

M O J A •

Z g

ie

rz

P R Z E S T R Z E Ń

**ABSOLUTORIUM
I WOTUM ZAUFANIA
DLA PREZYDENTA
MIASTA ZGIERZA**

**JÓZEF MŁYNARCZYK,
LEGENDA POLSKIEGO
SPORTU W MIEŚCIE
TKACZY**

**ZMIANY NA
STANOWISKACH
DYREKTORÓW
MOK I MOPS**

**SUKCESY ZGIERSKICH
PIŁKARZY DWÓCH
DYSCYPLIN:
BEACH SOCCERA
I WALKING FUTBOLU**

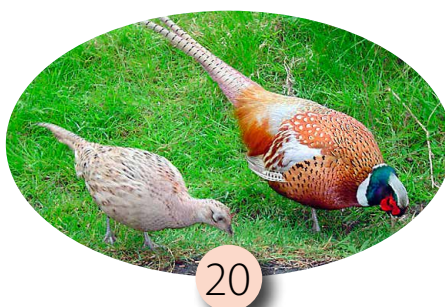
**KOCHAMY WAKACJE
– MALINKA DZIAŁA
PEŁNĄ PARĄ**

**STARE STARY
PRZYJADĄ DO ZGIERZA
– KILKUGODZINNA
WYSTAWA ZABYTKOWYCH
POJAZDÓW NA MALINCE**



SPIS TREŚCI

Z życia miasta	4-5
Zakończenie lata 2022. Koncert Dawida Kwiatkowskiego, Noc Świat(l)na i ZgleżoGranie	6
Kino w plenerze. Nowy sezon Malinówki	6
Coś się kończy, coś się zaczyna... Uroczyste pożegnanie dyrektorów	7
Absolutorium dla prezydenta	7
Ryzyko w działalności gospodarczej	8
Puchar Polski Strong Man. W Zgierzu po raz szósty!	8
Pod znakiem diabła (cz.2)	9
Zespół Boruta – 55 lat w tańcu i śpiewie	10
Musimy nadgonić stracony czas, aby ograniczyć zmiany klimatu	11
Polsko-ukraińska integracja młodzieży	11
Zgierskie wątki Orła	12
Pomoc finansowa dla uchodźców z Ukrainy	13
Czas na Malinkę	13
Za nami 18. OPFA „Ogień w głowie”	14
FC 10 Zgierz z Pucharem Polski!	15
Otwarcie stacjonarnego hospicjum w Zgierzu coraz bliżej	15
Do sportu trzeba mieć charakter	16
Nadciąga legenda	17
Więcej życzliwości – mniej stresu	18
Coraz mniej wypadków, coraz więcej samobójstw	18
Pozytywnie zakręcona Czerwony Kapturek na pewno nie była pracoholiczką	19
Bażant – symbol męstwa i powagi	20
O wypadkach w altanie i co z nich dla Zgierza wynika	21
Zgierska piłka nożna. Boruta i Włóknarz	22
Często to on przejmuje stery	23
Rozglądam się ciekawie, jestem z lekka zdziwiony...	24
Spycimierskie kwietne dywany na Liście Światowego Dziedzictwa UNESCO	25
Resweratrol i rewolucja telomerów	26
Z rockową energią. Cochise w Agrafce	27
Kolebka buddyzmu	28
Potrzeba autentyczności	29
Budujemy człowieka	30
Kalendarium wydarzeń	31



Słowo wstępu



Są ludzie zatopieni w przeszłości. Wszystko, co robią, odnoszą do historii, pielęgnując pewne tradycje. Drugą grupę stanowią ludzie zanurzeni w przyszłości. Ci z kolei nie potrafią często cieszyć się tym, co mają tu i teraz, bo ich myśli skupione są na tym, co będzie, na konsekwencjach jakichś wydarzeń czy choćby wypowiedzianych słów. Są w końcu ludzie, którzy żyją tu i teraz, doceniając każdą chwilę i delektując się każdą z nich. Przedstawiciele poszczególnych grup często nie potrafią się dogadać w – wydawałoby się – najprostszyc sprawach, nawet jeśli dążą do tego samego celu. Piśszę o tym, bo ostatnio wpadła mi w oko i poruszyła wymiana zdań pod jednym z postów w Internecie, w której pewna grupa osób (jak mniemam dobrych znajomych) wprost rzuciła się na kogoś, kto przyznał się do wyboru drogi, która w mniemaniu tychże, nie pasuje do ich wizji świata. Zastanowił mnie nie tyle sam agresywny, hejterski ton wypowiedzi, bo nie od dziś wiadomo, że w necie łatwiej jest kogoś obrazić niż w realu, ile zamknięta postawa ludzi, którzy na pozór wydają się być otwarci, a którzy „poklepując się wzajemnie po plecach” pod postem „dokładali, ile się da” swojej ofierze. Skądinąd wiem, że przynajmniej część z nich dąży dokładnie do tego samego celu, więc tym bardziej przykro, że na drodze do porozumienia stoi tylko „kierunek patrzenia”, który wykorzystany jako walor, mógłby przynieść więcej pożytku niż szkody. ●

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 Ziemińska, 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
Foto:
Jakub Niedziela

Wakacyjne aktywności 2022

Lato w mieście – to nie musi brzmieć jak wyrok. Szczególnie jeśli tym miastem jest Zgierz... Lista propozycji spędzania wolnego czasu robi wrażenie. Zajęcia przygotowały szkoły podstawowe, biblioteki, placówki kultury, zgierskie muzeum oraz ośrodki sportu i rekreacji. Znajdzie się coś interesującego dla miłośników tańca, piłki nożnej, literatury, plastyki, nawet archeologii. Na część zajęć należy się wcześniej zapisywać, na niektóre wystarczy po prostu przyjść. Niezmiennie zgierzan młodszych i starszych przyciągają atrakcje w parku miejskim i na Malince, m.in. kąpielisko, wodny plac zabaw, park linowy czy skate park. Więcej informacji na temat letniej oferty można znaleźć na stronie internetowej Miasta Zgierz w zakładce „Wakacje 2022”. (jn)



Od końca czerwca do połowy lipca bezpłatne zajęcia sportowo-swiecicowe oferowały zgierskie szkoły. Najpierw SP 12, następnie SP 11 i SP 1. Dzieciom zaproponowano m.in. wyjścia do miejskiej łaźni i zajęcia plastyczne.



Na obiektach MOSiR tradycyjnie zorganizowano półkolonie dla dzieci. W programie znalazły się zajęcia sportowe, m.in. koszykówka, piłka nożna, tenis stołowy i zapasy. Jednocześnie uczniom spoza turnusu udostępniono bezpłatnie salę przy ul. Wschodniej.



Stary Młyn zaproponował cykl zajęć plastycznych i tanecznych. Dzieciaki mogły w nowej siedzibie MOK uczestniczyć także w warsztatach teatralnych. Przez całe wakacje otwarte jest kino w Starym Młynie, w repertuarze nieprzypadkowo dominują filmy dla dzieci i młodzieży.



Centrum Kultury Dziecka przygotowało w ramach zajęć wakacyjnych m.in. Przygodowy Plac Zabaw. Przestrzeń wypełniono materiałami budowlanymi, dzieciaki otrzymały nieograniczony dostęp do narzędzi. Okazało się, że w młodym pokoleniu drzemie wiele kreatywności.



Terenowe lekcje archeologiczne – to letnia propozycja Muzeum Miasta Zgierza. Dzieci miały okazję zapoznać się z trudną pracą badacza dziejów, przy okazji odkrywały w ziemi niecodzienne „skarby”. W sierpniu odbędą się kolejne lekcje archeologiczne na terenie parkowego placu zabaw.

CKD

JAKUB NIEDZIAŁA

KRZYSZTOF GŁOWACKI

MUZEUM MIASTA ZGIERZA

STARY MŁYN

Zmiany w MOPS i MOK

Wydarzeniem inauguracyjnym ostatnią, przedwakacyjną sesję Rady Miasta Zgierza było pożegnanie dwóch osób, które w szczególności przysłużyły się do rozwoju miasta – długoletniej dyrektorki Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej Ewy Lesiak (w pomocy społecznej 32 lata, na stanowisku dyrektora 15 lat) oraz dyrektora Miejskiego Ośrodka Kultury Witolda Świątczaka, którego od 30 czerwca zastąpiła Karolina Miżyńska (dotychczasowa zastępczyni). Nowa szefowa MOK została powołana do pełnienia funkcji na 7 lat. Więcej na temat obojga liderów, którzy przeszli na emeryturę można znaleźć na kolejnych stronach tego wydania. (rk)

Dwieście lat dla pani Zofii

Na początku lipca setne urodziny świętowała pani Zofia. Z tej okazji życzenia w imieniu mieszkańców złożył jubilatce Prezydent Miasta Zgierza. Choć stulatka nie ma spreyczowanej recepty na długowieczność, jej bliscy zwracają uwagę, że zachowuje w pamięci głównie dobre rzeczy. Może więc pozytywne nastawienie do życia jest tu najważniejsze?

Pani Zofia uczęszczała do Szkoły Podstawowej nr 4 (do tej pory pamięta nazwiska nauczycieli), długi czas pracowała w zakładach PKS przy ul. Wigury w Łodzi. Lubi grać w karty i układać pasjansa. Co ważne, nie opuszcza jej energia – kilka miesięcy temu osobiście złożyła w Urzędzie Miasta Zgierza wniosek o wydanie dowodu! Przyłączamy się do życzeń. Sto lat... a właściwie dwieście lat pani Zofio.

W Zgierzu żyje kilku stulatków, głównie są to kobiety. Najstarszą mieszkanką jest pani Regina urodzona w 1915 roku. (jn)



Zyczenia w imieniu mieszkańców

Baranowski zakończy wakacje

Miejski Ośrodek Kultury tegoroczne wakacje zakończy nomen omen koncertowo. Do listy muzycznych gwiazd, które od otwarcia siedziby w Starym Młynie pojawiają się regularnie, dołączy Baranowski. To pseudonim Wojtka Baranowskiego, który po kilku przegodach w programach talent show i udziale w różnych zespołach, w 2018 roku rozpoczął karierę solową. Najbardziej popularne utwory „Lubię być z nią” i „Nie mamy nic” są stale obecne w rozgłośniach radiowych, a w swoim czasie zajmowały najwyższe miejsca na listach przebojów. Koncert odbędzie się 31 sierpnia o godz. 19.00. Bilety już można nabywać za pośrednictwem strony www.bilety.starymlynzgiierz.pl (mz)

MATERIAŁY PROMOCYJNE ARTYSTY



Koncert Baranowskiego zaplanowany jest na 31 sierpnia

Koncert dla Angeliki



JAKUB NIEDZIELA

Alba Del Mondo - specjaliści od muzyki dawnej

Piękno i dobro często idą w parze. W niedzielę 10 lipca 2022 r. w kościele Matki Bożej Dobrej Rady zorganizowano koncert francuskiej muzyki barokowej. Spotkanie było okazją do zbiórki funduszy na leczenie Angeliki Rudo-Tałajko – młodej zgierzanki, u której zdiagnozowano nowotwór.

Wystąpił zespół Alba Del Mondo w składzie: Lena Nowakowska – klawesyn, Paulina Garlińska – viola da gamba, Radosław Orawski – flet traverso oraz Adam Kamienniecki – baryton. Artyści są absolwentami Akademii Muzycznej w Łodzi, już od kilku lat koncertują na terenie Polski i poza jej granicami, promując muzykę dawną. W programie zgierskiego koncertu znalazły się m.in. utwory Josepha Bodina de Boismortier i Jean-Philippe'a Rameau. (jn)

Nowe ścieżki w parku

Zgodnie z zapowiedziami ścieżka piesza wokół stawu doczekała się nowej nawierzchni. Dotychczasowa warstwa naturalna wymieniona została na wodoprzepuszczalną nawierzchnię żywiczną w kolorze czerwonego żwiru – analogicznie do wcześniej wykonanej ścieżki we wschodniej części parku miejskiego.

Przy okazji dokonano zmiany funkcji ciągów. Zmodernizowana ścieżka piesza stała się ścieżką rowerową, natomiast droga dla jednośladów zamieniona została na ciąg pieszy. O zmianie przeznaczenia ścieżek przypominać będzie mieszkańcom nowe oznakowanie poziome. Dodajmy, wykonane za pomocą nowoczesnych rozwiązań – znaki będą świecić po zmroku, co wpłynie na poprawę bezpieczeństwa użytkowników. (jn)

JAKUB NIEDZIELA



Prace remontowe w parku

Urodzinowa wystawa Marianny Styrzyńskiej

Zgierska Galeria Sztuki mieszcząca się na trzecim piętrze Starego Młyna zaprasza na jubileuszową wystawę Marianny Styrzyńskiej, która w tym roku obchodzi 85. urodziny. Ekspozycja będzie zawierała prace z różnych okresów twórczości artystki, a będą to prace malarskie, rysunki i tkaniny artystyczne. Uroczyste otwarcie ekspozycji nastąpi 16 września o godzinie 18.00. Marianna Styrzyńska jest członkinią Związku Polskich Artystów Plastyków i Stowarzyszenia Pastelistów Polskich. Należy również do zgierskiego Stowarzyszenia Artystów „Młyn”. Zgierzanka ma w dorobku wiele wystaw indywidualnych i zbiorowych, które od początku lat 70. można było podziwiać w galeriach wielu polskich miast. Jej prace znajdują się w prywatnych kolekcjach w Indonezji, Holandii, Niemczech czy Stanach Zjednoczonych. (mz)



Kompozycja w kwadracie, pastel

Mickiewiczowskie „Ballady i romanse” w Narodowym Czytaniu 2022

W dwusetną rocznicę pierwszego wydania „Ballad i romanse” Adama Mickiewicza Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. B. Prusa zaprasza do udziału w Narodowym Czytaniu. Tegoroczna edycja odbędzie się 3 września o godzinie 16.00, a miejscem akcji będzie tradycyjnie oficyna przy ul. Rembowskiego 1 (Park Kulturowy Miasto Tkaczy). Wydarzenie od lat cieszy się nieustającym

zainteresowaniem wśród zgierzan. Wielu z nich angażuje się w realizację, przygotowując wybrany fragment lektury, by potem publicznie zaprezentować go podczas pierwszego wrześniowego weekendu. Narodowe Czytanie to ogólnopolska inicjatywa Prezydenta RP organizowana od 2012 r. O szczegółach zgierskiego wydarzenia będą informować strony internetowe biblioteki. (mz)

Zgierscy strażacy na FireFit Championships

Już po raz kolejny zorganizowano w Polsce zawody z cyklu „FireFit Championships”. Uczestniczący w nich strażacy rywalizują o miejsca na podium, ale przede wszystkim doskonalą się w czynnościach wykonywanych podczas codziennej służby, między innymi wchodzą na wieżę z pakietem węzowym, strącają cel przy pomocy strumienia wody, przesuwają ciężary uderzeniem młota czy transportują 80-kilogramowego manekina.

Uczestnikami czerwcowej edycji FireFit (zorganizowanej na toruńskiej starówce) byli także strażacy z KP PSP Zgierz. Ekipe „Jeży” reprezentowali: Tomasz Matusiak, Łukasz Kotarski, Krystian Struszczyk oraz, debiutujący w tym składzie Bartosz Przybylak. Najbliższy podium był Tomasz Matusiak, któremu do trzeciego miejsca w kategorii Over 40 zabrakło jednej sekundy.

W tegorocznej edycji wzięło udział ponad 140 strażaków z Polski, Niemiec, Francji, Estonii, Słowacji i Wielkiej Brytanii. Zawody stały na wysokim poziomie i jak zwykle



W akcji Tomasz Matusiak (z lewej) i Krystian Struszczyk

wymagały od startujących pełnego zaangażowania. – *Zadania wykonywane są w pełnym umundurowaniu bojowym z podłączonymi aparatami ochrony układu oddechowego, do tego dochodziła presja czasu* – opowiada Krystian Struszczyk. Pod koniec lipca „Jeży” wybierają się na kolejny strażacki turniej, tym razem do Płocka. (jn)

Tajemniczy Zgierz!

Niedawno w mieście pojawił się reportażysta i pisarz Jakub Kuza, który badał tajemnice zgierskiej łaźni, aby umieścić jej historię w swojej najnowszej książce „Tajemnicza Polska”. Autor odwiedził Miejski Zakład Kąpielowy, gdzie poznawał ciekawostki związane z naszym niemal stuletnim basenem. Pisarz obejrzał również zakamarki, takie jak podziemia pod niekąką basenu czy kotłownię – wszystko po to, aby lepiej poczuć klimat tego miejsca. Odwiedził także tutejsze muzeum, gdzie mógł poznać dalsze szczegóły powstania właśnie w Zgierzu tak dużej i nowoczesnej jak na tamte lata łaźni. Na koniec przeprowadził wywiad dotyczący ludzi związanych z budową obiektu, wśród których był Jan Świercz.

Efekty pracy Jakuba Kuzy będzie można poznać jesienią, kiedy „Tajemnicza Polska” pojawi się w księgarniach w całej Polsce. (mr)



Łaźnia miejska jest bohaterką kolejnej publikacji – tym razem będzie można o niej przeczytać w książce „Tajemnicza Polska” autorstwa Jakuba Kuzy

Zostań współtwórcą wystawy

Muzeum Miasta Zgierza poszukuje przedmiotów z czasów PRL-u na wystawę czasową. Poszukiwane są przykłady zdobnictwa i wzornictwa, m.in. naczynia ceramiczne, porcelana, szkło, biżuteria, tkanina i meble. Zainteresowanych wypożyczeniem na wystawę swoich pamiątek rodzinnych zapraszamy do kontaktu, tel. 42 716 37 92. Zgłoszenia przyjmowane są do 17 października 2022 r. (rk)



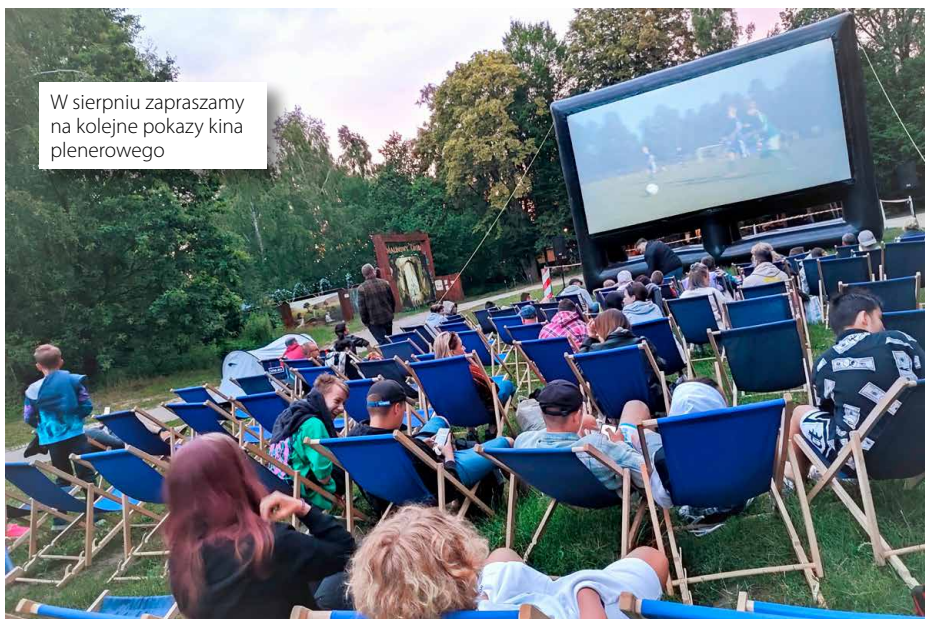
Start regularnych pokazów w Starym Młynie nie oznacza zawieszenia zgierskiego kina letniego. Wraz z inauguracją sezonu wakacyjnego na Malinkę powróciły seanse „pod chmurką”. Pierwszym, czerwcowym pokazem było „(Nie)dlugo i szczęśliwie”. Włoski komediodramat o parach, które dowiadują się, że ich małżeństwa są nieważne. Na lipiec zaplanowano na parking przy Malinowym Grodzie dwa seanse: duński obraz „Na rauszu” (09.07) oraz polskie „Moje wspaniałe życie” (23.07). Dobrze oceniane przez publiczność i krytyków filmy obyczajowe o poszukiwaniu szczęścia i spełnienia.

W sierpniu zrobi się bardziej rozrywkowo. „Bodyguard i żona zawodowca” (pokaz 13.08, godzina 21.00) to pełna pościgów, strzelanin i „niegrzecznych” dowcipów komedia sensacyjna. Dodatkowym magnesem jest obsada: w rolach głównych zobaczymy Ryana Reynoldsa, Samuela L. Jacksona, Salmę Hayek i Antonio Banderasa. Ostatnia z tegorocznych propozycji to komedio-wo-obyczajowa „Zupa nic” (seans 27.08, godzina 21.00). Nostalgiczna historia o dojrzewaniu w latach PRL. W postaci rodziców wcielają się Kinga Preis i Adam Woronowicz.

Nie zmieniły się zasady zgierskiego kina plenerowego „Malinówka”. Filmy można oglądać z przygotowanych przez organizatora leżaków, ale także z samochodów – po ustawieniu odpowiedniej częstotliwości w radiu. Na pokazy można dojechać (i wrócić z nich) komunikacją miejską, zgierski MUK przygotował na prośbę organizatorów specjalne kursy. Szczegóły, w tym zwiastuny filmów, można znaleźć na profilu fb „Malinówka – zgierskie kino letnie”. (jn)

Kino w plenerze.

Nowy sezon Malinówki



JAKUB NIEDZIELA

Będzie moc

Zakończenie lata 2022. Koncert Dawida Kwiatkowskiego, Noc Świet(l)na i ZgJeżoGranie

W drugi weekend września (9-11.09.2022) zaplanowano w parku miejskim dużą imprezę plenerową „Zakończenie lata”. Główną gwiazdą tegorocznej edycji będzie Dawid Kwiatkowski. Piosenkarz wystąpi w sobotę 10 września o godzinie 20.00. Wcześniej utwory młodego artysty wykonywać będą uczestnicy szóstej edycji festiwalu „ZgJeżoGranie”. Zgłoszenia do konkursu przysyłać można od 1 sierpnia do 2 września. Szczegóły wydarzenia opublikowane zostaną w mediach społecznościowych miasta. Warto spróbować swoich sił. Zdobycia głównej nagrody wystąpi na jednej scenie z Dawidem Kwiatkowskim! W ostatnim dniu imprezy, w nie-

działę 11 września odbędzie się koncert zespołu Reggaeside (reggae z elementami rocka, popu, funk i ska).

Innymi atrakcjami tegorocznej edycji „Zakończenia lata” będą: zlot Food Trucków (9-11 września) oraz Noc Świet(l)na (9-10 września). Drugie z wymienionych wydarzeń to między innymi porywające pokazy taneczno-akrobatyczne oraz seanse pirotechniki estradowej. Park miejski zostanie oświetlony w oryginalny sposób, organizatorzy zapowiadają też niespodzianki. Kulminacyjne, finałowe pokazy Nocy Świet(l)nej odbędą się wieczorem 10 września. Zapraszamy do parku, pogoda będzie nam sprzyjać. (jn)

MATERIAŁY PROMOCYJNE ARTYSTY



Dawid Kwiatkowski wystąpi w Zgierzu w sobotę 10 września

Coś się kończy, coś się zaczyna... Uroczyste pożegnanie dyrektorów

Człowiek-instytucja. Określenie używane dosyć często przy różnego rodzaju pożegnaniach w tym przypadku jest zdecydowanie uzasadnione. Podczas czerwcowej sesji Rady Miasta Zgierza uroczście podziękowano odchodzącym na emeryturę długoletnim dyrektorom miejskich placówek: Ewie Lesiak i Witoldowi Świątczakowi. Oklaski na stojąco dla kierującej MOPS-em oraz dla szefa MOK-u nie były czystą kurtuazją. To osoby od dekad działające na rzecz lokalnej społeczności. Po prostu: ludzie-instytucje...

Ewa Lesiak w strukturach miejskiej pomocy społecznej zaczęła pracować już na początku lat 90. ubiegłego stulecia. Funkcjonowanie MOPS-u poznawała od podstaw. Najpierw jako pracownik socjalny, następnie starszy pracownik socjalny, kierownik Domu Dziennego Pobytu, wreszcie w 2007 roku powierzono jej funkcję dyrektora Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej im. bł. Rafała Chylińskiego. Była między innymi pomysłodawczynią utworzenia „Banku Przydasi” – miejsca działającego przy MOPS-ie, gdzie można przekazywać sprzęt dla potrzebujących; inicjatorką akcji sprzątnięcia zapomnianych grobów na cmentarzu komunalnym oraz imprezy „Gwiazda MOPS dla dzieci”. Dzięki jej kontaktom z Jacht Klubem Boruta zgierska młodzież

miała okazję do rejsów na Zalewie Włocławskim. A przede wszystkim to osoba wzorowo kierująca instytucją: wdrażająca i realizująca kolejne projekty wspomagające zagrożonych wykluczeniem społecznym. „Do ludzi podchodzi z szacunkiem. Nie ma dla niej rzeczy niemożliwych do zrobienia” – to cytat z wniosku opisującego osiągnięcia Ewy Lesiak.

Witold Świątczak kierował z kolei Miejskim Ośrodkiem Kultury od 1998 r. Wcześniej był członkiem grup rockowych, nauczycielem gry na gitarze, członkiem Komisji Kultury przy Prezydencie Miasta Zgierza. Muzyk, ale równocześnie absolwent ekonomii – ta dwoistość z pewnością przydała się na dyrektorskim stołku. Znany z tego, że dawał wiele przestrzeni swoim współpracownikom, wspierał festiwale filmowe, poetyckie, muzyczne realizowane w MOK-u. Od początku zaangażowany (jako kierujący instytucją, ale również jako gitarzysta i kompozytor) w projekt „MuZgi”, dzięki któremu powstało kilkanaście płyt dokumentujących osiągnięcia lokalnej sceny muzycznej. W Starym Młynie zorganizowano pod koniec czerwca pożegnalny benefis Witolda Świątczaka, oprócz głównego bohatera na scenie wystąpili: Marek Smuga, Vytravni, Yankel Band, Anna Paszkowska z Janem Muchą i Wojtkiem Walczakiem, The Pan-



Ewa Lesiak i Witold Świątczak. Dyrektorzy odchodzą na zasłużoną emeryturę

thers oraz Błady Jeleń. Była to też okazja do przywołania wspomnień i anegdot związanych z 45-leciem aktywności artystycznej dyrektora MOK. (jn)

Na czasie

Absolutorium dla prezydenta

Podczas czerwcowej sesji Rady Miasta Zgierza samorządowcy zdecydowali o udzieleniu absolutorium prezydentowi Przemysławowi Staniszewskiemu. Za wnioskiem głosowało piętnastu radnych, sześciu było przeciw. Wcześniej wniosek o udzielenie absolutorium jednogłośnie pozytywnie zaopiniowała Komisja Rewizyjna RMZ, a zastrzeżeń do tego wniosku nie zgłosiła Regionalna Izba Obrachunkowa w Łodzi.

Absolutorium udzielane jest z tytułu wykonania budżetu miasta za rok poprzedni. Pozytywna ocena polityki finansowej Zgierza opierała się na konkretnych fundamentach: kontynuacji jednych z największych inwestycji w historii miasta, wzroście dochodów z PIT o ponad 5 mln złotych (w stosun-



Przemysław Staniszewski otrzymał absolutorium i wotum zaufania

ku do kwoty zakładanej), pozyskaniu blisko 11 mln złotych dodatkowego wsparcia centralnego w postaci uzupełnienia subwen-

cji ogólnej, także wypracowaniu nadwyżki operacyjnej w kwocie ponad 12 mln złotych. A to wszystko w naznaczonych pandemią, a więc trudnych czasach. W 2021 r. zrealizowano wydatki na poziomie 329 mln złotych, z czego ponad 52 mln złotych z tej kwoty przeznaczono na inwestycje. Dochody osiągnęły wysokość 315 mln złotych i były wyższe w stosunku do 2020 r. o ponad 16 mln złotych. Blisko 14-milionowy deficyt budżetowy związany był właśnie z realizacją inwestycji.

Warto przypomnieć, że rok 2021 był pod względem realizowanych zadań wyjątkowy. Ukończono trzy ogromne inwestycje: przywrócono połączenia tramwajowe z Łodzią, oddano do użytku nową siedzibę MOK – Stary Młyn oraz udostępniono mieszkańcom zmodernizowaną Malinkę. (jn)

Ryzyko w działalności gospodarczej

Każdy z nas, podejmując decyzję dotyczącą rozwiązania jakiegoś problemu, musi liczyć się z ryzykiem popełnienia błędu narażającego na straty. W trakcie prowadzenia działalności gospodarczej podejmowanie decyzji wiąże się z niepewnością zgodności jej skutków z założonym celem. Niepewność jest wynikiem wielu czynników wynikających z różnicy czasu między planowaniem przedsięwzięcia a terminem jego realizacji. Bardzo interesująca dyskusja na temat ryzyka w działalności biznesowej miała miejsce w trakcie czerwcowego II Forum Gospodarczego.

DR KAZIMIERZ KUBIAK



Czym jest ryzyko, że tak dużą wagę do możliwości jego wystąpienia przywiązują przedsiębiorcy, niezależnie od rozmiarów przedsiębiorstwa, którym kierują? Ryzyko jest oczywiście związane z powszechnie występującą niepewnością. Jakże często w prywatnych rozmowach pojawia się sformułowanie, że w życiu jedyną pewnością jest niepewność jutra. Niepewność wynika z braku rzetelnych informacji o wpływie różnego rodzaju czynników zewnętrznych i wewnętrznych na efekty działań w przyszłości. Gospodarka światowa, a więc i działalność wszystkich podmiotów gospodarczych uzależniona jest zachodzących procesów globalizacji. Globalizacja ma to do siebie, że zwiększa warunki dla wzajemnej współzależności i współpracy pomiędzy gospodarkami poszczególnych krajów. Dochodzi do wzajemnego podejmowania wspólnych przedsięwzięć inwestorów krajowych z inwestorami zagranicznymi oraz łączenie kapitałów finansowych. Wspólną działalność ułatwia umiędzynarodowienie gospodarek, nowoczesne technologie informatyczne, łatwość porozumiewania się i wymiana informacji o potencjalnych zagrożeniach, ale

także o możliwościach uruchomienia wspólnego biznesu. Globalizacja, mimo wielu korzystnych cech, wpływa na zwiększanie się poziomu ryzyka (niedotrzymywanie warunków umów, przerzucanie ciężaru kłopotów i odpowiedzialności na partnera itd). W trakcie procesu zarządzania i podejmowania decyzji biznesowych menadżerowie muszą uwzględniać zaistnienie ryzyka, a czasami powiązanych z sobą ryzyk ekonomicznych i społecznych. Pojęcie ryzyka ma wiele definicji i jak do tej pory nie funkcjonuje jedno, obowiązujące rozumienie tego pojęcia. Na przykład w Słowniku Języka Polskiego z 2007 r., znajdujemy sformułowanie, że ryzyko „jest to możliwość, prawdopodobieństwo, że coś się nie uda, przedsięwzięcie, którego wynik jest nieznanym, niepewnym, problematycznym. Jest to sytuacja, gdy szkodliwy czynnik ryzyka może się pojawić, ale nie jest w pełni znany oraz przewidywalny”.

W trakcie dyskusji podczas Forum Gospodarczego, w której uczestniczyli między innymi prezydent Zgierza Przemysław Staniszewski oraz Rzecznik Praw MSP (małych i średnich przedsiębiorców) Adam Abramowicz, wskazywano na grupę czynników, które mają wpływ na powstanie ryzyka prowadzącego do zachwiania pozycji, a nawet upadku firmy. Szczególnie mocno akcentowano rolę czynników zewnętrznych, na które nie mają wpływu zarządzający przedsiębiorstwami.

Mowa tu o czynnikach polityczno-prawnych, regulujących warunki działania przedsiębiorstw, zmiany podatkowe, dostęp do takich kredytów na zakup nowych technologii, badania i rozwój przedsiębiorstw. Z niepokojem mówiono o rosnącej inflacji i cenach zakupu surowców oraz energii elektrycznej i gazu. Z obserwacji przedsiębiorców wynika, że inflacja wywołuje także presję na podwyżki płac, a tym samym wzrost kosztów produkcji i wysokość cen produktów oferowanych na rynek. Jako istotny czynnik ryzyka wskazano braki wykwalifikowanej kadry, pozrywane w trakcie pandemii COVID-19 łańcuchy dostaw, wojnę w Ukrainie. Mniej uwagi poświęcono czynnikiem wewnętrznym tkwiącym w przedsiębiorstwach. Jest to o tyle zrozumiałe, że nie ma dwóch identycznych podmiotów gospodarczych. Często w branżach obowiązują także odmienne uregulowania prawne i techniczne. Jako jedną z przyczyn ryzyka wskazywano niedostosowanie struktury organizacji i strategii rozwoju przedsiębiorstwa do potrzeb rynku, zmieniających się warunków klimatycznych oraz zasobności gospodarstw domowych i oczekiwań masowych klientów.

Temat ryzyka w działalności gospodarczej był, jest i będzie zawsze aktualny. Tam, gdzie ważą się losy podmiotów gospodarczych i związanych z nimi ludzi, tam zawsze wstępuje ryzyko dokonania złego wyboru. ●

Styl życia

Puchar Polski Strong Man. W Zgierzu po raz szósty!

Ciągnięcie tira, noszenie ciężarów o wadze 400 kg i przetaczanie opony o podobnej masie plus kilka innych widowiskowych konkurencji – wszystko to zostanie zaprezentowane zgierzanom podczas szóstej edycji Pucharu Polski Strong Man. Zapraszamy do parku miejskiego w niedzielę 21 sierpnia, start o godzinie 15.00.

O zwycięstwo walczyć będzie sześciu siłaczy, m.in. Krzysztof Kacnerski oraz Maciej Hirsz. W tym roku sędziami zostali: najsłynniejszy polski strongman Mariusz Pudzianowski oraz pomysłodawca i wielokrotny

uczestnik zgierskiego turnieju Przemysław Ciechanowski. Organizatorzy zapowiadają wiele atrakcji dla publiczności, kibice z pewnością włączyli się do wspólnej zabawy. Za prowadzenie imprezy odpowiadać będzie dobrze znany zgierskiej publiczności, Piotr Woltman. Oprawę muzyczną zapewni DJ Tarcza.

Tradycyjnie zmagania sportowe połączone zostaną z akcją charytatywną, zorganizowana zostanie zbiórka na leczenie i rehabilitację Ksawerego Błaszczyka. Patronat nad Pucharem Polski Strong Man objął Prezydent Miasta Zgierza Przemysław Staniszewski. (jn)



Mariusz Pudzianowski (w środku) i Przemek Ciechanowski (z prawej) podczas Pucharu Polski Strong Man 2019. W tym roku będą sędziami turnieju siłaczy.

Pod znakiem diabła (cz.2)

Największym, i to pod każdym względem, kombinatem przemysłowym Zgierza były Zakłady Przemysłu Barwników „Boruta”. Fabryka przez lata miała opinię największego pracodawcy, wytwórcy i... truciciela. Była trochę jak diabeł, który był jej patronem – trochę dobra i trochę zła.

MACIEJ RUBACHA



W tym miesiącu druga część opowieści. Po dynamicznym okresie rozwoju przedsiębiorstwa, który przypadł na lata 70. XX w., wchodzimy w okres, który trwale zmienił losy fabryki i miał istotny wpływ na ekosystem, gospodarkę, rynek pracy i demografię miasta.

Moloch na glinianych nogach

W drugiej połowie lat 80. ZPB Boruta użytkowały ogromny, liczący niemal 1,5 km² teren. Na obszarze zakładu znajdowało się: 16 km torów kolejowych, nie licząc linii łączącej teren produkcyjny z torami PKP; gęsta, dobrze zagospodarowana sieć dróg wewnętrznych, elektrociepłownia, mechaniczna oczyszczalnia ścieków i inne niezbędne w produkcji chemicznej instalacje. W roku 1988 Boruta dzieliły się na 17 oddziałów zlokalizowanych na jednym terenie, z których każdy mógłby stanowić oddzielny zakład. Boruta u schyłku swojego istnienia nadal były monopolistą w produkcji barwników (ok. 50% produkcji krajowej). Dodatkowo produkowały środki pomocnicze (utrwalające, środki zmiękczające, powodujące zmianę przyczepności i in.). Fabryka w swoje produkty zaopatrywała głównie przemysł włókienniczy, skórzaną, papierniczy i meblarski. W końcu lat 80. około 50% produkcji zgierskich zakładów sprzedawano na eksport – w połowie do ówczesnych krajów socjalistycznych m.in. do ZSRR i Bułgarii, a w drugiej połowie do Anglii, RFN, Włoch, Kanady, USA. Zakłady prowadziły m.in. zespół szkół zawodowych, przykładową przychodnię lekarską i szpital zakładowy. ZPB Boruta dysponowały wówczas trzema ośrodkami wypoczynkowymi: w Muszynie, Świbnie i Grotnikach, organizując tam wczasy i kolonie dla pracowników oraz ich rodzin.

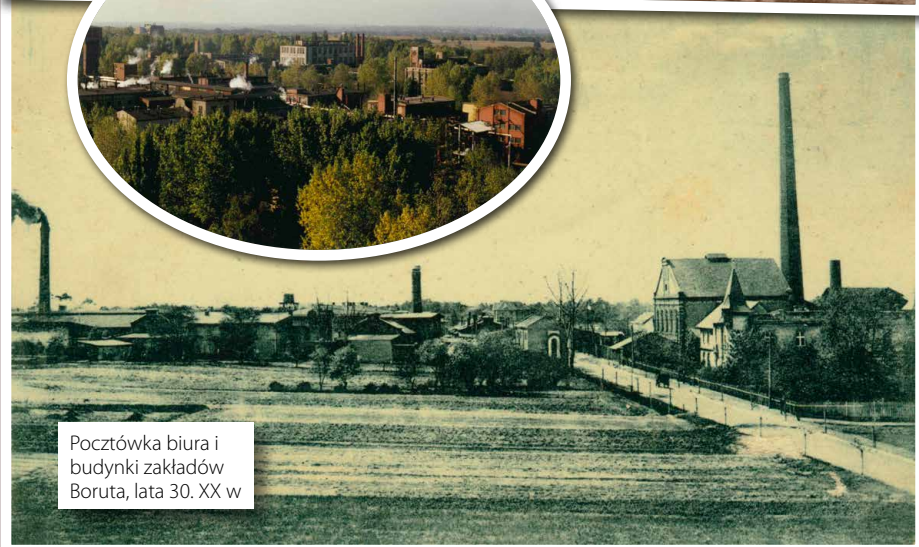
Trujący owoc

Po 1989 r. dyrekcja pozostała ta sama i następnym krokiem kierownictwa zakładów była, po konsultacjach z radą pracowniczą, decyzja o wejściu przedsiębiorstwa na ścieżkę prywatyzacyjną. Program restrukturyzacji Boruty przygotowany został już wcześniej, niezależnie od procesu prywatyzacji, we współpracy z firmą CSC Europe. Chodziło wówczas o wspólne wypracowanie – przez specjalistów zachodnich oraz oddelegowanych pracowników zakładu

MUZEUUM MIASTA ZGIERZA



Lata 30. XX w. grupę robotników i inżynierów wydziału mechanicznego



Pocztówka biura i budynki zakładów Boruta, lata 30. XX w

– kierunków rozwoju oraz dokonanie rzetelnej oceny stanu technicznego i majątku fabryki. Stabilizacja i integracja kadry kierowniczej spowodowała, że pomimo ogólnej recesji gospodarczej, zgierska fabryka nie podzieliła losu innych podupadających wówczas przedsiębiorstw. W pierwszej połowie lat 90. dużym problemem dla Boruty było opublikowanie listy osiemdziesięciu największych trucicieli środowiska. Dla zarządu fabryki stało się oczywiste, że budowa oczyszczalni ścieków jest podstawą dalszej egzystencji zakładu. Dlatego w ówczesnym programie restrukturyzacji firmy

ten cel był wydzielony jako zadanie nadrzędne. Budowa oczyszczalni była konieczna, gdyż nad Borutą zawisło widmo kar za zanieczyszczanie środowiska nałożonych przez Głównego Inspektora Ochrony Środowiska. Według pierwotnego harmonogramu uruchomienie oczyszczalni powinno nastąpić do grudnia 1996 r., gdyż do tego czasu zawieszono spłaty kar. Cała inwestycja została oddana do użytku dopiero dwa lata później. Ostatecznie nie udało się jednak uratować zakładu. 1 stycznia 1999 r. zakłady ZPB Boruta SA zostały postawione w stan likwidacji.

Zespół Boruta

– 55 lat w tańcu i śpiewie

Osiemdziesięciu tancerzy w czterech grupach wiekowych, bogaty program artystyczny, piękne stroje i widownia wypełniona po brzegi – to w dużym skrócie opis tego, co działo się w ostatni weekend czerwca podczas obchodów jubileuszu 55-lecia istnienia Zespołu Pieśni i Tańca Boruta, który z okazji swojego święta przygotował trzygodzinne widowisko taneczne w nowej hali MOSiR.

MAGDALENA ZIEMIAŃSKA



Zainteresowanie zgierzan wydarzeniem było tak duże, że zdecydowano o zorganizowaniu drugiego koncertu (dzień po dniu). Przygotowania do niego trwały ponad pół roku. Oprócz grup dziecięcej i młodzieżowej,

które regularnie realizują próby w Miejskim Ośrodku Kultury, z okazji jubileuszu zmobilizowali się również członkowie, którzy z zespołem związani byli wiele lat wcześniej. Dzięki temu widzowie mogli podziwiać tancerzy w różnych odsłonach: tańcach narodowych (polonezy) i regionalnych, których Boruta ma repertuarze kilka, i są to tańce łączyckie, łowickie, górali żywieckich, nowosądeckich, opoczyńskie czy krakowskie. Prawie wszystkie układy choreograficzne opracowała zmarła niedawno Zdzisława Kotulska-Hofmokl. Tancerze zaznaczają, że czuli jej obecność podczas koncertu i tym bardziej starali się zaprezentować zgodnie ze wskazówkami i zasadami, które przez lata im wpały.

Wspólna praca, wiele wylanych łez i potu, ale i integracja, zawiązane przyjaźnie – to wszystko sprawia, że członkowie zespołu mówią o sobie „rodzina”. Przy czym należy wspomnieć, że niektórzy związali się ze sobą formalnie, kultywując tradycję i miłość do folkloru z małżonkami i dziećmi. – *Bycie w zespole napawa mnie radością, entuzjazmem do tańca, szacunkiem do folkloru*

i dumą. Spędziłam w Borucie najpiękniejsze licealne i studenckie lata, spotkałam cudownych ludzi, a dodatkowo mogę dzielić tę pasję z miłością mojego życia z mężem Grzegorzem. Czuję się tu wyjątkowo. Boruta to fenomen, który można poczuć i zrozumieć tylko poprzez doświadczenie bycia członkiem tej społeczności – mówi Aneta Szymańska-Kubiak, wieloletnia tancerka i propagatorka folkloru. – Przymyślałam sobie, jak bardzo Kocham polski folklor i jestem dumna, że dzielę tę pasję z moimi dziećmi. Występ z nimi na wspólnej scenie to zupełnie inny poziom wzruszenia – taką refleksję po koncercie miała z kolei Justyna Sadowska, która wróciła do zespołu po kilku latach przerwy. Widzowie na pewno zapamiętali występ dziewięcioletniej Alicji, która trzymając Justynę za rękę, śpiewała piosenkę „Mamcica się gniewa”. Takich emocjonalnych momentów nie brakowało podczas całego koncertu. Duma, wzruszenie i ekscytacja to chyba najczęściej powtarzane przez widzów odczucia.

Wyrazy uznania za konsekwentną pracę, bogaty dorobek, propagowanie folkloru wielu regionów złożyli na ręce kierownik artystycznej Anny Bednarz przedstawiciele zaproszonych instytucji, organizacji i władz samorządowych. A cała zgromadzona publiczność nagrodziła Borutę gromkimi owacjami na stojąco.

Zespół Pieśni i Tańca Boruta istnieje od 1967 r. Został założony przez Zbigniewa Hauke i związek zawodowy działający przy Zakładach Przemysłu Barwników „Boruta”. Od początku choreografią zespołu zaj-



Zespół Boruta muzyką i tańcem łączy pokolenia

mowała się Zdzisława Kotulska-Hofmokl. Szóstosobową kapelą kieruje Jan Mucha. Od 1991 r. opiekę nad formacją sprawuje Miejski Ośrodek Kultury. Zespół ćwiczy w czterech grupach: dziecięcej, młodzieżowej, reprezentacyjnej i seniorów.



Podczas finału widowiska można było zobaczyć Borutę w całej okazałości – ponad 80 osób na jednej scenie

Musimy nadgonić stracony czas, aby ograniczyć zmiany klimatu

Co zrobić, aby uniknąć katastrofy ekologicznej, co obecnie najbardziej nam zagraża i jak realnie wygląda sytuacja środowiska naturalnego Ziemi – o tym w największym skrócie piszą autorzy szóstego raportu o klimacie Ziemi, którego część opublikowana została wiosną tego roku.

Do powstania dokumentu autoryzowanego przez Międzyrządowy Zespół ds. Zmiany Klimatu (*Intergovernmental Panel on Climate Change, IPCC*) przyczyniło się 278 naukowców z 65 państw, w tym dwójka naukowców z Uniwersytetu Warszawskiego: dr hab. Karolina Safarzyńska i dr Jan Wita-jewski-Baltvilks. Raport został zatwierdzony przez 195 rządów członkowskich IPCC, a jego zawartość odnosi się do 59 000 prac naukowych i jest najobszerniejszą publikacją dotyczącą ograniczania zmian klimatu. Publikacja zawiera wiele alarmujących danych, ale również wskazuje konkretne propozycje rozwiązań na powstrzymanie katastrofy ekologicznej. Według naukowców najważniejsze jest pilne odejście od paliw kopalnych, aby zatrzymać średni globalny wzrost temperatury na poziomie 1,5 °C. Jak wskazuje IPCC, konieczna będzie rezygnacja z istniejących elektrowni na paliwa kopalne na rzecz wykorzystywania energii słonecznej i wiatrowej, poprawa efektywności energetycznej i ograniczenie wycinania drzew. Naukowcy twierdzą, że opieranie gospodarki na ropie, gazie i węgla nigdy nie będzie bezpieczne pod żad-



Stopniowy wzrost temperatury będzie pogłębiał proces topnienia lodowców i intensywnego parowania wód, który wpłynie na gospodarkę wodną, na powiększanie się obszarów pustynnych oraz wymieranie określonych gatunków roślin i zwierząt

nym względem, ponieważ ich spalanie powoduje nieodwracalne zniszczenia przyrody, a skutki zmieniającego się klimatu już teraz stanowią zagrożenie dla zdrowia i życia ludzi na całym świecie. Uważają, że ten problem będzie się tylko powiększał. Inwestowanie w transport publiczny, upowszechnianie pojazdów elektrycznych zamiast spalinowych, ocieplanie domów, by oszczędzać energię – to jest kierunek zmian, który pozwala ograniczyć zapotrzebowanie na paliwa. Konieczne jest przechodzenie na odnawialne źródła energii i inwestycje w jej oszczędzanie.

Drugi ważny wniosek z raportu dotyczy nowych technologii umożliwiających pochłanianie emisji w procesie transformacji energetycznej. W przyszłości ważną rolę będą odgrywały innowacyjne technologie pochłanianie dwutlenku węgla. W podsumowaniu raportu czytamy, że aby uniknąć katastrofy klimatycznej, konieczne jest natychmiastowe działanie, w które muszą być zaangażowane wszystkie rządy, przedsiębiorstwa i osoby prywatne.

Warto zapoznać się z całym opracowaniem. (ea)

Młodszy odcień miasta

Polsko-ukraińska integracja młodzieży

Nasze opowieści” – pod takim tytułem w ostatnim tygodniu sierpnia odbędą się warsztaty filmowe przeznaczone dla młodzieży reprezentującej zgierskie liceum im. S. Staszica, Szkołę Podstawową nr 6 oraz uczniów i absolwentów z liceum w ukraińskich Kołkach. Wspólnie wybiorą się oni w okolice jeziora Rożnowskiego, gdzie będą szukać najciekawszych plenerów do stworzenia filmików pokazujących walory krajobrazowe, turystyczne, rekreacyjne i ekologiczne regionu. A ponieważ obok stworzenia filmików promocyjnych celem warsztatów jest również integracja „w atmosferze międzykulturowego dialogu”, to nie zabraknie wieczornych animacji oraz spotkań z kulturą i tradycjami zarówno polskimi, jak i ukraińskimi.

Pomysłodawcą i realizatorem projektu jest Stowarzyszenie Absolwentów Gimnazjum i Liceum im. S. Staszica w Zgierzu. (rk)



Zgierskie wątki Orła

Dzisiejsza historia ma swój początek w Zgierzu, jednak jej zasięg znacząco wykracza poza granice naszego miasta daleko na morza oblewające nasz kontynent. W czerwcu przypadła 82. rocznica zatonięcia ORP „Orzeł”, na którym w czasie II wojny światowej służył zgierzanin Henryk Antoni Kamiński.

MACIEJ RUBACHA



Szczególnie starsi mieszkańcy, mimo iż nasze miasto od morza dzieli kilkaset kilometrów, czuli do niego swoistą słabość. Zaczęła się ona w okresie międzywojennym i była mocna do tego stopnia, że swego cza-

su w Zgierzu hucznie obchodzono Dni morza organizowane przez działające w mieście stowarzyszenia wodniaków. Była to okazja, aby rozbudzać marzenia o karierze marynarzy wśród młodych ludzi, tak jak stało się to w przypadku bohatera dzisiejszego tekstu.

Henryk Antoni Kamiński urodził się w Zgierzu 6 grudnia 1911 r. Od zawsze marzył o pływaniu. Swoje marzenia zrealizował dzięki uporowi oraz zdolnościom. Warto go poznać nie tylko ze względu na jego zamiłowanie do morza, ale również ze względu na zasługi – brał on bowiem udział w dość ważnych misjach, służąc na pokładach polskich okrętów podwodnych „Wilk” i „Orzeł” w czasie II wojny światowej.

Szkolę Podchorążych Marynarki Wojennej w Toruniu ukończył 15 sierpnia 1934 r. W marynarce wojennej służył m.in. na: „Zawiszy Czarnym”, ORP „Jaskółka” oraz ORP „Wilia”. W lutym 1939 r. dostał przydział p.o. oficera nawigacyjnego na okręcie podwodnym ORP „Wilk”. Był to polski podwodny stawiacz w okresie międzywojennym oraz w czasie II wojny światowej.

W dniu wybuchu konfliktu zbrojnego w Polsce, to jest 1 września 1939 r. o godzinie 6:15, „Wilk” wyruszył z portu wojennego na Oksywiu, wkrótce otrzymując rozkazy patrolowania w Zatoce Gdańskiej według planu „Worek”. 2 września zauważył go niemiecki niszczyciel „Erich Steinbrinck”, lecz nie zaatakował z uwagi na to, że „Wilka” wykryły niemieckie trałowce. Atakując go bombami głębinowymi, uszkodziły kłapę tłumika i spowodowały niszczelność zbiorników paliwa (wyciek ropy wywołał zapewne u Niemców przekonanie o zatopieniu okrętu, który położył się na dnie na głębokości 60 m). Ponowne, bardziej intensywne ataki miały miejsce 5 września, kiedy to na okręcie z Kamińskim na pokładzie uszkodzone zostały stery głębokości, kompas magnetyczny, ponadto został zalany lewy tłumik, wystąpiły też przecieki zaworów dennych i wycieki paliwa. „Wilk” poszedł na dno, na głębokość 87 m. Niemcy ogłosili wówczas komunikat o zatopieniu polskiego okrętu podwodnego

Narodowe Archiwum Cyfrowe

Narodowe Archiwum Cyfrowe, Koloryzacja Maciej Rubacha



Podporucznik Marynarki Wojennej Henryk Kamiński podczas promocji oficerskiej, w górnym rzędzie drugi z prawej



ORP „Orzeł”, na którym wiosną 1940 r. służył zgierzanin Henryk Kamiński

przez trałowiec M4. Tymczasem z powodu uszkodzeń, w tym niewielkich przecieków, wyczerpującego się zapasu paliwa i niemożności jego uzupełnienia w polskich portach, 11 września „Wilk” otrzymał zgodę na rejs do Wielkiej Brytanii lub internowanie w Szwecji. W nocy z 14 na 15 września okręt zdołał przedrzeć się przez cieśninę Sund, mijając się przy tym w odległości około 60 m z niemieckim niszczycielem „Richard Beitzen” i torpedowcem T107, których załogi wzięły go za okręt szwedzki.

Wkrótce, 20 września września „Wilk” dopłynął do Rosyth w Wielkiej Brytanii. Porucznik Kamiński na ORP „Wilk” służył do grudnia 1939 r.

9 kwietnia 1940 r. III Rzesza zajęła Danię, stawiając jej ultimatum o kapitulacji, które tamtejszy rząd przyjął. Plan „Weserübung” zakładał, że tego samego dnia zostanie również zajęta Norwegia. Rząd tego kraju odrzucił jednak notę przesłaną do Ministerstwa Spraw Zagranicznych. A ponieważ spodziewano się szybkiej inwazji niemieckiej, została ogłoszona mobilizacja. W szybkim

wejściu wojsk okupanta przeszkodziło jednak radiowe zarządzenie Quislinga, który zorganizował w Oslo proniemiecką władzę faszystowską. Od 10 kwietnia na wodach norweskich operowały okręty Royal Navy, a wraz z nimi ORP „Orzeł”, na którego pokładzie służył por. mar. Henryk Kamiński. Okręt ten w przededniu desantu niemieckiego zatopił jeden z transportowców wroga: „Rio de Janeiro”, demaskując w ten sposób zamiary Niemców. Po zakończeniu operacji okręt Kamińskiego powrócił do bazy na rutynowe uzupełnienie paliwa i amunicji.

W swój ostatni rejs na „Orle” zgierzanin wyruszył 23 maja 1940 r. Kilka dni później, na przełomie maja i czerwca podczas rejsu patrolowego na Morzu Północnym ORP „Orzeł” zaginął wraz z całą załogą. Przyczyny do dziś pozostają nieznane. Nadal trwają poszukiwania okrętu i szczątków załogi. Henryk Kamiński pośmiertnie został awansowany do stopnia porucznika Marynarki Wojennej. Został odznaczony Krzyżem Walecznych oraz brytyjskim odznaczeniem wojskowym Military Medal.

Pomoc finansowa dla uchodźców z Ukrainy

UNHC – Agencja ONZ ds. uchodźców niesie pomoc finansową Ukraińcom, którzy przybyli do Polski po 24 lutego 2022 r. Wsparcie doraźne w wysokości 710 zł miesięcznie na głowę rodziny i dodatkowo 610 zł na każdego członka gospodarstwa domowego, ale do maksymalnej kwoty 2540 zł na gospodarstwo domowe udzielana jest na 3 miesiące tym uchodźcom, którzy zarejestrują się w programie. Po kilku dniach od rejestracji otrzymują SMS-em kod, dzięki któremu mogą podjąć pieniądze z bankomatu i przeznaczyć je na wybrany przez siebie cel. Dotychczas centra pomocy znajdowały się w największych miastach w Polsce. Od 20 czerwca br. w Zgierzu na ulicy Długiej 33 działa punkt Pomocy Uchodźcom przy ONZ, któremu partneruje LWF (Światowa Federacja Luteranańska). – *Od dnia otwarcia*



Szacuje się, że pomoc w zgierskim punkcie otrzyma około 4 tysięcy rodzin

udzieliłiśmy pomocy ponad 700 rodzinom z Ukrainy – informuje Wojciech Berezewski, koordynator zgierskiego punktu. – Ze wsparcia korzystają nie tylko uchodźcy zamieszkujący w Zgierzu i okolicach, ale również mieszkający w innych rejonach Polski,

takich jak Kraków, Gdańsk czy Szczecin. Do punktu pomocy najczęściej przychodzą kobiety z małymi dziećmi, dlatego z myślą o nich powstała strefa zabaw dla dzieci oraz kąciak do karmienia i przewijania. Udzielana jest również pomoc psychologiczna, z której mogą skorzystać wszyscy uchodźcy bez konieczności rejestracji w programie. Tygodniowo z konsultacji psychologicznej korzysta około 20 osób. Mocną stroną jest to, że w zgierskim punkcie pracują Ukraińcy, którzy sami doświadczyli okrucieństw wojny i najlepiej potrafią zrozumieć sytuację swoich rodaków. Na spotkaniu w punkcie pomocy zapraszano są osoby, które wcześniej wysłały SMS pod numer telefonu 691 356 977. Do punktu należy przyjść w wyznaczonym dniu z dokumentem potwierdzającym tożsamość oraz datę wjazdu do Polski. (ea)

Rekreacja

Czas na Malinkę

Kąpielisko jest hitem tegorocznych wakacji! – w ten sposób lokalna prasa puentuje teksty o naszej Malince. Argumenty są mocne: tłumy odwiedzających, woda w kąpielisku jedną z najczystszych w regionie (potwierdzone badaniami Sanepidu!), cały zestaw atrakcji oferowanych mieszkańcom. Zapraszani są m.in. amatorzy pływania, piłki siatkowej, piłki plażowej, koszykówki czy efektownej jazdy na rowerze. Także miłośnicy wodnego parku zabaw. Obiekt MOSiR jest też czynny wyjątkowo długo: od 18 czerwca do 4 września, siedem dni w tygodniu, od godziny 11.00 do 19.00. Obiekty sportowe „na górze”, dzięki wyposażeniu w sztuczne oświetlenie, są udostępniane chętnym także po zmroku. Zgierzan, którzy chcą uzupełnić stracone na Malince kalorie, zapraszają utworzone tam ostatnio punkty gastronomiczne. Słowo „hit” nie jest więc przesadą...

Świetnym wstępem do tegorocznego sezonu wakacyjnego był piknik zorganizowany na Malince pod koniec czerwca. Mieszkańcom Zgierza i regionu zaproponowano m.in. pokaz pływania na desce, warsztaty z piłki nożnej chodzonej, turniej siatkarski czy zawody kajakowe. Podziwiać można było też pokaz ratowniczy oraz efektowną jazdę na skuterze wodnym. Zwieńczeniem uroczystego otwarcia był pokaz kina plenerowego. Malinka to już stały punkt wakacyjnych wycieczek za miasto, nie tylko dla zgierzan. (jn)



Za nami 18. OPFA „Ogień w głowie”

Na tegoroczną odsłonę festiwalu fani kina niezależnego czekali z większym niż zwykle zaciekawieniem. Choć program imprezy składał się z tych elementów, co zwykle, to jednak nowe miejsce realizacji festiwalu dało inne odczucie

i nową jakość. Nikt nie miał wątpliwości, że osiemnasty Ogólnopolski Przegląd Filmów Amatorskich „Ogień w głowie”, to faktycznie dojrzałe, choć na szczęście nadal niepozbawione dobrego humoru, wydarzenie kulturalne.

R E K L A M A



www.bszgierz.pl

LOTERIA NA OKRĄGŁO!

Codziennie **500 zł**

30x laptop

3x samochód

Wygrywaj **24/7**

Skorzystaj z oferty naszego banku i wykręć sobie nagrodę!

Niniejszy materiał nie stanowi oferty w rozumieniu kodeksu cywilnego i ma charakter wyłącznie informacyjny. Do udziału w Loterii upoważnia zawarcie w terminie od 01.06.2022 r. do 20.12.2022 r. umowy na produkt bankowy w Banku Spółdzielczym z Grupy BPS lub Banku BPS S.A. W Loterii możesz wygrać codziennie, w okresie od 1.07.2022 r. do 20.12.2022 r. Pełny regulamin Loterii dostępny jest na stronie internetowej www.loteria.mojbank.pl

Od 1.06. do 20.12.2022 roku każdy nowy produkt to szansa na wygraną 500 zł, laptopa lub samochodu Toyota Yaris.

LECH BACZYŃSKI



Na scenie Starego Młyna wręczono nagrody laureatom konkursu. Obecni na miejscu autorzy filmów mogli omówić swoje produkcje z doświadczonymi w tej dziedzinie jurorami

Głównym punktem imprezy jest zwykle konkurs filmowy, na który zgłaszają się niezależni twórcy z całej Polski. Organizatorzy przyjęli w tym roku około 80 produkcji, z których tylko 14 podlegało ocenie jury konkursowego. W składzie znaleźli się: Filip Gieldon (reżyser), Magdalena Żak (aktorka) i Kamil Wójcik (twórca animacji). Według komisji na nagrodę Grand Prix i 3000 zł zasłużyła Złata Veresniak, autorka filmu „Ada”. Złatę doceniono za wrażliwość i delikatność oraz za dojrzałość języka filmowego. Natomiast Maja Markowska, autorka filmu „Papierosy”, Filip Szukstul, twórca animacji „Winda” i Adam Sikora, reżyser dokumentu „Węglarz” otrzymali równorzędne wyróżnienia. Swoją nagrodę przyznała również publiczność, która zdecydowała, że najlepszym filmem jest „Moja pasja” Macieja Sławuskiego.

Głównym punktem imprezy jest zwykle konkurs filmowy, na który zgłaszają się niezależni twórcy z całej Polski.

Przeładowi filmów „Ogień w głowie” towarzyszy zawsze kilka dodatkowych atrakcji. W tym roku był to pokaz filmu „Magdalena” (jego reżyser i odtwórczyni głównej roli zasiedli w jury), radosne spotkanie z 11-letnim aktorem Iwonem Rajskim, którego najmłodszy widzowie mogli podziwiać w familijnym filmie „Detektyw Bruno”, wystawa zdjęć Przemka Wiśniewskiego „Uchodźcy z Ukrainy”, którą nadal można podziwiać w Zgierskiej Galerii Sztuki, a także koncert krakowskiego duetu Kirszenbaum. Całe wydarzenie odbywało się w dniach 17-18 czerwca, w murach Starego Młyna, gdzie od października swoją siedzibę ma Miejski Ośrodek Kultury, główny organizator imprezy. (mz)

FC 10 Zgierz z Pucharem Polski!

Impreza udanych rewanżów. Tak w skrócie podsumować można występ drużyny FC 10 Zgierz podczas turnieju Pucharu Polski w piłce plażowej. Traf chciał, że w finale rozgrywek zgierzanie spotkali się z ekipą Futsal&Beach Soccer Kolbudy – była to więc powtórka zeszłorocznego meczu o najwyższe trofeum. W 2021 r. Kolbudy wygrały po rzutach karnych, teraz to zawodnicy FC 10 wzniesli puchar w geście triumfu. I to po zdecydowanym zwycięstwie 5:1!

Rozpocznijmy jednak od fazy grupowej... Nasza drużyna rozpoczęła od wygranej 11:1 z BS Oldboys, następnie przyszło jeszcze bardziej przekonujące zwycięstwo 16:0 z debiutującym w rozgrywkach Pucharu Polski zespołem KS Rekord Brzeziny. Ostatni z pojedynków grupowych miał być najtrudniejszy. Wiadomo było, że UKS Milenium Gliwice to silna drużyna składająca się z młodych zawodników, do tego dysponująca całoroczną zadaszoną halą. I rzeczywiście, po zaciętym meczu zgierzanie ulegli ekipie Milenium 2:3. Według regulaminu do dalszej fazy rozgrywek awansowały wszystkie drużyny z miejsca pierwszego oraz trzy z najlepszym bilansem z pozycji drugiej. W tym gronie znaleźli się zawodnicy FC 10.

W ćwierćfinale zgierzanie wygrali z LZS Bojano 5:2, a następnie... znów trafili na



Patryk Pietrasiak (z lewej) i Krystian Karolak wywalczyli w Gdańsku indywidualne wyróżnienia

niepokonane podczas gdańskiego turnieju Milenium Gliwice. Dotąd niepokonane, ponieważ pierwszy z pucharowych rewanżów zakończył się sukcesem, zwycięstwem

6:3 i awansem do finału, gdzie pojawiła się okazja do kolejnego „odwetu”. Powtórka finału Zgierz-Kolbudy tym razem ze wskazaniem na naszych piłkarzy. – *Oczywiście pamiętaliśmy o zeszłorocznym pojedynku, przed rewanżem panowała u nas pełna mobilizacja – opowiada Przemysław Snita, kierownik drużyny. – Okazaliśmy się zdecydowanie lepszą drużyną. Wygramyśmy 5:1, a jedyną bramkę przeciwnicy zdobyli w końcówce, gdy mieliśmy już zdecydowaną przewagę.*

Piłkarze FC 10 wracają do Zgierza z Pucharem Polski, ale także z indywidualnymi wyróżnieniami. Patryka Pietrasiaka uznano MVP (najbardziej wartościowym graczem) turnieju, nagroda dla najlepszego bramkarza trafiła do Krystiana Karolaka. W czym tkwi tajemnica sukcesu? Drużyna budowana jest konsekwentnie od lat, ma stały trzon (m.in. Patryk Pietrasiak, Krystian Karolak, Arkadiusz Błaszczuk) uzupełniany zawodnikami młodymi (Jakub Fudała) oraz starszymi, bardziej doświadczonymi (Daniel Baran, Bogusław Saganowski). Pierwszym trenerem jest Tomasz Lenart, organizacyjnie odpowiedzialni za zespół są: Mateusz Złotowski oraz Marcin Gil. Życzymy dalszych sukcesów, szczególnie że jeszcze latem FC 10 Zgierz walczyć będzie o trofea podczas Młodzieżowego Pucharu Polski. (jn)

O tym się mówi

Otwarcie stacjonarnego hospicjum w Zgierzach coraz bliżej

W pierwszych dniach wakacji placówka dostała pozwolenie na użytkowanie obiektu, dzięki czemu będzie mogła przystąpić do najbliższego konkursu o kontrakt z Narodowego Funduszu Zdrowia na dofinansowanie usług medycznych i opiekuńczych oraz utrzymanie obiektu. W hospicjum znajdzie się miejsce dla 32 podopiecznych cierpiących na choroby nowotworowe, niezależnie od ich miejsca zamieszkania. Obecnie poszukiwani są lekarze, pielęgniarki, rehabilitanci i pozostały personel, który ma kwalifikacje do opieki paliatywnej. A o tych niełatwo. Dodatkowo trudności wiążą się z tym, że organem założycielskim hospicjum jest stowarzyszenie, a nie spółka. A to znacznie utrudnia pozyskiwanie pieniędzy. Placówka nie prowadzi działalności zarobkowej i nie może otrzymywać publicznych pieniędzy od samorządów, a jej usługi muszą być w 100% bezpłatne. Może utrzymywać się wyłącznie z akcji charytatywnych, datków oraz z dofinansowań pochodzących z konkursów. W dodatku

z racji uzyskania dofinansowania z projektu obowiązuje ją 5-letni okres tak zwanej trwałości, w którym nie można niczego zmienić i musi spłacać kredyt. A to powoduje ciągły deficyt pieniędzy potrzebnych na jej funkcjonowanie na najwyższym poziomie. – *Roczne utrzymanie hospicjum szacujemy na około 3,5 mln zł – mówi Justyna Kwiatkowska, sekretarz stowarzyszenia. – A przecież potrzebne są jeszcze pieniądze na zagospodarowanie terenu wokół placówki. Mamy zrobiony pro bono projekt zagospodarowania zieleni, ale nie mamy pieniędzy na jego realizację. Nie jest też tak, że siedzimy z założonymi rękami. Mamy sporo pomysłów na rozwój hospicjum i usług, które pozwoliłyby na utrzymanie go.*

Zbiórka na budowę i wyposażenie hospicjum trwa – można powiedzieć – od początku istnienia stowarzyszenia, czyli od 1994 r. Flagowymi wydarzeniami kojarzonymi z placówką są bale charytatywne i aukcje. Od kilku lat pozostały tylko aukcje i akcje z udziałem uczniów szkół z powiatu zgierskiego. (rk)



Zgierskie hospicjum stacjonarne zlokalizowane przy ul. Parzęczewskiej wciąż potrzebuje wsparcia finansowego

Do sportu trzeba mieć charakter

W dzisiejszych czasach nadużywa się określenia „legenda sportu”, jednak do Józefa Młynarczyka pasuje ono jak ulał. Najlepszy bramkarz stulecia, według rankingu PZPN, mistrz Polski z Widzewem Łódź, zdobywca Pucharu Europy z portugalskim FC Porto, wreszcie medalista Mistrzostw Świata w Hiszpanii (1982). Słynny piłkarz rozmawiał ze zgierzanami w ramach cyklu „Co za gość”.

Bardzo aktywna była publiczność podczas zgierskiego spotkania. Także po jego zakończeniu wiele osób do Pana podchodziło. Często się to zdarza? Czy często się to zdarza?

W ostatnim czasie miałem kilka spotkań i rzuca się w oczy, że ludzie, którzy na nie przychodzą, bardzo interesują się sportem. Świetnie znają daty meczów, strzelców bramek, okoliczności, w jakich gole były zdobywane. To są kibice z krwi i kości, dla nich sport wciąż jest ważną częścią życia, takie osoby na bieżąco śledzą portale informacyjne. Wiele osób przychodzi zobaczyć również człowieka, którego znają z telewizji, a który coś w życiu osiągnął. Chcą wysłuchać, co ma do powiedzenia, jak sobie w życiu radzi. Mogą też porównać podczas rozmowy, jak wyglądał sport kiedyś i jak wygląda teraz. I rzeczywiście, często podchodzą do mnie ludzie pamiętający niebywałe szczegóły meczów, dla nich były to ważne wydarzenia w życiu. Niejednokrotnie rozmawiam z kimś na temat piłki: osiągnąć Widzewa, FC Porto czy reprezentacji Polski. To zagorzali kibice, fani sportu, cieszę się, że wciąż tacy istnieją.

Z okazji swojego jubileuszu Polski Związek Piłki Nożnej ogłosił Jedenastkę Stulecia. Kibice i fachowcy zdecydowali, że bramkarzem takiego idealnego składu został Józef Młynarczyk. Jakie to uczucie?

Każde wyróżnienie cieszy, tym bardziej że kariery wielu wyróżnionych w plebiscycie piłkarzy skończyły się już dosyć dawno. Młodzież kibicująca reprezentacji czy poszczególnym klubom może tych zawodników już w ogóle nie pamiętać. Jest to niewątpliwie nobilitacja, wielka radość w moim przypadku. Traktuję to jako podsumowanie całego życia sportowego.

Został pan patronem szkoły w Przyborowie, na zachodzie Polski, w pana rodzinnych stronach. Czytałem, że zastanawiał się pan, czy przyjąć to wyróżnienie. Dlaczego?

Gdy dostałem propozycję od dyrekcji szkoły, także od pani wójt, zacząłem się zastanawiać, czy odpowiedni do tego typu roli jest człowiek wciąż chodzący po ziemi. Takie patronaty kojarzyły mi się z ludźmi zasłużonymi, ale... właśnie... nieżyjącymi. Dlatego ta propozycja w pierwszej chwili dosyć mocno mnie zaskoczyła, poprosiłem o chwilę namysłu. Usiedliśmy w gronie rodzinnym przy kawie i usłyszałem wtedy: „tata, skoro pochodzisz z tego rejonu, skoro tak bar-



dzo im zależy, zgódź się”. Od czasu do czasu jeżdżę do szkoły w Przyborowie na spotkania związane z promocją sportu. Przywożę im koszulki, rękawice bramkarskie, bo mają tam klasę o profilu sportowym. Czasami posędziuję im turnieje. Przebieram się wtedy w dres i pokazuję, że wciąż jestem aktywny. Okazało się, że ten patronat to fajna sprawa.

Pytanie do specjalisty. Kto jest najwybitniejszym bramkarzem we współczesnym futbolu?

Jednoznacznie nie mogę na to pytanie odpowiedzieć, trudno to określić. Na pewno świetny poziom reprezentują w tym momencie Ederson z Manchesteru City czy Alisson Becker z Liverpoolu, zresztą obaj Brazylijczycy. Także wyróżnia się Thibaut Courtois z Realu Madryt, zapracował na wysoką notę choćby tegorocznym finałem Ligi Mistrzów. Gdybym się zastanowił, jeszcze ze dwóch, trzech o podobnych umiejętnościach mógłbym wybrać. Za najszlachetniejszego uznałbym Manuela Neuera z Bayernu Mo-

nachium, nie zapominałbym też o Włochu Gianluigi Buffoniu, który co prawda skończył niedawno karierę, ale przez wiele lat był świetnym zawodnikiem.

Sport wciąż odgrywa rolę wychowawczą?

Rodzice, którzy inwestują w swoje dzieci, starają się, aby nie stały w bramach czy nie siedziały w pokojach przez cały dzień – to jest dobry znak. Dziś łatwo jest gdzieś zagubić, posłuchać niemądrych kolegów, dać się „rozprowadzić”. Szkoda jest tych dzieciaków z rodzin najbiedniejszych, z dzielnic, w których chuligani rządzą. Za naszych czasów z takich nieciekawych rejonów było wielu wybitnych sportowców. I to nie tylko piłkarzy, także bokserów, judoków czy zapasników. Ponieważ do sportu trzeba mieć charakter. Serce mi się kraje, gdy słyszę, że w szkołach podstawowych nie ma nauczycieli wychowania fizycznego. Bo przecież jak tak zaczynałem, ktoś zaraził mnie pasją do sportu, nauczył dyscypliny. Kiedyś wuefisci podchodzili do swojej pracy z sercem, tworzyli drużyny, organizowali turnieje szkoła na szkołę, byli zaangażowani w wychowanie dzieci. A dziś? Jak mamy dochować się

zdrowego społeczeństwa, skoro nie zaczynamy od najmłodszych? Od umiejętności przewrotu w przód, złapania piłki czy rzutu tą piłką. Niestety widać, że dzieci biegające po Orlikach często są kalekami, nie potrafią nic zrobić. Dziś jest za dużo luksusu, za dużo wygód, rodzice starają się stworzyć dzieciom jak najlepsze warunki, a nie zawsze wychodzi to na dobre. Wystarczy, że dziecko wsiąknie w Internet i już przestaje interesować go sport, relacje z rówieśnikami. Szpera takie dziecko całymi godzinami w telefonie, nie wiadomo za czym. Potem orientuje się, że jest już za późno na karierę sportową, że czas, gdy mógł się rozwijać, już minął. Chodzenie na treningi jest wyzwaniem dla młodego człowieka: bo muszą się spociec, muszą być konsekwentni, muszą zawalczyć o wynik. Młodzież widzą, że nie jest to łatwa droga, przejmują się tym, że kolega jest dziś w zawodach lepszy, nie myślą, że za dwa tygodnie mogą poprawić swój wynik. Tym większy szacunek, że niektórym rodzicom chce się wozić dzieci na treningi, dopinguje młodych do aktywności. ●

Rozmawiał
Jakub Niedziela

PIOTR DOŁOZCZKO

Spotkanie zorganizowano w uroczej scenierii Miasta Tkaczy



Na czasie

Nadciąga legenda

Szykuje się gratka dla fanów motoryzacji. 25 sierpnia 2022 r. zjadą do Zgierza zabytkowe ciężarówki star. Będzie je można oglądać w ośrodku Malinka tylko przez trzy godziny: od 16.00-19.00. W tym czasie usłyszymy także wiele ciekawostek na temat tych samochodów. A wszystko to w ramach przystanku, który będą mieli kierowcy pojazdów wojskowych, specjalistycznych i służących do zwykłej pracy, będących w drodze do Starachowic na „8. Legendę Stara”, czyli zlot pojazdów zabytkowych, organizowany przez Powiat Starachowicki. Co więcej, będzie można nie tylko biernie, ale i czynnie dołączyć do wystawy, o ile jest się w posiadaniu ciężarówki wyprodukowanej przed 1997 r.

Następnego dnia konwój zabytkowych starów pojedzie do Piotrkowa Tryb., gdzie będzie można oglądać samochody również tylko kilka godzin, a stamtąd wprost do Starachowic.

Warto podkreślić, że do pojazdów tej marki są szczególnie przywiązani mieszkańcy powiatu starachowickiego, którzy przez kilka pokoleń budowali te ciężarówki. Od 2015 r. wszyscy byli i obecni użytkownicy oraz miłośnicy tych pojazdów mogą uczestniczyć w corocznych zlotach, organizowanych pod koniec sierpnia na terenie powiatu starachowickiego. Zloty są otwarte również dla posiadaczy zabytkowych motocykli i samochodów innych marek.

Jak dołączyć do wystawy w Zgierzu? Wystarczy napisać albo zadzwonić, podając miejsce dołączenia do trasy, pod nr tel. 41 276 09 42 lub napisać mail: legendastara@powiat.starachowice.pl. Organizator nie wymaga opłat startowych. Więcej informacji na stronie: legendastara.pl i powiat.starachowice.pl. (rk)

POWIAT STARACHOWICKI

Zlot jest zawsze okazją do przeprowadzenia spektakularnych prób sprawnościowych i szybkościowych dla sędziwych pojazdów



Zabytkowe stary będzie można oglądać na Malince jedynie 25 sierpnia w godz. 16.00-19.00

Więcej życzliwości – mniej stresu

Jedną z najważniejszych spraw w zarządzaniu stresem jest życzliwe nastawienie do innych i chęć porozumienia się. Ciekawym odkryciem psychologii jest fakt, że nasze relacje z otoczeniem są odzwierciedleniem tego, w jaki sposób traktujemy samych siebie. To, co mówię codziennie do siebie i mój monolog wewnętrzny ilustrują komunikację z innymi ludźmi. Jeśli nasza głowa pełna jest samokrytyki czy nierealnych wymagań, wówczas jesteśmy krytyczni i wymagający wobec otoczenia.

JOANNA DELBAR



Masaru Emoto to japoński naukowiec, który odkrył, że woda ma zdolność zapamiętywania informacji. Jego eksperymenty dotyczyły badania wpływu tych informacji na to, co będzie się działo z wodą w danym pojemniku.

Jedne pojemniki stawiane były w pomieszczeniach, gdzie cały dzień włączona była muzyka Mozarta, a drugie „słuchały” heavy metalu. Do pierwszych uczestnicy eksperymentu mówili codziennie miłe słowa: Kocham cię, jesteś piękna, jesteś cudem, jesteś potrzebna, podczas gdy drugie pojemniki słuchały bardzo nieprzyjemnych, agresywnych komunikatów. Następnie, po kilku dniach, woda z różnych pojemników była fotografowana pod mikroskopem. Efekty były niesamowite. Tam, gdzie woda „słuchała” muzyki poważnej lub miłych słów, kryształki uformowały przepiękne

kształty. Ta, która poddawana była wpływowi agresywnej muzyki i niemiłych komunikatów, miała szary kolor, a kryształki uformowane były w ciemne plamy.

Efekty eksperymentu dały wiele do myślenia psychologom. Jeśli bowiem mózg człowieka składa się w 80% z wody, mięśnie w 75%, kości w 22%, a krew w 83%, to znaczy, że to, co do siebie mówimy, ma ogromny wpływ na nasze zdrowie. Woda zawarta we krwi rozprowadza substancje odżywcze w całym organizmie, a to z kolei oznacza wpływ na nasze samopoczucie, bowiem możemy być uformowani z pięknych kryształków lub ciemnej papki. Idąc dalej za tym rozumowaniem, współczesna psychologia mówi, że wpływ na to, jak się czujemy, mają zarówno słowa, które słyszymy, jak i te, którymi zwracamy się do siebie. Między innymi dlatego współczesna psychologia tak wiele czasu poświęca dziś na otaczanie siebie samego troską, współczuciem i życzliwością. Właściwie od zadbania o siebie zaczyna się

proces relacji z całym światem. Jeżeli spotykamy zatem osobę mało życzliwą, wymagającą, oschłą, krytykującą – możemy być pewni, że taki właśnie stosunek ma do siebie samego. Wymagania i oczekiwania wobec naszych partnerów, dzieci czy współpracowników mogą być przekazywane w sposób życzliwy lub z dużym napięciem i kreować niepotrzebny stres.

Jak widać jest to kolejny dowód na to, że stres powstaje głównie w naszej głowie, w tym wypadku zaczyna się od tego jak traktujemy samych siebie. Im więcej będzie w nas wdzięczności za nasze życie, dobrych myśli kierowanych do siebie, bliskich, ale również do świata, natury, zwierząt - tym bardziej będziemy łagodniejsi i tym samym przyczyniali się do polepszenia komunikacji ze sobą i ze światem. ●

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

A to ciekawe

Coraz mniej wypadków, coraz więcej samobójstw

Na początku lipca media obiegrała informacja o tragicznym wypadku drogowym, który miał miejsce w miejscowości Jastrzębie Górne w gminie Zgierz. Nadmierna prędkość i nieszczyśliwy zbieg okoliczności zabrały kolejne życie.

Każdego roku w czasie wakacji oraz tuż przed ich rozpoczęciem sporo mówi się i pisze o bezpieczeństwie drogowym, między innymi dlatego, że piękna, słoneczna pogoda i doskonała widoczność często stanowią rodzaj wzmacniaczy odwagi kierowców. Szczęśliwie statystyki pokazują, że każdego roku jest nieco lepiej i jeździmy coraz bezpiecznie. W minionym roku w wypadkach drogowych zginęło 2245 osób. To nadal bardzo dużo, jednak znacznie mniej niż w 1999 r.,

kiedy to na polskich drogach zginęło aż 6730 osób. Zestawienie to pokazuje, że liczba śmiertelnych zdarzeń w ciągu nieco ponad dwóch dekad spadła niemal trzykrotnie.

Z danych policyjnych wynika również, że w tym samym czasie istotnie wzrosła liczba skutecznych samobójstw.

W 2021 r. w Polsce życie odebrało sobie 5201 osób, czyli dwa razy więcej osób niż zginęło w analogicznym okresie w wyniku zdarzeń drogowych. W roku 1999 w Polsce odnotowano 4695 takich przypadków. A to z kolei oznacza, że ponad 20 lat temu prawie 1,5 razy więcej osób poniosło śmierć w wyniku wypadków drogowych, niż popełniło samobójstwo. (rk)

Inspiracja: portal ciekaweliczby.pl



W ostatnim dwudziestolecu trzykrotnie spadła liczba śmiertelnych wypadków komunikacyjnych w Polsce

Pozytywnie zakręcona

Czerwony Kapturek na pewno nie była pracoholiczką

Wybór kilku spośród kilkudziesięciu, a nawet czasem z ponad setki świąt nietypowych, które obchodzimy w poszczególnych miesiącach nigdy nie jest prosty i oczywisty. W wydaniu wakacyjnym zamiast łatwiej, jest jeszcze trudniej, bo numer wakacyjny jest tylko jeden, a miesiące dwa. Nic to, jakiegoś wyboru trzeba było dokonać. Czy był dobry? Można ocenić samodzielnie.

RENATA KAROLEWSKA



Na pewno warto zwrócić uwagę na **Dzień Nikoli Tesli** obchodzony 10 lipca – genialnego, niedocenianego przez współczesnych wynalazcy. Ten inżynier serbskiego pochodzenia wynalazł między innymi radio, silnik elektryczny, dynamo rowerowe, baterię słoneczną i prądnicę prądu przemiennego. Święto pokrywa się z datą jego urodzin.

Niespełna tydzień później, bo 15 lipca przypada **Dzień bez telefonu komórkowego**. Jestem przekonana, że gdyby N. Tesla żył kilka lat dłużej lub urodziłby się kilka lat później, to on odpowiadałby za skonstruowanie tego – jakże potrzebnego i jakże powszechnego obecnie – urządzenia. Jednakże dzień, o którym mowa, został ustanowiony po to, by wzorem amerykańskiego studenta Jake Reilly'ego zrezygnować choćby na 24 godziny z używania telefonu komórkowego i komputera. Jemu udało się przeżyć bez tych urządzeń 90 dni, w czasie których „wszystko stało się prościej”. Prawda jest jednak taka, że bez telefonu komórkowego i komputera bez sensu byłoby obchodzenie 17 lipca **Światowego dnia emoji** będących rozszerzoną formą emotikonów. Wyjaśnijmy, że w ich przypadku oprócz tradycyjnych buziek mamy jeszcze do dyspozycji wizerunki zwierząt, miejsc czy przedmiotów. A jeśli nie byłoby emoji, to kto wie... może mielibyśmy więcej czasu na czytanie bajek oraz szukanie ukrytych znaczeń i symboli w tak popularnych, jak choćby „Czerwony Kapturek”. Ponoć jest wiele wersji tej opowieści i chcąc poznać je wszystkie, można się nieźle zdziwić. Tak czy inaczej, bez tych wszystkich komórek i Internetu, mielibyśmy czas, by zauważyć w kalendarzu datę 19 lipca, kiedy to przypada **Dzień Czerwonego Kapturka**.

W drugiej połowie lipca mamy jeszcze jedno sympatyczne i chyba potrzebne święto. Chodzi mi o **Światowy dzień mózgu**, który przypada na 22 lipca (przy okazji, nieco starszym czytelnikom ta data na pewno ko-



Między pracowitością a pracoholizmem są istotne różnice – warto je znać. Dzień pracoholika to dobra okazja, żeby o nich mówić

jarzy się z innym, niegdyś państwowym świętem Manifestu Lipcowego). Współcześnie obchodzony dzień mózgu to świetna okazja, aby zwrócić uwagę na ten kluczowy organ nie tylko dla funkcjonowania naszego organizmu, ale też dla jakości całego życia. Warto zatem pamiętać nie tylko od święta, że odpowiednia dieta, ćwiczenia i picie wody

na pewno wpłyną pozytywnie na działanie naszego mózgu.

Na 12 sierpnia przypada z kolei **Dzień pracoholika**. W naszej kulturze pracoholizm jako chyba jedyne uzależnienie nie kojarzy się jednoznacznie negatywnie. Tymczasem nie jest to z pewnością powód do dumy, bo z pracoholizmu wynika wiele problemów zdrowotnych i społecznych. Stan ten bowiem, podobnie jak alkoholizm czy narkomania, wyniszcza człowieka fizycznie i psychicznie. Z badań wynika, że pary, w których jedna z osób cierpi na pracoholizm, kończą się rozstaniem dwa razy częściej niż w przypadku zdrowych relacji. W Japonii (choć nie tylko tam) znanej z etosu pracy zdarzają się przypadki karōshi, czyli nagłej śmierci z przepracowania. Rzecz w tym, że osoba uzależniona zwykle nie dostrzega problemu, więc trudno jej pomóc. Tym bardziej warto było oddać jeden dzień w roku na uświadczanie różnic między pracowitością a pracoholizmem.

Paradoksalnie pracoholicy to osoby, które straciły kontrolę nad swoją pasją, którą jest wykonywany zawód. Gdyby nie to, mogliby obchodzić swój dzień 17 sierpnia, kiedy przypada **Święto ludzi pozytywnie zakręconych**. To czas osób, które zarażają innych swoim optymizmem i energią, a w ich towarzystwie zawsze jest weselej niż zwykle. Zastanawia, czy wśród tak szanowanych zawodów, jak naukowcy też przypadają ludzie zakręcony. Prawdopodobnie tak, bo w innym przypadku trudno byłoby o degradację Plutona i wyrzucenie go z grona planet oraz nazwanie planetą karłowatą. Tymczasem taki fakt miał miejsce właśnie 24 sierpnia 2006 r., kiedy to Międzynarodowa Unia Astronomiczna podjęła dość drastyczne kroki w tej sprawie.

I na koniec słowo o 25 sierpnia. To od 2013 r. data **Dnia polskiej żywności**. Celem ustanowienia tego święta było zwrócenie uwagi na ciekawą i bogatą ofertę rodzimych producentów żywności. Wydarzenie – co warto podkreślić – nie promuje jednego, wybranego produktu, ale całą branżę rodzimych artykułów spożywczych oraz ich wytwórców. ●

Bażant – symbol męstwa i powagi

Czasem na spacerze zerwie się nam spod nóg z dostojnym furkotem. Ciężko podfrunie, ale gdy nabierze prędkości, trudno go już potem śledzić wzrokiem: znika nam w powietrzu długi ogon, który ciągnie za sobą złocisto-brązowa kula upierzenia... Bażanty często występują na polach i łąkach wokół polskich miast, latem widzimy je niemal na każdym kroku. Jak większość kurowatych, bażanty to ptaki łowne i hodowane dla smacznego mięsa. Ale w naturalnym środowisku nie wolno na nie polować.

REMIGIUSZ MIELCZAREK



Polowanie na bażanty jest motywem znanym choćby z wielu polskich filmów. Ale – uwaga – okres łowny na te ptaki to dopiero jesień i zima, od października do końca stycznia (samice) i lutego (samce). No

i odstrzał jest kontrolowany, można to robić jedynie na terenach Ośrodków Hodowli Zwierzyny. Teraz, gdy lato, a bażantów widać na polach całe mnóstwo, trwa w Polsce ich okres lęgowy i tym bardziej nie należy ich niepokoić.

Bażanty zwyczajnie (inaczej: łowne) od najdawniejszych czasów były introdukowane, czyli wprowadzane do środowiska naturalnego w całej Europie oraz na innych kontynentach. Powodem była oczywiście chęć polowania i konsumpcji tych ptaków. Do Polski zawędrowały z Chin w XVI wieku, stopniowo rozszerzając zasięg swojego występowania u nas. Trzysta lat później stały się powszechne na Mazurach i Pomorzu. Dziś także i w centrum kraju są na polach stałymi gośćmi: spacerując polami na obrzeżach miasta, raczej na pewno je zobaczymy.

Po czym poznać bażanta? Oczywiście: po długim ogonie, krótkich skrzydłach, złocistych piórach i czerwonych policzkach wokół dzioba. Ale to jeden z tych ptasich elegantów, u których samce wyglądają o wiele ładniej niż samiczki. „Pani bażantowa” chadza o wiele skromniej przystrojona: jej upierzenie jest szare, skromne, nie zwraca szczególnej uwagi. Może dlatego, że w czasie opieki nad pisklętami łatwiej jest w ten sposób ukryć się przed niebezpieczeństwem. Bażanty prowadzą naziemny tryb życia, a ich gniazda budowane są w kępach traw, zbóż lub krzewów. Częstymi wrogami młodych są ptaki drapieżne (myszołowy, krogulce, sowy), a także lisy. Umiejętność dobrego ukrycia się bywa wówczas kluczowa.

Za to „pan bażant” jako większy i bardziej okazały od samicy (długość ciała tych ptaków dochodzi u samców do 90 centymetrów razem z ogonem) może popisywać się swym połyskliwym upierzeniem. Niebagatelne znaczenie ma to oczywiście podczas godów, gdy



samec już od jesieni gromadzą wokół siebie stadko samic, a na wiosnę, wraz ze zbliżającym się okresem lęgowym, toczą nawet walki o swój teren z innymi samcami. Co ciekawe: gdy w cieplej porze roku bażanci harem może osiągać liczbę nawet kilkunastu kur w stadzie, zimą samce i samice raczej bytują oddzielnie. Ma to zapewne związek z większą zdolnością przetrwania w trudniejszych warunkach.

Bażant jest od dawna bohaterem artystycznej twórczości człowieka. W Chinach symbolizował ponoć godność urzędową, był znakiem cesarza i wysokich urzędników państwowych. Pozostaje też symbolem męstwa, dobrobytu, a nawet talentu literackiego. Sylwetkę tego ptaka spotkać można na mozaikach, zdobiących posadzki wczesnochrześcijańskich świątyń.

O wypadkach w altanie i co z nich dla Zgierza wynika

REMIGIUSZ MIELCZAREK



Działo się to w Zgierzu, latem, w nowo zbudowanej altanie. Dziewczyny przysły we trzy, wyjęły markery – i zaczęły bazgrolić po ławce. Myślały, że nikt nie widzi. Kamery monitoringu miejskiego przekazały obraz do stanowiska w jednostce Straży Miejskiej. Wystąpił na miejsce patrol przyłapał je na gorącym uczynku, z mazakami w rękach. Przyznały się do zniszczenia świeżo malowanej ławki. Zostały przekazane opiekunom prawnym.

Niby prosta historia, jakich wiele w Zgierzu, ale i w innych miastach, zapewne nie tylko polskich. Młodzież wszędzie na świecie robi głupoty – oczywiście, że nie cała i nie naraz. Ale istnieje generalnie przyzwolenie społeczne, by darować szkodliwe uczynki: przynajmniej tej grupie dorastających dzieciaków, która z jakichś powodów bierze się za niszczenie mienia publicznego.

Ale jakie to powody, zapytamy. Cóż takiego powoduje, że dzieciaki, zamiast tracić nadmiar energii w sporcie, zabawie, przez

aktywności kulturalne albo pomoc innym w potrzebie, zajmują się niszczeniem tego, co wspólne i nam wszystkim potrzebne? Ano, drodzy Państwo, młodzież musiała się tego od kogoś nauczyć. Stawiam sto dolarów przeciwko stu orzechom, że główną przyczyną wszystkich (nie tylko patologicznych) zachowań młodego pokolenia jest dom. To, czego się nauczą od najbliższych, co podpatrzą, zaobserwują, traktują jako wzorzec działania w swoim środowisku. Młodzi taką mają matrycę własnego postępowania. I żadna szkoła ani inne, „państwowe” wychowanie, tutaj już nie pomoże, albowiem czym skorupka za młodu nasiąknie, tym na starość trąci. Dzieciaki wraca do domu ze szkoły, a tam musi się zachowywać jak pozostali, by nie zostać odrzuconym przez najbliższych. A potrzeba akceptacji, przynależności i zrozumienia jest jedną z podstawowych potrzeb człowieka. Długo zresztą moglibyśmy dyskutować o potrzebach młodzieży, ich wypełnianiu przez rodzinę, o sprawach z zakresu psychologii czy socjologii lub kulturoznawstwa: ale coś innego wskazuje nas tutaj interesuje.

Albowiem po ujawnieniu zdarzenia w altance natychmiast „w Internetach” rozpułała się burza (brzydki od ekskrementów

nazywana), czyli gwałtowna dyskusja o tym, co wolno młodzieży – oraz jak powinna lub nie powinna zachowywać się w danych przypadkach Straż Miejska. Krótko mówiąc, wielu uważa, że dziewczęta niewinne, a strażnicy to mają łapać złodziei, a nie stresować nieletnich po parkach i altanach.

Zgierz, drodzy dyskutanci, jest zupełnie normalnym miastem, ale ma swoje wizerunkowe problemy. Bywa, że nie tylko łodzianie traktują zgierzian pogardliwie, a nazwa miasta „oblepiona” jest przez wiele negatywnych skojarzeń. Oczywiście chcemy z tym walczyć: ale zacznijmy od siebie. Nikt nie będzie postrzegał Zgierza życzliwie, jeśli sami pozwalając będziemy, by w mieście szerzyły się zjawiska patologiczne. Dając przyzwolenie młodym na niszczenie dóbr wspólnych, wspieramy tylko narastającą falę drwiącego śmiechu ze Zgierza, który to rechet znów rozlega się w innych miejscach. Sami w ten sposób robimy z własnego miasta „głupią Ewę”.

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.

Sukcesy zgierzian w piłce nożnej chodzonej

Zgierzanie przyczynili się do europejskiego sukcesu polskich drużyn w piłce nożnej chodzonej.

Drużyna Rosomaka Łódź, w której występuje król strzelców turnieju, zgierzianin Wojciech Włodarczyk obroniła zeszłoroczny tytuł mistrza Europy. Z kolei drużyny żeńskie (w jednej z nich gra zgierzanka Bożena Kliś) zajęły pierwsze i drugie miejsce. W mistrzostwach Europy w walking futbolu, które odbyły się w Holandii na przełomie czerwca i lipca łącznie wzięło udział 40 drużyn, w tym 8 żeńskich z Francji, Belgii, Niemiec, Holandii. Polskę reprezentowały 4 zespoły, w tym przyszły zwycięzca – łódzki Rosomak, w którym gra był zawodnik ŁKS Wojciech Włodarczyk. – *W porównaniu do zeszłego roku mecze były bardzo trudne. Muszę powiedzieć, że nie zdarza się często, żeby zawodnik strzelił 6 bramek w jednym meczu. Mnie się to udało, ale to nie tylko jest moja zasługa, a sukces całej drużyny, całego kolektywu, który pracował na te moje bramki* – mówi zawodnik Rosomaka. Faktycznie, mówiąc językiem sportowym, nie

był to spacer, bo poziom tej dyscypliny sportu oraz konkurencja w kraju i na świecie dynamicznie rośnie. A co stoi za sukcesem drużyn z Polski? – *Wspaniali trenerzy i praca całej drużyny* – odpowiada Bożena Kliś, zawodniczka zespołu Stars Wonder Woman, dodając, że nie można nie wspomnieć przy okazji o pieniądzach. – *Każdy taki wyjazd wiąże się z ogromnymi kosztami, które sami ponosimy, więc potrzebni są sponsorzy, bo wszystko jest drogie i nie wszystkich zawodników stać na udział w turniejach. A zależy nam, żeby w maju przyszłego roku na Majorce wziąć udział w pierwszych mistrzostwach świata w walking futbolu.* O tym, czy najlepsze europejskie zespoły wezmą w nich udział, zdecydują między innymi środki finansowe.

W Zgierzu pod okiem Wojciecha Włodarczyka i Bożeny Kliś już od kilku miesięcy trenują adepci piłki nożnej chodzonej. Treningi odbywają się w hali MOSiR przy ulicy Wschodniej. Zainteresowanych odsyłamy na stronę FB/Armia Jeża ze Zgierza. (rk)

STARY MŁYN

REPERTUAR KINA

lipiec 2022

1 lipca - piątek	15:00 Minionki: wejście Gru 17:00 Minionki: wejście Gru 19:00 Paryż, 13 dzielnic	17 lipca - niedziela	13:00 Niezgaszalni 15:00 Minionki: wejście Gru 17:00 Thor: miłość i grom - dubbing 19:00 Thor: miłość i grom - napisy
2 lipca - sobota	15:00 Minionki: wejście Gru 17:00 Minionki: wejście Gru 19:00 Paryż, 13 dzielnic	22 lipca - piątek	13:00 Niezgaszalni 15:00 Minionki: wejście Gru 17:00 Powodzenia, Leo Grande 19:00 Thor: miłość i grom - napisy
3 lipca - niedziela	15:00 Minionki: wejście Gru 17:00 Minionki: wejście Gru 19:00 Paryż, 13 dzielnic	23 lipca - sobota	13:00 Minionki: wejście Gru 15:00 Niezgaszalni 17:00 Powodzenia, Leo Grande 19:00 Thor: miłość i grom - napisy
8 lipca - piątek	13:00 Thor: miłość i grom - dubbing 15:00 Minionki: wejście Gru 17:00 Minionki: wejście Gru 19:00 Thor: miłość i grom - napisy	24 lipca - niedziela	13:00 Niezgaszalni 15:00 Minionki: wejście Gru 17:00 Powodzenia, Leo Grande 19:00 Thor: miłość i grom - napisy
9 lipca - sobota	13:00 Thor: miłość i grom - dubbing 15:00 Minionki: wejście Gru 17:00 Minionki: wejście Gru 19:00 Thor: miłość i grom - napisy	29 lipca - piątek	15:00 DC League of Super-Pets 17:00 DC League of Super-Pets 19:00 Powodzenia, Leo Grande
10 lipca - niedziela	13:00 Thor: miłość i grom - dubbing 15:00 Minionki: wejście Gru 17:00 Minionki: wejście Gru 19:00 Thor: miłość i grom - napisy	30 lipca - sobota	15:00 DC League of Super-Pets 17:00 DC League of Super-Pets 19:00 Powodzenia, Leo Grande
15 lipca - piątek	13:00 Minionki: wejście Gru 15:00 Niezgaszalni 17:00 Thor: miłość i grom - dubbing 19:00 Thor: miłość i grom - napisy	31 lipca - niedziela	15:00 DC League of Super-Pets 17:00 DC League of Super-Pets 19:00 Powodzenia, Leo Grande
16 lipca - sobota	13:00 Niezgaszalni 15:00 Minionki: wejście Gru 17:00 Thor: miłość i grom - dubbing 19:00 Thor: miłość i grom - napisy	Rezerwacja biletów na stronie: <div style="text-align: center; font-weight: bold; color: #00a0e3;">bilety.starymlynzgierz.pl</div>	

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

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

facebook.com/kinowstarymlyn

Zgierska piłka nożna.

Boruta i Włókniarz

W sierpniu rozpoczynają się rozgrywki niższych lig piłkarskich. W pierwszy weekend miesiąca Boruta spotka się przy ul. Wschodniej z KS Kutno (IV liga), dwa tygodnie później Włókniarz rywalizować będzie na własnym boisku z KAS Konstantynów Łódzki (klasa okręgowa). Zapowiada się cię trudny sezon i walka o każdy punkt.

JAKUB NIEDZIELA



Oba zgierskie kluby w trakcie minionego sezonu zmieniły trenerów, choć każdy w innych okolicznościach. Dotychczasowy szkoleniowiec Boruty dostał szansę wypróbowania sił w wyższej klasie rozgrywkowej, prowadzący Włókniarz odszedł jesienią ze względu na słabe wyniki. Najważniejsze, że cele obu zespołów zostały osiągnięte. Pod wodzą trenera Piotra Szarpaka Boruta utrzymał bezpieczne miejsce w środku tabeli IV ligi, z kolei Włókniarz Marcina Nowackiego uratował się przed spadkiem do A klasy. Wyścig o utrzymanie klub z ulicy Musierowicza rozpoczął z pozycji czerwonej latarni, ostatniego zespołu rozgrywek.

Włókniarz. Wygrać z liderem

Zeszłoroczne rozgrywki także rozpoczęto w sierpniu, ale dopiero pod koniec października Włókniarz mógł cieszyć się z premierowego zwycięstwa. Przez pierwszych dziesięć kolejek drużyna wywalczyła tylko jeden punkt (kolejny, zdobyty po remisie z Górnikiem Łęczycza, anulowano po wycofaniu się tego zespołu z rozgrywek), pojawiło się więc realne zagrożenie, że zgierzanie powrócą do A klasy. Jednak na przełomie października i listopada nastąpiło przebudzenie piłkarzy z ulicy Musierowicza. Dowodzeni przez trenera Nowackiego wygrali trzy pojedynki z rzędu (4:1 z UKS SMS Łódź, 4:3 z Victorią Rąbień, 2:1 z rezerwami Sokola Aleksandrów). Do rundy wiosennej Włókniarz przystąpił już w lepszych nastrojach, na starcie rozgromił 13:0 GLKS Sarnów/Dalików, następnie pewnie pokonał 4:1 Włókniarza Pabianice. Pod koniec rozgrywek trochę zgierzansom zaczynało brakować energii, szczególnie że grali co trzy dni. Jednak i latem potrafiliby sprawiać przyjemne niespodzianki. Punkty w Zgierzu stracił m.in. lider klasy okręgowej AKS SMS Łódź. Notka „Włókniarz Zgierz ograł mistrza ligi” ukazała się na stronie lodzkifutbol.pl. – *Zwycięstwo 2:1 pokazało, że jesteśmy w stanie wygrywać z czołówką, że szczególnie na własnym terenie jesteśmy mocni* – opowiada trener Marcin Nowacki. – *Nawet przegrane mecze, jak ten z wiceliderem z Ksawerowa,*



Oleksija Naidyshaka możemy nie zobaczyć w nadchodzącym sezonie w barwach Boruty. Mecze z Orkanem Buczek w sezonie 2021/22

podczas którego decydującą bramkę straciliśmy w 93 minucie, pokazały, że tkwi w nas potencjał.

Ostatecznie wzmocniony w trakcie sezonu Włókniarz (dołączyli m.in. Dominik Kowalski, Jarosław Szymczyk, dobrze znany kibicom z ul. Musierowicza Michał Płociennik oraz młodzieżowcy z AKS SMS: Mateusz Malmur, Maciej Mihilewicz, Kacper Olaniuk, Mateusz Klemczak) wywalczył utrzymanie w klasie okręgowej. Klub rozpoczął treningi w połowie lipca, na razie nikt nie zgłosił chęci opuszczenia zespołu. Co więcej, sztab szkoleniowy zapowiada wzmocnienia – pozyskanie zawodników grających w przeszłości w wyższych ligach.

Boruta. Liga coraz silniejsza

Status quo, czyli stały stan rzeczy. MKP Boruta po rundzie jesiennej zajmował siódme miejsce, uwzględniając tylko punkty zdobyte na wiosnę, zgierzanie zajęliby siódme miejsce, więc i ostatecznym rezultatem w sezonie 2021/22 była siódma lokata. Bilans podopiecznych Piotra Szarpaka w rundzie rewanżowej to siedem zwycięstw, pięć remisów i pięć porażek. – *Mogło być trochę lepiej. Bywało, że pogubiliśmy punkty, które były w naszym zasięgu, ale już o tym nie myślimy* – mówi trener Szarpak, w przeszłości piłkarz łódzkiego Widzewa.

Co jeszcze zapamiętamy z mijającego sezonu? Dobrą formę strzelecką Mateusza

Misiaka i Oleksija Naidyshaka. Debiuty w pierwszej drużynie młodzieżowców: Kacpra Bednarskiego, Mateusza Fornalczyka, Wiktora Sujeckiego, Kacpra Kapelińskiego czy Daniela Leenstry. Tyle przeszłości... ciekawie zapowiada się nadchodząca runda. Łódzka IV liga powiększona została do 20 zespołów, zgierzanie będą rywalizować z tak silnymi zespołami, jak: Sokół Aleksandrów, KS Kutno (spadkowicze z III ligi), GKS Bełchatów („stary” GKS wycofał się z rozgrywek II ligi, „nowy” otrzymał miejsce w IV lidze) czy rezerwy Widzewa. Pozostaje pytanie, kogo zobaczymy w rundzie jesiennej w barwach Boruty. Kilku piłkarzami zainteresowany jest Sokół Aleksandrów prowadzony przez byłego szkoleniowca Boruty Radosława Koźlika (m.in. Damianem Bierzyńskim, Krystianem Ślęzakim, Oleksijem Naidyshakiem czy Michałem Madejskim). Zgierski klub poinformował do tej pory o pozyskaniu jednego piłkarza – Kacpra Figurskiego, obrońcy znanego z występów w Strykowie.

Przygotowania do rozgrywek 2022/23 drużyna Boruty rozpoczęła od sparingowego zwycięstwa nad Orkanem Buczek 5:3, w planach są jeszcze pojedynki z GKS Bełchatów czy Pogonią Zduńska Wola. Kończąc temat lokalnych rozgrywek seniorskich, królem strzelców pierwszej grupy ligi okręgowej został Patryk Pietrasiak z AKS SMS Łódź, zdobywca 56 goli. W przeszłości czołowy napastnik Boruty...

MAGDALENA WOŹNIAK



Zacznijmy od wyjaśnienia kluczowej różnicy między strachem a lękiem. W strachu boimy się czegoś namacalnego, dla nas realnego i możliwego w jakimś stopniu do zidentyfikowania. Przy lęku natomiast nie

musimy czuć bezpośredniego niebezpieczeństwa. – *Mogę bać się ciemności, nadjeżdżającego zniemacka auta, ale czasami czuję nagły niepokój, mimo że nic mi nie zagraża. Na przykład siedzę, oglądam telewizję i czuję nagłe dziwne ścisk w brzuchu, czasami mdłości. Myślę, czy coś się ostatnio nie wydarzyło. Nie, nic... Lęk jest nagły i nieoczekiwany* – opowiada Joanna, która cierpi na nerwicę lękową.

Każdy zdrowy człowiek co jakiś czas doznaje zarówno lęku, jak i strachu. To normalne. Problem pojawia się wtedy, kiedy ten lęk zaczyna doskwierać, pojawia się często, przeszkadza, wybija z codziennego rytmu życia. A demonstruje się w różny sposób. U jednych będzie to ciągłe zamyślenie, niepokój, martwienie się, problemy ze snem, u innych mdłości, ogólna niechęć. – *Kiedyś, siedząc na wykładzie, poczułam, jak robi mi się duszno. Nagle wystraszyłam się, że zemdleję. Serce zaczęło bić bardzo mocno i szybko, ciężko mi było złapać oddech, czułam, że się pocę. Wyszłam szybko z sali. Nic mi się nie stało, ale przez długi czas nie chciałam wchodzić do tej auli, bo obawiałam się, że to znowu się stanie* – opowiada Marta, studentka Uniwersytetu Łódzkiego.

Myśl

Główna sprawczyni całej spirali problemów. To ona – myśl – zazwyczaj jest odpowiedzialna za lęk, sterując nim, zwiększając go lub zmniejszając. To w ludzkim umyśle rodzą się różne scenariusze, przerażające, pogmatwane konsekwencje zrobienie lub niezrobienia czegoś. Co interesujące – w małej dawce lęk pomaga zachować czujność. W dużej dawce z kolei ogranicza. Zaburzenia lękowe zmieniają nasze życie, nie jesteśmy w stanie od razu zrozumieć, że to, co nas nachodzi, bierze się „tylko” od myśli. Ważne jest, by samemu lub z czyjąś pomocą, zrozumieć, co dzieje się z nami w słabszych chwilach. Skąd wzięła się jakaś myśl, co wydarzyło się w ciągu dnia, jak na to reagujemy, co czujemy w naszym ciele. Cały schemat warto zapisywać, żeby stał się bardziej wyrazisty. Tak jak w przypadku Marty, która wyszedłszy z wykładu, nie chciała później wracać do auli, bo skupiła się wokół tego, że znowu pojawi się „ta myśl” i nastąpi atak, co z kolei zapewne wywołałoby reakcję lękową.

Próby, próby, próby

Ludzie przez wiele lat bywają zdominowani przez swoje myśli i lęki. Tymczasem warto uświadomić sobie, że jeśli czuję niepokój związany z przebywaniem w danej przestrzeni, mogę po prostu zapytać siebie, o co chodzi i spróbować siebie zrozumieć. No bo co

Często to on przejmuję stery

To stan emocjonalny podobny do strachu. Daje nam się we znaki nie tylko w naszych myślach, ale i ciele. Odczuwamy go, doświadczamy, często bezpodstawnie dajemy mu sobą zawładnąć. Dlaczego tak się dzieje, po co? Bo to naturalny odruch, instynkt. Włącza się jak u zwierząt, gdy potrzebują pomocy w niebezpieczeństwie. U niektórych ludzi odzywa się nawet wówczas, gdy niebezpieczeństwo wcale nie jest realne.



takiego może stać się w najgorszym przypadku, jeśli wejdę do tej sali, w której zrobiło mi się duszno? Zemdleję? A może bardziej boję się tego, że nie będzie można szybko wyjść? Że jest tam dużo ludzi? Próby analizowania swoich zachowań i reakcji są wielkim krokiem ku wyrwaniu się z myślowych pułapek. Już samo podjęcie próby, to spory sukces.

– *Walczę. To odpowiednie określenie. Walczę ze sobą od wielu lat. Z myślami, z nawykami, z tym, aby to mną nie sterowało. Pomimo że dużo analizuję, poznaję procesy, wiem, jak reaguję w danych sytuacjach, że to mija, wciąż mam dni, w których niespodziewanie czuję ścisk w brzuchu. Na szczęście obecnie nie wybija mnie to z funkcjonowania przez kilka dni. Nauczyłam się, że trzeba próbować opanować mdłości, wyciszyć się, uspokoić. Mówię głośno, że mam takie odczucia, by osoby blisko mnie rozumiały, że coś się dzieje. To mi pomaga* – relacjonuje swój wewnętrzny stan Marta. ●

Co na to nauka?

„Przeprowadzono badania, które pokazują, że są struktury w mózgu wykrywające zagrożenie, tym samym rozpoczynające reakcje obronne.

W mózgu zachodzą dwa osobne procesy, w wyniku których powstaje lęk. Pierwszy rozpoczyna się w korze mózgu (...) i jest związany z doznaniem zmysłowymi oraz myślami na temat określonych sytuacji. Drugi przebiega przez ciało migdałowate (...) a one uruchamiają pierwotną reakcję „walcz lub uciekaj”. Oba procesy biorą udział w powstawaniu lęku.”

źródło: Catherine M. Pittman, *Zalękniony mózg: jak dzięki sile neuronauki pokonać zaburzenia lękowe, ataki paniki i zamartwianie się*, Wyd. UJ 2018.

O twojej historii muzycznej pisaliśmy już na łamach naszego miesięcznika. Dzisiaj chciałabym porozmawiać o pracy zawodowej. Siłą rzeczy, nie można jej oddzielić od działalności artystycznej. Funkcję dyrektora MOK pełniłeś ponad 24 lata, a to przecież kawał czasu. Jak sobie radziłeś ze zmieniającą się rzeczywistością polityczną i społeczną?

Moja aktywność muzyczna zaczynała się w latach 70., w czasach PRL-u. Miałem do czynienia z cenzurą i zakazami występów. Własne zdanie na temat tego, co działo się wtedy wokół mnie, kwalifikowano jako niepoprawność polityczną. Zawsze, od samego początku pełnienia funkcji dyrektora, starałem się być daleko od spraw i zależności politycznych. Nawet specjalnie chodziłem do pracy w punkowej kurtce skórzanej, aby zmanifestować swoją niezależność i związek ze światem artystycznym. Od początku trzymałem się zasady, aby nie organizować w Miejskim Ośrodku Kultury spotkań i imprez o charakterze politycznym. Nigdy nie manifestowałem swoich poglądów i sympatii do jakiejś opcji politycznej i szczęśliwie w ten sposób przepracowałem na swoim stanowisku prawie 7 kadencji samorządowych.

Kiedy poczułeś, że masz misję do spełnienia?

O tym, co się dzieje w zgierskiej kulturze, zanim zostałem dyrektorem, dowiedziałem się będąc członkiem Komisji Kultury Rady Miasta Zgierz. Kiedyś była taka możliwość, nawet wtedy, gdy nie było się radnym miejskim.

Dużo mnie nauczyły lata pracy w komisji. Poznałem bardziej środowisko twórców, zespołów, ludzi związanych z życiem kulturalnym naszego miasta. Zrozumiałem, że w prowadzeniu działalności dużego ośrodka kultury, niezwykle ważne jest, aby zgromadzić wokół niego wszystkie osoby, które tworzą sztukę niezależnie od jej rodzaju, zidentyfikować i animować środowisko artystyczne miasta. Chciałem, by wszyscy związani z kulturą w mieście znaleźli w MOK swoje miejsce. Próbowałem stworzyć im warunki do pracy i rozwoju. Dbałem też o właściwe relacje i atmosferę dobrej współpracy i życzliwości na co dzień. To mi się udało i to uważam za swój sukces.

Tak było nawet w przypadku sztuki, którą nie do końca rozumiałeś? Mam na myśli początki zgierskiego hip-hopu...

Dosłownie nie rozumiałem, nie odczytywałem komunikatów, które były kierowane do odbiorców (śmiech). Zgierski hip-hop się rozwijał, ale początki nie były łatwe. Pierwsze nagrania, które trafiały do mnie, pozostawiały wiele do życzenia pod względem muzycznym i wokalnym. Głównie chodziło mi o pracę nad poprawnością rapowanego tekstu. Miałem jednak przeświadczenie, że i ten rodzaj muzyki ma swoich zwolenników, a z każdym rokiem powiększała się liczba twórców i popularność tego gatunku. Radziłem młodym hip-hopowcom, którzy przynosili demo, aby zaczęli bardziej zwracać uwa-

Rozglądam się ciekawie, jestem z lekka zdziwiony...

Tym zdaniem Witek Świątczak komentuje pierwsze dni nowego etapu w swoim życiu. Jednocześnie od kilkunastu dni były już dyrektorem Miejskiego Ośrodka Kultury podkreśla, że nie znika i nadal będzie aktywnie uczestniczył w życiu kulturalnym miasta, a nawet może je tworzyć. W rozmowie z nami podsumowuje to, co było i nieśmiało planuje przyszłe dni.



LECH BACZYŃSKI

Witek Świątczak z pracą dyrektora pożegnał się w rockowym stylu. Na benefisie zorganizowanym w Starym Młynie zaprzyjaźnieni artyści wystąpili dla bohatera wieczoru, ale i on sam wielokrotnie chwycił za gitarę i mikrofon

gę nie tylko na to, co rapują, ale też jak to robią. Z każdym kolejnym nagraniem było lepiej. Zgierski hip-hop rozwijał się dynamicznie. Na podobne wsparcie mogli liczyć wszyscy młodzi muzycy. Chętnie rozmawiałem z nimi, próbując doradzać i pomagać w znalezieniu właściwego kierunku pracy.

Jesteś przecież osobą, która potrafi zjednywać sobie ludzi. W relacjach raczej skracasz dystans tak bardzo, jak to możliwe. To też pozytywna cecha dyrektora instytucji. Stałeś się w ten sposób członkiem zespołu, nie zarządcą.

Wydaje mi się, że dzięki temu moi współpracownicy dawali dużo od siebie, angażowali się w pracę na rzecz wspólnego, kolejnego celu, realizacji następnego projektu. Wspólnie, w sposób niezwykle kreatywny potrafiliśmy rozwiązywać nasze codzienne zadania.

Jakie inne cechy powinien mieć dobry dyrektor?

Steve Jobs powiedział, że nie po to zatrudniał mądrych ludzi, żeby im mówić, co mają robić... To oni mieli mówić jemu, co ma robić. I drugi cytat związany z ekonomią: „Jeżeli jako szef płacisz ludziom bardzo dużo, to możesz nimi rządzić, jak chcesz. Ale jeżeli nie masz na tyle dużo pieniędzy, musisz działać tak, żeby lubili przychodzić do pracy”. No i wiadomo, że w kulturze sprawdza się ta ostatnia zasada. Instytucja kultury nie jest zakładem produkcyjnym, fabryką nastawioną się na wypracowywanie docho-

du. Ma tworzyć i dbać o środowisko kultury, które identyfikuje się z miejscem, miastem czy krajem. Jej zadaniem jest przede wszystkim kreowanie i pobudzanie kreatywności, ale i co niezwykle ważne – edukacja do kultury. Uczmy odbioru dóbr kultury, uświadliwajmy na piękno i brzydotę, dostrzegajmy pasję w ludziach. Oni zarażą tym innych. Ruch punkowy czy hipisowski nie byłby ruchem, gdyby nie rzesze ludzi, którzy podążali za twórcami.

Zaobserwowałeś kryzys twórczy w młodych ludziach? Parę lat temu zaczęły się taki czas, gdy przestały powstawać nowe zespoły muzyczne.

Zmieniło się podejście do promowania nowych artystów. Sytuacja ekonomiczna wymusza w młodych ludziach podejście do rozwijania pasji, zainteresowań. Brak systemowego wsparcia na przykład stypendialnego powoduje odchodzenie od sposobów na życie związanych z muzyką. Wiadomo, że w większości artyści to ludzie bez pieniędzy. Chłopaki, którzy grają w zespołach, nie wiążą przyszłości z muzyką, bo to nie daje szans na stabilizację życiową. Jeden chce być lekarzem, drugi jest policjantem, a utrzymanie zespołu nie jest możliwe lub bardzo trudne na dłuższą metę. W naszym kraju ciężko jest się utrzymać z muzyki.

Nagrasz w końcu płytę?

Muszę uporządkować swoje materiały, bo to nie tylko nagrania muzyczne, ale teksty utworów własnych i pisanych na zamówienie, utwory dla dzieci.

Okazuje się, że w ostatnim czasie pojawiają się propozycje od niezależnych wytwórni wydania materiału archiwalnego zespołów z lat 80. nurtu postpunkowego. Niezwykle mnie to ucieszyło, bo propozycje dotyczą dorobku zespołów Enola Gay i Phantom. Jeszcze inna wytwórnia planuje wydać płytę z materiałem nagrany w studiu Polskiego Radia w Kielcach „Kwiaty polskie” Juliana Tuwima w wykonaniu Orkiestry do Użytku Wewnętrznego, zespołu ruchu „Muzyki Młodej Generacji” z kompozycjami Bronka Opałko i moimi. Oba projekty dawno temu nie mogliśmy nagrać ze względu na szalejącą cenzurę. Być może wkrótce pochwalę się tymi albumami. ●

Rozmawiała Magdalena Ziemiańska

Spycimierskie kwietne dywany na Liście Światowego Dziedzictwa UNESCO

Spycimierskie dywany kwiatowe tworzone są z kolorowych płatków i całych kwiatów zarówno polnych, jak i ogrodowych. Najczęściej twórcy dywanów wykorzystują róże, polne maki, chabry, jaśminy, rumianki, bzy, a także szyszki, liście paproci, nasiona różnych roślin oraz pociętą trawę. Wzory, które z nich powstają są różnorodne i zależą od pomysłu autorów. Zasada jest tylko jedna – musi być kolorowo, pięknie i pachnąco. Kwietne dywany można zobaczyć tylko raz w roku z okazji Bożego Ciała.

EMILIA ANTOSZ



Spycimierz to jedna z największych wsi na terenie gminy Uniejów. W przeszłości znajdował się tu gród książęcy i kasztelania broniąca granic Ziemi Łęczyckiej, a później Sieradzkiej. Po grodzie pozostało stożkowe grodzisko i informacja zawarta w tzw. dokumencie mogileńskim z 1065 r.

Natomiast wieś i znajdujący się tutaj kościół powstały w 1106 r. opisuje Gall Anonim w słynnych „Kronikach”. Dzięki temu dokumentowi wiemy, że kościół spycimierski miał wtedy charakter parafii grodowej, a zatem był jedną z najstarszych parafii na ziemiach polskich. Kolejne wieki pozwoliły na jej rozwój, i tak działo się aż do 1943 r., kiedy to Niemcy barbarzyńsko zburzyli kościół, a później spalili słynący łaskami krzyż, z którego ocalała jedynie Głowa Chrystusa. Po wojnie przeniesiono ją do Muzeum Narodowego w Poznaniu i stanowi ona jeden z eksponatów w Galerii Sztuki Średniowiecznej. Obecna świątynia powstała w latach 1986-1992. W kościele znajduje się szczególny dar papieski – marmurowe popiersie papieża Polaka, dzieło włoskiego artysty Albino Sirsiego, i relikwie krwi św. Jana Pawła II.

Spycimierskie Boże Ciało

Boże Ciało, czyli Uroczystość Najświętszego Ciała i Krwi Pańskiej, jest jednym z ważniejszych świąt w kościele katolickim. Zwyczaj układania dywanów kwiatowych na procesji Bożego Ciała w Spycimierzu kontynuowany jest od niemal 200 lat. Mieszkańcy wsi od rana gromadzą się, by układać kwietne kompozycje o długości prawie 2 kilometrów. W usypywaniu obrazów z kwiatów uczestniczą zarówno kilkuletnie dzieci, nastolatki, jak i dorośli. Wiedza o sposobie ich układania przekazywana jest z pokolenia na pokolenie. Wszystko zaczyna się kilka dni wcześniej od wspólnego zrywania kwiatów na łąkach, polach i w ogro-

SZYMON ANTOSZ



Każdego roku w dzień Bożego Ciała tysiące Polaków odwiedza Spycimierz, aby poznać lokalną tradycję



dach. Następnie przechowuje się je w zimnych pomieszczeniach lub w lodówkach. Później opracowuje się autorskie wzory z wykorzystaniem symboli religijnych np. gołębia, serca, kielicha czy oka Opatrzności Bożej, a także przedstawień świętych oraz aniołów. Aby jak najdłużej zachować świeżość roślin wykorzystywanych do kompozycji, twórcy podsypują kompozycje wilgotnym piaskiem, tworzą kontury z mokrej ziemi i spryskują gotowe obrazy wodą. Trasa, którą przebiega procesja, jest wcześniej odpowiednio przygotowywana, sprzątna i przystrajana młodymi drzewkami brzozy i olchy, a także proporczykami i wstążkami. Wyjątkowa oprawa świątecznej procesji została doceniona w dniu 16 grudnia 2021 r. podczas XVI sesji Międzypaństwowego Komitetu ds. Ochrony Niematerialnego Dziedzictwa Kulturowego UNESCO. Tradycja kwiatowych dywanów została wówczas wpisana na listę reprezentatywną niematerialnego dziedzictwa kulturowego ludzkości.

Plan powstania centrum już jest

„Zamienić jeden dzień na 365 dni” to cel, jaki przyświeca pomysłodawcy budowy Centrum „Spycimierskie Boże Ciało”. Pomysłodawcy chcą stworzyć placówkę, która przez cały rok będzie opowiadać o tradycji sypania kwiatowych dywanów. Planowane jest organizowanie wystaw stałych i czasowych, prowadzenie zajęć edukacyjnych i innych wydarzeń, a wszystko związane ze wszelkimi tradycjami kwiatowymi z Polski, Europy i całego świata. W lipcu 2021 r. podczas uroczystości wmurowania aktu erekcyjnego pod budowę Centrum „Spycimierskie Boże Ciało” Ordynariusz Diecezji Włocławskiej, bp. Krzysztof Wętkowski dokonał aktu poświęcenia aktu erekcyjnego oraz kamieni, które w przyszłości zostaną wmurowane w fasadę budynku. Chociaż nie ma jeszcze obiektu, to ludzie związani w przyszłości z instytucją już działają. Powstało między innymi Społeczne Archiwum Spycimierskie, które gromadzi zdjęcia, eksponaty, nagrania i filmy dokumentujące lokalną tradycję.

Resweratrol i rewolucja telomerów

Biolodzy zauważyli, że w przypadku niektórych zwierząt starzenie się nie jest związane z utratą żywotności i sprawności. Co ciekawe, ich wielkość, siła i zdolność do reprodukcji zwiększają się z wiekiem. Jaki jest ich sekret?

KATARZYNA LEWKOWICZ-SIEJKA



Pewnego dnia zwierzęta te nagle umierają, ale ich śmierć nie jest uwięzieniem długiego i bolesnego procesu starzenia. Sekretem tych organizmów jest wytwarzanie dużych ilości telomerazy – enzymu, który

chroni chromosomy i przeciwdziała zużyciu się komórek i ich starzeniu się podczas każdego podziału komórkowego.

Enzym długowieczności

Telomery pełnią funkcję ochronnych „kapturków” znajdujących się na końcówkach chromosomów. Z każdym podziałem komórkowym te „kapturki” kurczą się, co sprawia, że nasze komórki szybciej się starzeją. To oznacza skrócenie czasu życia i wzrost ryzyka różnych chorób.

Skracanie się telomerów w trakcie każdego podziału nici DNA można uznać za rodzaj naszego zegara biologicznego. Istnieje limit podziałów komórkowych i mieści się w granicach od 50 do 70 cykli. Długość telomerów jest więc wyznacznikiem wieku biologicznego komórki. Brak telomerów w komórce powoduje jej śmierć, czyli apoptozę.

Jednak zawsze są wyjątki. Komórka, która nie chce ulec apoptozie, zaczyna wytwarzać enzym odbudowujący telomery, czyli telomerazę. Często w takim przypadku zamienia się ona w komórkę nowotworową. Telomeraza jest biologicznie czynna nie tylko w komórkach nowotworowych. Jej wyższy poziom naturalnie występuje w komórkach produkujących plemniki lub komórki jajowe, w komórkach naskórka, embrionalnych i macierzystych.

Możemy sami wpływać na poziom telomerazy, dbając, by w naszej diecie nie zabrakło produktów zawierających naturalne substancje aktywujące ten enzym. Są to głównie dwa związki – cykloastragenol oraz resweratrol. Cykloastragenol jest substancją, w którą jest bogaty traganek błoniasty – roślina od lat stosowana w medycynie azjatyckiej, zaliczana do 50 najbardziej znaczących i wartościowych substancji leczniczych. Drugi związek – resweratrol wystę-



Czerwone wino zawiera śladowe ilości resweratrolu

puje głównie w czerwonych winogronach, a także w orzeszkach ziemnych i owocach jagodowych. Jest produkowany w roślinach w reakcji na infekcje grzybicze, uszkodzenie tkanek, działanie promieniowania UV.

Cenny polifenol

Epokowym odkryciem ostatnich lat w biologii molekularnej i genetyce, które pomogło w dużym stopniu zrozumieć proces starzenia, było odkrycie białek sirtuinowych. Sirtuny decydują o tym, jak nasz organizm zachowuje się pod wpływem diety, aktywności fizycznej, stresu i innych czynników środowiskowych. Badania te zostały zapoczątkowane ponad 20 lat temu w MIT pod kierunkiem profesora Leonarda Guarante. Ustalono wtedy gen odpowiedzialny za długość życia komórek. Inna grupa badaczy – pod kierunkiem Davida Sinclaira, profesora genetyki z Harvard University Medical School – odkryła, że resweratrol aktywuje gen długowieczności sirtuiny i odgrywa zasadniczą funkcję w przebiegu procesów istotnych dla tempa starzenia się komórek. Naukowcy wykazali, że dzięki temu prostemu naturalnemu związkowi byli w stanie w ciągu tygodnia odwrócić proces starzenia

u zwierzęcia laboratoryjnego. Badane tkanki dwuletniej myszy (65 lat ludzkich) zostały doprowadzone do stanu, w jakim są tkanki sześciomiesięcznego zwierzęcia (20 lat ludzkich).

Ale resweratrol ma szerszy wpływ na nasze zdrowie. To ochroniarz serca i naczyń. Tworzenie się blaszki miażdżycowej prowadzi do zmniejszenia elastyczności naczyń i zwężenia ich światła. Resweratrol działa ochronnie poprzez hamowanie agregacji płytek krwi, powstrzymuje proces zapalny, zmniejsza podatność lipoprotein LDL na oksydację. Ale działa nie tylko prewencyjnie – bierze udział w jeszcze jednej, bardzo istotnej reakcji, w wyniku której naczynia krwionośne się rozszerzają, ponieważ stymuluje syntezę tlenku azotu (NO), który ma właściwości przeciwzakrzepowe, przeciwpalne i antypłytkowe.

Resweratrol odgrywa też ważną rolę w zapobieganiu chorobom nowotworowym i w trakcie ich terapii. Wykazuje zdolność hamowania nowotworu na każdym etapie jego powstawania. Jest silnym antyutleniaczem, działa antymutagenie, pobudza aktywność enzymów, które uczestniczą w unieszkodliwianiu kancerogenów i uła-

twiają ich usunięcie z organizmu. Niektóre badania naukowe wykazały, że ten polifenol uwrażliwia komórki nowotworowe na stosowane leki.

Badania naukowe potwierdzają też korzystny wpływ resweratrolu w walce z cukrzycą typu II. Zwiększa on wrażliwość komórek na insulinę i zmniejsza stężenie glukozy we krwi. Odpowiada także za zmianę ekspresji genów powodujących wychwyty insuliny oraz obniżenie stresu oksydacyjnego. Korzystne właściwości resweratrolu wykazano także w leczeniu schorzeń układu nerwowego. Ze względu na właściwości neuroprotektoryjne i przeciwutleniające znajduje zastosowanie w leczeniu chorób Alzheimera czy Parkinsona.

Mit czerwonego wina

Czy skoro resweratrol jest składnikiem czerwonych winogron, czerwone wino jest rozwiązaniem problemu? Czy jego picie dostarczy nam potrzebnej dawki tego związku, jak chcieliby niektórzy? Oczywiście nie! Nawet nie zbliża się do ilości istotnej klinicznie. Choć nie ma dokładnej rekomendowanej dawki tej substancji, przyjmuje się, że powinna ona wynosić od 200 do 400 mg na dobę. Tymczasem wina czerwone zawierają

PIXABAY



Po aplikowaniu resweratrolu tkanki dwuletniej myszy (65 lat ludzkich) zostały doprowadzone do stanu, w jakim są tkanki sześciomiesięcznego zwierzęcia (20 lat ludzkich)

od 0,03 do 1,07 mg resweratrolu w 150 ml (wina białe zawierają go zaledwie 0,01–0,27 mg w 150 ml). Zatem, biorąc pod uwagę ilość resweratrolu w czerwonym winie, trzeba by wypijać ok. 40 szklanek wina dziennie,

aby uzyskać choć 20 mg resweratrolu z diety. Z badań wynika, że potrzebujemy minimum 25 mg resweratrolu, aby aktywować sirtuinę. Dlatego w przypadku tej substancji najkorzystniej jest ją suplementować. ●

Koncert w Agrafce

Z rockową energią. Cochise w Agrafce

Dawno minęły czasy, gdy zespół Cochise postrzegany był przez pryzmat Pawła Małaczyńskiego – wokalisty grupy i jednocześnie popularnego aktora. Skład ma już na swoim koncie siedem albumów, wierną rzeszę fanów znających teksty oraz kluby, które regularnie ich zapraszają. W czerwcu grupa Cochise kolejny już raz odwiedziła zgierską „Agrafkę”. Z nowym materiałem (m.in. utwory z wydanego w 2021 roku albumu „The World Upside Down”; pojawiły się też piosenki, które znajdują się na kolejnym wydawnictwie), a także z nowym perkusistą Grzegorzem Hiero. Co się nie zmieniło? Energia płynąca ze sceny...

Muzyka Cochise to wciąż wybuchowa mieszanka klasycznego rocka, grunge’u, także muzyki progresywnej. Teksty Pawła Małaczyńskiego – poetyckie i odwołujące się do pierwotnych emocji – są idealnym dopełnieniem transowej materii dźwiękowej. Tradycyjnie Cochise sięgnął też do dorobku ulubionych artystów. Tym razem w Zgierzu zabrzmiał „The Weeping Song” Nicka Cave’a, poprzedzony hołdem dla artysty, który w ostatnim czasie stracił dwóch synów.

Muzyków pożegnała długa owacja, komplementy należą się tu zespołowi, ale również ekipie technicznej, albowiem koncert w „Agrafce” był świetnie nagłośniony. I choć w czasie występu pojawiła się informacja, że

JAKUB NIEDZIELA



Była to kolejna wizyta zespołu w zgierskim klubie

to ostatnie wydarzenie muzyczne w zgierskim klubie – jest szansa na kolejne koncerty. W sobotę 17 września do Zgierza przyjechać ma zespół Farben Lehre, legenda rodzimego punk rocka. Tydzień wcześniej w „Agrafce” zorganizowany zostanie poże-

gnalny turniej darta – X Memoriał Artura Mikulskiego.

Zespół Cochise wystąpił w składzie: Paweł Małaczyński (wokalista), Wojtek Napora (gitara), Radek Jasiński (bas), Grzegorz Hiero (perkusja). (jn)

Kolebka buddyzmu

Czy komuś z szanownych czytelników zdarzyła się taka sytuacja, że nawigacja pokazywała cel, ale nie pokazywała drogi do niego, mimo że mieliśmy stuprocentową pewność, że droga istnieje? A co najważniejsze, prowadzi do celu, które jest miejscem niezwykłym i dla sporej części świata bardzo ważnym.



BEATA I DARIUSZ CŁAPOWIE



ARCHIWUM B.D. CŁAPA

BEATA I DARIUSZ CŁAPOWIE

Nam zdarzyła się taka sytuacja w Nepalu, gdzie drogi po sezonie letniej pory deszczowej są nieprzejezdne, często niemal całkowicie rozmyte przez ulewy. Wjeżdżając na taką drogę, trudno z góry stwierdzić, czy jest przejezdna w całości, w części, czy może wcale. Dlatego chcąc jednak dojechać do celu, za namową właściciela naszego hotelu w Chitwan wynajęliśmy samochód terenowy i ruszyliśmy w drogę do Lumbini, kolebki buddyzmu.

Droga dla ludzi o mocnych nerwach

Podkescytowani planami dalszej podróży wstajemy wcześniej. Za oknem ciekawy widok: poranna toaleta słoni w gospodarstwie naprzeciw naszego hotelu. Wielkie zwierzęta kładą się jak małe psiaczki obok swoich właścicieli. Ci natomiast przy pomocy wielkich płacht i szczotek oczyszczają ich skórę z kurzu i insektów.

W tym momencie podjeżdża nasze auto. Koniec przedstawienia, czas ruszać. Na początek droga wydaje się całkiem normalna, przynajmniej jak na warunki nepalskie. Potem jednak jest już tylko coraz gorzej: oberwane, pozapadane nawierzchnie dróg lub podmyte i osunięte stoki gór. Droga nieutwardzona nieraz prowadzi jednym wąskim pasem, ale ruch odbywa się w dwie strony. To naprawdę robi wrażenie. W pewnej chwili widzimy, że ruch przed nami ustaje. Za moment nasz kierowca skręca, wjeżdżając w koryto prawie całkowicie w tym

czasie wyschniętej rzeki. Po drodze mijają nas olbrzymie ciężarówki. Chcieliśmy, to mamy niezwykle przeżycia. I cieszymy się, że wynajęliśmy terenowca.

Święte miejsce

Do Lumbini większość ludzi przybywa w określonym celu: by zobaczyć miejsce narodzin Buddy, czyli Siddharthy Gautamy – księcia, który przeżywszy dwadzieścia osiem lat w dobrobycie, poznał świat poza pałacem, dole i niedole prostych ludzi. Po latach medytacji doznał oświecenia i jako taki, czyli Budda, zaczął nauczać innych. Tak powstała jedna z największych religii świata, a dokładniej – system filozoficzny.

Przez całą długość miasta ciągnie się olbrzymi ogród. To tutaj usytuowane są świątynie ufundowane przez wiernych z różnych krajów. Nikogo nie dziwią oczywiście świątynie nepalskie, japońskie czy chińskie, ale mamy tutaj również budowle z tak egzotycznych dla buddyzmu krajów, jak Kanada czy Dania. Cały obszar do zwiedzenia jest ogromny, dlatego po krótkich negocjacjach wynajmujemy tuk tuka. Ten niezbyt komfortowy środek transportu pozwala nam przemieszczać się znacznie szybciej. Krótko potem docieramy do najważniejszej z wszystkich świątyni Māyādevi poświęconej matce Buddy. Zbudowana jest ona na gruzach starego pałacu, gdzie (jak się przyjmuje) przyszedł na świat Siddhartha Gautama. Świątynia i jej otoczenie w 1997 r. wpisane

zostały na listę światowego dziedzictwa UNESCO. Aby wejść na jej teren, należy dokonać stosownej opłaty i dodatkowej za robienie zdjęć. Następnie trzeba zdjąć obuwie i po obowiązkowej kontroli można wejść na najświętszy dla buddystów teren.

Pierwsze kroki kierujemy do Māyādevi. Sam budynek stoi na gruzach dawnej świątyni, jest stosunkowo nowy i nie wyróżnia się niczym szczególnym. Robienie zdjęć wewnątrz jest całkowicie zakazane. W nabożnym skupieniu przesuwamy się wśród tłumu wiernych i wreszcie docieramy do centralnego miejsca, które jest szczególnie czczone. Wierni dotykają kamieni, a niektórzy nawet je całują. Dla nich to spotkanie z najświetniejszą istotą.

Przed budynkiem widać staw czy też basen... To miejsce kąpeli matki Buddy. Istnieje przekonanie, że kąpiel w tym zbiorniku zapewnia płodność i leczy kobiety niemogące mieć dzieci. Po drugiej stronie drzewo figowca Bodhi, pod którym wypoczywała Māyādevi po porodzie. Tutaj składa się ofiary, pali kadzidełka i odbywa modły. Jeśli nie chcemy lub nie mamy czasu, żeby zrobić to samodzielnie, możemy zostawić jałmużnę mnichom siedzącym wokół drzewa, a oni pomodlą się za nas.

Kraj pełen różnorodności

Innym niezwykle ważnym miejscem jest kolumna cesarza Aśoki z III wieku p.n.e. Ten władca, który wstawił się wieloma podbojami i szczególnie okrucieństwem, odegrał na rzecz buddyzmu rolę podobnej do tej, którą wypełnił cesarz Konstantyn dla chrześcijaństwa. Młoda religia otoczona została opieką państwa, a sam cesarz odbył pielgrzymki do miejsc związanych z życiem Buddy, gdzie wybudował stupy i świątynie.

Rozwijając flagę Zgierza przy kolumnie, ujrzałem kątem oka, że biegnie do nas jeden z dwóch stojących obok policjantów. Muszą być czujni! Kiedy stanął obok mnie, wręczyliśmy mu szybko lewy skraj flagi, a moja



BEATA I DARIUSZ CŁAPOWIE

Potrzeba autentyczności

DR HAB. GRZEGORZ IGNATOWSKI

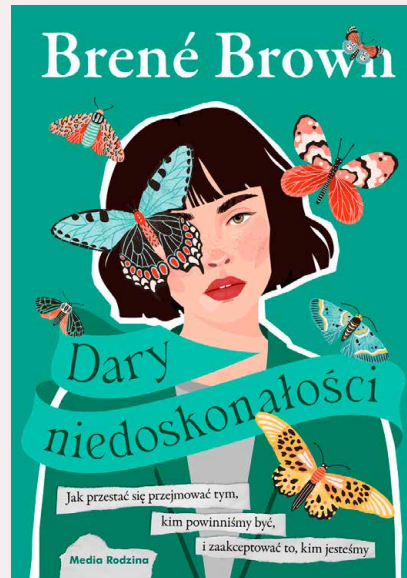


Współczesnego człowieka można opisać w zróżnicowany sposób. Jedni będą zwracać uwagę na potężne pokłady dobrot, a inni przypominać o słabościach. Brené Brown w książce „Dary niedoskonałości” wyty-

ka nam brak autentyczności. Chociaż, jak podkreśla, w głębi serca marzymy, aby zdjąć maskę i żyć jak prawdziwi ludzie. Amerykańska psycholożka zaznacza, że przeszkadza nam w tym kilka rzeczy. Należy do nich dręcząca potrzeba bycia perfekcyjnym we wszystkim, co robimy. Owo parcie do perfekcjonizmu przejawia się,

kiedy usiłuję włożyć starą bluzkę i siarczyście narzekam, że już jest za mała, gdy przeglądam się w lustrze i ze smutkiem stwierdzam, że jestem wyjątkowo brzydki lub zbyt gruby. Iluż to z nas nie rozpoczyna dnia od takich lub podobnych słów. Uparto dążenie do ideału sprawia, że nie potrafimy poradzić sobie z porażkami. Co więcej, jest ono zaraźliwe, gdyż dosięga wszystkich, którzy żyją razem z nami. Autorka pisze, że perfekcjonizm przejawia się w stawianiu wygórowanych oczekiwań ludziom, w nieustannym zdręczaniu się faktem, że popełniłem drobny błąd. Zarazamy nim dzieci, osoby, z którymi spotykamy się w pracy, przyjaciół i znajomych. Co jeszcze przeszkadza w byciu naturalnym? Uniemożliwia nam to ciągle porównywanie się do bohaterów filmowych, ludzi z pierwszych stron gazet, znanych celebrytów, a nawet sąsiadów. Gubimy autentyczność, kiedy stwierdzamy, że nasi sąsiedzi lepiej wychowują dzieci, mają doskonale urządzone domy, nowszy telewizor, bardziej zadbany trawnik lub nowy samochód. Chęć dorównania kolegom z pracy sprawi, że zagubimy tak niezbędną dla życia kreatywność, wdzięczność, radość i naturalność. Gros cennego czasu przeznaczamy na bezduszne współzawodnictwo. W tym momencie musimy jednak przejść do drugiej warstwy książki i wskazać na kilka porad, które dają

Brown, aby żyć szczerym życiem. A zatem w świecie, w którym trwa nieustanny wyścig szczurów, potrzeba odwagi. Przy czym, jak zaznacza autorka, w języku angielskim odwaga wiąże się z sercem, a nie z heroizmem. Owszem, heroizm jest potrzebny, gdyż ciągle poszukujemy prawdziwych bohaterów. W książce idzie jednak o autentyczność w codziennym życiu. Mówiąc prosto z mostu, w życiu potrzebujemy mówić to, co nam leży na sercu. Gdy w taki sposób będziemy pojmować odwagę, to zobaczymy, że możemy ją realizować codziennie. Wówczas, kiedy poprosimy sąsiada o pomoc, ale nie będziemy sami wchodzić na drzewo, aby ściąć gałąź czy schodzić do kanalizacyjnej studzienki bez koniecznego zabezpieczenia. Także wówczas, gdy uczeń w czasie lekcji podnie-
nie rękę do góry i przyzna się, że nie zrozumiał ostatniego zdania z wywodu nauczycielki. W rzeczy samej nie jest łatwo pokazać, że czegoś nie rozumiemy, zwłaszcza gdy to coś dla innych wydaje się proste jak drut. Starsi powiedzą: jak konstrukcja cepa. Innymi słowy, chcąc być naturalnym, trzeba pokonać poczucie wstydu. Sprawa on bowiem, że boimy się wystawić na pośmiewisko. I jeszcze jedno, w byciu autentycznym – o czym warto przypomnieć na początku wakacji – trzeba nauczyć się bawić. Amerykanka rozumie przez to, że potrafimy śmiać się do rozpuku, nie oglądając się dookoła. Ponadto, tańczyć, kiedy zagrają utwór sprzed lat. Ba, nawet zacząć śpiewać, kiedy z zaparkowanego obok nas samochodu popłynie znana piosenka. Być naturalnym, to nie oglądać się za siebie i śmiać się, kiedy usłyszymy doskonały dowcip, a nie wrzuszać ramionami jak sztywniaci. Okazuje się zatem, że śmiech to nie tylko zdrowie, ale również autentyczne życie.



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.



zona zrobiła zdjęcie. Potem był czas na tłumaczenie (tłumaczenie czego???)

Po powrocie do miasta naszą uwagę zwrócili dwaj brodacie panowie ubrani na biało z charakterystycznymi czapeczkami na głowie. Pozdrawiamy ich typowo „namaste”, ale po chwili zastanawiania mówimy jednak „salam alejkum”. Na to drugie pozdrowienie chętnie odpowiadają – to przecież typowi muzułmanie. Potem sami zatrzymują nas raz jeszcze na ulicy, pytając, skąd jesteśmy. Polska nie bardzo wpisuje im się w świat islamu. I tak sobie myślimy, że może to nieprzypadkowe spotkanie. Właśnie odwiedziliśmy kolebkę buddyzmu, w Jerozolimie byliśmy już dawno temu. Może czas wybrać się do Mekki, szczególnie że Arabia Saudyjska rozluźniła nieco przepisy wjazdowe. No cóż, zobaczymy.



Budujemy człowieka

DARIUSZ SPANIALSKI



Nie odkryję Ameryki, gdy napiszę, że dzieci wychowują się zazwyczaj wtedy, kiedy najmniej tego byśmy chcieli. Jestem nawet skłonny przychylić się do opinii, że najlepiej byłoby, aby rodzice nie musieli wychowywać, a dzieci mogły same się przy nich kształtować. Chodzi o to, żeby dorośli jedynie dawali osobiste świadectwo swoim życiem, co stanowi podstawę całego procesu wychowania, któremu dziecko nieustannie podlega. I chyba coś w tym jest, bo mówi się nawet, że dziecko wychowuje się także wtedy, kiedy śpimy. Świadomość tego stanu rzeczy prowokuje nas do postawienia sobie pytania: co zrobić, aby żyć odpowiedzialnie, czyli godnie? Jednakże nie chodzi tu wyłącznie o zdobycie wiedzy, ale przede wszystkim mądrości. I tu znów czyha pułapka, bo wykształcenie czy odczytanie wcale nie równa się mądrości.

Mądrość to umiejętność nadawania i odkrywania sensu w życiu, stąd też modlili się o nią – a mam nadzieję, że przynajmniej niektórzy robią to również dzisiaj – wielcy

tego świata. Cesarz rzymski i filozof Marek Aureliusz dał prostą definicję mądrości w swojej do dzisiaj często przytaczanej modlitwie, która brzmi tak: „Boże, daj mi cierpliwość, bym pogodził się z tym, czego zmienić nie jestem w stanie. Daj mi siłę, bym zmieniał to, co zmienić mogę. Daj mi mądrość, bym odróżnił jedno od drugiego”.

Czy zatem mądrości można się nauczyć, czy można ją nabyć? Zdania w tej sprawie są podzielone, ponieważ mądrość jest pojęciem dość pojemnym i oznacza zwykle zachowania i wiedzę, a nie tylko pewien stan umysłu. Dla wielu ludzi mądrość równa się wiedzy naukowej. A zatem tak rozumianej można się nauczyć z książek. Dla innych mądrość to praktyczna wiedza pozwalająca dobrze przejść przez życie. Tu z kolei problematyczna może być definicja „dobrego życia”, bo nie dla wszystkich oznacza ono to samo. Ocena zwykle jest subiektywna i jest uzależniona od imperatywu, który stanowi podstawę naszego zachowania. Jeżeli jest warunkowy, na przykład: „nie kradnij, bo cię złapią i wsadzą do więzienia”, to najprawdopodobniej tak wychowany człowiek będzie lojalny, póki będzie istnieć korzyść dla niego koniunktura.

Dlatego też tak ważną rzeczą jest świadomość, że rodzice najlepiej pomagają

rozвивać się dzieciom, jeśli swoim życiem dają świadectwo ideałom, które przekazują. W przeciwnym wypadku montujemy w świadomości dziecka chory mechanizm odróżniania dobra od zła, bowiem – jak pisał Pino Pellegrino:

*Nasze dzieci na nas patrzą, kiedy mówimy o wodzie, a pijemy wino.
Nasze dzieci na nas patrzą, kiedy mówimy, że wielbimy pokój, a potem się o bzdurę kłócimy z sąsiadem.
Nasze dzieci na nas patrzą, kiedy mówimy, że kochamy ich matkę, a potem wrzeszczymy na nią, bo nie smakuje mi kotlet.
Nasze dzieci na nas patrzą, kiedy mówimy o ochronie środowiska, a potem rzucamy na ziemię papierosa.
Nasze dzieci na nas patrzą, kiedy w niedzielę idziemy do kościoła, a wracając kłócimy się o jakiś drobiaz.*

Zatem nie zapominajmy o milczącym spojrzeniu naszych dzieci i o ich cichym sądzie, który także i nas może ocalić od wielu nikczemności.

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



**Wielka akcja tego roku
Naród znosi chrust do bloku
Dają radę
No i nie ma co grymasić
Gdy pragnienia trzeba zgasić
Z chrustu można upitrasić
Oranzadę**

Oleksiewicz

narysowała: asia
napisał: wojtek



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

1-5 SIERPNIA (PONIEDZIAŁEK-PIĄTEK)

- ◆ **Od godz. 10.00 Strefa artystycznych aktywności**

Platne tematyczne warsztaty: ceramiczne, fotograficzne, rękodzieła adresowane dla dzieci powyżej 7 lat

Zapisy elektronicznie stronie <https://ckdzgierz.pl>
Centrum Kultury Dziecka, ul. Rembowskiego 17 (organizator: CKD)

1 SIERPNIA (PONIEDZIAŁEK)

- **godz. 10.00-11.00 „Książka dobra na wszystko!”**

Zajęcia literacko-plastyczne dla chętnych dzieci Biblioteka Główna, ul. Łódzka 5 (organizator: MPBP)

- ◆ **Rocznica Wybuchu Powstania Warszawskiego**

Uroczystość na Starym Cmentarzu, ul. Piotra Skargi (organizator: UMZ)

2 SIERPNIA (WTOREK)

- **godz. 10.00-11.00 „Wakacyjne poranki z książką dla dzieci”**

Zajęcia literacko-plastyczne dla dzieci Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna, Filia Nr 1, ul. Lechonia 2 (organizator: MPBP)

3 SIERPNIA (ŚRODA)

- **godz. 10.00-11.00 „Letnie bajanie”**

Zajęcia literacko-plastyczne dla dzieci Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna, Filia Nr 2, ul. Długa 29a (organizator: MPBP)

4 SIERPNIA (CZWARTEK)

- **godz. 10.00-11.00 „Wakacje bez nudy”**

Zajęcia literacko-plastyczne dla dzieci Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna, Filia Nr 6, ul. Staffa 26 (organizator: MPBP)

8-12 SIERPNIA (PONIEDZIAŁEK-PIĄTEK)

- **godz. 9.00-16.00 Wycieczki „Na zielone”**

Platne wycieczki dla dzieci w wieku szkolnym
Zapisy elektronicznie od 22 lipca na stronie <https://ckdzgierz.pl>
Centrum Kultury Dziecka, ul. Rembowskiego 17 (organizator: CKD)

8 SIERPNIA (PONIEDZIAŁEK)

- **godz. 10.00-11.00 „Książka dobra na wszystko!”**

Zajęcia literacko-plastyczne dla chętnych dzieci Biblioteka Główna, ul. Łódzka 5 (organizator: MPBP)

9 SIERPNIA (WTOREK)

- **godz. 10.00-11.00 „Wakacyjne poranki z książką dla dzieci”**

Zajęcia literacko-plastyczne dla dzieci Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna, Filia Nr 1, ul. Lechonia 2 (organizator: MPBP)

10 SIERPNIA (ŚRODA)

- **godz. 10.00-11.00 „Letnie bajanie”**

Zajęcia literacko-plastyczne dla dzieci Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna, Filia Nr 2, ul. Długa 29a (organizator: MPBP)

11 SIERPNIA (CZWARTEK)

- **godz. 10.00-11.00 „Wakacje bez nudy”**

Zajęcia literacko-plastyczne dla dzieci Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna, Filia Nr 6, ul. Staffa 26 (organizator: MPBP)

12 SIERPNIA (PIĄTEK)

- ◆ **godz. 10.30-15.00 Terenowe lekcje archeologiczne**

plac zabaw w Parku Miejskim im. Tadeusza Kościuszki (organizator: Muzeum Miasta Zgierza)

14 SIERPNIA (NIEDZIELA)

- ▲ **godz. 10.00 Biegaj Razem z Nami! – impreza biegowa**

Park Miejski im. T. Kościuszki w Zgierzu (organizator: MOSIR)

16 SIERPNIA (WTOREK)

- **godz. 10.00-11.00 „Wakacyjne poranki z książką dla dzieci”**

Zajęcia literacko-plastyczne dla dzieci Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna, Filia Nr 1, ul. Lechonia 2 (organizator: MPBP)

17 SIERPNIA (ŚRODA)

- **godz. 10.00-11.00 „Letnie bajanie”**

Zajęcia literacko-plastyczne dla dzieci Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna, Filia Nr 2, ul. Długa 29a (organizator: MPBP)

- ▲ **godz. 11.00 Plenerowe rozgrywki szachowe**

Skatepark przy ul. Gałczyńskiego w przypadku nie pogody sala widowiskowa Spółdzielczego Domu Kultury „SEM” ul. Parzęczewska 21 (organizator: SKD „SEM”)

18 SIERPNIA (CZWARTEK)

- **godz. 10.00-11.00 „Wakacje bez nudy”**

Zajęcia literacko-plastyczne dla dzieci Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna, Filia Nr 6, ul. Staffa 26 (organizator: MPBP)

- ◆ **godz. 10.30 - 18.00 Planszowe czwarki w Muzeum**

sala konferencyjna w Muzeum, ul. Dąbrowskiego 21 (organizator: MMZ, MOK)

- ◆ **godz. 11.00 – plenerowe warsztaty taneczne**

Skatepark przy ul. Gałczyńskiego w przypadku nie pogody sala widowiskowa Spółdzielczego Domu Kultury „SEM” ul. Parzęczewska 21 (organizator: SKD „SEM”)

19 SIERPNIA (PIĄTEK)

- ▲ **godz. 11.00 Zabawy sportowe**

Skatepark przy ul. Gałczyńskiego w przypadku nie pogody sala widowiskowa Spółdzielczego Domu Kultury „SEM” ul. Parzęczewska 21 (organizator: SKD „SEM”)

21 SIERPNIA (NIEDZIELA)

- ▲ **godz. 15.00 Puchar Polski Strong Man**

Park Miejski im. Tadeusza Kościuszki w Zgierzu (organizator: P.Giechanowski)

- **godz. 10.00-11.00 „Książka dobra na wszystko!”**

Zajęcia literacko-plastyczne dla chętnych dzieci Biblioteka Główna, ul. Łódzka 5 (organizator: MPBP)

23 SIERPNIA (WTOREK)

- **godz. 10.00-11.00 „Wakacyjne poranki z książką dla dzieci”**

Zajęcia literacko-plastyczne dla dzieci Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna, Filia Nr 1, ul. Lechonia 2 (organizator: MPBP)

- ◆ **godz. 11.00 Warsztaty taneczne cz.II**

Skatepark przy ul. Gałczyńskiego w przypadku nie pogody sala widowiskowa Spółdzielczego Domu Kultury „SEM” ul. Parzęczewska 21 (organizator: SKD „SEM”)

24 SIERPNIA (ŚRODA)

- **godz. 10.00-11.00 „Letnie bajanie”**

Zajęcia literacko-plastyczne dla dzieci Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna, Filia Nr 2, ul. Długa 29a (organizator: MPBP)

- ◆ **godz. 11.00 Plastyka w skateparku – konkursy**

Skatepark przy ul. Gałczyńskiego w przypadku nie pogody sala widowiskowa Spółdzielczego Domu Kultury „SEM” ul. Parzęczewska 21 (organizator: SKD „SEM”)

25 SIERPNIA (CZWARTEK)

- **godz. 10.00-11.00 „Wakacje bez nudy”**

Zajęcia literacko-plastyczne dla dzieci Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna, Filia Nr 6, ul. Staffa 26 (organizator: MPBP)

- ◆ **godz. 11.00 aerodance, plenerowe ćwiczenia taneczne**

Skatepark przy ul. Gałczyńskiego w przypadku nie pogody sala widowiskowa Spółdzielczego Domu Kultury „SEM” ul. Parzęczewska 21 (organizator: SKD „SEM”)

26 SIERPNIA (PIĄTEK)

- ◆ **godz. 10.30-15.00 Terenowe lekcje archeologiczne**

Plac zabaw w Parku Miejskim im. Tadeusza Kościuszki (organizator: Muzeum Miasta Zgierza)

29 SIERPNIA (PONIEDZIAŁEK)

- **godz. 10.00-11.00 „Książka dobra na wszystko!”**

Zajęcia literacko-plastyczne dla chętnych dzieci Biblioteka Główna, ul. Łódzka 5 (organizator: MPBP)

30 SIERPNIA (WTOREK)

- **godz. 10.00-11.00 „Wakacyjne poranki z książką dla dzieci”**

Zajęcia literacko-plastyczne dla dzieci Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna, Filia Nr 1, ul. Lechonia 2 (organizator: MPBP)

31 SIERPNIA (ŚRODA)

- ▲ **godz. 10.00 Biegaj Razem z Nami! – impreza biegowa**

Park Miejski im. T. Kościuszki w Zgierzu (organizator: MOSIR)

- **godz. 10.00-11.00 „Letnie bajanie”**

Zajęcia literacko-plastyczne dla dzieci Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna, Filia Nr 2, ul. Długa 29a (organizator: MPBP)

- ◆ **Dzień Solidarności i Wolności**

Pasaż Solidarności, ul. Długa 27 (organizator: UMZ i Podregion Zgierz NSZZ „Solidarność”)

INSTYTUCJE KULTURY W WAKACJE

Biblioteka: działa przez całe wakacje. W całej sieci zgierskich bibliotek dzieci i młodzież mogą nieodpłatnie korzystać ze stanowisk komputerowych z dostępem do Internetu. W okresie wakacyjnym wszystkie placówki biblioteczne (w nieco zmienionych godzinach) będą udostępniać swoje zbiory i świadczyć usługi na rzecz czytelnika.

Miejski Ośrodek Kultury Starsi Młyn: Taniec w Starym Młynie

Zaawansowani tancerze i tancerki zainteresowani dołączeniem do wakacyjnych treningów formacji tanecznej Starego Młyna mogą kontaktować się z instruktorką Natalią Matusiak. Treningi odbywają się w poniedziałki od 17.30 do 19.30, w środy od 14.20 do 16.20 i piątki od 12 do 14 z wyłączeniem okresu: 25.07-07.08

Wakacyjne kino w Starym Młynie

Seanse odbywają się w piątki, soboty, niedziele w godzinach 13.00, 15.00, 17.00, 19.00 w zależności od dnia. Szczegółowy repertuar na stronie <https://starymlynzgierz.pl/>

Muzeum Miasta Zgierza:

W czasie wakacji muzeum organizuje dla dzieci i młodzieży (do lat 18) z terenu miasta bezpłatne zwiedzanie wystaw: „Z dziejów Zgierza”, „Kruszówka – wnętrza mieszczkańskie z przełomu XIX i XX w.”, „Dziękuję świat – zabawki z dawnych lat”, „Nie tylko batik” – jubileuszowa wystawa Gabrieli Nawrot Grupy zorganizowane mogą korzystać z oferty edukacyjnej muzeum dostępnej na stronie internetowej www.muzeum.zgierz.pl

MOSIR:

W każdą niedzielę w lipcu oraz sierpniu w godz. 12.00 – 18.00 odbywają się animacje dla dzieci i młodzieży na terenie Ośrodka Wypoczynkowego Malinka w Zgierzu

Obiekty czynne:

- Park linowy w godz. 10.00 – 20.00 (ostatnie wejście godz. 19.00)

- Basen przy ul. Leśmiana 1 w dni powszednie godz. 11.00 – 22.00 oraz weekendy godz. 11.00 – 19.00

- Olik ul. Leśmiana i ul. Musierowicza w dni powszednie godz. 14.00 – 22.00 oraz weekendy godz. 11.00 – 19.00

- Ośrodek wypoczynkowy Malinka (kąpielisko) godz. 11.00 – 19.00

Młodzieżowy Dom Kultury w Zgierzu:

Placówka organizuje w wakacje tygodniowe zajęcia wyjazdowe w terminie od 22.08 do 26.08. Więcej informacji w sekretariacie MDK Zgierz, ul. Długa 42 lub pod tel. 42 719 08 52.

1 WRZEŚNIA (CZWARTEK)

- ◆ **Obchody 83. rocznicy wybuchu II wojny światowej – złożenie kwiatów**

na grobach żołnierzy i Ofiar Września 1939 roku Stary Cmentarz przy ul. Ks. P. Skargi (organizator: UMZ)

3 WRZEŚNIA (SOBOTA)

- **godz. 11.00 Narodowe Czytanie**

„Ballady i Romanse” Adama Mickiewicza Park Kulturowy Miasto Tkaczy, ul. Rembowskiego 1 (w przypadku nie pogody Stary Młyn, ul. Długa 41a) (organizator: MPBP)

13 WRZEŚNIA (WTOREK)

- **godz. 18.00 Koncert w wykonaniu Lecha Dybłika**

Miejski Ośrodek Kultury z siedzibą w Starym Młynie, ul. Długa 41a (organizator: MPBP)

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 „Mysłowski”, Popiełuszki 9
- Bar „U Borowy”, Narutowicza 26
- Best 2 – dystrybutor NC+, pl. Jana Pawła II 17
- Biuro podróży „Ready to go”, Musierowicza 4
- Centrum Drobniarskie, Gałczyńskiego 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
- Delikatasy „Mix”, 1-go Maja 3
- Falkopia, 1 Maja 65
- Fru Fitness, Sienkiewicza 20
- Gabinet kosmetyczny „Seralis”, Witkacego 2 B
- Hotel San Remo, Chemiczków 6
- Hurtownia hydrauliczna „Instal-Zgierz”, Wspólna 12
- Hurtownia materiałów budowlanych „Budmar”, Piątkowska 83
- Kiosk „Ruch”, Gałczyńskiego 26
- Kiosk „Ruch”, Parzęczewska 17

- Kiosk „Ruch”, Witkacego 1/3
- Komenda Hufca ZHP, Długa 29
- Komenda Powiatowa Policji, Długa 58/60
- Kurczak „Na parking”
- Kwiaciarnia „Storczyk”, Bazylajska 39 H
- Lecznicza weterynaryjna, Żytnia 82
- Łażnia Miejska, Łęczycza 24
- Mechanika Pojazdowa „Aris”, Łęczycza 11
- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, Długa 56
- Miejski Ośrodek Kultury, Mielczarskiego 1
- 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 lakierów, Dąbrowskiego 22
- Muzeum Miasta Zgierz, Dąbrowskiego 21
- Myjnia samochodowa, Łęczycza 24
- Myjnia samochodowa, Żytnia 22 C
- Najlepsze sery w mieście, Gałczyńskiego 31
- Ostrzenie noży, Kamienna 20
- Park Kulturowy Miasto Tkaczy, Rembowskiego 1
- Powiatowy Urząd Pracy, Barona 10
- Poradnia „Madax”, Musierowicza 18/C
- Pralnia-magiel, Rembowskiego 63
- Przychodnia Oko-Med, Kuropatwiskiej 2

- Punkt Lotto, Powstańców Śląskich 2 BC
- Restauracja „Jagusta”, Skargi 24
- Salon fryzjerski „Ola”, Tuwima 20
- Salon optyczny „Italooptica”, Gałczyńskiego 40
- Salon optyczny „Lux Vision”, Parzęczewska 17
- Sąd Rejonowy, Sokołowska 6
- 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, Stępowizna 8
- Sklep spożywczy, Szczawińska 50
- Sklep spożywczy, Wiosny Ludów 4

- Sklep spożywczy, 3 Maja 8
- Sklep spożywczy „Af-Lider”, Chelmska 75
- Sklep spożywczy „Boya-Zeleńskiego 39
- Sklep spożywczy „Iwona”, Staffa 22C
- Sklep spożywczy „Markecik” P&M, Powst. Śląskich 2A
- Sklep spożywczy „Mateusz”, Kasprowicza 31
- Sklep spożywczy „Miraż II”, Przygraniczna 32
- Sklep spożywczy „Od A do Z”, Piłsudskiego 23
- Sklep spożywczy „Olimp”, Boya-Zeleńskiego 45
- Sklep spożywczy „RADIUS”, Osiedle 650-lecia (przy bl.76)
- Sklep spożywczy „U Justyny” Ozorkowska 66
- Sklep spożywczy „U Placka”, Chelmska 75
- Sklep spożywczy, Dąbrówka, Główna 25
- Sklep spożywczy „Zgoda”, Dubois 37
- Sklep spożywczy „Zgoda”, Klonowa 1
- Sklep spożywczy „Zgoda”, Przemysłowa 2
- Sklep spożywczy „Zgoda”, Rembelskiego 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, Sadowna 6 A
- STS „Dubois”, Rembowskiego 63
- Straż Miejska, Popiełuszki 3A

- „Ter-Lux”, Czerwierskiego 52
- Urząd Gminy Zgierz, Łęczycza 4
- Urząd Stanu Cywilnego, 1 Maja 5
- Urząd Miasta Zgierz, pl. Jana Pawła II 16
- „TrafiKa”, 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: mokzgj@interia.pl lub pod numerem tel. +42 714 31 76.

Renault care service

żywotność na lata



czyszczenie
klimatyzacji za
149 zł*

nikt lepiej nie zadba o Twoje Renault niż serwis Renault

* Podana cena dotyczy 1 usługi, zawiera podatek VAT oraz jest ceną zalecaną (sugerowaną) przez Renault Polska i może zostać zmieniona przez poszczególne serwisy. Przedstawione ceny, towary/usługi i informacje są aktualne od 14 marca 2022 r. do końca sierpnia 2022 r. lub do wyczerpania zapasów. Szczegóły w Autoryzowanych Serwisach Renault. Podane informacje są zaproszeniem do zawarcia umowy i nie stanowią oferty w rozumieniu kodeksu cywilnego.

Renault zaleca 

sklep.renault.pl



GRUPA
JASZPOL

Zgierz, ul. Łódzka 28
Łódź, ul. Brukowa 2
Łódź, ul. Przybyszewskiego 176

www.jaspol.pl

 /Jaspol