



(334)
Rok XXVIII
1 PAŹDZIERNIKA
2022
PR 11353
ISSN 1897-8789
CENA 50 gr
www.gpr24.pl
redakcja@gpr24.pl

GŁOS PRUSZKOWA



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

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

Wiosną 1940 roku Czesław Skawiński znalazł się na Bliskim Wschodzie, choć nie wiadomo jaką drogą tam trafił. W każdym razie dostał broń do ręki jako żołnierz Brygady Strzelców Karpackich dowodzonej przez wówczas pułkownika, a wkrótce generała Stanisława Kopańskiego. Brygadę zaczęto formować w kwietniu 1940 roku w Syrii, w ramach francuskiej Armii Lewantu, na podstawie porozumienia między rządem polskim i francuskim...

Losy pruszkowian na tle wielkiej historii



Czytaj s. 16 i 17

Czesław Skawiński w odcinach Aleksandra. 1941. Foto ze zbiorów Krysnyń (dłukowski)

Instytut FizioEstetica
ul. Focha 4,
05-800 Pruszków,
tel.: +48 781 162 320
Strona FB: Hirudoterapia
Beata Siuda

HOTEL ANTON ***
by DNS Hotels

Szukaj s. 12



CALYPSO

Szukaj s. 23



Czytaj s. 18



Czytaj SKARB KIBICA na s. 12 i 13 oraz 19

REKLAMA

ZOSTAŃ TENISISTĄ!

Nabór do szkółek tenisowych w roku szkolnym 2022/23

**Zapraszamy
NA ZAJĘCIA
Z TENISA
ZIEMNEGO**

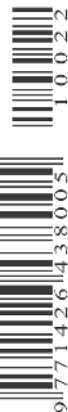


**STARTUJEMY
od września 2022**

Prowadzimy zajęcia
na poziomie
początkującym
do wyczynowego



Klub Tenisowy, ul. Turystyczna 2a, 05-806 Komorów
tel.: 22 423 52 25, 519 139 420 www.matchpoint.pl





Otrzeźwienie

Tekst & foto - Włodzimierz Szpak, reżyser dokumentalista.
Warszawa PKiN - Kamienne figury socrealistyczne

Podoba mi się Giorgia Meloni, przywódczyni ugrupowania politycznego, które uzyskało największą ilość głosów w



Okno na Planty

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

Po latach uświadomiłem sobie, że to byli ludzie z przedwojennym jeszcze cenzurem, że ich, może dziś szokujące zachowanie brało się z konieczności zapanowania nad stadkiem młokosów, którym wszystko było bliskie prócz nauki. Czas spędzony w



Od lewej Bogusław Kucharek i Andrzej Sikorowski

Pierwszy dzwonek

66 lat temu, wrześniową porą, ruszyłem z tornistrem na plecach i tekturowym pudełkiem zwanym śniadaniówką, do swojej podstawowej szkoły. Ponury budynek przy ulicy Szlak przywitał czterdziestu chłopaków i B dzwonkiem trzymanym w dłoni przez tercjanę, zapuszczonymi olejem podłogami i stojącym w klasie wielkim wieszakiem na ciepłą odzież. Nie nosiłem worka z pantoflami, ale za to kałamarz wypełniony atramentem, w nim maczałem stalówkę prymitywnego pióra. Rozpocząłem siedmioletnią edukację pod okiem nauczycieli, którzy tłukli nas po łapach a czasem szarpali za włosy. Czy z tego powodu niosę w sobie traumę? Nic podobnego.

szkolnej ławie wspominam bowiem jako beztroski okres wypełniony bieganiami po ulicy za piłką lub łyżwami zimową porą. Ulica Siemiradzkiego była całym światem, nie dlatego, że należałem do patologicznej rodziny, która mną nie była zainteresowana. Ulica była klubem, boiskiem, miejscem spotkań z rówieśnikami. Miałem mnóstwo wolnego czasu, który wypełniałem polykaniem książek.

Nie byłem prymusem, ale pobieraniu wiedzy nie towarzyszył żaden stres. Kiedy patrzę na wysiłki edukacyjne mojej wnuczki, jestem przerażony ilością obowiązków, a ta wcale nie przekłada się na wyższy niż nasz przed laty stopień wykształcenia. Uczono nas podstaw potrzebnych do funkcjonowania w życiu i ów fundament przetrwał. Wraz z sentymentem do tamtej budy.

Za zgodą „Vis á Vis”

ostatnich wyborach do parlamentu Włoch. Podobalo mi się jedno z jej wystąpień przedwyborczych, w którym w mocnych słowach przeciwstawiła się temu wszystkiemu, co oferuje lewa strona sceny politycznej i stara się bezwzględnie wprowadzać w życie.

Tym różnym próbom poprawienia człowieka oraz relacji międzyludzkich. Próbom wymierzonym w biologię człowieka, w płeć (silne tendencje do zacierania, a nawet likwidacji różnic płciowych) wzbudzającym czasem śmiech, czasem przerażenie, a czasem wstręt i obrzydzenie. Każdy, nawet średnio rozgarnięty człowiek wie, że tzw. zmiana płci nie jest możliwa, bo wycięcie mężczyźnie przyrodozenia i doprowadzenie mu sztucznych piersi nie czyni go jeszcze kobietą. Bo płeć w sensie biologicznym to nie tylko wygląd zewnętrzny, fizjonomia, ale właściwość określona genetycznie, a tego nie można zmienić ani chirurgicznie, ani farmakologicznie. Każdy rozsądny człowiek wie, że rodzina (powtarzam: r o d z i n a, a nie jakies układ partnerski) to związek kobiety i mężczyzny, a nie kobiety i kobiety czy mężczyzny i mężczyzny. Rodzina to nie są dwie mamusie lub dwóch tatusiów albo rodzic 1 i rodzic 2. Tak było zawsze, od początku świata, a już

na pewno od początków cywilizacji europejskiej. I te właśnie proste prawdy przypominała na wiecach przedwyborczych Giorgia Meloni, zdobywając ogromne poparcie włoskiego społeczeństwa. Widać, że większość Włochów, zachowała jeszcze instynkt i zdrowy rozsądek, nie uległa dziwnej, pełnej sprzeczności ideologii i różnym agresywnym lobby. Żywią nadzieję, że polskie społeczeństwo będzie równie odporne na te i inne „postępowe” tendencje, które niszczą Zachód, że zachowa zdrowy rozsądek, tym bardziej, że przez prawie pół wieku było poddane tresurze, która w krajach realnego socjalizmu miała ukształtować nowy typ człowieka. I prawie się udało - „homo sovieticus” straszny do dziś, choć minęło już ponad 30 lat od upadku komunizmu. A jak wyobrażał sobie tego nowego człowieka rosyjski artysta, łatwo się przekonać, oglądając np. figury mężczyzn i kobiet rozstawione wokół Pałacu Kultury i Nauki. Ciekawsze są tutaj kobiety, silnie umięśnione, zmaskulinizowane, reprezentujące typ zwany powszechnie babo-chłopem. Wiele współczesnych kobiet próbuje się do nich upodobnić? Proszę się przyjrzyć niektórym celebrytkom, sportsmenkom, np. Madonnie, Demi Moore, Serenii Williams czy Marit Bjoergen.



Jerzy Antkowiak - projektant mody, publicysta
Foto - Narodowe Archiwum Cyfrowe

STARE MODY ZAWSZE M O D N E !!!

nie takim tępyim zakapiorem negującym wszystko na zasadzie „nie, bo nie” i żyję na tyle długo, że przed komputerem doświadczałem pożytków nowoczesności wszelkiej maści, jak zaczynałem chodzić do szkoły, miałem obsadkę, stalówkę, kałamarz, atrament i kajet, jeśli młody czytelnik nie wie (a zapewne nie wie), co to wszystko znaczy, niech zapyta kogoś wiekowego.

No dobrze - używam komputera, rozmawiając z wnuczką, która mieszka w Holandii. Coś się trzęsie, coś mruga, naj-

nadzał z obcęgami za uciekającymi śrubami. Jestem wyczerpany, idę do domu (komputer u syna) pisać list. No właśnie, kto teraz jeszcze pisze listy, jak to kiedyś bywało? Pisanie sprzyja myśleniu. Komputer zaś myśli za piszącego, ale jeśli ktoś kocha komputery i ma naprawdę pożytki z tego mało urodziwego instrumentu, bo szpetne to jest nieładzko, to chylę czoła i mówię moje dyletanckie: CHAPEAU BAS!

Byłm kiedyś w Paryżu i nie przy okazji haute couture czy targów prêt-à-porter,

kontakty. Spodobała mu się jednak postać komórkowego outsidera, postanowił zaprosić mnie w pewne tajemnicze miejsce. Ma to być niespodzianka. Jadę pod wskazany adres - jest fajno, oczom nie wierzę, ale ten adres to jest... cerkiew. Pan od Balmaina nie pokazuje mi krawatów, pasków, koszul, garniturów i męskich peniuarów, którymi chciałby w Warszawie ozdobić grzbiety bogatych Polaków. Pan śpiewa pięknym basem na chórze w cerkwi i to go bardziej kręci niż luksusy jego domu mody. Jemu się podobają moje wariactwo antykomórkowe,

mnie - jego szaleństwo cerkiewne. Łądujemy w Chez Petrouchka, gdzie w towarzystwie „musique russes” i obfitości „la vodka” ustalamy, że najrozsądniej będzie, jak Balmain otworzy swój przybytek w... Alma-Acie. Mój komputerowy dyletantyzm kazał mi zajrzeć do „Słownika wyrazów obcych i zwrotów obcojęzycznych”. Zanim tam zajrzałem, chciałem napisać, że każde zmaganie z komputerem (zmuszony byłem kiedyś pisać pod bystrym okiem pewnej namolnej kobitki jakieś wytyczne mody) kończyło się zimnymi potami i stanem omdlewającym, tak jak w czasie studiów w studium wojskowym, które my, plastycy, odbębnialiśmy razem z muzykami w Wyższej Szkole Muzycznej we Wrocławiu na Krzykach. Nienawidziłm tego woja z całego serca (nie wiem, czy już o tym nie pisałem), a zwłaszcza zajęć na poligonie pod tytułem „sześć dział sprzężonych z przelicznikiem”. Miałem jakieś dziwne przecucie, że zagładanie do słownika Kopalińskiego w poszukiwaniu hasła „komputer” nie skończy się dobrze i wywoła demony przeszłości. I oczywiście, nie mogło nie wywołać, bo już nie tylko to wojo sprzed ponad pół wieku prześladowa moją wyobraźnię, ale okazało się, że teraz prześladowa pod ręką z komputerem. Otoż pisze Kopaliński: „KOPUT dawn. stan liczebny (zwł. wojska); poczet, liczba, spis, rejestr, głównie siły wojsk regularnych. KOMPUTOWYCH, starych, utrzymywanych przez skarb Rzeczypospolitej (XVII XVIII w.). KOMPUTER elektroniczna maszyna cyfrowa (ang. computer) kalkulator, komputer; wojsk, przelicznik (od compute - obliczać) i późn. łac. computus rachunek od computare - liczyć. Zob. komputer. zob. amputacja, por. countdown (dyskonto; kontuar”. UFF!!!

Kończąc, proszę Najwyższą Naczelną Redakcję o temat łaskawysz dla pióra dyletanta komputerowego. Może coś o zmierzchu bogów, może usta milczą - dusza śpiewa, może wspomnienia niebieskiego mundurka. Jeśli jednak Wysocka Redakcja będzie nieczuła, uzna, że marudzę i zada mi temat na przykład taki: „Czy grożą nam atomowe jadra?”, przysięgam, że się podkaształem w tym temacie, odrobię lekcje, na tyle, na ile to potrafię, ale uprzedzam, że mogą z tego wyjść „Kosmiczne jaja”.

Ten tytuł towarzyszył pokazowi w DOMU KULTURY i DZIEDZICTWA W PRUSZKOWIE W MARCU 2022.

Był na ostatniej stronie broszurki o modzie, okazał się on zwiastunem moich modowych namiętności, a mianowicie NIEUSTAJĄCEGO GRZEBANIA W STARYCH MODACH. Wielokrotnie a tym pisałem, opowiadałem, a ponieważ będę robił w PODKOWIE LEŚNEJ, w CENTRUM KULTURY czyli U LILPOPA - MODOWE IMPRESJE SENTYMENTALNE, to tam jest to miejsce.

Będzie to coś jak by SZKATUŁKA Z PRĘCJOZAMI - trochę MODY, SZKICÓW, MALARSTWA, BIŻUTERII, atmosfery filmu POŻEGNANIA, podkowińskiego jak nie innego. A tymczasem walczę, ale na wesoło z innymi żywiołami - oto mój październikowy tekst sprzed lat a jakże filuternym tytule: KOMPUTEREM W DYLIŻANS CZYLI Z PAMIĘTNIKA DYLETANTA z wściekle młodzięzowego, też październikowego K MAG'u.

WESOŁEJ LEKTURY życzy piszący to co powyżej i poniżej również. Kłaniam się moim czytelnikom!

Jerzy Antkowiak

JERZY ANTKOVIK

Legenda polskiej mody i Mody Polskiej, w której pracował od początku lat 60., najpierw jako szeregowy projektant, później, aż do likwidacji instytucji w 1998 roku, jako dyrektor artystyczny. Lew salonowy.

Living legend of Polish fashion and Moda Polska in which he worked from the beginning of 60's. First as one of the designers, later till 1998 as an art director.

Komputery, komputery! Komputery jak komputery, ale te maniery! Nic w życiu nie było mi tak obce jak komputer. Otoczony jestem tym paskudztwem jak pajęczyną. Córka - komputer, syn - komputer, synowa - komputer, ex-synowa - komputery i nie tylko. Wnuczki, jak leci - komputery, Internet, blogi, czaty, mejle, myszki klikające, gotowce czekające na niedouków szkolnych, a przecież nie wymieniałem wszystkich zalet tego monstrum. Wiem tylko jedno i to w temacie komputer wiem na pewno - rozum może spać spokojnie. Nie jestem natural-



Uczestniczki Rajdu Pań na starcie przed pałacem Brühla, 1936 rok. Zdjęcie z 1934 roku.
Foto - Narodowe Archiwum Cyfrowe

pierw głos, potem obraz lub odwrotnie. To prawda, widzę moją wnuczkę, ba, widzę nawet prawnusię, głowa wyżej, głowa niżej, mikrofon w lewo, ja w prawo, też mnie nie widzą. Strużka zimnego potu cichutko spływa po plecach, czuję się jak po jakimś mane-wrach z peryskopem, jak Chaplin w fabryce, gdzie nie

jak miałem w zwyczaju, ale na rozmowach w sprawie otwarcia domu mody Pierre Balmain w Warszawie w miejscu salonu Mody Polskiej vis-à-vis kina Atlantic na Chmielnej w Warszawie. Menedżer Balmaina nie mógł pojąć, czemu ja się wzbraniałem przed przyjęciem darowanej mi komórki, która przecież ułatwi nam



Pruszkowscy seniorzy w Krakowie

Tekst & foto - Tomasz Malczyk z Głosu Pruszkowa



Sześciuosobowa grupa pruszkowskich członków Rady Seniorów oraz przedstawiciele Urzędu Miasta wraz z prezydentem Pawłem Makuchem wzięli udział w IX Międzynarodowych Senioraliach w Krakowie.

Gości zaskoczył niezwykle bogaty program uroczystości, jakie miały miejsce od 21 do 24 września br. Przede wszystkim odbyła się ponad sześć godzinna konferencja koordynatorów polityki senioralnej zatytułowana „Doświadczenia i inspiracje w polityce senioralnej gmin” jeżeli chodzi o obszar całego kraju. Wymieniano się doświadczeniami z różnych gmin – w ramach programu „Gmina Przyjazna Seniorom”. Chodziło też o działania samorządów w opiece i wsparciu rad seniorów – na różnych poziomach. Albowiem doświadczenia krajowych rad oraz potrzeby ludzi starszych są bardzo zróżnicowane. Podkreślano ponadto utrwalanie wśród seniorów postawy aktywnego obywatela, integrowanie ludzi starszych poprzez budowanie świadomości ekonomicznej, prawnej i prozdrowotnej. W tym samym miejscu, tj. w kinie Kijów pokazano po sesji specjalnie dobrane filmy w ramach projektu „Kino dla Seniora”.

W czwartek 22 września spotkaliśmy się nieomal wszyscy na mszy św. w kościele Mariackim a następnie barwny wielotysięczny korowód uczestników (poszczególne delegacje zaskakiwały specjalnymi strojami) przeszedł ulicami grodu Kraką do Parku Jordana. Mieszkańcy miasta z entuzjazmem bili brawa... W Parku mieliśmy dalej wykłady, konkursy, badania medyczne sponsorowane przez liczne firmy, pokazy stylowych seniorów i inne atrakcje. Na ten wieczór zaplanowany był koncert Alexandra Martineza i na koniec za konsolą stała słynna DJ Wika zmuszając wręcz niektórych uczestników do tańca. Pruszkowska Rada Seniorów dziękuje prezydentowi Pawłowi Makuchowi i pracownikom Wydziału Inicjatyw Społecznych za wsparcie i osobisty udział w krakowskiej wyprawie.



Wśród pruszkowskiej grupy seniorów stoi w muszce prezydent miasta Pruszkowa Paweł Makuch



Na Krakowskim Rynku pod pomnikiem Mickiewicza



Wielotysięczny korowód uczestników IX Międzynarodowych Senioraliów w Krakowie przeszedł ulicami grodu Kraką do Parku Jordana



TWARZ

Zbigniew Poręcki - aktor, publicysta
Foto - Internet

Jesienny wieczór, herbatka z miodem i cytryną i biorę się do pisania. No to do roboty. Ale jak zacząć? Może coś ze Starszych Panów? Spojrzałem przez okno, tak będzie pasowało.

*Minął sierpień, minął wrzesień znów październik i ta jesień,
Rozpostarła melancholii mglisty wool.
Nie żałuję letnich dzionków, róż, poziomek i skowronków.
Lecz jednego, jedynego, jedynego jest mi żal.
(śl. Jeremi Przybora)*

Właśnie, czego jest mi żal? I wszystkiego i niczego, ale najbardziej:

*Kolorowych jarmarków
Błasanych zegarków
Pierzastych kogucików
Baloników na druciku
Motyli drewnianych
Koników bujanych
Cukrowej waty
I z piernika chaty.
(śl. Ryszard Ulicki)*

No tak. Tego żal, tamtego żal, a przypadkowo spojrzełem w lustro. Przestraszyłem się. Co widzę? Smutną zatroskaną twarz. To chyba moja, tak, oczywiście, na pewno to ja, mogę się założyć. Ale z kim i o co? Widzę TWARZ i jeszcze raz TWARZ.

Encyklopedyczna formułka dotycząca twarzy brzmi tak:

Twarz - przednia część głowy człowieka. Składa się z czoła, nosa, policzków, ust i podbródka. Jako najbardziej indywidualna część ciała jest ważnym elementem tożsamości człowieka.

No właśnie, twarz należy szanować, dbać o nią, nie szargać jej. Z każdej życiowej pułapki należy wyjść z twarzą. Ale nie zawsze tak bywa. Tu kilka przykładów:

Nagość zaczyna się od twarzy, a bezwstyd od słów. (Simon de Beauvoir)

Najdoskonalszą maską jest twarz, bo zupełnie naturalnie skrywa prawdziwe oblicze człowieka. (A. Różanek)

Twarz tylko zyskuje, gdy człowiek dużo siedzi na tyłku. (Leonard Cohen)

Alleluja! Siedzieć na tyłku się nie da. Wiedzie o tym, drodzy Czytelnicy, doskonale. No a teraz ja muszę trochę ruszyć mój tyłek i zajrzeć do mojej biblioteki. Taki tu bajzel, że ruszę jedną książkę, a wypadnie kilka innych. O, matulniu! Na podłodze - kraj lat dziecinnych. Nie, to nie żaden tytuł, lecz wspomnienie. Łezka w oku się zakręciła. Muszę lecieć do komputera.

...Donald jest nadpobudliwy i gwałtowny. Bardzo łatwo i mocno wpada w gniew. Ma też duże problemy z zazdrością. Jest trochę przewrażliwiony na punkcie swojej osoby, nie znosi żadnej krytyki. Ważną cechą jego osobowości jest również upór w dążeniu do celu. Często posuwa się do ekstremalnych rozwiązań. Często nagina rzeczywistość, by przedstawić siebie w o wiele lepszym świetle, co świadczy również o tym, że jest bardzo zakompleksiony. Donaldowi zdarza się wyręczać innymi osobami. Ma także skłonność do złosliwych tekstów i robenia głupich żartów, co jest najprawdopodobniej przypadłością z dzieciństwa...

Tak Donaldzie, cała prawda o tobie! Taki jesteś. Ale Drodzy Czytelnicy, to nie tak, jak myślicie. Upadł mi na podłogę, stary komiks z Kaczorem Donaldem, a tę charakterystykę wyszukałem w internecie - [https://disney.fandom.com/pl/wiki/Kaczor_Donald_\(posta%C4%87\)](https://disney.fandom.com/pl/wiki/Kaczor_Donald_(posta%C4%87)). Ale wypisz, wymaluj. Prawda, że pasuje? Tego prawdziwego widziałem w telewizji, mówił z Kamienną Twarzą, ani jeden miesiąc mu nie drgnął, że od wielu

lat ostrzegali Europę i cały świat przed Putinem. Twierdził, że zawsze mówił, iż te nordstrimy, uzależnią UE od Rosji, a Przekop Mierzei jest bardzo potrzebny. Baltic Pipie, to on. Padło jeszcze wiele kłamstw, ale spuśćmy kurtynę. Człowiek o Wielu Twarzach.

Swoją Prawdziwą Twarz pokazała pani Ewa, która widziała na własne oczy jak Ruscy na lotnisku Sewiernyj przekopywali na 1 metr w głąb ziemi. Niestety nie wyszła z Twarzą.

Są twarze, z których można coś wyczytać. Można się zorientować, że u niektórych wzrok szuka rozumu. Twarz może wydawać się miłą lub pogodną, złą lub dobrą. Samą twarz można też obrażać, nazywając ją np. ryjem. Pewna pani feministka, stop, dlaczego napisałem p a n i? Pleć może sobie każdy wybrać, może się mylić, więc osoba ta, wlaźła kiedyś na dach furgonetki i przez mikrofon darła się na całą ulicę - zamknij ryj psie!!! To było chyba do pana policjanta. Nie doczekałem jak ta osoba pełna kultury, złaźła. Bałem się, żeby nie spadła na buzię. A więc zamiast twarzy mamy ryj. A zamiast ryja można powiedzieć buzia, prawda? Często się też zdarza, że w jakiejś ulicznej sprzeczce, ktoś krzyknie do swojego interlokutora - zamknij pysk! No cóż i tak też bywa. A w niejednej awanturze zawodnicy dają sobie po pyskach. Mammy więc i pysk. Można też komuś dać w mordę. Czyli trzasnąć w twarz, aż się nogami nakryje. Jest i morda. Idźmy dalej. W Ferdurce Gombrowicz używa zwrotu - przypisać komuś gębę, co oznacza - oczernić, szkalować, pomówić no proszę. Hura! Mammy gębę! A dawno, dawno temu chuligan potrafił nastraszyć goganoś obiecując, że mu przefastyguje facyjatę. Szanowni Państwo, jest i facyjata, to historia. Jeśli historia, to zajrzyjmy do teatru greckiego. Tam aktorzy nakładali na swoje twarze maski, po to żeby widzownia zasiadająca w amfiteatrze widziała z daleka, jakie emocje wyraża postać, lub jaki ma charakter. Maski wesołe, smutne, przeżarte itp. Do naszych czasów dotrwało niezbyt grzeczne powiedzenie, wręcz zapytanie - chcesz oberwać w machę? Ale to naprawdę brzydko tak pytać. Lepiej pytającemu samemu dać w machę, żeby popamiętał i głupich pytań nie zadawał. Ano sami widzicie, że z tymi twarzami to różnie bywa. Pamiętajcie moi mili, że za swoje słowa i czyny będziecie świecić Twarzą lub wasza Twarz będzie wzbudzać szacunek i zaufanie. Te napisane przeze mnie słowa dedykuję szczególnie politykom, bo jak zdarza mi się obserwować obrady naszego sejmiku, to gęba robi mi się czerwona, a żeby zbłądła nie pomaga nawet białe wino.

I to tyle. Pozdrawiam Państwa Serdecznie.

Zbyszek Poręcki

Dziękuję za dobre słowo czytelniczce Pani Mirosławie Stasiak (list do redakcji). Jeśli kiedyś stanie-



List do redakcji



Szanowny Panie Zbigniewie,

Serdecznie Panu dziękuję za Pańskie artykuły, lekturę gazety rozpoczynam od Pańskiego artykułu i nigdy się nie zawiodłam, w całej rozciąg-

łości podzielać Pański punkt widzenia na wiele poruszanych spraw i zjawisk.

Sądzę, że oprócz znakomitego poczucia humoru posiada Pan odwagę cywilną wyrażającą się m. in. w prezentowaniu swego, własnego punktu widzenia.

Zauważyłam, iż osoby uważające się za inteligentne i wykształcone (?) za punkt honoru uważają krytykę absolutnie wszystkiego, co robi aktualny rząd bez żadnego uzasadnienia - oczywiście jest, że jeżeli się w ogóle coś robi to wychodzi raz dobrze a raz nie za bardzo.

Próby dowiedzenia się, co leży u podstaw owej krytyki de facto z reguły spełzają na niczym: „jak to wszyscy to wiedzą!”, „wiadomo czego się nie dotkną to spartolą” itd. ale przy okazji wyrażone językiem, którego wstydy się nawet owi zawiśni obywateli spod budki z piwem (nota bene zaprotestowałam przeciw używaniu takiego języka na łamach naszej gazety). Zdumiewa mnie to, że tzw. autorzy, językoznawcy nie tylko nie reagują protestem ale jeszcze uzasadniają używanie słów wulgarnych w debacie publicznej: „bo z nimi to tylko takim językiem inny nie dociera” (!?). Nie dociera, bo zamiast

merytorycznych argumentów serwowany jest potok „epitetów”. Szczególnie dotkliwym dla mnie jest obrażanie p. J. Kaczyńskiego niewybrednymi epitetami - zastanawiam się dlaczego tak się dzieje i dochodzę do wniosku, że tak dalece przerasta On, pozał się Boże opozycję, że nie są w stanie dorównać Mu de facto w żadnej, spokojnej dyskusji na argumenty.

Dlatego też Pańskie artykuły są niezwykle cenne, bo w formie niby lekkiej zwraca Pan uwagę na konieczność logicznego myślenia - mam więc nadzieję, że może młodzież, która z reguły jest logiczniejsza niż reszta społeczeństwa uruchomi swój własny rozum - nie musimy być jednakich poglądów ale warto zadbać, by nasze poglądy miały przynajmniej logiczne uzasadnienie i bazowały na faktach a nie manipulacjach.

To, co napisałam myślę, że mogłoby być listem otwartym do Pana, pozostawiam do decyzji redakcji.

Raz jeszcze serdecznie Panu dziękuję i kończę hasłem tak trzymać! Z poważaniem,

Mirosława Stasiak
ekonomistka



Barbara Koszewska – „Ci, którzy tego nie przeżyli, nie rozumieją” – część 2.

Barbara Koszewska z domu Kaczmarczyk, ur. w 1930 r., w czasie okupacji mieszkała z rodziną przy ulicy Drużbackiej na Żoliborzu. Pod koniec Powstania Warszawskiego wraz z rodzicami i młodszymi braćmi została wygnana do obozu Dulag 121 w Pruszkowie, a następnie przewieziona do wsi Miedziana Góra koło Kielc. Publikujemy drugą część rozmowy przeprowadzonej przez Muzeum Dulag 121 w 2021 r.



Rodzina na wysiedleniu po Powstaniu Warszawskim. Wiosna Porzecze koło Kielc, 1944 r. Z archiwum prywatnego

Żoliborz broni się do końca września. Kiedy Państwo wychodzą?

Praktycznie ostatniego dnia powstania. Wychodziliśmy właśnie z tej Kreckowieckiej. Cisza panowała, już nie walczyli. W pewnym momencie skądś się krzyk rozległ: „Wychodźcie, wychodźcie”. Powstańcy nie nieśli się do przodu. Ludzie nie bardzo chcieli wyjść, bo przecież się bali. Wcześniej wychodzenie było bardzo niebezpieczne i nieczęsto się wychodziło, właściwie tylko po wodę na podwórko, gdzie była studnia. Krany przecież nie działały. Niemcy krzyśle: „Wychodźcie, wychodźcie”, a tam, gdzie nie reagowano, przez okienka piwnicy wrzucali granaty, w ten sposób „usuwać” wszystkich. Pamiętam, była bardzo ładna pogoda. Kiedy się wszyscy zebraли na podwórku, to się okazało, że jest nas bardzo dużo, a wcześniej się wydawało, że są pustki, bo wszyscy gdzieś się pochowali. Jak się zobaczyliśmy na tym podwórku, to płakaliśmy i cieszyliśmy się zarazem. Ruszyliśmy, ale nie wiedzieliśmy dokąd. Po zbiórce na podwórku skierowali nas na Krasieńskiego. Tam się zebrały grupy z innych domów. Kolumna ruszyła. Dokąd nas zaprowadzą, nie było wiadomo. Podobno do obozu, ale czy do Niemiec, czy do któregoś na terenie Polski, nikt nie miał pojęcia. Było gorąco.

Dziś nie pamiętam, jak przebiegała trasa. Niestety wiele osób zostawało, bo Niemcy nie patrzyli, czy chore, czy słaby, tylko dobijali ludzi po drodze. Wiele było powstańców – chłopaków, i dziewczyn – poprzekierowanych w cywilne ubrania i wychodzących ze wszystkimi. Starsze robiły się na młodsze, zakładały cywilne mundurki. Nie wszyscy chcieli, ale trzeba było życie ratować. Była w tym czasie już spora grupa dzieci, których rodzice nie żyli i inni brali je pod opiekę. Potworne były te chwile. W pewnym momencie znaleźliśmy się na tyłach Cmentarza Powązkowskiego, stamtąd wychodzi się na Wolę. Nie pamiętam, jak się nazywa ta ulica. Teraz z Żoliborza autobus tamtędy jedzie. Wyszliśmy chyba na ulicę Okopową. Nasz tłum z jakiejś góry schodził. Potem obserwowaliśmy to miejsce i rzeczywiście z Żoliborza na Okopową się schodzi. Był taki zakręt, szliśmy w jego kierunku i nagle zobaczyliśmy się z tłumem, a do kilku na koniach się wyłoniło i zaczęło nas jeszcze poganiać krzykiem. Było ich około dziesięciu. Okazało, że to „ukraińcy” („ukraińcami” potocznie

nazywano żołnierzy wschodnich jednostek cudzoziemskich będących w służbie armii niemieckiej; w rzeczywistości nie byli to osoby narodowości ukraińskiej – przyp. red.). Niektórzy uważali, że oni byli gorsi nawet niż Niemcy. Tłum walił, szliśmy tak w dół i od tyłów Cmentarza Powązkowskiego jakoś wysłyszeli. Lęk był tak straszny! Do dzisiejszego dnia słyszę stukot tych końskich kopyt. Poganiali nas, a wszyscy i tak ledwo się wlekli. Do końca życia się pamięta takie momenty.

Doprowadzili nas na Dworzec Zachodni. Patrzyliśmy, a tam kupa ludzi. Nie pamiętam, czy wtedy podjechaliśmy pociągiem do Pruszkowa, czy szliśmy. Mnie się wydaje, że dwa razy jeździłam pociągami w tym czasie, że był straszny tłok i że długo jechaliśmy jakieś dwa krótkie odcinki. To chyba był ten pierwszy pociąg, którym myśmy dojechali do Pruszkowa. Pamiętam, że w tym pociągu było strasznie z potrzebami fizjologicznymi. Do tego dzieci krzyczały.

Wreszcie dotarliśmy do obozu w Pruszkowie. Pruszkowa nie znalazłam, to były dla mnie zupełnie obce okolice. W czasie wojny jako dziewczynka znalazłam jedynie małą część Warszawy, głównie Żoliborz. Wiem, że tu było zielono w przeciwieństwie do spalonej Warszawy, ale jak te pruszkowskie budynki na zewnątrz wyglądały, nie wiem zupełnie. Nie widziałam, pamiętam tylko to, co było w środku. Opiekowałam się swoją mamą, która wtedy zachorowała, miała tak zwaną grypę piwniczną. Byliśmy razem z ojcem i dwoma małoletnimi braćmi. Wpakowali nas do takiego miejsca, gdzie następowała selekcja, od razu przy doprowadzeniu.

Selekcja polegała na tym, że chore, umierające osoby czy małe dzieci kierowano na jedną stronę, a zdrowych ludzi na drugą stronę. Pewne rzeczy się dziwnie pamięta. Wśród osób przeprowadzających selekcję była kobieta, był też żołnierz niemiecki i ktoś jeszcze. Teren, w którym odbywała się selekcja był duży i odgrodzony. Były trzy ścieżki – główna oraz na prawo i na lewo. Pamiętam, że my z mamą trafiliśmy na prawo, a ojca z chłopcami zabrali na lewo. Nie wiedzieliśmy, co to oznaczało, ale już było widać, że to niedobre. Potem się okazało, że ci, co poszli na prawo, zostaną wysłani do Niemiec do obozu, a ci, co na lewo, z małymi dziećmi, starzy i tak dalej, pojedą gdzieś indziej. Ja matkę prowadziłam, rzeczywiście była chora, a ojciec jednego brata trzymał na rękę, a drugiego prowadził za rękę. Tata zaczął kombinować z Niemcem, że może zonę i córkę skieruje na tę stronę. „Ich nie mogę, ale pana mogę na tamtą stronę przesunąć, żebyście byli razem”. Ojciec proponował mu złoty zegarek, a on, że nie, może jedynie przesunąć go do mnie i mamy. I ojciec z braćmi przeszedł do nas. Stał się znowu w tej części obozowej, chyba po jakimś czasie wpakowali nas do barku, szczegółów nie pamiętam. W każdym razie to wejście do barku nastąpiło chyba pierwszego dnia. Było bardzo ciemno, jak tam weszliśmy, dla mnie bardzo ponuro. Wydaje mi się, że to musiał być jeszcze dzień. Tłum ludzi, ciemność, potworna, krzyki: „Uważać, uważać, bo dziury, uważać, bo dziury”. Potem się dowiedziałam, że to były kanały, w których naprawiali pociągi. A już dużo ludzi było w środku. Trzeba było okrzęnie iść, chociaż nas pchali, i wybierać sobie miejsce. Leżały kupki słomy czy czegoś, było brudno, paskudnie. Myślałam, że jednak to musiał być wieczór. Potem już się wiedziało i uważało, żeby nie wpaść tam. Kładliśmy sobie do spania jakieś deski i słomę, którą matka znalazła. Spędziliśmy tam chyba kilka dni.

Było coś do jedzenia w takim miejscu. Powiedzieli nam, że można tam iść i coś dostać.

Czy pamięta Pani, kto rozdawał to jedzenie?

Ktoś to rozdawał, ale nie pamiętam szczegółów. Jakiego naczynka musiały tam być, bo myśmy nic z sobą nie mieli, a w czymś przecież jedliśmy, ale ja już mniej pamiętam. Mnie się zdaje, że były też amerykańskie pozamykane puszk. Ale jak to się otwierało, nie mam pojęcia. Tłum ludzi krzątał tak naokoło. Potem nigdy tam nie byłam ani nie interesowałam się tym.

Nie pamiętam, jak długo byliśmy w obozie, ale kilka dni na pewno. Było głośno, bo ludzie chodzili i wykrzykiwali nazwiska, szukając swoich rodzin. My też się tak odnalaziliśmy między innymi z tą ciotką, która była u nas z córeczką półroczną. Ciotka wychodziła z górnej części Żoliborza. Tam był taki przypadek, że z cywilów Niemcy zrobili sobie tar-

czę przed powstańcami. To nawet opisywano, że kobiety z dziećmi przed zolgi stawiano. I to właśnie było w górnej części Żoliborza, my byliśmy w dolnej. Raptem słyszę, jak ojciec wywołuje swoje nazwisko i że Zocha i Danka Kaczmarczyk są poszukiwane. Tak ludzie szli i krzyczeli. Dzięki temu się spotkaliśmy. Dowiedzieliśmy się, że one żyją, bo pod koniec powstania nie mieliśmy z sobą kontaktu.

W obozie spotkała więc Pani ciocię z rodziną?

Bez wąjka, on był osobno. Ciotka była ze swoją teściową i córeczką Joasią. Ona później się gdzieś przeniosła, a my te ileś dni jeszcze tam byliśmy. Było dużo wszy, tak mi się wydaje, bo mama nie mówiła, co robi, ale stale tak nas sprawdzała. To było wszystko straszne i obrzydliwe. Po kilku dniach, nie wiem ilu, do innego barku nas przetrucili. Powiedzieli, że będziemy wyjeżdżać, że zabierają nas. Dokąd? Nie wiadomo. Tłumy ludzi na zewnątrz, to był dzień, bo jaśniutko. Znowu zorganizowali jakąś grupę i tak biegali. Było dużo osób chorych i sporo z dziećmi, tak jak na przykład my – matka chora, ledwo żywa. Prawie zaczęło się wchodzenie do wagonu. To była grupa z dziećmi. I raptem jakiś Niemiec, kiedy już prawie wsiadaliśmy do pociągu, biegnie i się drze: „Hier keine Kinder”, i wyciąga nas wściekły taki, że „po nam do dzieci”. Już wiedzieliśmy, że to transport do Niemiec. Skierował nas do następnego barku. Nie wiem, jak to długo trwało, ale chyba krótko musiało być. Znowu nas gdzieś pakowali, z tym że to był ten pociąg, którym dłużej jechaliśmy. Już wiadomo było, że nie do Niemiec, ale dokąd – nie mieliśmy zielonego pojęcia. Wyładowaliśmy w Miedzianej Górze w Świętokrzyskim i skończył się ten brud. Wyrzucili nas na jakiejś konkretnej stacji, tu mam ją zapisaną. Niektóre nazwy mi gdzieś w pamięci pogrążyły, dopiero po czasie się przypominają. Dali nam jeść, potem nas poprzydzielali do poszczególnych gospodarzy i wozami rozwieźli do jakichś wsi. Zaczął się kolejny etap życia.

Do jakiego gospodarza Państwo trafili?

Nie wiedzieliśmy nic o ludziach, do których nas wysłano. Ojciec pracował u niego jako drwal, a był bardzo eleganckim panem. Ciężko mu było, bo nie był do takiej pracy przyzwyczajony. My z mamą cały czas – tak mi się wydaje – siedzieliśmy na przybie-



Więźniowie obozu Dulag 121. Z archiwum Muzeum Warszawy

i obieraliśmy kartofle, dlaczego tyle, nie wiem, ale stałe obieraliśmy te kartofle. Dużo młodszy bracia nie robili. Ci gospodarze chyba byli dość zażoźni, ale po wpakowaniu im takiej gromadki nie byli radośni. Na siennikach u nich spaliliśmy. Dość charakterystyczna rzecz, mama miała pierścionki, tak jak ja, i je lubiła. Dlatego to wspominać, bo to nas uratowało. Miała dwa pierścionki, pojechała z nimi do najbliższego miasta i dzięki ich sprzedaży mieliśmy co jeść. Potem było troszeczkę normalniej, ojciec kontakty listowne nawiązał z dawnymi znajomymi.

Jaki był stosunek gospodarzy do Państwa?

Chyba niżej, ojciec pracował na pewno bardzo ciężko. Przychodzili tam tak zwani zieloni, chyba tak ich nazywali w tym regionie, czyli ludzie z lasu. Te stosunki z nimi, także ojca, były takie po cichu. Nie interesowało mnie to wtedy, dla mnie ważne były tylko te kartofle, żeby były na obiad. Tam jedyna taka ciekawa rzecz się zdarzyła. Niemcy często przychodzili i zabierali żywność gospodarzom i raptem przyszli nie Niemcy, tylko... – nie chcę mówić, bo to brzydkie nazwy – i próbowali całe jedzenie zabrać. Mama mi opowiadała, ja to też pamiętam, że na oknie leżało kilka jajek i kawałek sera. Oni się na to rzucili i chcieli wziąć. Matka wytłumaczyła im jakoś, że to są dodatkowe warszawiacy, że my nie jesteśmy gospodarzami. Jakoś chwycili istotę sprawy i nie wzięli tego. Mama to potem podkreślała, że znaleźli się tam nawet tacy, co nie wzięli. Potem nastąpił powrót do Warszawy.

Kiedy miało to miejsce?

Ojciec już pierwszego dnia tam się zjawił. Nie umiem powiedzieć, ale jakąś komunikację mieliśmy. My dotarliśmy pierwszym lub drugim pociągami. To wszystko pamiętam jak przez mgłę. Nasza wdówka z powrotem do Warszawy była bardzo ciężka. Przypominam sobie radość, że to wszystko się skończyło. Wyśladzi nas w Puszczy Mariańskiej koło Skierniewic, podwarszawskiej miejscowości letniskowej, gdzie było normalnie. Ojciec pamiętał, że państwo Staudyngierowie, przyjaciele rodziny, gdzieś tam bliżej Warszawy się przechowali. Dotarliśmy do tych państwa. Powiem rzecz może śmieszna, ale to, co najbardziej zapamiętałam, to pierwsze porządne spanie i białe wyprasowane prześcieradło. Pierwszy raz od momentu wybuchu powstania spałam sama w łóżku na czystym prześcieradle, dziwnie. Potem były różne tarapaty. Samo przejście przez kawał Warszawy...Trochę się podjechało na Żoliborz, wszędzie gruzy. Ojciec ostrożnie nas prowadził wydeptaną ścieżką i ostrzegał, żeby niczego nie dotykać. Wreszcie dotarliśmy do domu, zastaliśmy nawet jakiś taki ład. Już trochę osób było w tej naszej kolonii.

Dom przetrwał?

Tak, te wille stały. Była zburzona jedna dolna ściana na parterze, ale dom jako taki stał. Meble też zastaliśmy. Tata wydobyl z ogródka zakopaną w czasie powstania walizkę z różnymi schowanymi rzeczami. Poza tym zostało trochę pamiętek, które ojciec zdążył wsadzić do kopy trocin w piwnicy zanim nas wypędzono. Te trociny służyły do opału w piecu, tzw. trociniaku, były przygotowane już na zimę. Ponieważ nie było u nas poażaru, to te przedmioty ocalały – przetrwały albumy, co bardzo ważne, portrety, obrazy pamiątkowe. Trochę ubrań w walizkach też się ostało.

Początkowo było nam bardzo ciężko. Zimą ledwo tam się przetrwało. Potem to już inny świat się zaczął. Inny świat. Wiele w tych czasach powojennych było rzeczy ciekawych, ale i tragicznych.

Czy mówiło się potem w domu o czasach powstania?

Nie za wiele, bo już mieliśmy dość. Niestety, są rzeczy, które wywarły na mnie potworne wrażenia, do dziś je odczuwam. Człowiek się zmienił, ci, którzy nie przeżyli tego, nie rozumieją. Potem już normalnie się funkcjonowało. Był taki okres, że przebywaliśmy w Pułtusku, tam ojciec miał rodzinę i przez jakiś czas tam pomieszkiwaliśmy. Zupełnie nie miałam z kim i o czym w tej szkole rozmawiać. Czulałam się samotna. Rodzice przetrwali się tak z kąta w kąt, kiedy poznałam tam parę osób powojennych, już się tam czułam dobrze, bo miałam o czym mówić. Pamięta się wiele takich rzeczy, które siedzą w człowieku, a niekoniecznie się mówi o tym. Ci, co tego nie przeszli, nie rozumieją.

PAŹDZIERNIK W MUZEUM DULAG 121

22.10(sobota), g. 15.00 - Spotkanie z cyklu „Pruskowiana”. Naszym gościem będzie dr Mirosław Wawrzynski, który wygłosi wykład „Pruszków w przededniu II wojny światowej” poświęcony historii miasta i jego mieszkańców na przełomie 1938/1939 r. aż do ostatnich chwil przed wybuchem wojny.



Moje Konie - Motyle

18 września 2022 o godzinie 13:00 w Szkole Jazdy Konnej PaTaTaj w Kaniach Helenowskich, odbył się wernisarz obrazów autorstwa Zuzanny Jankowskiej połączony z aukcją.

Wystawie towarzyszyły konie, muzyka oraz rodzinna atmosfera.

Zuzanna Jankowska - urodzona w grudniu 1984 r. Trenerka jeździectwa, zawodniczka WKKW, mama czwórki dzieci i malarka. Naprzemiennie mieszka w Warszawie; gdzie spędza czas ze swoimi ukończonymi dziećmi i na Mazurach, gdzie w dzikiej ciszy z końmi, tworzy swoje emocjonalne obrazy.

Ma obszerne zainteresowania: dzikie miejsca i zwierzęta, muzyka, boks i góry oraz



sobą. Najwspanialsze w tej pracy jest dla niej to jak z wychowanków wyrastają pewni Webie, szczęśliwi i dobrzy ludzie, którzy niezależnie czy kontynuują pasję jeździecką czy też fetą w inną stronę, zawsze pielęgnują miłość i szacunek do zwierząt, a także wiara w siebie.

Malowanie było zawsze jej ukrytym talentem. Postawiła na tworzenie w swoim, niepowtarzalnym stylu. To jej odskocznia, reset, rodzaj medytacji i sposób na oczyszczenie. Na początku malowała dla siebie, a po jakimś czasie, kiedy obrazy zyskały popularność, malarstwo stało się nieodłącznym elementem jej życia.

Całe swoje życie pomagała koniom tłumaczyć ich zachowania, reakcje i emocje, a teraz to one pomagają jej w wyrażaniu własnego wnętrza.

Foto – Mirosław Kalinowski

Więcej zdjęć na: <https://gpr24.pl/arttykul/wernisarz-wystawy-malarstwa/1355241>



najważniejsze - konie, które są i zawsze były integralną częścią jej życia. To rodzina zaszczerpiła w niej pasję do koni. Od najmłodszych lat uczyła się jak z nimi obcować, jak wychowywać, drenować i, że warto tę miłość przekazywać innym ludziom, co czyni w niesamowicie charyzmatyczny sposób.

Jako trener stawia na nauczanie jeźdźców uczucia, rozumienia i interpretowania zachowania koni.

Uważa, że koni zawsze chce, jedynie nie zawsze rozumie. Konie starają się swoim wielkim, cudownym sercem zadowolić i ucieszyć człowieka. Stworzone są do cudów. Odzwierciedlają to co w nas siedzi i jeśli możemy zapanować nad swoimi lękami przy koniu, to będziemy w stanie zapanować nad całym





Płyty na październik

Adam St. Trąbiński - dziennikarz



PIEŚNI MONIUSZKI – NOCNY KOCHANEK

Dzisiaj dwa krążki CD i dwa światy – bardzo odległe od siebie. Narodowy Instytut Fryderyka Chopina niedawno wydał drugi album z „Pieśniami Moniuszki” w wykonaniu Mariusza Godlewskiego z akompaniamentem Radosława Kurka – na instrumentach historycznym. Pieśni, piosenki czy też piosenki jak sam autor, Moniuszko je zwal, nie należą do popularnych. Nie myślę się chyba, iż mało, kto wie, że Moniuszko był nadzwyczaj pracowitym i płodnym kompozytorem – stworzył takich małych form – w dzisiejszym rozumieniu ponad 300. W wieku XIX pełnił one rolę współczesnych utworów pop i służyły bogatemu mieszczaństwu oraz mieszczańskim dworom za rozrywkę. Już w pierwszym wileńskim okresie życia i twórczości (l. 1844-1858) kompozytor wydał sześć „Śpiewników domowych” a każdy z nich zawierał od kilkunastu do trzydziestu utworów. Nadto przez całe życie Moniuszko pisał muzykę do tekstów rozmaitych autorów, ale najcenniejszy odkład to miniatury do szafy. Po jego śmierci wdowa Aleksandra oraz uczeń Władysław Rzepko opublikowali kolejne sześć tomików owych „Śpiewników” (w l. 1876-1910) z tym, że były to bardziej pieśni niż piosenki.

Wspominani wykonawcy drugiego albumu (pierwszy ukazał się w 2018 r.) dokonali wyboru bardziej pieśni z okresu 1842 do 1872 w liczbie 28. Mammy w tym luksusowo wydany albumie wszystkie teksty z literackim przekładem na język angielski – głównie Johna Combera. Wszak wydawnictwo ma walor eksportowy i poniekąd promuje kompozytora poza krajem. Mammy więc „Wędrowną ptaszynkę” Jana Czeczota, „Pod górą, na górę” Ksawerego Godebskiego, „Zławego chłopczyka” Stanisława Jachowicza, „Nigdy serca krakowiaka” Juliana Korsaka, „Znasz-li ten kraj?” Adama Mickiewicza wg J.W. Goethe’go, „Pieszczołkę” i „Rozmowę” – tego samego autora. Stefan Witwicki napisał „Czary”, Aleksander Walicki – „Urzeczonego”, bodaj najstarsza tutaj „Do Basi” Franciszka Dionizego Książczyna czy sto lat młodszą „Niepogodę” Jana Zachariasiewicza oraz najdłuższą „Pieśń o królu Cwiczku” Leona Borowskiego wg Pierre-Jeana de Berangera. Siegnięto nawet do: Kochanowskiego – „Trenu III”, Victora Hugo – „Matko! Już nie ma Cię!” czy Władysława Syrokomli „Lirnika wioskowego” i „Koral” tegoż.

Pieśń śpiewa wybitny polski baryton – po Akademii Muzycznej we Wrocławiu i laureat wielu krajowych i zagranicznych konkursów – Mariusz Godlewski. Na sumieniu ma dwie opery Moniuszki (partia Jakuba we „Flisie” oraz partię Zbigniewa w „Strasnym Dworze”) oraz wiele innych pozycji kompozytora. Akompaniuje mu Radosław Kurek o bogatym życiorysie artystycznym i licznych dokonaniach za granicą, a na fortepianie skrzydłowym Erarda z 1849 r., a więc o brzmieniu zbliżonym lub identycznym do jakiego miał dostęp sam Moniuszko. Nagrania zrealizowała i zmoutowała (także mastering) Julita Emanuiłowicz przy pomocy Joanny Popowicz w studio im. Łutosławskiego w czerwcu 2020 r.

Gdyby nie wizyta w pruszkowskim Empiku, gdzie zobaczyłem na półce albumik „ZRAJĄCY METALU” mocno offowej grupy



Nocny Kochanek, to nie byłoby tego tekstu. Ten album – bodaj podwójna Platyna jest drugim w karierze zespołu i ukazał się jeszcze w 2017 r. I to chyba najlepsza płyta zespołu, którego nie usłyszyście w mediach radiowych (no, może w stacji Antyradio) ze względu na obciachowość tekstową i muzyczną wg prezydentów. Przypnam, że mnie by też kapela umknęła z pola widzenia, gdyby nie kuzyn Paweł Żyra, jaki zatelefonował do mnie kilka lat temu i zaprosił na koncert/występ Nocnego Kochanka w wolskim klubie Progresja. Było to przeżycie podobne do wczesnych TSA czy koncertu Uriah Heep w londyńskim Hammersmith Odeon – oba wiele lat temu. Po spożyciu obowiązkowych browarów a 10 zł szklanecka stanęliśmy grupą pod sceną. I tak przez 2 godziny w huku i dymach idących ze estrady. Publika „gęsta” w wieku, no, słusznym – 40 – 60 lat. Żywo reagująca i znająca teksty na pamięć. Słowni starzy fani.

Kapela powstała jeszcze 2003 r., potem jako Nemesis, od 2006 jako Night Mistress – wydali nawet 4 płyty. Bez sukcesu. Nawet współpraca z niemiecką Power Prog nie pomogła. Przelomem okazał się udział w kresówce „Kapitan Bomba-Zemsta Faraona” reżysera/producenta Bartka Walaszką, który w zasadzie jest właściwym ojcem kapeli. I żeby nie streszczać opisu stylu Nocnego Kochanka czytelników tej rubryki odesłać do obszernego eseju dr Andrzeja Mądro, teoretyka tej właśnie muzyki, pt. „Muzyka a nowe media” jeszcze z 2019 r. opublikowanego w Studio de Cultura 11(3)2019 w Annale Universitatis Paedagogicae Cracoviensis (dostęp internetowy). I żeby jeszcze ten wokalista Krzysztof Sokołowski miał warunki głosowe zbliżone do, np. Toma Jonasa, to szafa byłaby pełna i grała jeszcze lepiej.

Lektury na jesień

Adam St. Trąbiński - dziennikarz



BRWINOWSCY HARCERZE 1945-2022

Taką publikację pochwalić się mogą nie tylko – nie tylko drużyny, ale i hufce harcerskie w Polsce. Kompletna w zasadzie kronika działalności ruchu harcerskiego w Brwinowie (i bliskiej okolicy) w okresie ubiegłych 7 dekad napisana przez trójkę starych harcerzy: powstańca i zasłużonego, jeszcze przedwojennego harcerza – Stanisława Rumianka; druhnę Krystynę Nowicką (Radkiewicz) i dobrze nam znanego, także harcerza, publicystę Grzegorza Przybysza.

W zasadzie on to podjął się ostatecznej redakcji tekstu i wyboru ilustracji – czego byłem świadkiem przeglądając stare albumy fotograficzne u niego w domu, jeszcze 4 lata temu. Dzieje harcerstwa brwinowskiego liczą sobie ponad 100 lat i przedwojennej epopei poświęcono osobną publikację, niestety nie znaną mi.

Liczący prawie 370 stron tom (wydany na papierze kredowym) otwiera analiza przyrzeczeń harcerskich składanych od 1947 r. – zmieniających w zależności od wiatrów politycznych. Autorzy cytując je zaznaczyli, że to nie koniec, może za chwilę tekst roty znowu się zmieni? Bo przysięgano dla „dobra ojczyzny i sprawy socjalizmu”, potem – by „walczyć o pokój i szczęście ludzi” i na koniec by „pełnić służbę Bogu i Polsce” wg Praw Harcerskich. Na szczęście autorzy nie walczyli z władzą jednych i drugich w celu podporządkowania i indoktrynacji młodzieży – bo wiadomo: czym skorupka za młodu nasiąknie...! to jest jedna z zalet tej książki. Po okupacji harcerstwo odradzało się spontanicznie (w czasie wojny były to Szare Szeregi pełniące pewne role). W Brwinowie od zawsze była to 29 MDH (Mazowiecka Drużyna Harcerska) i w takiej brał udział autorzy cytowanych na początku wspomnień: Stanisław Kowalewski, Zbigniew Niewiadomski, Andrzej Przybysz czy Andrzej Jakubik (1946). Wcześniej rekrutowano Pierwszą Żeńską Drużynę (1 ZDH) – i w sumie istniało wtedy w mieście 10 drużyn (po 3 męskie i żeńskie oraz 4 zuchowe). I jeżeli od 1945 r. korzystano z rozparcelowanego majątku w Osowcu, to wkrótce nastąpiły wyjazdy (wagonami towarowymi!) w Polskę na obozy letnie. Tu pozwalam sobie na osobisty wtarg: w Osowcu spędziłem ponad dwa lata (1952-1954) dzieciństwa (ojciec był kierownikiem ośrodka zaopatrzeniowego ZMP) i miałem nawet mundurek harcerski... Były to lata 1950-1956, kiedy ZHP włączono do ZMP jako OH – Organizację Harcerską – ramię Związku Młodzieży Polskiej (wzorowanego na Komsomole), instruktorzy byli przesładowani, a rodzice wręcz wzburleni dzieciom udziału w OH.

Odrodzenie harcerstwa przyszło wraz z odwilżą gomułkowską. Trzeba przyznać było to odrodzenie pełną gębą. Wrócono do pomysłu skautingu wg wzorców Baden Powella, tylko spiczaste namioty tzw. kanadyjki zniknęły, po prostu, ile lat może wytrzymać namiot? W lipcu 1958 Henryk Janiszewski zostaje komendantem Środowiska ZHP Brwinów, liczna grupa dzieci udaje się do Lipowca (j. Białe) koło Augustowa. Odpowiedzi je kierownik Szkoły Podstawowej nr 1 pan Moczydłowski (opiekun ZHP od 1922 r.). Na listach zastępów – Il pn. Wilki wypatruje Jacka Malickiego „Malica” z Podkowy Leśnej, późniejszego muzyka i hipisa. Bowiem autorzy książki korzystali z wielu źródeł – najciekawiej to te księgi pamiątkowe drużyn. Zuchowie jadą też na kolonie – co barwnie wspomina współautor Grzegorz Przybysz. Inną, późniejszą jego relacją jest opis obozu w Łebie, gdzie wraz z kolegami znalazł żółty materiał pirotechniczny. Tu dodam, że zainteresowania i nawyki harcerskie zostają na całe życie – harcerzem jest się zawsze niezależnie od przyrzeczenia. Innym przykładem jest druh Władek Kujawski „Bosman”, który jesienią 1968 powołał męską drużynę „Dreptaków”. Kujawski do dziś jest piechurzem zadziwiająco wiedzą o każdym pagórku w terenie a także zapałonym wodniakiem. Brwinowscy harcerze biorą licznie udział w uroczystościach patriotycznych, np. warty honorowe przy pomniku bitwy z 1939 na rynku; także w różnego rodzaju zawodach (np. modne wtedy biegi w workach czy przejazdy na motorowerach) oraz pochodach pierwszomajowych na stadionie brwinowskim, sporadycznie – pruszkowskim (1965). Okres 1.60 to chyba najświetniejszy dla środowiska brwinowskiego – w obozach letnich i zimowych

skach w atrakcyjnych miejscowościach bierze udział załoga ponad 200-osobowa. Ale kolejny kryzys przychodzi w 1973 r. po tzw. zjeździe w Filharmonii Narodowej, kiedy to Partia zdecydowała o unifikacji organizacji młodzieżowych pod sztandarem ZMS. Wielu instruktorów czy druhów odchodzi od pracy z dziećmi lub zawiesza swój udział, o czym autorzy książki nie mówią wprost. Harcerzom wracają jednolite mundurki i czerwone chusty – działalność siada. Odradza się w krótkim okresie Solidarności i nawet po stanie wojennym. Czasy są ciężkie aprowizacyjne, instruktorzy dokonują cudów, mimo, że młodzież na obozy już jedzie autokarami, pojawiają się pierwsze kolorowe zdjęcia. Wzrusza wsparcie proboszcza parafii brwinowskiej, który śle na oboz letni 2 tys. zł, co druhowie przeznaczają na deficytową czekoladę konsumowaną nocą! Następny kryzys – finansowy bodaj przychodzi z początkiem l. 90, co z tego że mamy wolność, kiedy inflacja zabija duże obozy stacjonarne, instruktorzy w atrakcyjnych miejscach organizują liczne wędrownie.

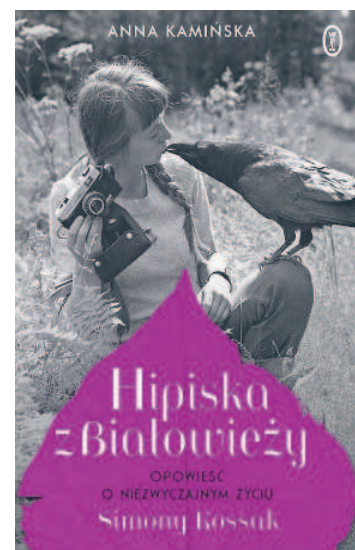
Lata 90 i współczesne to znaczna działalność brwinowskich drużyn, jakich powstaje wiele – wśród starej ZHP i ZHR, obie dbają o tradycję Związku, także są aktywni patriotycznie – przybywa nazwy Ronda im. Ignacego Kozińskiego (autor z 1911 r. „Marsza skautów”) oraz ławeczki z postacią współtwórcy harcerstwa polskiego – mieszańca Brwinowa.

Książkę powinien nabyć każdy brwinowski harcerz, choćby ze względu na alfabetyczny spis ok. tysiąca koleżanek i kolegów oraz wiele wspomnień starych druhów.

Stanisław Rumianek, Krystyna Nowicka, Grzegorz Przybysz **HARCERSTWO W BRWINOWIE 1945-2022**, Wyd. Gminny Ośrodek Kultury Okrę 2022; str. 370; bogato ilustrowana; nakład 500 egz. – dystrybucja: wydawca.

Lektury na jesień

Grażyna Sziczek - publicystka



SIMONA Z TYCH KOSSAKÓW

A miał być – po Juliuszu, Wojciechu i Jerzym – czwarty Kossak. Podobno ojciec, gdy pojawiła się na świecie, w szale rozpacz strzelił do ryngrafu Matki Boskiej, ślad został, ale czy wykonany przez Jerzego – nie do końca wiadomo. Piętno niespełnienia oczekiwani rodzinnych prześlą-



dowało Simonę przez całe jej życie. A życie miała niezwykle, jak wszystkie jej ciotki, dziadów i pradziadów. Stała się bohaterką książki Anny Kamińskiej. Drugą jej bohaterką jest Dziedzinka. Ale o tym za chwilę.

Matka jej, w młodości piękna i bardzo elegancka, nigdy nie wybaczyła żeńskiej płci córce. Wychowana w pozbawionym czułości w stosunku do siebie, zimnym w przenośni i dosłownie domu, wyraźnie zawadzająca oschłej matce skupionej na miłości do starszej siostry Glorii, po ukończeniu studiów biologicznych na Uniwersytecie Jagiellońskim postanowiła podjąć pracę naukową w instytucie badawczym mieszczącym się w pobliżu Puszczy Białowieskiej.

Dziedzinka (nie wiadomo, skąd ta nazwa), w której na skraju puszczy zamieszkała była drewniana, pozbawiona prądu i wody dawna leśniczówka. Lech Wilczek, warszawski artysta fotografik (dzięki temu pozostało mnóstwo zdjęć, ale Simona też je robiła) mieszkał w drugiej połowie leśniczówki. Relacje między nimi? Przyjaźnili się, ale też kłócili, bywało, że tygodniami nie odzywali się do siebie. Nigdy nie ujawnili, czy łączyła ich miłość. Zresztą to nie nasza sprawa. Dopiero po śmierci Simony, Wilczek wyznał, że ją kochał. Żyli tak przez trzydzieści parę lat.

Simona była wolna w całym tego słowa znaczeniu. Żyła jak chciała, mówiła co chciała, nie przejmowała się niczym. Niczym, poza zwierzętami, które kochała. Wszystkie. I mieszkali z nią na Dziedzince, spały w jej łóżku, razem jady, razem chodzili po lesie. Krok w krok za Simoną podążała olbrzymia łocha dzika Żabka, którą Simona wychowywała od pierwszego dnia po jej narodzinach. Sarny włączyły Simonę do swojego stada i w razie niebezpieczeństwa (jak uważały) ostrzegały ją charakterystycznym szczełaniem. Kruk, okoliczny chuligan wyrwywający robotnikom wypłatę z kieszeni, zabierający ludziom z domów złoto, słuchał się Simony i wykonywał jej polecenia. W mieszkaniu, do którego z krakowskiej Kossakówki sprowadziła swoje meble nie wiadomo było, kiedy odeszła się sowa, gdzie wyskoczył popielica z całym swoim miotem, a pod którą serwetką mieszka wiewiórka, była szczęśliwa. Licznymi odwiedzającymi ją gośćmi nie przejmowała się wcale. Siadała na kanapie po turecku, gości obsługiwał Wilczek. To dzięki niemu nie wracali z przyschniętym do krogosłupa z głodu żółdkiem. Cóż – była wolna.

Przy lampie naftowej Simona napisała pracę doktorską, potem habilitacyjną. W końcu z rąk prezydenta Polski odebrała nominację profesorską. W białostockim radiu przez wiele lat opowiadała (podobno miała dar opowieści) o tym, co jedynie kochała: o siewkach w puszczy, o zwierzętach – wszystkich – żuczkach, motylkach, gąsienicach także. Nie przebiegając w środkach walczyła z kłusownikami, z myśliwymi również, choć wiedziała, że czasem ich interwencja jest konieczna. W związku z tym miała licznych wrogów, nie tylko z tych środowisk, wśród kolegów naukowców również. Większość jednak Simonę lubiła, szanowała i podziwiała.

Palila jak smok. Nawet przemierzając na swym komarku błotniste duktusy Puszczy Białowieskiej, popuszczała dymki. Zmarła w białostockim szpitalu. Świadoma swego odchodzenia wydała dokładne dyspozycje w sprawie własnej spuścizny naukowej. Od śmierci też była wolna. Do końca na turystycznym stołeczku wędkarskim przesiadywał przy niej Lech Wilczek. Tak jak w szpitalu w Manchesterze przy jej ciotce, Marii Pawlikowskiej-Jasnorzewskiej do końca był tylko jej partner.

Simona była tak ciekawą osobą, że 30 września wszedł na ekrany poświęcony jej biograficzny film. Na pewno jest jeszcze grany. Zobaczcie Państwo koniecznie!

Anna Kamińska SIMONA – Opowieść o niezwykłym życiu Simony Kossak, Wydawnictwo Literackie, wyd. drugie 2021, twarda okładka, liczne zdjęcia, 323 str., cena 44,90 zł.

BURMISTRZ GRODZISKA MAZOWIECKIEGO,
RADA MIEJSKA, OŚRODEK KULTURY
ORAZ BARDOWIE ZACHODNIEGO MAZOWSZA
ZAPRASZAJĄ NA

GRODZISKI JUBILEUSZOWY SEJMIK MUZYCZNY

**PIĄTEK
28 PAŹDZIERNIKA
2022**

MEDIATEKA
ul. 3 Maja 57, Grodzisk Mazowiecki

godz. 18:00 SALA WIELOFUNKCYJNA

Spotkanie przedstawicieli
GRODZISKIEJ SCENY MUZYCZNEJ
oraz
BARDÓW
ZACHODNIEGO MAZOWSZA

godz. 20:00 SALA KONCERTOWA

**KONCERT MUZYKI
ELEKTRONICZNEJ
W WYKONANIU**

**WŁADYSŁAWA
KOMENDARKA**

znanego i cenionego
muzyka-instrumentalisty
oraz kompozytora

**WSTĘP
WOLNY**

**Bardowie
ZACHODNIEGO
MAZOWSZA**

Scenariusz i prowadzenie:
Dagmara Jaworska, Mieczysław Osiać
i Lechosław Strug-Kwiatkowski

Zadanie publiczne współfinansowane z budżetu gminy Grodzisk Mazowiecki

**SOBOTA
29 PAŹDZIERNIKA
2022**

CENTRUM KULTURY
ul. Spółdzielcza 9, Grodzisk Mazowiecki

godz. 19:00 SALA WIDOWISKOWA

**KONCERT W KTÓRYM
ZOBACZYMY I USŁYSZYMY**

**KRZYSZTOF ŻUREK
ONEZORGE BAND.**
Tomasz Onezorge i koledzy
DAGMARA JAWORSKA

GRODZISKI CHÓR BOGORIA
Przygotowanie Chóru:
Anna Asińska
Barbara Kucharczyk
Dyrygent Marcin Łukasz Mazur

ZESPÓŁ "GAMA"
Mariusz Gabrych
Adam Anusiewicz

PROF. N. MED. JACEK RUDNICKI

ZESPÓŁ "GOODWILL"
Marysia Gluchowska Staszek
Piotr Grochowiak
Wojtek Lisiewski
Janusz Szaro
Marek Cieszewski

**ZESPÓŁ "ANDRZEJ NEBESKI
I PRZYJACIELE"**
Krzysztof Ciemniński
Krzysztof Huzarski
Andrzej Nebeski
Marek Lewandowski
Waldemar Wiśniewski
Marek Maciejewski
gościnnie Zbigniew Stryczewski





Ścieżka przyrodnicza dla mieszkańców pruszkowa kluczem do zrównoważonego rozwoju naszego miasta – część II



Tekst i foto - Maria Górska - Zabielska

W poprzednim felietonie omówiono znaczenie i rolę, jakie w środowisku geograficznym pełnią ścieżki przyrodnicze, na których umieszczono bloki skalne. Dziś przyjrzymy się dokładniej wszystkim zgromadzonym głazom narzutowym, jakie na początku lipca 2022 r. umieszczono z zbiegu ul. B. Głowackiego i A. Mickiewicza na pruszkowski Złotoków (Ryc. 1; Fot. 1, 2, 3.).

Ścieżka przyrodnicza powstała w ramach budżetu obywatelskiego 2022 miasta Pruszków. Jest to proces konsultacji społecznych mających na celu włączenie mieszkańców w decydowanie o części wydatków budżetu Miasta Pruszkowa. Dziś coraz częściej społeczeństwo obywatelskie staje się determinującym nowym łańcuchem przetrwania – poprzez partycypację społeczną ma wpływ na kształtowanie przestrzeni wokół siebie. Autorka tego felietonu, mieszkanka Pruszkowa, była projektodawcą, która zgłosiła projekt do budżetu obywatelskiego na zasadach i w trybie określonym w uchwale nr VI.17.2019 Rady Miasta Pruszkowa. Więcej o budżecie obywatelskim Czytelnik może przeczytać pod linkiem <https://budzetobywatelski.pruszkow.pl/wszystko-o-budziecie/zasady-ogolne>

Celem zadania, w ramach którego powstała ścieżka przyrodnicza, było zagospodarowanie przestrzeni publicznej przy siłowni plenerowej (okolicie ul. Mickiewicza i ul. Głowackiego na Złotoku). Projekt miał za zadanie zainicjowanie w Pruszkowie geoturystyki, poprzez stworzenie oferty z wysokimi walorami edukacyjnymi i infrastrukturą rekreacyjno-turystyczną. W zamierzeniu projektodawcy, spacer tą ścieżką będzie doskonałą lekcją geologii, geografii, zoologii (nauka o ochronie środowiska), krajoznawstwa. Wśród odbiorców będzie kształtował właściwe prośrodowiskowe, ekologiczne postawy i uzupełniał ich wiedzę na temat przeszłości geologicznej najbliższej okolicy.

Opis ścieżki przyrodniczej znajduje się pod linkiem <https://www.pruszkow.pl/aktualnosci-srodowisko/geosciezka-w-ramach-bo-2022/>

Przegląd głazów narzutowych na ścieżce przyrodniczej

Na ścieżce przyrodniczej w Pruszkowie, której plan zamieszczono na Ryc. 1, znajduje się dwadzieścia skandynawskich głazów narzutowych w dziesięciu lokalizacjach. Szczegółowe informacje o obiektach geologicznych prezentuje Tab. 1. Są tu reprezentowane głębinowe skały magmowe (nr głazów 3-7, 10 na Ryc. 1) i skały metamorficzne (nr 2, 8-9) – pochodzące z tarczy bałtyckiej oraz skały osadowe (nr 1) – złożone na jej powierzchni. Obie powierzchnie skalne budują w pn.-wschodniej Europie platformę wschodnioeuropejską (Ryc. 2). Skały zostały zerodowane w obszarach macierzystych w Skandynawii (Ryc. 3), przytransportowane, wytopione i zdeponowane na pd.-zach. Mazowszu przez lodolód podczas zlodowacenia warty kompleksu środkowopolskiego tj. ok. 150-130 tys. lat temu. Wszystkie mają zaokrąglone krawędzie, co jest charakterystyczne dla wysokoenergetycznego środowiska transportu np. w tunelach wewnętrznych lodowców.

Starannie wytypowane głazy narzutowe, znajdujące się wyłącznie w granicach miasta, były od rana 30. czerwca 2022 przewożone z ich dotychczasowych lokalizacji na teren ścieżki (Fot. 3, 4). Logistyką zajęła się firma MODERN PARK Joanna Ambroziak z Łowicza.

Głazy narzutowe zostały bezpłatnie podarowane przez darczyńców prywatnych lub zostały przemieszczone z pasa drogi, którego gospodarzem jest miasto Pruszków lub powiat pruszkowski (Tab. 1). W dwóch przypadkach uprzedni zarządca wyraził zgodę na przemieszczenie głazów do ich obecnej lokalizacji. Mowa tu o spółce P.P.U.H. Budowa i Naprawa Dróg EFEKT z siedzibą przy ul. Stalowej 27/29 (głaz nr 1) oraz o Millennium Logistic Park Group S.A. z siedzibą przy ul. 3 Maja 8 (głaz nr 5).

Warto zwrócić tu uwagę, że wszystkie głazy znajdujące się na terenie Pruszkowa zostały przemieszczone przez lodolód ze Skandynawii podczas tego samego zlodowacenia warty kompleksu środkowopolskiego, które trwało w okresie 180-120 tys. lat temu. Głazy mogły zostać zdeponowane/odłożone w trakcie awansu lodolodu, kiedy rozrastał się on, przesuwając swoje czoło na południe, a mogły zostać porzucone w czasie jego recesji/kurczenia/wypalania, kiedy czoło odstopowało na północ kraju. Stąd trudno wskazać dokładną datę ich depozycji w Pruszkowie. Autorka przyjmuje umowną datę ok. 130 tys. lat temu, bo wtedy najpewniej teren dzisiejszego Pruszkowa zaczął się wyłaniać spod tonięjącej masy lodu. I wtedy na powierzchni przemarzniętej jeszcze podłoża, dostrzec można byłoby porzucone (narzucane) tu i ówdzie duże bloki skalne.

Głazy narzutowe dziś wyeksponowane na ścieżce przyrodniczej zostały, w celach estetycznych, otoczone pierścieniem małych otoczek pochodzących z mazonów rzeźb (Fot. 5). Ów żwir jest tego samego wieku, co głazy narzutowe, tzn. został zakumulowany w czasie zlodowacenia warty. To ważne, by Odbiorca miał kompletny i spójny pod wieloma względami obraz przeszłości geologicznej południowo-zachodniego Mazowsza sprzed ok. 130 tys. lat.

Przegląd głazów narzutowych na ścieżce przyrodniczej

Podstawowe cechy głazów narzutowych, zgromadzonych na ścieżce przyrodniczej, znajdują się w Tab. 1. Nasz przegląd rozpoczniemy w porządku numerycznym, począwszy od głazu narzutowego nr 1.

Głaz nr 1 to opoka, skała osadowa przejściowa pomiędzy skałami węglanowymi a krzemionkowymi, powstała głównie w wyniku osadzenia się drobnych szczątków organizmów zbudowanych z krzemionki: okrzemek, radio-

skaly. Mowa tu o insolacji, zmianach temperatury w ciągu doby i roku kalendarzowego, opadach deszczu, a ostatnio także wraz z deszczem kwaśnych opadów. Nie można zapomnieć i o antropopresji, czyli o negatywnym oddziaływaniu człowieka. Wszystkie te czynniki sprawiają, że mało odporna na erozję skała osadowa, ulega szybkiej destrukcji. Opoka, która występuje na naszej geoscieżce zachowała bardzo duże rozmiary. Co sugeruje, że dopiero stosunkowo niedawno została odpokana z przypowierzchniowych osadów podłoża w okolicy. Bo gdyby przeleżała na powierzchni terenu od czasów górnego plejstocenu, czyli ok. 130 tys. lat, nie uchowałaby się w tej wielkości do naszych czasów. Tym bardziej więc zasługuje na troskliwą i świadomą ochronę. To ukaże na skalę kraju.

Głaz nr 2 to gnejs, czyli skała metamorficzna, której dołki skandynawskie pochodzenia jest niemożliwa do wskazania. Można jedynie wskazać, że została wygenerowana (wyrzodowana) przez lodolód z powierzchni tarczy bałtyckiej (Ryc. 3).

Do kolekcji obiektów geologicznych geoscieżki została włączona z uwagi na wysoki walor estetyczny i edukacyjny. Na bocznej ścianie dostrzec można strukturę oczkową gnejsu, która powstała w warunkach podwyższonej temperatury i ciśnienia oddziaływających na wcześniej powstałą już wyjściową skałę magmową. W efekcie zmienionych warunków, skalenie (duże jasne kryształy) uległy nadtopieniu i rozciągnięciu (foliacji) w kierunku prostopadłym do nacisku siły. Jądra skaleni nie uległy całkowitemu roztopieniu/przekształceniu, dając finalnie wyobrażenie ludzkiego oka i nazwę oczkową nierównomierniejszej struktury. Pod względem ułożenia kryształów, gnejs wykazuje przejawy tekstury wybitnie kierunkowej, masynowej.

Przeglądając się z kolekcją mikrorzeźb współczesnej powierzchni skały, można z całą pewnością stwierdzić, że gład nie został pogrzebany w osadach przypowierzchniowych, a był zdeponowany przez lodolód na powierzchni terenu. W tych warunkach podlegał przez cały czas (czyli ok. 130 tys. lat) oddziaływaniu procesów morfogenetycznych (rzeźbotwórczych). Były one najbardziej efektywne w warunkach klimatu peryglacjalnego, jaki funkcjonował na przedpolu kurczącego się lodolodu. W suchym, mroźnym powietrzu przewiewany był na duże odległości ziarna twardego kwarcu pochodzące z piasków sandrowych, rozpościerających się na dużych przestrzeniach na przedpolu cofającego się lodolodu. To one napotykały na przeszkodę, np. w postaci głazu narzutowego, zlizowały, polerowały, wygładzały jego ściany boczne do tego stopnia, że w efekcie końcowym wykształciła się na grzbiecie skały ostra gran. Tej formę powierzchni skały doskonale widać w partii szczytowej obiektu nr 2. Głazem takim jest także głaz nr 6 na naszej geoscieżce.

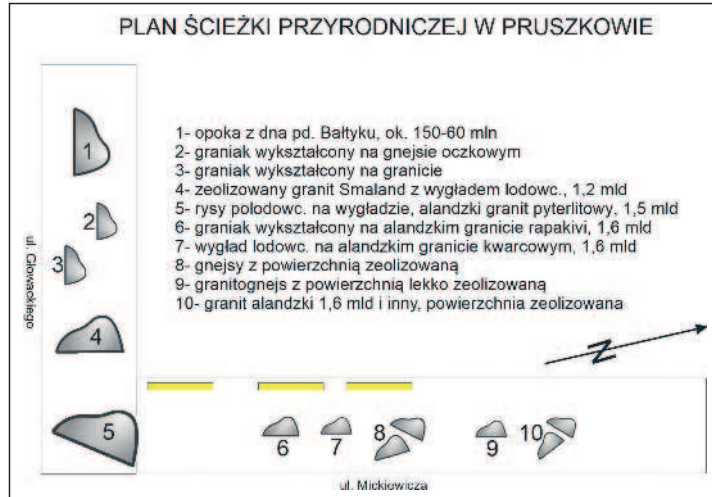
Obok ułożonego obiektu nr 3 – granit, który jest równie doskonałym przykładem na efektywne i morfogenetyczne (rzeźbotwórcze) oddziaływanie strumienia wiatrowo-piasko-śnieżnych w warunkach klimatu peryglacjalnego, zapisane w postaci gran. Głaz, jak widać, mogą zostać wykształcone niezależnie od typu terytorialnego. Tu, obok siebie, w celach edukacyjnych, zaprezentowano skałę metamorficzną, przeobrażoną i skałę magmową. Czytelnik może spotkać graniki karajskie wykształcone także na skałach osadowych, np. na piaskowcach.

Głębinyne skały magmowe, których reprezentantem jest granit, podlegały stygnięciu i krystalizacji z fazy ciekłej (magma = stopu krzemianowego) lub gazowej w głębokich partiach skorupy ziemskiej. Ponieważ proces ten zachodził powoli, powstałe w jego wyniku kryształy mineralne są wykształcone i dobrze widoczne, co nazywamy strukturą jawnokrystaliczną. Często jest ona średnioziarnista lub gruboziarnista.

Brak charakterystycznych cech strukturalnych i teksturalnych opisywanego granitu, nie pozwala wskazać obszaru źródłowego, z którego lodolód wygenerował blok skalny. Posłużymy się tu jedynie stwierdzeniem, że głaz narzutowy pochodzi z powierzchni tarczy bałtyckiej (Ryc. 2).

Głaz narzutowy nr 4 to granit Smaland. Tym razem można wskazać dokładny obszar macierzysty skały, bo jest to eratyk przewodni. Skała pochodzi z południowo-wschodniej Szwecji, z regionu Smaland. Ten fragment podłoża dzisiejszej Szwecji powstał (krzepł, krystalizował) podczas późnej fazy orogenezy swekoferskiej (1,75-1,3 mld lat temu). Tego wieku jest więc granit Smaland na geoscieżce w Pruszkowie. Proces powstawania granitu - głębinowej skały magmowej - opisano powyżej (Skała nr 3).

Przeglądając się kształtowi granitu Smaland, należy zwrócić uwagę, że jedną ze ścian bocznych tworzy wykład lodowcowy. Jest to przykład efektu procesu niszczenia, zwanego detersją, polegającego na zlizywaniu i wygładzaniu powierzchni skały w czasie, kiedy znajdowała się ona jeszcze w podłożu, po którym przemieszczał się lodolód skandynawski. Zapis morfologiczny mógł także pojawić się na powierzchni skały podczas gdy była ona już transportowana subglacjalnie. Skała zakotwiczona w stopie lodolodu trze wtedy o podłożu, po którym przemieszcza się lodolód. Fragment płaskiej powierzchni skały o tej samej geniezie, czyli sięgającej czasów transportu górnego plejstocenu, oddzielający geoscieżkę zaobserwować na głazach nr 5 i 7.



Ryc. 1. Plan ścieżki przyrodniczej w Pruszkowie

Dopełnieniem kolekcji głazów narzutowych są trzy duże, kolorowe, dwustronne tablice informacyjne, przedstawiające odmienne merytoryczne zagadnienia. Łączy je podobny układ i spójna warstwa edytorska. Tablice informacyjne przedstawiają następujące zagadnienia: 1) Historia zapisana w kamieniu (Fot. 6), 2) Znaczenie głazów narzutowych w Pruszkowie (Fot. 7) oraz 3) Głazy narzutowe w mieście (Fot. 8). Na każdej znajduje się kod QR, który kieruje czytelnika do pogłębionych treści, któ-

lari i rozspuszczonych igieł gład krzemionkowych, które licznie zasiedlały morza kredowe (w erze mezozoicznej). W niehomogicznej strukturze opoki występują szczątki rozdrobnionego detritusu organicznego, szczególnie małży i otwornic, a także liczne igły gąbek, co, przy bliższej i sprawniejszej obserwacji, dostrzec można również w naszym obiekcie.

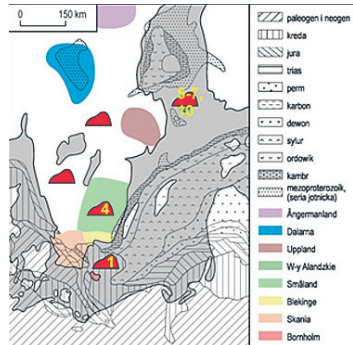
Opoka jest skałą o jasnoszarej lub kremowej barwie. Obecność dodatków często wpływa na barwę skały.



Ryc. 2. Schematyczna mapa geologiczna Europy

re z racji ograniczonej powierzchni tablic, na nich się nie zmieściły. Po lekturze treści umieszczonych na tablicach odpowiadają będzie wiedzą, co to jest skała i z jakich minerałów się składa, czym jest głaz narzutowy i jak do tarł do Pruszkowa. Na jednej z tablic znajduje się mapa Pruszkowa, na której zaznaczono symbolicznie lokalizację pozostałych w mieście głazów narzutowych. W tabeli obok, zapisano najważniejsze cechy charakteryzujące to geologiczne obiekty. Najciekawsze z nich przedstawiono na fotografiach, na których dodatkowo wskazano ważne z punktu zbadania edukacyjnego elementy rzeźby powierzchni głazów, będące zapisem procesów geologicznych i geomorfologicznych.

Kolekcja głazów narzutowych występuje w sąsiedztwie stacji nr 6702 pruszkowskiego roweru miejskiego oraz siłowni plenerowej (Fot. 1, 2).



Ryc. 3. Obszary źródłowe narzutiaków przewodnik znajdujących się na ścieżce przyrodniczej w Pruszkowie na tle pozostałych głównych skandynawskich obszarów alimencacyjnych. Numery zgodnie z Tab. 1

Niebieskawy odcień, pochodzi od rozproszonego pirytu. Najbardziej barwiącym pierwiastkiem jest żelazo, które w zależności od stopnia utlenienia, może powodować dużą różnorodność zabarwień od koloru żółtego do czerwono-brunatnego. Zabarwienie daje również związki tytanu, chromu, miedzi i niklu.

Skały osadowe wieku kredowego budują dno południowego Bałtyku, pomiędzy Szwecją, Danią, Niemcami a Polską (Ryc. 3). To stamtąd lodolód skandynawski wygenerował solidnych rozmiarów blok skalny, wciągnął go w obręb swej masy, przeniósł i w końcu, w warunkach klimatycznych dla niego niekorzystnych (wzrost temperatury powietrza), porzucił na pd.-zach. Mazowszu.

Skała osadowa należy do skał nieodpornych na zewnętrzne czynniki morfogenetyczne, które prowadzą zarówno do fizycznego jak i chemicznego zniszczenia



Dodatkowo, wprawne oko dostrzeże, że powierzchnia glazu narzutowego nr 4 jest zeolizowana. Glaz narzutowy podlegał procesowi korozji, który przypominamy, oddziaływał w warunkach mroźnego, suchego klimatu peryglacjalnego. W efekcie dziś obserwujemy miejscami wygładzoną, wyszlifowaną powierzchnię skalną. Ale dostrzec też można dobrze rozwiniętą mikrorezębę korozyjną manifestującą się naprężaniami wykształconymi mikrozebrai i mikrobruzdami. Odwiedzający goście może dostrzec też samej genyzy fragmenty ścian bocznych na obiektach nr 8-10.

długi czas leżeć na powierzchni terenu i podlegać oddziaływaniu procesów korozji, co w efekcie przyczyniło się do wykształcenia klasycznej grani. Warto tu dodać, że taka grani mogła powstać tylko w warunkach stabilnych (wieloletnich) układów barycznych, co pośrednio wspiera naszą wiedzę na temat paleoklimatu tej części Mazowsza.

Skala nr 7 to alandzki granit kwarcowy – eratyk przewodni, pochodzący z obszaru Wysp Alandzkich. W strukturze nie dostrzemy owoidów skaleniowych, w zamian – doskonale wykształcone okrągłe kryształy szarego kwarcu. Można je zobaczyć gołym okiem. Przyglądając się syl-

Ścieżka przyrodnicza powstała z myślą o odbiorcach, to jest wszystkich mieszkańców Pruszkowa, którzy pragną poznać przeszłość geologiczną regionu, lokalne mazowieckie geodziezictwo, których interesuje geodziezictwo Pruszkowa, którym bliska jest wrażliwość na ochronę przyrody, którzy pragną w unikalny sposób spędzić czas na świeżym powietrzu przy okazji pogłębiania wiedzy na temat historii zapisanej w kamieniu.

Odbiorcami mogą być zatem:

- osoby spacerujące ścieżką przyrodniczą bez specjalnej motywacji, przy okazji poznający zagadnienia przyrody niezwykłej,
- osoby z zamiłowania uprawiające turystykę poznawczą, ale nieposiadające specjalistycznego przygotowania,
- profesjonalści, eksperci, zawodowo związani z naukami o Ziemi

Szczególną grupą są dzieci, które mają małą wiedzę, ale są ciekawe świata i mają dużą wyobraźnię. W odniesieniu do tej grupy zagospodarowane obiekty rekreacyjno-turystyczne, interaktywne wystawy, gry i zabawy nawiązujące do dziejów Ziemi są znakomitą okazją do realizacji edukacyjnych celów geoturystyki.

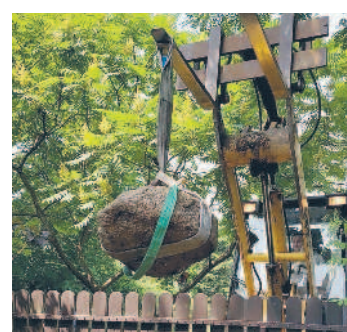
Glazy narzutowe zgromadzone na pruszkowskiej ścieżce pełnią funkcję społeczną poprzez uświadomienie odbiorcom, jak ważne dla prawidłowego funkcjonowania przyrody jest zachowanie i ochrona wszystkich jej elementów. Glazy narzutowe mają duży potencjał do rozwoju geoturystyki, w tym również geoturystyki miejskiej. Jest to ciągle słabo rozwinięta w Polsce gałąź turystyki przyrodniczej, mającej na celu ochronę dziedzictwa geologicznego i geomorfologicznego poprzez efektywne zabezpieczenie geostanowisk, szeroką promocję nauk geologicznych oraz propagowanie ich funkcji edukacyjnych i turystycznych. Geoturystyka bezkonfliktowo wykorzystuje naturalne walory obszaru w lokalnej polityce zrównoważonego rozwoju społecznego i ekonomicznego. Jest kołem zamachowym rozwoju ekonomicznego obszarów peryferyjnych turystycznie.

Warto podkreślić raz jeszcze, że rola dobrze funkcjonującej ścieżki przyrodniczej (w naszym przypadku ogródka skalnego/apidarium), która poprzez bogatą ofertę programową (np. letnie spaceru geologiczne po mieście) oddziałuje na swoje otoczenie, jest nie do przecenienia w zrównoważonym rozwoju miasta/gminy/powiatu. Współkształtuje wizerunek małej ojczyzny, która zagospodarowuje elementy przyrody niezwykłej do pełnienia miejskich funkcji (geo) turystycznych z zachowaniem zasad ochrony przyrody.

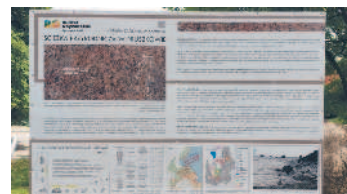
W trzeciej i ostatniej części felietonu, który omawia zagadnienia geoturystyki miejskiej na kanwie nowej atrakcji krajoznawczej Pruszkowa, scharakteryzujemy glazy narzutowe, które są częścią składową ścieżki przyrodniczej, ale znajdują się w swoich dotychczasowych lokalizacjach, w różnych częściach miasta. Być może Czytelnik dostrzeż przykomowane do nich niewielkie metalowe identyfikatory. To te obiekty geologiczne będą przedmiotem zainteresowania za miesiąc.



Fot. 3. Załadunek glazu narzutowego nr 1 sprzed siedziby ZUSu przy ul. Stalowej



Fot. 4. Załadunek glazu narzutowego nr 9 z prywatnej posesji na Ostoi



Fot. 6. Tablica informacyjna pt. Historia zapisana w kamieniu



Fot. 7. Tablica informacyjna pt. Znaczenie glazów narzutowych w Pruszkowie



Fot. 8. Tablica informacyjna pt. Skąpy narzutowe w mieście

Tab. 1. Informacje o glazach narzutowych na ścieżce przyrodniczej w Pruszkowie

	Rodzaj skały, pochodzenie, wiek	Cechy szczególne	Darczyńca, dotychczasowa lokalizacja	Obwód [m]	Objętość [m ³]	Waga [t]
1.	Opoka, dno pd. Bałtyku, ok. 150-60 mln	Skała osadowa	P.P.U.H. Budowa i Naprawa Dróg EFEKT, ul. Stalowa 27/29	5,6	1,59	4,36
2.	Gnejsz oczkowy z tarczy bałtyckiej, 1,2-1,5 mld	Rzeźba zeolizowana, graniak	Trawnik w pasie drogi, ul. Eustachego	2,5	0,16	0,43
3.	Granit z tarczy bałtyckiej, 1,2 mld	Rzeźba zeolizowana, graniak	Trawnik w pasie drogi, ul. Książka Józefa 26	2,55	0,16	0,44
4.	Granit Småland, pd.-wsch. Szwecja, 1,2 mld	Eratyk przewodni, wygląd lodowcowy, kolonizacja porostami	Trawnik w pasie drogi nr 719, przy ul. Łalki 1	5,5	1,04	2,85
5.	Granit pyterlitowy, W-y Alandzkie, 1,5 mld	Eratyk przewodni, rysy połodowcowe na wygładzie	Millennium Logistic Park	5,4	2,40	6,60
6.	Granit rapakivi, W-y Alandzkie, 1,6 mld	Eratyk przewodni, graniak	Trawnik w pasie drogi obok skrzyżowania ul. Targowej i Pogodnej	2,15	0,07	0,19
7.	Granit kwarcowy, W-y Alandzkie, 1,6 mld	Eratyk przewodni, wygląd lodowcowy	Trawnik w pasie drogi wzdłuż ul. Ryszarda	2,8	0,16	0,44
8.	Gnejsz z tarczy bałtyckiej, 1,2-1,5 mld	Rzeźba zeolizowana, graniak	Piotr Szor ul. Zawiszy 2	3,2 i 2,9	0,11 i 0,1	0,31 i 0,26
9.	Granitognejsz z tarczy bałtyckiej, 1,2-1,5 mld	Powierzchnia lekko zeolizowana	Joanna Sijakto ul. Dąbrowskiego 37	2,45	0,08	0,22
10.	Granit alandzki 1,6 mld i inny z tarczy bałtyckiej	Wygład lodowcowy, kolonizacja porostami	Darczyńca prywatny ul. Anieli 5	1,7 i 1,5	0,05 i 0,09	0,15 i 0,09

Inwentaryzacja: Maria Górka-Zabielska

Glaz narzutowy nr 5 to alandzki granit rapakivi – eratyk przewodni – mający swój obszar alimentacyjny na Wyspach Alandzkich, zlokalizowanych na Bałtyku pomiędzy Sztokholmem a Helsinkami. Z tego obszaru został wyrzuty (wyzarowany) z podłoża potężnymi siłami glacialnymi, włączony w obręb masy lodu i przywieziony na obszar Równiny łowicko-Błońskiej, która rozpościła się na pd.-zach. Mazowszu. Na przełomie paleoproterozoiku i mezoproterozoiku (ok. 1,7-1,54 mld lat temu), w centralnej części tarczy bałtyckiej, doszło do intruzji kilku plutonów (głębiny struktur magmowych) granitów o charakterystycznej strukturze rapakivi. To właśnie wtedy powstała nasza skała nr 5.

Przeglądając się jej z bliska na pewno dostrzemy liczne owoidy, tj. koliste struktury mineralne otoczone cienką obwódką innego mineralu. Wewnątrz każdej struktury rapakivi znajduje się skała potasowa (ortoklaz). Jest on obwidyjony milimetrowej szerokości obręczą skałenia sodowo-potasowego (plagioklazem). Poza skaleniemi, gołym okiem zobaczyć można szare, okrągłe kryształy kwarcu. Warto wziąć do ręki folder, jaki towarzyszy goście, bo na fotografii na stronie tytułowej, autorka zaznaczyła wszystkie te ważne minerały skałotwórcze. Strukturę rapakivi wskazano także na Fot. 2 tego folderu.

Struktura rapakivi ma wysoki walor estetyczny i jest bardzo łatwa do identyfikacji. Przeważający czerwony kolor alandzkiego granitu rapakivi był brany pod uwagę podczas budowy kamiennych obiektów sepulkralnych w pradziejach np. na Pałukach. W epoce kamienia (ok. 5000 lat temu) wznoszono megality z glazów narzutowych. Były one starannie wyselekcjonowane pod względem kolorystyki minerałów (czerwone skałenie potasowe), co miało znaczenie dla podkreślenia wagi składania ofiary.

Mikrorezeba tej części powierzchni bloku skalnego, która zorientowana jest w kierunku Odbiorcy, świadczy, że jest to wygląd lodowcowy, z wykształconymi, co dodatkowo podnosi walor edukacyjny obiektu, rysami połodowcowymi. Powstają one w strefie pod lododolom (a więc subglacialny). Jeśli takie struktury dostrzemy w podłożu skalnym w obszarze macierzystym, zyskujemy pewność dotyczącą kierunku transgresji (nasuwania) lododolu. To bardzo ważny wskaźnik paleogeograficzny, który naukowcy wykorzystują w badaniach odtworzenia kierunku transgresji lododolu plejstoceniowego. Wskaźnik ten wykorzystuje się także na obszarach współcześnie zlodowaczonych, podlegających deglacjacji.

Glaz narzutowy nr 6 to ponownie alandzki granit rapakivi – eratyk przewodni – mający swój obszar alimentacyjny na Wyspach Alandzkich. Przeglądając się powierzchnię skały, dostrzegamy, znaną nam już z wcześniejszych przykładów, jej eolizację, czyli wygładzenie, wyszlifowanie ścian bocznych. Co więcej, glaz narzutowy musiał przez

wetec glazu, nie w sposób nie dostrzec, że jedną ze ścian tworzy wygład lodowcowy.

Numerem 8 oznaczono dwa gnejsy – przykłady skał metamorficznych, których powierzchnia ścian bocznych nosi zapis niszczącego procesu korozji.

Glaz narzutowy nr 9 to granitognejsz, a więc skała, która reprezentuje etap przejściowy pomiędzy wyjściową glębinową skałą magmową a skałą metamorficzną. Eodukt, czyli w tym przypadku granit, nie zdążył przejść pełnego procesu metamorfizacji, bo mógł np. dostać się w strefie obniżonej temperatury albo uściplić nacisk boczny. Skała natychmiast uległa krystalizacji, co obserwujemy dziś w zatrzymanym na pewnym etapie procesie przemiany.

Powierzchnia granitognejsu jest lekko eolizowana, co oznacza, że glaz narzutowy podlegał oddziaływaniu niszczącego procesu korozji w mroźnym, suchym środowisku przedpola kurczącego się lododolu, ale to oddziaływanie na opisany glaz było bardzo ograniczone czasowo.

Wśród dwóch glazów narzutowych oznaczonych nr 10, odnajdziemy z powodzeniem granit alandzki z charakterystycznym, ceglastym ubarwieniem skałeni potasowych. Powierzchnię glazów dotknęła eolizacja – ściany są miejscami wygładzone i oszlifowane.

Podsumowanie

Podsumowując, należy stwierdzić, że ścieżka przyrodnicza jest pierwszym tego typu obiektem w Pruszkowie. Jej głównym celem, w stosunku do mieszkańców Pruszkowa, jest:

- stworzenie miejsca edukacji, rekreacji i wypoczynku,
- przybliżenie dziedzictwa geologicznego regionu, w którym mieszkają,
- uświadomienie, że przeszłość geologiczna zachodniego Mazowsza jest unikalna,
- budowanie tożsamości terytorialnej z regionem,
- zwrócenie uwagi na problem ochrony przyrody niezwykłej.

Wysoki walor edukacyjny projektowanej ścieżki może zostać wykorzystany przez nauczycieli geografii, nauczających w pruszkowskich szkołach podstawowych i średnich. Zgromadzone glazy narzutowe reprezentują wszystkie trzy typy petrograficzne skał, co pozwala przybliżyć procesy geologiczne i geomorfologiczne, które są odpowiedzialne za ich powstanie. Skały noszą zapis także wieloletnich procesów archiwizujących zarówno etap glacialny, jak i etap po wytopieniu się z lododolu. Dobrym wsparciem merytorycznym są ustawione przy ścieżce trzy tablice informacyjne oraz folder, w który można się zaopatrzyć w Dziale Promocji Urzędu Miasta Pruszków. Kod QR ułatwi ściganie większej dawki wiedzy na smartfon, by móc zapoznać się z treścią w późniejszym horyzoncie czasowym.



Fot. 1. Ścieżka przyrodnicza w sąsiedztwie pruszkowskiego roweru miejskiego i siłowni plenerowej – widok od strony ul. B. Głowackiego



Fot. 2. Ścieżka przyrodnicza tworzy kolekcja 12 glazów narzutowych i 3 tablice informacyjne – widok od strony ul. A. Mickiewicza



Fot. 5. Glazy narzutowe otacza pierścień otaczaków pochodzących z mazowieckich rzek



SKARB KIBICA MKS PRUSZKÓW



Wiesław Pośpiech - dziennikarz sportowy
Foto - MKS Pruszków



Już 8 października 2022 jedenaste drużyn przystąpi do rozgrywek sezonu 2022/2023 w Energa Basket Lidze Kobiet. Tytułu bronić będą koszykarki BC Polkowice, a beniaminem jest zespół MKS Pruszków.

TERMINARZ - ROZGRYWKI ENERGA BASKET LIGI KOBIEĆ RUNDA ZASADNICZA - SEZON 2022/2023

1. Kolejka – VBW Arka Gdynia - MKS Pruszków, 08.10.2022, godz. 17:00.
2. Kolejka – MB Zagłębie Sosnowiec - MKS Pruszków, 15.10.2022, godz. ...
3. Kolejka – BC Polkowice - MKS Pruszków, 19.10.2022, godz. 19:00.
4. Kolejka – MKS Pruszków - Enea AZS Politechnika Poznań, 26.10.2022, godz. ...
5. Kolejka – KS Basket 25 Sp. z o.o. Bydgoszcz - MKS Pruszków, 29.10.2022, godz. ...
6. Kolejka – MKS Pruszków - 1KS Ślęza Wrocław, 05.11.2022, godz. ...
7. Kolejka – Polska Strefa Inwestycji Enea Gorzów Wielkopolski, MKS Pruszków, 13.11.2022, godz. 18:00.
8. Kolejka – Pszczółka Polski Cukier AZS-UMCS Lublin - MKS Pruszków, 19.11.2022, godz. ...
9. Kolejka – MKS Pruszków - Energa Toruń, 03.12.2022, godz. ...
10. Kolejka – MKS Pruszków, pauza.
11. Kolejka – SKK Polonia Warszawa - MKS Pruszków, 17.12.2022, godz. ...
12. Kolejka – MKS Pruszków - VBW Arka Gdynia, 21.12.2022, godz. ...
13. Kolejka – MKS Pruszków - MB Zagłębie Sosnowiec, 28.12.2022, godz. ...
14. Kolejka – MKS Pruszków - BC Polkowice, 01.01.2023, godz. ...
15. Kolejka – Enea AZS Politechnika Poznań - MKS Pruszków, 07.01.2023, godz. 17:00.
16. Kolejka – MKS Pruszków - KS Basket 25 Sp. z o.o. Bydgoszcz, 14.01.2023, godz. ...
17. Kolejka – KS Ślęza Wrocław - MKS Pruszków, 21.01.2023, godz. ...
18. Kolejka – MKS Pruszków - Polska Strefa Inwestycji Enea Gorzów Wielkopolski, 04.02.2023, godz. ...
19. Kolejka – MKS Pruszków - Pszczółka Polski Cukier AZS UMCS Lublin, 18.02.2023, godz. ...
20. Kolejka – Energa Toruń - MKS Pruszków, 25.02.2023, godz. ...

21. kolejka – MKS Pruszków. Pauza.

22. kolejka – MKS Pruszków - SKK Polonia Warszawa, 08.03.2023, godz. ...

UWAGA: Z przyczyn nie zależnych od MKS Pruszków, mogą nastąpić zmiany w terminarzu i uzupełnienie brakujących godzin meczy o czym będziemy informowali na bieżąco.

REGULAMIN ROZGRYWEK ENERGA BASKET LIGI KOBIEĆ - SEZON 2022/2023

ETAP 1 – SEZON ZASADNICZY

Drużyny grają systemem każdy z każdym w dwóch rundach (mecz i rewanż). Drużyny, które zajmą miejsca 1-8, będą uczestniczyć w etapie 2 – play off. Drużyny, które zajmą miejsca 9-11, zakończą rywalizację w sezonie. Zespół który zajmie ostatnie miejsce traci prawo gry w EBLK w sezonie 2022/2023.

ETAP 2 – PLAY OFF

I runda – ćwierćfinał do trzech zwycięstw (2-2-1) w parach 1-8, 2-7, 3-6, 4-5. Zwycięzcy zagrają w II rundzie o miejsca 1-4, pokonani kończą rywalizację w sezonie i są sklasyfikowani na miejscach 5-8 w kolejności miejsc zajętych w etapie 1.

II runda – półfinał do trzech zwycięstw (2-2-1) w parach 1/8 – 4/5 oraz 2/7 – 3/6 zwycięzcy zagrają w III rundzie – finał, pokonani grają w III rundzie – o trzecie miejsce.

III runda – o trzecie miejsce – do dwóch zwycięstw (1-1-1) grają pokonani w półfinałach.

III runda – finał do trzech zwycięstw (2-2-1) grają zwycięzcy półfinałów. Tytułu broni BC Polkowice, a dla podopiecznych trenera Bartłomieja PRZELAZŁEGO priorytetem po derbach z SKK POLONIA Warszawa w dniu 08.03.2023 jest miejsce w przedziale 9-10. Wszystko co powyżej będzie ogromnym sukcesem, czego w imieniu społeczności sympatyków MKS Pruszków serdecznie życzymy. Tymczasem już w sobotę 8 października czekamy na pomyślne informacje z Gdyni. Następnie w kolejną sobotę 15 października ze Sosnowca. Wreszcie już w środę 19 października czeka na nasze ulubienie aktualny Mistrz Polski – BC Polkowice. Natomiast także w środę 26 października wszystkie drogi w naszym mieście prowadzą do Hali ZNICK, gdzie po raz pierwszy beniaminek - MKS Pruszków zaprezentuje się pruszkowskim sympatykom podejmując Enea AZS Politechnika Poznań.

Patroni medialni wydarzeń sportowych



Nr 2 – Marta STAWICKA, 10.06.2000, 173 cm, rzucająca/niska skrzydłowa, ostatni klub POLITECHNIKA GDANSKA



Nr 3 – Katarzyna ŚWIEŻAK, 10.06.1999, 185 cm, środkowa, MKS Pruszków.



Nr 4 – Wiktoria M..., 07.09.2002, 180 cm, niska skrzydłowa, MKS Pruszków.



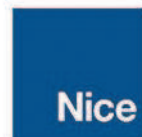
Nr 13 – Magdalena PARYSEK – BOCHNIAK, 27.10.1989, 182 cm, silna skrzydłowa, MKS Pruszków.



Nr 17 – Aleksandra IWANIUK, 26.01.2000, 177 cm, niska skrzydłowa/silna skrzydłowa, MPKK Sokółów SA Sokółów Podlaski.



Nr 20 – Pola DMO..., 04.06.1997, 180 cm, silna skrzydłowa, MKS Pruszków.





PRUSZKÓW - SEZON 2022/2023



Bank Pekao



MAŚLANK,
skrzydłowa
MKS Pruszków



Nr 5 – Kaja GRYGIEL, 13.08.1997, 163 cm, rozgrywająca, MKS Pruszków.



Nr 7 – Karolina ZABORSKA, 26.10.1999, 172 cm, rozgrywająca/rzucająca, MKS Pruszków.



Nr 8 – Sonia FROJDENFAL, 08.03.1998, 160 cm, rozgrywająca, MKS Pruszków.



Nr 9 – Julia BEREZOWSKA (TYSZKIEWICZ), 10.05.1996, 180 cm, niska skrzydłowa, MKS Pruszków.



Nr 11 – Marzena MARCINIAK, 02.05.1991, 183 cm, rzucająca/niska skrzydłowa, MKS Pruszków, kapitan drużyny.



MAŚLANK,
skrzydłowa
MKS Pruszków



Nr 24 – Weronika PAPIERNIK, 04.05.1998, 174 cm, rozgrywająca/rzucająca, MKS Pruszków.



Nr 42 – Marta MAŚŁOWSKA, 21.03.2003, 181 cm, niska skrzydłowa, MKS Pruszków.



Grzegorz Kwasiborski, prezes PGE PrAkademia Koszykówki MKS Pruszków.



Bartłomiej Przelazły, trener MKS Pruszków.



Wojciech Pielech, MKS Pruszków, kapitan drużyny.





Panele i wiatraki

Tekst & foto - Tomasz Suwała, publicysta i blogger

Kryzys energetyczny zbliża się wielkimi krokami. Węgla brak, nie ma czym palić w piecach, w elektrowniach.

– I co tu się dziwić, skoro na początku wieku zamykano kopalnie, to skąd ten węgiel ma być? – Bo węgiel zatruwa planetę – odpowiedział mi młody człowiek i dodał – panele słoneczne, wiatraki... Takie rzeczy powinny być, proszę pana.

Spojrzałem na niego z politowaniem.

– A to pan mówi zapewne ekolog? – spytałem. – Globalne ocieplenie – nie odpowiedział wprost, ale widząc, że nawiedziony – bierze się z zatracenia planety dymem, CO2 i innymi gazami. A palenie węgla jest najgorsze.

– Myślałem, że globalne ocieplenie to z pierdzenia krowy się bierze – lekko z niego zakpiłem.

– Pan sobie żartuje a to poważny temat jest. Pierdzenia nie unikniemy, ale zmiana paliw kopalnych na bardziej ekologiczne pozyskiwanie energii jest jak najbardziej możliwa i może uchronić nas od globalnej katastrofy. A czy pan wie, co się stanie jak lody Arktyki stopnieją pod wpływem ocieplenia? – spytał i sam sobie odpowiedział – Poziom wód podniesie się i większość krajów znajdzie się pod wodą.

– A to widać z fizyką jest Pan na bakier, bo jak lód będący w wodzie stopnieje to poziom wody się nie zmieni – a widząc jego niedowierzanie, wyjaśniałem dalej – Proszę sobie zrobić taki eksperyment. Do szklanki z wodą proszę wrzucić kilka kostek lodu i zaznaczyć poziom wody na szklance a następnie odczekać aż kostki stopnieją i zobaczyć pan, że poziom wody się nie zmieni.

Wyrażnie mi nie dowierzał, więc wyjaśniałem dalej:

– Dzieje się tak, bo woda, bodaj jako jedyna w świecie rozszerza się w dwóch stanach skupienia: kiedy paruje i kiedy zamarza. Wydaje się, że jest jej bardzo dużo, a to wciąż ta sama ilość wody, tyle, że zamarznięta ma większą objętość. Jak stopnieją to wciąż jest jej tyle samo. Nie uczyli w szkole? Coś mu zaczęło świtać, więc zmieniłem front:

– Ale jak lodowce rozmarzną i ich cała woda spłynie do oceanów to też pan będzie sobie kpił? Chciałem żartować, że wtedy wsiąknie w ziemię, ale... Najwyraźniej jednak, młody adwersarz, moją niechęć do dyskusji wziął za rejtę, bo zlapawszy wiatr w żagle zaczął chwalić fotowoltaikę, wiatraki i temu podobne pomysły. Nie mogłem tak zupełnie odpuścić.

– A słyszał pan o pomysły ustawiania turbin wodnych w morzach i oceanach w miejscach gdzie są najsilniejsze prądy wodne? Wysunęli taki pomysł, aby wykorzystywać prąd morski Golfstrom. Wody Atlantyku ocieplone w okolicach Zatoki Meksykańskiej płyną wzdłuż wschodniego wybrzeża Ameryki w kierunku północnym a następnie wypychany masą zimnej wody z okolic Grenlandii skręca w kierunku Europy i płynie między Wielką Brytanią a Islandią i otulający półwysep Skandynawski kończy swój żywot w okolicach Murmańska. To dlatego porty Norweskie i port w Murmańsku nie zamarzają mimo, że są za kołem podbiegunowym. Ktoś jednak podpowiedział, że siła tego prądu morską może zostać osłabiona, ponieważ swoją energię spożytkuje na uruchomienie turbin. Co prawda pozyskana zostanie energia dla światowej gospodarki, ale skutkiem ubocznym może zostać osłabienie ciepłego prądu morską i tym samym niedogrzanie wybrzeża Skandynawii. I okaże się, że zamiast globalnego ocieplenia będzie globalne oziębienie i porty na północ Norwegii i rosyjski Murmańsk zaczną w zimie zamarzać.

Widziałem jak szukał odpowiedzi by tylko obalić moje argumenty:

– A co to ma do paneli słonecznych czy do wiatraków? – oburzył się.

– Skoro prądy morskie mogą być w ten sposób osłabione, co może powodować katastrofalne skutki, to siła wiatrów również może

wygasnąć na skutek spożytkowania ich energii na poruszanie łopát wiatraków. I nie będzie wiatru.

– No to, co? – spytał zaskoczony.

– Proszę się zastanowić. Nie będzie wiatru. Powietrze nie będzie wędrować. Chmury staną w jednym miejscu, bo wiatr ich nie przesunie. Tam gdzie wytworzą się chmury tam tylko będzie padał deszcz i doprowadzi do potopów a tam gdzie chmur nie będzie nastąpi susza. Tam gdzie będzie więcej CO2 tam to zostanie, bo bez wiatru nie się nie wymieszają, drzewa gazu nie wchłoną, zaczęły usychać z jego braku... – widziałem jak otwierają mu się oczy, jak oczami wyobraźni widzi wielkie katastrofy, ulewę, powódzie a gdzie indziej ekstremalne susze i pożary – Absolutna katastrofa, przy której globalne ocieplenie to pikus – dodałem dobijając go.

Jednak młody ekolog nie poddawał się tak łatwo: – Ale fotowoltaika to jest energia odnawialna, ekologiczna.

– Jaka tam odnawialna? No, co pan? Do szkoły pan nie chodził? – roześmiałem się i zacząłem wyjaśniać – To jest drogi panie energia, która jest raz zużyta i koniec, ona się nie odnawia. To tylko jej zasoby wydają się nieprzebrane. Przecież pozyskując czy to ciepło, czy światło ze słońca nie oddajemy temu słońcu już nic. Wciąż nie jest odnawialna. Słońce jest jak reaktor atomowy. Owszem, jego paliwa starczą na długo, ale raz zużyte, do ponownego wykorzystania się nie nadaje. W klasycznej ekonomii istnieją pojęcia: zasoby niewyczerpalne lub dobra wolne i do takich kiedyś należały między innymi woda i powietrze. Owszem, jego paliwa starczą na długo, ale raz zużyte, do ponownego wykorzystania się nie nadaje. W klasycznej ekonomii istnieją pojęcia: zasoby niewyczerpalne lub dobra wolne i do takich kiedyś należały między innymi woda i powietrze. Uważano, że nie trzeba wody oszczędzać, jej zawsze będzie pod dostatkiem, więc można ścieki wpuścić do rzek i tak dalej. Dzisiaj już wiemy, że te zasoby mogą się wyczerpać – widziałem jak kiwa głową ze zrozumieniem, w końcu mówię jego językiem. Zanieczyszczenia mogą jednak zniszczyć powietrze i zatruwać wodę – Ale ciągle nam się wydaje, że energia słoneczna jest niewyczerpalna.

– Jest wyczerpalna – wszedł mi w słowo – ale jej wyczerpanie mierzy się miliardami lat...

– Owszem – zgodziłem się z nim – Jest to tak wielki horyzont czasowy, że dla naszych rozważań można przyjąć, że jest on nieskończenie wielki. Ale proszę spojrzeć na to w inny sposób: do ziemi dociera ileś tam światła niezbędnego dla życia planety. To światło ogrzewa nas, oświetla, dzięki niemu znakomita większość organizmów żyje. Tego światła jest... - tu się chwilę zastanowiłem – jakaś ilość, powiedzmy, że jest to określona ilość i ani więcej ani mniej tyle właśnie tego światła dociera do ziemi. A my poustawiamy panele słoneczne i zabierzemy ileś tam światła, które zatrzyma się na panelach i nie dotrze do ziemi i nie zostanie spożytkowana przez jej organizmy. Oczywiście, jeśli paneli jest niewiele to żadna strata, ale wyobraźmy sobie, że chcemy wszelką energię wytwarzać właśnie z paneli słonecznych, a to już nie jest mała ilość. To mniej więcej tak, jakby nieco słońce przegasło. I jak pan myśli, co się wtedy stanie?

– Nieee – próbował zaprzeczać, ale bez przekonania. A ja kiwałem głową, że tak:

– Globalne oziębienie? Ziemia jako skorupa lodowa? To może tak właśnie wyglądać. I to już teraz trzeba o takich rzeczach myśleć, bo potem, może być za późno.

Młody ekolog wstał i bez słowa, kręcąc głową z niedowierzaniem odszedł. Uff, namieszałem mu w tej jego głowie. Czego oni się teraz uczą w tych szkołach?

– Jak to, czego? – dosiadł się Staś – A że jest 150 tysięcy plci, że elgiebete sretetete, dzendery sredery, że jedno globalne państwo a narody to nazizm, żeby drzew nie ścinać, zwierząt nie jeść i takie tam pierdoły a do prawdziwej roboty to dwie lewe ręce, tylko do szczerkania się nadają.

Spojrzałem na Stasia, który właśnie sięgał do mojej torby po piwo i tak sobie pomyślałem: a kiedy ty Stasiu uczciwie pracowałeś, bo nie pamiętam...

Komentować można na: <https://piorkiemtomkas.blogspot.com>

Zachęceni MELOMANI przybyli w komplecie

Krzysztof Wodniczak - dziennikarz muzyczny
Foto - Stanisław Wróblewski

Po kilku latach przerwy odradza się, niczym feniks z popiołu, festiwal ETNO EKO FEST. Na razie w skromnej koncertowej wersji, ale w przyszłości uda się zorganizować edycję festiwalową.



Do udziału w tym koncercie zaproszeni zostali następujący wykonawcy: Szóstek Band, Małgorzata Głowacka, Anna Hetmańska, Andrzej Brzeg, duet Janusz Musielak i Wojtek Wino Wiński, Wojtek Wardejn. Narratorem był i słowo wstępne wygłosił Krzysztof Wodniczak.

Wykonali oni takie utwory jak m.in. Gdzie strumyk płynie z wolna, Dla Ciebie ziemi, Piosenka o ziemi, Pejażz retrospektywny, Wieczór w pradolinie, Urlop w Lubiatowie, Kocham świat, My chcemy grać w zielone, Hej przeleciał ptaszek, Biedroneczki są w kropeczki, Gdybym ja była słoneczkiem, Wróćmy na jeziora, Kwiaty we włosach, Port to jest piosenka, Terra deflorata, Pamiętacie o ogrodach...

Przypominam, że podłączono się pod światłowód dzień Sprzątanie świata i dlatego wybrano termin ETNO EKO FEST przypadający 26 wrze-

śnia. Był to swoisty element etniczny i ekologiczny.

Spotykaliśmy się o godzinie 17-tej przy ekologicznym muralu przy rogu ul. Słowackiego i Wawrzyniaka. Zrobiliśmy trochę hałasu i przy dźwiękach sekcji dętej (saksofon, trąbka, puźon) plus grający muzykę na werblu udaliśmy się krocząc ulicą Wawrzyniaka do ulicy Jackowskiego. Idziemy prosto do Prochowni. Doszliśmy przy muzyce grającej przez dęciaków utwór Pamiętając...

o ogrodach, weszliśmy do środka i oczekiwaliśmy na koncert popijając ciepłe napoje kawę, herbatę. Doczekaliśmy się pierwszych dźwięków i daliśmy się uwieść przez prowadzącego Krzysztofa Wodniczaka. Występy trwały na 1,5 godzinę. Wszystkie pieśni, ballady piosenki, utwory instrumentalne dotyczyły szeroko pojętej ekologii i muzyki etnicznej. Po nim małe co nieco przygotowane przez gospodarzy Jeżyckiego Centrum Kultury Elżbietę i Karola Wyrebskich. Wsluchując się w koncert doświadczaliśmy pewnej wędrowności w czas dwudziestego wieku. W Muzycznej Prochowni czas się zatrzymał i jesteśmy wdzięczni organizatorom za wspomnienia muzyczne. Oby jak najczęściej trwały takie muzyczne eskapady, a kaskady w wielu formach przejęły wymiar pewnego spinacza. Tworzyły klucz wiolinowy i basowy.





Nawet „fikołek” na trasie nie oznaczał utraty wygranej

Zwycięzca 4. Półmaratonu Lasy nad Utrąą potwierdził maksymę mówiącą o tym, że do trzech razy sztuka. W przeszłości Damian Falandysz był już tu czwarty i trzeci, ale tym razem mimo przeszkód zdołał wygrać. Wśród par najlepiej okazała się Barbara Zaręba z Pruszkowa.

W sobotę 17 września miłośnicy biegania ruszyli w las, aż do utraty sił. W tym roku start i meta ponownie znajdowały się nad zalewem w Komorowie w gminie Michałowice. Łącznie w wydarzeniu wzięło udział 375 osób, z czego setka to były dzieci. Program wydarzenia stale się rozrasta i tym razem oprócz biegu głównego i tego na 5 km, pobięła też sztafeta półmaratońska.

Trasa w większości prowadziła drogami leśno-sztutowymi. Jedynie początkowy i końcowy fragment stanowił asfaltowy odcinek, którym trzeba było dobiec w kierunku lasu. Zawody oparte były m.in. o rekreacyjne trasy „Biegnij – Jedź – Maszeruj”, które przygotowane są dla mieszkańców gminy Michałowice i nie tylko. Uczestnicy biegu na 5 km mieli do pokonania jedno okrążenie, a półmaratonu cztery.

Sygnał do rozpoczęcia zmagania dała wójt Małgorzata Pacheczka, a na zwycięzców biegu na 5 km nie trzeba było długo czekać. Wśród mężczyzn najlepszy był Filip Chyłkowski z czasem 17:54. Natomiast wśród par, tak jak przed rokiem wygrała 16-letnia Eliza Galińska z wynikiem 18:17. Młoda biegaczkę wyprzedziło tylko dwóch mężczyzn.

Godzinę później na trasę wyruszyli uczestnicy półmaratonu i sztafety. Pogoda dopisała biegaczom, bo nie było zbyt ciepło. Walka o pierwsze miejsce zrobiła się bardzo zaciekła, a liczyło się w niej tylko dwóch uczestników. Drugi zawodnik ubiegłorocznej edycji

Półmaratonu Lasy nad Utrąą – Daniel Pluta przez długi czas prowadził wykorzystując wywrotkę Damiana Falandysza. Ultramaratończyk z Pruszkowa zdołał jednak odrobić straty i na ostatniej rundzie wyszedł na prowadzenie.

Mimo różnych perypetii Damian Falandysz wygrał z czasem 1:17:38. Biegający tuż za nim Daniel Pluta jeszcze zatrzymał się na ostatniej prostej, żeby złapać córkę za rękę i razem przekroczyli metę. Na trzeciego uczestnika trzeba było poczekać blisko 10 minut. Podium uzupełnił Łukasz Korbacz z wynikiem 1:28:47.

– Zawsze muszą być jakieś przygody. Zwykle biegam takie dystanse jak 100 km, a to tam perypetie są cały czas. Musiałem dodać trochę dramaturgi. Trasa była super oznaczona i przygotowana. Pogoda do biegania też była idealna. Ale na 7 km gdy dobiegłem do lidera, to zrobiłem fikołka i skrzyłem lekko nogę. Trzeba było się otrząść i lecieć dalej. Goniłem tak dwie pętle kolegę i na ostatniej rundzie bieglismy już razem „na żyłki”. Wytrzymałem tempo i udało się wygrać. Bardzo się z tego cieszę – relacjonował uśmiechnięty Damian Falandysz.

Nieco mniej emocji było w biegu kobiet. Tu pewnie zwyciężyła Beata Zaręba z czasem 1:42:55, dla której było to dobry sprawdzian przed Maratonem Warszawskim. Na drugiej pozycji uplasowała się reprezentantka AZS Warszawa – Anna Sobianek z wynikiem 1:45:28. Co ciekawe był to dla niej dopiero drugi półmaraton w życiu po Półmaratonie Warszawskim w 2012 roku. Na trzeciej pozycji uplasowała się Anna Ślusarczyk pokonując ponad 21 km w 1:45:39.

– Mam na koncie już kilkanaście półmaratonów, ale to mój drugi start w gminie Michałowice. Biegło się bardzo fajnie, bo był lekki wiatr i chłód. Jestem zadowolona ze swojego wyniku, bo za tydzień biegnę



maraton i to był dobry trening. To było takie ostatnie moje długie wybieganie. Mogłam też samemu zrobić taką jednostkę, ale tu była większa mobilizacja, żeby walczyć na każdym kilometrze. Często biegłam sama, albo z jakimiś paniami. Nikogo nie goniłam, tylko biegłam swoje – opowiadała Beata Zaręba, zwyciężczyni biegu.

W sztafetach mężczyzn zwyciężyła ekipa Kojoty Team (1:36:18), w sztafetach kobiecych najlepsze były Rozbiegane Michałowiczanki (1:39:00) i sztafeta mieszanych triumfowała Big Bad Wolf (1:33:10). Przyznano też nagrody dla najszybszych mieszkańców gminy Michałowice i w kategoriach wiekowych.

Na wszystkich czekały pamiątkowe medale. Posilić się można było w stoisku Koła Gospodyń Wiejskich, a zmęczone mięśnie rozluźnić w strefie masażu przygotowanej przez Specjalistyczne Centrum Rehabilitacji Vita. Na uczestników biegu dzieci czekała wata

cukrowa i bez cukrowania można uznać, że impreza była udana.

WYNIKI 5 KM – kobiety
1. Eliza Galińska -18:17
2. Lena Suchowolak 19:30
3. Oliwia Ryśka 21:12
WYNIKI 5 KM – mężczyźni
1. Filip Chyłkowski – 17:54

2. Krzysztof Wójcik - 18:05
3. Marcin Gruza – 18:37
WYNIKI 21 KM – kobiety
1. Beata Zaręba – 1:42:55

2. Anna Sobianek – 1:45:28
3. Anna Ślusarczyk – 1:45:39
WYNIKI 21 KM – mężczyźni
1. Damian Falandysz – 1:17:38
2. Daniel Pluta – 1:18:
3. Łukasz Korbacz 1:28:47

Pijawki są paskudne? Być może... Za to leczą i są skuteczne

Hirudoterapia, czyli leczenie przy pomocy pijawki lekarskiej było znane już w starożytnym Egipcie. Przeżywało swój renesans w średniowieczu, a później w XIX wieku, szczególnie we Francji i Wielkiej Brytanii. Medycy zalecali je na wszystkie choroby, a nawet przewencyjnie osobom zdrowym. W tych czasach pijawki były się wręcz modne. Stosowano je nie tylko w celach leczniczych, ale również używały ich kobiety wierząc, że poprawiają w ten sposób swoją urodę.

Jak się okazało, nie było to wierzenia bezpodstawne. Obecnie również kobiety coraz chętniej sięgają po tę naturalną metodę poprawiającą stan i wygląd skóry.

W wieku XX, kiedy na rynek weszły leki przeciwbólowe oraz antybiotyki, zainteresowanie pijawkami spadło.

Obecnie dzięki przeprowadzonym badaniom wykazano, że leczenie pijawką lekarską nie jest zabobnem i ma swoje uzasadnienie naukowe. Wiemy już, że nie samo wypicie krwi przez pijawkę ma największe znaczenie, a to, co wypuszcza do ludzkiego organizmu. Naukowcy wyizolowali ze śliny pijawki ok. 200 różnych enzymów czynnych biologicznie i farmaceutycznie, z hirudyną na czele, która wykazuje się silnym działaniem przeciwzakrzepowym i co ważne, nie wykazuje działań ubocznych.

Nie sposób wymienić tu wszystkich enzymów i ich właściwości – lista jest długa, a nadal trwają badania naukowe, które z pewnością jeszcze poszerzą naszą wiedzę na temat możliwości leczniczych tych małych zwierzątek. Najważniejsze to egliny, wykazujące działanie przeciwbólowe, hamujące produkcję wolnych rodników; czynnik przeciwkrwotoczny PC-LS – odpowiedzialny za regulację ciśnienia krwi; czynniki analityczne, które wykazują działanie przeciwbólowe oraz powodujące wydzielanie endorfin; esteraza cholesterolowa i triglicerydaza, które regulują poziom cholesterolu i triglicerydów;

hementyna i hementeryna rozpuszczające istniejące zakrzepy; destabilizująca działająca przeciwzakrzepowo oraz stymulująca wzrost komórek nerwowych, a także niszcząca ściany komórek bakterii i nie pozwalająca im się rozwijać.



Czy pijawka jest zatem dobra na wszystko? Zajmująca się hirudoterapią Beata Siuda, przyjmująca w gabinecie Instytutu FizioEstetica w Pruszkowie, stosuje tę metodę u pacjentów z wieloma problemami zdrowotnymi. Najczęściej zgłaszają się osoby cierpiące na żylaki, hemoroidy, bóle stawów i kregosłupa, z obrzękami i krwiakami po urazach sportowych. Pijawki są bardzo pomocne również w bólach migrenowych, wnie kulszowej, chorych

zatkach i problemach skórnych. Działają również przeciwdrobnoustrojowo i poprawiają jakość snu. Pomagają w dojściu do dobrej kondycji po przebytych chorobach układu oddechowego, również po Covid-19. Zaleca się je przy nadciśnieniu, powi-

burzenia krzepliwości krwi oraz anemii, ciąży, choroby nowotworowe.

Czy warto zaryzykować i udać się do hirudoterapeuty? Wiele osób z dużym dystansem odnosi się do pijawek – nie ma ona miłego wyglądu i źle się kojarzy – jest synonimem wyzyskiwacza...a całkiem niesłusznie, ponieważ zabiera tylko od 5 do 15 ml krwi a w zamian daje dobre samopoczucie, zdrowie oraz ulgę od bólu. Każdy, kto przełamał w sobie lęk i obrzydzenie i poddał się terapii pijawkami, szybko zmienia zdanie na ich temat.

Pijawki przystawia się w różnych miejscach na ciele, w zależności od potrzeby. Istnieją jednak punkty, od których zazwyczaj terapia się zaczyna, tzw. miejsca ogólnego przystawiania czyli pępek, kość ogonowa oraz wątroba. Pomaga to w dalszej terapii i wpływa na pozytywnie na cały organizm. Po zabiegu, w miejscu ukąszenia pojawia się krew, która może sączyć się nawet dwa dni.

Każda pijawka użyta do leczenia pochodzi z certyfikowanej hodowli. Nie pobiera się ich ze środowiska naturalnego, gdzie są objęte ścisłą ochroną gatunkową. Hodowla odbywa się w warunkach laboratoryjnych, bez kontaktu ze środowiskiem zewnętrznym. Każda pijawka może być użyta przez terapeutę tylko raz, po czym jest usypiana w alkoholu i poddawana utylizacji przez firmę specjalizującą się w utylizacji odpadów medycznych.

Instytut FizioEstetica
ul. Focha 4,
05-800 Pruszków,
tel.: +48 781 162 320
Strona FB: Hirudoterapia
Beata Siuda



Losy pruszkowian na tle wielkiej historii

Z Sambora do Pruszkowa przez Bliski Wschód, Włochy i Szkocję

Marian Skwara - historyk, pisarz
Foto - zbiory Krystyny Idzikowskiej

W dokumentach zawarcia małżeństwa starszych pruszkowian – tych, którzy rejestrowali zawarcie małżeństwa w miejscowym Urzędzie Stanu Cywilnego – widnieje podpis Natalii Skawińskiej, kierowniczką pruszkowskiego USC od 1946 roku do połowy lat 70. Urząd ten najpierw mieścił się przy ulicy Kraszewskiego w budynku, który stał w miejscu obecnego bloku nr 11 (naprzeciw policji), była to siedziba magistratu przeniesiona tam jeszcze w czasie wojny z ulicy Stalowej. Później sam USC został przeniesiony na ulicę Kościuszki do domu nr 45, tj. naprzeciw SDH.

Natalia Skawińska zmarła w 1980 roku, jednakże głównym bohaterem tego tekstu jest jej mąż, Czesław Skawiński, który zmarł dużo wcześniej, w 1955 roku, w następstwie komplikacji związanych z raną odniesioną w bitwie pod Monte Cassino i został pochowany na pruszkowskim cmentarzu. Zawarte poniżej informacje pochodzą ze wspomnień jego córki Krystyny oraz z dokumentów opracowanych wspólnie z mężem, Jarosławem Idzikowskim. Dzisiaj nie ma możliwości odzwierciedlenia wielu istotnych szczegółów życia Czesława Skawińskiego z okresu do 1939 roku, a także wojennej drogi jako żołnierza Polskich Sił Zbrojnych na Zachodzie. Wojna, kilkukrotne przeprowadzki, jego śmierć w zaledwie 48 roku życia, wszystko to nie sprzyjało dokumentowaniu historii rodziny.



Plut. Czesław Skawiński. Poniżej jego „nieśmiertelnik”, odznaka pamiątkowa za Tobruk i krzyż pamiątkowy za Monte Cassino



Czesław Skawiński urodził się Strzemieszyczach (obecnie w obrębie Dąbrowy Górniczej) w 1908 r. O jego najwcześniejszych latach wiadomo jedynie, że uczęszczał do szkoły średniej o nazwie Czeroletnia Męska Szkoła Handlowa Tomasza Płockiego w Sosnowcu, a świadczą o tym medale z nazwą tej szkoły, jakie otrzymał za zwycięstwa w pięcioboju. W 1934 roku 26 letni Czesław ożenił się z o rok młodszą Natalią Stępniańską, pochodzącą z Sosnowca. Na ich weselu w Sosnowcu skojarzyła się inna para, brat Czesława, Józef i siostra Natalii, Anna. W ten sposób bracia Skawińscy zostali własnymi szwagrami, a siostry Stępniańskówny szwagierkami. W 1935 roku rodzi się syn Jerzy, a zaraz potem młodzi małżonkowie przenoszą się do Sambora, powiatowego miasta oddalonego o 50 km na południowy zachód od Lwowa; można przypuszczać, że tam Czesław znalazł zatrudnienie.

Wybuch wojny, zmobilizowany Czesław znalazł się wśród tych żołnierzy, którym we wrześniu 1939 udało się przedostać się przez Rumunię na Zachód, aby potem kontynuować wojowanie z Hitlerem w polskich formacjach pod sojuszniczym dowództwem. Skawińscy wtedy pewnie nie przeczuwali, że wojenna rozłąka potrwa ponad siedem lat.

1939 - z Sambora do Pruszkowa

Natalia Skawińska wraz z małym synem i siostrą Janiną w pierwszych tygodniach wojny z Sambora przedostaje się do Strzemieszycz, gdzie mieszkał jej brat Stanisław, który pracował na kolei. Nie jest jasne w jakich okolicznościach odbyła się ta przeprowadzka, ale skądinąd wiadomo, że jesienią 1939 r. na mocy podpisanego 28 września w Moskwie porozumienia niemiecko-sowieckiego „O granicach i przynależności” przez kilka tygodni była dozwolona wymiana ludności; chodziło głównie o etnicznych Niemców i Ukraińców, ale źródła poświadczają, że skorzystali na tym i niektórzy Polacy, którzy znaleźli się po wschodniej stronie kordonu.

Mąż wspomnianej Janiny, siostry Natalii, August Łącki, też został zmobilizowany, ale przepadł bez wieści, a więc prawdopodobnie zginął. Ona sama została kaleką w następstwie postrzału w nogę; strzelił do niej Niemiec, kiedy ją dostrzegł w niedozwolonym miejscu w czasie godziny policyjnej. Natalia miała dwie siostry i dwu braci. Jej drugi brat, Marian Stępniań, najmłodszy z rodzeństwa, również walczył z Niemcami i poległ jako żołnierz AK w powstaniu warszawskim. Na liście powstańców jest jego biogram: I Obwód Śródmieście „Radwan” - IV zgrupowanie „Gurt” - 2. kompania - pluton 140, „zmarł w wyniku odniesionych ran” 24 września 1944.

W 1943 roku Natalia Skawińska jeszcze raz się przeprowadza, tym razem do Pruszkowa. Została pruszkowianką w następstwie podobnych okoliczności jakie od lat prowadziły do zamieszkania w naszym mieście wielu ludzi z różnych stron Polski, mianowicie w związku z zatrudnieniem na kolei. Wprawdzie to nie ona sama, ale kolejajarem był nie tylko jej własny brat Stanisław, ale także brat jej męża, Józef, żonaty - jak już wiemy - z jej siostrą Anną. Ci ostatni zamieszkał w Pruszkowie jeszcze przed wojną przy ulicy Klonowej 29 (dzisiaj Daszyńskiego) i do ich mieszkania sprowadziła się Natalia z synem Jerzym i siostrą Janiną. Upływał już czwarty rok bez wieści od męża i tak było do zakończenia wojny.

Małżonkowie odnaleźli się, to jest najpierw nawiązali listowny kontakt za pośrednictwem Czerwonego Krzyża, dopiero w grudniu 1946 roku. Natalia dowiedziała się, że mąż jest w obozie dla polskich żołnierzy w Wielkiej Brytanii, a Czesław, że żona z synem są bezpieczni u brata w Pruszkowie. W pierwszych dniach stycznia Czesław przez Gdańsk dotarł do Polski i pojawił się w Pruszkowie. Życie zaczęło się od nowa. Na szczęście wojskowego repatrianta nie spotkały poważniejsze represje (może byłoby inaczej, gdyby był oficerem), dostał pracę w urzędzie miejskim, zapewne dzięki wstawiennictwu żony. W lutym 1948 roku rodzina się powiększyła, urodziła się córka Krystyna. Na krótko przed tym wydarzeniem Skawińscy mogli wyprzeć się od krewnych do przydzielonego z



Kąpiel w jeziorze Genezaret, 1940

kwaterek mieszkania na ul. Cedrowej (obecnie Obrońców Pokoju). Ale jak już było sygnalizowane, w 1954 roku dała o sobie znać rana odniesiona w bitwie pod Monte Cassino, wdały się komplikacje i po ciężkiej chorobie w listopadzie 1955 roku Czesław Skawiński zmarł.

Z Sambora do Palestyny

Nasz bohater nie pozostawił żadnych spisanych relacji dotyczących swego szlaku bojowego i ciąg wydarzeń dotyczących można jedynie na podstawie wojskowych dokumentów w rodzaju zaświadczeń, legitymacji, odznaczeń oraz kilkudziesięciu fotografii. Te ostatnie są małoobrazkowe i niezbyt dobrej jakości, ale na szczęście wiele z nich jest opisanych na odwrocie.

Z powyższych dokumentów wynika, że wiosną 1940 roku Czesław Skawiński znalazł się na Bliskim Wschodzie, choć nie wiadomo jaką drogą tam trafił. W każdym razie dostał broń do ręki jako żołnierz Brygady Strzelców Karpackich dowodzonej przez wówczas pułkownika, a wkrótce generała Stanisława Kopańskiego. Brygadę zaczęto formować w kwietniu 1940 roku w Syrii, w ramach francuskiej Armii Lewantu, na podstawie porozumienia między rządem polskim i francuskim. Syria była wówczas francuskim terytorium mandatowym, a sąsiednia Palestyna brytyjskim terytorium mandatowym. Po kapitulacji Francji w czerwcu tegoż roku dowódca Armii Lewantu opowiedział się po stronie kolaboracyjnego rządu marszałka Petaina, ale Polacy nie dali się rozbroić i internować (mieli sprzymierzeńców we francuskim sztabie), przeszli do Palestyny przyjęci z otwartymi rękami przez Brytyjczyków i zmienili mundury na brytyjskie.

Nie wiadomo czy Skawiński znalazł się w składzie brygady jeszcze w Syrii, ale na pewno był już w Palestynie. Najwcześniejsze zdjęcia w zbiorze pochodzą z 1940 roku i pokazują sceny z Palestyny, w tym jedno z nich przedstawiające grupę żołnierzy przy drodze z samochodem i Arabem na wielbłądzie w tle, jest podpisane „Latrun, Palestyna, rok 1940”. Na wzgórzu Latrun, położonym kilkanaście kilometrów na zachód od Jerozolimy, oprócz ruin zamku krzyżowców oraz budynków klasztoru trapiistów, znajdował się fort, wtedy być może dopiero w trakcie budowy, jeden z kilkudziesięciu jakie Brytyjczycy zbudowali po arabskiej rewolucji 1936-39. Tam właśnie ulokowana została polska brygada i tam do jesieni był kontynuowany proces formowania i szkolenia.

Fort w Latrun był obiektem policyjnym, z koszarami, więziennymi celami i Polakom na pewno uświadamiono, choćby ze względów bezpieczeństwa, że przygotowując się do walki z Niemcami znaleźli się w samym środku innego, trójstronnego konfliktu. Po likwidacji osmańskiego imperium Arabowie dążyli do utworzenia własnego państwa obejmującego Palestynę i czynnie występowali przeciw naphywowi Żydów. Ci ostatni od lat, a szczególnie od 1917 roku, metodami legalnymi i nielegalnymi dążyli do zwiększenia swej liczebności i stanu posiadania w Palestynie. Między jednymi i drugimi dochodziło wielokrotnie do mniejszych i większych krwawych starć. Brytyjskie władze mandatowe starały się jakoś panować nad sytuacją narażając się jednym i drugim będąc przy tym obiektem zbrojnej agresji, głównie ze strony Arabów, ale i także ze strony najbardziej radykalnych ugrupowań żydowskich.



Palestyna, 1940



1940 - szkolenie i pielgrzymowanie

Zmieniły to jest opis najwcześniejszego zdjęcia. Przedstawia ono żołnierzy – jedni w kąpielówkach, inni całkiem na gołasa – podpisane „Kąpiel w jeziorze Genezarët, Samakh, dn. 4 VI 1940 r”. Samakh, to nazwa arabskiej wioski rybackiej położonej na skrajnie południowym odcinku brzegu jeziora. Wioska ta już nie istnieje, zamieszkujący ją Arabowie uciekli na wschód w wyniku wojny żydowsko – arabskiej w 1948 roku.

Z natury rzeczy większość polskich żołnierzy przybyło do Palestyny ze swoją ukształtowaną chrześcijańską tożsamością, więc pojawiająca się wielokrotnie w Ewangeliach nazwa jeziora Genezarët, inaczej Morza Galilejskiego, oraz innych miejscowości w Galilei, gdzie według Ewangelii Jezus się wychował, dorósł i zaczął prowadzić działalność publiczną, musiało wywoływać u wielu z nich silny rezonans. Zresztą na pewno nie omieszkali im o tym przypominać wojskowi kapelani. Zdjęcia dowodzą, że dowództwo brygady organizowało w lecie 1940 wycieczki żołnierzy po tych miejscach. Byli w położonym na północnym wybrzeżu Kafarnaum, które jest po Jerozolimie najczęściej wymienianą miejscowością w Ewangeliach, zwiedzili ruiny synagogi, gdzie Jezus miał nauczać, a z nadbrzeżnych wiosek rybackich rekrutować się czterech apostołów, a z samego Kafarnaum piątą, Mateusza celnika. Pobliskie wzgórze miało być miejscem, gdzie Jezus wygłosił kluczowe dla Ewangelii Kazanie na Górze. Zwiedzili również sanktuarium w położonych ponad 20 km na zachód od jeziora Nazarecie i Kanie Galilejskiej oraz na położonej w pobliżu Górze Tabor, miejsca gdzie według chrześcijańskiej tradycji miało się odbyć opisane w dwu ewangeliach Przemienienie Pańskie.

1941 - obrona Tobruku

Kilka zdjęć z Aleksandrii i okolic, w tym z widokiem na morze, datowanych na jesień 1940 roku, dowodzą że Skawiński należał do tej części brygady, którą w październiku 1940 skierowano do zachodniego Egiptu w związku z ofensywą armii włoskiej z baz w Cyrenajce, (nazwa włoskiej kolonii we wschodniej Libii) z zamiarem opanowania Kanału Sueskiego. Polacy nie zostali skierowani na pierwszą linię frontu ze względu na to, że Polska nie była formalnie w stanie wojny z Włochami, ich zadaniem była rozbudowa pozycji obronnych, osłona linii komunikacyjnych oraz pilnowanie włoskich jeńców.

Sytuacja zmieniła się w 1941 roku, kiedy w reakcji na rozbicie Włochów w Cyrenajce Hitler wystąpił do Libii korpus ekspedycyjny, osławiony Afrika Korps gen. Erwina Rommla, który zmusił Brytyjczyków do defensywy. W tej części teatru wojny, to jest na libijskim wybrzeżu, strategiczne znaczenie miał odebrany Włochom portowy Tobruk. Do trwającej od kwietnia do grudnia obrony oblężonego Tobruku Polacy zostali włączeni w końcu sierpnia luzując wyczerpaną dywizję australijską. Obrona Tobruku była najbardziej znaną operacją w szlaku bojowym brygady - w międzyczasie przeorganizowanej i przemianowanej na Samodzielną Brygadę Strzel-

ców Karpackich – ale niestety w dokumentach Skawińskiego o jego udziale świadczą tylko metalowa odznaka z nazwą Tobruk, oraz zaświadczenie o uprawnieniu do noszenia „Gwiazdy Afryki”.

Przybycie Andersa

W marcu 1941 brygada została wycofana z frontu na pustyni libijskiej i skierowana znowu do Palestyny, gdzie w maju znowu doszło do reorganizacji; połączono ją z przybyłymi z ZSRR dwoma dywizjami armii Andersa tworząc nową formację: 3 Dywizja Strzelców Karpackich. Dowódcą był nadal gen. Stanisław Kopański, a od sierpnia 1943 roku gen. Bronisław Duch. Odbityo się to w ramach szerszej reorganizacji. We wrześniu 1942 z wszystkich jednostek na Bliskim Wschodzie, tych obecnych tu od 1940 roku i tych przybyłych z Andersem z ZSRR, utworzono Armię Polską na Wschodzie. W ten sposób doszło do połączenia w jeden organizm Polaków o zupełnie odmiennych doświadczeniach. Przybyli z Rosji, których stanowił większość w nowej formacji, mieli za sobą bolesne przeżycia pobytu w łagrach, sowchozach, byli wyniszczeni fizycznie i psychicznie, bez obicia bojowego. Natomiast Skawiński i jego koledzy zdążyli już nabyć bogate wojenne doświadczenie, mieli doskonałe kontakty z innymi brytyjskimi formacjami, przede wszystkim z Australijczykami, psychicznie byli swobodniejsi na tle steranych przybyszów z „nieludzkiej ziemi”. Poza tym istniała różnica w wykształceniu, Brygada Strzelców Karpackich wyróżniała się wśród polskich formacji najwyższym poziomem wykształcenia swych żołnierzy (co czwarty miał wykształcenie wyższe lub średnie) oraz najwyższym odsetkiem oficerów. Natomiast w Rosji duża część polskiej kadry oficerskiej została wymordowana w Katyniu i innych obozach. Po zakończeniu wojny ta różnica doświadczeń miała również wpływ na decyzję „wracać czy nie wracać”, jakie musieli podejmować zdemobilizowani w Wielkiej Brytanii żołnierze Polskich Sił Zbrojnych na Zachodzie. Ci, którzy mieli okazję na własnej skórze doświadczyć realiów budowy komunizmu w Rosji, byli najmniej skłonni wracać do ojczyzny znajdującej się pod sowieckim butem.

1943 - ekspedycja do Iraku

Dopiero w tej fazie dowiadujemy się więcej szczegółów o wojskowej przynależności Czesław Skawińskiego. Miał stopień plutonowego, był artylerzystą w pułku o nazwie 3 Karpacki Pułk Artylerii Przeciwlotniczej Lekkiej. W składzie tej dywizji było pięć pułków artylerii. Pułk Skawińskiego był formowany w miejscowości Beit Jirja, położonej kilkanaście kilometrów od Gazy. Dowódcą pułku był płk Leon Przybytko. Jego adiutant, porucznik, a potem kapitan Aleksander Żabczyński (1900 – 1958), wart jest krótkiego przybliżenia. Był on jednym z najpopularniejszych aktorów teatralnych, filmowych i kabaretowych międzywojennego dwudziestolecia, między innymi zagrał w filmach *Ada! To nie wygoda*, *Pani minister tańczy*, *Zapomniana melodia*. Wyłansował wiele przebojów, w tym *Całuj*



Latrun, 1940

twoją dłoń, madame. Został ranny, podobnie jak Skawiński, w bitwie pod Monte Cassino.

W 1943 roku dywizja przeszła z Palestyny do Iraku, który wprawdzie od 1932 roku był formalnie niepodległym państwem, ale na podstawie dwustronnej umowy Wielka Brytania zachowała tam znaczne wpływy dotyczące baz wojskowych i eksploatacji pól naftowych, co miało strategiczne znaczenie dla brytyjskiego wysiłku wojennego, a także imperialnych interesów. W 1941 roku zwolennicy orientacji pronieemieckiej urządzili nieudany zamach stanu przeciw Brytyjczykom. Obecność Polaków w tym kraju można rozumieć jako wzmocnienie brytyjskiej kontroli nad krajem. Byli rozlokowani w różnych miastach, w tym także w Mosulu, co poświadcza jedno zdjęcie w zbiorze Skawińskiego przedstawiające kilku oficerów z opisem „dowództwo III – Dyonu w Mosulu, 1943”. Można się domyślać, że to dywizjon Skawińskiego. W internecie można znaleźć informację, że jego artyleryjski pułk w połowie grudnia przesunięto w okolice Mosulu w celu ochrony rurociągów przed dywersją.

1944 - kampania włoska

W tym czasie Niemcy zostali już wyparci z Afryki, w lipcu 1943 alianci wylądowali na Sycylii, a we wrześniu na wybrzeżu kontynentalnych Włoch. Pod koniec tego roku doszło do przerzucenia z Bliskiego Wschodu na południowo-europejski teatr także polskich formacji, które jeszcze raz przeformowano tworząc 2 Korpus Polski pod dowództwem gen. Andersa. Podstawowymi jednostkami składowymi była 3 Dywizja Strzelców Karpackich, 5 Kresowa Dywizja Piechoty, 2 Grupa Artylerii i 2 Warszawska Brygada Pancerna, w sumie ponad 50 tys. żołnierzy.

Czesław Skawiński uczestniczył ze swoim pułkiem we wszystkich najważniejszych bitwach kampanii włoskiej, najpierw nad rzeką Sangro

w pobliżu wschodniego wybrzeża kraju, potem w bitwie pod Monte Cassino, dalej w bitwie o Anconę, wreszcie w zdobyciu Bolonii, gdzie w kwietniu 1945 roku artylerzyści oddali ostatnie salwy w tej wojnie. Ten okres szlaku bojowego naszego bohatera jest najsłabiej udokumentowany. Nic nie wiemy o jego udziale w bitwie pod Monte Cassino poza brązowym krzyżem pamiątkowym i legitymacją do niego, oraz drugą legitymacją, że jest uprawniony do noszenia „odznaki za rany, z jedną gwiazdką”. Ranny został – według relacji córki – odłamkiem w plecy.

1946 - ostatni etap, Szkocja

Po zakończeniu działań wojennych pułk pełnił służbę wartowniczą w różnych regionach Włoch, a w połowie 1946 roku przetransportowany do Wielkiej Brytanii i rozformowany. Z dokumentów repatriacyjnych wynika, że po demobilizacji z wojska Skawiński znalazł się w obozie dla polskich żołnierzy w szkockim mieście Cumnock. W starych koszarowych barakach w czasie wojny był obóz dla niemieckich jeńców, a w 1946 urządzono Polish Resettlement Corps, czyli Polski Korpus Rozmieszczenia, którego celem było pomóc byłym żołnierzom w rozpoczęciu nowego życia. Oparto to było na założeniu, że wielu z nich nie będzie chciało wracać do kraju ze względu politycznych i faktycznie większość nie wróciła. Organizowano im naukę języka angielskiego, kursy różnych zawodów, mieli możliwość emigracji do Kanady, Australii, Nowej Zelandii, Południowej Afryki, byli i tacy którzy żenili się z miejscowymi dziewczynami i urządzali się na miejscu jako poddani JKM Jerzego VI. W Cumnock Czesław Skawiński dowiedział, że jego rodzina nie została w Samborze, ani nie została wywieziona na Syberię, ale jest bezpieczna w Pruszkowie. Miał gdzie wracać.



Agami koło Aleksandrii, 1941



Irak, msza połowa. 1943



Kampania włoska, 1944



NATURMED Ośrodek Medycyny Manualnej i Osteopatii (od 1992 r.)

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

WAŻNA INFORMACJA!

LIKWIDOWANIE BÓLU – BEZ LEKÓW



- Bark, szyja, wszystkie odcinki kręgosłupa.
- Drętwienie nóg i rąk, bóle nagłe i przewlekłe, „łokieć tenisisty”, „kolano skoczka”.
- Specjalistyczne usuwanie bólu kręgosłupa u kobiet w ciąży i po porodzie.

**WYJĄTKOWA SZANSA DLA OSÓB, KTÓRE NIE
MOGĄ LUB NIE CHCĄ SIĘ OPEROWAĆ,
A LECZENIE LEKAMI JEST NIESKUTECZNE!**



Skarb Kibica MKS Znicz Basket Pruszków

Adam Wall - dziennikarz sportowy
Foto - Adam Litwiniuk



Dane o klubie

Adres: ul. Bohaterów Warszawy 4,
05-800 Pruszków
Telefon: +48 691 270 705
Internet: www.zniczbasket.pl
E-mail: zarzad@zniczbasket.pl

Barwy: brak
Prezes Zarządu: Dominik Czubek
Rok założenia: 2005

Sukcesy: 3. miejsce w pierwszej lidze w sezonie 2011/2013, 5. miejsce w pierwszej lidze w sezonie 2006/2007, Niespodzianka InPlus w sezonie 2011/2012, 2015/2016, 2017/2018, 2019/2020, 2020/2021.

Hala

Adres: MZOS ul. Bohaterów Warszawy 4,
05-800 Pruszków
Pojemność: 3000 - miejsc siedzących
Powierzchnia parkietu: 2 100 m kw.

Kadra MKS Znicz Basket Pruszków

w sezonie 2022/2023

Numer/Imię i nazwisko/Data urodzenia/wzrost/
pozycja na boisku

34. Łukasz Bonarek, 14.08.1993 (29), 201 cm, niski skrzydłowy/silny skrzydłowy,
24. Bartosz Chudek, 21.04.2007 (15), 188 cm, silny skrzydłowy,
45. Maciej Czerny, 19.12.1999 (22), 197 cm, niski skrzydłowy,
9. Kamil Czosnowski, 07.06.1995 (27), 176 cm, rozgrywający,
8. Szymon Frojdenfal, 20.07.2003 (19), 183 cm, rozgrywający/rzucający,
11. Patryk Jasiński, 22.10.1996 (25), 185 cm, rzucający,
22. Kacper Kępa, 12.07.2002 (20), 176 cm, rozgrywający/rzucający,
23. Kacper Król, 10.02.2007 (15), 187 cm, niski skrzydłowy,
3. Hubert Miłak, 11.10.1998 (23), 190 cm, rzucający/niski skrzydłowy,
Jakub Moczarski 15.03.2007 (15), 178 cm, rzucający,
14. Maciej Piekłak 06.03.1991 (31), 188 cm, rozgrywający/rzucający,
49. Bartosz Proczek 20.02.2000 (22), 194 cm, niski skrzydłowy/silny skrzydłowy,
72. Mateusz Szwed 01.01.1991 (31), 200 cm, silny skrzydłowy/srodkowy,
44. Marek Zarychta 02.06.2007 (15), 180 cm, rozgrywający.

Sztab Szkoleniowy:

Michał Spychała - I trener
Paweł Curył - II trener
Dominik Czubek - II trener
Dorota Auguściak - opieka medyczna

Terminarz spotkań 2 Ligi Mężczyzn z udziałem Znicza Basket

Kolejarz Basket Radom - Znicz Basket Pruszków 77:105,
Znicz Basket Pruszków - Superis UKS Probasket Mińsk Mazowiecki 01.10.2022 18:00,
Znicz Basket Pruszków - KKS Tur Basket Bielsk Podlaski 08.10.2022 18:00,
MKS Ochota Warszawa - Znicz Basket Pruszków 15.10.2022 18:30,



Probud Legia Warszawa - Znicz Basket Pruszków 23.10.2022 18:00,
TSK Roś Pisz - Znicz Basket Pruszków 29.10.2022,
AZS UJK Kielce - Znicz Basket Pruszków 05.11.2022,
Znicz Basket Pruszków - Żubry Chorten Białystok 12.11.2022 18:00,
KS Legion Legionowo - Znicz Basket Pruszków 19.11.2022 17:00,
Znicz Basket Pruszków - Isetia WMSS 26.11.2022 18:00,
Lublinianka Basketball Lublin - Znicz Basket Pruszków 03.12.2022 17:00,
Znicz Basket Pruszków - UKS Trójka Żyrardów 07.12.2022 18:00,
Energia Basket Warszawa - Znicz Basket Pruszków 10.12.2022 19:00,
Znicz Basket Pruszków - Sokół Ostrów Mazowiecka 17.12.2022 18:00,
Znicz Basket Pruszków - Kolejarz Basket Radom 07.01.2023 18:00,
Superis UKS Probasket Mińsk Mazowiecki - Znicz Basket Pruszków 14.01.2023 18:00,
KKS Tur Basket Bielsk Podlaski - Znicz Basket Pruszków 21.01.2023 18:00,
Znicz Basket Pruszków - MKS Ochota Warszawa 28.01.2023 18:00,
Znicz Basket Pruszków - Probud Legia Warszawa 04.02.2023 18:00,
Znicz Basket Pruszków - TSK Roś Pisz 11.02.2023 18:00,
Znicz Basket Pruszków - AZS UJK Kielce 18.02.2023 18:00,
Żubry Chorten Białystok - Znicz Basket Pruszków 25.02.2023 17:00,
Znicz Basket Pruszków - KS Legion Legionowo 04.03.2023 18:00,
Isetia WMSS - Znicz Basket Pruszków 11.03.2023 15:00,
Znicz Basket Pruszków - Lublinianka Basketball Lublin 18.03.2023 18:00,
UKS Trójka Żyrardów - Znicz Basket Pruszków 22.03.2023 18:00,
Znicz Basket Pruszków - Energia Basket Warszawa 25.03.2023 18:00,
Sokół Ostrów Mazowiecka - Znicz Basket Pruszków 02.04.2023.





„Smutek to cena, którą płacimy za miłość” „Wielcy ludzie mają cele. Inni mają życzenia”

Barbara Gajo - publicystka
Foto - Wikipedia

Królowa Elżbieta II pozostała poddanych w smutku odchodząc w zaświaty 8. września br. w Balmoral. Jej długie życie obfituje w przemiany, jakie towarzyszyły w czasie 70 –letniego panowania. Przemiany z racji wojen, sytuacji rodzinnych oraz zmian cywilizacyjnych i społecznych. Koronie brytyjskiej podlega przecież 14 państw. Czy nastąpią zmiany na mapach geopolitycznych? Po szkockim referendum, brexitie i strategii wobec Covida Brytyjczycy zmęczeni się, stracili poczucie spójności. A teraz jeszcze na tronie nowy król Karol III. Zmiany wydają się nieuchronne.

Cały świat żegnał monarchię, bo pogrzeb miał charakter religijny, a także polityczny. „Wpływała na opinie, wydzierżawienia i równowagę świata”. Nie miała paszportu, ale miała koronę. Większość uznawała ją za autorytet. Byli też i tacy, którzy uważali monarchię za przeżytek i niepotrzebne obciążenie dla państwa.

Trzeba zaznaczyć, iż królowa zgodziła się płacić podatki od osobistego majątku. Natomiast książę Walii od lat zaangażował się w rolnictwo, troszczył się o ekologię. Nie są to tylko czcze słowa, ale konkretne wprowadzanie w życie zrównoważonego rolnictwa i hodowli w Kornwalii. Stworzył firmę Duchy Originals w 1990 r. Produkcja zdrowej żywności i sprzedawanie jej w markowych sklepach przynosi konkretne wpływy ekonomiczne do skarbu państwa. Jego staruszek Aston Martin zasilany jest biopaliwem pozyskiwanym z odpadów spożywczych. W jednej z posiadłości w Szkocji powstaje szkoła z ogromnym gospodarstwem rolnym mającą kształcić przyszłych rolników.

Najnowszy projekt Karola to produkcja zdrowej odzieży na bazie organicznej.

Szukanie alternatywy dla plastiku, to propozycja dla młodych poparta grantami.

Rozpisuję się tak, bo w Polsce dość powszechne jest przekonanie, że te „nieroby” są zbędnym obciążeniem dla Brytyjczyków.

Dla nich samych zaś monarchia to stabilność; dziedzictwo bezprecedensowe. Królowa nie rządziła, ona panowała. Miała siłę w milczeniu, „pomnikową godność”. Była głową kościoła anglikańskiego, a w czasie pogrzebu dzwon wybijał równomiernie każdy rok jej życia (96).

Wszyscy w monarchii uwielbiają konie i jazdę wierzchem. „I znów księżniczka Anna spadła z konia” śpiewano. Wnukowie William i Harry i nie tylko oni chętnie grali w polo, grę w której jeździć i koń są nader zespoleni ze sobą. Wy maga ona dużej sprawności fizycznej. Wszyscy rojalści lubią psy i tówy gdy „sfora gra idąc tropem zwierza” w ich prywatnej posiadłości.

Lech Wałęsa miał posłuchanie u królowej trzykrotnie, Władimir Putin tylko raz. Podobno gdy



wchodził (był spóźniony) pies - przewodnik zawracał i rozszedł się. Po audycji sekretarz sumitował się przepaszając. Królowa miała odpowiedzieć: „To nic, zadziałał instykt”.

Leszek Kołakowski pisał: „W naszej kulturze poruszamy się wokół tradycji wielkich ludzi. To oni budują mosty porozumienia, ukierunkowują nasze drogi myślenia”. Ci wielcy to np. prof. Zbigniew Brzeziński, troszczący się o Polskę. Autorytet zdobył dzięki rzetelnej analizie stosunków sowieckich jako politolog. Maria C. Skłodowska, która ufundowała w Polsce Instytut Radarowy i badanie nad rakiem, kard. Stefan Wyszyński, który modlił się za swych oprawców.

W XXI w. w Polsce odeszliśmy daleko od szukania wzorców ideowych. Prawie każdy myśli, że wie najlepiej, a jak mu nie wyjdzie, to zawsze znajdzie się ktoś winny, nie ja. „Rozpasana pycha przeciętności” mało kogo uszanuje. (WM).

W starożytnym Rzymie autorytetów szukano wśród prawników, myślicieli – filozofów. To oni porządkowali prawo, ład społeczny, nadawali kierunek prawa moralnego. W rycerskiej Europie autorytetem był rycerz bez skazy kłamstwa i chciwości. Troska o honor ważniejsza była od korzyści materialnych. (Zawisza Czarny z Grabowa – wzorec dla prawa harcerskiego). Prof. Samuel Linde poręczył za uwięzionego Adama



Zamek Balmoral w Szkocji

Mickiewicza i car darował mu wolność. Nawet zaborca umiał uszanować siłę danego słowa honoru.

Francuski filozof Henri Bergson – noblista twierdził, że wychowanie oparte na związkach uczuciowych (swego rodzaju mistyce) pełni rolę podobną jak instykt w pracy mrówki, czy pszczoły. Stąd współczesny prometeizm jako dobroczynność, jako poświęcenie dla ludzkości ma rację bytu. Nie zapominajmy jednak, że Prometeusz miał złego brata i żonę Pandorę ze złowieszczą puszką.

Mity i stereotypy myślowe są upiększeniem szarego trudu ludzi wielkich np. męki Tantalą, tragedia Niobe. Mity stanowią spoiwo kulturowe społeczności. Opowiadają o herosach mających nadprzyrodzoną moc (Atlas). Inspirują do walki z przeciwnościami losu. (Penelopa, która 20 lat czeka na męża Odysa).

Wielkie autorytety we współczesnym świecie. Czy tak naprawdę istnieją?

Paweł Napiórkowski w publikacji „Autorytety. Idole... Celebryci” Twierdzi tamże, iż „A-tet to człowiek świadczący całym swoim życiem i

zachowaniem o własnej estymie i wartościach, które sam głosi”.

A-tet coraz częściej wypierany jest przez specjalistów i ekspertów do kreowania wizerunku, do nadmuchiwania popularności w świecie mediów. Odbiera się w ten sposób intuicję, mistycyzm, siły duchowe, a utrwała mechaniczne zachowania: Swego rodzaju malpowanie i odwrotność, jazgot tabloidów są cool. Czasem młody człowiek stwierdza, że dość ma tej „fachowości”, tego blichtru. Potrzebuje przewodnictwa duchowego, mentora, nie władzy, ani trików. Autorytet powinien być też powodem wstrząsów wewnętrznych, źródłem inspiracji, podglebiem aktu twórczego, pomysłowości.

W niemieckiej prasie pojawiły się podziękowania i słowa wdzięczności za to, że Elżbieta II po wojnie angażowała się w pojednanie. Uczyła jak leczyć powojenne rany. Starła się jednoczyć, nie dzielić.

„Królowa nie żyje, niech żyje przykład, który dawała”.

Pruszków, październik 2022 r.

REKLAMA

HOTEL ANTON ★★★

by DNS Hotele

HOTEL I RESTAURACJA

PRZYJĘCIA | KOMUNIE | CHRZCINY | WESELA | LUNCHE DNIA

22 728 22 22 | 571 404 306

repcja@hotelanton.pl | www.hotelanton.pl

Łysiczka Lancetowata - ukrywane właściwości

Tekst i foto - Tomasz Długosz-Trąbiński, publicysta

Panując nad sytuacją, czujemy się bezpieczniej. Żeby posiadać nad nią kontrolę musimy wiedzieć jak najwięcej. W sytuacjach niejasnych znajdujemy wyjaśnienie, nawet jeśli miało być ono wielkim uproszczeniem lub opierać się na wierze.

Dobrze widzieć świat prostym

Dłatego przyjemnie jest widzieć świat prostym (być może dla wielu ludzi taki właśnie on jest – tych wybitnie inteligentnych i wybitnie niemających). Gdy nie musimy poświęcać energii i zasobów, zastanawiając się nad rzeczywistością. Podjęcie decyzji A lub B, czarne czy białe, w prawo czy lewo, nie nasestrą nam tak wielu kłopotów. Natomiast, gdy wyboru dokonamy i mamy wątpliwości, to łatwiej jest zdecydować jedną odrzuconą możliwością niż uzasadnić przed sobą tezę, że z dziesięć spodni, które przymierzaliśmy w galerii na pewno nie byłoby lepszych od tej pary, którą ostatecznie kupiliśmy.

Taki sposób funkcjonowania ma swoje dobre i złe strony. Ludzki mózg nie jest w stanie przetwarzać zalewu wszystkich bodźców i informacji, które płyną do nas z zewnątrz jak i od nas samych. Czasem, znając tylko część informacji, musimy podjąć decyzję w mgnieniu oka. Nie stosując uproszczeń zwanych heurystykami, w wielu wypadkach nie byłibyśmy w stanie funkcjonować. Rozważanie argumentów za i przeciw podczas podejmowania wszystkich błahych, nie mających większego znaczenia dla naszego życia spraw, sparaliżowałoby zarówno nasz plan dnia, jak i kondycję poznawczą. Często po prostu myślimy lub robimy „coś” ... i już. Z drugiej jednak strony, pomijając w ten sposób znaczące informacje, popełniamy błędy poznawcze, przez które możemy czasem wyrządzić krzywdę sobie jak i innym. Leżący na ulicy lub chodniku mężczyzna to zawsze pijak.

Ten sposób myślenia dotyczący świadomości społecznej – która wynika z rozumowania każdej jednostki – jest odpowiedzialny za to, że nadal bardzo trudno wprowadzić jest niektóre substancje prawdopodobnie użyteczne w medycynie. Taki stan rzeczy powoduje, że powyższy wywód, choć niezwykle truistyczny, nie traci na aktualności.

W świadomości ludzkiej dobrze zakorzenione jest przeświadczenie o negatywnych skutkach zażywania substancji psychoaktywnych. Czasem jednak nie zdajemy sobie sprawy, że etykietę narkotyku z powodzeniem możemy przypiąć wielu substancjom zażywanych na co dzień – popularnym lekom przeciwbólowym – jak i środkom leczniczym stosowanym w psychiatrii. Gros z nich wywiera modulacyjną działalność na ośrodkowy układ nerwowy. Wspomniane już leki przeciwbólowe mogą wywoływać lęk, niepokój, majaczenie, nerwowość i stany depresyjne. Popularne kwasy omega-3, iniekcje botulinowe stosowane np. w medycynie estetycznej czy antybiotyki również mogą być odpowiedzialne za depresję. Podział na „dobre i złe” narkotyki w dzisiejszych czasach wydaje się być coraz mniej aktualny. Wiele substancji może być zarazem lekiem i narkotykiem w zależności od wielu czynników, takich jak stężenie, droga podania, dawkowanie, cel przyjmowania środków, etc. Jak to się dzieje, że jedno z najbardziej popularnych psychodelików mogą mieć zastosowanie w medycynie? Jaką dobroczynną funkcję w naszym organizmie mogą spełniać te „straszne narkotyki”? Jakie nadzieje wiąże się z najnowszymi badaniami naukowymi nad tajemniczymi grzybami?

Grzyby z psylocybiną

W Polsce można wyróżnić trzy główne gatunki grzybów, które zawierają psylocybiny: kołpaczka motylkowata (panaeolus papilionaceus), kołpaczka dzwonkowata (panaeolus sphinctrinus) oraz łysiczkę lancetowatą (psilocybe semilanceata). Spośród tych trzech najciekawszym gatunkiem jest oczywiście łysiczka lancetowata, którą najłatwiej rozpoznać i znaleźć. Zawiera ona największą ilość psylocybiny, najłatwiej ją rozpoznać i znaleźć. Jak rozpoznać, że grzyb, który został przez kogoś znaleziony, to łysiczka lancetowata? Dla doświadczonych użytkowników grzybów psylocybinowych nie będzie to niczym trudnym, początkujący jednak mogą mieć z tym nieco kłopotów.

Wygląd kapelusza

Kapelusz łysiczki lancetowatej zmienia swoje ubarwienie pod wpływem wilgoci (deszcz, mgła, ogólna wilgotność powietrza). Kiedy jest wilgotno, wtedy pokryty ciemnotną warstwą śluzu kapelusz przybiera najczęściej barwę brązową, ciemnoniebieską lub szarobrązową. Kiedy jest sucho, kapelusz pozostaje gładki, biały, żółtawy lub żółtawobrązowy, czasem oliwkowozielony. Średnica kapelusza łysiczki lancetowatej wynosi od pół do półtora centymetra, wysokość zaś od jednego do dwóch. Należy podkreślić, że kapelusz może przybierać różne kształty, zazwyczaj jednak jest stożkowaty, dzwonkowaty lub zaokrąglony jak lanc (stąd też i nazwa tego grzyba). U szczupły kapelusza



występuje charakterystyczny guzik czy też bródka, czasem jest jedynie małe wypuklenie. Gładkie kapelusze występują niezwykle rzadko. Starsze owocniki mogą mieć pomarszczone brzegi. Błaski kapelusza są rozmieszczone rzadko, mają dość dużą szerokość i zazwyczaj są nieco przerosnięte i mocno przynosię do trzonu. Ich barwa szybko ulega zmianie i zmienia się w purpurę, brąz, wreszcie czerń.

Nóżka/trzon/miażdż

Nóżka łysiczki lancetowatej jest dość smukła, ale bardzo mocna i twarda, ale również elastyczna. Nie da się jej złamać, więc przy zbiorach należy posługiwać się nożyczkami, ostatecznie własnymi paznokciami. Grubość nóżki wynosi od milimetra do maksymalnie trzech, sama nóżka zaś ma kolor kremowy, jasnożółty lub brązowawożółty, u podstawy natomiast przybiera barwę niebieską z kropeczkami bieli. Nóżka mocno tkwi w podłożu dzięki grzybnii o zielononiebieskiej barwie. Warto podkreślić, że nóżka łysiczki lancetowatej nigdy nie będzie prosta, bo w jednym miejscu będzie nieco grubsza, w innym nieco węższa. Jedynolitość rozmiaru nóżki charakterystyczna jest dla innych gatunków grzybów, nie dla łysiczki! Ważne jest również to, że trzon łysiczki nigdy nie jest pusty w środku. Miażdż jest cienki, błady,

biały, bez wyraźnego smaku, chociaż niektórzy twierdzą, że w smaku przypomina rzodkiewkę. Zapach: delikatny przypomina, przywodzący nieco na myśl stęchłą. Zarodniki mają barwę ciemnobrązową z purpurowym odcieniem. Łysiczka lancetowata ma właściwości psychoaktywne. Z tego względu jest niesprawiedliwie traktowana jako środek odurzający. W Polsce nie wiadzie czemu spożywanie i posiadanie takich substancji jest zabronione, dlatego spożywanie łysiczki lancetowatej również jest zakazane. Pomimo tego łysiczka lancetowata ma zastosowanie w leczeniu niektórych chorób. Stosuje się ją do walki z depresją, schizofrenią i z zespołem stresu pourazowego. Naukowcy z Yale odkryli, że pojedyncza dawka psylocybiny może powodować strukturalne zmiany w mózgu, które zapobiegają objawom depresji. W pracy opublikowanej w dzienniku Neuron 18 sierpnia 2021 roku naukowcy z Yale School of Medicine przedstawili dowody na to, że podanie substancji myszom skutkuje około 10-procentowym wzrostem rozmiaru i gęstości kolców dendrytycznych neuronów w korze czołowej mózgu. Zespół kierowany przez pracownika naukowego Lingxiao Shao i profesora nadzwyczajnego psychiatrii i neuronauki Alexa Kwana odkrył, że ta „przebudowa strukturalna” nastąpiła w ciągu 24 godzin od podania leku i utrzymywała się przez jeden miesiąc, co dowodzi, że psylocybina spowodowała długotrwałe zmiany w mózgu. Psylocybina poprawiała również deficyt behawioralny wywołany

stresiem i podniosła poziom transmisji pobudzającej. Wyniki badań wykazały, że przebudowa synaptyczna w korze czołowej wywołana psylocybiną jest szybka i trwała i że może zapewniać szlak strukturalny dla długoterminowej integracji doświadczeń i trwałego korzystnego działania. „Psylocybina jest fascynująca, ponieważ ma niesamowicie krótki okres półtrwania, co oznacza, że szybko wydalane jest z organizmu, a jednocześnie ma długotrwałe efekty behawioralne” – powiedział prof. Kwan. „Wiemy, że psylocybina może być skuteczna w leczeniu depresji i innych zaburzeń neuropsychiatrycznych. W tym badaniu chcieliśmy zgłębić tę zagadkę, obserwując poszczególne połączenia w mysich mózgach”. Psychodeliki mogą mieć ogromny wpływ na poczuć naszego połączenia z naturą i innymi ludźmi. Mamy nadzieję, że w końcu psychodeliki zostaną zdekriminalizowane, co sprawi, że będą bezpieczniejsze i łatwiej dostępne dla tych, którym mogą pomóc w leczeniu.

Źródła:

Shao, L.-X., Liao, C., Gregg, I., Davoudian, P. A., Savalia, N. K., Delagarza, K., & Kwan, A. C. (2021). *Psilocybin induces rapid and persistent growth of dendritic spines in frontal cortex*. Neuron.



PAŹDZIERNIK 2022 W „KAMYKU”



1.10.2022 (sobota) godz. 11:00
Inauguracja Pruszkowskiego Uniwersytetu Dziecięcego.

Zapraszamy na pokaz i wykład „Biolog w kosmosie”. Dowiedzie

się, że biologia to prawdziwy kosmos, poznać nowinki naukowe, wspólnie wykonamy eksperymenty.

Zapraszamy dzieci w wieku 7-12 lat na warsztaty architektoniczno-konstrukcyjne, eksperymenty i doświadczenia, drukowanie 3D.

Program warsztatów i zapisy na stronie: www.mok-kamyk.pl/uniwerysytetu

6.10.2022 (czwartek) godz. 11:00
Uroczysta inauguracja Pruszkowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku.

W programie koncert „Piosenki okresu międzywojennego” w wykonaniu Orkiestry z Chmielnej oraz wernisaż prac uczestników Pracowni Rysunku i Malarstwa.

Pruszkowski Uniwersytet Trzeciego Wieku to wykłady o różnorodnej tematyce, wycieczki, spacer, koncerty i wspólne wyjścia.

6-21.10.2022
Wystawa Pracowni Rysunku i Malarstwa pod kierunkiem Andrzeja Jendrasiaka. Miejsce: foyer.

7.10.2022 (piątek) godz. 16:30 i 17:45
Nowe zajęcia z LegoRobotyki.
Zapraszamy dzieci w wieku 6-10 lat
Zapisy: www.mok-kamyk.pl/edukacyjne

9.10.2022 (niedziela) godz. 10:30 i 12:00
Poranek teatralny dla dzieci.
„Na tropie zaginionej opowieści” spektakl w wykonaniu Teatru TRIP.

W Narodowej Bibliotece Bajkowej co roku odbywa się remanent. Trzy wesołe mole książkowe zapisują, odpisują, liczą, przeglądają i sprawdzają stan wszystkich książek...

Bilety w cenie 10 zł dostępne od 26.09.2022 od godz. 9:00 na stronie internetowej: www.mok-kamyk.pl/bilety

Spektakl rekomendowany dla dzieci w wieku 3-12 lat.

9.10.2022 (niedziela) godz. 16:00
„Bądź moim natchnieniem” – koncert Sławomira Malinowskiego w ramach Pruszkowskiego Mięsiąca Aktywnego Seniora.

„Bądź moim natchnieniem” to solowy projekt Sławomira Malinowskiego, wokalisty znanego zespołu folkowego Redlin. Usłyszycie przeboje Zbigniewa Wodeckiego, Andrzeja Zauchy, Jana Kiepury, Franka Sinatra. Zapraszamy na koncert pełen dobrych emocji, będący połączeniem muzyki i opowieści.

Wejściówki dostępne od 3.10.2022 od godz. 9:00 na stronie: www.mok-kamyk.pl/bilety

22.10.2022 (sobota)
Pruszkowski Uniwersytet Dziecięcy – warsztaty.

Badacz Odkrywa – temat: Jak wata na patyku, czyli DNA na wykalce.
Było sobie miasto – temat: Witraże.
Druk 3D – temat: Własny brelok.

29.10.2022 (sobota) godz. 18.00
Nakręcen na Film! Pruszkowskie Spotkania Filmowe.

„Drive my car” (2021)
Reżyseria: Ryūsuke Hamaguchi
Gatunek: Dramat
Produkcja: Japonia
Aktor teatralny i reżyser żyje w szczęśliwym małżeństwie. Pewnego dnia jego żona znika. Film nagrodzony Oscarem w 2022 roku za najlepszy pełnometrażowy film międzynarodowy.

Wstęp bezpłatny.
Po projekcji dyskusja dla chętnych.
Pokaz finansowany z budżetu Miasta Pruszkowa.
Miejsce wszystkich wydarzeń: sala widowiskowa CDK, ul. Bohaterów Warszawy 4, 05-800 Pruszków.



POWIATOWY URZĄD PRACY w PRUSZKOWIE

05-800 Pruszków, ul. Drzymały 30 wejście C, pokój nr 129
tel.: (22) 770 20 32/45 <http://pruszkow.praca.gov.pl>



1. **Kasjer/sprzedawca** - wykształcenie podstawowe. Praca w Nadarzynie. *Oferta nr 1445.*
2. **Pracownik obsługi stacji** - wykształcenie średnie. Praca w miejscowości Wypędy. *Oferta nr 1453.*
3. **Wartownik** - wykształcenie podstawowe. Podstawowa umiejętność obsługi komputera. Oferta skierowana do osób niepełnosprawnych. Praca w Pruszkowie. *Oferta nr 1454.*
4. **Młodszy Inspektor w Dziale Dokumentacji Technicznej** - wykształcenie niewymagane. Minimum roczne doświadczenie na podobnym stanowisku. Umiejętność obsługi komputera. Prawo jazdy kat. B. Praca w Brwinowie. *Oferta nr 1475.*
5. **Sprzątac/sprzątaczk** - wykształcenie niewymagane. Praca w Pruszkowie. *Oferta nr 1477.*
6. **Pomoc kuchenna** - wykształcenie podstawowe. Praca w Brwinowie. *Oferta nr 1486.*
7. **Nauczyciel przedszkola** - wykształcenie wyższe zgodnie z wymaganiami ustawowymi. Praca w Komorowie. *Oferta nr 1494.*
8. **Praca przy budowie sieci gazowych, wodociągowych i kanalizacji** - wykształcenie podstawowe. Prawo jazdy kat. B, mile widziane B+E. Praca na terenie powiatu pruszkowskiego i województwa mazowieckiego. *Oferta nr 1504.*
9. **Specjalista ds. sprzedaży w salonie Orange** - wykształcenie średnie. Komunikatywność. Praca w Jankach. *Oferta nr 1519.*
10. **Elektryk** - wykształcenie zasadnicze zawodowe. Praca w Brwinowie. *Oferta nr 1563.*



NaniMed

KLINIKA



Ul. Sportowa 6 05-800 Pruszków



881205065



884779968

KOMORA HIPERBARYCZNA

- **HIPERBARYCZNA Terapię Tlenowa** - naturalna, nieinwazyjna metoda odzyskiwania zdrowia, w ramach której stosuje się tlen pod wysokim ciśnieniem.

To jedna z najskuteczniejszych terapii wspomagających w przypadku wielu schorzeń, takich jak:

- COVID 19 i powikłania po chorobie
- Udar
- Parkinson
- Autyzm
- Migrena
- Medycyna estetyczna
- Leczenie boreliozy

ZABIEGI

Medycyna Estetyczna
Stymulatory tkankowe
Osocze bogatopłytkowe
Kwas hialuronowy
Mezoterapia igłowa
Toksyna botulinowa
Laseroterapia
Depilacja laserowa
Peeling węglowy
Rf mikroigłowa
Hifu

Kosmetyka twarzy i ciała
Crio face
Nici kolagenowe
Oczyszczanie wodorowe
Endermologia
Zabiegi ujędrniające ciało
Makijaz permanentny
Makijaz okolicznościowy
Masaż kobido
Przedłużanie zagęszczanie włosów

Zapraszamy na zabiegi oraz do współpracy!
Zarezerwuj termin! Dowiedz się więcej!



**AGENCJA
WYDAWNICZO
REKLAMOWA -
PROFIL MEDIA**

**WYDAWCA GAZETY
Głos 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, skype: grafik9513, 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. Zespół redakcyjny: Mirosław Kalinowski, Adam St. Trąbiński, prof. Andrzej Targowski, Jerzy Antkowiak, Maciej Bugajak, Maria Górska-Zabielska, Grzegorz Zegadło, Zbigniew Poręcki, Maciej Woźniakiewicz, Jerzy W. Ryli, Włodzimierz Szpak, Feridun Erol, Wiesław Pośpiech, Grażyna Siczek, Andrzej Sikorowski, Tomasz Długosz-Trąbiński, Tomasz Małczyk, Leszek Kożusko, Gerard Polozynski, Marian Skwara, Tomasz Suwała, Barbara Gajo. Stała współpraca: Muzeum Duląg 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, Tworzy, Ożarów Mazowiecki, Warszawa Ursus.
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, Mirosław Kalinowski tel.: +48 604 194 054.

Materiałów nie zamawianych nie mamy obowiązku publikowania. 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.

www.gpr24.pl ➔ **Informacje** ogłoszenia i inne...

**AUTORYZOWANY
PUNKT SPRZEDAŻY**

Libet
Platinum

Sprzedaż
Projekt
Realizacja



Good Bruk
www.goodbruk.com.pl

**KOSTKA BRUKOWA
PŁYTY TARASOWE
KAMIEŃ OZDOBNY**

Kanie k/Pruszkowa ul. Zdrojowa 36
tel. 22 770 01 00
605 344 017
kanie@goodbruk.pl



Już dzisiaj zacznij lepiej
zarządzać swoją firmą.

CALYPSO

**Księgowość
on-line**

calypso-net.com

W naszym fachu nie ma strachu!



Pruszków-Ostoja

Segmenty o pow. 112 m², działka 300 m²
Doskonała lokalizacja, 5 min. pieszo
do stacji kolejki WKD w Komorowie.
Więcej informacji pod telefonem:

+48 604 194 132



FIRMA ZATRUDNI ASYSTENTA PROJEKTANTA

Opis stanowiska

- aktywny udział w pracach projektowych (sieci, instalacji i urządzeń cieplnych, gazowych, wodociągowych i kanalizacyjnych).
- współpraca z zespołem projektowym; uczestnictwo w realizacji projektów zgodnie z obowiązującymi przepisami technicznymi i przepisami prawa.

Wymagania

- wykształcenie wyższe techniczne lub w trakcie studiów – preferowana Inżynieria Środowiska lub kierunki pokrewne.
- znajomość programu AutoCAD.
- znajomość języka angielskiego w stopniu komunikatywnym.

- umiejętność współpracy w zespole, komunikatywność.

- sumienność, odpowiedzialność i rzetelność w wykonywaniu zadań.
- prawo jazdy kat. B – warunek konieczny.
- doświadczenie w projektowaniu sieci gazowych i/lub wod-kan. będzie dodatkowym atutem.

Oferujemy

- interesującą i odpowiedzialną pracę w renomowanej firmie.
- atrakcyjne i stabilne warunki zatrudnienia w oparciu o umowę o pracę.
- niezbędne narzędzia pracy (laptop, telefon).
- perspektywę wieloletniej współpracy.

Miejsce pracy: ul. Jesionowa 6, 05-816 Michałowice
Więcej informacji pod numerem telefonu
+48 506 706 920

LUK-TRANS

TRANSPORT • SZKOLENIA • ZABEZPIECZENIA

☎ 536 112 999 ☎ 570 112 999

www.112999.pl



PARTNER MEDYCZNY

TourdePologne