ryzyko miażdżycy, zawału serca i cukrzycy. W tym kontekście warto sobie uzmysłowić, że mała porcja frytek zrobionych na utwardzonym oleju zawiera około 5 gramów tłuszczów trans. Tłuszcze trans wiąże się też z chorobami nowotworowymi i obniżeniem odporności.

Kwasy tłuszczowe typu trans znajdziemy głównie w ciastkach i innych wyrobach cukierniczych, produktach czekoladowych, fast foodach, zupach i sosach w proszku, daniach instant, czipsach, twardej margarynach (margaryny poddawane procesowi estryfikacji zamiast utwardzenia nie zawierają tłuszczów trans). Tłuszcz trans powstaje również podczas smażenia, gdy podgrzane cząsteczki oleju roślinnego wiążą się z cząsteczkami wodoru. Dlatego m.in. smażenie nie należy do zdrowych metod przygotowywania pokarmów. Zamiast smażenia i pieczenia lepiej wybrać gotowanie, duszenie czy przygotowywanie dań na parze.

Kupując dany produkt, nie znajdziemy informacji na etykiecie, czy zawiera kwasy tłuszczowe trans, bowiem przepisy unijne nie nakładają takiego obowiązku na producenta. Musi on jednak zaznaczyć, czy tłuszcze wykorzystane w produkcji, są tłuszczami utwardzonymi lub częściowo utwardzonymi. Produktów z takim napisem należy bezwzględnie unikać.



Kwasy tłuszczowe typu trans znajdziemy głównie w ciastkach i innych wyrobach cukierniczych, produktach czekoladowych, fast foodach, zupach i sosach w proszku, daniach instant, czipsach, twardej margarynach



Awokado to znakomite źródło dobrych dla organizmu tłuszczów typu omega-3

Tłuszcze nasycone

Są one syntetyzowane w organizmie człowieka. W diecie ich głównym źródłem są produkty pochodzenia zwierzęcego: mięso, smalec, masło, śmietana, pełnotłuste mleko, sery żółte. Kwasy tłuszczowe nasycone znajdziemy też w dużej ilości w produktach roślinnych: oleju kokosowym, oleju palmowym, maśle kakaowym.

Tłuszcze nasycone nie powinny przekraczać w diecie 10 procent, a zdaniem niektórych naukowców – 6 procent zapotrzebowania energetycznego. Ich nadmiar powoduje powstawanie procesów miażdżycowych. Według niektórych ekspertów działania takiego nie wykazuje tłuszcz kokosowy, choć badania na ten temat trwają. To dlatego wielu dietetyków do smażenia poleca właśnie olej kokosowy. Oczywiście jego najzdrowszą wersją będzie olej nierafinowany.

Do krótkotrwałego smażenia może też być wykorzystywana oliwa z oliwek z pierwszego tłoczenia, jednak należy dbać, by nie przekroczyć punktu dymienia, który wynosi średnio około 180 stopni Celsjusza. Do smażenia nadaje się również masło klarowane, którego punkt dymienia wynosi około 200 stopni Celsjusza. Z popularnych w kuchni olejów rafinowanych lepiej jest zrezygnować, bo choć proces rafinacji podnosi punkt dymienia i oczyszcza olej, to nie pozostaje obojętny dla jego jakości.

Tłuszcze nienasycone

Mogą mieć konfigurację cis lub trans, ale większość nienasyconych kwasów tłuszczowych występujących naturalnie w przyrodzie posiada konfigurację cis. W tej grupie tłuszcze dzielimy na jednonienasycone oraz wielonienasycone. Jednonienasycone kwasy tłuszczowe o konfiguracji cis są syntetyzowane przez organizm człowieka. Znajdziemy je zarówno w produktach pochodzenia zwierzęcego, jak i w produktach roślinnych – oliwkach i oliwie, awokado, niektórych orzechach i pestkach oraz wyłaczanych z nich olejach roślinnych.

Najbardziej pożądane dla naszego zdrowia tłuszcze to te wielonienasycone, szczególnie omega-3 i omega-6. Nie mogą być one syntetyzowane w organizmie człowieka, tak więc konieczne jest pobieranie tych kwasów tłuszczowych z pożywienia – dlatego nazwano je niezbędnymi nienasyconymi kwasami tłuszczowymi i opatrzone skrótem NNKT. Czasem nazywa się je kwasami leczącymi, bowiem są konieczne do prawidłowego funkcjonowania mózgu, układu odpornościowego, układu krążenia i skóry. Zadaniem nienasyconych kwasów tłuszczowych nie jest dostarczenie energii ani magazynowanie w organizmie tłuszczu, lecz zapewnienie organizmowi w hormonopodobne substancje utrzymujące go w dobrostanie. Większość osób dostarcza sobie dostatecz-

nych ilości tłuszczów typu omega-6, a nawet za dużo, ponieważ zawierają je niektóre oleje roślinne (np. sojowy, słonecznikowy, kukurydziany) oraz jaja i mięso. Natomiast spożycie kwasów tłuszczowych typu omega-3 często bywa zbyt niskie. A warto wiedzieć, że to właśnie te tłuszcze leczą stany zapalne (m.in. skóry i stawów) i aktywizują komórki T, które niszczą komórki nowotworowe. Pożądane proporcje omega-6 do omega-3 to 2-4 do 1 (od dwóch do czterech razy więcej kwasów omega-6 w stosunku do omega-3). Niestety zazwyczaj proporcje te wynoszą 20 do 1, a zdarza się nawet 40 do 1! Nadmiar omega-6 utrudnia dostęp do organizmu kwasom omega-3 i działa prozapalnie. Zaburzenia proporcji prowadzą do zachwiania równowagi immunologicznej, co z kolei zwiększa ryzyko zakrzepów we krwi, demencji, depresji, artretyzmu, chorób autoimmunologicznych, pewnych dolegliwości skórnych, a nawet niektórych nowotworów.

Dobrymi źródłami tłuszczów typu omega-3 są orzechy włoskie i laskowe, siemię lniane, olej lniany, olej rzepakowy, olej z kiełków pszenicy, szalwia hiszpańska (nasiona chia), awokado. Tłuszcze te są również obecne w tłustych rybach morskich, jednak z uwagi na wysokie zanieczyszczenie ręką ryb nie są obecnie ich polecanym źródłem.

Dla oka i ducha

„Światłem rysowane” – wystawa prac Anny Mięсок

Biel i czerń – te dwa kolory zdominowały przestrzeń wystawienniczą zgierskiej biblioteki głównej. A to za sprawą wyjątkowej prezentacji monochromatycznych rysunków wykonanych białą kredką na czarnym papierze przez Annę Mięсок. Artystka w doskonały sposób wydobywa z czarnego kartonu światło, malując na nim osoby, zwierzęta czy przedmioty będące w kręgu jej zainteresowań. Drobiazgowo ukazuje piękno wybranego przez siebie tematu. – *Inspiruje mnie głównie natura i ciało w ruchu* – wyjaśnia Anna Mięсок. – *Długo rozmyślałam nad tym, co chcę narysować i w jaki sposób. Zaczynam od namalowania oczu, bo powinny przykuwać uwagę widza. A reszta jest już zabawą.* Prace artystki są niezwykle estetyczne i nastrojowe. Choć to dopiero jej druga wystawa, to z pewnością nie ostatnia. Dyrektorka biblioteki Dorota Abramczyk już na wernisażu zaprosiła artystkę do zaprezentowania innej odsłony jej twórczości. Być może tym razem będą to kolorowe pastele? A na wystawę „Światłem rysowane” zapraszamy do końca grudnia do biblioteki przy ulicy Łódzkiej 5. (ea)



Prace artystki znajdują się w prywatnych kolekcjach w kraju i za granicą

Polak Azer dwa bratanki...

Kazach zresztą też

To jeszcze nie koniec przygód Indiany Jonesa. Na pewno wielu z nas pamięta, jak ów słynny archeolog i awanturnik wjeżdżał na koniu do Petry w Jordanii. A właściwie jechał na koniu przez słynny kanion i dojeżdżał do wrót świątyni wykutej w skale. Okazuje się, że również Azerbejdżan ma swoją Petrę. Chodzi o grobowiec szejka Diri Baby, słynnego uczonego, znajdujący się w mieście Maraza w rejonie Gobustan.



BEATA I DARIUSZ CŁAPOWIE



ARCHIWUM B.D. CŁAPA

BEATA I DARIUSZ CŁAPOWIE

Mauzoleum Diri Baby nazywane jest azerką Petrą, ponieważ ta niezwykła budowla usytuowana jest przy urwisku skały wapiennej, wewnątrz wąwozu. To miejsce wiecznego spoczynku wielkiego mędrca.

Zostawiamy samochód na parkingu i schodzimy w dół. Przed niewielkim budynkiem administracyjnym wita nas młoda dziewczyna, która będzie pełnił funkcję przewodniczki. Wchodzimy po schodach na poziom grobowca. Tu robimy obowiązkowe zdjęcie z flagą Zgierza, wewnątrz będzie następne. Niedługo potem przewodniczka pochwali się tymi zdjęciami przed następnymi podróżnikami z Polski, naszymi przyjaciółkami. One przysła nam zdjęcie dziewczyny pokazującej nasze postacie na ekranie telefonu.

Kultowe miejsce

W środku po lewej mała salka wyłożona dywanami dla pielgrzymów, wąskie schodki prowadzą na piętro, gdzie znajdują się dwie komnaty. W wewnętrznej, przy samej skale, umieszczony jest sarkofag. Diri Baba był wielkim człowiekiem, nauczał muzułmanów i chrześcijan – mówi pracownica tego obiektu. Dzięki uprzejmości miejscowych

odwiedzamy jeszcze stary cmentarz, gdzie najstarsze pochówki odbywały się już w XV w. W jednym z grobowców mieszka suczka z czterema małymi pieskami. Dowiadujemy się również, że wycięcia w płytach nagrobnych to poidelka dla ptaków.

Na ścianach okalających grobowiec wydrążone są groty, gdzie dawniej mieszkali mnisi. Niestety teraz trwają prace zabezpieczające i wejście do środka nie jest możliwe. Na otarcie łez jeden z pracowników obiektu zobowiązuje się pokazać nam ruiny starego karawanseraju. Jedziemy do pobliskiej wioski, nasz przewodnik dzwoni do jednej z prywatnych posesji. Tutaj częściowo zapadnięta w ziemię stoi XVI-wieczna budowla. Wchodzimy, a właściwie wczołgujemy się do środka. Naszym oczom ukazują się stare inskrypcje i ledwo widoczne malowidła. Co one oznaczają? Kto je napisał? Czy kogoś to jeszcze obchodzi?

Za chwilę dostajemy następną dobrą wiadomość! W pobliskiej wiosce, na zboczu góry znajdują się podobne groty. Jedziemy. Niestety, te trudno nam odnaleźć. Zatrzymujemy się przy grupie tubylców. Po krót-

kiej rozmowie dwie dziewczyny o typowo azjatyckiej urodzie mówią, żebyśmy podążyli za nimi. Pozostawiamy samochody i ruszamy pieszo. Pokonujemy wąwóz, wąziutką ścieżkę na skalnej półce i wdrapujemy się do wnętrza. Odwiedzamy kolejne komnaty i korytarze. Podziwiamy niezwykle widoki na zewnątrz. Po wspólnym zwiedzaniu dziewczyny pokazują nam drogę do miasta. Za chwilę dowiadujemy się, że u muzułmanów jest zwyczaj, że należy zaprosić wędrowca do domu, więc tę kolację zjemy wspólnie, a jak nam się będzie podobało, to zostaniemy na noc. Tak się też stało. Dwie dziewczyny to córki pary Kazachów. Na nocleg gospodarze oddają nam swoją sypialnię z dywanem, który osobiście tkła mama pana domu. Okazuje się, że nie jesteśmy jedynymi gośćmi. Znajomy gospodarza z wojska przyjechał w odwiedziny.

Wspólna kolacja z całą wioską

Na kolację przychodzi cała rodzina mieszkająca w pobliżu i bliżsi sąsiedzi. Jest ich tyle, że po niedługim czasie tracimy orientację, kto jest to. Brat gospodarza, ogromny chłop, zwraca się do mnie wujku :). Kolacja rozpoczyna się od słodczy i herbaty, która w Azerbejdżanie jest bardzo ceniona. Główne danie to jagnięcina z pieczonymi warzywami, świeżo wypiekane placki kukurydziano-pszenne i sałatki z miejscowych warzyw. Podczas kolacji rozpoczynają się toasty. Rozpoczyna pan domu, potem najstarszy gość, następnie my. To kolejny przejaw szacunku, jakim darzy się tutaj gości. Nie ukrywam, że przydała się nam znajomość języka rosyjskiego. Wszyscy zebrani są ciekawi Polski. Wypytyują o nasze zwyczaje, pio-



BEATA I DARIUSZ CŁAPOWIE

Niepostawione pytania

DR HAB. GRZEGORZ IGNATOWSKI



Ciekawe, ilu z nas potrafiloby wymienić imię i nazwisko ostatniej laureatki Nagrody Nobla w dziedzinie literatury? Warto je zapamiętać, gdyż lektura książki Annie Ernaux „Bliscy” sprawia, że magicznie

przywołujemy obrazy osób dla nas najważniejszych. Zdawać by się mogło, że autorka jedynie wspomina życie i śmierć swojego ojca, matki i ich pierwszej córki. Dziewczynka umarła dwa i pół roku przed narodzeniem noblistki. Nie potrafię powiedzieć, dlaczego taki jest układ książki. Musi być w tym głębszy sens, skoro najpierw pisze o ojcu, a potem o matce. Jest poruszające, że dwie pierwsze części książki, a więc relacja o ojcu i matce, zaczynają się zasadniczo od wspomnienia ich śmierci. Autorka dokładnie zapamiętała, iż w niedzielne popołudnie matka zakomunikowała jej o śmierci ojca. Pamięta, jakie miał oczy zaraz po śmierci, jak odsłonięta była dolna warga. Błyskawicznie z pomocą najbliższej rodziny umyto stygnące ciało i ogolono zarost. Konkretnie, wuj podniósł ciało do góry, zdjęto zmarłemu koszulę, założono nową, połączono sztywniejącą ręce i włożono w nie różaniec. Nie brak realistycznych opisów, w jaki sposób pracownicy zakładu pogrzebowego znieśli ciało zmarłego z pokoju na górę. Noblistka wspomina, co przygotowano na poczęstunek po pogrzebie i jak przebiegała ceremonia w kościele. Nie zabrakło wielu innych szczegółów z jego życia. Dokładnie opisane są kolejne zawody, którymi się parał czy też pierwsze spotkania z matką. Wstrząsające są opisy czasów drugiej wojny. Ojciec nie dostał powołania do wojska, gdyż był za stary. W czasie rodzinnych spotkań często powracano do strachu, głodu i zimna, jakiego doznali w czasie wojennej zawieruchy. Pisarka wspomina ojca jako człowieka pogodnego, który potrafił rozpoznawać ptaki po ich śpiewie, a chleb kroić na małe drobne kawałki.

Dogłębnie zapamiętujemy drugą część, w której Ernaux koncentruje się na matce. Matka zmarła w przyszpitalnym domu opieki, w którym mieszkała przez dwa lata. W wielu miejscach książki znajdujemy informacje, że nie najlepiej układały się relacje z matką. I wcale nie chodzi o zwykłe konflikty związane z czasem dorastania. Podobnie jak we współczesnych domach kłótnie związane były z zakazem wychodzenia autorki z domu i jej strojem. Przeczytamy, że matka potrafiła być grubiańska wobec córki, a uprzejma w stosunku do klientów sklepu oraz kawiarni, którą prowadziła razem z ojcem. Poznajemy sytuacje, kiedy matka po śmierci ojca mieszkała z autorką i jej mężem. Przyznajmy, że sytuacje te nie zostały opisane precyzyjnie. Ciekawe, że noblistka

wyraźnie opisuje kolejne choroby matki i jej pobytu w szpitalu. Niezapomniana jest sytuacja, kiedy matka zemdląca i przewieziona ją na oddział medyczny w domu starców. Trzecią część książki stanowią wspomnienia o pierwszej córce rodziców autorki. Dowiadujemy się, w jaki sposób jej śmierć i życie wpłynęło na pisarkę. W pewien sposób żałuje, że nigdy nie zapytała o nią rodziców. Zresztą, kilka innych spotkań głęboko wpłynęło na jej życie. Jak chociażby spotkanie z ciotką chwiejącą się i niosącą torbę pełną

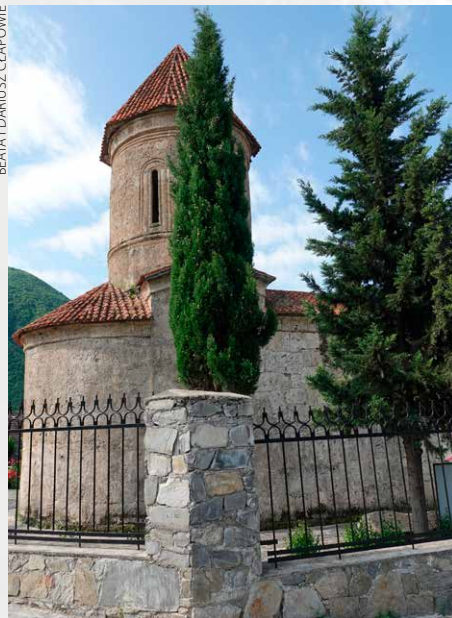
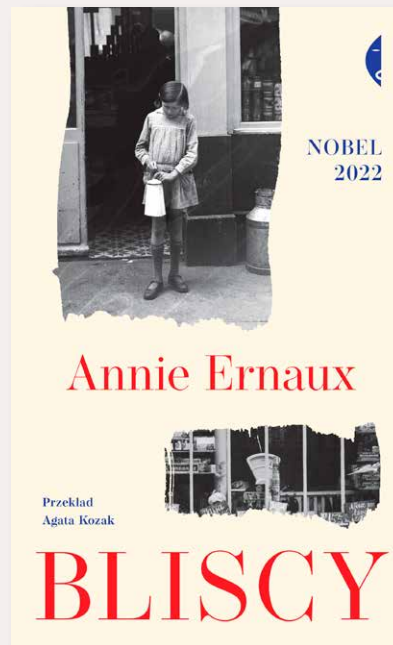
butelek po alkoholu. Autorka wyzna, że nie byłaby zdolna dobrze pisać, gdyby jej nie spotkała. Po zamknięciu książki stają przed nami postacie naszych bliskich zmarłych i pytania. Pierwsze dotyczy tego, jak niewiele znamy szczegółów z ich życia, odejścia i z samych pogrzebów. Drugie, dlaczego nie zapytaliśmy lub ciągle boimy się postawić pytania o ważne szczegóły i tajemnice z życia naszych rodzin.

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.

senki. A kiedy śpiewamy „Szła dziewczeczka do laseczka”, mówią, że to ich piosenka! Na dowód puszczaają nagranie z Internetu. No to intonujemy „Hej sokoły”. Piosenka bardzo się spodobała i trzeba było opowiedzieć, o czym jest. Po pewnym czasie panie zaczynają tańczyć i przenoszą się do innego pokoju. Najstarszy gość siedzący przy mnie informuje, że kobiety lubią być same, kiedy tańczą. Taki zwyczaj. Mężczyźni rozprawiają w tym czasie o „ważnych sprawach”.

Następnego dnia po śniadaniu czekają nas wesołe rozmowy. Dowiadujemy się, że nasz gospodarz z Kazachstanu został poczęty, gdy jego ojciec miał 68 lat. – *Ja mam dopiero 54 – mówi do żony – więc za 10 lat, jeśli przyjdzie mi ochota, to może znajdę sobie jakąś dziewczynę i spłodzę syna.* – *Najpierw zapytaj o to córkę* – śmieje się żona. Okazuje się, że w Kazachów jest ponoć taki zwyczaj, że najmłodsze dziecko mówi, czy chce jeszcze mieć rodzeństwo. Wszystko to żarty oczywiście, ale nasz gospodarz dodaje swoje trzy grosze.

Moglibyśmy zostać tu jeszcze długo, podać się tej niezwyklej atmosferze, jednak trzeba nam ruszyć w drogę. Wymieniamy adresy, telefony. Czy jeszcze się kiedyś spotkamy? Może tak jak Harrison Ford z Ke Huy Quan, małym chłopcem grającym w drugiej części przygód Indiany Jonesa... po 38 latach. Kto wie? ●



Sztuka rozmowy

DARIUSZ SPANIAŁSKI



W życiu codziennym nie zwracamy uwagi na to, że jednym z największych darów, jakie człowiek dostał od Stwórcy, jest dar mówienia. Potrzebujemy jednak obecności ludzi, by móc dzielić się swoimi spostrzeżeniami, radościami i smutkami. Gdybyśmy byli jedynymi na świecie istotami, prawdopodobnie nie szukalibyśmy sukcesów, bo i tak nie mielibyśmy z kim podzielić się swoją radością. Seneka w swoich listach moralnych do Lucyliusza pisał, że „żadna rzecz, choćby była bardzo wyborna i zbawienna, nie sprawi mi przyjemności, jeśli mam poznać ją sam jeden. Gdyby ofiarowano mi mądrość pod warunkiem, bym trzymał ją zamkniętą w sobie i nikomu jej nie udzielał, odrzuciłbym ten dar”.

Istotne jest również to, jak rozmawiamy – od tego zależy jakość naszego życia społecznego, a szczególnie rodzinnego. Wy-

miana zdań bowiem zaspokajają wewnętrzną potrzebę wyrażenia siebie czy swojego stosunku do świata zewnętrznego, ale nie zawsze wystarczy dobranie odpowiednich słów. Wiele zależy od nasycenia emocjonalnego słów, które stanowią tylko swoiste rusztowanie budowli.

Emocje w komunikacji – zauważmy – mają dwa oblicza: pomagają we wzajemnym porozumieniu albo utrudniają je. Chyba najbardziej brzemienne w skutki jest w tym kontekście nieśmiałość, czyli brak wiary w siebie, wynoszona najczęściej z domu na skutek błędów rodzicielskich. Pojawia się ona tam, gdzie w domu nie ma zwyczaju prowadzenia rozmów; w których rodzice, najczęściej ojcowie, ograniczają się do zadawania zdawkowych pytań albo onieśmielają dziecko swoją racją na każdy temat. Tak wychowywany dorosły człowiek, uważa, że nie ma nic wartościowego do powiedzenia. Nieśmiałość może zbudować bariery, które później w praktyce są nie do obalenia i często skazują człowieka na izolację. Troską rodziców powinno być zatem,

aby do tego nie dopuścić. Dziecku trzeba stworzyć odpowiednią atmosferę, w której chętnie będzie rozmawiało z dorosłymi. Ci zaś najpierw sami muszą nauczyć się słuchać. Dopiero wówczas można dostrzec lęki i pragnienia drugiego człowieka i zdobyć zaufanie, które przydaje się w czasie, gdy nasza pociecha jest w trudnym wieku młodzieńczego buntu. Tylko w takiej sytuacji istnieje szansa, że dziecko nie będzie szukać „sensu życia” u zewnętrznych autorytetów czy w używkach i nie będzie musiało ukrywać swoich problemów przed rodzicami. A potem schemat ten, już w dorosłym życiu, przeniesie na własną rodzinę.

To w taki sposób buduje się autorytet. Nie przez udowadnianie dziecku swojej wszechwiedzy, a przez chęć słuchania i zrozumienia i pozostawanie w gotowości do rozmowy.

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



Obracali kota zadem do frontu
Nadwiślańscy nuworysze z Babilontu
A kot nic
On nie wzbraniał się wiele
Stał potulnie jak ciele
Wierząc w trele morele
Wielki PIC



Oleksiewicz

narysowała: asia
napisał: wojtek

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

10 GRUDNIA (SOBOTA)

▲ **XXX Rajd Mikołajkowy – poznanie okolic Zgierza, orientacja w terenie, pobudzenie odporności i ogólnej sprawności ruchowej**

Szkoła podstawowa nr 12 im. Armii Krajowej w Zgierzu (organizator: Szkoła Podstawowa nr 12)

▲ **godz. 10.00 Mikołajkowy Turniej Szachowy Spółdzielcy Dom Kultury „SEM”, ul. Parzęczewska 21.** (organizator: SDK „SEM”)

▲ **godz. 8.00 Memoriał Kozłowskiego – turniej piłki nożnej dzieci MKP Boruta Zgierz**

Nowa hala MOSiR (organizator: MOSiR Zgierz)

▲ **godz. 9.00 Liga siatkówki EZG**

Mała hala MOSiR (organizator: MOSiR Zgierz)

▲ **godz. 15.00 MKK Boruta Zgierz vs GAK Gdynia**

Nowa hala (organizator: MOSiR Zgierz)

11 GRUDNIA (NIEDZIELA)

▲ **godz. 11.00 Otwarte Mistrzostwa Województwa Łódzkiego dzieci i młodzieży w zapasach w stylu wolnym – XXIII Międzynarodowy Memoriał Marcina Kurpińskiego**

Hala im. Zgierskich Olimpijczyków, MOSiR ul. Wschodnia 2 (organizator: ZTA Zgierz, MOSiR)

● **16.00 Bajkobrańnię dla NAJNAJW**

Teatr Blum „Świąteczne pudełko” Spektakl dla dzieci najmłodszych 18 miesięcy do 5 lat

Bilety 30zł/bilet 1+1

Zapisy elektroniczne na ckdzgierz.pl (organizator: CKD)

12 GRUDNIA (PONIEDZIAŁEK)

◆ **godz. 10.00 Wernisaż wystawy szopek bożonarodzeniowych (ekspozycja pokonkursowa)**

Zgierska Galeria Sztuki

Wystawa czynna do 30.12.22 r. (dni powsz. 9.00-20.00)

Wstęp wolny
Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41a (organizator: MOK)

◆ **godz. 16.00-19.00 Otwarta Pracownia Plastyczna: pocztówki świąteczne**

Rodzinne warsztaty plastyczne
Bezpłatne i bez zapisów
(organizator: CKD)

13 GRUDNIA (WTOREK)

● **godz. 10.00 „Świąteczne bajki” – zajęcia literacko-plastyczne dla przedszkolaków**

Filia Nr 3, ul. Dubois 23a (organizator: MPBP)

▲ **Mistrzostwa Zgierza – siatkówka ID**

(organizator: MOSiR Zgierz)

◆ **godz. 17.00 Uroczystość przy Pomniku Wolności i Niepodległości, ul. Długa 27**

◆ **godz. 18.00 msza Święta w intencji Ofiar 41. rocznicy stanu wojennego, Kościół Farny pw. św. Katarzyny Aleksandryjskiej**

(organizator: Wydział Promocji i Kultury Urzędu Miasta Zgierza)

14 GRUDNIA (ŚRODA)

● **godz. 8.30 „Gdzie jesteś Święty Mikołaju?” – zajęcia edukacyjno-literackie dla dzieci**

Biblioteka Główna, ul. Łódzka 5 (organizator: MPBP)

▲ **Mistrzostwa Powiatu – tenis stołowy**

(organizator: MOSiR Zgierz)

15 GRUDNIA (CZWARTEK)

● **Godz. 9:45 „Świąteczne bajki” – zajęcia literacko-plastyczne dla przedszkolaków**

Filia Nr 3, ul. Dubois 23a (organizator: MPBP)

● **godz. 10.00 „Aniołkowe uściski” – zajęcia świąteczne dla dzieci**

Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna, ul. Filia Nr 2, ul. Długa 29a (organizator: MPBP)

▲ **Mistrzostwa Powiatu – siatkówka ID**

(organizator: MOSiR Zgierz)

16 GRUDNIA (PIĄTEK)

■ **godz. 18.00 Wernisaż wystawy fotografii i malarstwa Pawła Maciaka pt. „Nie umniejszając”**

Zgierska Galeria Sztuki
Wystawa czynna do 30.12.22 r. (dni powsz. 9.00 - 20.00)

Wstęp wolny
Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)

16-18 GRUDNIA (PIĄTEK-NIEDZIELA)

▲ **Zawody modelarstwa sportowego Race Stars Contest 22’**

Wycięgi modeli sportowych – druga edycja
Hala imienia Zgierskich Olimpijczyków MOSiR Zgierz, ul. Wschodnia 2.

(organizator: Łódzka Fundacja Modelarstwa Sportowego Paweł Hert)

▲ **Finał Wojewódzki – szachy**

Finał Wojewódzki w Szkole Podstawowej nr 8 w Zgierzu (organizator: MOSiR Zgierz)

17 GRUDNIA (SOBOTA)

● **godz. 16.00 Bajkobrańnię**

Teatr Bajaderka „Świąteczny list”

Bilety: 30zł/bilet 1+1

Zapisy elektroniczne na starymlynzgierz.pl (organizator: CKD)

▲ **godz. 10.00 Turniej Siatkówki Nauczycieli Szkół Specjalnych z Łodzi**

Mała hala (organizator: MOSiR Zgierz)

19 GRUDNIA (PONIEDZIAŁEK)

■ **godz. 12.00 Seans dla konesera**

Zajęcia płatne 10 zł
Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)

20 GRUDNIA (WTOREK)

◆ **godz. 17.00 Gala laureatów oraz laureatek 9. Wokalnego konkursu kolęd i pastoralek „Na świąteczną nutę”**

Sala widowiskowa w Starym Młynie (organizator: CKD)

20 GRUDNIA-31 STYCZNIA

● **Ogólnopolski Konkurs Wokalny i Plastyczny „Młodych Bajanie”**

Edycja w formie online
Więcej informacji na stronie: www.mdkzgierz.pl (organizator: MOK)

21 GRUDNIA (ŚRODA)

● **godz. 17.00 Koncert gwiazdkowy w wykonaniu dzieci z zespołów SDK „SEM”**

Spółdzielcy Dom Kultury „SEM”, ul. Parzęczewska 21. (organizator: SDK „SEM”)

6-7 STYCZNIA (PIĄTEK-SOBOTA)

▲ **Zgierz Cup – siatkówka**

Turniej mini piłki siatkowej Zgierz Cup pod patronatem Prezydenta Miasta Zgierza

Nowa hala MOSiR (organizator: UKS Siatka Zgierz)

9 STYCZNIA (PONIEDZIAŁEK)

▲ **Półfinał wojewódzki siatkówki dziewcząt i chłopców**

(organizator: MOSiR Zgierz)

▲ **Półfinał wojewódzki – tenis stołowy**

(organizator: MOSiR Zgierz)

12 STYCZNIA (CZWARTEK)

■ **godz. 18.00 Wystawa malarstwa i rzeźby Dariusza Młynarczyka pt. „Tryptyk muzealny”**

Wstęp wolny (organizator: Muzeum Miasta Zgierza)

UWAGA! Kalendarium ma charakter poglądowy, daty i miejsca wydarzeń mogą ulec zmianie.

Znajdziesz nas między innymi:

- Bank Spółdzielczy, Długa 62 A (+placówki)
- Bar „Express”, Długa 63/67
- Bar „Myśliwski”, Popieluski 9
- Bar „U Borówy”, Narutowicza 26
- Best 2 – dystrybutor NC+, pl. Jana Pawła II 17
- Biuro podróży „Ready to go”, Musierowicza 4
- Centrum Drobniarskie, Galczyńskiego 31
- Centrum Konserwacji Drewna, Narutowicza 6
- Centrum Kultury Dziecka, Rembowskiego 17
- Centrum Medyczne Boruta, Struga 2/4
- Dom Kultury SEM, Parzęczewska 21
- Dorabianie kluczy, Kamienna 20
- Delikatesy „Mix”, 1-go Maja 3
- Falkopia, 1 Maja 65
- Fru Fitness, Sienkiewicza 20
- Gabinet kosmetyczny „Seralis”, Witkacego 2 B
- Hotel San Remo, Chemików 6
- Hurtownia hydrauliczna „Instal-Zgierz”, Wspólna 12
- Hurtownia materiałów budowlanych „Budmar”, Piątkowska 83
- Kiosk „Ruchu”, Galczyńskiego 26
- Kiosk „Ruchu”, Parzęczewska 17
- Kiosk „Ruchu”, Witkacego 1/3
- Komenda Hufca ZHP, Długa 29
- Komenda Powiatowa Policji, Długa 58/60
- Kurczak „Na parking”
- Kwaciarnia „Storczyk”, Bazylijska 39 H
- Lecznicza weterynaryjna, Żytnia 82
- Łażnia Miejska, Łęczycza 24
- Mechanika Pojazdowa „Aris”, Łęczycza 11
- Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41a
- Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji, Wschodnia 2
- Miejski Zespół Przychodni Rejonowych, Łęczycza 24A (+placówki)
- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, Długa 56
- Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna, Łódzka 5 (+filie)
- Mieszalnia lakierni, Dąbrowskiego 22
- Muzeum Miasta Zgierz, Dąbrowskiego 21
- Myjnia samochodowa, Łęczycza 24
- Myjnia samochodowa, Żytnia 22 C

- Najlepsze sery w mieście, Galczyńskiego 31
- Ostrzenie noży, Kamienna 20
- Park Kulturowy Miasto Tkaczy, Rembowskiego 1
- Powiatowy Urząd Pracy, Barona 10
- Poradnia „Madox”, Musierowicza 18/C
- Pralnia-magiel, Rembowskiego 63
- Przychodnia Oko-Med, Kuropatwińskiej 2
- Punkt Lotto, Powstańców Śląskich 2 BC
- Restauracja „Jagusia”, Skargi 24
- Salon fryzjerski „Ola”, Tuwima 20
- Salon optyczny „Italooptica”, Galczyńskiego 40
- Salon optyczny „Lux Vision”, Parzęczewska 21
- Sąd Rejonowy, Sokołowska 6
- Sklep „Dar-Mar” Przygraniczna 25
- Sklep „Gastropak”, Dąbrowskiego 10
- Sklep budowlany „Standard”, 1 Maja 19
- Sklep monopolowy, Lechonia 2
- Sklep przemysłowy, Rembowskiego 63
- Sklep rybny „Szprotka”, Witkacego 1, paw. 7
- Sklep sportowy, Rembowskiego 63
- Sklep spożywczy, Długa 10
- Sklep spożywczy, Długa 110
- Sklep spożywczy, Dubois 17
- Sklep spożywczy, Gołębia 18
- Sklep spożywczy, Milenijna 21
- Sklep spożywczy, Osiedlowa 4
- Sklep spożywczy, Parzęczewska 32
- Sklep spożywczy, Piątkowska 31
- Sklep spożywczy, Przemysłowa 29
- Sklep spożywczy, Rembowskiego 43
- Sklep spożywczy, Sierakowskiego 1
- Sklep spożywczy, Stępownicza 8
- Sklep spożywczy, Szczawińska 50
- Sklep spożywczy, Wiosny Ludów 4
- Sklep spożywczy, 3 Maja 8
- Sklep spożywczy „Af-Lider”, Boya-Zeleńskiego 39
- Sklep spożywczy „Iwona”, Staffa 22C
- Sklep spożywczy „Markecik” P&M, Powst. Śląskich 2A
- Sklep spożywczy „Mateusz”, Kasprzowicza 31
- Sklep spożywczy „Miraż II”, Przygraniczna 32

- Sklep spożywczy „Od A do Z”, Piłsudskiego 23
- Sklep spożywczy „Olimp”, Boya-Zeleńskiego 45
- Sklep spożywczy „Raduś”, Osiedle 650-lecia (przy bl.76)
- Sklep spożywczy „U Justyny” Ozorkowska 66
- Sklep spożywczy „U Placka”, Chełmska 75
- Sklep spożywczy, Dąbrowka, Główna 25
- Sklep spożywczy „Zgoda”, Dubois 37
- Sklep spożywczy „Zgoda”, Klonowa 1
- Sklep spożywczy „Zgoda”, Przemysłowa 2
- Sklep spożywczy „Zgoda”, Rembowskiego 2
- Sklep tytoniowy, Długa 55 A
- Sklep zoologiczny, Kolejowa 6
- Sklep zoologiczny „Zoolog”, Witkacego 2B
- Sklep żelazny „BMP”, Ozorkowska 48
- Stacja Nowa Gdynia, Sosnowa 1
- Stacja Uroda, Kolejowa 6/5
- Starostwo Powiatowe, Sadowa 6 A
- STS „Dubois”, Rembowskiego 63
- Straż Miejska, Popieluski 3A
- „Ter-Lux”, Czerwińskiego 52
- Urząd Gminy Zgierz, Łęczycza 4
- Urząd Stanu Gwinnego, 1 Maja 5
- Urząd Miasta Zgierz, pl. Jana Pawła II 16
- „Trafiaka”, Aleksandrowska 13/15
- TV-SAT, Kilińskiego 5
- Wod-Kan, Struga 45
- Wojewódzki Szpital Specjalistyczny, Parzęczewska 35
- Warzywniak, Piłsudskiego 27
- Zakład fryzjerski „Jerzyk”, Tuwima 20
- Zakład fryzjerski „Marysia”, Staffa 22C
- Zakład fryzjerski „Nie zadzieraj z fryzjerem”, Łęczycza 2
- Zakład fryzjerski „Szalone Nożyczki”, Aleksandrowska 29
- Zakład fryzjerski, Parzęczewska 17
- Zakład szewski, 1 Maja 25
- Zieleniak, Dubois 20

Firmy i instytucje zainteresowane dystrybucją miesięcznika „Zgierz – moja przestrzeń” zapraszamy do kontaktu z naszą redakcją: mokzgierz@interia.pl lub pod numerem tel. +42 714 31 76.

RENAULT ARKANA E-TECH FULL HYBRID




już od

1099 zł /mies.
gwarancja stałej raty
(RRSO 9,97%)

4 lata gwarancji z pakietem przeglądów
zapisz się na jazdę testową

RRSO dla Kredytu Renault Easy Box wynosi 9,97% dla następującego reprezentatywnego przykładu: cena auta 129 900 zł, okres 25 miesięcy, wpłata własna 29 539,26 zł, oprocentowanie stałe nominalne w skali roku 5,99%, finansowane: prowizja bankowa 4014,43 zł i ubezpieczenie kredytobiorcy 3131,26 zł. Miesięczna rata kredytowa 1098,59 zł. Ostatnia rata 93 216,24 zł. Całkowita kwota kredytu: 100 360,74 zł. Całkowita kwota do zapłaty: 119 582,39 zł. Stan na dzień 18.10.2022 r. Kredyt oferowany jest przez RCI Banque S.A. Oddział w Polsce i dostępny u pośredników kredytowych wykonujących czynności faktycznie związane z zawieraniem umów kredytowych na podstawie umowy z RCI Banque S.A. Oddział w Polsce z siedzibą w Warszawie. Easy Service za 999 zł dotyczy kontraktów serwisowych w okresie 48 miesięcy / 60 000 km. Wartości zużycia paliwa dla modelu Renault Arkana w zależności od wariantu i wersji wynoszą w cyklu mieszanym od 4,9 do 5,9 l/100 km, a emisja CO₂ – od 111 do 133 g/km (dane na podstawie świadectw homologacji typu). Zużycie i emisja CO₂ zostały określone zgodnie z procedurą WLTP. Podane wartości mogą się różnić od rzeczywistych, na które wpływają m.in. styl i warunki jazdy, dodatkowe wyposażenie samochodu zainstalowane po rejestracji pojazdu, jego stan techniczny. Sprawdź szczegóły u Autoryzowanych Partnerów Renault lub na stronie wltpl.renault.pl. Informacje dotyczące odzysku i recyklingu pojazdów wycofanych z eksploatacji na stronie www.renault.pl.

Renault zaleca 

renault.pl



GRUPA
JASZPOL

Zgierz, ul. Łódzka 28

Łódź, ul. Brukowa 2

Łódź, ul. Przybyszewskiego 176

www.jazspol.pl

 /Jazspol