



## NOWOŚCI W ARTKINEZIS TERAPIA TECAR I FALA UDERZENIOWA

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

(382)  
Rok XXXI  
PAŹDZIERNIK 2026  
PR 11353  
ISSN 1897-8789  
www.gpr24.pl  
redakcja@gpr24.pl  
Cena 50 gr

# GŁOS PRUSZKOWA

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

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



**SKARB KIBICA  
LOTTO MKS  
Pruszków  
I Liga Kobiet  
2026/2027**  
czytaj s. 18 - 19



**ZNICZ ELIMINUJE  
GRACOWIE!**  
CZYTAJ S. 4 i 5

**WILLA DEVELOPER**

Szukaj s. 7



Czytaj na s. 20 i 22

Reklama

## 25 lat budowania zaufania

# 4abex

25 lat

dziękujemy,  
że jesteście  
z nami

**CM**  
ELEGANCJA

MODA  
INSPIRUJE  
KAŻDĄ PORĘ  
ROKU

## Jesienna Kolekcja

w **Centrum Mody  
Nadarzyn**

Czyne  
w każdą  
**NIEDZIELĘ**  
\*niektóre sklepy

📍 Al. Katowicka 51, Nadarzyn | ☎ tel. 22 739 55 00

# DNI OTWARTE



ZOBACZ SVOJE MIESZKANIE NA ŻYWO



**24-25**  
PAŹDZIERNIKA



**PRUSZKÓW**  
UL. STAŁOWA 16



PRZYJDŹ  
I ODBIERZ  
**ZNIŻKĘ**  
%



NOWOCZESNE  
WNĘTRZA



WYSOKI  
STANDARD



DOSKONAŁA  
LOKALIZACJA

WEJŚCIE DO BIURA OD STRONY GALERII HANDLOWEJ "NOWA STACJA"



## Wiek XIX



Foto - Mirosław Kalinowski

**Tekst & foto - Włodzimierz Szpak, reżyser dokumentalista, publicysta**

**P**o raz pierwszy od czasu filmowych realizacji „Popiołów” Żeromskiego oraz „Potopu” Sienkiewicza, emitowany właśnie serial Netflixa według „Lalki” Prusa, poruszył nasz nadwiślański naród równie mocno, rzekłbym - u samych podstaw. Wszyscy mówią o „Lalce”, wszyscy pytają: „Oglądałaś (-eś) „Lalkę” na Netflixie?... Ja nie obejrzałem i nie zamierzam oglądać. Widziałem niewielkie fragmenty, trailer i kilka wypowiedzi twórców serialu. Nie wiem czemu ma służyć to całe odczłowieczenie, schamienie, więcej - zgnojenie arystokracji i burżuazji (może oprócz samego Wokulskiego), powierzenie roli Izabeli Łęckiej „dziewczęciu” może zdolnemu, ale pozbawionemu urody i charme'u. Poza tym, jeśli przerabia się Prusa tak bardzo, to nie należy ludziom wmawiać, że mają do czynienia ze zwykłą adaptacją jego dzieła. Powinno być: „na motywach „Lalki” Bolesława Prusa” albo „z inspiracji powieścią Bolesława Prusa”.



Dom w historycznej części Rzymu (mieszkaliśmy w nim w maju 2025)



Dzielnica handlowa Murat w Bari

Serial Netflixa nie jest jedyny. 30 września wchodzi do kin kolejna wersja „Lalki”, tym razem za polskie pieniądze. Dwie „Lalki” w jednym czasie, nie bywałe!... Skąd to nagle zainteresowanie w Polsce i nie tylko w Polsce XIX wiekiem?... Dla Andrzeja Seweryna, który gra w tej drugiej „Lalce” Tomasza Łęckiego, ojca Izabeli, „świat XIX wieku jest po prostu fascynujący”. Cóż takiego odnajdujemy w tym świecie, czego brakuje nam ludziom XXI wieku?... Może m.in. to, czego nie posiada netflixa Izabela - urodę i *charme*. Ilekroć trafram w Europie do jakiegoś porządnego miasta, z wielowiekową tradycją, jak Wiedeń, Paryż, Madryt, Rzym, Palermo, Bari czy Warszawa, najlepiej czuję się w miejscach silnie naznaczonych XIX-wieczną architekturą. Uwielbiam te wszystkie przepiękne paryskie kamienice z wykwinutymi żelaznymi balkonami, kryte szarą blachą cynkową, bogato garniowane domy na Gran Via w Madrycie, okazałe domy eleganckiej dzielnicy handlowej (Murat) w Bari czy domy przy Mokotowskiej, Kruczej i Wilczej w Warszawie. W maju zeszłego roku mieszkaliśmy w suterenie (bardzo przyzwolitej suterenie) pewnej rzymskiej kamienicy niedaleko Villi Borghese. Dotarliśmy tam o zmroku. Schodziliśmy w dół po schodkach, pochyleni, żeby czasem się o coś nie potknąć, co w naszym wieku kończy się zwykłe złe. Rankiem dnia następnego, zwabiony światłem od strony niewielkiego okienka pod sufitem, wyszedłem na niewielkie podwórko porośnięte drzewkami pomarańczowymi. Podniosłem głowę do góry: w prześwicie pomiędzy gałęziami ujrzałem dom, w którym mieszkaliśmy, wielopiętrowy biały dom, wspaniały XIX-wieczny rzymską kamienicę. „Ou...” - westchnąłem głęboko, zaurczony jego bryłą, wystrojem... „Tak albo podobnie powinny wyglądać domy we wszystkich wielkich miastach świata” - powiedziałem do siebie.

## Okno na Planty



Foto - Henryk, Tomasz Kaiser

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

### Szlaban na rozum

**O**trudnej do zrozumienia skłonności moich rodaków by topić się masowo gdy nadchodzi okres kanikuły, pisałem już i nie będę drażył tematu. Dodam jedynie, że ocieplający się klimat wydłużył czas, w którym można po pijaku na główkę, z małymi dziećmi do wzburzonego Bałtyku itp. Ale ród Piastowy jak się okazuje ma jeszcze jedną samobójczą pasję.

To wchodzenie, wpadanie, wjeżdżanie pod pociąg. Drogi na całym świecie przecinają tory kolejowe. Takie krzyżówki sygnalizuje się odpowiednimi znakami, bądź strzeże przy pomocy zapór,

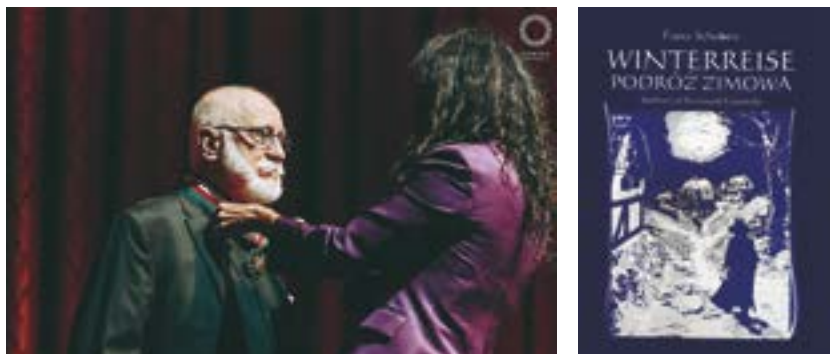
szlabanów, jak zwał tak zwał. Przekraczałem owe miejsca setki, może nawet tysiące razy i nie pojmuję jak można się z tonami nadjeżdżającej stali zderzyć. Wystarczy stać przed patykiem zagradzającym drogę i czekać aż się uniesie, bądź po prostu spojrzeć w lewo i w prawo, czy na horyzoncie nie widać zagrożenia. Nie znajduję żadnego usprawiedliwienia dla kretynów, którzy takiej sztuki nie opanowali. Tymczasem inni kretyni wymyślili, by za kretynizm pieszych, kierowców, rowerzystów ukarać prowadzących składy kolejarzy i jadących w nich pasażerów. Maszyniści będą zwalniać do 20 km/h przed przejazdami, a my mierzący z Piły do Katowic, z Rzeszowa do Łodzi posiedzimy w przedziałach dłużej. O porze zimowych opóźnień lepiej nie myśleć. Zamiast monitorować niewralgiczne miejsca i poważnymi mandatami odbierać ochotę do kaskaderskich zachowań beznamiętnym straceńcom, rodzicom pozwalającym na elektrycznych hulajnogach przekraczać dzieciakom trakcje, uzdrawiacze problemu stają po ich stronie. Proponuję zatem wracając do pierwszych zdań tego felietonu by zasypać akweny w których topią się każdego roku setki obywateli naszej pięknej ojczyzny i powiększyć tym samym zasoby głupoty w i tak nie najmnędzszym kraju.

Za zgodą Vis á Vis

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

Z ostatniej chwili

## Ten głos zachwycił nas od lat! Aktor Krzysztof Gosztyła nagrodzony we Wrocławiu!



Uroczyste wręczenie Krzysztofowi Gosztyłemu Złotego Medalu „Zasłużony Kulturze Gloria Artis”. Fot. Agata Felczak/Opera Wrocławska

**M**istrz Mowy Polskiej, absolwent warszawskiej PWST, przez lata aktor wielu scen stolicy (m.in. Teatru Dramatycznego i Polskiego), znany kinomanom (z dubbingu), ale przede wszystkim odbiorcom słuchowisk radiowych i audiobooków. Głos Krzysztofa Gosztyły „opowiada” książki Stiegi Larssona, Kena Folleta i Remigiusza Mroza. W niedzielę 13 września aktor odebrał w Operze Wrocławskiej Złoty Medal „Zasłużony Kulturze Gloria Artis”.

Krzysztof Gosztyła w niedzielę 13 września był nie tylko gościem koncertu-spektaku „Podróż zimowa 3.0” w Operze Wrocławskiej, podczas którego wykonano cykl wokalny „Winterreise” (Podróż zimowa) Franza Schuberta.

Aktor przetłumaczył na język polski składające się na „Winterreise” 24 wiersze poety Wilhelma Müllera (1794-1827), a bas-baryton Tomasz Konieczny z towarzyszeniem pianisty Lecha Napierały wykonali w ten wieczór wyjątkowy utwór w polskiej wersji językowej.

Krzysztof Gosztyła miał jednak jeszcze jeden powód do świętowania. Właśnie na dużej scenie Opery Wrocławskiej, tuż przed premierą koncertu-spektaku „Podróż zimowa 3.0” odebrał, z rąk wojewody dolnośląskiej Anny Ząbskiej, najwyższe odznaczenie przyznawane przez Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego - Złoty Medal „Zasłużony Kulturze Gloria Artis”.

„Z całego serca życzymy Panu Krzysztofowi wielu kolejnych pięknych lat na scenie i poza nią - pełnych inspiracji, twórczej energii oraz spotkań ze sztuką, które poruszają i pozostają w pamięci na długo” - takie życzenia zamieszczono na stronie FB Opery Wrocławskiej.

Magdalena Talik

Drogi Krzysztofie, gratuluję i dołączam się do życzeń wraz z całą redakcją Głosu Pruszkowa - Antoś (Jerzy Antkowiak) też.

Mirosław Kalinowski



# Z TEKI WSPOMNIENIĘ JERZEGO ANTKOWIAKA



Foto - Tomasz Pacyna

### Buffonata czyli Błażeństwo

**C**zy ktoś jeszcze pamięta, że miesiąc Październik był przez całe dziesiątki lat w PRL-u miesiącem oszczędzania. Całe to oszczędzanie jak niemal wszystko onegdaj, to była przysłowiowa kiszka z wodą, uluda małej stabilizacji. Za to teraz nie ma ani co, ani po co oszczędzać, więc się nie oszczędzamy i pokpijmy sobie z samych siebie.

Pierwszy pokpił z siebie Lech Wałęsa, kiedy po obejrzeniu filmu o samym sobie, zresztą znakomitem, powiedział, że zrobiono zeń bufona, nie oszczędzając się ani trochę. Znamy wszyscy „bon moty” prezydenta Wałęsy, ale opozycji najwyraźniej pocięły nerwy. Można obalić pół litra ale nie komunizm, grzmi specjalista od dziadków wermachtowców. To prawda można obalić pół litra, można też pokazać fiuta, na co się zanosilo kiedy paparazzi namierzili weekendowe igraszki cnotliwych i niepokornych. Tak jest, „tu się psia nędra nikt nie oszczędza” śpiewał przed laty u „Dudka” Wiesław Gołas i blaznujący antagoniści „człowieka z nadziei” tej wersji się trzymają. Bufon - lichi komik, to najdelikatniejsze określenie w Słowniku profesora Kopalińskiego i rzeczywiście liche komiki na tej „patriotycznej” scenie. Prawdziwy, profesjonalny teatr musi się czuć głęboko dotknięty, że takie „komiczne mierzoty” zawłaszczają słowo „scena”, nie wyłączając zresztą już to grzmących, już to dukających pasterzy od owieczek, a także baranków. No, ale jako miłośnicy ludęk znad Wisły, który jak ten chłop z piosenki co „żywemu nie przepuści” darujemy małość maluczkim, wszakże grzeszniejszym wszystkim. Słyszysz czasem tu i ówdzie odzywkę typu „tatuś ty masz jakiś rozum?” a autorka Polityki, Ewa Wilk bardzo eufemistycznie nazywa takie i podobne egzemplarze „rodzicami swoich rodziców”. Rozumiem młodych i mniej młodych, bo sam byłem onegdaj świr-

tylko Ogórek, Czubaszek, Laskowik, Raczkowski, Mleczek i smutny jak noc listopadowa Poniedziałek. Zaraz obok bufona i bufonady u Kopalińskiego wierzę bucefał (ognisty i krewki). Kto jest krewki i ognisty, a także nawiedzony wiem, ale nie powiem.

Miesiąc oszczędzania, więc nie oszczędziłem nikomu, tego i owego, teraz nie będę oszczędzał i siebie i nie wykluczone, że uplotę sobie niezły wianuszek obrażonych, bo żyję dostatecznie długo by poprzyglądać się nie tylko swoim dzieciom. Dlaczego dzieciom? Już spieszę wyjaśnić. Otóż w Polityce, którą lubię i cenię przeczytałem

niętym bufonem, żeby nie powiedzieć bucefałem, ale za takiego „rodzica” to ja serdecznie dziękuję. Pamiętam długie rozmowy z moim ojcem, teraz najczęściej rozmawiam sam z sobą (nie taję, że lubię dobre towarzystwo) i też nie taję, że brak mi takich jak tamte, onegdajszych rodzinnych rozmów. Ulubione porzekadło mojego syna to „licho nie śpi”, więc jestem czujny, czynny, czyszczę rynny, czytam czytadła, a po za tym „czeszę” moje małe świątynie, targowiska, bukinistów (lekką przyciętych), przychodnie, apteki, spaceruję z ...i tak dalej. Czasem, ale bardzo rzadko rewie mód, ale

wyłącznie po to, żeby dobrze pokpić z celebry. Kto mnie zna, to wie, że „celebrytki”, to moje osobiste pupilki i skoro na razie jest jak jest to żaden „rodzic” nie jest mnie i Pani Danie potrzebny, ale jak powiada Kayo - lichu nie śpi.

Oto Październik wszystkich Październików. Sześćdziesiąt lat temu był rok 1953 i był to mój pierwszy październik na studiach we wrocławskiej PWSSP, obecnie

ASP. Byłem zielony jak tabaka w rogu, zakompleksiony prowincjusz, mały jak mówił po Śląsku Feri (Feridun Erol) „boroczek”, słowem wielkie nieszczęście w wielkim gruzowisku, jakim był wtedy Wrocław. Ze strachu i przerażenia zapisałem się do wszystkich kółek naukowych, na rysunek wieczorny i na esperanto, bo z języków obcych najlepiej znałem łacinę, którą miałem w wolsztyńskim liceum, no i byłem nabożnym ministrem, ulubieńcem wikarego i proboszcza, ale nic z „tych rzeczy”, które teraz obchodzą purpuratów mniej więcej tyle co zeszlóroczny śnieg. Bywało, że świat był normalny, ba, ale kiedy to było. No więc esperanto, które w przypływie jakiegoś idiotyzmu uznałem za niezbędne, aby poznać kto zacz Gierymski Rodakowski, Kossak (wspaniały

profesor Geppert malował konie, zaprasza nas na wino do swojej mansardy na Rynku, opowiadał o Paryżu, o Kapistach), zapach farb, werniksu, oleju i terpentyny, myślałem, że Pana Boga za nogi złapałem. To było równo sześćdziesiąt lat temu. Siedem lat później robię dyplom z malarstwa, a także z niekochanej ceramiki. Jest już po słynnym 56. roku, po odwilży, wraca stare, malarze malują murarzy, cyklistów (nie, nie tych od zakazu pedałowania, tylko tych z Wyścigu Pokoju).

Mile widziane są też traktorystki i martwa natura z Trybuną Ludu w tle. Po drugiej stronie Odry vis a vis Placu Polskiego i mojej uczelni jest Ostrów Tumski, tam często szkicujemy, a dookoła Katedry i Pałacu Biskupiego biegają jak te frygi zalotne, żeby nie powiedzieć seksowne zakonniczki, młodzietki, w gustownych kornetach tańczących na wietrze. Mam szkice i maluję zakonnice na dyplom. Jest skandal, ustrój się trzęsie w posadach, zakonnice zdjęte, wizyta w uczelni ministra kultury z NRD, minister każe wieszać, w Lipsku mają Bacha i Thomasa Kirche, więc nie mają takich fobii, jak polskie partyjniaki, zakonniczki wskazują z powrotem na dyplomową ścianę, ustrój uratowany, ja też.

Oto metafizyka, na pewno nie gusła i zabobony, ale sprawa wygląda tak: kiedy kończę ten felieton i wspominać mam to co powyżej, mam telefon, skąd???, z Wrocławia. Wrocław się przygotowuje do bycia Kulturalną Stolicą Europy w 2016 roku i w związku z tym różne cuda, cudeńka. Galeria handlowa ukulturalnia swoich sobotnio - niedzielnych pielgrzymów, aktorzy czytają wieszczów, a ja, niewiedomo dlaczego mam przypomnieć jak onegdaj wyglądała modopolska, projektowana przeze mnie moda. Prezent na to październikowe sześćdziesięciolecie? Przecież tam nikt o tym nie pamięta, ani wiedzieć, ani pamiętać, ale skoro tak to w gwiazdach ktoś zapisał, to mknę do Wrocławia na skrzydłach. Ta zbieżność moich wykonywanych z wykopalisk wspomnień z zaproszeniem mnie i mojej mody - to albo naprawdę metafizyka albo to lichu, co to ciągle spać nie może. Zatem ruszajmy... ku nowej przygodzie.

*Jerzy Antkowiak*



Zakonnice autorstwa Jerzego Antkowiaka



Foto - zbiory autora

**Jakub Długoszewski - redaktor sportowy, publicysta**  
Foto - Adam Tolak

**N**ajlepszy wynik Znicza Pruszków w Pucharze Polski to ćwierćfinał w 2015 roku. Wtedy za sterami Żółto-czerwonych stał Dariusz Banasik. 2 września po rzutach karnych Znicz wyeliminował Cracovię i awansował do 1/16 finału. Droga do rekordu jeszcze daleka, ale zwycięstwo na pewno przyniesie drużynie kolejny impuls do walki. Zapraszam na podsumowanie sierpnia i września w rozgrywkach Pucharu Polski i 2. Ligi w wykonaniu MKS Znicz Pruszków.

Żółto-czerwoni rozpoczęli sierpień od awansu do pierwszej rundy Pucharu Polski. U siebie ekipa Łukasza Smolarowa pokonała 3-1 rezerwę ŁKS-u Łódź. Gole dla Znicza zdobywali: w 8. minucie Jan Kosmański, w 43. minucie po dośrodkowaniu z rzutu rożnego Dawid Barnowski. W pierwszej połowie niecały kwadrans przed drugą bramką dla drużyny przyjeźdźnych strzelił Adrian Jurkiewicz. W 30. minucie mieliśmy remis 1-1, lecz jak wiadomo po pierwszej połowie gospodarze wygrywali 2-1. Druga połowa przebiegała już bardziej pod dyktando Znicza. Udowodnił to Aleksander Nadolski w szóstej minucie doliczonego czasu gry. Zdobył on bramkę na 3-1 i zamknął spotkanie.

Cztery dni później Znicz wrócił do rozgrywek ligowych. Po 2. wygranych w lipcu chcieli podtrzymać serię zwycięstw. Czekali ich mecz z Chojniczanką Chojnice. Znicz otworzył wynik w 29. minucie, a prowadzenie podwoił 3 minuty później. Przy obu bramkach asystował Mateusz Jeleński, a strzelcami byli kolejno Antoni Bartoszewicz i Bartosz Mazurek. Do końca pierwszej części nic się nie zmieniło. Po przerwie zawodnicy Znicza pojawili się w innym składzie, na boisku zameldował się Adrian Kazimierzczak. Zastąpił on Antoniego Bartoszewicza. Z kolei w zespole gospodarze przeprowadzono aż 4 zmiany! W tym spotkaniu bramki doliczyli sobie także Tymon Proczek i Adrian Kazimierzczak, kolejno w 80. i 83. minucie. W pierwszej minucie doliczonego czasu gry drugiej połowy bramkę honorową dla gospodarzy zdobył Jakub Olesiewicz, a spotkanie zakończyło się wynikiem 4-1 dla gości. Znicz tym samym przedłużył serię zwycięstw do trzech ligowych spotkań.

Kontynuacja zwycięstw podciągnięta w 3. kolejce, zakończyła się niedługo później. W domowym spotkaniu z Olimpią Grudziądz padła jedna bramka. Ten gol został strzelony przez Jakuba Steca. Zawodnik wcześniej grający w między innymi Puszczy Niepolomice pokonał Kacpra Napieraję w 79. minucie spotkania. 5 minut przed bramką,

## ZNICZ ELIMINUJE CRACOVIE! PODSUMOWANIE ROZGRYWEK ŻÓŁTO-CZERWONYCH W SIERPNIU I WRZEŚNIU



drugą żółtą kartkę obejrzał Filip Hołuj. Chwilę później młodego obrońcy Znicza nie było już na boisku. W 56. minucie bardzo dobrej sytuacji nie wykorzystał Vladysław Okhronczuk, a w całym meczu zobaczyliśmy łącznie 37 strzałów. 20 strzałów żółto-czerwonych i 17 prób zawodników przyjeźdźnych. Wynik się nie zmienił i to goście zdobyli trzy punkty.

Tydzień później, w kolejnym meczu ligowym Znicz grał drugi raz z rzędu u siebie. Do Pruszkowa przyjechała drużyna najbardziej „odizolowana” od reszty zespołów, Świt Szczecin. Przewaga gospodarzy przyniosła owoce w 30. minucie, Adrian Kazimierzczak zdobył bramkę tym samym otwierając wynik. Początkowo lepsza gra żółto-czerwonych z czasem przestała faktycznie istnieć. Tym bardziej, że piłkarze i kibice Znicza nie pocieszyli się za długo. 4 minuty po bramce Kazimierzczaka dla drużyny Świt Szczecin gola strzelił Szymon Kapelus, wyrównując stan spotkania. Minęły kolejne 4 minuty i znowu w centrum uwagi był strzelec drugiej bramki w meczu. Arbirer spotkania zapisał „Szymon Kapelus” po tym jak pokazał mu żółty kartonik. Druga połowa była już bardziej kontrolowana przez miejscowych. Wynik jednak pozostał, jak z końca pierwszych czterdziestu pięciu minut. Podczas tej rywalizacji sędzia pokazał żółtą kartkę, także zawodnikowi Znicza Pruszków, Jan Kosmański zameldował się na murawie w 67. minucie. Zastąpił wtedy Nikodema Zawistowskiego. Niecałe 20 minut później został ukarany napomnieniem. To spotkanie rozgrywane było w ramach 5. kolejki Betlic 2. Ligi. W ciągu tych pięciu rund Znicz rozegrał tylko jedno wyjazdowe spotkanie (wygrane 4-1 z Chojniczanką Chojnice). To miało się zmienić w następnym tygodniu.

29 sierpnia przyszedł kolejny mecz wyjazdowy. Pruszkowska drużynajechała do Wrocławia. W zeszłym sezonie, gdy Znicz grał w 1. Lidze mierzył się z pierwszą drużyną Śląska. Wtedy mecz w stolicy dolnośląskiego zakończył się wynikiem 2-2, a strzelcami bramek dla żółto-czerwonych byli Daniel Bąk i Jarosław Jach. Pierwszy z nich powrócił z wypożyczenia do Korony Kielce, gdzie zdobył już dwa gole w 13 meczach i mimo rozegrania tylko 18 minut w meczu Pucharu Polski z Widzewem Łódź bezpośrednio przyszył się do awansu „Scyzorów”. Drugi cały czas gra w Zniczu, aktualnie jest kapitanem i jednym z głównych filarów zespołu trenera

Łukasza Smolarowa. Wracając do meczu z rezerwami Śląska, spotkanie zakończyło się 3-2, kolejnym zwycięstwem gości. Wynik otworzył Jarosław Jach. Nie dość, że strzelił bramkę w drugim meczu z rzędu z Śląskiem Wrocław (tym razem z rezerwami), to ponownie była to przewrotka. Następnie padły łącznie 4 bramki, ze strzałów 2 zawodników. Dla gospodarzy strzelał Wiktor Kamiński (na 1-1 w 26' i na 2-2 w 53'), dla przyjeźdźnych Vladysław Okhronczuk (na 2-1 w 42' i na 3-2 w 82'). Jak się końcowo okazało Okhronczuk został bohaterem meczu dzięki temu, że dwukrotnie doprowadzał do wyjścia Znicza na prowadzenie. Jedynym ważniejszym wydarzeniem do końca meczu była czerwona kartka w 3 minucie doliczonego czasu gry drugiej połowy, wystawiona na „konto” Patryka Sokolowskiego. Statystyki realnie oddawały dynamikę i ogólny przebieg meczu. Znicz Pruszków po tym meczu był jedną ze skuteczniejszych drużyn na wyjazdach w całej lidze.

Nie samą ligą człowiek żyje. Po wyeliminowaniu rezerw ŁKS-u w rundzie wstępnej, do Pruszkowa przyjechała drużyna z Ekstraklasy – Cracovia. Nie można się nie zgodzić, że przed meczem to przyjeźdźni byli typowani do zwycięstwa i kontynuacji drogi w Pucharze Polski. Mecz zaczął się groźnymi akcjami podopiecznych Bartosza Grzelaka. Już w pierwszych 3 minutach piłka najpierw trafiła do siatki debiutującego, siedemnastoletniego Norberta Gzowskiego. Sędzia nie uznał gola, ponieważ strzelec był na spalonym. Chwilę później wyjście Zahiroslema (Cracovia) do akcji 1 na 1 z bramkarzem Znicza Pruszków, przerzucenie piłki nad głową zawodnika gospodarzy i wybiecie piłki z linii bramkowej przez Jarosława Jacha. W meczu widzieliśmy częste zmiany przeważania i można nawet pokusić się o stwierdzenie, że Znicz sprowadzał Cracovię pod ich własną bramkę i w niektórych momentach był po prostu lepszy. Pierwszą bramkę ujrzyliśmy dopiero w 79. minucie. Zdobył ją Ajdan Hasic. Do ostatnich minut wynik się utrzymywał, chociaż Znicz grał bardzo ofensywnie. W ostatnich akcjach meczu dośrodkowanie jednego z zawodników gospodarzy uderzyło w rękę rywala, który stał we własnym polu karnym. Arbiter nie zastanawiał się długo i wskazał na wapno. Żółto-czerwoni stanęli tym samym przed ostatnią okazją do wyrównania i kontynuowania meczu. Jako wykonawcę jedenastki zawodnicy Znicza wybrali



Tymona Proczka. Piłka po pewnym uderzeniu zatrzępotała w siatce po raz drugi, ale można teraz już powiedzieć, że nie ostatni. Druga połowa zakończyła się wynikiem 1-1, przy tym samym rezultacie usłyszeliśmy trzy gwizdki sędziego, które zamknęły dogrywkę. Rzuty karne zaczęli strzelać gospodarze. Kolejno Dawid Barnowski, Tymon Proczek i Adam Ratajski trafili do siatki. Z drugiej strony Ajdan Hasic i Mateusz Klich. Za długo by tu wymieniać, ale najważniejszą informacją jest zwycięstwo Znicza Pruszków 4-3 w konkursie jedenastek. Na pewno trzeba pochwalić także Norberta Gzowskiego, który obronił 3 rzuty karne zawodników Cracovii i w dużym skrócie wyrzucił ekstraklasową drużynę z pucharu krajowego.

Drugi raz w tym sezonie kontynuujemy serię meczów Znicza w Pruszkowie. Po ogromnym sukcesie w Pucharze Polski, zawodnicy wrócili do Betlic 2. Ligi. Patrząc na tabelę przed spotkaniem był to mecz na szczycie. Może niedosłownie, bo żółto-czerwoni byli wtedy na 4. miejscu, ale po drugiej stronie boiska stanął lider - Hutnik Kraków. Jednym z groźniejszych ogniw rywali był (i jak udowodnił podczas spotkania ciągle jest)



Oskar Zawada. Zawodnik ten regularnie występuje w zespole Hutnika Kraków mimo tego, że ma tylko 19 lat. Wcześniej w 4. kolejce udowodnił, że umie strzelać przeciwko drużynom z Mazowsza, zdobywając w meczu z Legią II Warszawa 2 gole. Wcześniej zdobył także po jednej bramce w rywalizacji z Podhalem Nowy Targ i Świt Szczecin. Oskar Zawada udowodnił swoją dobrą formę w ciągu pierwszych 18 minut meczu. Strzelił 2 gole kolejno w 7. i 18. minucie, druga z bramek padła po rzucie karnym. Znicz w pierwszej połowie odpowiedział za sprawą Tymona Proczka pięknym strzałem z rzutu wolnego. 10 minut przed końcem pierwszej połowy trener Łukasz Smolarow zmienił Nikodema Zawistowskiego, na murawie zameldował się Adam Ratajczyk. Jak się potem okazało rozszada była wymuszona odnowieniem się urazu. trener gospodarzy od razu odpowiedział, że jest to drobny uraz. W drugiej połowie Znicz musiał zabrać się do odrabiania strat. Najpierw z rzutu karnego wyrównał Dawid Barnowski. Chwilę później na 3-2 strzelił Adrian Kazimierzczak po asyście Tymona Proczka. Przyjeźdźnych dobił w ostatniej minucie (90+4') Aleksander Nadolski. Był to ważny mecz, mecz o 6 punktów. Oczywiście na tak wczesnym etapie rozgrywek, nie można swoich obserwacji opierać na tabeli ani pojedynczych spotkaniach, ale bardzo prawdopodobne jest to, że na koniec sezonu rywalizacja będzie zacięta i to spotkanie będzie istotne.

Ostatni mecz domowy przed przerwą reprezentacyjną Znicz rozegrał z GKS-em Tychy. Drużyna trenera Łukasza Smolarowa zaliczyła 2 remis w sezonie. Tym razem nie było to zbyt ekscytujące spotkanie. Zakończyło się wynikiem 1-1, na do-

datek już w 44. minucie. Dla gospodarzy strzelił Michał Borecki, dla gości Mateusz Lewandowski. To spotkanie, także było bardzo ważne. GKS Tychy też walczył aktualnie w czołowie stawki. Drużyna z Tych nie przegrała dotychczas ani jednego spotkania i zostaje jedynym takim zespołem w całej lidze. Z drugiej strony Znicz w tej kategorii jest na drugim miejscu razem z Zawiszą Bydgoszcz po jednej porażce. W samym spotkaniu nic ciekawszego się nie działo, oprócz 6 żółtych kartek. Jest to około 1,5 napomnienia powyżej ligowej średniej z poprzedniego sezonu. Co gorsze dla kibiców z Pruszkowa 5 z 6 kartek było „wycelowane” w zawodników gospodarzy. Statystyki pokazują widoczną przewagę przyjeźdźnych.

W końcu przyszła końcówka września, a razem z tym przerwa reprezentacyjna. Ostatni mecz we wrześniu Znicz rozegrał w Zielonej Górze przeciw miejscowej Lechii. W obu częściach Znicz zaprezentował się dobrze i przez większość spotkania sprowadzał Lechię pod bramkę rywali. Wynik otworzył Adam Ratajczyk, dla którego bramka w 23. minucie była debiutancką w zespole Znicza Pruszków. Niecały kwadrans później prowadzenie gości było już dwukrotnie większe. Po faulu na Adrianie Kazimierzczaku w polu karnym do jedenastki podszedł Tymon Proczek, który pokonał bramkarza. Zawodnik gospodarzy, który doprowadził do rzutu karnego został wykluczony z dalszej gry, a był nim Rafał Ostrowski. W drugiej części spotkania zobaczyliśmy po jednym голу obu drużyn. Najpierw podwyższenie wyniku na 3-0 przez Jarosława Jacha, 8 minut po rozpoczęciu 2. połowy. Bramkę honorową dla gospodarzy zdobył Kamil Olek. Stało się to dość późno, bo w 3 minucie doliczonego czasu.



Pierwsza przerwa reprezentacyjna w sezonie właśnie trwa. Za nami 9 kolejek co przekłada się na to, że za nami już ponad ćwierć rozgrywek 2026/2027. Bardzo szybko to minęło, a w nadchodzących tygodniach jeszcze bardziej nabierze tempa. Znicz póki co znajduje się na miejscu lidera. Przewaga nad drugim miejscem wynosi 3 punkty, co oznacza, że jeśli żółto-czerwoni chociaż zremisują pierwszy mecz po wznowieniu ligi to dalej będą na szczycie stawki. Ofensywna, szybka gra trenera Łukasza Smolarowa owocuje największą liczbą strzelonych bramek, ale widać ten bez troski styl także z tyłu, ponieważ aktualnie są 4 drużyny, które radzą sobie lepiej biorąc pod uwagę liczbę bramek straconych. Oczywiście są to szczegóły, a w ogóle trzeba pochwalić drużynę za pierwsze miejsce. Każdy plan będzie mieć plusy, jak i minusy. Niemniej jak to w piłce nożnej, wszystko może się zmienić bardzo szybko, więc trzeba uważnie monitorować najsłabiej wyglądające aspekty. Nie pozostało mi nic innego jak pogratulować najlepszym drużynom mocnego wejścia w sezon, całej stawce życzyć jeszcze lepszych występów, a nam kibicom i społeczności zebranej wokół piłki nożnej emocjonujących kolejnych części sezonu.

*Informacje zebrałem z aplikacji Flashscore, Sofascore, strony internetowej Transfermarkt.pl oraz z własnych obserwacji. Transmisje z komentarzem poszczególnych spotkań, wywiady i urywki konferencji prasowych dostępne na kanale YouTube „Jakub Długoszewski” - zapraszam!*

Reklama

# DNI OTWARTE

ZOBACZ SVOJE MIESZKANIE NA ŻYWO

**24-25 PAŹDZIERNIKA** | **PRUSZKÓW UL. STAŁOWA 16**

**PRZYJDŹ I ODBIERZ ZNIŻKĘ %**

**NA MIEJSCU:**

- OBEJRZ MIESZKANIE NA ŻYWO
- ZDZICZYS JAKOŚĆ WYKOŃCZENIA
- POZNASZ CENY I DOSTĘPNE WARIACJE
- ZOBACZYSZ JAK MOŻE WYGLĄDAĆ TWOJE WYMAGANE MIESZKANIE

**NOWOCZESNE WNĘTRZA**

**WYSOKI STANDARD**

**DOSKONAŁA LOKALIZACJA**

**601 852 352**

**jmwprojekt.pl**

**STALOWA 16**

**wejście do biura od strony Galerii Handlowej NOWA STACJA**

**Zobacz mieszkanie**

**NOWE MIESZKANIA w Pruszkowie**

Zobacz na żywo.

Sprawdź ceny i dostępne opcje.

Umów prezentację mieszkania wykończonego pod klucz.

- ścisłe centrum Pruszkowa
- 300 m do dworca PKP
- dojazd PKP z Pruszkowa do Warszawy Śródmieście - tylko 22 minuty

**601 852 352**

**biuro@jmwprojekt.pl**



# Stanisław Cieślik - „Ty nie wiesz, co my przeżyliśmy!”

Przez większość życia Stanisław Cieślik (ur. 1948 r.), syn Ludwika Cieślika nie znał pełnej historii swojej rodziny. Wychowany w Belgii, w polskojęzycznym domu, nie wiedział o żydowskich korzeniach swoich rodziców. W okresie okupacji niemieckiej Ludwik Heller i Temka Kritz ukrywali się w Warszawie, posługując się fałszywymi nazwiskami Ludwik Cieślik i Lucja Kastory. Oboje przeżyli powstanie warszawskie i wypędzenie do obozu przejściowego w Pruszkowie. Dopiero po śmierci ojca w 1990 roku zaczął odkrywać rodzinne tajemnice ukrywane przez lata przez najbliższych. W rozmowie z pracowniczkami Muzeum Duląg 121 opowiedział o wojennych losach swoich rodziców, o pomocy udzielonej im przez Wandę Domińską, o poszukiwaniu tożsamości i moźnego odtwarzania losów rozproszonej przez wojnę rodziny. Wywiad z synem artysty został przeprowadzony w 2026 roku przy okazji pracy nad wystawą szkiców Ludwika Cieślika z cyklu „Cierpiąca Warszawa r. 1944”, które przedstawiają sceny z powstańczej Warszawy, wysiedlania jej mieszkańców i z obozu Duląg 121. Obecnie Stanisław Cieślik zajmuje się upamiętnianiem twórczości ojca w Polsce i zagranicą. Dzięki jego zaangażowaniu Muzeum Narodowe Ziemi Przemyskiej w Przemysku zorganizowało dwie wystawy poświęcone twórczości Ludwika Cieślika: „Ludwik Cieślik (Heller) (1904–1990). Uśpione miasto – La ville endormie” (2022) oraz „WIK. Plakat filmowy Ludwika Cieślika” (2024).



ukrywan przed nim pochodzenie żydowskie.

Ludwik Cieślik, 1958. Ze zbiorów Stanisława Cieślika

Dzień dobry, nazywam się Stanisław Cieślik, urodziłem się w Belgii w 1948 roku, mam pochodzenie polsko-żydowskie. Zostałem ochrzczony w obrządku katolickim. Z rodzicami zawsze mówiłem po polsku, potem się nauczyłem francuskiego, który był głównym językiem w Belgii. Jestem tutaj dlatego, że się dowiedziałem, iż moi rodzice przeszli przez obóz w Pruszkowie.

## Jak to się wszystko stało?

Mój ojciec urodził się w Przemyslu w roku 1904. Tu też się uczył w gimnazjum. Później wyjechał do Krakowa, gdzie przez dwa lata studiował germanistykę na Uniwersytecie Jagiellońskim. Ojciec już wcześniej bardzo dobrze mówił po niemiecku, gdyż Przemysł przed I wojną światową należał do Austro-Węgier. Jest nawet możliwe, że językiem rodzinnym był niemiecki. Potem się nauczył po polsku. Oczywiście świetnie mówił w obu tych językach. W późniejszym czasie poznał jeszcze francuski. Po tych dwóch latach studiów w Krakowie wyjechał do Belgii, żeby studio- wać sztuki piękne w Antwerpii.

## Dlaczego w Antwerpii?

Dlatego że część rodziny mojego ojca mieszkała wtedy w Belgii. Po pięciu latach studiów wrócił do Polski i się osiedlił w Warszawie, gdzie zaczął karierę rysownika i malarza. Został tam aż do wybuchu wojny. Gdy Niemcy zaczęli bombardować Warszawę, wyjechał do Lwowa, gdzie znał wielu artystów i miał kontakty. Był tam, gdy Sowieci zajmowali wschodnią Polskę. Tam poznał moją matkę, która wówczas się nazywała Temka Kritz. Żył we Lwowie aż do inwazji niemieckiej na Rosję. Po napadzie Niemiec wrócił z moją matką do Warszawy, gdzie przeżył Powstanie Warszawskie. Tuż po powstaniu został wywieziony z moją matką do Pruszkowa. Nie wiem, ile czasu oni tam zostali, chyba dwa–trzy tygodnie, nie więcej, dlatego że mój ojciec był chroniony przez panią Wandę Domińską[1], która po wojnie została uhonorowana Medalem „Sprawiedliwa wśród Narodów Świata” przez instytut Yad Vashem w Jerozolimie. Ta pani pomagała moim rodzicom i w Warszawie, i w Pruszkowie, gdzie uzyskała pozwolenie na przychodzenie do obozu, żeby pracować. Zrobiła mojemu ojcu taki bandaż, specjalnie poplamiony kolorem czerwonym, żeby mógł udawać rannego. I po tych dwóch czy trzech tygodniach, nie wiem akuratnie, Niemcy pozwolili rodzicom wyjść z Pruszkowa i oni pojechali na wieś, do Nasiechowic, które są za Kielcami, bliżej Krakowa. Tam rodzice zostali aż do wyzwolenia przez Armię Czerwoną. Po tym wszystkim pieszo dotarli do Krakowa, gdzie żyli przez kilka miesięcy i gdzie mój ojciec został zaangażowany jako malarz dekorator Teatru Słowackiego. Znam nawet daty, kiedy oni tam zaczęli pracować i kiedy skończyli. Zdaje się, że to było już w październiku 1945 roku, kiedy dostali pozwolenie, aby wyjechać do Belgii, do rodziny. Podróż trwała dwa miesiące, czyli to był październik i listopad 1945 roku, aż w końcu się znaleźli w Brukseli. W Belgii zaczęli pracować, bo

praca była, nawet dla artystów, do reklamy i tak dalej. Oboje zaczęli rysować, malować. Moja matka także była artystką. Ustatkowali się w tej Belgii. Urodziłem się kilka lat później. I, powiedzmy, żyli normalnie, ale

wiedzą, że to była rodzina dosyć dobrze sytuowana. Nie była bardzo bogata, ale nie była biedna. Oni żyli w śródmieściu Przemysła, które było małym miastem, ale dosyć aktywnym. Stacjonował w nim garnizon austriacki. Austriacy przebudowali miasto w twierdzę i podobno służyło tam aż sto tysięcy żołnierzy i oficerów. To oczywiście dzięki temu gospodarka tak dobrze się rozwijała. To pokrótce historia mojej rodziny.

## Czy Pana tata miał rodzeństwo?

Miał. Jego najstarszy brat zginął w 1939 roku jako żołnierz podczas bitwy przeciwko Niemcom. Siostra niestety zginęła w Auschwitz. Jak już powiedziałem, gdy ojciec skończył gimnazjum, wyjechał do Krakowa. Tam mieszkał u tej swojej siostry, która była już mężatką. Jej mąż był adwokatem, nazywał się Benjamin Landau, ona zaś była pianistką. Mieli dwoje dzieci – czternastoletniego syna i trzyletnią córkę. Gdy wybuchła wojna, rodzina siostry, czyli ta para, postanowiła się rozdzielić, by się ratować. Benjamin Landau z tym najstarszym dzieckiem, synem, wyszedł piechotą na wschód. Przez lasy chcieli dotrzeć do Rumunii, ale Sowieci ich złapali i posłali do Kazachstanu. W Kazachstanie musieli obaj ciężko pracować. Gdy wojna się skończyła, wrócili do Polski i z Polski od razu pojechali do Palestyny. Oczywiście Landau, ojciec, zmarł, bodaj w latach 60., ale syn przeżył. On się nazywał Fryderyk Landau, ale potem zmienili imię na Mosze. Mosze Landau. On był taki bardzo nerwowy człowiek, chyba przez te przeżycia. Pracował dla urzędu cel w Izraelu. Spotkałem go, gdy tam polecałem. Miał już siedemdziesiąt lat. Opowiadał mi o tym, co mój ojciec przeżył w Krakowie przed wojną. To było bardzo wzruszające. Niestety on już nie żyje.

ale mam jeszcze jego listy i tak dalej. Żona Benjamin, czyli siostra mojego ojca, niestety z tą małą córką została wywieziona do Auschwitz i tam zginęły.

[1] Wanda Domińska została uhonorowana przez instytut Yad Vashem za to, że podczas II wojny światowej wniosła pomoc Żydom. Od 1943 r. ukrywała w swoim warszawskim mieszkaniu Chariottę Goldstein, która uciekła z getta. Opiekowała się przykutą do łóżka lokatorką i pielęgnowała ją w powrocie do zdrowia.

## PAŹDZIERNIK W MUZEUM DULĄG 121

**17.10. godz. 15:00** - „Głosy wypędzonych z miasta”. Spotkanie autorskie wokół reportażu historycznego Weroniki Wosińskiej-Miler „Rana. Głosy wypędzonych z powstańczej Warszawy” Muzeum Duląg 121, ul. 3 Maja 8a.

**18.10. godz. 12:00** - Co pamiętają zabawki? Spotkanie i warsztaty z Joanną Rudniańską, autorką książki „Szkatułka, Pierrot, Piłeczka” w ramach cyklu „Rodzinne niedziele z historią”.

**27.10. godz. 17:00** - „Pocztówka z Dulagu”. Pokaz spektaklu grupy Teatrlnia K40 w ramach pruszkowskiego miesiąca aktywnego seniora.

**30.10. godz. 18:00** - Anioły, przepowiednie, superbohaterowie. Legendy miejskie czasów wojny. Spotkanie z cyklu „Wieczór w Muzeum”.

**Zachęcamy również** do odwiedzania wystawy czasowej „Cierpiąca Warszawa r. 1944” prezentującej cykl prac wydanych 1946 roku autorstwa Ludwika Cieślika.

Więcej informacji: [www.dulag121.pl](http://www.dulag121.pl)

**Głosy wypędzonych z miasta**

Spotkanie autorskie wokół reportażu historycznego Weroniki Wosińskiej-Miler „Rana. Głosy wypędzonych z powstańczej Warszawy”

**17.10.2026, godz. 15:00**  
**Muzeum Duląg 121**  
**ul. 3 Maja 8a, Pruszków**

121 Muzeum Duląg 121 powiat pruszkowski

## Pod jakim imieniem i nazwiskiem urodził się Pański ojciec?

Nazywał się Ludwik Heller.

## W jakiej rodzinie się urodził? Czy wie Pan coś o jego rodzicach, dziadkach, o jego pierwszych latach życia?

Wiem. Mój dziadek, którego ja nigdy nie poznałem, bo on zmarł chyba przed wojną, podobnie zresztą jak moja babcia, był handlarzem maszyn do pisania. Podpisał ogromny kontrakt z armią austro-węgierską i sprzedawał do garnizonów maszyny do pisania. Dzisiaj się sprzedają komputery, to było to samo. On nawet jeździł po imperium austriackim, był m.in. w Bośni. To wszystko mój ojciec mi opowiadał. Po-



# PRUSZKOWSKA RADA SENIORÓW



**W Pruszkowie zakończono proces wyboru członków trzeciej kadencji Miejskiej rady Seniorów. Wybrano piętnastu przedstawicieli reprezentujących poszczególne obszary miasta.**

Jak wiemy Rada pełni funkcje doradczą, konsultacyjną i inicjatywną wspierając działania na rzecz seniorów w naszym mieście. Serdecznie gratulujemy wszystkim osobom, które uzyskały mandat Członka Rady. Dziękujemy również pozostałym kandydatom za zaangażowanie, gotowość do działania oraz chęć współtworzenia inicjatyw ważnych dla pruszkowskich seniorów. Zaprzysiężenie radnych odbyło na sesji absolutoryjnej Rady Miasta Pruszkowa w dniu 25 czerwca br.

## Oto jak wygląda skład Rady:

Janina Bakiera, Waldemar Deltuga, Anna Falandysz, Izabella Godlewska, Elżbieta Jasek, Hanna Jarzęcka-Wasilewska, Olgierd Lewan, Andrzej Tomasz Malczyk, Sabina Michta, Mirosława Matłosz, Marta Natanek, Stanisław Oprządek, Bożena Polińska, Wojciech Rosiński, Renata Szczęśniak.

**W głosowaniu na Radzie Seniorów wybrano Zarząd o składzie:**

Anna Falandysz – przewodnicząca, Sabina Michta jako zastępca przewodniczącej, Izabella Godlewska – sekretarz.

Należy życzyć nowej Radzie aktywnej i owocnej działalności.

Tomasz Malczyk

Foto - Urząd Miasta Pruszkowa



Reklama

**OGRODY PRZYJACIOŁ**

**WILLA DEVELOPER**

**GMINA MICHAŁOWICE REGULY UL. WIEJSKA 40**

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



# 100 lat Ochotniczej Straży Pożarnej w Nowej Wsi

**Sto lat służby, kilka pokoleń strażaków i historia nierozdzielnie związana z lokalną społecznością. 19 września 2026 r. Ochotnicza Straż Pożarna w Nowej Wsi świętowała jubileusz 100-lecia istnienia.**

Uroczystości rozpoczęły się przed strażnicą przy ul. Głównej. Po polowej mszy świętej odbył się uroczysty apel z udziałem pocztów sztandarowych, pododdziałów strażackich

i Młodzieżowej Drużyny Pożarniczej. Oprawę muzyczną zapewniła Orkiestra Dęta Pruszkowianka. Jednym z najważniejszych momentów jubileuszu było odznaczenie OSP Nowa Wieś Złotym Znakem Związku – najwyższym wyróżnieniem przyznawanym przez Związek Ochotniczych Straż Pożarnych RP. Wręczono również medale, odznaki i wyróżnienia dla druhen i druhów.

Szczególne uznanie otrzymał druh Jerzy Matrzak, który może pochwalić się 65-letnim stażem służby. Obok doświadczonych strażaków stanęli także najmłodszy członkowie Młodzieżowej Drużyny Pożarniczej, symbolicznie pokazując ciągłość pokoleń.

Ważnym punktem obchodów było odsłonięcie pamiątkowej tablicy podarowanej przez gminę Michałowice, która przypomina o latach 1926–2026 i oddaje hołd zarówno założycielom OSP,

jak i wszystkim kolejnym pokoleniom strażaków. Umieszczono ją na kamieniu wydobytym w rejonie strażnicy podczas remontu drogi wojewódzkiej nr 719. Przygotowano także kapsułę czasu, w której znajdują się fotografie, pamiątki jubileuszowe i przedmioty dokumentujące współczesne życie.

Podczas uroczystości przypomniano początki jednostki z 1926 roku.

*Historia OSP Nowa Wieś nie jest przede wszystkim historią remizy, samochodów czy sprzętu. Jest historią ludzi – podkreśliła wójt gminy Michałowice, Małgorzata Pachecka. Za strażackim mundurem stoi bardzo prosta obietnica: jeżeli wydarzy się coś złego, nie zostaniesz z tym sam – dodała.*

Zwróciła również uwagę na znaczenie słowa „ochotnicza”. Każdy wyjazd oznacza czyjąś decyzję o pozostawieniu pracy, rodzinnego stołu czy

własnych planów i odpowiedzi na alarm. Dlatego swoje podziękowania skierowała nie tylko do kolejnych pokoleń druhen i druhów, ale również do ich rodzin.

Jubileuszowi towarzyszyło również otwarcie Izby Pamięci OSP Nowa Wieś, w której zgromadzono fotografie, pamiątki i historyczne wyposażenie jednostki.

Po części oficjalnej rozpoczął się rodzinny piknik strażacki. Mieszkańcy mogli zobaczyć sprzęt, porozmawiać ze strażakami i obejrzeć inscenizację pokazującą, jak dawniej gaszono pożary.

Jubileusz był nie tylko świętem samej jednostki, ale także całej lokalnej społeczności. Historia rozpoczęta w 1926 roku trwa nadal, pisana przez kolejne pokolenia druhen i druhów.



*Członkowie OSP, wraz z MDP, 2026 r.*



*100-lecie OSP, 19.09.2026 r.*



*Siła bojowa OSP w 100-lecie powstania, 2026 r.*



*60-lecie OSP, 28.06.1986 r.*



*100-lecie OSP, 19.09.2026 r.*



*Pierwszy pojazd OSP – wóz rekwizytowy ZUCH, ok. 1935 r.*



*Nowo utworzona drużyna Ochotniczej Straży Pożarnej i jej Zarząd, 1928 r.*



# Ulica Leśna zachęca do spacerowania

**Ulica Leśna w Brwinowie zmieniła się w ciągu ostatniego 1,5 roku nie do poznania. Gmina Brwinów zaplanowała – po wykonaniu nowej jezdni z podbudową, nowych chodników oraz urządzeniu skweru przy komisariacie policji z rzeźbą policjantki – zadbanie o reprezentacyjny wygląd zieleni wzdłuż drogi.**

Widać już pierwsze efekty urzędzenia nowej zieleni. W kilku miejscach trzeba było usunąć drzewa stwarzające zagrożenie, ale charakter ulicy się przez to nie zmienił, a wręcz przeciwnie: szpaler przy jezdni został uzupełniony o 30 lip drobnolistnych na odcinkach, gdzie od wielu lat nie było już żadnych drzew. Teraz spółka Kwitnące Ogrody zajęła się pielęgnacją 63 starych drzew rosnących pod liniami energetycznymi, fachowo formując ich korony. Imponująca jest liczba ponad 3,6 tys. krzewów, które będą upiększać ul. Leśną. Są

wśród nich m.in. berberysy, forsycje, lilaki, krzewuszkki, pęcherznice, suchodrzewy, tawuły i śnieguliczki. W przyszłym sezonie można się też spodziewać rozkwitu ok. 900 sadzonek róż w czterech odmianach – kwiaty będą w kolorach białym, różowym, żółtym i czerwonym. Do tego dochodzi jeszcze ponad 1,3 tys. bylin i traw, popularnych liliowców, trzcinników, kocimiętek i trzmielin. Niemniej, już dzisiaj zieleni wzdłuż ul. Leśnej wygląda naprawdę zjawiskowo.



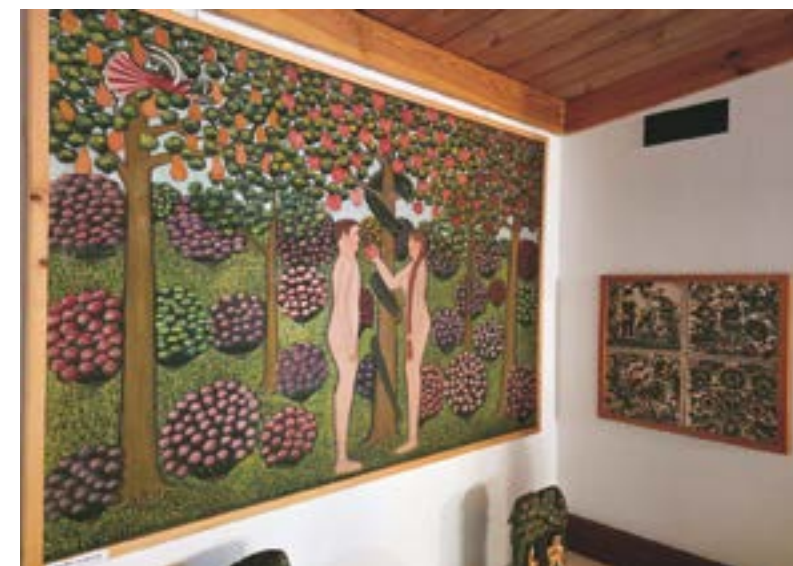
# Raj tuż za płotem

**Muzeum Sztuki Ludowej w Otrębusach obchodzi 30-lecie swojego istnienia. Z tej okazji została otwarta wystawa prezentująca motywy rajskie.**

Dzielo prof. Mariana Pokropka, wybitnego etnografa, który poza pracą naukową na Uniwersytecie Warszawskim i badaniami terenowymi realizował swoją pasję także poprzez stworzenie i prowadzenie w swoim domu Muzeum Sztuki Ludowej, jest kontynuowane obecnie przez jego rodzinę. Córka Profesora – Agnieszka Pokropek-Świdarska – tak wspomina początki:

„Pierwsze mini wystawy organizowane były w zaadaptowanych na cele wystawiennicze piwnicach starego, rodzinnego domu. Obecny pawilon muzealny, połączony arkadową galerią z domem mieszkalnym, powstawał przez ponad 20 lat, jego budowa zbiegła się z trudnym okresem naszej historii – stanem wojennym i jego konsekwencjami, a także nieuleczalną chorobą i śmiercią Ludwiga Zimmera, który był zachodnoniemieckim

dziennikarzem, wielbicielem polskiej sztuki ludowej i inspiratorem powstania Muzeum. Ze względu na przedłużające się prace budowlane eksponaty z kolekcji prezentowane były na wystawach w innych muzeach. Trzydzieści lat temu 15 września 1996 r. odbyło się otwarcie pawilonu i pierwszej stałej wystawy ze zbiorów zatytułowanej „Historia i wiara – dzieje biblijne i historia Polski w



sztuce ludowej”. Od tego czasu Muzeum zaprezentowało ponad 70 różnego typu wystaw tematycznych i monograficznych.

Wernisaż jubileuszowej wystawy odbył się 19 września 2026 r. „Raj tuż za płotem” pokazuje różnorodne dzieła twórców nieprofesjonalnych, m.in. obrazy i rzeźby, które odnoszą się do biblijnych motywów zaczerpniętych z

Księgi Rodzaju. Są tu zatem obecne postaci Adama i Ewy, drzewa poznania dobra i zła, węży kuszący Ewę, czy Stwórcy nakazującego nieposłusznym ludziom opuszczenie raju. Wystawę można zwiedzać w soboty w godz. 12-16 lub po uprzednim umówieniu: tel. 22 758 55 61.

Fot. A. Kosiński



# Arteterapia znaczy zdrowie...

**Sobota 19 września br. zapewniła w brwinowskim Pałacu Kultury moc wrażeń i różnorodnych doświadczeń artystycznych tym, którzy uczestniczyli w Pierwszym Otwartym Brwinowskim Dniu Arteterapii.**

Ponad sto osób, pełne sale warsztatowe, rozmowy, emocje i twórcza energia. Wszystko to, przez cały dzień wypełniało przestrzeń Okeja. Wydarzenie o nazwie SZTUKA WSPIERANIA pokazało, że arteterapia może być czymś znacznie więcej niż działaniem artystycznym. Jest sposobem budowania relacji, lepszego rozumienia siebie i tworzenia prawdziwej wspólnoty.

Arteterapeuci działający przy Polskim Towarzystwie Psychiatrycznym, dobrali warsztaty w taki sposób, aby były one otwarte na człowieka, jego emocje, doświadczenia i potrzebę wyrażania siebie. Po zarejestrowaniu na stronie [www.sztukawspierania.com.pl](http://www.sztukawspierania.com.pl), każdy uczestnik mógł wybrać dwa różnorodne zajęcia arteterapeutyczne, podczas których wykorzystywano między innymi słowo, obraz, ruch, muzykę, pracę twórczą i działania oparte na uważności. Udział we wszystkich spotkaniach był bezpłatny.

Szczególnym momentem dnia był wernisaż wystawy „Wspólna droga”. Na wystawie w dolnym foyer pałacu zaprezentowane zostały obrazy namalowane przez pacjentów oddziału dziennego Mazowieckiego Specjalistycznego Centrum Zdrowia w Pruszkowie. A na koniec dnia swoje miejsce znalazła tam również instalacja przestrzenna, którą wszy-

scy chętni tworzyli podczas całodziennego warsztatu na krośnie przygotowanym wcześniej przez arteterapeutów. Nazwa tego kolorowego dzieła to Tkanka Społeczna.

Wydarzenie zostało objęte patronatem Burmistrza gminy Brwinów oraz Starosty Powiatu Pruszkowskiego.





## Penicillinum Notatum Contra Staphylococcus Aureus



Foto - ze zbiorów autora

Grzegorz Przybysz - dziennikarz, publicysta, regionalista  
Foto - Wikipedia

Posłuchajcie tym razem historii innej, prawdziwej, tej, której naocznymi świadkami była i jest jeszcze terazniejsza, mijająca człowiecza generacja.

Był mglisty, wrześniowy poranek 1928 roku. Drzwi laboratorium bakteriologicznego szpitala Świętej Marii w Londynie otwiera siwiejący już mężczyzna. Ma lekko pochyloną sylwetkę i przygarbione plecy. To skutek długiego spędzania wielu godzin nad mikroskopem. Mężczyzna rzucił okiem na długie stoły laboratoryjne zastawione licznymi, szklanymi naczyniami, w których to podrasztali od kilku dni, hodowle złośliwych bakterii. Mężczyzna zlustrował duże szklane kolby stojące przed nim szeregiem i uśmiechnął się z zadowolenia. Miło jest zastać wszystko tak, jak kaže przyzwyczajenie, a także nawyk doświadczalnej systematyczności – pomyślał.

– Ale co to? W jednej z kolb, gdzie znajdował się specjalny życiodajny bulion ze złośliwym typem zarazka znanego pod łacińską nazwą staphylococcus aureus, na żółtawej płynnej powierzchni widniała wyraźnie duża, niebieskawa plama pleśni. Tego doktor Aleksander Fleming, bo tak nazywał się szkocki uczoney, akurat nie lubił. Fleming pomyślał, że doszło do przypadkowego zanieczyszczenia hodowli i postanowił szybko pozbyć się nieudanego testu. Lecz nagle przyszła chwila refleksji, zdumienia i zastanowienia. Oto wewnątrz i dookoła pleśniowej plamy widoczny był wyraźny, jasny pierścień wolnego od gronkowca bulionu. Zaś wokół niego, jak gdyby kręgiem nieprzekraczalnej bariery, widać było pod mikroskopem charakterystyczny obraz bujającej się kolonii zarazków, jakże zjadliwej bakterii gronkowca złocistego. Czoło Fleminga przecięła pionowa zmarszczka zdumienia, bowiem ten niespodziewany i nagły widok był dla lekarza i bakteriologa – szokujący!

Pierwsze badania zidentyfikowały pleśń wskazując jej przynależność do dobrze znanej grupy penicillium notatum. Fleming powtórzył kilkakrotnie doświadczenie, świadomie za każdym razem „zanieczyszczając” grzybami pleśniowymi przygotowany uprzednio bulion z gronkowcami. Wynik badania był taki sam jak poprzednio. Zatem wniosek wydawał się być prosty - grzyb penicillium zawiera jakąś nieznana substancję, która wpływa hamująco na rozwój bakterii. Fleming zaczął od razu prowadzić gorączkowe badania. Udało mu się otrzymać roztwór zawierający tajemniczą pleśń, którą wstrzykuje laboratoryjnym myszom zarażonym gronkowcem, po czym stwierdza, że to „coś”, co nie pozwala na rozwój zarazka, znajduje się właśnie w grzybie penicillium.

Minał rok. W czerwcu, w londyńskim periodyku naukowym „The British Journal of Experimental Pathology, ukazała się praca naukowa Aleksandra Fleminga pod tytułem: On the antibacterial action

of cultures of a penicillium, with special reference to their use in the isolation of B. Influenzae, czyli: O działaniu przeciwbakteryjnym hodowli pędzłaka, ze szczególnym uwzględnieniem ich zastosowania w izolatach pałeczki grupy B. Influenzae.

O dziwo, świat naukowy przyjął pracę Fleminga z przerażająco niezrozumiałą ciszą. Tylko, dlaczego? Otóż wydaje się, że był to fatalny okres dla tego typu doniosłych odkryć, bowiem lekarze na całym świecie zasugerowani byli zdobyciami wielkiej chemii, syntezą nowych środków organicznych, np. sulfonamidów, aspiryny, itp. a inne dziedziny pozostawały w kręgu pobłażliwie traktowanej, opartej na ludowych tradycjach pseudo-medycyny. Nie interesowano się najbardziej nawet doniosłymi odkryciami z rzędu leczniczych właściwości ziół, grzybów, czy też pleśni. Zatem penicylina pozostawała w zapomnieniu przez wiele lat. Jedynie z uporem prawdziwego maniaka-naukowca zajmował się nią stale samotny biały żagiel, czyli dr Aleksander Fleming, lekarz i bakteriolog.

Po upływie bez mała 10 lat, dalsze badania nad penicyliną podjęli dwaj naukowcy: Australijczyk baron Howard Florey - doktor farmakologii, oraz Brytyjczyk, sir Ernest Boris Chain - doktor nauk fizjologii i biochemii z Uniwersytetu w Oxfordzie.. Przez trzy długie i żmudne lata, często odmierzane entuzjazmem i niekiedy zniechęceniem, trzej naukowcy walczyli o odkrycie czynnej substancji, którą można by zastosować u chorego człowieka. Florey i Chain utrzymywali stały kontakt z Flemingiem i stale wymieniali między sobą uwagi. Tymczasem nazwa leku rozeszła się po całym świecie - to penicylina, ale samą nazwą nikt jeszcze nikomu życia nie uratował.

Wybuchła II wojna światowa. Londyn drży cały od wybuchu niemieckich bomb. W jednym z londyńskich szpitali walczył ze śmiercią angielski policjant. Boby nie był ranny. Ten młody człowiek zaciął się po prostu brzytwą przy goleniu. Przez małą ranek wtargnęły do krwi złośliwe gronkowce i zaczęła się infekcja. Temperatura chorego przekraczała codziennie 40 stopni, a podawane i znane dotychczas lekarstwa nie dawały żadnego efektu, zatem lekarze postanowili podać choremu pierwszą w historii dawkę penicyliny.

Effekt był zdumiewający. Chory odzyskał przytomność. Temperatura spadła natychmiast. Wydawało się, że jego życie będzie uratowane. Tymczasem okazało się, że złośliwość bakterii gronkowca nie została całkowicie pokonana i nastąpił nowy kryzys. Niestety szpital nie posiadał więcej dawek dla dokonania powtórnej iniekcji, i chory niestety zmarł.

Warto tu wyjaśnić, że zapas leku Wielkiej Brytanii i USA w tym czasie mieścił się w jednej łyżeczce od herbaty. Aliści pół roku później szpital otrzymał z uniwersyteckiego laboratorium nieco większą ilość penicyliny, choć też nie była to ilość, o jaką zabiegano.

Nagle pojawił się przełom. Otóż w 1943 roku, po powrocie z konferencji w Casablance, do szpitala akademickiego przywieziono w ciężkim stanie premiera Wielkiej Brytanii, Winstona Churchilla. Rozpoznanie brzmiało: obustronne, ciężkie, skomplikowane, zapalenie płuc. Dla oxfordzkich lekarzy oznaczało to tylko jedno: premier ma jedynie 20 procent szans na przeżycie.

Dla walczącej Anglii z niemiecką potęgą, strata tak opatrnościowego męża równałaby się z olbrzymią katastrofą całego kraju, bo może nawet Europy, zatem choroba Churchilla trzymana była w ścisłej tajemnicy. Nikt nie wiedział, oprócz personelu medycznego, że w akademickim szpitalu leży ciężko chory premier. Przede wszystkim chodziło o to, żeby nie dowiedzieli się o tym Niemcy, Włosi i Rosjanie.

Tymczasem stan zdrowia premiera po podaniu dużej dawki sulfonamidów nieco się poprawił, ale nie było to wystarczające, gdyż gorączka utrzymywała się stale na poziomie 39 stopni. Postanowiono, więc podać szybko penicylinę, i to w dużych dawkach, bowiem szpital posiadał już większe

zapasy. I premier wyzdrowiał. Co prawda zapadał potem na tę samą chorobę parokrotnie, ale dzięki penicylinie zawsze wychodził z tego obronną ręką.

Minał kolejny rok wojny. Jest maj 1944 r. U stóp klasztoru i wzgórza Monte Cassino, 2 Korpus Polski szycował się do ostatecznego szturmu. Dzień przed bitwą 3. C.C.S. ( Polowy Szpital i Punkt Opatunkowy) dostał 10 milionów jednostek penicyliny. Co prawda to niewiele, ale musiało wystarczyć.

Dalej posłuchajmy naocznego świadka bitwy pod Monte Cassino, Melchiora Wańkowicza, znanego pisarza, wówczas polskiego korespondenta wojennego.

Przywieziono do CCS kaprala Walczaka. Miał nie nogę, ale worek z pogruchotanymi kośćmi. Mają amputować Walczakowi nogę powyżej kolana.



Profesor Alexander Fleming w swoim londyńskim laboratorium

Kiedy doktor Marek Mojes udzieliwszy Walczakowi wszelkiej pomocy stwierdził, że rozpoczyna się zgorzel gazowa, że szanse śmierci należy ocenić na 80 – 90 procent, postanowiono obudzić doktora Donata Massalskiego. Ukończył on właśnie flakonowanie penicyliny na następny dzień. Rozbudzono i trzeciej w nocy, zaaplikował Walczakowi 40 tysięcy jednostek – to trzy razy więcej niż zalecała ówczesna teoria. Podobno na jedenasty dzień kapral Walczak pojechał dalej bez gorączki.

Tyle Wańkowicz.

Po wojnie penicylina stała się lekiem powszechnie stosowanym prawie na całym świecie. Produkcja tego pierwszego antybiotyku sięgała wówczas dziesiątków ton, o ile nie setek. Lek podawano tylko w zastrzykach, i do dziś stosowany jest w takiej formie, w szczególnych ciężkich przypadkach. Lek

występuje obecnie w ampułkach pod nazwą Penicillinum Procainicum L. lub Penicillinum Crystallisatum. Niestety, nie wiemy, dlaczego w Polsce osiągnięto jest tylko w kilku krajowych aptekach. Być może nie ma już takiej potrzeby.

Na koniec dodam, że w roku 1945, odkrycie pierwszego na świecie antybiotyku zostało gremialnie docenione przez Zgromadzenie Profesorów z Instytutu Medycznego Karolinska Institutet ze Szwecji. Trzej badacze otrzymali wówczas Nagrodę Nobla w wysokości 121 333 koron szwedzkich, odpowiadające wówczas 28888 dolarów USA, co obecnie wyniosłoby po uwzględnieniu inflacji, 2,5 miliona koron szwedzkich. Nagrodę podzielono równo po 40444 koron na osobę, czyli po 9630 ówczesnych dolarów USA.



## Tatuaż może zwiększyć ryzyko nowotworów?



Foto - zbiory autora

Tomasz, Długosz Trąbiński - publicysta  
Ilustracja - Internet

W Tradycyjnej Medycynie Chińskiej (TCM) tatuaż nie jest oceniany tak samo jak w medycynie zachodniej. TCM patrzy na ciało jako na całość, w której płynie Qi (energia życiowa), krew (Xue) oraz znajdują się kanały energetyczne (meridiany). Tatuaż jest ingerencją w skórę, czyli w pierwszą warstwę ochronną organizmu (Wei Qi).

### Skóra jako granica energetyczna

W TCM skóra jest związana przede wszystkim z: Płucami (Fei) – które odpowiadają za obronną energię organizmu (Wei Qi), krążeniem Qi i krwi, kontaktem organizmu ze światem zewnętrznym. Przekłuwanie skóry i wprowadzanie pigmentu może być postrzegane jako: naruszenie naturalnej bariery ochronnej, lokalne zaburzenie przepływu Qi i krwi, powstanie miejsca „zastoju” (Yu).

### Zastój energii Qi i krwi

Jednym z podstawowych pojęć TCM jest zastój energii i krwi. Według tej koncepcji: uraz skóry powoduje lokalną stagnację, organizm musi odbudować uszkodzoną tkankę, u osób z tendencją do zaburzeń krążenia może powstać przewlekła nierównowaga.

### Tatuaż a meridiany

W TCM uważa się, że przez ciało przebiegają kanały energetyczne. Niektórzy praktycy TCM zwracają uwagę, że duże tatuaże wykonane w miejscach przebiegu ważnych meridianów mogą potencjalnie wpływać na przepływ Qi. Przykładowo: okolice kręgosłupa wiążą się z kanałem Du Mai (Naczyńie Zarządzające), brzuch i klatka piersiowa są ważnymi obszarami dla przepływu Qi narządów wewnętrznych.

### Barwniki jako „wilgoć i toksyny”

TCM często opisuje szkodliwe czynniki jako: Shi (wilgoć), Re (gorąco), Du (toksyczność). Niektórzy współcześni terapeuci TCM interpretują pigmenty chemiczne jako potencjalne obciążenie dla organizmu, szczególnie gdy: jest ich dużo, organizm ma słabą zdolność oczyszczania, występują problemy ze skórą lub odpornością.

### Tatuaże w kulturze chińskiej

Historycznie w Chinach tatuaże często miały negatywne znaczenie społeczne. W konfucjanizmie ciało było traktowane jako dar od rodziców, którego nie powinno się ce-

lowo uszkadzać. Z tego powodu tatuaże przez wieki kojarzono m.in. z karą, wykluczeniem lub grupami przestępczymi. Jednocześnie istniały kultury, w których tatuaże miały znaczenie ochronne lub rytualne. Każda ingerencja w ciało wpływa na przepływ Qi. Im większa ingerencja, tym większa potrzeba zachowania równowagi organizmu. Miejsce tatuażu, wielkość i ilość pigmentu, zdolność organizmu do regeneracji. Tatuaż można porównać do trwałego „zapisu” na powierzchni ciała. Dla medycyny chińskiej ciało jest dynamiczną siecią energii — dlatego każda blizna, uraz czy pigment może zmieniać lokalną równowagę Qi. Węzły chłonne są jednym z kluczowych elementów układu immunologicznego, odpowiedzialnym za filtrowanie limfy i koordynację odpowiedzi odpornościowej. To właśnie tam mogą gromadzić się cząsteczki tuszu, które organizm próbuje usuwać, ale nie jest w stanie ich skutecznie rozłożyć. Proces nie jest jednorazowy. Zamiast tego trwa przez całe życie, ponieważ komórki odpornościowe nieustannie próbują pozbyć się pigmentu, który następnie wraca do obiegu wraz z obumierającymi komórkami.

### Tusz nie pozostaje wyłącznie w skórze

Tatuaż wykonywany jest poprzez wielokrotne nakłuwanie skóry i wprowadzanie pigmentu do skóry właściwej. Część cząsteczek pozostaje w miejscu wykonania tatuażu, ale część może zostać przechwycona przez komórki układu odpornościowego i transportowana drogą limfatyczną do regionalnych węzłów chłonnych. Jest to istotne, ponieważ oznacza, że tatuaż nie jest wyłącznie miejscowym procesem zachodzącym w skórze. Pigment może znaleźć się również w innych częściach organizmu, przede wszystkim w węzłach chłonnych. Obecność cząstek pigmentu w tych strukturach została potwierdzona w badaniach histologicznych i eksperymentalnych. Organizm traktuje pigment jako ciało obce. Komórki odpornościowe, przede wszystkim makrofagi, pochłaniają cząsteczki tuszu. Część z nich pozostaje w komórkach przez długi czas, a po śmierci komórki pigment może zostać ponownie przechwycony przez kolejne komórki układu immunologicznego. W efekcie powstaje sytuacja, w której organizm przez wiele lat pozostaje w kontakcie z materiałem, którego nie jest w stanie całkowicie usunąć.

### Badanie szwedzkie: 21 procent wyższe ryzyko chłoniaka

Duże zainteresowanie środowiska naukowego wzbudziło badanie szwedzkich naukowców Christel Nielsen, Matsa Jerkemana i Anny Saxne Joud, opublikowane w 2024 r. w czasopiśmie eClinicalMedicine należącym do grupy wydawniczej „The Lancet”. Badacze przeanalizowali dane 11 905 osób, w tym pacjentów z rozpoznanyam chłoniakiem oraz grupy kontrolnej. U osób posiadających tatuaż stwierdzono około 21-procentowe zwiększenie względnego ryzyka wystąpienia chłoniaka w porównaniu z osobami bez tatuaży. Szczególnie interesujący był związek pomiędzy czasem, jaki upłynął od wykonania pierwszego tatuażu, a ryzykiem choroby. Ryzyko było najwyższe w okresie pierwszych dwóch lat po wykonaniu tatuażu, następnie malało, a po ponad 11 latach ponownie wykazywało tendencję wzrostową. Autorzy określili ten wzorek jako przypominający krzywą w kształcie litery U. Nie oznacza to jednak, że tatuaż został udowodniony jako przyczyna chłoniaka. Było to badanie obserwacyjne typu case-control, a więc pozwalające wykazać zależność statystyczną, lecz nie rozstrzygające o związku przyczynowo-

-skutkowym. Sami autorzy podkreślili potrzebę dalszych badań epidemiologicznych.

### Duński eksperyment na bliźniętach

Kolejnych interesujących danych dostarczyło badanie opublikowane w styczniu 2025 r. w BMC Public Health. Naukowcy wykorzystali dane duńskiego rejestru bliźniąt i informacje dotyczące występowania tatuaży oraz nowotworów. W analizie indywidualnej osoby posiadające tatuaże miały 1,62 razy wyższe ryzyko wystąpienia raka skóry innego niż rak podstawnokomórkowy. Jeszcze bardziej interesujący był wynik dotyczący dużych tatuaży – w przypadku



wzorów większych niż powierzchnia dłoni stwierdzono zwiększone ryzyko zarówno raka skóry, jak i chłoniaka. W przypadku chłoniaka hazard względny wynosił 2,73, a w przypadku raka skóry 2,37.

### Co właściwie znajduje się w tuszu?

Jednym z najważniejszych problemów jest skład chemiczny tuszów. Pigmenty stosowane do tatuowania mogą zawierać bardzo różne związki chemiczne. W literaturze naukowej opisywano między innymi wielopierścieniowe węglowodory aromatyczne (WWA), pierwszorzędowe aminy aromatyczne, metale oraz inne substancje chemiczne. Niektóre z tych związków mają właściwości toksyczne lub potencjalnie rakotwórcze. Szczególną uwagę zwraca się na czarny pigment zawierający sadzę techniczną oraz związane z jej produkcją wielopierścieniowe węglowodory aromatyczne. Jednym z najlepiej poznanych związków tej grupy jest benzo[a]piren, który Międzynarodowa Agencja Badań nad Rakiem (IARC) klasyfikuje jako substancję rakotwórczą dla człowieka. W przypadku kolorowych pigmentów problem może być jeszcze bardziej

złożony. Niektóre barwniki azowe mogą pod wpływem promieniowania ultrafioletowego lub podczas procesów związanych z laserowym usuwaniem tatuażu ulegać rozpadowi, w wyniku którego mogą powstawać inne związki chemiczne.

### Metale i zanieczyszczenia

Analizy chemiczne tuszów wykazywały również obecność metali oraz innych niepożądanych zanieczyszczeń. Trzeba jednak uważać z prostym stwierdzeniem, że każdy współczesny tusz zawiera ołów, kadm czy rtęć. Skład tuszów jest bardzo zróżnicowany, a obecność konkretnych substancji zależy od producenta, pigmentu i partii produktu. Problemem może być także zanieczyszczenie mikrobiologiczne. Amerykańska FDA zwraca uwagę, że nawet zamknięty i oznaczony jako sterylny tusz może zostać zanieczyszczony mikroorganizmami. Z tego powodu tatuowanie wiąże się nie tylko z potencjalnymi problemami toksykologicznymi, lecz również z ryzykiem infekcji i reakcji alergicznych.

### Układ odpornościowy pod stałą obserwacją

Szczególnie interesujące są najnowsze badania dotyczące wpływu pigmentu na układ immunologiczny. W 2025 r. w czasopiśmie PNAS opublikowano eksperymentalne badanie na myszach. Naukowcy wykonali zwierzętom tatuaże przy użyciu czarnego, czerwonego i zielonego tuszu, a następnie obserwowali losy pigmentu. Okazało się, że pigment szybko przemieszczał się drogą limfatyczną i gromadził w węzłach chłonnych. Był przechwytywany przede wszystkim przez makrofagi. Obecność pigmentu wiązała się z procesami zapalnymi, a oznaki zapalenia utrzymywały się w węzłach chłonnych nawet dwa miesiące po wykonaniu tatuażu. Jest to natomiast ważny sygnał biologiczny pokazujący, że pigment nie jest dla organizmu substancją całkowicie obojętną.

### Trzy potencjalne mechanizmy zagrożenia

Naukowcy rozważają kilka mechanizmów, które teoretycznie mogłyby łączyć długotrwałą obecność pigmentu z rozwojem chorób. Przewlekły stan zapalny. Organizm próbuje pozbyć się obcego materiału. Jeżeli pigment pozostaje w tkankach przez wiele lat, reakcja immunologiczna może być powtarzana lub utrzymywana. Stres oksydacyjny. Niektóre substancje chemiczne mogą zwiększać powstawanie reaktywnych form tlenu. Nadmierny stres oksydacyjny może prowadzić do uszkodzeń struktury komórkowych i DNA. Kontakt pigmentu z komórkami układu odpornościowego. Pigment trafiający do węzłów chłonnych pozostaje w bezpośrednim kontakcie z komórkami immunologicznymi. Z biologicznego punktu widzenia jest to jeden z powodów, dla których naukowcy interesują się potencjalnym związkiem pomiędzy tatuażami a chłoniakami.

### Opracował Tomasz Długosz-Trąbiński Bibliografia i źródła:

- Nielsen C., Jerkeman M., Joud A.S. (2024), Tattoos as a risk factor for malignant lymphoma: a population-based case-control study, eClinicalMedicine, 72, 102649. DOI: 10.1016/j.eclinm.2024.102649. Badanie 11 905 osób; główny wynik: IRR 1,21 dla chłoniaka.
- Clemmensen S.B. et al. (2025), Tattoo ink exposure is associated with lymphoma and skin cancers – a Danish study of twins, BMC Public Health, 25, 170. DOI: 10.1186/s12889-025-21413-3.
- Laux P., Tralau T., Tentschert J. et al. (2016), A medical-toxicological view of tattooing, The Lancet, 387(10016), 395–402. DOI: 10.1016/S0140-6736(15)60215-X.

# Tropami Jana Szczepkowskiego (1875 - 1963) cz. 1



Foto - zbiory autora

**Mirosław Wawrzyński (dr n. hum. WDInP UW)**  
publicysta  
Foto - Miłosz Zaborski, Internet

W niedzielę, 27 września 2026 roku pod dworcem PKP w Pruszkowie przy ul. Sienkiewicza rozpoczął się spacer miejski pt. „Tropami Jana Szczepkowskiego”, który prowadził dr Mirosław Wawrzyński. Organizatorem tego ciekawego wydarzenia był pruszkowski Miejski Ośrodek Kultury „Kamyk”, a współprowadziła z przewodnikiem p. Anna Kwietniak instruktorka z „Kamyka”. Realizował on projekt pn. „Pruszków – miasto do odkrycia”, który miał dofinansowanie z programu Muzeum Historii Polski pn. „Patriotyzm Jutra”. Pojawiło się ponad 30 osób, a wśród nich była p. Maria Brodowicz - wnuczka bohatera wycieczki.

Bohaterem niedzielnego spaceru była jedna z bardzo niezwykłych osób związana przez 60 lat najpierw ze wsią, a potem z miastem Pruszkowem. Przez parę miesięcy roku 1920 Szczepkowski był jego burmistrzem. Z tego powodu wydarzenie to bardzo dobrze wpisywało się w obchody 110 rocznicy otrzymania przez Pruszków praw miejskich, nadanych przez okupacyjne, niemieckie cywilne władze powiatowe.

Przed wyjściem na trasę uczestnicy dodatkowo otrzymali atrakcyjne, miejskie upominki okolicznościowe. Biuro Komunikacji i Promocji UM Pruszków (gdzie p.o. kierownika jest Krzysztof Olszewski) specjalnie ofiarowało je im z okazji 110-lecia miasta. W tym pakiecie był: ładny, płócienny plecak-ciepłota, długopis i notes do zapisków z miejskimi i rocznicowymi symbolami.

W słoneczną i ciepłą niedzielę przybyli poszli ciekawymi tropami Jana Szczepkowskiego. W Pruszkowie mieszkał on w latach 1906-1963. W tym czasie był on m.in. bibliotekarzem, druhem pruszkowskiego gniazda „Sokoła” (1906-1939), druhem strażakami ochotnikami we wsi Pruszków, animatorem kultury lokalnej w parku „Anielin”, żołnierzem WP, burmistrzem Pruszkowa, pisarzem i literatem. Szczepkowski silnie odcisnął swe piętno na współczesnej tożsamości miasta i nie tylko. Przyczynił się także na tworzenie polskiego ruchu krajoznawstwa, które po II wojnie światowej zamieniło się w PTTK. Z tego tytułu w 1957 roku dostał on złotą odznakę PTTK nr 1.

Tropy naszego bohatera zaczęliśmy już odkrywać przy dworcu PKP. Dawniej był to dworzec Drogi Żelaznej Warszawsko-Wiedeńskiej Pruszków. Na nim to Szczepkowski już w 1902 roku pojawił się, kiedy przyjechał pociągiem do wsi Pruszków, aby odwiedzić swoją narzeczoną Marię Gembicką, którą poślubił w 1906 roku. Potem udaliśmy się adres ul. Kościuszki 47, gdzie do 2009/2010 stał dom Szczepkowskiego. W tym domu zamieszkał on z żoną po ślubie, w nim żył i pracował. W tym miejscu, w latach 1907-1993, mieściła się także biblioteka i czytelnia, a potem biblioteka miejska. Potem przeszliśmy na plac obok pałacyku „Sokoła” w parku Kościuszki. Pałacyk ten został w latach 20. XX wieku został wydzierżawiony i odbudowany z ruin przez druhów pruszkowskiego



*Zdjęcie wykonano w domu Jana Szczepkowskiego w Pruszkowie przy ul. Kościuszki 43 m 5 w roku 1941 lub 1942. Fotografia pochodzi ze zbiorów Marii Brodowicz*

gniazda „Sokoła”. W jego władzach zasiadał m.in. Jan Szczepkowski.

Następnym punktem trasy był adres ul. Niecała. Tam w latach 20-30 XX w. była druga remiza straży ochotniczej. Pruszkowską straż ogniową w latach 1910-1912 Jan Szczepkowski wspólnie zakładali z hr. Antonim Potulickim i Antonim Marylskim-Luszczyńskim i innymi druhami pruszkowskiego „Sokoła”. Oficjalnie zaczęła ona działać w 1912 roku.

Stamtąd przeszliśmy na plac przy fontannie przed dworkiem Potulickich. Z rodziną Potulickich Szczepkowski znał się przez szereg lat. Potem udaliśmy się na ul. Kraszewskiego przy kościele św. Kazimierza, gdzie uczestnicy dowiedzieli się, gdzie była pierwsza remiza straży ogniowej. Finalnie około 13.30 zakończyliśmy wycieczkę przed UM Pruszków przy ul. Kraszewskiego, naprzeciwko Książnicy Pruszkowskiej. W 1957 roku Szczepkowski w budynku ZOR przy ul. Kraszewskiego 13 uroczystie obchodził z innymi zaproszonymi gośćmi 50-lecie działania pruszkowskiej biblioteki miejskiej. Spacer „Tropami Jana Szczepkowskiego” udał się bardzo ładnie, tym samym została przypomniana jedna z ważnych postaci w tożsamości Pruszkowa, przez dziesiątki lat z nim związana i ją formująca.

## Krótko o Janie Szczepkowskim

Jan Szczepkowski (ur. w 1875 r., zm. w Pruszkowie w 1963) żył i mieszkał we wsi, potem mieście Pruszków w latach 1906-1963 przy drodze Starowiejskiej, potem ul. Kościuszki 43 (od lat 50. nr 47). W tym okresie aktywnie tworzył w Pruszkowie różne, ważne instytucje, które potem stały się miejskimi.

## Głobtroter

W 1901 roku, mając 25 lat, odbył niezwykły, pieszy marsz na trasie Odessa-Warszawie, gdzie przeszedł 2200 km. Ten wielki wyczyn globtroterski uczynił Szczepkowskiego bardzo słynnym w warszawskich, i nie tylko, kręgach turystycznych.

## Młody druh sokoli

We wsi Pruszków w 1906 roku zaangażował się z grupą lokalnych działaczy (hr. Potulicki, Marylski i inni) w powołanie gniazda pruszkowskiego Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół”. Po zakazaniu działalności „Sokoła” prowadzono je nielegalnie.

## Strażak ochotnik we wsi Pruszków

W 1910 roku Jan Szczepkowski, hr. Antoni Potulicki, hr. Antoni Marylski rozpoczęli zakładac oficjalnie ochotniczą straż ogniową, która formalnie zaczęła działać w 1912 roku. Jan Szczepkowski został druhem strażakami pod komendą inż. Józefa Troetзера. Szkolił na polecenie tego ostatniego fizycznie, w musztrze druhów i uczestniczył w akcjach gaszenia ognia.

## Twórca biblioteki miejskiej

Jan Szczepkowski od 1907 roku zaangażował się równoległe w utrzymanie biblioteki i czytelnicy hr. Antoniego Potulickiego dla jego robotników w cegielni. Siedziba tej społecznej, prywatnej biblioteki była w jego domu prywatnym przy drodze Starowiejskiej (od 1907 r. aż do 1993 roku).

W 1923 r. Księżniemu niemu prywatna biblioteka i czytelnia przeszła na własność miasta Pruszkowa,

aby od 1924 roku stała się już Miejską Biblioteką Publiczną im. H. Sienkiewicza przy ul. Kościuszki 43 (w latach 50. nr 47), a istniejącą do dziś jako Książnica Pruszkowska.

## Twórca lokalnej kultury

W latach 1907-1914 Jan Szczepkowski współtworzył w ramach Koła XII Stowarzyszenia Robotników Chrześcijańskich lokalny i przeżył ośrodek kultury i oświaty dla mieszkańców wsi Pruszków, Żbikowa i okolic w parku „Anielin”. Pruszkowskie Koło XII SRCh był protoplastą pruszkowskiego CKIS, MOK i MDK.

## Żołnierz „Dzikiej Dywizji”

Podczas I wojny światowej, Jan Szczepkowski z rodziną wyjechał w głąb Rosji. Powrócił do kraju w szeregach 4. Dywizji Piechoty, tzw. „Dzikiej Dywizji”, gen. Żeligowskiego. Jednostka ta podlegała Armii gen. Hallera we Francji i broniła m.in. przed



*Początek spaceru spod dworzec PKP w Pruszkowie. Foto Miłosz Zaborski*



*Przed dawnym domem Jana Szczepkowskiego. Foto Miłosz Zaborski*

bolszewikami miasto i port Odesę. W kwietniu 1919 roku wycofała się na Bukowinę do Rumunii. Następnie w czerwcu 1919 roku, z bronią w ręku wróciła do Polski. Od razu weszła do walki z wojskami ukraińskim w rejonie Stanisławowa. Jan Szczepkowski z synem byli żołnierzami 15. Pułku Piechoty i służyli w taborach i dzielili jej losy.

## Burmistrz Pruszkowa

Po zwolnieniu z wojska w 1919 roku Szczepkowski powrócił do Pruszkowa. Najpierw został ławnikiem w magistracie. W 1920 roku radni pruszkowscy wybrali go burmistrzem miasta Pruszkowa. Funkcję tę pełnił przez parę miesięcy. Po rezygnacji z tej funkcji Szczepkowski jako pracownik cywilny wstąpił do wojska polskiego i brał udział w wojnie 1920 roku.

## Stary druh Sokoła

Po zakończeniu służby w wojsku w 1921 roku Jan Szczepkowski żył i pracował w Pruszkowie. W 1923 roku zaangażował się w odtworzenie gniazda pruszkowskiego „Sokoła”. W latach kolejnych druhowie odbudowali z ruin pałacyk oraz park przy ul. Kościuszki zamieniając go w jedno z ważnych centrów sportu i kultury lokalnej. Jan Szczepkowski zajmował w II RP ważne miejsce w pruszkowski „Sokole” i paru jeszcze innych organizacjach pruszkowskich.

## Żołnierz września; walki na Wołyniu z Armią Czerwoną

Po wybuchu wojny, 1 września 1939 roku, ponownie Jan Szczepkowski oraz jego syn 7 września ruszyli na wojenną wyprawę. Jan Szczepkowski dołączył do jednej ze zbiorczych kolumn amunicyjnych WP i poprowadził ją na głębokie zaplecze na Wołyniu.

Po agresji radzieckiej 17 września, rozpoczęła się jego droga powrotna na zachód. Dołączył do jednego z pułków KOP, który cofał się w tę samą stronę. Z tym wojskiem brał udział w dwudniowej, bardzo krwawej walce z Armią Czerwoną. Po kapitulacji żołnierzy KOP trafił na parę dni trafił do niewoli radzieckiej. Przy pierwszej okazji uciekł Rosjanom. Przedostał się do Lwowa i następnie powrócił do Warszawy i Pruszkowa.

Zmarł w Pruszkowie w 1963 roku i leży na cmentarzu pruszkowskim.

Redakcja dziękuje Panu Miłoszowi Zaborskiemu za udostępnienie zdjęć do artykułu.

Ilustrowana część druga ukaże się w następnym wydaniu gazety.

# Folkolklor nie zna granic - Mazovia Folk Festival



Foto - Mirosław Kalinowski

**Grażyna Siczek, publicystka**  
Foto - UM Pruszkowa

Pierwszy Międzynarodowy Festiwal Folklorystyczny został zorganizowany w Pruszkowie przez Zespół Tańca Ludowego „Pruszkowiaczy” pod kierunkiem dyrektora zespołu Piotra Grządkowskiego. To ważne kulturalne i bardzo widowiskowe wydarzenie odbyło się przy wsparciu i honorowym patronacie Marszałka Województwa Mazowieckiego Adama Struzika oraz Prezydenta Miasta Pruszkowa Piotra Bąka. Trzeba przyznać, że był to pomysł świetny.

Festiwal trwał pięć dni od 23 do 27 września 2026. Na wielu koncertach i imprezach organizowanych z tej okazji wystąpiło ponad dwieście młodych osób z pięciu różnych krajów. W sobotę 26 września w olbrzymiej Hali Zniczy w Pruszkowie odbył się koncert finałowy tego festiwalu. Hala wypełniona była w całości. Zebranych przywitał Piotr Grządkowski, dyrektor zespołu „Pruszkowiaczy”, będącymi gospodarzami całosci przedsięwzięcia. Po chwili dołączył do niego honorowy patron festiwalu, Prezydent Miasta Pruszkowa, Piotr Bąk. Obaj panowie tanecznym krokiem zapowiedzieli mający rozpocząć się finałowy koncert Mazovia Folk Festival.

Zapoczątkowali gospodarze imprezy, czyli Zespół Tańca Ludowego „Pruszkowiaczy” ubrani w barwne łowickie stroje, czyli pasiaste spodnie dziewcząt i pomarańczowe, pasiaste spodnie chłopców. Gospodarze wystąpili jeszcze czterokrotnie prezentując tańce śląskie, kaszubskie i kurpiowskie. Wszystkie wspaniałe opracowane muzycznie i choreograficznie. Nie ograniczali się wyłącznie do tańców, gdyż w swoim repertuarze mają również występy wokalne, co wykorzystali także na koncercie finałowym. „Pruszkowiaczy” istnieją od przełomu lat 1978/79. Innym zespołem pochodzącym z Polski były „Promyki” z Wieliszewa działające przy tamtejszym domu kultury. W ich wykonaniu obejrzyliśmy tańce podlaskie.

Albanij reprezentował zespół z Centrum Kultury Dzieci w Durres. Zespół istnieje od 1945 – bągałka 81 lat! – i koncertuje w krajach bałkańskich, a także we Włoszech, Grecji, Turcji. Dziewczęta z tego zespołu nosiły białe bluzki bogato haftowane i gorsety, na nogach pantalonki podobne do haremek, pod nimi kolorowe pończochy, chłopcy na białe, ale barwne kamizelki. W ekspresji ich tańców wyczuwało się wpływy wschodniej, tureckiej kultury. Z Bułgarii przyjechały dziewczyny z zespołu „Usmivki” założonego w 1981 roku. Tańczyły prześlicznie, równiutko trzymając się za ręce. A ubrane były w kostiumy z przewagą koloru żółtego, przy czym gorsety i fartuski miały haftowane bardzo kolorowymi nićmi.



Z Litwy wystąpili tancerze z Młodzieżowego Zespołu Tańca „108 uśmiechów” powstałego w 1981 roku przy Liceum im. Adama Mickiewicza w Wilnie. W swoim repertuarze zespół propaguje folklor litewski i polski. Kolejnych naszych sąsiadów, Słowację, reprezentował Dziecięcy Zespół Folklorystyczny „Dubravienka” działający od 45 lat przy Miejskim Centrum Kultury w Preszowie. Zaprezentowali tańce góralskie bardzo podobne brzmieniem muzyki, jak i choreografią do dobrze nam znanych tańców górali z Podhala. Chłopcy ubrani byli również jak nasi górale, a dziewczyny nosiły na sobie futerka imitujące owczą wełnę.

Finał tego finału był bardzo uroczysty, bo na scenę wyszli wszyscy członkowie zespołów biorących udział w koncercie, a podniosłości chwili dodało wniesienie na scenę flag wszystkich państw, które tancerze reprezentowali. Oklaski i owacje trwały długo, bo widowisko było wspaniałe. Radosna, roześmiana młodzież bawiła nas tańcami perfekcyjnie przygotowanymi, co wymagało przecież wielu godzin prób i ćwiczeń pod okiem instruktorów i choreografów. Krawcy uszyli bajecznie kolorowe stroje, wszystko było perfekcyjnie zaplanowane i przygotowane. Wielkie brawa dla pomysłodawców tego przedsięwzięcia! Przez kilka dni Pruszków żył młodocia, tańcem i radością. A sugestia że był to pierwszy Mazovia Folk Festival nasuwa przypuszczenie, że kolejnego festiwalu za jakiś czas możemy się spodziewać.

# SPACER PO RZYMIE

Cz. VI

Cenne uwagi, których nie znajdziecie w przewodnikach po Rzymie!



Foto - archiwum  
Magdaleny Brodowicz - Susz

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

Przewodniki przedstawiają wszystkie miasta w samych superlatywach. Kocham Rzym i dobrze go znam, to moje miejsce i też myślę o nim w samych pozytywach, ale... Tak jest kilka ale! Które jednak rekompensuje wspaniała historia miasta, piękne zabytki, wspaniali ludzie, pogoda i najlepsze na świecie jedzenie. Nie chcę jednak, byście mieli do Rzymu pretensję o kilka minusów. Pamiętajcie, to duże miasto, stolica europejska i jak w każdym dużym mieście zdarzają się czasem małe rozczarowania.

Rzym w większości, a zwłaszcza w historycznym centrum, pokrywa bruk. Latem w wyższych butach łatwo skrócić kostkę. Zimą lub jesienią, zwłaszcza gdy pada deszcz, łatwo się poślizgnąć. Bruk to wymagające podłoże dla osób z wózkami dziecięcymi, jak i dla osób na wózkach inwalidzkich.

Nie każda kamienica ma windę, a jeśli ją ma, zazwyczaj jest stara i malutka, niedostosowana dla osób niepełnosprawnych. Zanim wybieriecie miejsce noclegowe, sprawdźcie takie ułatwienia, jeśli potrzebujecie udogodnień tego typu.

Rzym najlepiej zwiedzać na piechotę. Wtedy możemy oglądać wszystkie zabytki, a przy okazji odkrywać coś nowego. Chodzenie po tym mieście uzależnia, warto więc wybrać wygodne i stabilne buty. Niezależnie od pory roku zrobicie tu mnóstwo kroków i kilometrów, bądźcie na to gotowi.

Niezależnie od pory roku pamiętajcie o nawodnieniu, zwłaszcza przy tak dobrym jedzeniu i mocnej kawie. Nie kupujcie jednak butelek wody w markecie. Zabierzcie ze sobą butelkę wielokrotnego użytku i napełniajcie ją bezpłatnie w fontanelach, których pełno jest na mapie miasta.

Jak w każdym mieście pełnym ludzi, turystów i lokalsów, tak i w Rzymie zdarzają się kradzieże. Mnie osobiście nigdy to się nie zdarzyło, może dlatego, że nie wyglądam jak turystka, albo dlatego, że bardzo pilnuję swoich rzeczy, a może po prostu miałam szczęście, nie wiem. Moja rada jest taka, byście bardzo pilnowali swoich torebek, przekładali plecaki w zatłoczonych miejscach na przód, a w komunikacji miejskiej trzymali swoje torby.

Nie dajcie się naciągnąć na bilety do muzeów czy Watykanu ulicznym sprzedawcom i „przewodnikom” – do wielu miejsc, do których sprzedają oni „bilety”, wejście jest bezpłatne. Wszystkie bilety kupujcie na oficjalnych stronach internetowych muzeów i zabytków lub w kasach przed wejściem. C.D.N.



# A gdyby tak na grzyby?



Julia Marynowska - Rybczyńska,  
portret olejny pędzla  
Kuby Brygałskiego.

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

*„Na grzyby - w aromatów pełen las, na grzyby - przed wyjazdem sprawdzmy gaz. Na grzyby - tu borowik a tam dzik, na grzyby - pociągnijmy sobie tyk...”*

Ten fragment piosenki z Kabaretu Starszych Panów to znakomite wprowadzenie do ogólnonarodowej pasji Polaków do grzybobrania. Pasję tę można wyjaśnić czymś więcej niż prostym zbieraniem grzybów. Jak pamiętamy z „Pana Tadeusza” jest ono niemal rytuałem i okazją do spotkania, rozmowy i rywalizacji. Jest w nim tradycja wiejska i praktyczna- grzyby zawsze były łatwo dostępnym i smakowitym dodatkiem do pożywienia. Wreszcie grzybobranie jest przygodą. Polak nie idzie po prostu do lasu po grzyby- on wyrusza na grzyby - poluje, poszukuje, znajduje i triumfuje!

Przebywając całe lato i jesień na ontaryjskich Kaszubach oddajemy się z zapałem tej pasji, zwłaszcza po suchym i kompletnie nieurodzajnym sezonie 2025 roku. W 2026 roku Matka Natura wynagrodziła zeszłoroczne niedostatki wielokrotnie. Nie pamiętam takiego urodzaju na borowiki i do tego tak wcześniej, bo już na początku lipca były wszędzie- pod płotami, przy drózkach i w innych niespodziewanych miejscach. Należą one do rodziny borowikowatych (Boletes), do której zaliczają się też chętnie zbierane podgrzybki, kozaki, sitarze i maślaki. Rodzina Boletes w 95% obejmuje grzyby jadalne, z tym że problemy żołądkowo- jelitowe może wywoływać borowik gorzki i borowik rubinowy - oba łatwe do odróżnienia od innych, jadalnych boletes. W ostatnich latach na terenie Ontario zaczął się rozprzestrzeniać znad Jeziora Huron trujący Boletus Huronensis-fałszywy, udający króla prawdziwków (King Boletus). Można go odróżnić po żółtym a nie białym kolorze mięszyszu, barwieniu na niebiesko przy ucisku lub przekrojeniu i białym, gładkim korzeniu bez



charakterystycznej dla Króla siateczki na powierzchni. Natomiast tak unikany przez grzybiarzy w Polsce borowik szatan w Ontario nie występuje.

Pamiętajmy, że: **Wszystkie grzyby są jadalne, ale niektóre tylko raz.** W naszej rodzinie przestrzegamy prostej zasady: zbieramy tylko bole-

tes (gąbczaste spody kapeluszy) a z grzybów o blaszkowatych spodach kapeluszy tylko kurki i rydze. Wynika to przede wszystkim z obawy przed grzybem śmierci - Amanitą, której toksyny odpowiadają za najwięcej śmiertelnych przypadków zatrucia w Kanadzie, całkowicie niszcząc nerki i wątrobę. Amanita (muchomor zielonawy- death cap, muchomor jadowity - anioł niszczyciel, destroying angel) mogą przypominać niewinne pieczarki polne, łatwo o fatalną w skutkach pomyłkę.

Tak więc polski grzybiarz zna „szatana”, ale dopiero spotkanie z białym „aniołem” niszczycielem pokazuje, że kanadyjski las ma swoje grzybowe diabły - tylko niektóre z nich wyglądają jak anioły.

W poszukiwaniach nad skuteczną terapią zatrucia Amanitą ciekawa jest historia dr. Pierre Bastien, francuskiego lekarza z Wogezów. Trzy razy, w 1971, 1974, 1981 roku zjadł on śmiertelną porcję muchomora zielonawego, w warunkach kontrolowanych. Po około 12. godzinach wystąpiły typowe objawy zatrucia, na które zastosowano jego protokół: wlewy dożylnie wit. C, nifuroksazyd, streptomycynę. Przeżył te eksperymenty aby udowodnić skuteczność swojej metody leczenia, jednak nie było wystarczających przesłanek aby tę metodę uznać za współczesny standard, choć jego przypadek stał się sławny w toksykologii.

N.B. przy piorunującej niewydolności narządów wewnętrznych jedynym ratunkiem staje się błyskawiczny przeszczep wątroby.

W tych rozważaniach mykologicznych nie sposób nie wspomnieć o grzybkach magicznych. Grzybki te, z gatunku Psilocybe, to czapeczka wolności (liberty cap, łysiczka lancetowata) i czapeczka falista (wavy cap, łysiczka siniejąca) rosną na łąkach i pastwiskach Doliny Madawaska. Zawierają one psylocybinę, której działanie na organizm ludzki może powodować zmienione postrzeganie kolorów, dźwięków i kształtów, poczucie że czas płynie szybciej lub wolniej, halucynacje ale również panikę, paranoję i dezorientację. Stanowczo nie polecam, gdyż:

**Magiczne nie znaczy bezpieczne.**

Tego lata wokół naszej kaszubskiej siedziby obrodziły nie tylko grzyby, ale również odwiedziło nas wielu gości - rodzina (nawet z ósmego stanu USA), przyjaciele i znajomi. Wszyscy z entuzjazmem włączyli się do grzybobrań, a na pożegnanie obdarowani zostali słoikami suszonych prawdziwków. Pan Mąż, zapytany zaś o ulubione danie z grzybów oświadczył: „Grzybek marynowany na widelcu, pod kieli-szeczek zamrożonej polskiej wódki”.



## Nagrania na październik

Adam St. Trąbiński - dziennikarz, publicysta

### TROCHĘ POLSKIEGO JAZZU

Niegdyś październik był miesiącem jazzu – w Warszawie odbywał się kolejny festiwal Jazz Jamboree a w Krakowie Zaduski Jazzowe. Były to nieliczne wtedy imprezy poświęcone tej muzyce, ściągające w tej części Europy rzesze fanów. Czasy się zmieniły, imprez jazzowych w ciągu roku mamy bez liku a muzyków jazzowych z tamtych czasów została garstka. Podobnie jest poza granicami (jakich i faktycznie nie ma) kraju. Zostały nagrania jazzowe – dobrze, że na tradycyjnych nośnikach.



Dokładnie w rok po odejściu Stanisława Sojki nakładem Agencji Muzycznej Polskiego Radia ukazuje się nietypowy album (w dwóch formatach: CD i LP) SOYKA-STANKO zawierający praktycznie nieznane nagrania artysty. Także zmarłego wcześniej Tomasza Stańki. Obaj muzycy spotkali się w r. 1988 w Studio S4 Polskiego Radia i nagrali dwie suity-kompozycje podzielone na sześć (na CD o jedną więcej) mniejszych części. Ponieważ rzecz się miała w listopadzie, to materiał nazwano „Suitą zaduszną” – chodzi o suitę późniejszą. Bowiem wcześniej w sierpniu 1988 r. nagrano z udziałem tych samych muzyków suitę nazwaną „Medula oblongata” (od łacińskiej medulla oblongata – rdzenia przedłużonego) – słyszymy tu Sojkę grającego na skrzypcach i w wokalizach. W sumie to są akcenty dopełniające utwór, rodzaj zabawy muzycznej. Obaj muzycy eksponują swoje atuty – Stańko gra i lirycznie, i energicznie, Sojka pisieci melodykę – w sumie obaj budują niemal klubowy klimat, w wyrazie dość ascetyczny, ale bogaty w treści. Klimat całości uzupełnia okładka



utrzymana w ciemnych barwach. Są tam dwie fotografie artystów autorstwa Andrzeja Tyszko z krótkimi notkami. Także w dwóch formatach – na CD i na 2 x LP ukazały się nakładem Polskich Nagrań/

Warner Music Poland dokonania Atom String Quartet o tytule ATOM GOES FUNKY. To wydawnictwo historycznej i także przez to cennej serii Polish Jazz z numerem 91. Kolejną ciekawostką wydawniczą jest podzielenie całego materiału muzycznego na podtytuły: LP 1 – to „Pop & Rock” i „Inspired by Woman”; LP 2 – to „Milestones of Polish Jazz” i „Violin Summit”. Zgodnie z owymi tytułami oraz „podeszłym” wiekiem kwartetu muzyka odnosi się do l. 70 i 80 ub. wieku, czyli grubo ponad pół wieku. Stąd interpretacje utworów: Kombi „Bez ograniczeń energii” czy sygnału tv programu „5-10-15” lub hitu Perfectu „Ale wkoło jest wesoło”. A ponieważ instrumentarium Atomów jest



„skrzypcowe” to mamy dalej utwory Zbigniewa Namysłowskiego, Michała Urbanika czy nawet Kronos Quartet. Owe interpretacje powalają nas energią emanującą od muzyków.

Niemniejsza energia płynie z płyty ON THE TOUR WITH TEO (wyt. Audio Cave) w wykonaniu braci Olesiów i klarncisty Theo Jorgensmanna (zmarłego w ub. roku). Wydawnictwo” wydanej przed laty, a więc sięgnięto po archiwalia. To dokument nietypowego składu jak szalał na trasie i w klubach europejskich przed laty: kontrabasu Marcina Olesia, perkusji Bartłomieja Olesia i klarnetu Theo. Z muzyką na styku jazzu, kameralistyki i nieograniczonej improwizacji. Dokument. Polecamy.

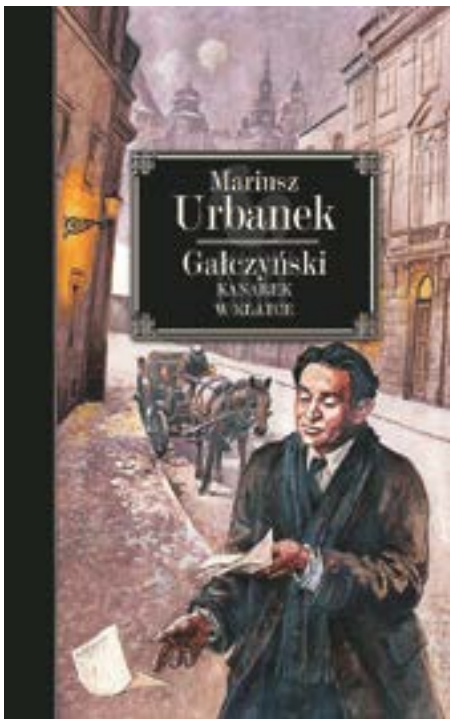
## Czytanie jesienią

Adam St. Trąbiński - dziennikarz, publicysta

### WYBITNY POETA I ALKOHOLIK

Czy to idzie w parze? Tak, ale bardzo rzadko. Najczęściej alkoholicy nie jest, świetnym poetą rzadziej. Jeżeli chodzi o Konstantego Ildefonsa Gałczyńskiego czy Władysława Broniewskiego łączyli obie te cechy. Obaj za życia docenieni i podziwiani.

Latem nakładem Iskier ukazała się obszerna, ponad 600 str. biografia poświęcona Konstantemu Ildefonsowi Gałczyńskiemu, której autorem jest Mariusz Urbanek. Nazwisko to gwarantuje poziom opracowania, faktycznie autor pracował nad nią bodaj dwa lata, jeśli nie dłużej. Książek o Gałczyńskim ukazało się wiele, lecz ta bije i obszernością, i poziomem dotychczasowe. Już za życia poeta zyskał status znakomitości, minęło z okładem ponad 70 l. od śmierci i jego nieomal kult trwa. Wciąż przybywa o nim publikacji a wiele fragmentów jego wierszy funkcjonuje w naszej kulturze jako bon moty. Ojciec Konstantego – też Konstanty pracował w latach czterdziestych w naszej kulturze jako bon moty. Ojciec Konstantego – też Konstanty pracował w latach czterdziestych w naszej kulturze jako bon moty. Ojciec Konstantego – też Konstanty pracował w latach czterdziestych w naszej kulturze jako bon moty. Ojciec Konstantego – też Konstanty pracował w latach czterdziestych w naszej kulturze jako bon moty.



angielska i klasyczna Uniwersytetu Warszawskiego, zapisał się potem na zajęcia z gramatyki angielskiej, wykłady o Rubensie i Rembrandcie oraz o różnicach między wierszem niemieckim i angielskim. Najczęściej chodził na wykłady anglisty Andrzeja Tretiaka. Dodajmy do tego logikę wykładaną przez Tadeusza Kotarbińskiego a w nowym roku filozofię Wł. Tatarkiewicza oraz kurs historii sztuki. Rok 1923/24 zaliczył bez zdania egzaminów, ale potem dobiło go częste (rok dzielono potem na trymestry) i reforma Grabskiego (1 kwietnia 1924). Mimo tego zaliczył następny. Dość szybko włączył się życie literackie Warszawy – grupa literacka „Smok”, która wydawała pismo o tym tytule. W maju 1923 r. opublikował na łamach „Rzeczpospolitej” (Kornel Makuszyński) młodzieńczy manifest „Szturm”, potem następny wiersz a na spotkanie ze smokowcami fragmenty powieści „Porfiorion Osielek”. Takie były początki...

Przez cztery lata uczęszczał na liczne wykłady, ale egzaminów nie składał (formalnie student do 1931 r.), nie starał się o odroczenie służby wojskowej, wyglądał na dwa lata pod Berezą Kartuską. Sam sobie udzielał przepustek i był w Warszawie. Łapany przez patrol był odprowadzany do jednostki przez asystę – nieraz i dni parę, bowiem z wojakiem wypijał co trzeba i to trwało. Wtedy to ujawniła się u Konstantego skłonność do alkoholu, podobno cecha dziedziczna (ojciec i dziadek – pili). Alkoholicyzm z którym zmagał się do śmierci. Będąc w wojsku oraz w czasie II wojny w ołagu – nie pisze. W 1927 r. wyrzucono go z podchorążówki za nie-subordynację, trafia jako szeregowy do pułku piechoty skąd wyciąga go zaprzyjaźniony Julian Tuwim. Nim popełnił małżeństwo z Gruzinką Natalią Awałow (czerwiec 1930) wg rytu prawosławnego miał młodzieńcze romans (1919-1922) z kuzynką Jadvią Łopuszyńską (pisze wiersz „Alraune”). W międzyczasie ukazują się drukiem jego liczne wiersze a nawet powieści; w lipcu 1931 r. dostaje posadę referenta działu emigracyjnego w ambasadzie w Berlinie, dużo podróżuje po Niemczech oraz (wraz z żoną) po Danii, Austrii, Belgii i Holandii. Po dwu latach Gałczyński wraca do kraju i potem wyjeżdża do Wilna. Dużo pisze, współpracuje z miejscowym radiem, wakacje spędzają z żoną w majątku hrabiego Tyszkiewicza – pisze dla Hanki Ordonówny cykl piosenek. Jest to rok 1935 i w tygodniku dla dzieci „Płomyczek” ukazuje się w odcinkach nowela „Młynek do kawy” – po zmianach i korektach powtórnie w końcu l. 40. W tym samym czasie poeta nawiązuje owocną współpracę z prawniczym tygodnikiem „Prosto z mostu” – trwająca do wojny. Zmobilizowany w sierpniu 1939 wyjeżdża na granice polsko-radziecką, aresztowany ląduje w Kozieleisku, po wymianie jeńców między Rosją a Niemcami w obozach w Niemczech, na dłużej zostaje w stalagu w Altengrabow pod Magdebu-

rgiem. Zapisuje piękną kartę pomocy kolegom (znajomość języków przez Konstantego okazuje się bezcenna). Staje dosłownie „na głowie” by nie pracować (bombardowania fabryk). Po upadku Powstania Warszawskiego trafia tam sanitariuszka Maria Stobiecka (Maruta) z którą się wiąże. Lecz niespełna pół roku później zawiera katolicki ślub z poznaną w Höxter Lucyną Wolanowską była więźniarką obozu w Ravenbrück. Jako tłumacz jedzie do Paryża, potem do Belgii i Holandii. W Paryżu spotyka się Jerzym Giedroyciem i Konstantym Jeleńskim. W Grenoble poznaje Nelę Micińską – pisze dla niej kilka wierszy. W Brukseli powtórnie spotyka się ze Stobiecką – obiecuje jej małżeństwo, gdy tymczasem miesiąc potem na świat przychodzi jego potomek – też Konstanty ze związku z Wolanowską (potomek, którego nigdy nie ujrzął). Córka Kira dowie się o tym pół wieku później. Ze Stobiecką statkiem zdesperowany wraca do kraju – w Krakowie dochodzi do konfrontacji pań. Rozpoczyna trwającą do swej śmierci współpracę w tygodniku „Przekrój” i przychodzi sława, pismo ma pół miliona nakładu. Pisze dużo, głównie do „Przekroju” – jest to najlepszy okres jego twórczości. Z jego inicjatywy redakcja organizuje Muzyczny Teatr Zielona Gęś – kilkanaście programów. Występuje dużo na terenie kraju na spotkaniach (wał tam tłumy). Dosłownie na kilka miesięcy Gałczyński przenoszą się do Szczecina, by potem osiąść na stałe w Warszawie. Wyjeżdża do Pragi czeskiej na spotkania literackie, tam odwiedza grób matki. Tygodnik „Odrodzenie” oraz grupa kolegów pisarzy go potępia („ukręcić łeb rozwidzonemu kanarkowi”) – stalinizm trwa w pełni; mimo to jedzie z delegacją do Moskwy i pisze elegię na cześć Stalina. W lipcu 1950 r. „odkrywa” leśniczkówkę Pranie – będzie tam bodaj cztery razy po kilka miesięcy – pisze (i pije) tam dużo, m.in. poemat „Wit Śwosze” pod wpływem restaurowanego ołtarza. W roku śmierci 1953 tłumaczy początek „Ody do radości” Fryderyka Schillera, która od 1972 jest hymnem Unii Europejskiej – w Polsce obowiązuje to tłumaczenie.

Książkę Mariusza Urbanika należy uznać za wybitną, nie tylko na poziom edytorski, co jest regułą w Iskrah (805 przypisów; obfitym bibliografia, kalendarium i indeks), ale ze względu na rozmowę z kustoszem Prania Wojciechem Kassem oraz publikację faktów jakie latami przemilała córka Gałczyńskiego – Kira, mimo jej bodaj kilkunastu książek o ojcu.

Mariusz Urbanek GAŁCZYŃSKI KANAREK W KLATCE wyd. Iskry 2026; str.611; ilustracje; obwoluta; cena okładowa 74,90 zł.

## Jesienne nowości

Grzyzna Siczek - Publicystka

### DYRYGENT W SPRAWACH SUMIENIA

Tak o Antonim Słonimskim wyrażała się Agnieszka Osiecka, dla której, jak i dla wielu innych z jej pokolenia poeta był wielkim autorytetem, a nawet „niedościgłym mistrzem moralności”. Przedwojenny inteligent, syn znanego warszawskiego lekarza filantropa, Stanisława Słonimskiego był solą w oku władz komunistycznych. Umieszczono go na specjalnej liście będącej pod nadzorem peerelowskiej cenzury. Jego dzieła dwukrotnie były wycofywane z obiegu.

Ten wrażliwy poeta, absolwent Szkoły Sztuk Pięknych w Warszawie, współzałożyciel grupy Skamander i kabaretu „Pod Pikadorem” był jednocześnie bezwzględny krytykiem bezlitośnie miazdzącym grafaństwo zasługujących na to autorów. Do tego celu wykorzystywał swoją stałą rubrykę „Książki najgorzej” w „Wiadomościach Literackich”. Świadomo odrzucając autorytet, w licznych felietonach dawał wyraz własnym poglądom, niejednokrotnie wdając się w polemikę – bywało ostrą – z autorami będącymi odmiennego zdania.



# O Dolinie Zimnej Wody z Wójtem Gminy Nadarzyn Dariuszem Zwolińskim rozmawia Andrzej Górzyński



Foto - zbiory autora

Andrzej Górzyński - publicysta  
Foto - Autor

Dolina Zimnej Wody powoli wraca do należącego jej stanu ekologicznego. Nie tak dawno temu, nasze dzieci kąpały się w czystej wodzie, a pluskające ryby nie były rzadkością. Rozwój budownictwa mieszkaniowego wzdłuż tej rzeki oraz wzrost świadomości ekologicznej stawiają poważne wyzwanie samorządowcom.



Dariusz Zwoliński  
Wójt Gminy Nadarzyn

W Głosie Pruszkowa, w numerze październikowym 2025 roku, przedstawiono problematykę z działaniami Urzędu Gminy Nadarzyn oraz innych instytucji pracujących nad poprawą czystości Zimnej Wody.

### AG - Jakie działania wpłynęły na zmianę czystości Zimnej Wody w 2026 roku?

DZ - Przedsiębiorstwo Komunalne Nadarzyn i Urząd Gminy Nadarzyn zmierzają w kierunku rozpoczęcia inwestycji modernizacji z budową nowej i nowoczesnej oczyszczalni ścieków, zlokalizowanej w sąsiedztwie Zimnej Wody, przy ulicy Turystycznej w Nadarzynie.

W lipcu br. została oddana do użytku nowa przepompownia, która pozwoliła na zrzut 700m3 ścieków na dobę do Grodziska Mazowieckiego, pochodzących w dużej części z miejscowości Nadarzyn, Strzeniówka oraz Kajetany.

Tym samym mocno już przestarzała nadarzńska instalacja zmniejszyła prawie o połowę przerób ścieków do poziomu 850m3 na dobę.

Wyłączono z użytkowania dwa najstarsze reaktory typ SBR, oczyszczono i wyremontowano dwa pozostałe, wydłużając ich pracę do trybu 12 godzinnego.

Wyłączone z użytkowania SBR-y, po renowacji będą wykorzystywane jako zbiorniki rezerwowe, na wypadek awarii.

### AG - Jak wygląda prawna procedura postępowania z budową nowej oczyszczalni ścieków?

DZ - Do Marszałka Województwa Mazowieckiego zostały złożone wszystkie niezbędne dokumenty wraz z wnioskiem o dofinansowanie z programu europejskiego, na pokrycie 50% kosztów kwalifikowanych, kalkulowanych w całości na poziomie 20 milionów złotych, do niezbędnej modernizacji przedmiotowej oczyszczalni.

### AG - Na jakim etapie jest ten projekt?

DZ - Mam dobrą wiadomość, 11 sierpnia 2026 roku Zarząd Województwa Mazowieckiego zatwierdził wyniki oceny projektu „Przebudowa i rozbudowa istniejącej oczyszczalni ścieków w Nadarzynie”, złożonego przez Przedsiębiorstwo Komunalne Nadarzyn w ramach programu Fundusze Europejskie dla Mazowsza 2021–2027. Wysokość dofinansowania wynosi 8 mln



856 tysięcy złotych, z planowanym terminem zakończenia przedsięwzięcia 15 grudnia 2027 roku. Dodam, że samorząd i Przedsiębiorstwo Komunalne Nadarzyn podejmują starania w celu pozyskania pozostałego wkładu finansowego do tej inwestycji,

### AG - Czy nowa technologia oczyszczania nie będzie uciążliwa dla okolicznych mieszkańców?

DZ - Nowa technologia ma poprawić samo oczyszczanie realizowane poprzez zmianę technologii.

Dokumentacja środowiskowa wymaga zastosowania nowoczesnych rozwiązań biologicznego oczyszczania ścieków, skuteczniejsze usuwanie związków azotu i fosforu oraz odpowiednią zmianę gospodarki osadowej.

Zmiany wymagane będą również w zdecydowanym zmniejszeniu uciążliwości zapachowych.

Część procesu technologicznego będzie zamknięta, a zanieczyszczone powietrze kiero-

wane będzie do biofiltrów. Zgodnie ze wspomnianą już decyzją środowiskową wymagana będzie co najmniej 90-procentowa redukcja emisji związków chemicznych, a w tym najbardziej intensywnych: amoniaku NH3 i siarkowodoru H2S.

W praktyce oznacza to, że modernizacja ma nie tylko poprawić jakość oczyszczanych ścieków, ale również zdecydowanie ograniczyć nieprzyjemne zapachy powstające w oczyszczalni.

AG - Dziękuję za rozmowę, zapraszam do bieżącego informowania naszej redakcji o wszelkich sprawach mających wpływ na jakość wody, postępach w budowie oczyszczalni, monitoringu wszelkich zrzutów powstających również poza oczyszczalnią oraz współpracy wychodzącej naprzeciw oczekiwaniom naszych czytelników i mieszkańców zielonej doliny Zimnej Wody.

planowała rozstawać się z mężem, profesorem matematyki. Za to łączyła ją wielka i wzajemna przyjaźń z Anną Iwaszkiewicz.

Czas wojenny skomplikował relacje między przyjaciółmi rozrzucając ich po całym świecie. Antoni Słonimski, będący pochodzenia żydowskiego wraz z żoną, Janiną, zdążył opuścić Polskę tuż przed inwazją wojsk sowieckich. Początkowo przebywał w Paryżu, potem w Londynie, gdzie schronienie znalazło wielu literatów i inteligentów polskich. Po wojnie, w 1951 roku na stałe wrócił do Polski. Znowu pisywał felietony, artykuły i wiersze do „Nowej Kultury”, „Szpilek”, „Przeglądu Kulturalnego”, w których wierny swoim poglądom opowiadał się za ideą Polski wielokulturowej i tolerancyjnej, opartej na zasadach wolności i równości. Dopuszczał się mocnej krytyki ówczesnych podręczników do historii, co w ramach represji spowodowało wycofanie jego dzieł z księgarń.

Na zjeździe Pen Clubu w Tokio, gdzie był delegowany, w wywiadzie udzielonemu tokijskiemu dziennikarzowi powiedział, że „stalinizm zdewastował życie kulturalne i naukowe w Polsce”, czego mu nigdy nie wybaczył Józef Cyrankiewicz. W marcu 1964 roku wraz z Janem Józefem Lipskim napisali tzw. „List 34” potępiający politykę kulturalną partii. W 1975 roku był autorem i sygnatariuszem „Memoriału 59”,

oraz „Listu 14” w proteście przeciw planowanemu zmianom w konstytucji. Nie dziwi więc fakt, że nie był kochany przez władze PRL.

Znow, jak przed wojną przesiadywał w kawiarniach, co przez komunistów było traktowane jako burżuazyjny zwyczaj i tam, w tych kawiarniach przychodziły mu do głowy najciekawsze myśli. Bywał u Marcy, czyli w Antycznej, Ujazdowskiej, miał swój stolik w Czytelniku, czasem odwiedzał SPATIF. Zmarł w wyniku wypadku po obrażeniach doznanych w wypadku samochodowym, gdy razem z koleżanką jechali do Domu Pracy Twórczej w Oborach, dawnej posiadłości hrabiów Potulickich herbu Grzymała blisko spokrewnionych z pruszkowskimi hrabiami o tym samym nazwisku i herbie.

Śledząc przedwojenne i powojenne losy Antoniego Słonimskiego spotykamy się z całym środowiskiem intelektualistów, (pisarzy, Skamandrytów), co jest równie ciekawe, jak życie głównego bohatera. Polecam tę książkę jako lekturę, od której trudno się oderwać.

Joanna Kuciel-Frydryszak – Słonimski, Heretyk na ambonie, wydawnictwo Marginesy, rok wydania 2024, liczne fotografie (w tym tzw. „operacyjne”), twarda okładka, stron 430, cena 74,90 zł.





# SKARB KIBICA LOTTO MKS Pruszków I Liga Kobiet 2026/2027



Foto - MKS Pruszków

**Jacek Rybczyński** - trener koordynator sekcji koszykówki kobiet w MKS Pruszków  
Foto - LOTTO MKS Pruszków, Adam Litwiniuk

## DANE O KLUBIE

**Lotto MKS Pruszków**  
Rok założenia: 1946  
Barwy: zielony, żółty i czerwony  
Adres: 05-800 Pruszków, ul. Polna 23  
Sekretariat: tel.: +48 602 326 066  
E-mail: [mkspruszkow@gmail.com](mailto:mkspruszkow@gmail.com)  
Oficjalna strona: <https://www.mkspruszkow.pl>  
Hala: 05-800 Pruszków, ul. ul. Gomulińskiego 4  
Arena: Hala Znicz, 05-800 Pruszków, ul. Bohaterów Warszawy 4

**Zarząd klubu MKS Pruszków**  
Preses - Grzegorz Kwasiborski.  
Wiceprezes - Michał Sybilski.  
Członek zarządu - Marek Piskorz.

**SKŁAD MKS PRUSZKÓW – SEZON 2026/27**  
Nr/Pasport/Data ur./Wzrost (cm)/Pozycja



3/Katarzyna Bukraba/Polska/10.06.1999/185/środkowa.



91/Wanesa Furman/Polska/31.12.2004/172/rozgrywająca - rzucająca.



6/Natalia Kobza/Polska/05.11.2003/161/rozgrywająca - rzucająca.



4/Marta Wieczyńska/Polska/18.05.1998/180/niska skrzydłowa/silna skrzydłowa.



9/Katarzyna Chodkowska/Polska/31.10.1996/168/rozgrywająca - rzucająca.



95/Alicja Głębikowska/Polska/27.05.2005/177/niska skrzydłowa.



23/Anna Krawiec/Polska/29.03.1995/178/silna skrzydłowa - środkowa.



7/Karolina Zaborska/Polska/26.10.1999/172/rozgrywająca/rzucająca.



## TRENER

Imię i nazwisko/Pasport/Data ur./Funkcja



12/ Viyaleta Kiuliak/ Białoruś/ 09.08.1996/185/ silna skrzydłowa - środkowa.



Michał Spychała/Polska/09.07.1975/Trener.

## Terminarz rozgrywek

- 07.10.2026 godz. 20:00 Widzew Łódź - Lotto MKS Pruszków.
- 10.10.2026 godz. 15:00 Lotto MKS Pruszków - Contimax MOSIR Bochnia.
- 5.10.2026 godz. 17:00 Lotto MKS Pruszków - Energa Toruń.
- 1.10.2026 godz. 17:00 Wisła Kraków - Lotto MKS Pruszków.
- 21.11.2026 Lotto MKS Pruszków - 1KS Ślęza Wrocław.
- 28.11.2026 Artego Bydgoszcz - Lotto MKS Pruszków.

- 05.12.2026 Lotto MKS Pruszków - Enea AZS Politechnika Poznań.
- 09.12.2026 MB Zagłębie Sosnowiec - Lotto MKS Pruszków.
- 12.12.2026 Lotto MKS Pruszków - KSSSE Enea AJP Gorzów Wielkopolski.
- 16.12.2026 Lotto AZS UMCS Lublin - Lotto MKS Pruszków.
- 19.12.2026 Lotto MKS Pruszków - SKK Polonia Warszawa.
- 22.12.2026 Isands JTEC Wichos Jelenia Góra - Lotto MKS Pruszków.
- 29.12.2026 Lotto MKS Pruszków - Widzew Łódź.
- 02.01.2027 Contimax MOSIR Bochnia - Lotto MKS Pruszków.
- 17.01.2027 Energa Toruń - Lotto MKS Pruszków.
- 30.01.2027 Lotto MKS Pruszków - Wisła Kraków.
- 20.02.2027 1KS Ślęza Wrocław - Lotto MKS Pruszków.
- 24.02.2027 Lotto MKS Pruszków - Artego Bydgoszcz.

- 27.02.2027 Enea AZS Politechnika Poznań - Lotto MKS Pruszków.
- 03.03.2027 Lotto MKS Pruszków - MB Zagłębie Sosnowiec.
- 06.03.2027 KSSSE Enea AJP Gorzów Wielkopolski - Lotto MKS Pruszków.
- 14.03.2027 godz. 17:00 Lotto MKS Pruszków - Lotto AZS UMCS Lublin.

## Marka LOTTO Partnerem Tytułarnym zespołu senierek MKS Pruszków

Totalizator Sportowy podpisał umowę partnerską z MKS Pruszków. W jej ramach marka LOTTO została Partnerem Tytułarnym zespołu senierek, który w rozgrywkach PGE Basket Ligi Kobiet będzie występował pod nazwą LOTTO MKS Pruszków. Nawiazanie współpracy to ważny krok w rozwoju kobiecej koszykówki w Pruszkowie. Wsparcie marki LOTTO wzmocni klub w sezonie, w którym zespół wraca do rywalizacji na najwyższym poziomie rozgrywkowym w Polsce.



## Partnerzy



## Partner regionalny





# Jesień to czas na zdrowie i regenerację



Jesień to dla wielu osób moment powrotu do codziennego rytmu po wakacjach. To również dobry czas, aby zwrócić większą uwagę na sygnały wysyłane przez organizm. Nawracający ból, przeciążenia, sztywność stawów czy ograniczenie ruchomości nie zawsze powinny być traktowane jako dolegliwości, które trzeba po prostu „przeczekać”. Odpowiednio dobrana rehabilitacja może być ważnym elementem powrotu do sprawności.

Współczesna fizjoterapia korzysta z wielu metod wspomagających proces rehabilitacji. Wśród nich znajdują się między innymi terapia fala uderzeniowa oraz terapia TECAR.

## Fala uderzeniowa na czym polega?

Terapia falą uderzeniową wykorzystuje impulsy mechaniczne przekazywane do określonego obszaru ciała. Jest stosowana przede wszystkim w wybranych przewlekłych dolegliwościach związanych ze ścięgnami, ich przyczepami oraz tkankami miękkimi.

Może być wykorzystywana między innymi w przypadku przewlekłego bólu pięty i problemów związanych z rozciągniętym podeszwowym, dolegliwości określanymi jako łokieć tenisisty lub golfisty, problemów ze ścięgnem Achillesa, wybranych dolegliwości barku oraz bolesnych i nadmiernie napiętych obszarów mięśniowych. Celem terapii jest między innymi mechaniczna stymulacja tkanek i wspieranie zachodzą-

cych w nich procesów regeneracyjnych. Nie oznacza to jednak, że metoda jest odpowiednia dla każdego pacjenta. Przed rozpoczęciem terapii konieczna jest ocena przyczyny dolegliwości i kwalifikacja przez specjalistę.

## TECAR, ciepło i energia w procesie rehabilitacji

Terapia TECAR wykorzystuje energię o częstotliwości radiowej, przekazywaną do tkanek za pomocą specjalnej głowicy. Jednym z charakterystycznych odczuć podczas zabiegu jest przyjemne lub umiarkowane ciepło.

W zależności od zastosowanej techniki terapia może wspierać zmniejszenie dolegliwości bólowych i napięcia mięśniowego, poprawę miejscowego krążenia, redukcję obrzęku oraz procesy regeneracyjne. TECAR może być stosowany jako element rehabilitacji po urazach, przy przeciążeniach mięśni, problemach dotyczących ścięgien i stawów, a także w rehabilitacji osób aktywnych fizycznie.

## Najważniejsza jest właściwa diagnoza

Zarówno fala uderzeniowa, jak i TECAR są metodami, które mogą stanowić część szerszego

procesu rehabilitacji. Nie powinny być traktowane jako uniwersalne rozwiązanie każdego problemu bólowego. W wielu przypadkach najlepsze efekty przynosi połączenie różnych metod między innymi ćwiczeń terapeutycznych, terapii manualnej, pracy nad zakresem ruchu i poprawą siły mięśniowej.

Dobór odpowiedniej terapii powinien być poprzedzony wywiadem oraz oceną stanu pacjenta. Istnieją również przeciwwskazania i sytuacje wymagające szczególnej ostrożności, dlatego przed zabiegiem należy poinformować specjalistę o swoim stanie zdrowia i przyjmowanych lekach.

Jesień może być dobrym momentem, aby zatrzymać się na chwilę i poświęcić więcej uwagi własnemu zdrowiu. Jeśli ból lub ograniczenie sprawności utrzymują się przez dłuższy czas, warto poszukać przyczyny problemu i skonsultować ją ze specjalistą.

Metody fizjoterapeutyczne opisane w materiale realizowane są w Centrum Medycyny i Rehabilitacji Artkinezis w Pęcicach ul. Kwiatów Polnych 4.

*Zespół Artkinezis*



Reklama

## PŁYWALNIA SMS PRUSZKÓW

22 - 29 55 222  
22 - 29 55 221

- GODZINY OTWARCIA PONIEDZIAŁEK - NIEDZIELA 6:30-21:30
- PRZEZ CAŁY DZIEŃ DOSTĘPNE TORY DLA PŁYWANIA INDYWIDUALNEGO
- GRUPOWA ORAZ INDYWIDUALNA NAUKA PŁYWANIA
- AQUA AEROBIC

PLYWALNIA SZKOŁY MISTRZOSTWA SPORTOWEGO GOMULIŃSKIEGO 4 PRUSZKÓW

## Wydarzenia MOK „Kamyk” PAŹDZIERNIK 2026

ul. Bohaterów Warszawy 4 | Pruszków



### 1 października (czwartek) godz. 10:00

Inauguracja PUTW - Koncert Teno-rów Vincero w Pruszkowskiej Sali Kameralnej. Wstęp dla Słuchaczy PUTW.

### 3 października (sobota) godz. 11:00

Inauguracja PUD - Pokaz iluzji w Pruszkowskiej Sali Kameralnej. Wstęp dla studentów Pruszkowskiego Uniwersytetu Dziecięcego z rodzinami.

### 16 października (piąte) godz. 17-21+

Gry planszowe w MOK „Kamyk” w Pruszkowskiej Sali Kameralnej. Wstęp wolny. Osoby poniżej 10-tego roku życia z opiekunem.

### 24 października (sobota)

Inauguracja projektu „Łączą nas korzenie” w MOK-u ul. Bohaterów Warszawy 4. Szczegóły wkrótce na stronie.

Projekt w ramach „Pokolenia w akcji” jest realizowany przez Towarzystwo Inicjatyw Twórczych „ę” ze środków Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności.

### 25 października (niedziela) godz. 10:30 i 12:00

Poranek Teatralny „Pies w pustym mieszkaniu” w wykonaniu Krakowskiego Teatru Bajki w Sali Widowiskowej CDK. Bilety dostępne od 12 października od godz. 12:00 na stronie MOK.

### 25 października (niedziela) godz. 19:00

Koncert zespołu „Sharena” w Sali Widowiskowej CDK. Wejściówki dostępne od 12 października od godz. 12:00 na stronie MOK.

20.09. - Poranek Teatralny „Bajka do zjedzenia” Teatr TAK. Zapraszamy o godzinie 10:30 i 12:00.

22.09. - Gry planszowe w Kamyku.



Tekst & rys. - Tomasz Suwała, publicysta i blogger

## Zapisałem się do lekarza. Wizyta za 6 miesięcy.

Na pewno da ci skierowanie na badania i znowu będziesz czekał kolejne 6 miesięcy – skomentował Stach.

Miał rację, ale jeśli udałoby się załatwić wizytę w szpitalu to badania miałbym od razu na miejscu. Poszedłem tam i czekałem na SORze na przyjęcie. Przez salę dwóch pielęgniarek przetoczyło łóżko, z jakimś delikwentem niemal całkowicie zakrytym, tylko gołe nogi mu wystawały.

Widzi pan – jakiś czekający szturchnął mnie – Na badania.

Szpital, to i badają – odpowiedziałem. Ale to umarłak, z kostnicy go wiozą – skwitował czekający.

Z kostnicy? Po co? – zdziwiłem się. Na tomografię.

A po co umarłakowi tomografia? Czekający wzruszył ramionami, ale odpowiedział:

Były minister powiedział, że skoro mumie w Egipcie badają tomografem, to u nas też.

Wiele mu już to badanie nie pomoże – powiedziałem patrząc jak łóżko z umarłakiem do badania znika za drzwiami do jakiejś sali.

Stach i ty mnie też chcesz pograżyć? – Ale pan czepliwy – czekający się zirytował – Badania i tak nie leczą, więc co mu ma pomóc.

Reklama

## OSTEOPATIA - FIZJOTERAPIA

SPECJALISTYCZNE USUWANIE BÓLÓW - BEZ LEKÓW  
D.O mgr Jakób Górnicki

- bóle ostre - nagłe i przewlekłe, rwa kulszowa
- pourazowe, nerwobule, bóle barku
- bule głowy, kręgosłupa, stawów biodrowych oraz kolanowych
- zaburzenia czucia, drętwienia, naciągnięcia
- „kolano skoczka”, „łokieć tenisisty”
- zespoły bólowe u kobiet w ciąży

## Ogromna szansa dla osób, które nie mogą lub nie chcą się operować, a leczenie farmakologiczne jest nieskuteczne

**NATURMED**  
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

chał to żebym wziął ze sobą piwo. Wziąłem oczywiście i przyjechałem. Było to na Podlasiu, pod granicą białoruską. No i faktycznie, stanąłem na skraju lasu i widzę Stacha unurzanego po ramiona w błocie. Rzuciłem mu dwa piwa na poprawę humoru, sam wypilem jedno.

– Tabliczki, że tu nie wolno żadnej nie ma – odpowiedziałem.  
– Nie ma, bo to pułapka na wroga jest – wyjął żołnierz – jakby była tabliczka to by wróg to ominął.  
– Ale Stach to nie wróg – zauważyłem nieśmiało.  
– No właśnie, są też wady takiego rozwiązania –



– Stach! – krzyknąłem – Co ty tam robisz? Stach jedno piwo wypił od razu, przy drugim odpowiedział spokojnie:

– Błota podobno lecznicze!  
– Aa skoro tak, to nic tu po mnie. Ja na wizytę u lekarza dopiero czekam – odpowiedziałem i chciałem odejść, ale Stach wykrzyknął:

– Stój!!! Pomóż! Przecież sam z tego nie wyjde!  
Okazało się, że Stach grzyby zbierał i wpakował się w bagno. Sam bałem się tam podejść, bo byłoby dwóch w bagnie więc zadzwoniłem po pomoc. Przyjechało wojsko.

Pan porucznik wysiadł z wozu, zasalutował i wyjaśnił, że to eksperymentalna ekologiczna zaporą bagienne.

– Panowie, przecież tu nie wolno – skwitował porucznik.

Rozejrzałem się.

zasmucił się porucznik – Na Litwie w taką bagieną zaporę wjechał natowski czołg, 3 dni go szukali i znaleźli w końcu, ale wyciągnąć go się już nie dało.

– A jego się da? – wskazałem na Stasia, ale porucznik pokręcił tylko głową, wsiał do auta i odjechał.

– Staś! – krzyknąłem – Musisz tu zostać! Porucznik tylko prosił, że jak będziesz naszych widział, to żebyś ostrzegał, a jak wróg przyjdzie, to żebyś siedział cicho!

– A długo tak mam być? – zapytał Staś. Wzruszyłem ramionami i odpowiedziałem: – Przywiozę ci piwa, żebyś miał zapas!

– A jeść?  
– Napiszę do dwóch europosłów to może ci pizzę przywiozą – odpowiedziałem, choć wątpiłem w to, bo oni chyba już front zmienili.

Komentować można na: [www.piorkiemtomkas.blogspot.com](http://www.piorkiemtomkas.blogspot.com)

## Ogólnopolskie Mistrzostwa w Lekkiej Atletyce, Zduńska Wola, 12 września 2026

12 września 2026 r. reprezentacja Zespołu Szkół Specjalnych im. ks. Jana Twardowskiego w Pruszkowie wzięła udział w Ogólnopolskich Mistrzostwach w Lekkiej Atletyce w Zduńskiej Woli. Zawody zostały zorganizowane przez Związek Stowarzyszeń Sportowych „Sprawni Razem”.

Szkołę reprezentowało sześciu zawodników, którzy w konkurencjach indywidualnych zdobyli aż 8 medali – 1 złoty, 4 srebrne i 3 brązowe.

Maksymilian Babiasz zdobył złoty medal w biegu na 800 m z czasem 2:48,32 oraz srebrny medal na 100 m z wynikiem 12,18 s.

Michał Wojecki wywalczył srebrny medal na 800 m – 2:48,36, a na 100 m zajął 4. miejsce – 13,40 s.

Klaudia Nowakowska zdobyła srebrny medal na 800 m – 3:22,16.

Helena Ciesielska wywalczyła brązowy medal na 800 m – 3:32,70.

Patryk Boniecki zdobył srebrny medal na 400 m – 1:03,07 oraz brązowy medal na 100 m – 13,21 s.

Franciszek Gawęcki zdobył brązowy medal w biegu na 400 m z czasem 1:07,53.

Dodatkowo Maksymilian Babiasz wystąpił w reprezentacji Mazowsza w sztafecie 4 x 100 m, która zwyciężyła z czasem 51,54 s.

Start w zawodach był dla młodych lekkoatletów okazją do rywalizacji na ogólnopolskim poziomie oraz sprawdzenia efektów systematycznych treningów. Gratulujemy wszystkim zawodnikom znakomitych wyników i sportowej postawy!



Reprezentacja ZSS w Pruszkowie z opiekunami



## POWIATOWY URZĄD PRACY W PRUSZKOWIE

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



- Pracownik budowlany K/M.** Poziom wykształcenia - minimum zawodowe. Wymagane prawo jazdy kat. B. Oferta przeznaczona zarówno dla osób pełnosprawnych, jak i dla osób posiadających orzeczenie o stopniu niepełnosprawności. Praca w gminie Nadarzyn. *Oferta nr 0330.*
- Magazynier/Operator wózka widłowego K/M.** Poziom wykształcenia- niewymagane. Mile widziane doświadczenie zawodowe. Wymagane uprawnienia UDT do obsługi wózka widłowego. Praca w Moszna Parcela oraz w Brwinowie. *Oferta nr 0336.*
- Lider/Liderka zmiany magazynowej.** Poziom wykształcenia - niewymagane. Wymagane doświadczenie w roli lidera zmiany. Niezbędne uprawnienia UDT do obsługi wózka widłowego. Praca w Moszna Parcela oraz w Brwinowie. *Oferta nr 0337.*
- Mechanik pojazdów samochodowych K/M.** Doświadczenie i umiejętność w naprawach powypadkowych, praca blacharsko lakiernicza, umiejętność badania usterki komputerowej i mechanicznej. Doświadczenie zawodowe minimum 2 lata, znajomość budowy samochodów, umiejętność samodzielnej pracy. Znajomość języka rosyjskiego w mowie B1, w piśmie A1 (początkujący). Znajomość języka uzbeckiego w mowie C2 (biegły), w piśmie B1 (średniozaawansowany). Znajomość języka tadżyckiego w mowie C2 (biegły), w piśmie B1 (średniozaawansowany). Obsługa urządzeń technicznych. Prawo jazdy kat. B. Praca w Sękocinie Nowym. *Oferta nr 0339.*
- Pracownik utrzymania czystości K/M.** Praca w Moszna Parcela. *Oferta nr 0346.*
- Kierowca K/M.** Poziom wykształcenia - niewymagane. Wymagane prawo jazdy kat. C, uprawnienia ADR. Praca w Pruszkowie. *Oferta nr 0350.*
- Pracownik Socjalny K/M.** Wykształcenie wyższe. Wiedza z zakresu praktycznego stosowania przepisów z ustawy o pomocy społecznej. Prawo jazdy kat.B, posiadanie pełnej zdolności do czynności prawnych oraz korzystania z pełni praw publicznych. Doświadczenie w pracy w zespole. Biegła znajomość komputera (WORD, EXEL, INTERNET). Praca w Raszynie. *Oferta nr 0372.*
- Pracownik/Mechanik precyzyjny K/M.** Poziom wykształcenia - minimum zawodowe. Pracodawca oferuje możliwość przeszkolenia do wykonywania pracy na stanowisku. Praca w Nadarzynie. *Oferta nr 0376.*
- Osoba na stanowisku pomocy kuchennej (zimna kuchnia).** Poziom wykształcenia - niewymagane. Oferta przeznaczona wyłącznie dla osób posiadających orzeczenie o stopniu niepełnosprawności. Wymagane aktualne badania sanitarno-epidemiologiczne lub chęć do ich wyrobienia. Praca w Raszynie. *Oferta nr 0384.*
- Osoba na stanowisku biurowym.** Poziom wykształcenia - niewymagane. Wymagana podstawowa znajomość obsługi komputera (pakiet biurowy). Zaangażowanie i odpowiedzialne podejście do powierzonych obowiązków, dokładność, rzetelność oraz dbałość o szczegóły. Wymagana umiejętność pracy z dokumentami i danymi, dobra organizacja pracy własnej oraz umiejętność pracy pod presją czasu. Oferta przeznaczona wyłącznie dla osób posiadających aktualne orzeczenie o stopniu niepełnosprawności. Praca w Raszynie. *Oferta nr 0385.*
- Osoba na stanowisku zmywania naczyń.** Praca w Nadarzynie. *Oferta nr 0386.*
- Lakiernik proszkowy (K/M).** Poziom wykształcenia - zasadnicze zawodowe. Doświadczenie zawodowe minimum rok. Umiejętności, uprawnienia: znajomość procesu malowania proszko-wego, przygotowania powierzchni do lakierowania, umiejętność oceny jakości powłoki lakierniczej. Wymagana znajomość języka polskiego w stopniu komunikatywnym. Praca w Pruszkowie. *Oferta nr 0393.*



licencja  
POLSKIEGO ZWIĄZKU PŁYWACKIEGO  
nr 103614

## NAUKA I DOSKONALENIE PŁYWANIA

rok szkolny 2026/2027

- elastyczna zmiana grup i terminów
- możliwość odrabiania zajęć
- grupy 5-8 osobowe na 1 instruktora
- BILET WEJŚCIA NA PŁYWANIE W OPLACIE MIESIĘCZNEJ
- 270 zł miesięc
- przy zapisach do 30.06 brak opłaty wpisowej

793-400-406 794-400-406

SZCZEGÓŁOWE INFORMACJE ORAZ LINK DO ZAPISÓW [www.uk-s-kapry.pl/aktualności](http://www.uk-s-kapry.pl/aktualności)

✓ **Pływania Kapry Pruszków ul. Andrzeja 3**

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

✓ **Pływania SMS Pruszków ul. Gomulińskiego 4**

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

## KĄCIK KULINARNY Pikantna przekąska i zakąska!

Jest to pikantna pieczeń z mielonego mięsa, nadzwyczaj smaczna i prosta w przygotowaniu.

Oto składniki na 16 porcji: 1,5 kg mieszanego, mielonego mięsa, po 1 strąku czerwonej, zielonej i żółtej papryki, 5 średnich pomidorów, 2 czerstwe bułeczki, 2 cebule, 3 jajka, 15 dag sera goudy, sól, biały pieprz, pieprz cayenne, gałka muskatowa, słodka mielona papryka, chili, bazylia i natka pietruszki do dekoracji, oraz smalec.

**Przygotowanie:** Namoczyć obie bulki w zimnej wodzie. Oczyszczyć i umyć paprykę, oraz cebule. Pokroić warzywa w drobną kostkę. Zagnieść mięso mielone wraz z pokrojoną papryką i lekko zrumienioną, podsmażoną na maśle cebulą, oraz odciśniętymi bułkami i 3 jajkami. Doprawić na pikantnie wszystkimi przyprawami, ale z umiarem. Teraz rozłożyć przygotowaną masę na blasze lekko nasmarowanej tłuszczem, po czym wstawić do dobrze nagrzanego piekarnika i piec około pół godziny w temperaturze 200 - 225 stopni. Teraz umyte i oczyszczone pomidory oraz ser pokroić w cienkie plasterki i na 10 minut przed końcem pieczenia obłożyć mięso plasterkami sera i pomidora, oraz lekko posypać pieprzem. Pieczeń serwujemy na ciepło, lub na zimno. Przed podaniem dekorujemy całą ilość bazylią i natką pietruszki. Do pieczeni możemy podać białe, świeże pieczywo. Czas przygotowania: około 1 godziny. Jedna porcja to 340 kalorii. Smacznego! Wasz kuchcik!



Burmistrz Grodziska Mazowieckiego Tomasz Krupski, Ośrodek Kultury oraz Bardowie Zachodniego Mazowsza zapraszają na

## GRODZISKI SEJMIK MUZYCZNY 2026

Honorowy Patronat Burmistrza Grodziska Mazowieckiego

**23.10.2026 GODZ.15:00** - ZŁOŻENIE KWIATÓW NA GROBACH GRODZISKICH MUZYKÓW  
Spotkanie przed bramą cmentarną od strony ul. Radońskiej

**23.10.2026 • MEDIATEKA •** GRODZISK MAZOWIECKI  
UL. 3-GO MAJA 57

**GODZ. 18:00 SALA WIELOFUNKCYJNA**  
**WYSTAWA ZBIORÓW MUZYCZNYCH ANTONIEGO KANI (19-31.10.2026)**  
SPOTKANIE BARDÓW ZACHODNIEGO MAZOWSZA, LUDZI ZWIĄZANYCH Z GRODZISKĄ SCENĄ MUZYCZNĄ I SCENĄ MUZYKI COUNTRY

**GODZ. 19:00 SALA KONCERTOWA**  
**KONCERT Z CYKLU: "GRODZISZCZANIE W MUZYCE"**  
**"TOMASZ SZWED"**  
z zespołem

**24.10.2026 • CENTRUM KULTURY •** GRODZISK MAZOWIECKI  
UL. SPÓŁOZIELCZA 9

**GODZ. 18:00 SALA WIDOWISKOWA**  
**KONCERT Z CYKLU: "GRODZISZCZANIE W MUZYCE"**  
Gość specjalny: **DARIUSZ MICHAŁSKI & ANDRZEJ FRAJNDT**  
**"MICHAŁ ŁONSTAR"**  
z zespołem

**"CZAPKA"** ANIA BORTNIK  
**"L'OK DOWN"** JACEK RUDNICKI  
**"ENCORE"** JANEK STOKOWSKI

Scenariusz i prowadzenie:  
Andrzej Frajndt oraz Lechosław Strug – Kwiatkowski

**KONCERTOWI TOWARZYSZY WYSTAWA PLAKATU MUZYCZNEGO (17-25.10.2026)**

Zadanie publiczne współfinansowane z budżetu Gminy Grodzisk Mazowiecki - 38.587,00 PLN.



## BEZPŁATNE BADANIE SŁUCHU

### APARATY SŁUCHOWE

**+48 609 624 525, 501 943 576** [ursus@modelowaniesluchu.pl](mailto:ursus@modelowaniesluchu.pl)

godziny otwarcia: **poniedziałek – piątek 8:00–16:00**

**Warszawa-Ursus** ul. Kolorowa 19, lokal 146  
02-495 Warszawa - Ursus



## PATA TAJ

JEDŹ ZE MNĄ DO PATATAJ! I ZOSTAN KAWALERZYSTĄ, RYCERZEM, AMAZONKĄ

[patataj@patataj.com](mailto:patataj@patataj.com)

KANIE K/PRUSZKOWA, ul. KRÓTKA 9, Tel.: +48 518 444 204

## HOTEL ANTON \*\*\*

by DNS Hotele

### HOTEL | RESTAURACJA

PRZYJĘCIA | KOMUNIE | CHRZCINY | WESELA | LUNCHE DNIA

**22 728 22 22 | 571 404 306**

[repcja@hotelanton.pl](mailto:repcja@hotelanton.pl) | [www.hotelanton.pl](http://www.hotelanton.pl)

## SKUP

złota, srebra



**UŻYWANEJ ELEKTRONIKI**

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

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

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

**DARMOWA WYCENA**  
**ZŁOTEJ biżuterii**

Skup **ZŁOTA**

PLACIMY NAJWIĘCEJ  
GOTÓWKĄ DO RĘKI!

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





AGENCJA  
WYDAWNICZO  
REKLAMOWA -  
PROFIL MEDIA

Wydawca gazety  
Głos Pruszkowa  
oraz portalu [www.gpr24.pl](http://www.gpr24.pl)



REDAKTOR  
NACZELNY

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



VFM  
Real Estate



Twój przystanek

Inwestycja przy stacji  
PKP Błonie Rokitno

# NOWY ETAP

Budynek C już w sprzedaży!

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

2 pokoje już od 37 m<sup>2</sup>

3 pokoje już od 51 m<sup>2</sup>

☎ 509 191 191

🌐 [stacja-blonie.pl](https://stacja-blonie.pl)

REZERWUJ JUŻ DZIŚ!