



NEUROCHIRURG

w Centrum Medycyny i Rehabilitacji Artkinezis

KONSULTACJE
NEUROCHIRURGICZNE

Pruszków/ Pęcice, ul. Kwiatów Polnych 4 tel. 22 730 13 30 www.artkinezis.pl

(380)
Rok XXXI
SIERPIEŃ 2026
PR 11353
ISSN 1897-8789
www.gpr24.pl
redakcja@gpr24.pl
Cena 50 gr

GŁOS PRUSZKOWA

MIEJSKI I POWIATOWY MIESIĘCZNIK
SPOŁECZNO, KULTURALNO,
INFORMACYJNY - TYTUŁ ISTNIEJE
OD 1919 ROKU

ANIA
KSIĘGARNIA
NA RYNKU OD 1990r.

Zapraszamy!
Pruszków, Kraszewskiego 39

Zasięg: Powiat Pruszkowski, Podkowa Leśna, Janki, Ożarów Mazowiecki, Warszawa - Ursus, Warszawa - Włochy

25 lat budowania zaufania

Rozmawiamy z właścicielem firmy KABEX Pawłem Kędzierskim na s. 4

kabex
25 lat

dziękujemy,
że jesteście
z nami

kabex.eu



Czytaj na s. 20 i 23



Czytaj na s. 7

SKUP
złota, srebra

Szukaj s. 21

Reklama

**SKARB KIBICA
MKS ZNICZ PRUSZKÓW**

RUNDA JESIENNA
SEZONA 2026/2027

Zapraszamy na s. 18 i 19

Sprzedajesz mieszkanie w tej okolicy?

Porozmawiajmy, zanim wystawisz ofertę.
Zgłasza się do mnie wiele osób,
które chcą zamieszkać w tej okolicy.



+48 538 382 999

Rest Nest

Mariusz Zalewski
Twój lokalny doradca ds. nieruchomości



**CZAS NA LETNIE
ODŚWIEŻENIE GARDEROBY
ODKRYJ NOWE TRENDY**

CN
ELEGANCJA

Czynne w każdą
NIEDZIELĘ
niektóre sklepy
CENTRUM MODY
Al. Katowicka 51
Nadarzyn
tel.: 22 739 55 00



UŚMIECH KOR



Foto - Mirosław Kalinowski

Tekst & foto - Włodzimierz Szpak, reżyser dokumentalista, publicysta

W dziejach sztuki europejskiej i światowej obserwujemy okresy szczególnego pobudzenia artystycznego, okresy przełomów, wstrząsów artystycznych. Nikt nie wie dokładnie, jakie były przyczyny, powody czy źródła tych zjawisk. Można to sobie objaśniać w taki lub inny sposób, snuć przypuszczenia, ale będą to tylko przypuszczenia, a nie pewna wiedza, którą można by wykazać np. dla ożywienia współczesnej domeny artystycznej.

Bo w to, że sztuka przechodzi dotkliwy kryzys, nikt już dziś nie wątpi! No może poza tymi wszystkimi, którzy chcieliby być artystami, a nie są. Lubią oni poruszać się w aurze sztuki, bo sztuka wciąż jest ceniona, cieszysz się niezmiennie społecznym prestiżem. To ich podnosi, dowartościowuje...

Rzadko stykam się w ostatnim czasie z jakimiś nieznanymi mi obiektami albo zjawiskami artystycznymi, które by mnie dotknęły, poruszyły, wstrząsnęły mną. Na pewno nie są to rzeczy współczesne. Mniej więcej

rok temu w Muzeach Kapitolińskich widziałem dwa dekoracyjne popiersia kobiece w kształcie słupa zwężającego się ku dołowi, które pochodzą z ogrodów Gajusza Cilnusa Mecenasa, słynnego protektora artystów sprzed 2 tys. lat. Popiersia te nawiązują stylistycznie do greckich kor z okresu archaicznego. Przystanęłam porażony dosłownie ich pięknem. Podobne do siebie choć nie identyczne, z tym tajemniczym powtarzającym się uśmiechem na ustach, o którym Zbigniew Herbert napisał w notatce z Muzeum na Akropolu: „Uśmiech greckich kor, wobec którego gasną wszystkie tajemnice Giocondy”. No dobrze... dlaczego więc ten uśmiech jest właśnie taki i czy jest czymś więcej niż prostym zabiegiem formalnym mającym na celu ożywienie twarzy posągu? Nie wiadomo. Czy można doszukiwać się w nim transcendencji, metafizyki?... Zapewne. A może tak było tylko u Greków w okresie archaicznym, a u Rzymian, 500 lat później, już nie?... Może greckie rzeźby o przeznaczeniu religijnym znaczyły co innego niż naśladujące je rzymskie rzeźby ogrodowe?...

Patrząc na te dwie tajemniczo uśmiechające się kory w Muzeach Kapitolińskich, przypomniałam sobie rzeźby z zupełnie innego miejsca, oddalonego tysiące kilometrów od Rzymu. Angkor w Kambodży, największy kompleks świątynny na świecie. 216 tajemniczo uśmiechniętych („uśmiech Angkoru”), emanujących błogim spokojem (jak po zażyciu narkotyków), olbrzymich twarzy Buddy wykutych w kamiennych wieżach świątyni Bayon. - Nie ma co, chociaż odległość czasowa w datowaniu obiektów to około 1300 lat (Bayon – XII/XIII wiek), podobieństwa pomiędzy nimi są dość oczywiste – pomyślałam, przerzucając wzrok na inne obiekty odkopane w ogrodach Gajusza Cilnusa Mecenasa na Eskwilinie.



Rzymskie Kory (Muzea Kapitolińskie)

Okno na Planty



Foto - Henryk, Tomasz Kaiser

Andrzej Sikorowski - polski piosenkarz, kompozytor, gitarzysta, autor tekstów. Od 1977 w krakowskiej grupie Pod Budą.

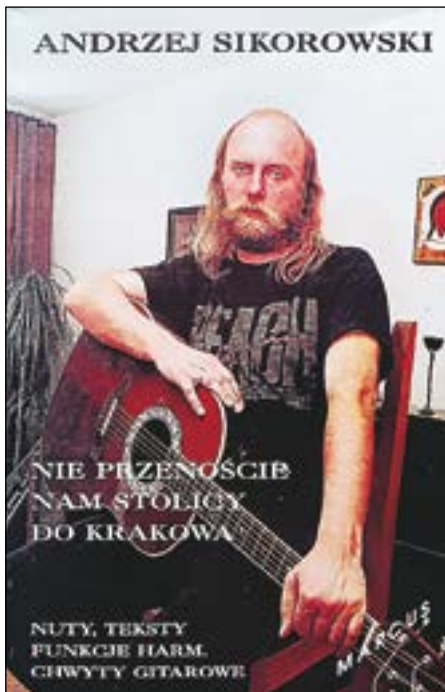
Nie przenieście nam stolicy do Krakowa

Złote nuty spadają na Rynek I dokoła muzyki jest w bród Po królewsku gotuje Wierzynek A kwaciarki czekają na cud Czasem we śnie pojawi się poseł, Który rację ma zawsze i basta I uczonym oznajmia mi głosem, Że najlepiej nam było za Piasta Wielkie nieba! Co ja słyszę? Wielkie nieba! Co się śni? Wstaje rano, przedko piszę Krótki refren, zdania trzy Nie przenieście nam stolicy do Krakowa Chociaż tak lubicie wracać do symboli Bo się zaraz tutaj zjawia Butne miny, święte słowa I głupota, która aż naprawdę boli U nas chodzi się z księżycem w butonierce U nas wiosną wiersze rodzą się najlepsze I odmiennym jakby rytmem U nas ludziom bije serce Choć dla serca nieszczęśliwe tu powietrze Nute nuty spadają na Rynek I dokoła muzyki jest w bród Po królewsku gotuje Wierzynek A kwaciarki czekają na cud Zasluchani w historii kawałek, Który matka czytała co wieczór Przeżywalismy bitwy wspaniałe Nadążając jak zwykle z odsieczą To się jednak już zdarzyło Deszcz nie jeden na nas spadł Nie powtórzy się co było Inny dziś w kominach wiatr

Nie przenieście nam stolicy do Krakowa Chociaż tak lubicie wracać do symboli Bo się zaraz tutaj zjawia Butne miny, święte słowa I głupota, która aż naprawdę boli U nas chodzi się z księżycem w butonierce U nas wiosną wiersze rodzą się najlepsze I odmiennym jakby rytmem U nas ludziom bije serce Choć dla serca nieszczęśliwe tu powietrze Nie przenieście nam stolicy do Krakowa Niech już raczej pozostanie tam gdzie jest Najgoręcej o to proszą Dobrze ważąc własne słowa Dwa Krakusy - Grzegorz T. i Andrzej S.

Za zgodą Vis a Vis

Oto link do gazetki bieżącej Vis a Vis:
<https://zvis2.wordpress.com>
Do wydań archiwalnych to:
<https://zvis.pl>

Foto: <https://kroliczajama.pl>

Budda (Angkor – Kambodża)



Z TEKI WSPOMNIENI JERZEGO ANTKOWIAKA



Foto - Tomasz Pacyna

My europejczy, czyli karnawał...

Karnawał całą gębą, przyjadź i odjadź wielkich ze świata, Miejscowe balony mało, co nie pęknie (z dumy, pychy, czy ze strachu - nie wiadomo), prezes wyjaśnia co kto mówił, bo my osły europejskie jakieś takie niekumate, a prezes wie co mówi, kto mówi i po co mówi i fajno jest i byczo jest i szafa gra. No po prostu karnawał jest, jest taki jak na moim rysunku sprzed trzynastu lat – KARNAWAŁ TAŃCUJĄCY, a wtedy jeszcze AŻ tak się tańczyć nie chciało.

Czy tańczymy tak jak nam grają, czy wprost przeciwnie wie tylko prezes, są jednak sugestie, że nie powie, ale może powie, co było mówione, aby nam mózgowicze rozjaśnić, pod warunkiem, że w mózgowiczy ten dany mózg posiada-my (zupełnie jak u DUDKA w kabarecie się mi się było powiedziało i zaraz się dowiem od dyżurnego satyryka, że jestem łajdak, śwolocz i woda na młyn odwetowców). Boże kochany, co to były za kabarety, KABAKETY, KABARETYSSIMY, to też nam zresztą kiedyś prezes wyjaśni, ale może też tak być, że nie wyjaśni, to wtedy się sami za to weźmiemy, ale zapewne, a właściwie na pewno popełnimy błędy, niestety taki sort tak ma.



Nasz przyjaciel „Profesor Wilczur - Wilczyński” maluje takie oto wielkie zabawne, ale i pouczające obrazki ze współczesności. – „MY EUROPEJCZYCY” ma wiele twarzy dostownie i w przenośni. Moda piękna, jak z żurnala mód lat trzydziestych, ale „twarze bez twarzy” – to daje dużo do myślenia, pod warunkiem, że w ogóle „cośkolwiek” się myśli: Bo jak się nie myśli, a jeno powiada „tak jest panie prezesie”, to się jest zwolnionym z myślenia, z czego wychodzi „bania albo purchawka”, czyli GOMBROWICZ, a tego zaś mówiący wieczne „tak jest” nie lubią, no i masz babo plasek, bo znowuż ten Gombrowicz demoralizuje naszych milusińskich i ziemię ojczystą waży lekce i to jest już zupełna kwadratura koła. Zatem my, ludek tyleż zawzięty, co wesoły mamy, co? Ano mamy KARNAWAŁ TAŃCUJĄCY. Tańczą chochoły, widma, hetmany, chłopcy z placu broni, biali, tysi i strach pomyśleć, kolorowi, to w końcu nasz czy nie nasz KARNAWAŁ, ale spoko, nie napi-najmy się, również i to prezes nam wyjaśni i o to chodzi: „bawiąc uczy”. A, my na dwa pas i parami, parami i dwupłciowymi do cholery, bo zaraz zrobimy porządek z wami lewaki pie-przone! Chodzą takie donosy ze źródeł tajemnych, że trzeba będzie przerobić kawałek historii, podobno to nie Wanda nie chciała Niemca, tylko Niemiec nie chciał Wandy, co za wstyd, co za wstyd! Ale nic to, bo „wariatka ciągle tańczy”, a po za tym ogłoszono, że można już bez wstydu

i na legalu nie kochać Wajdy i Pendereckiego. Co za ulga. Przerobimy nasz ogródeczek, MY EUROPEJCZYCY i będzie i stokrotka i strumyk z wolna płynący a jak się strumyczek wkurzy i



z tych brzegów wyskoczy to nam za-funduje powódz, (z której oczywiście kpić było by idiotyzmem i coraz to jak-by używam tego idiotycznego „jakby” wyjątkowo) ta chęć roztańczenia się zamienia się w posuwiste korowody, te zaś przypominają DANSE MACABRE, a wtedy żarty się kończą. Zastaje tylko poczucie humoru i to wcale nie wisielczego, co zno-wu zapewne wkurzy tych co nie lubią liści na drzewach....

Jeszcze nie koniec świata, ale coś wisi w powietrzu, a my parszywe prześmiewce wiemy, kto wie, co wisi.

O modzie dzisiaj ani słowa, bo męską prezentuje na obrazku pan Piotr, a

damską oglądam już tylko w polskim parlamencie, więc wszyscy wiedzą jak jest. A jak jest? Odłotowo....

Jerzy Antkowiak

PS

Felieton skończyłem 31 lipca 2016 roku, a na kartce z kalendarza z datą 16 VII 2016 taka oto złota myśl: „Ukryte poczucie potęgi bywa nieskończenie rozkoszniejsze niż jawna władza”. Fiodor Dostojewski....

A powiadają, że metafizyka to gusła. J. A.



25 lat budowania zaufania

Rozmawiamy z właścicielem firmy KABEX Pawłem Kędzierskim



Foto - zbiorcy Andrzej Górzyński

Rozmawia - Andrzej Górzyński, publicysta

Rozwój budownictwa, w rejonie zachodnich przedmieść Warszawy, stworzył warunki dla rozwoju wielu firm współpracujących z tą branżą. Jedną z nich był KABEX, który na roboczo celebrowa jubileusz XXV lecia, przywołując motto: 25 lat budowania zaufania.

Andrzej Górzyński - Minęło 25 lat od założenia firmy KABEX. Jak wspomina Pan początki?

Paweł Kędzierski - Początki były wymagające, pełne wyzwań, ale jednocześnie ogromnego entuzjazmu i wiary w sukces. Na początku byliśmy tylko we trzech: ja, magazynier i kierowca. Pracowaliśmy w małym wynajętym lokalu i korzystaliśmy z pożyczonego samochodu dostawczego. Każdy, nawet najmniejszy sukces, był efektem ciężkiej pracy, determinacji i konsekwencji. To właśnie doświadczenia zdobyte w tamtym czasie stały się solidnym fundamentem rozwoju naszej firmy.

A.G. - Co uważa Pan za największy sukces KABEX w ciągu tych 25 lat?

P.K. - Największym sukcesem jest zaufanie, jakim od lat obdarzają nas



klienci, oraz zespół ludzi, którzy wspólnie tworzyli i nadal tworzą tę firmę. Największą satysfakcję daje mi to, że przez 25 lat udało nam się rozwijać firmę, nie tracąc wartości, na których została zbudowana. Szczególnie cieszę się ze stworzenia własnej marki produktów dla budownictwa. Był to jeden z najważniejszych kroków w rozwoju naszej firmy. Satysfakcję daje mi również rozwój sieci hurtowni, realizacja kolejnych projektów oraz możliwość nieustannego doskonalenia naszej oferty i jakości obsługi.

A.G. - Jak zmieniła się firma na przestrzeni tych lat?

P.K. - Przez 25 lat przeszliśmy długą drogę. Rozbudowaliśmy ofertę, uruchomiliśmy nowoczesną produkcję i znacząco zwiększyliśmy skalę działalności. Nie zmieniło się

jednak to, co jest dla nas najważniejsze. Nadal kierujemy się jakością, uczciwością i odpowiedzialnością wobec naszych klientów. Niezmiennie stawiamy również na profesjonalną obsługę, ponieważ to właśnie ona buduje trwałe relacje i zaufanie.

A.G. - Co było największym wyzwaniem?

P.K. - Każdy etap rozwoju wiązał się z nowymi wyzwaniami. Zmieniał się rynek, rosły oczekiwania klientów, pojawiały się światowe kryzysy. Największym wyzwaniem było jednak uruchomienie własnej produkcji i wprowadzenie na rynek produktów pod własną marką. Zadawaliśmy sobie wtedy wiele pytań. Czy klienci obdarzą nas zaufaniem? Czy nasze produkty spełnią oczekiwania rynku? Z perspektywy czasu wiemy, że była to jedna z najlepszych decyzji, jakie podjęliśmy.

A.G. - Komu chciałby Pan szczególnie podziękować?

P.K. - Przede wszystkim naszym pracownikom za ich zaangażowanie, profesjonalizm i codzienną pracę. To dzięki ich pracy i zaangażowaniu możemy się dziś rozwijać i świętować ten jubileusz. Dziękuję również klientom oraz partnerom biznesowym za zaufanie i wieloletnią współpracę. To dzięki nim możemy z dumą obchodzić 25-lecie naszej działalności.

A.G. - Jakie wartości są najważniejsze dla firmy?

P.K. - Od początku kierujemy się tymi samymi wartościami: rzetelnością, odpowiedzialnością, wzajemnym szacunkiem, dbałością o najwyższą jakość naszych produk-

tów i usług oraz ciągłym rozwojem. Wierzmy, że to właśnie te wartości budują trwałe relacje z klientami i partnerami oraz pozwalają osiągać długofalowe sukcesy.

A.G. - Jakie są plany na kolejne lata?

P.K. - Chcemy konsekwentnie rozwijać firmę, poszerzać ofertę, inwestować w nowe rozwiązania oraz kompetencje naszego zespołu. Naszym celem jest dalsze podnoszenie jakości usług oraz budowanie jeszcze silniejszych relacji z klientami. Nie chcemy być po prostu większą firmą. Chcemy być jeszcze lepszym partnerem dla naszych klientów.

A.G. - Co chciałby Pan powiedzieć na zakończenie z okazji tego jubileuszu?

P.K. - Jubileusz 25-lecia to wyjątkowy moment, aby podziękować wszystkim, którzy przez lata byli częścią tej historii. Jesteśmy dumni z drogi, którą wspólnie przeszliśmy i z optymizmem patrzymy w przyszłość. Mam nadzieję, że kolejne lata będą dla nas równie owocne, a zaufanie klientów pozostanie największą wartością i motywacją do dalszego rozwoju. Jestem przekonany, że najlepsze wciąż jest przed nami.

A.G. - Dziękuję za rozmowę. W imieniu Redakcji Głosu Pruszkowa życzę wszelkiej pomyślności oraz wielu sukcesów. Dodam, że Kabex to wieloletni sponsor wielu dziedzin sportowych w naszym rejonie oraz również wieloletni partner naszego pisma, za co należą się słowa wyjątkowego uznania i podziękowania.



Świat na skróty



Foto - Mirosław Kalinowski

Tekst & rys. - Tomasz Suwała, publicysta i blogger

Dzisiejsze czasy mają to do siebie, że człowiek jeszcze myśli, a już musi mieć opinię. Wyszędłem rano po ciepłe bułeczki, a wróciłem z trzema poglądami i jednym, którego nie jestem pewien, ale brzmi przekonująco.

Staś siedział pod sklepem. Siedział, to może za dużo powiedziane — on raczej scrollował. — Widziałeś? — zapytał bez przywitania.

— Co znowu?
— Wszystko — powiedział. — Już wiem, o co chodzi.
Usiadłem obok, bo doświadczenie uczy, że kiedy Staś „wie”, to zaraz się okaże, że ja nie wiem.
— O co chodzi? — zapytałem ostrożnie.
Staś westchnął.
— W skrócie ci powiem.
— A w nieskrócie?
— Nie oglądałem — uciął.
Staś ostatnio operuje wyłącznie skrótami. Ogląda rzeczy maksymalnie minutę, czyta nagłówki i ma poglądy w wersji kieszonkowej.
— I działa? — zapytałem.
— Bardzo — odpowiedział. — Wczoraj miałem trzy różne zdania na ten sam temat.
— Jak to?
— Normalnie. Najpierw jedno, potem drugie, a wieczorem aktualizacja.
Kiwnąłem głową. To akurat brzmiało wiarogodnie.
Staś pokazał mi telefon.
— Patrz. Tu masz analizę.

Spojrzałem. Filmik trwał 37 sekund.
— To analiza?
— Skrócona — poprawił mnie. — Pełna jest w komentarzach, ale nikt nie czyta.
Przez chwilę siedzieliśmy w ciszy.
— A ty czytasz? — zapytałem.
Staś spojrzał na mnie z politowaniem.
— Ja mam życie.



To było mocne. Szczególnie że od dziesięciu minut nie odrywał wzroku od ekranu.
— Wiesz, co jest najlepsze? — ożywił się nagle. — Ze teraz wszystko jest proste.
— Co na przykład?
— Wszystko. Jak coś trwa dłużej niż minutę, to znaczy, że ktoś nie umie wytłumaczyć.
— Albo że sprawa jest trudna — zasugerowałem.
Staś pokręcił głową.
— Nie ma trudnych spraw. Są tylko długie nagrania.
Chwilę później telefon Stasia zapiszczał.
— O, nowy film — powiedział z ulgą. — To może zmienić wszystko.
— Co dokładnie?
— Nie wiem — przyznał uczciwie. — Ale na pewno coś ważnego.
Popatrzyłem na niego.
— I co potem?
— Potem zobaczymy następny — odpowiedział spokojnie.
Usiadłem wygodnie. Bułki już wystygły.
Staś obejrzał filmik, skinął głową i powiedział:
— No. Teraz to już naprawdę wiem.
— Co?
— Spojrzałem na mnie.
— Jeszcze nie wiem. Ale w skrócie.

Komentować można na:
www.piorkientomkas.blogspot.com

Reklama

OGRODY PRZYJACIOŁ

GMINA MICHAŁOWICE REGULY UL. WIEJSKA 40

WILLA DEVELOPER



APARTAMENTY INWESTYCYJNE
BIURO SPRZEDAŻY, 05-250 RADZYMIN, AL. ARMII KRAJOWEJ 4 LOK. U2
Tel.: +48 570 211 911, 22 786 52 22
reklama@willadeveloper.pl www.willadeveloper.pl



Bogusław Czarmiński - „Na tym polega patriotyzm, że się broni ojca, matkę, domu”

I to chyba Panu zostało do dzisiaj.

Tak, nie lubię się smucić. Wtedy się myślało, że jakoś to będzie. Wchodziło się do konspiracji, bo po prostu był cel. Jak człowiek widzi okupanta, te blachy na piersiach żołnierzy czy żandarmów, słyszy ich podkute buty, przeżywa te łapanki, to chciałby jakos zareagować. Konspiracja była dla nas ratunkiem psychicznym. Z całą pewnością miała sens wychowawczy. My nie mieliśmy broni ze względu na zbyt młody wiek. Byliśmy zawisakami[4], ale starsi chłopcy, od piętnastego do siedemnastego roku życia, to była Bojowa Szkoła. Oni już mieli granaty. My czasem przenosiliśmy coś, nie wiedząc nawet co, a tam nierzadko była broń. Ale lepiej, że nie wiedzieliśmy, jak sźliśmy. Dziś dużo się mówi o patriotyzmie. Nie lubię, jak się tak gada. Przeważnie robią to ci, którzy patriotami nie są. Bo jak się rodzi patriotyzm? Jak Pani gdzieś mieszka i przychodzą żandarmi, wyrzucają Panią, zabijają bliskich i jest Pani w stałym zagrożeniu, to siłą rzeczy rodzi się ten patriotyzm, zaczyna Pani czuć, że jest Pani Polką. Nie mówi się więc o patriotyzmie, tylko zaczyna działać. Przecież nikt z nas, AK-owców i innych, właściwie nigdy nie mówił o patriotyzmie. Teraz, po wojnie, się mówi. My po prostu działaliśmy, broniliśmy się. Atakowaliśmy tam, gdzie było można, ale to była obrona rodzinnego miejsca. Na tym polega patriotyzm, że się broni ojca, matkę, domu.

Pięknie Pan to powiedział. Zapamiętał Pan moment zaprzysiężenia? Gdzie to się odbyło?

Było to w Czarnej Strudzie[5]. Pojechaliśmy tam, każdy na własną rękę. Spotkaliśmy się, ustawiliśmy w szeregu. Baczność, spocznij, równaj w prawo. I złożyliśmy przysięgę – jeden czytał, reszta powtarzała. Już nie pamiętam słów przysięgi, to było gdzieś zapisane, ale nie przypomnę sobie. Zaraz musieliśmy uciekać. Niemcy się pojawili gdzieś po bokach. Ktoś powiedział, że podchodzą. Szybko się zwinęliśmy, ustalając, że każdy ucieka sam, żeby nie grupa, bo łatwiej przemknąć. I tak było. Byliśmy tam bodajże jeszcze raz. Harcerstwo wymaga zdawania na różnej sprawności. Miałem chyba samarytanina, bo zawsze lubiłem opatrywać rany. Inni też tak składali przysięgi.

Tak na marginesie – zanim się znalazłem w Szarych Szeregach, to zwerbował mnie facet, harcerz HP czy jakiegoś innego harcerstwa. To było na Szpitalnej, bodaj pod piątym, na pierwszym lub drugim piętrze. Co się okazało? Ten cwaniaczek zaangażował nas po to, żebyśmy mu pomogli czyścić łódkę, którą remontował. Ja tam byłem, czyściłem, czyściłem, ale się buntowałem. Potem ta dziewczyna z sąsiedztwa się pojawiła z propozycją, więc szybko porzuciłem tę pracę przy łódce. I przystąpiłem do Szarych Szeregów.

Jakie jeszcze działania w ramach Szarych Szeregów były prowadzone?

Byłem współorganizatorem Poczty Harcerskiej – założyłem drużynę ochotników. Chyba się nazywała Stefan Batorego, ale może inaczej. Tam byli inni drużynowi, Władek i tak dalej. Oni mieli swoich chłopaków, ja miałem swoich listonoszy. Garnęli się niesamowicie. Nie wiedziałem, co z nimi zrobić. Było bardzo dużo chętnych. Ja tym kierowałem.

Jak wyglądały przygotowania harcerzy do powstania? Kiedy Państwo się dowiedzieli, że będzie powstanie?

Cały czas się mówiło, że będzie powstanie, więc czekaliśmy na jakiś sygnał. Oczywiście wszyscy w domach czekali. Potem przyszedł rozkaz. Ze względów bezpieczeństwa kontaktowaliśmy się wyłącznie z najbliższym kolegą, nie wiedzieliśmy, kto stoi dalej. Ten, który był z mną w kontakcie, powiedział mi: „Słuchaj, ma wybuchnąć powstanie. I mamy iść”. Więc poszedłem. Zgromadziliśmy się na ulicy Marszałkowskiej. Nie pamiętam dokładnie, pod którym numerem, gdzieś jest o tym mowa. Chyba na czwartym piętrze. Czekaliśmy, co dalej. Zaczęło się. Ktoś powiedział, że na rogu Kruczej i Alei Jerozolimskich jest przekop, przez który można przejść z jednej strony na drugą przez ostrzeliwane przez Niemców Jerozolimskie. Tam przy tych kamienicach było zgromadzenie.

Postanowiliśmy tam pójść, tym bardziej że dowiedzieliśmy się, że przez piwnice próbują się przebić „ukraińcy”[6]. To stanowiło dla nas zagrożenie. Zeszliśmy na dół, ustawiliśmy się przed kamienicą, a niedaleko, może z pięćset metrów od nas, stał czółg. Niemcy strzelali z niego w Marszałkowską, jak tylko coś zobaczyli. Nie wiedzieliśmy, co zrobić. Postanowiliśmy jednak przeskoczyć na drugą stronę. Robiliśmy to pojedynczo, a był to kawał grupy. Walili. Czekaliśmy tylko na przerwę. I tak jeden po drugim skakaliśmy. Wszyscy przeszliśmy. Ilu nas było, już nie pamiętam, ale sporo. Tam, po drugiej stronie, rzekłobyście było takie centralne miejsce z kuchnią polową. Kobiety kombinowały, nie wiem skąd, jedzenie. Chodziło się, ja nie chodziłem, ale inni chodzili, na drugą stronę do browarów Haberbuscha, gdzie w piwnicach składowano

zboża. Przynosiło się je i jadło. Rozgotowane.

Chyba taką zupę się jadło.

Tak. Nie pamiętam okoliczności, ale nasz hufiec przeszedł na Hożą 13, w pobliże Mokotowskiej. Niedaleko mieliśmy wjazd do kanału.

W czasie powstania któregoś dnia udaliśmy się chyba na ulicę Konopnickiej – od placu Trzech Krzyży – już nie pamiętam po co, ale zaraz niedaleko byli Niemcy. Nagle pojawiły się sztukasy[7]. Jak tylko je dostrzegliśmy, schowaliśmy się w pobliskiej kawiarni czy restauracji Pod Palmami. Staaliśmy najbliżej słupa. Niemcy zbombardowali budynek, poleciały gruz. Zostałem przyspany, ale koledzy mnie odkopali. Zbombardowali wtedy też, przy Placu Trzech Krzyży, Gimnazjum Królowej Jadwigi, Instytut Głuchoniemych i Ociemniałych oraz Kościół Świętego Aleksandra. Pobiegliśmy tam i ratowaliśmy te dzieci, tych ludzi.

Kościół św. Aleksandra też został wtedy zbombardowany, więc i tam ratowaliśmy. W którymś momencie, jak już wynosiliśmy te mszały, monstrancje, pojawił się facet i zawołał: „Druhowie, możecie się odwrócić?”. I zrobił nam to zdjęcie, po czym poszedł dalej. Już nie pamiętam, jak on się nazywał, ale po wojnie dużo jego fotografii było publikowanych. To zdjęcie znalazło się w Anglii. Pamiętałem, kiedy mi je zrobiono, ale długi czas nie mogłem go znaleźć. I nagle Wiktor, przyniósł to zdjęcie z Anglii, gdzie był u jakiegoś znajomego, który akurat je miał. Stąd się ono tu znalazło. Zazdrościł mnie zresztą tego zdjęcia. To jest przepiękne. Z tej naszej kwatery biegaliśmy, a to do Gimnazjum Królowej Jadwigi, a to gdzie indziej jako listonosze. Tym się głównie zajmowałem ze swoim zastępem. Już tak dokładnie nie pamiętam, ale byliśmy tam



Harcerze z drużyny im. Bolesława Chrobrego roju Ziemi Zachodnie na biwaku w Czarnej Strudzie, maj 1944 r.: klęczy Bogusław Czarmiński, stoi Jerzy Daroszewski ps. Dorsz. Zdjęcie pochodzi z książki Zygmunta Głuska „Hej chłopcy...” Zawiszczy z Szarych Szeregów, Warszawa 1998

cały czas, nie szło się do domu, tylko tam się siedziało. *A skąd pseudonim Maszynka?* To koledzy mi wymyślili. Pewnie dlatego, że byłem taki szybki. Ćwiczyłem. Jak mieszkaliśmy na Szczęśliwej, na czwartym piętrze, to moim sportem było zbieganie ze schodów. Chciałem pobić rekord, więc łapałem za poręcz i skakałem. Jak mi się udało skoczyć te pół piętra, to byłem zadowolony. Cały czas w ruchu. Byłem bardzo, bardzo żywotny. Pewnie dlatego mam dziś dziewięćdziesiąt siedem lat. Nadal pracuję w ogrodzie. Jeszcze pływam...

Pozazdrościć! Jakie nastroje panowały w czasie Powstania Warszawskiego? Jak to było w zastępie, w drużynie? Bo na początku na pewno wybuchła euforia.

Wie Pani, nie ma co mówić o nastrojach. Nastroj może być albo smutny, albo wesoły, albo taki... My cały czas byliśmy czynni, zaangażowani. Coś robiliśmy. Nie rozmyślaliśmy nad tym, co robimy, jak robimy. Na Wilczej, bodajże pod dziesiątym, walnęła berta[8], ale nie wybuchła, jednak obok zaczął się palić dom. Trzeba było biec na ratunek. Byliśmy po drugiej stronie tego pożaru. Łapaliśmy jakieś wanieki, kubelki czy coś z wodą, żeby gasić. Ale co przeskoczył człowiek, to Niemcy z końca Wilczej strzelali. To były kule zwane dum-dum[9], które jak uderzyły w ciało, to je rozrywały. Trzeba być dzieckiem, żeby nie zdawać sobie z tego sprawy. Patrzę, a tak

siup i po piętach pu-pu. Udało się. I tak jeden po drugim przeskakiwał. Nie udało się tylko „Księżycowi”[10] – od Gimnazjum Królowej Jadwigi do Mokotowskiej była taka, jakby to powiedzieć, barykada zrobiona z desek. Szliśmy od strony gimnazjum i głuchoniemych, chcieliśmy wrócić do swojej bazy przy Mokotowskiej. W jednym miejscu był taki prześwit. Szedł właśnie „Księżyc”. Na budynku Banku Gospodarstwa Krajowego, na rogu Nowego Świata i Jerozolimskich, ukrywał się strzelec niemiecki, tzw. gołębiarz. Strzelił i przestrzelił mu nogę. Dociągnęliśmy go na Mokotowską. Tam był nawet jakiś taki szpital, podobnie na Hożej. Zakonnica czy ktoś inny zawiązała mu nogę powyżej rany. Taka bania się zrobiła, bo to zatrzymywało krew. Siedzieliśmy przy nim kilka

[4] Zawiszczy – najmłodsza grupa metodyczna harcerzy Szarych Szeregów zrzeszająca chłopców i dziewczynki w wieku od 12 do 14 lat.

[5] Czarna Struga – część miasta Marki w województwie mazowieckim w powiecie wolomińskim.

[6] „Ukraińcy” – potocznie o wschodnioeuropejskich żołnierzach służących w armii niemieckiej.

[7] Sztukasy – niemieckie bombowce używane podczas II wojny światowej.

[8] Berta – żartobliwie: niemieckie działo oblężnicze; gruba berta.

[9] Anuncjacja dum-dum – rodzaj pocisków ze ściętym wierzchołkiem i odsłoniętym wnętrzem. Fala uderzeniowa takiej amunicji jest wielokrotnie większa niż amunicji z zamkniętym wierzchołkiem.

[10] Andrzej Brzeczek ps. Księżyc (1928–2011) – w latach 1943–1944 harcerz Szarych Szeregów, służył w roju Ziem

82. ROCZNICA WYBUCHU POWSTANIA WARSZAWSKIEGO

POCZTÓWKA Z DULAGU

Spektakl grupy Teatralnia K40
w reż. Karoliny Skrzyńskiej
WSTĘP WOLNY
WIĘCEJ INFO: WWW.DULAG121.PL

7 SIERPNIA 2026 (PIĄTEK), g. 18.00
Muzeum Dulag 121
ul. 3 Maja 8A, Pruszków



ZAPISY:



Chopin i jego Europa 2026 festiwal wielkich orkiestr i wielkiej pianistyki

Znamy program 22. Międzynarodowego Festiwalu „Chopin i jego Europa”. Tegoroczna edycja, choć skromniejsza pod względem liczby koncertów niż w poprzednich latach, przyniesie występy znakomitych orkiestr symfonicznych z Kanady, Stanów Zjednoczonych i Europy, a także recitali i koncertów z udziałem wybitnych pianistów oraz innych cenionych solistów. Jak zawsze ważne miejsce zajmie muzyka polska, od Chopina po Pendereckiego.

Wokół muzyki polskiej

W centrum tegorocznej edycji ponownie znajdzie się muzyka polska, która od początku istnienia „Chopina i jego Europy” pozostaje jednym z najważniejszych znaków rozpoznawczych tego wydarzenia. Obok utworów Fryderyka Chopina usłyszymy kompozycje Feliksa Janiewicza, Karola Mikulego, Mieczysława Karłowicza, Karola Szymanowskiego, Grażyny Bacewicz i Krzysztofa Pendereckiego. Tegoroczny repertuar po raz kolejny przypomni, jak bogata, różnorodna i wielowarstwowa jest polska tradycja muzyczna. <https://www.polskieradio.pl/>



Bruce Liu - triumfator Konkursu Chopinowskiego w 2021 roku. Foto: Christopher Koestlin/materiały promocyjne

 **NATURMED** Ośrodek Medycyny Manualnej i Osteopatii

Ursus-Gołąbki ul. Koronacyjna 15
Zapisy: tel.: +48 604 092 007, 22 662 49 07
pon. - pt. w godz. 9:00 - 17:00
Dogodne terminy zabiegów dla osób pracujących

Istniejemy od 35 lat

RATUNEK NA BÓL



D.O. mgr JAKUB GÓRNICKI

Jest wykładowcą w jednej z warszawskich uczelni na wydziale Medycyny Osteopatycznej. Uzyskał dyplom w prestiżowej uczelni medycznej w Anglii.

Bardzo ceniona i uznawana przez lekarzy metoda pomocy w bólach:

- ostrych, przewlekłych i nagłych nerwobólach,
- pourazowych (powypadkowych),
- barku, kolan i kręgosłupa,
- „kolano skoczka”, „łokieć tenisisty”,
- zespoły bólowe u kobiet w ciąży i po porodzie,
- naciągnięcia, drętwienia, zaburzenia czucia.

Ulga i rozwiązanie problemów z barkiem, kręgosłupem i kolanami

Każdy zabieg bardzo wspomaga układ trawienny, nerwowy i krążenia poprawiając homeostazę

To ogromna SZANSA dla osób, które nie mogą być operowane lub chcą operacji uniknąć

Pierwsza wizyta konsultacyjna, aby ustalić możliwość pomocy lub przeciwwskazania – jest BEZPŁATNA

Reklama



Gmina Michałowice laureatem Plebiscytu „Wspólna zielona przyszłość”

Gmina Michałowice zajęła pierwsze miejsce w kategorii „Samorząd – gminy wiejskie” w IV edycji Plebiscytu Ekologicznego „Wspólna zielona przyszłość”, organizowanego przez Uniwersytet Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie. Nagrodę przyznano za projekt „Działania ekologiczne i klimatyczne Gminy Michałowice 2022–2026”.

Nagrodę podczas uroczystej gali odebrała Anna Fabisiak, zastępca wójta gminy Michałowice. W ramach wyróżnienia gmina otrzymała także nagrodę finansową w wysokości 3 tys. zł.

Plebiscyt „Wspólna zielona przyszłość” promuje najbardziej wartościowe i innowacyjne

inicjatywy związane z ochroną środowiska, klimatu, odnawialnymi źródłami energii oraz edukacją ekologiczną. W kategorii „Samorząd” oceniane są działania wpływające na poprawę jakości środowiska oraz ich oddziaływanie na lokalne społeczności.

Kapituła konkursu doceniła szeroko zakrojone działania gminy na rzecz ochrony środowiska i klimatu. W uzasadnieniu zwrócono uwagę m.in. na rozwój terenów zielonych, tworzenie mikrolasu Miyawaki, ochronę lasów społecznych, powiększenie parku w Regulach, inwestycje w odnawialne źródła energii, poprawę efektywności energetycznej oraz rozwój ekologicznego transportu publicznego.

Podkreślono również zaangażowanie gminy w edukację ekologiczną dzieci i młodzieży, organizację pikników, warsztatów, rajdów i debat ekologicznych oraz działania zmierzające do ochrony cennych przyrodniczo terenów Kumakowych Mokradeł.

Przyznane wyróżnienie jest potwierdzeniem skuteczności i konsekwencji działań realizowanych przez Gminę Michałowice na rzecz zrównoważonego rozwoju i ochrony środowiska.

Ponad 2 tony zużytego oleju trafiły do recyklingu dzięki mieszkańcom gminy Michałowice. Dziękujemy!

Mieszkańcy gminy Michałowice po raz kolejny pokazują, że wspólne działania na rzecz ochrony środowiska przynoszą konkretne efekty. Program zbiórki zużytego oleju roślinnego (UCO) cieszy się niesłabnącym zainteresowaniem, a kolejne miesiące przynoszą bardzo dobre wyniki.

Nie
olewaj,
zlewaj!

Od początku funkcjonowania programu pobrano już 2729 pustych butelek, a 2003 z nich wróciły do olejomatów wypełnione zużytym olejem. Do akcji przystąpiło 755 osób, które dbają o to, aby olej spożywczy nie trafiał do kanalizacji, lecz został przekazany do recyklingu.

Tylko w tym roku zebrano już 993,2 kg UCO. To blisko tona w ciągu pół roku. Łącznie od uruchomienia programu, czyli od 20 listopada 2024 r., mieszkańcy przekazali do recyklingu już 2216 kg zużytego oleju.

To imponujący wynik i dowód na to, że coraz więcej osób przyłącza się do piątego wymiaru recyklingu. Dzięki ich zaangażowaniu zużyty olej

może zostać ponownie wykorzystany, zamiast zanieczyszczać kanalizację i środowisko.

Przypominamy, że na terenie gminy Michałowice działają trzy olejomaty:

- na terenie PSZOK w Regulach,
- przy ul. Kuchy w Regulach, vis-à-vis Urzędu Gminy Michałowice,
- przy parkingu przy ul. Ceglanej 1 w Komorowie.



LETNIA SCENA 2026

MIEJSCE REGUŁY koncerty, spektakle

WSTĘP WOLNY

WÓJT GMINY MICHAŁOWICE ZAPRASZA

9 sierpnia (niedziela) godz. 18:00
BOSSA NOVA TIME
Agnieszka Kledzik Band

22 sierpnia (sobota) godz. 18:00
SZANTY
Bra-De-Li

23 sierpnia (niedziela) godz. 17:00
FINTIKLUSZKI
spektakl teatralny dla dzieci
Teatr Małe Mi

30 sierpnia (niedziela) godz. 17:00
POD DACHAMI
PARYŻA – PIOSENKI
EDITH PIAF
Dorota Helbin, Mateusz Dudek



Krucjaty 2026



Wisłoujskie i Grunwald



Xiążca Drużyna jest w pełni sezonu! Lipiec rozpoczęliśmy wizytą w Twierdzy Wisłoujskie, gdzie po raz kolejny odbyła się impreza osadzona w 1628 r. Tym razem udało nam się przywieźć sześć koni – dzięki temu we wszystkich trzech po-

tyczkach mogliśmy wystawić po trzech jeźdźców na stronę.

Po raz pierwszy – poza rajtarią – mogliśmy zaprezentować autorament narodowy: pancernych oraz lekką jazdę. Sama impreza, trwająca trzy dni, zebrała prawie 500 rekonstruktorów z wielu krajów. To zdecydowanie największe wydarzenie siedemnastowieczne w tej części Europy, które już na stałe wpisało się w nasz kalendarz.

Połowa lipca to oczywiście – jak co roku od ponad 20 lat – inscenizacja Bitwy pod Grunwaldem. Ze stajni PaTaTaj pojechało w tym roku aż 11 koni (dwa konie były wypożyczone Litwinom, w tym samemu wielkiemu księciu Witoldowi). Wraz z końmi prywatnymi Xiążca Drużyna wystawiła 12 rycerzy, po 6 na stronę polską i krzyżacką – ostatni raz udało się to 16 lat temu, na jubileuszowej inscenizacji z okazji 600 rocznicy bitwy. Warto odnotować, że w naszej ekipie pojawiły się nowe twarze – cieszy, że ludzie ciągle garną się do naszego hobby, które nie należy do najtańszych.

Przed nami kolejne wyjazdy – inscenizacje bitew pod Świecinem czy Gniewem, a także pokazy kopijnicze na zamku w Liwie. A to tylko sierpień...

Maciej Król
Xiążca Drużyna
Foto - Ewelina Flis, DazFoto, Arkadiusz Rutkowski





Jak Hitler chciał zbombardować Amerykę



Foto - ze zbiorów autora

Grzegorz Przybysz - dziennikarz, publicysta, regionalista
Foto - Internet

W drugiej połowie 1942 roku, wywiad FFI (Francuskich Sił Wewnętrznych) przekazał do Londynu tajną wiadomość, iż w biurze konstrukcyjnym Groupe Technique de Chatillon pod Paryżem, około 300 francuskich inżynierów i techników lotnictwa przystąpiło pod ścisłym nadzorem niemieckiej firmy Focke Wulf – do projektowania czterosilnikowego, ciężkiego bombowca dalekiego zasięgu. A także, że zaczęto budować prototyp innego 4 silnikowego bombowca w uruchomionych przez Niemców zakładach lotniczych Societe des Aviones Farman, także pod Paryżem. Oba te projekty były częścią tajnego planu oznaczonego kryptonimem AB i AR. Bliższych szczegółów nie można było zdobyć, bowiem wszystkie prace w obu firmach były pilnie strzeżone przez SS i Gestapo.

A liści, dla Intelligence Service nie było tajemnic. Wkrótce wykryto że tajny plan AB zakrojony był na szeroką skalę, bowiem zaangażowane zostały w nim prawie wszystkie niemieckie wytwórnie lotnicze, więc tajemnicy nie dało się dłużej utrzymać. Istotą planu było przygotowanie szeregu prototypów bombowców o ultra-dalekim zasięgu z których najlepszy miał wejść do seryjnej produkcji. Marszałek Hermann Goering, szef Luftwaffe zapewniał Hitlera, że utworzony z tych maszyn specjalny dywizjon bombowy, przy sprzyjających warunkach dokona nalotu na Nowy Jork. Dane uzyskane przez brytyjski wywiad szokowały. Otóż okazało się, że kryptonim AB - to Amerika Bomber, a drugi wykryty nieco później – AR, to Amerika Rakete - Oba tajne plany odpowiadały prawdzie. Okazało się że poprzez zbombardowanie amerykańskiego kontynentu, Hitler i Goering zamierzali osiągnąć potrójny efekt: osłabić ducha i wolę walki narodu amerykańskiego, dezorganizować życie i wywołać panikę w ważnych centrach przemysłowych i administracyjnych USA, oraz podreperować prestiż nadwyreżony załamaniem się ofensywy na wschodzie, w ZSRR. Dla osiągnięcia tych wymaganiowanych celów, obaj szaleńcy gotowi byli poświęcić zarówno samoloty jak i ich załogi, bowiem zdawali sobie sprawę, że maszyny te nie są w stanie przelecieć dwukrotnie nad Atlantykiem bez lądowania. A zatem samoloty po zrzuconiu bomb miały lądować gdziekolwiek w USA lub w Kanadzie, a lotnicy zaś w miarę możliwości skakać ze spadochronem w miejscach z góry wytypowanych przez członków niemieckiej „piątej kolumny” na terenie obu krajów.

Niezależnie od tajnych prac nad nowymi samolotami we Francji, Niemcy próbowali przystosować do tego zadania istniejące już konstrukcje, m.in. pasażerski samolot Blohm-Voss 222 „Wiking” - gigantyczny, 6 silnikowy hydroplan zaprojektowany jeszcze przed wojną dla transatlantyckiej linii Deutsche Lufthansa, oraz 4 silnikowy samolot transportowy Junkers 290. Wyniki wszystkich projektów i prac miały być przedstawione Hitlerowi w październiku 1942 roku, na trzydniowej konferencji w Berchtesgaden. W tej odprawie udział wzięli najważniejsi przedstawiciele rządu III Rzeszy, dowództwa Wehrmachtu i Luftwaffe, oraz wielu kół przemysłowych związanych z lotnictwem. Ogólne założenia zreferował pierwszego dnia, minister uzbrojenia Albert Speer. Oto oryginalne tłumaczenie:

- Do realizacji planu AB -AR przystąpili konstruktorzy z 6 największych niemieckich fabryk lotniczych. Przedstawię tu pokrótce najbardziej charakterystyczne cechy ich projektów. Jako ewentualną bazę startową bieżącej

Teraz druga łódź latająca: – kontynuuje przemówienie Speer. - To Dornier 214. Również ma 60 metrów rozpiętości. Tu przewiduje się zastosowanie aż 16 silników rozwijających ogółem moc 32 tysięcy koni mechanicznych...Profesor Tank powierzył do rozpracowania we Francji prototyp Focke-Wulf 400. (prof. Kurt Waldemar Tank był głównym inżynierem i konstruktorem zakładów lotniczych Focke-Wulf). Samolot ma cztery silniki do przelotu, a w razie walki można by włączyć dodatkowe silniki odrzutowe obecnie wypróbowywane przez Junkersa. Dałyby one przejściowo maksymalną szybkość 700 kilometrów na godzinę. W tym samolocie przewiduje się zamontowanie 16 ciężkich karabinów maszynowych. Samolot mógłby zabrać 10 ton bomb...

Teraz Heinkel 274: cztery silniki, rozpiętość 44 metry, ciężar w locie 36 ton. Dla porównania amerykańska „Forteca” ma 31 metrów rozpiętości i 32 tony wagi. Nasz samolot jest o wiele większy. Projektuje się przy tym zastosowanie wielu ulepszeń, nie wprowadzonych jeszcze przez naszych przeciwników, to znaczy hermetycznej kabiny dla 4 ludzi załogi, i zdalnie kierowanych stanowisk ogniowych, w tym 5 ciężkich karabinów maszynowych. Samolot mógłby zabrać do 8 ton bomb. Szybkość maksymalna 500 km/godz. Zasięg jednak jest za mały. Konstruktorzy od Junkersa, bazując na typie 290, zaprojektowali 6-silnikowy Ju 390. Miałby on 50 metrów rozpiętości, przy wadze 73 ton. Z szybkością podróżną może on przelecieć 8 tysięcy kilometrów. Ważne jest że produkcję można rozpocząć w każdej chwili.

I wreszcie ostatni – Messerschmitt 264. Podobnie jak profesor Tank, również profesor Messerschmitt przewiduje zastosowanie oprócz 4 zwykłych – dwóch dodatkowych silników odrzutowych, które zapewnią szybkość większą

Blohm & Voss BV 222 Wiking - niemiecka ciężka łódź latająca



Junkers 390



Messerschmitt Me 264 – niedoszły Amerikabomber



rze się pod uwagę rejon na zachód od Paryża, położony w odległości około 5700 kilometrów od Nowego Jorku. Wymagany jest zatem zasięg około 13 tysięcy kilometrów, a w wypadku gdybyśmy chcieli poświecić samoloty na korzyść większego ładunku bomb – to tylko 6 tysięcy kilometrów. Firma Blohm-Voss uważa, że jakkolwiek „Wiking” może przelecieć 6 tysięcy kilometrów w ciągu 20 godzin, to jednak bardziej celowe byłoby zbudowanie na bazie tej konstrukcji nowego, większego samolotu o rozpiętości skrzydeł 60 metrów i wadze 90 ton. A przy zapewnieniu kooperacji z wynajętymi neutralnymi statkami-cysternami, łodzie latające BV 238 Viking, mogłyby po zrzuconiu kilku ton bomb na Nowy Jork, powrócić do bazy. Tak wielką maszynę można by przy tym bez trudu wyposażyć w liczne, ciężkie uzbrojenie.

od nieprzypięcielskich myśliciów. Pan Messerschmitt zapewnia, że przy zredukowaniu do minimum uzbrojenia i wyposażenia, jego samolot może zrzucić na Nowy Jork 1800 kilogramów bomb i powrócić do Francji. Chciałbym jeszcze dodać w najcisłej tajemnicy, że od 1941 roku pracujemy nad dwustopniową rakietą, która mogłaby osiągnąć brzozi Ameryki. Na razie jednak pocisk ten nie wyszedł poza stadium projektów. - Tyle minister uzbrojenia Albert Speer.

Drugiego dnia konferencji zabrali głos reprezentanci każdej firmy lotniczej, zachwalając oczywiście zalety swych konstrukcji. Aliści, po południu głos zabrał sam Hitler. Fuehrer był bardzo poruszony, co od razu było widać nim zabrał jeszcze głos. Zarzucił wszystkim projektantom, że nie potrafili należycie rozwiązać sprawy

dalekiego zasięgu samolotów z których żaden po wykonaniu zadania, oprócz Me 264, nie ma możliwości powrotu do Europy. - A przecież już w 1937 roku, sowiecki samolot ANT 25 konstrukcji Tupolewa, przeleciał bez lądowania przeszło 12 tysięcy kilometrów – wytknął zebrany.

Trzeciego dnia Hitler podjął decyzję. Jako America-Bomber wybrany zostaje Me-264. Z tym prototypem miano szybko się uporać, i dokonać niezbędnych prób. Także zakłady Heinkla otrzymały polecenie zbudowania 6 prototypów He-274, a Blohm Voss - dwóch nowych prototypów hydroplanu BV-238 Viking. Natomiast Junkers 390 miał być oddany do produkcji z przeznaczeniem do dalekodystansowej współpracy z okrętami podwodnymi na Atlantyku.

Tego samego dnia po południu, Hitler zamknął się w swoim gabinecie wraz z dwoma najbardziej cenionymi konstruktorami lotnictwa niemieckiego, profesorami - Kurtem Tankiem i Wilhelmem Messerschmittem. O czym rozmawiali? Chyba nigdy się nie dowiemy. Jedyne możemy się domyślać.

Prowadzone do końca 1942 roku i wiosną 1943 roku próby z bombowcami Me-264, nie dały zadowalających rezultatów. Przede wszystkim nie można było ograniczyć wyposażenia samolotu, co według projektu profesora Messerschmitta miało dać znaczną oszczędność na wadze, umożliwiająca zabranie większej ilości paliwa. Niezależnie, próby cały czas trwały. Tymczasem rozpoczęła się angloamerykańska ofensywa powietrzna. Na liście dziesięciu najważniejszych celów znalazł się niemiecki przemysł lotniczy, w tym wielkie zakłady lotyśk kulkowych w miejscowości Schweinfurt w Bawarii, i fabryki sztucznej benzyny m.in. w Pöhlitz, dziś Police koło Szczecina. Na początku zostały zbombardowane gruntownie zakłady Messerschmitta w Augsburgu, podczas którego uszkodzono trzy prototypy bombowca Me-264. Gdy szkody usunięto, nastąpiła inwazja Aliantów, w skutek czego Niemcy utracili bazy we Francji a zatem bombardowanie Ameryki poprzez Atlantyk stało się nierealne.

Jednakże, Hitler nie porzucił myśli o zaatakowaniu Ameryki. Był zawzięty jak jego zastępca Martin Bormann. Wezwał głównego konstruktora pocisków V-1 i V-2, Wernera non Brauna i rozkazał, by tenże kontynuował rozpoczęty projekt rakiety A-10, bowiem tylko ten pocisk według niego mógł osiągnąć wschodnie terytorium USA. Zatem szybko wzmożono prace nad rakietą A-10.

Jej ogólny ciężar wynosił 85 ton, z czego 62 tony przypadały na paliwo. Wysokość całkowita rakiety wynosiła 26 metrów, a średnica przeszła 4 metry. Miał to być prawdziwy gigant. Jej działanie miało wyglądać następująco: - po starcie rakietą powinna wytworzyć siłę ciągu równą 200 tonom (dla porównania przeciętny odrzutowy samolot myśliwski ma ciąg równy 2 tonom). W ciągu jednej minuty paliwo zawarte w pierwszym członie rakiety zostałoby zużyte nadając jej szybkość 1200 metrów na sekundę. W tym momencie pierwszy człon oddzieliłby się, a pracę rozpocząłby drugi silnik, drugiego członu rakiety, ważący 16 ton, z czego jedna tona to materiał wybuchowy. Ten drugi człon po osiągnięciu szybkości 2800 metrów na sekundę, czyli 10 tys. km. na godzinę, leciałaby na wysokości 55 kilometrów i po 35 - 40 minutach mógłby osiągnąć cel odległy o 4 tysiące kilometrów. Ale to tylko teoria, bowiem poza tę granicę nie udało się nigdy wyjść niemieckim konstruktorom. W związku z tym prace nad Amerika-Rakete, zostały pod koniec 1944 roku przerwane, a cały wysiłek skierowano na udoskonalanie rakiet A-4, czyli V-2, czego nie mógł odżalować Werner von Braun, bowiem cały jego wysiłek i lata pracy wzięły w łeb. Zatem plan zbombardowania Ameryki umarł śmiercią naturalną. Jednakże odżył raz jeszcze tuż przed końcem wojny. Otóż grupa zapalczywych konstruktorów od Dorniera próbowała połączyć dwa myślnice Do 335, w jeden gigantyczny, dalekodystansowy samolot. Każda maszyna miała 1 silnik z przodu, i po jednym z tyłu kadłuba, na ogonie, tzw. pchające śmigło. Oba zespolone samoloty miały ważyć razem 33 tony i rozwijać szybkość 720 kilometrów na godzinę, oraz zasięg 7500 km. Projekt ten także przepała. Nie wyszedł poza stadium prób w tunelu aerodynamicznym.

Na koniec warto dodać, że alianci po zakończeniu II wojny światowej chętnie korzystali z niemieckich projektów Luftwaffe. Niektóre samoloty konstruowane w związku z planem AB-AR, zostały wykorzystane na przykład przez Francuzów. I tak gotowy bombowiec He 274 był intensywnie eksploatowany przy próbach dalekodystansowych, i wysokościowych, zaś Brytyjczycy prowadzili doświadczenia z pociskami sterowanymi, używając do tego niemieckich samolotów Ju-390.

Jednak to Amerykanie „przebili” wszystkich aliantów. Do końca 1945 roku wywieźli do USA kompletne projekty planu AB-AR, a także gotowe bombowce Me 264 i Do 335, oraz myślnice odrzutowe Me 262 i 238, tudzież zbudowane i gotowe do startu rakiety V-1 i V-2, z którymi przeprowadzali przez wiele lat liczne doświadczenia na pustynnym poligonie Mojave w stanie Nevada. Pewnikiem w obecności ich głównego konstruktora.

Źródła:
W. Baumbach – „Zu spät”
A. Gallard – „Die ersten und die letzten”
Janeś – „All the World Aircraft”



Powstanie Warszawskie 1944 a Ukraińcy



Foto - zbiory autora

Tomasz, Długosz Trąbiński - publicysta
Plakat - Internet

Bronisława Mazurkiewicz, urodzona w 1910 roku, pielęgniarka w Instytucie Radowym, zeznaje w obecności przed-

stawiciela Komisji Badania Zbrodni Niemiec- kich: „W nocy zaczęły się gwałty kobiet. Jedna z pielęgniarek, nieżyjąca dziś J. G., została zgwałcona przez Ukraińca publicznie, na korytarzu, ja sama to widziałam. Inną z pielęgniarek zamknęto w osobnej piwnicy i przez całą noc żołnierze pojedynczo lub jednocześnie po paru tam wchodzili. Słyszałam, jak się wzajemnie nawoływali, by tam pójść i opowiadali swoje wrażenia”.

Kazimierz Sucharzewski, urodzony w 1914 roku, szofer PKS, zeznaje w obecności przedstawiciela Komisji Badania Zbrodni Niemieckich: „11 czy 12 sierpnia na teren naszego domu wkroczył oddział Ukraińców i SS. Wyrzucili w sposób brutalny ludność cywilną i po ograbienu poprowadzili w kierunku Zieleniaka (...) Ukraińcy wybrali trzech młodych ludzi i we czwórkę paliliśmy trupy. Zwłoki palone były

między dwoma murami w szkole przyległej do Zieleniaka, prawdopodobnie była to niegdyś sala gimnastyczna. Kazano nam znosić zwłoki z całego placu, spod muru, gdzie odbywały się egzekucje rannych (...). Po uprzątnięciu Zieleniaka zaczęto nas wyprowadzać na ulicę do palenia zwłok. Paliliśmy ciała na ulicy Grójeckiej koło domu akademickiego, na placu Narutowicza i w innych miejscach. Zwłoki były znoszone przez nas z ulic i palone na stosie”.

Literatura odnosząca się do Powstania Warszawskiego jest pełna dokumentów, informacji i relacji obciążających Ukraińców, walczących wtedy u boku Niemców, za wyjątkowo wyrafinowane barbarzyństwo i ludobójstwo, podczas tłumienia polskiego powstania. Dużo tych oskarżeń pod adresem Ukraińców jest w pracy prof. Zygmunta Wojciechowskiego „Zbrodnia niemiecka w Warszawie”, wydanej już w 1946 r a więc kiedy jeszcze wszyscy wszystko dobrze pamiętali. Właściwie nie ma bodajże ani jednej publikacji o Powstaniu Warszawskim, w której nie ma mowy o barbarzyństwie ukraińskim. Polacy nie brali do niewoli Ukraińców. Na plecach malowano im dużą literę „U” i rozstrzeliwano.

W Polsce to temat tabu, lub wręcz kroczy się narracją Ukraińców.

Podczas II Wojny Światowej- Ukraińcy weszli w kolaborację z Niemcami i przyjęli nazizm. Stąd obecnie wybuch nazizmu na Ukrainie, gdyż ukraiński nacjonalizm nierozzerwalnie wiąże się nazizmem.

Ukraińcy, na terenie okupowanej Polski, gdzie Polaków zamykano w obozach, zyskali liczne przywileje.

Dwukrotnie Ukraińcy zaproponowali Hansowi Frankowi, iż mogą zabrać się do likwidacji Polaków i Żydów w Generalnej Guberni. Niemcy stworzyli dla Ukraińców 30 zbrodniczych formacji, od SS Galizien, po strażników obozów koncentracyjnych, do których wstępowały masowo.

Nie dziwi więc, że Ukraińcy nie tylko dokonali „Rzezi Wołyńskiej”, nie tylko wzięli duży

udział w Holokauście, ale również w rzezi powstańców warszawskich, gdzie kończyli dzieła podjętego rok wcześniej na Wołyniu i w Małopolsce Wschodniej.

Bestialstwo Ukraińców zdumiewało Niemców, a jego powody są oczywiście, wzięwszy pod uwagę ich krótką historię.

A więc w pacyfikacji Powstania Warszawskiego brali udział Ukraińcy z Shutzpolizei, Legion Wołyński Diaczkenki, 209 batalion ochotniczej policji pomocniczej (schutzmannschaft), 572 batalion Zinowiewa, 580 batalion ostruppen, 34 pułk strzelców policji SS (dwa bataliony niemiecko - ukraińskie), Waffen SS Galizien, ukraińscy strażnicy z Pawiaka, z grupy bojowej ROHR, oczywiście z grupy szturmowej Dirlewangera, 7 batalionów ukraińskich z grupy szturmowej Schmidt, ukraińskie plutony egzekucyjne SS- Hauptsturmführera Alfreda Spilkera, wsparcie dwóch kompanii niemieckiego garnizonu SS - Standartenführera Ludwika Hahna, oraz 3 bataliony, 2 pułki i 1 szwadron jednostek podporządkowanych.

Należy mieć na uwadze, że pewna część tych jednostek miała w nazwie „kozacki”. I o ile, niektóre z tych, rzeczywiście składały się z Kozaków, o tyle inne z Ukraińców (to inne etnosy), a określenie „kozacki” było tylko symboliczne.

Dlaczego ukraińska kolaboracja, nazizm i udział w tylu zbrodniach, tak mało jest znany w przestrzeni publicznej? To proste. Kryli ich Rosjanie. Za komuny panowało embargo na te informacje. Rosjanie uważali się za pogromców faszyzmu. Nie mogli sobie pozwolić na to, aby wiedza, o tym, że jedna z ich republik była sprzymierzeńcem nazistów i brała udział w ludobójstwie, trafiła do szerszych mas. Po- tem wydarzenia z II wojny się zacierały.

Dopóki na Ukrainie był spokój, wiedzieli o tym głównie historycy.

Teraz coraz więcej strasznych wyczynów Ukraińców wychodzi na jaw. Więc fałszują jak mogą historię. Zwalając, na tego, na kogo najprościej w obecnej sytuacji. Na Roskich.



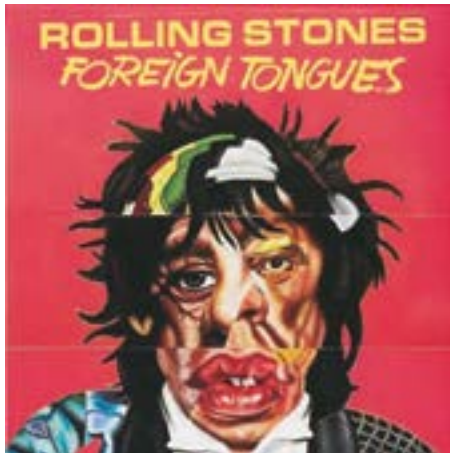
Heinz Reinefarth (pierwszy od lewej), „kat Woli”, w czapce „kubance”, Warszawa, 1944 r. Fot. z zasobu IPN



Nowe nagrania

Adam St. Trąbiński - dziennikarz, publicysta

ROLLING STONES – „FOREIGN TONGUES”
W piątek 10 lipca (nowe płyty ukazują się z reguły w piątki) na sklepowych półkach pojawił się nowy, już 25 (dopiero?!) album Rolling Stones FOREIGN TONGUES (dowolnie: Obce języki) wyt. Polydor. Nabylem go z rabatem a kuzyn Tomek z Gdyni zareagował: Wują starych dziadów kupujesz... A niech mu tam...



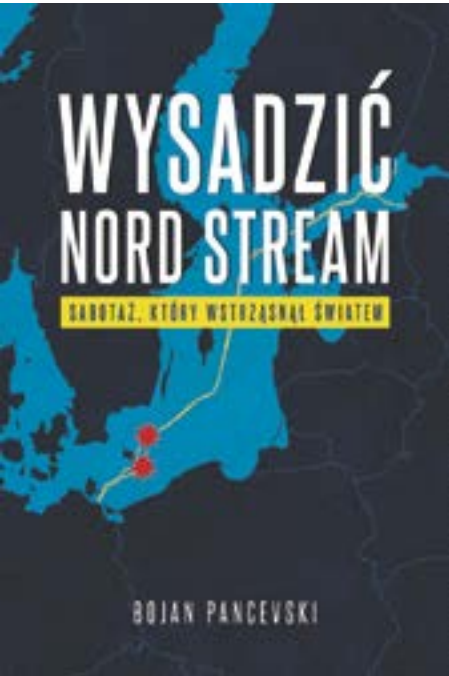
Autor okładki: Nathaniel Mary Quinn

To 14 nagrań dokonanych jeszcze w ub. roku w londyńskim Metropolis Studio, gdzie producentem został 35-letni Andrew Watt (właściwie Wotman) wzięty muzyk, grający tutaj w wielu utworach; autor, nowojorczyk, także producent albumu sprzed 3 lat nagrodzonego Grammy „Hackney Diamonds”. Nb. autor 3 książek i producent muzyczny wielu sław, jak np. Pearl Jam, Iggy Pop, Ozzy Osbourne czy Lady Gaga i Elton John. Nowy album R-S ma oczywiście wydane inne formaty: Box set w cenie ponad 200 zł CD + Blu-ray Disc oraz wersję winylową - set 2 LP’s w osobnych koszulkach oraz wkładki tekstowe. Całość promowały dwa single – video „In the Stars” i „Jealous Lover”. Z wyjątkiem numeru Chucka Berry’ego „Beautiful Delilah” (z 1958 r.), wielokrotnie coverowany) oraz „You Know I’m No Good” z rep. nieżyjącej Amy Winehouse (Jagger jest urzeczony tym tekstem, zresztą występowała z Amy razem) oraz „Hit Me In the Head” niezapomnianego Charliego Watsa reszta jest dziełem zespołu, czyli: Micka Jaggera, Keitha Richardsa i Ronnie Wooda. W nagrańiach studyjnych byli wspomagani dużą grupą muzyków, w zależności od potrzeb nagrań, m.in. Steve Winwood, Darryl Jones, Matt Clifford, Steve Jordan – gościnnie Paul McCartney, Robert Smith (the Cure) – nieco przez przypadek czy Chad Smith (Rod Hot Chili Peppers). To fajna płyta, dojrzały album z różnymi klimatami, miejscami lekkie funky – to taki czasami szlachetny pop lat 70. Mająca drive zespołu i z dość rozbudowanymi tekstami, w przeciwieństwie do dawnych prostych, czy wręcz ubogich. Bez wątplenia płyta sezonu. Kończąc – sięgnąłem do poprzednich – „Hackney...” (2023) i bluesowej „Blue & Lonesome” (2016) i porównałem wokale Micka. Jest różnica – obecnie nie dość, że wokal na płycie wycofany, nieco w głębi (miks) to czysty jak łąza. Czyżby wokalista, który 26 lipca skończył 83 lata przeszedł zabieg - czasową augmentację fałdów głosowych? Prawdopodobnie, tak. Świadczy o tym 20 min. wywiad dla reporterki stacji TVN, gdzie nie słyszynym oryginalnego głosu Micka, jeno transkrypcję. Tak czy owak Rolling-Stones mają się dobrze i tak trzymać.

Lektura na lipiec

Adam St. Trąbiński - dziennikarz, publicysta

TO ONI WYSADZILI NORD STREAM
To powinien być best-seller tego lata. Nie jestem pewny, wszak część naszych Czytelników woli książki lekkie, o niczym, ale bodaj bym się mylił. Sam też po reportażu czy rozmowie red. Rachonia w tv Republika pogałem do księgarni Świata książki i nazajutrz już czytałem. Autorem jest znany reportażysta i dziennikarz - Bojan Pancevski (pochodzący z dawnej Jugosławii) rezydujący w Hiszpani. Laureat wielu nagród i szef europejskiego działu amerykańskiego The Wall Street Journal, w r. 2016 wstąpił się publikacją na temat nadużyć w FIFA.



Książka o Nord Stream ukazała się w kwietniu w Hamburgu, w Polsce 7 lipca nakładem Zysk i S-ka w wersji paper-book. Autor bohaterów, zarówno uczestników zamachu na gazociąg, jak i pracowników służb i administracji Ukrainy ukrywa pod pseudonimami (tych związanych z zamachem), co jest zrozumiałe, gdyż Niemcy wytoczyli im postępowanie i są poszukiwani. Ale wróćmy do początku, do niespodziewanej przez Ukrainę pełnoskalowej agresji Rosji w lutym 2022 r. Po kilku tygodniowych walkach, kiedy Rosjanie się wycofali, grupa wyższych wojskowych – byłych i aktualnych spotkała się towarzysko w jednej z kijowskich restauracji zastanawiając się, co dalej. Padaly różne pomysły, często zgoła fantastyczne. Łącznie z wyłączeniem gazociągu Nord Stream. Po kilku miesiącach wrócono do realizacji pomysłu. Grupa wojskowych – odsuniętych od czynnej służby oraz aktualnych zaczęła na serio drążyć temat. Dyskretnie konsultowano specjalistów i w sumie późną wiosną 2022 r. przystąpiono do realizacji. Wyszukano wąską kilkunastoosobową grupę (część grupy zajęła się TurkStream – gazociągiem idącym z pld. Rosji do Turcji) i przystąpiono do ćwiczeń w zalanych kamieniołomach k/Żytomierza. Tu czytelnikom należy się przypomnienie: Nord Stream 1 to dwie nitki rurociągu o przepustowości 55 miliardów m3 od Babajewa (Wołgograd) do Wyborgu, dalej Bałtyki i wychodzące w Lublinie w Niemczech (uruchomione w 2011 i w 2012 r.) o WARTOŚCI 7,4 mld euro; Nord Stream 2 o wartości 9,5 mld euro – też dwie

rury (nieuruchomiony) o przepustowości 110 mld m3 położony niemal równoległe do pierwszego (gaz ze źródeł jamalskich). Ilość gazu jaki by przepłynął rocznie tym PIERWSZYM dawałaby w więcej prądu niż zużywają Niemcy rocznie! To stalowe rury 4 cm pokryte 11 cm betonem-kołnierzem, wewnątrz ciśnienie ok. 160 barów w Nord Stream 1 i 100 barów w Drugim. Obie konstrukcje są największe tego typu na świecie a spółki – konsorcja zarejestrowano w szwajcarskim kantonie Zug. Za gaz Berlin płacił Rosji DZIENNIE ok. 200 mln euro!

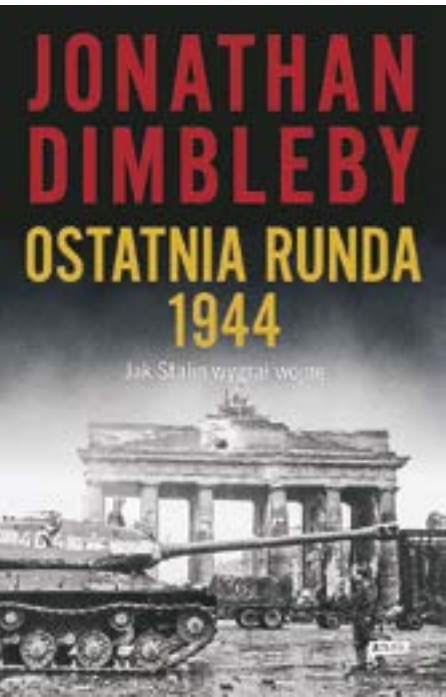
Grupę „północną” (w której była fanatyczka nurkowania Freja) tworzyło 20 starannie wyselekcjonowanych nurków, z których niemal każdy miał ok. 20 lat doświadczenia, bowiem akcja wymagała zejścia do 80 m od powierzchni morza. Ostatecznie wybrano 8 nurków. Nie wiedzieli, że mieli podsłuchy w domu, a nawet potajemnie nagrywano wideo w ich domach. Selekcja była rygorystyczna. Testowano ich nawet przez przypadkowe areszty. Ostatecznie zakwalifikowano 9 nurków na dwie łodzie. Na każdej będzie po dwie pary – jedna pracuje, druga odpoczywa. Problem okazała się Freja, która nie potrafiła pracować z oddycharką, więc miała większe obciążenie butlami, ale jej zapaf do akcji, przywódcość i wysoka sprawność gwarantowały sukces. Zresztą jej kandydatura była sprawdzona przez psychologa. Dwóch żołnierzy na jachcie było w randze dowódcy.

Ekipe „północną” przerzucono do Polski, każdego z członków zaopatrzone w nowe prawdziwe paszporty; jacht Andromeda wynajęto przez podstawioną polską firmę. Butle tlenowe oraz te z ładunkami przewieziono także z Ukrainy. W sumie był to znaczny pakiet – akcja miała kryptonim Środek a firma koordynująca Start-up. Nastąpił przeciek via agentów umieszczonych w Holandii i w Niemczech, akcję przesunięto w czasie, także ze względu na manewry NATO na Bałtyku. Na dodatek Rosjanie okazali się czujni i patrolowali z morza gazociąg. Niemniej na czterech nitkach gazociągu umieszczono ładunki w butlach gazowych i ustawiono zegary na 26 września 2022 r. W odstępie kilku godzin nastąpiły eksplozje – ale wykonawcy zamachu wrócili już na Ukrainę i do Pruszkowa – na Gąsinię mieszkał z rodziną tzw. Sopol, jeden z uczestników akcji. Władze USA, Rosji, Wlk. Brytanii, nawet Niemiec przełączały się odpowiedzialnością. Niemal natychmiast uruchomiono śledztwo – główny policmajster dr Dieter Romann (proszę go wygooglować!) z siedzibą w Poczdamie energicznie zabrał się do pracy. Szczegście mu sprzyjało, mimo odmowy „sprzymierzonych państw” - Danii, Szwecji i innych, codziennie odprawy o g. 9,30. W końcu roku ’22 odkryli Andromedę (pełną dowodów), komputery wyskanowały busa Ukraińców w pobliżu Rugii (przekroczona szybkość – niemieckie radary drogowe są niezwykle dokładne!). W ciągu roku Romann miał prawdziwe nazwiska Ukraińców, ich dane – nawet nr telefonów (mimo że podczas akcji używali wypożyczonego telefonu satelitarnego). Przeszukali mieszkanie Sopa i wywieźli pół tony dowodów. W końcu Niemcy wystąpili o ekstradycję Sopa, Polacy w poufnych rozmowach ich wysmiali, zadowoleni, że gazowe rury szlag trafił. Sędzia Łubowski odmówił ekstradycji obszernie uzasadniając decyzję. Niemniej Niemcy dopadli (międzynarodowe, europejskie nakazy aresztowania) Kapitana Andromedy, kiedy ten wraz z rodziną urlopował się we Włoszech.

To jak „Never Ending Story” – książka Pancevskiego się kończy, sprawa – nie. **Bojan Pancevski WYSADZIĆ NORD STREAM. SABOTAŻ, KTÓRY WSTRZĄSNAŁ ŚWIATEM.** Wyd. Zysk i S-ka Poznań 2026; str. 404; wydanie paper-book; cena okł. 54,99 zł (w zależności od sposobu zakupu).

JAK STALIN WYGRAŁ WOJNĘ

Czasami zdarza mi się pomyszkować w półkach Empiku lub księgarni Świat Książki. Tym razem trafiłem na OSTATNIA RUNDĘ 1944, czyli „Jak Stalin wygrał wojnę” – opasły tom prawie 600 str. Świetny wybór, tym bardziej że o ostatniej światowej wojnie napisano setki książek, i stale ich przybywa. Zaczniijmy od autora, Jonathana Dimbleby’ego angielskiego pisarza – to jego czwarta książka powstała ze znacznym trudem. Który przewertował znaczną ilość archiwów, stąd w każdym rozdziale pracę wartościową i może ona być pomocna uczniom czy studentom. Pytanie tylko: kogo interesują wojenne zmagania w końcówce I.40 ub. wieku?



Okazuje się, że w świadomości zachodniego czytelnika wyrysowana jest doniosłość frontu właśnie zachodniego (rzadko się wspomina front azjatycki rozrzucony na tysiącach km Pacyfiku) w przeciwieństwie wschodniego (rosyjskiego) większego nie tylko pod względem geograficznym, ale pochłaniającym większe środki materialne i ludzkie. Od czerwca 1941 r. (rozpoczęcie operacji Barbarossa) front absorbował ok. 9,5 mln ludzi (mężczyzn i kobiet) – z czego ponad 80% stanowiły siły sowieckie. Te makabryczne statystyki rzadko trafiają do świadomości, np. w styczniu 1944 r. Stawka (naczelne dowództwo rosyjskie) nadal miała 6,25 mln ludzi w przeciwieństwie do 2,46 mln pozostających w siłach niemieckich. Dziesięć sowieckich frontów (grup armijnych) przeciwko czterem wycofującym się armiom niemieckim; przewaga w sprzecie była jeszcze większa (czołgi 5 800:2300; samoloty 13 400:3000, itd.). O tym jest właściwie ta książka Dimbleby’ego. Zaczyna się od analizy sytuacji wojennej po klęsce pod Stalin-gradem i nie rozstrzygniętej bitwy kurskiej (autor tych słów odwiedził kiedyś oba te miejsca) i noworocznej mowy Hitlera: „żołnierze! Rok 1944 będzie bardzo trudny...” Rzeczywiście – armie Grupy Południe (feldmarszałka Mansteina) okopały się na wysokim brzegu Dniestru by utrzymać „Waf Wschodni”. W ciągu ostatniego pół roku wycofywania Armie poniosły straty 400 tys. żołnierzy. Ciągłe przegrupowania – widziane z perspektywy czasu – trzech armii: Północ, Środek oraz A nie działały samodzielnie, najczęściej na skutek weta Hitlera i zmian dowódców dostawiały się w kotły okrażenia i były rozprasane, i rozbite. Rosjanie przyjęli metodę maskirowki, dość skutecznej i nagłego kontrcentrycznego uderzenia. Z wyjątkiem frontu



północnego jaki Niemcy utrzymali przez zimę 1944/45 i zastopowania ruchu Armii Czerwonej na środkowym odcinku (linia Wisły, Narwi) na okres zimy, Rosjanie posuwali się naprzód na froncie południowym, zimą utknęli na długu w zdobywaniu Budapesztu. Trzeba powiedzieć, że armie sojusznicze na zachodzie też oparły na Belgii (Ardeny), linii Renu i w północnych Włoszech. Mimo nacisku idee fix Churchilla Wielka Trójka, w zasadzie Dwójka nie otworzyła frontu bałkańskiego. Trzeba przyznać, że Hitler trzymał się kurczowo większości odcinków frontowych, np. niepotrzebnie broniąc Budapesztu czy Prus Wschodnich, czym przyplacał utratę znacznych sił. Lub przetrzał dywizje na front zachodni. Lecz walec wschodni toczył się wiosną silnie i ominąwszy Wrocław oparł się na Odrze – walki trwały o Wał Pomorski (Kołobrzeg). Alianci zastanawiali się kto pierwszy dotrze do Berlina i jak będzie (czyja) wyglądać Europa po wojnie. Problemem była Polska – kto będzie nią rządził czy marionetkowy rząd lubelski, mocno wspierany przez Stalina. Choć zarys tego wyłożył się w Teheranie (grudzień 1943) i w Jalcie (luty 1944 – gdzie m.in. narzekano na ogrzewanie i na pluskwy!). Ostateczny podział Niemiec na strefy i kształt Europy (m.in. przesunięcie Polski na zachód, granice Rumunii i Bułgarii, o Finlandii nie mówiąc) oraz działania na Dalekim Wschodzie – Japonia „klepnęto” latem 1945 w Poczdamie, już z udziałem Trumana, delegacji Francuskiej i Polskiej (ta niewiele miała do powiedzenia w sprawie dyktatu Stalina).

Znakomita pozycja książkowa z podaniem źródeł, indeksem i mapami, jaką trzeba przeczytać i postawić na półce. W posłowie autor krótko opisuje Europę środkową „pogorba-czowską”, czyli współczesną.

Jonathan Dimbleby OSTATNIA RUNDA 1944. JAK STALIN WYGRAŁ WOJNĘ. Wyd. Znak Horyzont; Kraków 2025; str. 590; zdjęcia dokumentalne; mapy; indeks osobowy; opr. twarda; cena 139,99 zł (w zależności od miejsca zakupu).

Wakacyjne nowości

Tomasz, Długosz Trąbiński - Publicysta

PRWA O THE ROLLING STONES

The Rolling Stones to najbardziej przezeklamowana rutyna w historii rocka, która od pół wieku żyje z procentów własnej przeszłości. Zespół, który kiedyś definiował zab, stał się korporacją maszyną do zarabiania pieniędzy, serwującą geriatryczny, powtarzalny produkt dla mas.Oto krytyczna analiza ich twórczości podzielona na najważniejsze zarzuty.



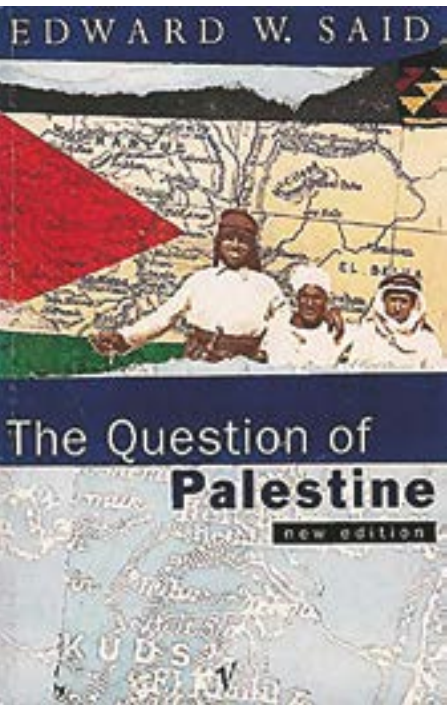
Muzyczny recyklizm i schematyczność Ze-spół od dekad wiezi słuchacza w tym samym, zgranym schemacie. Jeden riff w kółko: Keith Richards od lat 70. opiera większość utworów na tym samym otwartym stroju gitary (Open G). Coś, co kiedyś było stylem, stało się lenistwem.Brak ewolucji: Podczas gdy The Beatles czy David Bowie zmieniali oblicze muzyki z albumu na album, Stonesi utknęli w bezpiecznym, pop-bluesowym formacie.Przewidywalność: Każda nowa płyta (w tym „Hackney Diamonds”) brzmi jak autoplagiat. Sekcja rytmiczna gra identyczny, rzemieślniczy bit, pozbawiony jakiegokolwiek artystycznej świeżości. Autentyczność zamieniona w korporacjęDawni buntownicy stali się symbolem tego, z czym rzekomo walczyli. Skansen rocka: Koncerty zespołu przypominają objazdowe muzeum. Mick Jagger, mimo imponującej kondycji fizycznej, odwarza te same wyuczone gesty i pozy sprzed 40 lat. Brak w tym rockowej spontaniczności. Muzyka tetryków dla nostalgików, ich główną widownią są ludzie szukający ucieczki w bezpieczną przeszłość. Zespół nie generuje nowych trendów – żeruje wyłącznie na sentymencie i nostalgii bogatych emerytów, dyktując astronomiczne ceny biletów.Ponad osiemdziesięcioletni multimilionerzy śpiewający o młodzieńczym buncie, braku satysfakcji („Satisfaction”) czy ulicznych walkach brzmią po prostu niemiętygodnie i groteskowo. Gdyby odrzucić mitologię zespołu, ich dyskografia broni się tylko do pewnego momentu. Niestety złota era dawno minęła – ostatni naprawdę przełomowy i spójny album artystyczny, „Exile on Main St.”, wydałi w 1972 roku. Wszystkie płyty wydane po „Tattoo You” (1981) to w większości nudny, rzemieślniczy rock, pisany pod stadionowe trasy koncertowe, z którego nikt nie pamięta ani jednego singla. The Rolling Stones zamienili sztukę w bezpieczną, przewidywalną i powtarzalną franczyzę, która odmawia zejścia ze sceny z klasą. Najbardziej wtórne albumy The Rolling Stones to te wydane po 1980 roku, kiedy zespół ostatecznie porzucił eksperymenty na rzecz bezpiecznej, stadionowej formule. Ich dyskografia z ostatnich kilku dekad to podręcznikowy przykład rzemieślniczego recyklingu tych samych riffów i schematów blues-rockowych.

The Rolling Stones to muzyczny fast food podniesiony do rangi sacrum – sztuka sprowadzona do najniższego wspólnego mianownika, stworzona dla masowego odbiorcy, który od sztuki oczekuje wyłącznie braku myślenia. To twórczość całkowicie wyprana z głębi, operująca prymitywnymi popędami: seksem, powierzchownym buntem i nostalgicznym otepieniem. Oto bezkompromisowa sekcja zwłok fenomenu zespołu, ukazująca ich muzykę jako intelektualną i artystyczną pustkę. Intelektualna ngdza i tekstowy prymitywizm, podczas gdy ich rówieśnicy (Bob Dylan, Leonard Cohen, a nawet The Beatles z późnego okresu) wprowadzali do rocka poezję, nihilizm, egzystencjalizm i społeczną diagnozę, Stonesi utknęli na poziomie mentalnym napalonego nastolatka z lat 50.Widac bezkresny liryczny analfabetyzm ponieważ przez ponad 60 lat Mick Jagger nie napisał ani jednego tekstu, który wymagałby od słuchacza przeczytania przypisu lub głębszej refleksji. Ich „filozofia” zamyka się w infantylnych manifestach typu: „chcę cię”, „nie mam satysfakcji”, „pomoż mi” albo „chodźmy potać się”. Jawi się jako groteska osiemdziesięciolatek śpiewających z emfazą o przygodnym seksie na tylnym siedzeniu samochodu nie jest już rock and’rollem. To estetyczny i intelektualny październik, który u średnio inteligentnego

odbiorcy wywołuje wyłącznie ciarki żenady. Brak jakiegokolwiek metafory, nie tam ma miejsca na niuanse, tajemnicę czy poetycki brud. Wszystko jest podane łopatologicznie, wprost, bez żadnej warstwy podtekstowej. Muzyczna lobotomia czyli twórczość (tfurczosc?)Stonesów opiera się na mechanizmie warunkowania behawioralnego – jak u psa Pawłowa. Wszechobecny kult banału, zespół celowo unika jakichkolwiek skomplikowanych struktur harmonicznch, nietypowych podziałów rytmicznych czy nieoczywistych progresji akordów. Słuchacz od pierwszej sekundy wie, jak utwór się skończy. To muzyka skrojona pod bezpieczną, bezrefleksyjną konsumpcję. Keith Richards uczynił cnotę z własnych ograniczeń technicznych. Gra strukturę trzydziwkową, którą przeciętny uczeń szkoły muzycznej pierwszego stopnia uznałby za nudną ćwiartkę ćwiczenia. Ta muzyka nie rzuca słuchaczowi wyzwania – ona go usypia, dając złudzenie obcowania z „prawdziwym rockiem”. W ich późnych utworach nie ma ani jednego momentu muzycznego zaskoczenia. To taśmo-wa produkcja dźwięków, z której usunęto wszelkie ślady artyzmu, aby broni Boże nie zmuszać odbiorcy do skupienia. Tragedia tak zwanego fenomenu The Rolling Stones nie jest to, że grają prosto – tragedią jest to, że ta prostota jest sprzedawana jako „geniusz”. Kto kupuje bilety na ich stadiony? Ludzie, którzy muzyki używają jako tła do grilla, piwa lub wspomnień z młodości. To auditorium, które boi się awangardy, jazzu, muzyki klasycznej czy choćby ambitniejszego rocka progresywnego. Chcą usłyszeć to, co znają, w identycznej formie, bez ryzyka, że zostaną zmuszeni do jakiegokolwiek wysiłku intelektualnego. W tej muzyce nie ma prawdziwego dramatu, nie ma egzystencjalnego lęku, nie ma katharsis. Jest tylko korporacyjnie skalkulowana energia. Stonesi to produkt idealnie skrojony pod kulturę masową: głośny, rytmiczny, kolorowy i absolutnie pusty w środku. The Rolling Stones udowodnili, że aby przejść do historii i zarobić miliardy, nie trzeba mieć nic do powiedzenia. Wystarczy przez 60 lat energicznie tupać nogą do trzech tysięcy samych akordów. Wszystkie te utwory łączy jedna cecha: powstały jako „singiel wiódący” (lead single) mający promować nowe trasy koncertowe. Korporacyjna machina Stonesów potrzebowała utworu, który stacje radiowe mogłyby puścić między starymi hitami bez wywołania u słuchacza szoku poznawczego.

„Kwestia palestyńska” Edwarda Saída
Czy można zrozumieć konflikt izraelsko-palestyński, nie pozna-jąc sposobu, w jaki postrzegają go sami Palestyńczycy? Edward Said przekonuje, że nie. „Kwestia palestyńska” to jedna z najważniejszych książek poświęconych temu tematowi, napisana przez wybitnego intelektualistę, literaturoznawcę i rzecznika sprawy palestyńskiej.

Said nie jest bezstronnym obserwatorem. Nie ukrywa swojej tożsamości ani zaangażowania. Właśnie dlatego książka jest tak cenna – pozwala czytelnikowi spojrzeć na historię konfliktu z perspektywy, która przez dziesięciolecia była słabo obecna w zachodniej debacie publicznej. Autor pokazuje, jak Palestyńczycy stali się narodem pozbawionym państwa, rozproszonym po świecie i często pozbawionym prawa do opowiadania własnej historii. Największą siłą książki



jest analiza języka i narracji. Said zwraca uwagę, że przez wiele lat Palestyńczycy byli przedstawiani nie jako naród posiadający własne aspiracje polityczne, lecz jako problem humanitarny, przeszkoda lub element szerszej rozgrywki geopolitycznej. Autor stawia niewygodne pytania o to, kto ma prawo opowiadać historię i czyje cierpienie zostaje dostrzeżone. Szczególnie interesujące są fragmenty poświęcone okupacji Zachodniego Brzegu. Said pokazuje, że dla Palestyńczyków nie jest ona abstrakcyjnym sporem prawnym czy geopolitycznym, lecz codziennym doświadczeniem wpływającym na każdy aspekt życia. Punkty kontrolne, ograniczenia przemieszczania się, konfiskaty ziemi oraz rozbudowa osiedli żydowskich tworzą rzeczywistość, w której normalne funkcjonowanie staje się niestanną walką z administracyjnymi i wojskowymi ograniczeniami. Autor przekonuje, że okupacja nie jest jedynie tymczasowym skutkiem wojny z 1967 roku, lecz systemem, który z biegiem lat coraz głębiej kształtował relacje między Izraelczykami i Palestyńczykami. W jego ocenie rozbudowa osadnictwa na Zachodnim Brzegu podważa możliwość stworzenia niezależnego państwa palestyńskiego i utrwała stan politycznej nierówności. Nawet jeśli czytelnik nie zgadza się ze wszystkimi wnioskami Saída, trudno nie zauważyć, że opis okupacji stanowi jeden z najmocniejszych elementów książki. Autor przypomina, że za debatami dyplomatycznymi, rezolucjami ONZ i medialnymi sporami stoją konkretni ludzie, których codzienność od dziesięcioleci wyznaczają skutki nierozwiązanego konfliktu. „Kwestia palestyńska” pozostaje lekturą niezwykle aktualną. Choć od pierwszego wydania minęły dekady, wiele z poruszanych przez Saída problemów – kwestia uchodźców, okupacji, nierówności politycznej czy walki o narrację – pozostaje nierozwiązanych. Książka nie daje prostych odpowiedzi, ale pomaga zrozumieć, dlaczego konflikt izraelsko-palestyński jest czymś więcej niż tylko sporem o granice. To lektura obowiązkowa dla każdego, kto chce poznać palestyński punkt widzenia i wyjść poza uproszczone, czarno-białe obrazy Bliskiego Wschodu.

SPACER PO RZYMIE

Cz. IV



Foto - archiwum
Magdaleny Brodowicz - Susz

**Tekst & foto - Maddalena Brodowicz-Susz,
pisarka, dziennikarka, fotografka**

Tu zaczyna się każda Rzymska przygoda! To punkt wyjściowy wszystkich rzymskich, jak i włoskich wycieczek, Roma Termini, główny dworzec kolejowy w Rzymie. Znajduje się on w centrum miasta. Z tego miejsca dojedziecie w każdy zakątek Rzymu, na oba lotniska oraz do wielu innych miast w kraju, jak i za granicą. Dworzec został wybudowany pod koniec lat czterdziestych i na początku lat pięćdziesiątych. Budynek jest w stylu modernistycznym, ale dobrze wpisuje się w starożytne mury miasta. Dworzec jest duży, ale bardzo przystępny i dobrze zorganizowany. Nie sposób się tam zgubić, ponieważ wszystko jest dokładnie oznaczone.

Poza metrem, pociągami i autobusami odjeżdżającymi sprzed głównego wejścia do budynku, na Termini znajdują się restauracje, bary, kioski, kasy biletowe i intuicyjne w obsłudze biletomaty oraz wyspy i sklepy firmowe z artykułami spożywczymi, kosmetykami, książkami czy odzieżą. Okolica dworca jest dużym zbiorowiskiem ludzi, a co za tym idzie również wielu kultur, więc na pewno musicie być w tym miejscu czujni. Mimo konieczności zachowania czujności polecam korzystać z możliwości handlowych, jak i komunikacyjnych dworca, bo są ogromne.

Będąc w okolicy dworca Termini, bardzo lubię usiąść na górze, w kawiarni Antica Focacceria San Francesco i obserwować pociągi, które przyjeżdżają i wyjeżdżają z Rzymu. Uspokaja mnie to, wiem, że każdy przyjazd to nowa przygoda i że zawsze mogę tu wrócić.

La Lupa Capitolina to w moich oczach nieoficjalny herb Rzymu i symbol tego miasta. Rzymska, a właściwie Kapitołińska Wilczyca, jest znana na całym świecie. Legenda głosi, że synowie Rei, Romulus i Remus, legendarni założyciele Rzymu, mieli zostać utopieni w rzece. Kat, który miał poświęcić ich życie, nie miał sumienia, by utopić niemowlęta, wsadził dzieci do koszyka i puścił go z nurtem rzeki. Kosz utknął na mielźnie, a płaczące dzieci usłyszała wilczyca, która wyciągnęła je z wody i wykarmiła jak własne szczenięta. Rzymska Wilczyca jest symbolem determinacji i siły. Jej najsłynniejszy pomnik dumnie prezentuje się w Muzeum Kapitołińskim. Druga wilczyca znajduje się na wzgórzu kapitołińskim, na Via di S. Pietro in Carcere, skąd możecie podziwiać widok na Forum Romanum. Dla mnie Wilczyca jest obrazem kobiecości i siły w docieraniu do celu, dlatego noszę ją dumnie wytatuowaną na lewym przedramieniu.

Lungotevere to ulice przy korycie Tybru, po obu jego stronach. By do nich trafić, należy stanąć między Porta Portese a Piazza Trilussa. W tym właśnie miejscu odbywa się coroczny festiwal „Lungo il Tevere”. Podczas festiwalu miasto się bawi i jeszcze mocniej tętni życiem. Przy Tybrze można zjeść wspaniałe posiłki w restauracjach wybudowanych specjalnie na tę okazję, zagrać w różne gry, posłuchać muzyki, obej-



rzeć pokazy mody i zakupić rękodzieło w postaci odzieży i biżuterii. Co roku staram się być na Rzymskim Festiwalu i cieszyć się życiem wraz z mieszkańcami miasta.

Wieczór na Lungotevere

Moją pierwszą wizytę na tym wydarzeniu wspominam jako coś magicznego. Gdy zmęczona tańcem zasiadłam do stolika w jednej z restauracji tuż nad brzegiem rzeki, z widokiem na Watykan, i nie do końca wiedziałam, na co mam ochotę, a sprawę utrudniał mój weganizm, zajął się mną sam szef kuchni Andres Upegui – właściciel i założyciel restauracji Alchimia Foodlab – i wyczarował dla mnie tagliatelle z sosem z zielonych warzyw i smażonych karczochów. Lungotevere to „ulica”, która ciągnie się wzdłuż całego Tybru i nawet gdy nie odbywa się tam festiwal, warto przejść się wzdłuż rzeki i spoglądać w górę na piękno miasta i jego niezwykle zabudowę.

Mały pro tip. Na Lungotevere poza festiwalem jest mało turystów, więc to dobra trasa do pokonania i robienia zdjęć bez bohaterów drugiego planu.

C.D.N.



Wiejskie igraszki z Muzami



Julia Marynowska - Rybczyńska,
portret olejny pędzla
Kuby Bryzgańskiego

**Tekst & foto – prof. weterynarii Julitta Marynowska -
Rybczyńska, publicystka**

Bezimienna Muza literatury popularnej rozgościła się w miasteczku Barry’s Bay od 2022 roku, ale dopiero tej wiosny o autorce literatury kobiecej, uznawanej przez panie czytające za rodowitą mieszkankę BB, dowiedziałam się na targu farmerskim – stojąc w długiej kolejce do stoiska z wypiekami Andrei, po jej najlepszą tartę z jagodami leśnymi (\$15, o dziwo nie zdrożała od zeszłego roku). Tą pisarką jest Carley Fortune (1984 -), która dorastała w BB aż do skończenia szkoły średniej i pójścia na studia dziennikarskie na Uniwersytecie Ryerson w Toronto. Jej debiutem w 2022 roku była książka „Every summer after” czyli potocznie „Lato po lecie” albo bardziej nastrojowo „Po tamtym lecie”. Od tej pory wydała w sumie 6 powieści, sprzedanych w 6 milionach egzemplarzy w tłumaczeniach na 35 języków. Te powieści to romanse obyczajowe, których bohaterowie często wracają do miejsc związanych z ich młodością. Miłość rzadko pojawia się tu po raz pierwszy, najczęściej jest to uczucie odnalezione po latach - wystawione na próbę przez błędy, tajemnice lub rozczarowania. Są więc to typowe „romanse drugiej szansy”, romanse nostalgiczne, opowieści o dojrzewaniu i pamięci.

W „Po tamtym lecie” miasteczko BB występuje pod własną nazwą; są tu bardzo prawdziwe opisy letniego życia, napływu turystów i atmosfery małej społeczności. Krajobraz nad jeziorem

jest wyraźnie inspirowany okolicą jeziora Kamaniskę, z widokami pomostów, łodzi, kąpeli i letnich wieczorów. Tawerna w powieści to historyczna tawerna Wilno, jest i sklep V&S Stedman’s, który Carley odwiedzała jako dziecko. Tak więc dla mieszkańców BB i okolic książka jest pełna drobnych, rozpoznawalnych szczegółów. Na swojej stronie internetowej www.carleyfortune.com autorka udostępnia nawet przewodnik turystyczny „Barry’s Bay travel guide”, dla czytelników którzy chcieliby odwiedzić miejsce będące nie tylko tłem powieści, ale jednym z jej głównych bohaterów. Biblioteka w BB (Madawaska Public Library) i w Toronto mają komplet powieści CF w swoim katalogu. Na razie nie ma przekładów na język polski, ale mogą się one niebawem pojawić, zwłaszcza, że akcja pierwszej książki oraz jej kontynuacji w „One golden summer” wyraźnie nawiązuje do polsko-kanadyjskich korzeni rodziny Florek, z której wywodzą się męscy bohaterowie obu powieści.



Kolejnym powodem ekscytacji opowieściami z Ontario cottage country stała się premiera adaptacji „Po tamtym lecie”, pod nieco zmienionym tytułem „Po wszystkich tych latach”, jako 8 odcinkowa seria na Amazon Prime Video, która odbyła się 12 czerwca. Niestety serial nie był kręcony w BB, a głównie na wyspie Bowen w Brytyjskiej Kolumbii, której krajobrazy mają oddawać klimat jezior i lasów Doliny Madawaska.

Co dobrego można powiedzieć o tym serialu? Entuzjaści chwalą piękne zdjęcia, nostalgiczny nastrój letniskowego miasteczka, udane kreacje aktorskie i wierność duchowi książki. Krytycy zarzucają przewidywalność fabuły w duchu komfortu telewizyjnego. Reasumując- serial ciepły, romantyczny i bardzo oglądalny choć niezbyt odkrywczy. W mojej ocenie zasługuje na 3 gwiazdki z możliwych 5; brak oceny Pana Męża, który wybronił się przed jego oglądaniem.

Muza Melpomena zawitała do Doliny Otawy i Madawaski wraz z premierą komedii muzycznej „If you don’t know, you Wilno”, co się dowolnie przekłada na „Jeżeli nie znasz - poznaj Wilno”. Wystawił ją Stone Fence Theatre (Teatr Kamienny Murek) którego nazwa nawiązuje do kamiennych ogrodzeń wznoszonych przez pierwszych osadników, symbolu ich ciężkiej pracy przy oczyszczaniu pól pod wiosenne zasiewy. Akcja spektaklu

dzieje się w osadzie Wilno, w jej historycznej Tawernie i w kuchni przy kościele St Mary, położonym nieco dalej pod górkę; miejsca te są tłem zabawnego przedstawienia, opartego na lokalnych wydarzeniach z przeszłości i teraźniejszości. Premiera odbyła się 21 lipca w Rankin Center, w pobliżu Pembroke, pokazy będą trwały aż do 17 października 2026 roku, z tylko jednym występem w samym Wilnie. Hol parafialny kościoła St. Mary, najstarszego polskiego kościoła katolickiego w Kanadzie, otworzył swoje podwoje na to przedsięwzięcie a bilety po \$ 53 wyprzedały się już w czerwcu, tak że z trudem je zdobyłam na miejsca w ostatnim rzędzie. Tłem akcji na scenie był słynny Chicken Supper, czyli parafialna uczta z kurczakiem, organizowana przez wiele lat w celach dobroczynnych oraz Tawerna, od ponad 100 lat centrum kultury i sztuki kulinarnej dla całej okolicy. W sztuce bogaty deweloper pojawia się w osadzie, chcąc kupić słynną tawernę, co spotyka się z mieszanymi uczuciami mieszkańców. Jednocześnie, lokalny zespół rockowy, który odnosił sukcesy w przeszłości ale rozpadł się z powodu wewnętrznych konfliktów łączy się ponownie (z trudnościami). Tytuły piosenek z tego show dają pojęcie o wymowie sztuki n.p:

- Jeżeli nie znasz - poznaj Wilno
- Nasza duma
- Pamiętaj o swoich korzeniach
- U nas urazy długo nie goszczą
- Wileński kurzy zawrót (reel)
- Bierz, co los daje



■ Blues o nowej wsi

■ Nie licz kurczaków przed czasem

Warto wspomnieć, że muzyka (Clint Degarie, Beverly Lewis) oparta była w dużym stopniu na kaszubsko - polskich piosenkach ludowych, śpiewanych przez Marthę Linton z pobliskiego Barry’s Bay, nagranych na CD w 2006 roku.

Aktorzy, zbyt liczni aby wszystkich wymienić, to stali uczestnicy Teatru, zaś akompaniament zapewnił 3 osobowy zespół muzyczny (skrzypki, perkusja, kontrabas, keyboard).

Reasumując: Teatr Stone Fence to jeden z najciekawszych przykładów teatru regional-

nego w Ontario, a jego najnowszy spektakl to coś pośredniego między musicalem, kroniką historyczną i żywą opowieścią o mieszkańcach Doliny Madawaska, z wątkami polskimi i kaszubskimi związanymi z Wilnem i Barry’s Bay.

Żadna z dziewięciu Muz starożytnej Grecji nie opiekowała się sztuką kulinarną. Współcześnie można żartobliwie powiedzieć o dziesiątej Muzie Kuchni, nawiązując do twórczego charakteru gotowania, czego dobrą ilustracją mogłoby być przyrządzanie młodych pędów paproci (fiddleheads). Zwane są one poetycko paprociowymi skrzypcami wiosny, gdyż przypominają ozdobne, spiralnie zwinięte zakończenia szyjki skrzypiec. Zbiera się je z dziko rosnących paproci - pióropusznika strusiego (ostrich fern), porastającego obficie wilgotne brzegi wzdłuż potoków w naszej dolinie.

Te skrzypcowe główki to prawdziwy delikates, przypominający w smaku szparagi, dostępny tylko przez kilka tygodni w roku. Nie wolno ich jeść na surowo - należy po oczyszczeniu i dokładnym wypłukaniu gotować je przez 10- 15 minut, odcedzić wodę i podsmarzyć przez 1-2 minuty na maśle lub oliwie, z dodatkami posiekanego czosnku, soli, pieprzu i odrobiny soku z cytryny. Tak przyrządzone pędy paproci są świetnym, chrupiącym dodatkiem do dań mięsnych, ryb, omletów lub jako samodzielne przystawki.

Świeżo zebrane główki paproci można znaleźć na targach farmerskich, widziałam je też w pojemniku z wodą w supermarkecie Metro w BB (\$ 7.99 za funt).

A w lesie okalającym naszą „Świerkową” jest cała dolina paprociowa, gęsto zarośnięta pióropusznikiem strusim!

A w lesie okalającym naszą „Świerkową” jest cała dolina paprociowa, gęsto zarośnięta pióropusznikiem strusim!





Białko to życie



Foto - zbiory autora

Tomasz, Długosz Trąbiński - publicysta
Ilustracja - Internet

„Życie to białko. Jakie białko, takie życie. Staramy się zjadać najbardziej wartościowe białko, najbardziej chemicznie podobne do białek ciała ludzkiego. Białko z chleba, ziemniaków, zbóż, kukurydzy, jarzyn, owoców nie jest podobne do białek ludzkiego ciała i nie nadaje się do budowy wartościowego biologicznie organizmu”.

Najbardziej powszechnym i chorobotwórczym niedoborem jest niedobór białka

Jego przyczynami są: Brak odpowiedniej podaży białka w diecie, 1,6 grama na kg masy ciała jest minimum, które zapewni utrzymanie struktury i sprawności organizmu. Brak odpowiedniej jakości białka czyli białko niskiej wartości biologicznej (roślinne) w diecie. BV to pierwsze litery od Biological Value, czyli wskaźnika określającego wartość biologiczną białka. Wskazuje on taką ilość azotu, jaka zostaje zatrzymana w organizmie aby równoważyć bilans azotowy i zaspokoić potrzeby związane z procesami anabolicznymi. W praktyce oznacza więc stopień wykorzystania danego białka do procesów syntezy w tym rozbudowy tkanki mięśniowej). Każdy z produktów charakteryzuje się odmiennym składem - ich wartość biologiczna różni się. Aby ją określić brana jest pod uwagę zarówno ilość poszczególnych aminokwasów, jak i proporcje pomiędzy nimi. Posługując się powyższymi kryteriami uznano białko jaja kurzego jako wzorcowe, które może służyć do porównywania wartości biologicznej innych białek. Im wyższą wartość odżywcza ma białko, tym lepiej jest wykorzystywane przez organizm, np. jajo kurze wśród naturalnych produktów spożywczych posiada największą wartość BV. Uznano je jako wzorec, do którego odnoszono wartość biologiczną pozostałych białek pochodzących z żywności. Jedynie odżywkę oparte na białku serwatkowym wartości BV wyższe niż 100. Wynika to z technologii ich otrzymywania, dzięki czemu są dobrze przyswajane przez organizm oraz nasilają wchłanianie białek zawartych w żywności.

Brak prawidłowego trawienia białka czyli niedobór kwasu solnego i soków trawienych. Niedobór kwasu solnego (HCl) w żołądku, znany jako hipochlorhydria lub achlorhydria, bezpośrednio upośledza trawienie i wchłanianie białka, co może prowadzić do potencjalnego niedożywienia

białkowego, niedobory minerałów (takich jak żelazo) i inne problemy zdrowotne, ponieważ HCl aktywuje enzymy rozkładające białko i wspomaga wchłanianie składników odżywczych, a jednocześnie zabija szkodliwe drobnoustroje. Bez wystarczającej ilości HCl białka pozostają niestrawione, powodując takie objawy jak wzdęcia, słabe wchłanianie składników odżywczych i zwiększoną podatność na infekcje, co podkreśla kluczową rolę kwasu żołądkowego w przyswajaniu składników odżywczych.

Pamiętajmy, iż pH = 1 do 1,5 jest właściwe ludzkiemu organizmowi. Przy pH = 1,5 następuje pełna aktywacja enzymu pepsyny potrzebnej do trawienia białek. Wartości wyższe niż pH = 2 są chorobotwórcze.

Substancje antyodżywcze w diecie

Inhibitory trypsyny są to substancje, które hamują działanie naszego enzymu trawienego wydzielanego przez trzustkę jakim jest trypsyna. Trypsyna służy do trawienia białek. W towarzystwie inhibitorów trypsyny traci zdolność trawienia białka, a tym samym jesteśmy narażeni na niestrawność,



gnicie białka w jelitach lub przedostawanie się nadtrawionego białka (peptydów) przez nieszczelne jelito i narażenie na wywołanie alergii lub nietolerancji pokarmowej. Inhibitory trypsyny można znaleźć głównie roślinach strączkowych (soja, fasola, groch, bób, soczewica), w mniejszym stopniu najdziemy je w pszenicy, ziemniakach. Występują również w zielonych warzywach liściastych. Inhibitory trypsyny i chymotrypsyny znajdują się w większości produktów zawierających zboża, w tym w płatkach zbożowych, owsiance, pieczywie, a nawet żywności dla niemowląt. Kwas fitynowy hamuje enzymy trawienne zwane amylazą, trypsyną i pepsyną. Amylaza rozkłada skrobię, podczas gdy zarówno pepsyna, jak i trypsyna są potrzebne do rozkładu białka. Kwas fitynowy (inaczej fitowy) występuje w roślinach, głównie w zbożach pełnoziarnistych, otrębach, roślinach strączkowych (soja, fasola, soczewica), orzechach, nasionach (sezam, siemie lniane) i kukurydzy, a także w mniejszych ilościach w niektórych owocach i warzywach. Nawet najwyższej wartości białko spożyte w towarzystwie fitynianów nie będzie prawidłowo strawione. Niedobór białka znacząco wpływa na produkcję i funkcjonowanie białych krwinek,

często prowadząc do leukopenii (niska całkowita liczba białych krwinek) i zaburzenia równowagi w określonych typach, takie jak mniejsza liczba limfocytów i większa liczba neutrofilów, osłabiając odpowiedź immunologiczną, ponieważ białko stanowi budulec dla komórek układu odpornościowego, co sprawia, że odpowiednia jego ilość jest kluczowa dla wytwarzania i utrzymywania białych krwinek oraz zwalczania infekcji.

Jak niedobór białka wpływa na białe krwinki:

Zmniejszona produkcja: Twój organizm wykorzystuje białko do budowy wszystkich komórek, w tym białych krwinek (takich jak limfocyty, neutrofile itp.). Bez wystarczającej ilości białka organizm nie jest w stanie wytworzyć wystarczającej liczby nowych komórek odpornościowych, aby zwalczać patogeny. Spadek liczby limfocytów: Dieta uboga w białko często drastycznie obniża liczbę limfocytów, kluczowych komórek odporności adaptacyjnej. Zmiany dotyczące neutrofilów: Podczas gdy całkowita liczba białych krwinek spada, odsetek neutrofilów (ro-

który w konsekwencji prowadzi do niedoboru białka w organizmie i tego skutków w postaci zaburzeń odporności i również poważnych stanów chorobowych (w komentarzu wypis z SOR). Żadne zwierzę nie musi używać papieru toaletowego. Konieczność jego zużycia oznacza stan zapalny jelit i tym samym zaburzenia wchłaniania.

Białko to nie trend żywieniowy ani kolejny element diety z internetu. To fundament biologiczny życia, zdrowia i sprawności – coś, bez czego organizm człowieka po prostu nie funkcjonuje. Każda komórka ciała opiera się na białku. Mięśnie, narządy, enzymy, hormony, neuroprzekątniki, układ odpornościowy – wszystko to jest zbudowane lub regulowane przez struktury białkowe. Bez odpowiedniej podaży białka ciało zaczyna dosłownie zjadać samo siebie. W sensie fizycznym białko odpowiada za regenerację i odbudowę. Każdy wysiłek, stres, choroba czy nawet zwykły dzień powoduje mikrouszkodzenia tkanek. To białko jest materiałem naprawczym. Jeśli go brakuje, organizm nie ma z czego odbudować mięśni, ścięgien, skóry czy narządów. Skutkiem jest osłabienie, spadek siły, bóle stawów, wolniejsze gojenie ran i większa podatność na urazy. Z czasem pojawia się sarkopenia – utrata masy mięśniowej – która nie dotyczy tylko osób starszych, ale coraz częściej ludzi młodych, żyjących w stresie i jedzących „pusto”. Białko to również kręgosłup zdrowia metabolicznego. Odpowiednia jego ilość stabilizuje poziom cukru we krwi, zmniejsza napady głodu i ogranicza kompulsywne jedzenie. Dieta uboga w białko, a bogata w węglowodany i przetworzone tłuszcze, prowadzi do rozchwiania insuliny, zmęczenia, mgły mózgowej i odkładania tkanki tłuszczowej. Organizm, który nie dostaje aminokwasów, szuka energii w chaosie – stąd wahania nastroju i ciągłe poczucie braku. Nie mniej istotna jest rola białka w psychice i układzie nerwowym. Aminokwasy są prekursorami serotoniny, dopaminy i innych neuroprzekątników odpowiadających za motywację, spokój i odporność na stres. Niedobór białka to często ukryta przyczyna obniżonego nastroju, drażliwości i problemów z koncentracją. Nie da się „myśleć jasno” na cele, które jest niedożywione strukturalnie. Układ odpornościowy także opiera się na białku. Przeciwciała, komórki obronne, enzymy zwalczające patogeny – wszystko to wymaga stałego dopływu aminokwasów. Osoba jedząca za mało białka choruje częściej, dłużej się regeneruje i gorzej znosi infekcje. W świecie pełnym stresu, toksyn i przebieżen immunologicznych rezygnacja z białka to prośenie się o chroniczne osłabienie. Warto podkreślić, że białko to nie tylko „mięśnie dla sportowców”. To element godnego starzenia się, sprawności w codziennym życiu i zachowania niezależności. Silne ciało to nie estetyka – to zdolność do pracy, ochrony siebie i bliskich, do działania bez bólu i ograniczeń. Bez białka nie ma tej siły. Jakość ma tu znaczenie kluczowe. Białko pełnowartościowe – zawierające komplet aminokwasów – pochodzi z jaj, mięsa, ryb, nabiału, a także odpowiednio łączonych źródeł roślinnych. Nie chodzi o skrajności, lecz o świadomość: organizm potrzebuje realnego budulca, a nie kalorii bez treści. Białko jest więc nie luksusem, lecz koniecznością. Jest cichym filarem zdrowia, który działa w tle każdego dnia. Kto o nie dba, inwestuje w odporność, siłę i klarowność umysłu. Kto go ignoruje, wcześniej czy później płaci cenę – osłabieniem, chorobą lub utratą sprawności. W biologii nie ma ideologii. Są tylko konsekwencje.

dzaj białych krwinek) może wzrosnąć, ale ich funkcja (np. zabijanie zarazków) może być upośledzona.

Zaburzone funkcjonowanie: Oprócz samej liczby, niedobór białka może zmniejszyć zdolność białych krwinek do przemieszczania się, rozpoznawania i niszczenia intruzów, osłabiając tym samym ogólną odporność.

Główne typy białych krwinek, których to dotyczy: Limfocyty (komórki T, komórki B, komórki NK): znacznie zmniejszone. Monocyty : Zmniejszone. Neutrofile (leukocyty polimorfonuklearne): ich liczba może wzrosnąć, ale ich funkcja jest upośledzona.

Eozynofile:

Zmniejszone.

Konsekwencje:

Osłabiony układ odpornościowy: Stajesz się bardziej podatny na infekcje.

Leukopenia : Ogólne zmniejszenie liczby białych krwinek (leukopenia) lub określone rodzaje zmniejszenia liczby białych krwinek (granulocytopenia). Bywają osoby, które wręcz przyzwyczyły się do przewlekłego rozwołnienia. Brak stałego stolca. To niebezpieczny objaw zaburzeń trawienia,



MKS ZNICZ PRUSZKÓW ZMIENIA SKŁAD ZESPOŁU NA SEZON 2026/27



Foto - zbiory autora

Tekst & foto - Jakub Długoszewski, redaktor sportowy

Znicz Pruszków podczas przygotowań do nowego sezonu zmienia także skład zespołu. Wielu nowych osób to wychowankowie akademii lub zawodnicy, którzy wracają do Pruszkowa. Ze Znicza Pruszków odeszli także ważni w zeszłym sezonie piłkarze. Zapraszam na podsumowanie transferów lokalnego zespołu dokonanych do czasu pierwszego ligowego spotkania.

Podążając chronologicznie po informacjach podawanych przez klub, trzeba zacząć od przedłużenia kontraktu o kolejny rok przez trenera Łukasza Smolarowa. 42-letni, urodzony w Warszawie trener z licencją UEFA Pro objął stanowisko pierwszego trenera Znicza Pruszków 30 marca 2026 roku. W tym czasie poprowadził zespół w ośmiu spotkaniach, dwukrotnie zwyciężając, dwa razy remisując i czterokrotnie ustępując przeciwnikom. Ten bilans daje trenerowi średnią jednego punktu na mecz. Łukasz Smolarow zakończył sezon zdobywając trzy punkty, po wygranym 3-2 meczu z Ruchem Chorzów. Pomimo zwycięstwa, a wraz z tym idącym trzech punktów Zniczowi Pruszków nie udało się utrzymać w Betclie 1. Lidze spadając z szesnastej lokaty.

Dzień po ogłoszeniu przedłużenia współpracy z trenerem, opublikowano artykuł, w którym poinformowano o tym, że Radosław Majewski nie będzie zawodnikiem Znicza Pruszków w następnym sezonie. 4 dni później Majewski został oficjalnie przedstawiony jako zawodnik Pogoni Grodzisk Mazowiecki. Na stronie klubu pojawił się artykuł podsumowany słowami "Radosławie, witamy w Grodzisku i życzymy wielu udanych występów w czerwono-białych barwach!". W Pruszkowie Radosław Majewski grał już wcześniej. Jako wychowanek tego klubu po około czterech latach seniorskiej gry w Zniczu, przeniósł się do Dyskobolii Grodzisk Wielkopolski. Zanim wrócił do żółto-czerwonych grał jeszcze w wielu zespołach m.in. Polonii Warszawa, Nottingham Forest, czy Lechu Poznań. Ostatecznie w Zniczu Pruszków zagrał on 76 meczów, zdobywając 19 bramek i 22 asysty.

Tydzień później kontrakt ze Zniczem Pruszków przedłużył Michał Borecki. 29-letni, urodzony w Inowrocławiu defensywny pomocnik będzie kontynuował współpracę z drużyną Znicza w sezonie 2026/2027. Do zespołu dołączył on w połowie rundy wiosennej w 2025 roku z wypożyczenia z Arki Gdynia. Pięć miesięcy później został on wykupiony przez klub z Pruszkowa. Dotychczas Michał Borecki w Zniczu wystąpił 47 razy, zdobywając 3 gole.

24 czerwca ze Zniczem pożegnało się dwóch zawodników. Po pół roku gry w Pruszkowie do lotewskiej Jęlgawy przechodzi Andrzej Juzwak, z kolei Dominik Sokół był zawodnikiem żółto-czerwonych przez dwa lata. Wcześniej grał w Radomiu Radom, a teraz przechodzi do łódzkiego ŁKS-u. Zawodnicy ci zdobyli kolejno 13 spotkań oraz 65 spotkań, 10 goli i 7 asyst.

Lipiec klub rozpoczął pożegnaniem kolejnych dwóch zawodników. Jednego dnia z drużyną odeszli Paweł Moskwik oraz Krystian Tabara. Ten pierwszy w Zniczu pierwszy raz zawiązał, w połowie 2019 roku. W tym czasie był wypożyczony na dwa lata do Motoru Lublin, a w żółto-czerwonych barwach na boisku występował łącznie 159 razy, zaliczając 16 goli i 18 asyst. Drugim zawodnikiem, który opuścił Znicz Pruszków pierwszego lipca jest Krystian Tabara. 9 lat spędzone w młodzieżowej, drugiej i pierwszej drużynie Znicza Pruszków, zakończył z bilansem 165 spotkań, 14 bramek i 15 asyst. Następnym sezon Krystian Tabara rozegra w warszawskiej Polonii.

3 dni po pożegnaniach, przyszedł na powitanie i przedłużenia kontraktów. Dzień w klubie zaczął się od przedłużeniu współpracy z Jarosławem Jachem. Jeden z podstaw formacji defensywnej Łukasza Smolarowa z 125 spotkaniami w Ekstraklasie w dorobku, dołączył do Zni-



Mateusz Mazurek



Nikodem Zawistowski



Dawid Barnowski

cza w sierpniu 2025 roku i już na koncie ma 32 rozegrane mecze i 2 bramki. Chwile później przekazano informację na temat przyszłości Michała Pawlika. 31-letni środkowy obrońca dołączył do Znicza na początku sezonu

2024/2025, lecz na debiut czekał kilka miesięcy z powodu kontuzji. W kolejnym sezonie Michał Pawlik występował w 19 spotkaniach zdobywając jedną bramkę. Na koniec dnia klub podpisał kontrakt z wychowankiem akademii Szymonem Cielochem. Szymon rozegrał w V lidze 25 spotkań reprezentując drugą drużynę Znicza Pruszków, a wcześniej wielokrotnie występował w żółto-czerwo-



Filip Holuj



Dominik Szafranski



Marcel Broniewski

nych barwach w rozgrywkach młodzieżowych. Szymon gra najczęściej na pozycji lewego pomocnika, a nierzadko widać go również na pozycji napastnika lub prawego pomocnika.

Dwa dni później pierwszy profesjonalny kontrakt podpisał kolejny wychowanek akademii klubu, Aleksander Redliński w pierwszej drużynie zadebiutował w meczu rundy wiosennej przeciw Polonii Bytom. Dotychczas wziął udział w jednym spotkaniu pierwszego zespołu, w którym rozegrał 19 minut. Oprócz tego jako wychowanek akademii brał udział w rozgrywkach młodzieżowych między innymi w Centralnej Lidze Juniorów, w której rozegrał 20 spotkań strzelając 2 bramki. Tego samego dnia przedłużono umowę z Władysławem Okhronchukiem. Umowa została przedłużona o kolejny rok. Ten 29-letni defensywny pomocnik w swoim CV ma występy w np. ŁKS-ie Łódź, czy Polonii Warszawa. W żółto-czerwonych występował 58 razy, strzelając łącznie dwie bramki.

W kolejnych dniach klub ponownie wzmacniał pierwszą linię. Kolejnym, nowym zawodnikiem ofensywnym jest wychowanek Legii Warszawa, prawy napastnik, który w zeszłym sezonie występował w Betclie 2. Lidze, w barwach KKS-u Kalisz z 25 występami i jedną bramką w dorobku Nikodemu Zawistowski. Nikodem w przeszłości występował w m.in. Polonii Warszawa, czy Victorii Sulejówce. Ten zawodnik ma 26 lat i 45 rozegranych spotkań na poziomie

Po wzmocnieniu ofensywy przyszedł czas, żeby wrócić do defensywy. Filip Holuj, prawy obrońca z doświadczeniem w m.in. Hutniku zostaje na poziomie Betclie 2. Ligi, ale zmienia barwy. Były zawodnik właśnie krakowskiego Hutnika w poprzednim sezonie rozegrał 19 spotkań na poziomie trzeciej dywizji rozgrywkowej w Polsce. Jak przyznał Filip w wywiadzie, będzie chciał pomóc drużynie w powrocie do I. ligi.

Na 12 dni przed powrotem rozgrywek ligowych, 12 lipca klub podpisał nowego zawodnika. Bartosz Mazurek to 19-letni, mierzący 182 centymetry wzrostu, wychowanek Ursusa Warszawa grający na pozycji napastnika. Nowy zawodnik został wypożyczony na rok do pruszkowskiego klubu po jedenastu latach spędzonych w Warszawie. W zeszłym sezonie zdobył on sześć bramek dla Ursusa, a w przedsezonowych sparingach Znicza wpisał się na listę strzelców w meczu sparingowym z Chojniczanką Chojnice.

Kolejny dzień w klubie to kolejny oficjalnie podpisany kontrakt z nowym napastnikiem, Dominik Szafranski, wychowanek akademii żółto-czerwonych związał się z klubem na następne dwa lata. Poprzedni sezon był dla Dominika jeszcze czasem spędzonym w akademii, gdzie zdobył 9 bramek. Młody napastnik nie ukrywa zadowolenia, że jego zaangażowanie zostało zauważone, jednocześnie przyznaje, że nie będzie odpuszczał i jest świadomy ogromu pracy, która na niego czeka.

Potrzech latach gry w klubach takich jak Ruch Chorzów, Wisła Płock czy Pogoń Grodzisk Mazowiecki do Znicza powraca urodzony w Nowym Sączu, mający dziś 24 lata – Dawid Barnowski. Ten zawodnik reprezentował żółto-czerwone barwy w sezonach 2021/2022 i 2022/2023. Wtedy rozegrał 55 spotkań zdobywając dwie bramki i trzy asysty. Dawid w wywiadzie przyznaje, że z wcześniejszej gry w Zniczu zapadał mu w pamięć moment, kiedy na koniec sezonu 2022/2023 czekał na boisku na wyniki spotkań innych drużyn. Ostatecznie wspomniany sezon zakończył się bezpośrednim awansem żółto-czerwonych.

Oprócz ataku i defensywy, jest jeszcze druga linia, czyli linia pomocy. Marcel Broniewski to właśnie pomocnik. Co ciekawsze pomocnik z akademii Pogoni Szczecin, który na zasadzie transferu przechodzi do Pruszkowa właśnie z tamtejszych rezerw. Ostatni sezon Marcel spędził w Zagłębiu Sosnowiec. W Sosnowcu rozegrał 24 spotkania, zaliczając jedną bramkę. Jego mocne strony to strzały z dystansu, dobra organizacja gry i przede wszystkim według wielu duży potencjał do dalszego rozwoju.

Oprócz Marcela Broniewskiego linia pomocy została wzmocniona wychowankiem klubu w latach 2014-2019. Następnie Jan grał w Ursusie Warszawa oraz drugim zespole i "młodzikach" Jagielloni Białystok. Jan Kosmalski najczęściej widziany jest na lewej stronie, lecz w jego dotychczasowej karierze trenerzy wystawiali go także na środku i na prawej flance. Janek podkreśla, że mimo iż w drużynie jest od niedawna, to jednak zna się z wieloma kolegami i są oni naprawdę zgrani.

Na ostatni dzień przed powrotem do rozgrywek ligowych, do zespołu dołączył nowy zawodnik, a z dwoma przedłużono umowy. Jako pierwszą upubliczniono informację o przedłużeniu kontraktów z Tymonem Proczkiem i Adrianem Kazimierzczakiem. Tymon Proczek w pierwszym zespole występuje od 2019, więc przedłużenie kontraktu nie było zaskoczeniem. Ten urodzony w Pruszkowie ofensywny pomocnik dla Znicza rozegrał 154 spotkania, strzelił w nich 3 bramki, a przy 7 asystach. Jego kontrakt z zespołem został przedłużony o kolejny rok. O rok współpracę przedłużył także Adrian Kazimierzczak. Środkowy napastnik dotychczas w barwach Znicza występował 47 razy, strzelając 5 bramek i dwukrotnie asystując. Ostatnim wzmocnieniem drużyny przed ligą było dołączenie Filipa Dabika. 20-letni pomocnik jest wychowankiem klubu. Pierwsze kroki stawiał właśnie w pruszkowskiej akademii, a teraz przechodzi do pierwszej drużyny, gdzie będzie mógł się zaprezentować na poziomie Betclie 2. Ligi.

Jak nowi zawodnicy pokażą się na trzecim ligowym poziomie rozgrywkowym w Polsce? Podołamy tego dowiedzieć się za kilka miesięcy. Tekst opracowałem na podstawie informacji podawanych przez klub MKS Znicz Pruszków, ze strony Transfermarkt, aplikacji SofaScore oraz Flashscore.



SKARB KIBICA MKS ZNICZ PRUSZKÓW - RUNDA JESIENNA - SEZON 2026/2027



Foto - ze zbiorów autora

Wiesław Pośpiech - dziennikarz sportowy
Foto - Archiwum MKS Znicz Pruszków

DANE O KLUBIE
Miejski Klub Sportowy ZNICZ PRUSZKÓW

Rok założenia: 1923
Barwy: żółto-czerwone
Adres: 05-800 Pruszków,
ul. Bohaterów Warszawy 4
Sekretariat: tel., fax.: 22 758 88 53
E-mail: prasa.znicz@zniczpruszkow.home.pl
Biuro prasowe: prasa.znicz@gmail.com
Bilety: bilety@zniczpruszkow.com.pl
Stadion: Miejski Zarząd Obiektów Sportowych w Pruszkowie
Pojemność: 2000 - wszystkie siedzące
Oświetlenie: 2000 lx
Wymiary boiska: 105 x 68 m
Płyta boiska: podgrzewana
Media i marketing:
k.zakrzewski@zniczpruszkow.com.pl

Zarząd Klubu
Prezes – Tomasz MATUSZEWSKI, wiceprezes – Andrzej KLUCZEK, skarbnik – Marcin SŁIWINSKI, sekretarz – Adam STANCIK, członek zarządu – Karol IMBRZYKOWSKI

Łukasz Smolarow – aktualnie I trener MKS ZNICZ Pruszków to 41-letni Trener, doświadczenie zdobywał jako wieloletni współpracownik Piotra Słokowca. Ostatnio wspólnie pracowali w ŁKS-ie Łódź w sezonie 2023/24. Nowy trener Znicza w swojej karierze pełnił również funkcję dyrektora sportowego w Lechii Gdańsk Pracował również jako asystent w Polonii Warszawa i Jagiellonii Białystok.

KADRA MKS ZNICZ PRUSZKÓW – BEATLIC II LIGA – SEZON 2026/2027 – RUNDA WIOSENNA

Pozycja/Nr Zawodnik/Data ur./Wzrost (cm)/Waga(kg)/Rok dołączenia/Poprzedni klub

BRAMKARZE
Bramkarz/23/Kacper NAPIERAJ/13 kwietnia 2007/190/90/2021/Victoria Sulejówiek.
Bramkarz/32/Maciej SYPIEWSKI/15 stycznia 2007/187/75/2022/wychowanek.
Bramkarz/32/Norbert GZOWSKI/4 czerwca 2009/190/85/2024/Mazur Radzymin.

OBROŃCY
Obronca/6/Michał PAWLIK/8 maja 1995/185/79/2024/Górnik Łęczna.
Obronca/14/Vladyslav Okhronchuk (UKR)/14 lipca 1997/190/77/2024/Polonia Warszawa.
Obronca/2/Mateusz Jeleński/16.04.2007.
Obronca/3/Filip Holuj/18.06.2005
Obronca/7/Dawid BARNOWSKI/27.11.2002/
Obronca/5/Jarosław JACH/17 lutego 1994/192/85/2025/Zagłębie Lubin.

POMOCNICY
Pomocnik/ 5/ Marcel BRONIEWSKI/20.03.2006.
Pomocnik/11/Tymon PROCEK/11 stycznia 2003/175/68/2019/wychowanek.
Pomocnik/18/Filip DRABIŃSKI/30.03.2006.
Pomocnik/20/Michał BORECKI/5 marca 1997/181/76/2025/Arka Gdynia.
Pomocnik/8/Aleksander NADOLSKI/18 marca 2005/179/74/2025/Lech Poznań.
Pomocnik/25/Jan KOSMAŁSKI/10.09.2007.
Pomocnik/80/Patryk PLEWKA/2 stycznia 2000/174/70/2024/Chrobry Głogów.

Pomocnik/21/Aleksander REDLIŃSKI/ 20.04.2007.
Pomocnik/27/Oskar GARBINSKI/6 lipca 2007/174/65/2025/brak klubu.
Pomocnik/37/Nikodem ZAWISTOWSKI/ 27.03.2002.
Pomocnik/ /Szymon CIELOCH/12 kwietnia 2006/183/69/2026/wychowanek.

NAPASTNICY
Napastnik/17/Adrian KAZIMIERCZAK/31 października 2004/181/77/2024/wychowanek.
Napastnik/19/Mateusz KAROL/20 czerwca 2004/181/72/2024/Mława.
Napastnik/9/Antoni BARTOSZEWICZ/ 27.04.2009.
Napastnik/15/Mateusz GŁOWIŃSKI/ 20.11.2006.
Napastnik/13/Bartosz MAZUREK/18.02.2007.
Napastnik/16/Dominik SZAFRAŃSKI/ 05.04.2009.
Napastnik/15/Wiktor KIESZEK/26 września 2008/179/68/2021/Swit Nowy Dwór Mazowiecki.

ODCHODZĄ
Hubert BRYŚIAK
Mikołaj KUNICKI
Jakub NOWAKOWSKI
Mieszko LORENC
Oskar KOPROWSKI
Paweł MOSKWIK
Dominik SOKOŁ
Daniel BAK
Radosław MAJEWSKI
Krystian TABARA
Bartłomiej CIEPIELA
Piotr MISZTAŁ
Dominik KONIECZNY

NOWI ZAWODNICY
Jan Kosmański - Jagiellonia II Białystok,
Dawid Barnowski - Pogoń Grodzisk Mazowiecki,
Marcel Broniewski - Zagłębie Sosnowiec,
Filip Holuj - Hutnik Kraków,
Bartosz Mazurek - Ursus Warszawa,
Nikodem Zawistowski - KKS Kalisz,
Mateusz Jeleński - Drukarz Warszawa,
Mateusz Głowiński - Korona Kielce.



Jan Kosmański - Jagiellonia II Białystok



Bartosz Mazurek - Ursus Warszawa



Dawid Barnowski - Pogoń Grodzisk Mazowiecki



Nikodem Zawistowski - KKS Kalisz



Marcel Broniewski - Zagłębie Sosnowiec



Filip Holuj - Hutnik Kraków



Mateusz Jeleński - Drukarz Warszawa



Mateusz Głowiński - Korona Kielce

TERMINARZ BEATLIC II LIGA – RUNDA WIOSENNA – SEZON 2026/2027

1. Kolejka – 24.07.2026 – PIĄTEK – godz. 18:00. MKS ZNICZ PRUSZKÓW – RESOVIA RZESZÓW.
2. Kolejka – 31.07.2026 – PIĄTEK – godz. 18:00. MKS ZNICZ PRUSZKÓW – LEGIA II WARSZAWA.
3. Kolejka – 09.08.2026 – NIEDZIELA – godz. 17:00. CHOJNICZANKA CHOJNICE – ZNICZ PRUSZKÓW.
4. Kolejka – 15.08.2026 – SOBOTA – godz. 16:00. MKS ZNICZ PRUSZKÓW – OLIMPIA GRUDZIĄD.
5. Kolejka – 22-23.08.2026 – – godz. MKS ZNICZ PRUSZKÓW – ŚWIT SZCZECIN.
6. Kolejka – 29-30.08.2026 – – godz. ŚLĄSK II WROCŁAW – MKS ZNICZ PRUSZKÓW.
7. Kolejka – 5-6.09.2026 – – godz. MKS ZNICZ Pruszków – HUTNIK KRAKÓW.
8. Kolejka – 12-13.09.2026 – – godz. MKS ZNICZ PRUSZKÓW – GKS TYCHY.
9. Kolejka – 19-20.09.2026 – – godz. LECHIA ZIELONA GÓRA – MKS ZNICZ PRUSZKÓW.
10. Kolejka – 3-4.10.2026 – – godz. MKS ZNICZ PRUSZKÓW – STAL STAŁOWA WOLA.
11. Kolejka – 10-11.10.2026 – – godz. ZAWISZA BYDGOSZCZ – MKS ZNICZ Pruszków.
12. Kolejka – 17-18.10.2026 – – godz. MKS ZNICZ PRUSZKÓW – REKORD BIELSKO BIAŁA.
13. Kolejka – 24-25.10.2026 – – godz. AVIA ŚWIDNIK – MKS ZNICZ Pruszków.
14. Kolejka – 30-31.11.2026 – – godz. GÓRNIK ŁĘCZNA – MKS ZNICZ PRUSZKÓW.
15. Kolejka – 7-8.11.2026 – – godz. MKS ZNICZ Pruszków – PODHALE NOWY TARG.
16. Kolejka – 14-15.11.2026 – – godz. MKS ZNICZ PRUSZKÓW – SOKÓŁ KLECZEW.
17. Kolejka – 21-22.11.2026 – – godz. SANDEKJA NOWY SĄCZ – MKS ZNICZ PRUSZKÓW.
18. Kolejka – 28-29.11.2026 – – godz. MKS ZNICZ PRUSZKÓW – RESOVIA RZESZÓW.
19. Kolejka – 5-6.12.2026 – – godz. LEGIA II WARSZAWA – MKS ZNICZ PRUSZKÓW.



Górny rzqd od lewej: Filip Holuj, Mateusz Głowiński, Dominik Szafrński, Jarosław Jach, Maciej Sypniewski, Kacper Napieraj, Norbert Gzowski, Vladyslav Okhronchuk, Antoni Bartoszewicz, Michał Pawlik, Wiktor Kieszek
Rząd środkowy od lewej: Bartosz Mazurek, Nikodem Zawistowski, Dawid Barnowski, Jan Kosmański, Mateusz Jeleński, Aleksander Nadolski, Filip Drabiński, Szymon Cieloch, Adrian Kazimierzczak
Dolny rzqd od lewej: Oskar Garbiński, Marcel Broniewski, Patryk Gąsiński (trener przyg. motorycznego), Łukasz Woźniak (trener asystent), Łukasz Smolarow (I trener), Sebastian Przyrowski (trener bramkarzy/kierownik drużyny), Jakub Cieloch (fizjoterapeuta), Michał Borecki, Aleksander Redliński, Tymon Procecz



Sztab szkoleniowy: Patryk Gąsiński (trener przyg. Motorycznego), Sebastian Przyrowski (trener bramkarzy/kierownik drużyny), Łukasz Smolarow (I trener), Łukasz Woźniak (trener asystent), Jakub Cieloch (fizjoterapeuta)



Zawodnicy ze statusem młodzieżowca

Patroni medialni



MIEJSKI I POWIATOWY MIESIĘCZNIK SPOŁECZNO, KULTURALNO, INFORMACYJNY - TYTUŁ ISTNIEJE OD 1919 ROKU





GABINET MEDYCZNY oraz GABINET FIZJOTERAPII

Zapraszamy do skorzystania z usług medycznych w naszych gabinetach

05-806 Komorów, ul. Moniuszki 5

W chwili obecnej świadczymy usługi w zakresie:

- masażu leczniczego
- ćwiczeń usprawniających
- leczenia chorób wewnętrznych

Renata Budkiewicz lek. chorób wewnętrznych, tel. 607 580 057
Marta Kępa mgr fizjoterapii, tel. 609 374 331

MARINA PRO

REWITALIZACJA ZBIORNIKÓW
Działamy na terenie całego kraju

Przywrócimy życie i piękno Twoim zbiornikom wodnym

Kompleksowe oczyszczanie, odmulanie i pielęgnacja stawów, rzek oraz przystani, portów i marin jachtowych. Pracujemy tam, gdzie inny sprzęt po prostu tonie!

Zapytaj o wycenę: <https://marinapro.pl/#footer>
 Poznaj nasze usługi: <https://marinapro.pl/#services>

Zadzwoń lub napisz:
 +48 720 560 360 biuro@marinapro.pl
 Biuro czynne: Pn - Pt: 08:00 - 17:00

NAUKA I DOSKONALENIE PŁYWANIA

licencja POLSKIEGO ZWIĄZKU PŁYWACKIEGO nr 103614

rok szkolny 2026/2027

elastyczna zmiana grup i terminów

możliwość odrobienia zajęć

grupy 5-8 osobowe na 1 instruktora

270 zł miesięc

przy zapisach do 30.06 brak opłaty wpisowej

Pływalnia Kapry Pruszków ul. Andrzeja 3

- nauka pływania dzieci 6-10 lat **sportowe tory** pon, wt, śr, czw, pt 17:00-17:45
- doskonalenie pływania dzieci 9-14 lat **sportowe tory** pon, wt, śr, pt 18:00-18:45
- grupa zaawansowana dzieci / młodzież 11-16 lat **sportowe tory** pon, wt, śr, pt 19:00-19:45

Pływalnia SMS Pruszków ul. Gomulińskiego 4

- nauka pływania dzieci 5-7 lat **male tory** pon, wt, śr, czw, pt 17:00-17:45
- nauka pływania dzieci 6-9 lat **male tory** pon, wt, śr, czw, pt 18:00-18:45
- doskonalenie pływania dzieci 6-9 lat **male tory** pon, wt, śr, czw, pt 18:00-18:45
- nauka pływania dzieci 6-10 lat **sportowe tory** pon, wt, śr, czw, pt 17:00-17:45
- doskonalenie pływania dzieci 9-14 lat **sportowe tory** pon, wt, śr, czw, pt 18:00-18:45
- grupa zaawansowana dzieci / młodzież 11-16 lat **sportowe tory** pon, wt, śr, czw, pt 19:00-19:45

793-400-406 794-400-406

SZCZEGÓŁOWE INFORMACJE ORAZ LINK DO ZAPISÓW www.uk-s-kapry.pl/aktualności

KĄCİK KULINARNY

Szurfada - królewska potrawa

Nazwa tej potrawy wywodzi się z kuchni włoskiej, od słowa - stufato, czyli duszone mięso. Do Polski przywędrowała na początku XVI wieku nie z Francji, lecz z Włoch. Przywiozła ją do Krakowa, wraz ze swoimi kucharzami i królewską świtą, królowa Bona Sforza d' Aragona, od 1518 roku królowa Polski i żona Zygmunta Starego. Oto królewski przepis tej potrawy.

ładny kawałek pieczeniowej wołowiny (minimum 1,5 kg, bo inaczej wyschnie) marynujemy trzy dni w zalewie octowej. Zalewa: ocet 2,5% - 3% gotujemy krótko z pieprzem w ziarnkach, zielenką angielską, listkiem laurowym, paroma jagódkami jałowca i pokrojone w grube plastry 3 cebule a także odrobina soli i cukru.

Po trzech dniach wyjmujemy z zalewy i szpikujemy wzdłuż włókien wąskimi słupkami słoniny. Oto sposób: - robimy otwór spiczastym nożem i wkładamy w to miejsce słupki dobrze schłodzo-

nej słoniny, potem całość obsmażamy na rumiano na rozgrzanym tłuszczu, przekładamy do dużego rondla, podlewamy wodą (do uzupełnienia) i dusimy do miękkości co może nieco potrwać, bo wołowina lubi być twarda. Uwaga! Solimy i pieprzymy dopiero pod koniec duszenia i dodajemy doń plastry cebuli z zalewy. Mięso powinno być wtedy kruche i soczyste. Szurfadę kroimy w grubsze plasterki w poprzek włókien, żeby było widać białe kropki słoninki. Podajemy według gustu. Wasz kuchcik!

Letnie Półkolonie

w MOK „Kamyk” - SIERPIEŃ 2026
 Ul. Bohaterów Warszawy 4 | Pruszków



Serdecznie zapraszamy do zapisów na Półkolonie Letnie w „Kamyku”. Zaplanowaliśmy 3 turnusy warsztatów, wyjść i wycieczek dla dzieci w wieku od 7 do 10 lat!

Terminy:

I turnus: 13–17 lipca 2026

II turnus: 3–7 sierpnia 2026

III turnus: 17–21 sierpnia 2026

Zajęcia będą się odbywać od poniedziałku do piątku w godz. 8:30-17:00

Ramowy program każdego turnusu:

poniedziałek – zajęcia integracyjne, wtorek – wycieczka do Warszawy, środa – warsztaty na miejscu, czwartek – wycieczka całonocowa, piątek – warsztaty na miejscu. Koszt: 590,00 zł/turnus.

Etapy naboru:

Zgłoszenie przez system www.strefazajec.pl (od 8 maja od g. 8:00). Potwierdzenie przyjęcia (dostaną Państwo wiadomość mailową z akceptacją zgłoszenia). Dostarczanie dokumentów przez osoby, których udział został potwierdzony przez Miejski Ośrodek Kultury im. Aleksandra Kamińskiego „Kamyk” (11–15 maja). Wnieiesienie opłaty nie później niż do 22 maja 2026 r.

Ważne informacje!

Jedno dziecko może zostać zapisane wyłącznie na jeden turnus półkolonii. Pierwszeństwo w naborze mają osoby posiadające aktualną Kartę Pruszkowiaka. O przyjęciu decyduje kolejność zgłoszeń dokonanych za pośrednictwem systemu Strefa Zajęć.



Wakacje, woda i zatłkane ucho

Lekarz ostrzega: jeden patyczek może narobić kłopotów

Wystarczy zwykły dzień nad wodą. Kąpiel w jeziorze, kilka długości na basenie, nurkowanie w morzu albo zabawa z dziećmi przy brzegu. Nagle jedno ucho się zatyka. Człowiek słyszy gorzej, czuje ucisk, czasem ból. Pierwszy odruch? Przechylić głowę, poskakać na jednej nodze, poczekać, aż woda sama wypłynie. I czasem to rzeczywiście wystarczy. Ale jeśli nie pomaga, zaczyna się pokusa, by sięgnąć po patyczek. Właśnie wtedy, jak ostrzega prof. Piotr Skarżyński, otorynolaryngolog i alergolog, niewielki problem może zmienić się w poważne leczenie. Latem uszy są szczególnie narażone. Woda, piasek, owady, klimatyzacja i nasze własne pomysły na „szybką pomoc” potrafią stworzyć mieszaninę, która kończy się wizytą u lekarza. Najczęściej zaczyna się od wody, która dostaje się do przewodu słuchowego. Jeśli w uchu znajduje się woskowina, może ona spęcznieć i zatkać przewód. Wtedy pojawia się uczucie, jakby ucho było zablokowane. Problem częściej dotyczy osób, które dużo pływają, nurkują albo uprawiają sporty wodne. U nich przewody słuchowe mogą się z czasem zważyć. Gdy do ucha dostanie się woda albo drobne zanieczyszczenia, łatwiej o ból, stan zapalny, krwawienie i infekcję. Lekarz podkreśla, że osoby regularnie korzystające ze sportów wodnych powinny raz w roku sprawdzić uszy u specjalisty. Czasem wystarczy obejrzenie i oczyszczenie ucha, aby uniknąć większych problemów. Co mogą zrobić pływacy, żeby zmniejszyć ryzyko? Na rynku są proste rozwiązania: zatyczki do uszu do pływania, czepki, a także indywidualnie dopasowane wkładki wykonywane na miarę. Ich zadaniem nie jest leczenie, tylko ograniczenie dostawiania się wody do przewodu słuchowego. Po wyjściu z wody warto też osuszyć zewnętrzną część ucha ręcznikiem, przechylić głowę i pozwolić wodzie wypłynąć. Niektórzy korzystają również z aptecznych kropli lub sprayów osuszających po pływaniu. To może być pomocne, ale tylko wtedy, gdy ucho jest zdrowe. Jeśli jest ból, wyciek, podejrzenie dziury w błonie bębenkowej, założone drewno albo wcześniejsze operacje ucha, takich preparatów nie powinno się używać bez konsultacji z lekarzem. Najgorsze, co można zrobić przy zatłakim uchu, to próbować je „przepchać” samemu. Patyczek higieniczny nie służy do wkładania głęboko do ucha. Można nim oczyścić zewnętrzną

część małżowiny, ale wepchnięty dalej często tylko dopcha woskowinę. Do tego może skaleczyć bardzo cienką skórę przewodu słuchowego. Wtedy pojawia się krew, ból i czop, który później musi usunąć lekarz. Jeszcze bardziej niebezpieczne są domowe narzędzia: długopis, spinacz, wacik nawinięty na coś dłuższego. Brzmi przesadnie? Lekarz przywołuje przypadki, w których takie próby kończyły się dramatycznie. Jedną z historii dotyczy dziewczynki, która próbowała czyścić ucho długopisem. Uraz był tak poważny, że straciła słuch w jednym uchu. Dziś słyszy dzięki implantowi słimakowemu, ale tego nieszczęścia można było uniknąć. Niebezpieczne są także modne lub „ludowe” metody. Prof. Skarżyński szczególnie odradza świecowanie uszu. Jak mówi, ta metoda może siać spustoszenie i prowadzić do poważnych powikłań, w tym perforacji błony bębenkowej. Dawniej częściej płukano uszy wodą przy użyciu dużej strzykawki. Obecnie, przynajmniej w nowoczesnych gabinetach, robi się to rzadziej. Lekarze korzystają z mikroskopu, ssaki i specjalnych narzędzi, dzięki którym widzą, co dzieje się w uchu i mogą działać bezpiecznie. Co więc zrobić, gdy ucho zatka się na urlopie? Najpierw można dać mu chwilę, przechylić głowę, delikatnie poruszyć czuchwą, poskakać na jednej nodze. Jeśli to zwykła woda, czasem problem szybko znika. Ale jeśli zatkanie nie mija, pojawia się ból, krew, ropna wydzielina albo wyraźne pogorszenie słuchu, nie warto czekać tygodniami. Wtedy trzeba natychmiast szukać pomocy lekarza. Czasem przyczyną jest zwykła woskowina, czasem infekcja, a czasem problem z trąbką słuchową, czyli połączeniem między uchem a nosem, które pomaga wyrównywać ciśnienie. Dlatego tak ważne jest, by nie zgadywać i nie dolewać do ucha przypadkowych preparatów. Latem warto też uważać na klimatyzację. Nagle przejście z mocno schłodzonego samochodu czy hotelu na upał może sprzyjać infekcjom górnych dróg oddechowych. Lekarz radzi, aby nie ustawiać klimatyzacji na bardzo niską temperaturę i zmniejszać różnicę między wnętrzem a otoczeniem. Najważniejsza zasada jest prosta: ucho to nie miejsce na eksperymenty. Gdy coś się zatka, boli albo cieknie, lepiej zaufać specjalistom niż patyczkowi, świecy czy „dobrym radom” z plaży. Wakacje mają być czasem odpoczynku, a nie początkiem długiego leczenia.

Twój słuch się pogorszył?
 Słyszysz, ale nie rozumiesz słów?
 Szumi Ci w uszach?

ZADZWOŃ
 ☎ 609 624 525

Zbadaj BEZPŁATNIE słuch!

Testuj aparaty słuchowe **7 DNI** bez zobowiązań

modelowaniesluchu.pl

modelowanie słuchu ☎ ul. Kolorowa 19, lok. 146, Ursus, pn. - pt. 8:00 - 16:00, dojazd: 177, 191, 517

SKUP

złota, srebra

UŻYWANEJ ELEKTRONIKI

ADRES
 ul. Wojciechowskiego 33 paw. 16
 Warszawa - Ursus
 BAZAREK

tel.: **+48 601 23 16 14**

CZYNNE
 PN.-PT. 10:00-19:00
 SOB. 9:00-14:00

DARMOWA WYCENA
ZŁOTEJ biżuterii

Skup **ZŁOTA**
 PŁACIMY NAJWIĘCEJ GOTÓWKĄ DO RĘKI!

KUPOJEMY
 BIŻUTERIĘ,
 ZŁOTO, SREBRO,
 MONETY, ANTYKI
 oraz
 TELEFONY, LAPTOPY,
 SPRZĘT RTV

RODZINNY WYŚCIG

udział bezpłatny
 obowiązują zapisy

z Kapitanem Warszawą

RODZINNA GRA MIEJSKA
 Z ZADANIAMI, ZAGADKAMI I MISJĄ KAPITANA WARSZAWY

22 sierpnia
 Bulwary Wiślane
 godzina 11:00

23 sierpnia
 Pole Mokotowskie
 godzina 11:00

Zapisy
 10 sierpnia o godz. 10:00
 na stronie zwalcznude.pl/kalendarz-wydarzen

ORGANIZATOR

PATRONI MEDIALNI

PARTNER



POWIATOWY URZĄD PRACY w PRUSZKOWIE

05-800 Pruszków, ul. Drzymały 30 wejście C, pokój nr 129
tel.: (22) 770 20 28 lub 48 <https://pruszkow.praca.gov.pl>



- Kasjer-Sprzedawca K/M.** Wykształcenie zasadnicze zawodowe, aktualne orzeczenie o niepełnosprawności, aktualne badania sanitarno-epidemiologiczne lub gotowość do ich wyrobienia, zaangażowanie, sumienność i chęć do pracy. Praca w Dawidach Bankowych. *Oferta nr 0347.*
- Pracownik utrzymania czystości K/M.** Brak oczekiwanych pracodawcy. Praca w Moszna - Parcela. *Oferta nr 0346.*
- Kasjer/Kasjerka K/M.** Wykształcenie min. średnie oraz minimum 1 rok stażu w pracy o podobnym charakterze, podstawowa wiedza z zakresu rachunkowości. Praca w Raszynie. *Oferta nr 0345.*
- Monter wentylacji i klimatyzacji K/M.** Mile widziane doświadczenie jako monter (warunek nie jest konieczny), prawo jazdy kat. B. Praca w Opacz Kolonia. *Oferta nr 0343.*
- Monter wentylacji i klimatyzacji K/M.** Posiadanie uprawnień elektrycznych do 1KV. Umiejętność czytania schematów elektrycznych. Mile widziane doświadczenie w branży wentylacyjnej. Prawo jazdy kat. B. Praca w Opacz Kolonia. *Oferta nr 0342.*
- Księgowy/Księgowy.** Wykształcenie wyższe. Znajomość programów księgowych, płatnik oraz KSeF. Znajomość przepisów podatkowych i ustaw o rachunkowości. Biegła obsługa programów komputerowych. Umiejętność pracy samodzielnej i w zespole. Rzetelność, dokładność, systematyczność, komunikatywność i wysoka kultura osobista. Znajomość księgowości. Praca w Raszynie. *Oferta nr 0341.*
- Nauczyciel/Nauczycielka współorganizujący proces kształcenia.** Wykształcenie wyższe oraz przygotowanie pedagogiczne. Praca w Słominie. *Oferta nr 0340.*
- Mechanik pojazdów samochodowych K/M.** Wykształcenie średnie zawodowe. Doświadczenie i umiejętności w naprawach powypadkowych, praca blacharsko lakiernicza, umiejętność badania usterki komputerowej i mechanicznej. Doświadczenie zawodowe minimum 2 lata, znajomość budowy samochodów, umiejętność samodzielnej pracy. Znajomość języka rosyjskiego w mowie B1, w piśmie A1 (początkujący). Znajomość języka uzbeckiego w mowie C2 (biegły), w piśmie B1 (średniozaawansowany). Znajomość języka tadżyckiego w mowie C2 (biegły), w piśmie B1 (średniozaawansowany). Obsługa urządzeń technicznych. Prawo jazdy kat. B. Praca w Sękocinie Nowym. *Oferta nr 0339.*
- Monter kontenerów biurowych i sanitarnych K/M.** Wymagane doświadczenie ogólnobudowlane. Doświadczenie w montażu elementów konstrukcyjnych np. stalowych, metalowych, aluminiowych, drewnianych. Uprawnienia elektryczne. Znajomość podstaw hydrauliki. Chęć do pracy i gotowość do pracy fizycznej. Prawo jazdy kat. B. Mile widziane uprawnienia na wózek widłowy (nie obowiązkowe). Znajomość języka polskiego w stopniu umożliwiającym swobodne komunikowanie się. Praca w Biskupicach. *Oferta nr 0338.*
- Lider zmiany magazynowej K/M.** Wymagane doświadczenie w roli lidera zmiany. Niezbędne uprawnienia UDT do obsługi wózka widłowego. Praca w Moszna Parcela. *Oferta nr 0337.*
- Magazynier/Operator wózka widłowego.** Mile widziane doświadczenie zawodowe. Wymagane uprawnienia UDT do obsługi wózka widłowego. Praca w Moszna Parcela. *Oferta nr 0336.*
- Specjalista ds. Kadr i Płac K/M.** Wykształcenie wyższe. Min. 2 lata doświadczenia w realizacji zadań z w/w obszaru. Wiedza z zakresu regulacji kadrowo-płacowych. Umiejętność obsługi urządzeń biurowych. Znajomość pakietów biurowych MS Office. Praca w Raszynie. *Oferta nr 0335.*
- Pracownik Budowlany K/M.** Poziom wykształcenia-minimum zawodowe. Wymagane prawo jazdy kat. B. Oferta przeznaczona zarówno dla osób pełnosprawnych, jak i dla osób posiadających orzeczenie o stopniu niepełnosprawności. Praca w gminie Nadarzyn. *Oferta nr 0330.*

MAŁY GEST, WIELKA MOC
WYSTAW MISKĘ!

Lato to trudny czas dla zwierząt – szczególnie dla tych uwięzionych na łańcuchach, bezdomnych lub dzikich.

Każda miska wody to dla nich szansa na przeżycie upałów. Postaw ją przy domu, siolepi, firmie, w parku.

Każdy może pomóc – to nic nie kosztuje, a znaczy tak wiele.

Mała rzecz dla Zwierząt

DLA CIEBIE TO CHWILA. DLA NICH – ŻYCIE.

ZwierZ | ZWIĘK Ogólnopolska Fundacja na rzecz ochrony zwierząt www.fundacjaZWIERZ.org

PATA TAJ
Wyjątkowe wakacje

Kolonie, obozy, półkolonie. Wakacyjne szkolenie jeździeckie

Kanie k/Pruszkowa, ul. Krótka 9
Tel.: +48 518 444 204, www.patataj.com

Profil
AGENCJA WYDAWNICZO REKLAMOWA - PROFIL MEDIA

Wydawca gazety Głosu Pruszkowa oraz portalu www.gpr24.pl



Redakcja Głosu Pruszkowa: 05-806 Komorów, ul. Moniuszki 6 lok. 2, tel.: (22) 758 11 10, +48 604 194 054, www.gpr24.pl, redakcja@gpr24.pl
Redaktor naczelny: Mirosław Kalinowski, tel.: (22) 758 11 10 Z-ca Redaktora naczelnego: Adam St. Trąbiński, tel.: (022) 759 47 85. Sekretarz redakcji: Gabriela Milewska, tel.: (22) 758 11 10. Andrzej Górzyski Przewodniczący Rady Rozwoju i Marketingu: ceteterm@gmail.com Zespół redakcyjny: Mirosław Kalinowski, Adam St. Trąbiński, prof. Andrzej Targowski, Jerzy Antkowiak, Andrzej Górzyski, Zbigniew Poręcki, Maciej Woźniakiewicz, prof. Julitta Rybczyńska, Włodzimierz Szpak, Wiesław Pośpiech, Grażyna Siczek, Andrzej Sikorowski, Maddalena Brodowicz-Susz, Tomasz Długosz-Trąbiński, Tomasz Malczycki, Gerard Połozynski, Marian Skwara, Grzegorz Przybysz, Tomasz Suwała, Barbara Gajo, Jakub Długoszewski. Stała współpraca: Muzeum Dulag 121, MOK Pruszków, Nakład: 20 tys. szt. w miesiącu. Zasięg: Brwinów, Janki, Komorów, Kanie, Malichy, Michałowice, Reguły, Nowa Wieś, Nadarzyn, Otrebusy, Piastów, Pruszków, Podkowa Leśna, Raszyn, Tworki, Ożarów Mazowiecki, Warszawa-Ursus, Warszawa-Włochy. Dział reklamy i ogłoszeń: tel.: (22) 758 11 10, mobil: +48 604 194 054, redakcja@gpr24.pl Wydawca: Agencja „PROFIL”, 05-806 Komorów, ul. Moniuszki 6 lok. 2, tel.: (22) 758 11 10. Grafika & skład: Studio graficzne Agencji Profil tel.: +48 604 194 054.
Materiałów nie zamawianych nie mamy obowiązku publikowania. Redakcja nie wpływa na treści artykułów zamieszczanych w gazecie. Zastrzegamy sobie prawo do skracania i redagowania publikowanych tekstów. © Prawa autorskie zastrzeżone. Kopiowanie układów i elementów graficznych oraz ich wykorzystywanie w innych publikacjach jest prawnie zabronione. Przedruk materiałów tylko za zgodą redakcji.



ODDAM W DOBRE RĘCE

Kilkumiesięczne kocięta z oryginalnym umaszczeniem (szyłkret) oraz dwa białe psiaki

Informacji pod numerem telefonu: **+ 48 504 467 226**



FIRMA TON-BET ZATRUDNI KIEROWCÓW BETONOMIESZAREK

Poszukujemy kierowców w lokalizacji Pruszków. Gwarantujemy dogodne i elastyczne warunki pracy.

Tel. kontaktowy: + 48 793 793 735



REKRUTACJA NA ROK SZKOLNY 2026/27

ODDZIAŁY OGÓLNOKSZTAŁCĄCE HUMANISTYCZNY
ROZSZERZENIA: JĘZYK POLSKI, HISTORIA, JĘZYK ANGIELSKI
LINGWISTYCZNO-GEOGRAFICZNY
ROZSZERZENIA: GEOGRAFIA, JĘZYK ANGIELSKI

ODDZIAŁY OGÓLNOKSZTAŁCĄCE - SPORTOWE
ROZSZERZENIA: BIOLOGIA/GEOGRAFIA, JĘZYK ANGIELSKI
SPECJALIZACJE SPORTOWE:
-KOSZYKÓWKĄ CHŁOPCÓW,
-PIŁKĄ NOŻNĄ CHŁOPCÓW,
-SIATKÓWKĄ,
-PŁYWANIE SPORTOWE,
-PŁYWANIE Z ELEMENTAMI RATOWNICTWA WODNEGO.

ODDZIAŁ MISTRZOSTWA SPORTOWEGO
ROZSZERZENIA: BIOLOGIA, MATEMATYKA, JĘZYK ANGIELSKI
SPECJALIZACJA SPORTOWA: PIŁKA NOŻNA CHŁOPCÓW



powiat pruszkowski
nieskończone możliwości

Więcej szczegółów na www.smspruszkow.pl
tel: 22 758 89 62
sekretariat@smspruszkow.pl

KOMPUTERY



Wybierz lepszą przyszłość
- wybierz CENTERPOL
www.centerpol.pl
tel.: +48 22 759 82 83

PROFESJONALNA NAPRAWA LAPTOPÓW
05-800 Pruszków, Aleja Wojska Polskiego 16a, paw. 20



HOTEL | RESTAURACJA

PRZYJĘCIA | KOMUNIE | CHRZCINY | WESELA | LUNCHE DNIA

22 728 22 22 | 571 404 306

repcja@hotelanton.pl | www.hotelanton.pl

PROMOCJA!!!
50%



Zaprojektujemy i przygotujemy do druku: czasopisma, książki, broszury, ulotki, wizytówki, znaki firmowe, logotypy.
POTRZEBUJESZ REKLAMY W DOBRYM MIEJSCU w gazecie GŁOSIE PRUSZKOWA, PORTALU oraz FACEBOOKU daj znać

Agencja Reklamowo Wydawnicza Profil Media
istniejemy od 37. lat

Tel.: 22 758 11 10
+48 604 194 054



e-mail: redakcja@gpr24.pl

LOKAL 33 m² w centrum Pruszkowa wynajmę na gabinet lekarski, kancelarię, biuro, mikro szkołę.
Kontakt: +48 509 897 178, 600 592 321.



VFM
Real Estate



Twój przystanek

Inwestycja przy stacji
PKP Błonie Rokitno

NOWY ETAP

Budynek C już w sprzedaży!

- ✓ Ok. 3 minuty spacerem od stacji PKP
- ✓ Niespełna 30 minut pociągami do centrum Warszawy
- ✓ Nowoczesne osiedle od sprawdzonego dewelopera
- ✓ Funkcjonalne mieszkania o różnorodnych metrażach

2 pokoje już od 37 m²

3 pokoje już od 51 m²

☎ 509 191 191

🌐 stacja-blonie.pl

REZERWUJ JUŻ DZIŚ!