



NEUROCHIRURG

w Centrum Medycyny i Rehabilitacji Artkinezis

KONSULTACJE
NEUROCHIRURGICZNE

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

(378)
Rok XXXI
CZERWIEC 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



Zapraszamy!
Pruszków, Kraszewskiego 39

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

CENNY SUKCES SPORTOWY UCZNIÓW ZSS z Pruszkowa



Foto - Jarosław Otton. Drużyna Zespołu Szkół Specjalnych w Pruszkowie **Zapraszamy na s. 18 i 19**



Czytaj na s. 5



Czytaj na s. 13



Czytaj na s. 5, 20 i 23

Sprzedajesz mieszkanie w tej okolicy?

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



Rest Nest

+48 538 382 999

Mariusz Zalewski

Twój lokalny doradca ds. nieruchomości



Szukaj na s. 21



Szukaj s. 21



CZAS NA LETNIE ODŚWIEŻENIE GARDEROBY ODKRYJ NOWE TRENDY



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



SIŁA SZCZEGÓŁU



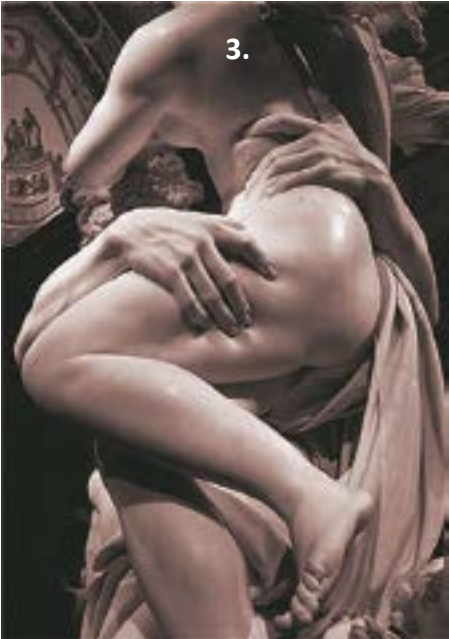
Foto - Mirosław Kalinowski

**Włodzimierz Szpak - reżyser dokumentalista, publicysta
Foto - Autor**

Zdarza mi się wędrować pamięcią po mniej lub bardziej rozległych konstelacjach dzieł sztuk wszelakich, jakie dane mi było widzieć, słyszeć, a nawet dotykać i nie raz stwierdzam z niejakim zdziwieniem, że bardziej pamiętam jakiś szczegół lub fragment dzieła (utworu muzycznego, obrazu czy rzeźby) niż dzieło w całości.

Przywołam parę przykładów powszechnie znanych i bliskich mi obrazów i rzeźb. Zachowując chronologię, zacznę od XIII - wiecznej rzeźby nieznanego niemieckiego artysty. To słynna Uta z kościoła w Naumburgu, żona saskiego księcia Ekkehardta, który w początkach XI wieku był jednym z fundatorów tego kościoła. Uta i inne figury fundatorów ozdabiające zachodni chór naumburskiej katedry w niczym nie przypominają gotyckich figur z Chartres czy innych francuskich katedr. Książniczka jest wyraźnie zindywidualizowaną, żywą istotą, młodą i piękną kobietą o chłodnej urodzie. Najbardziej zostaje w pamięci to, co robi z płaszczem, ten ponadczasowy, bardzo kobiecy gest, ten szczegół!... Oddaję głos prof. J. Białostockiemu: „Płaszcz Uty spływa aksamitnie miękkimi fałdami, podtrzymywany przez nerwową i delikatną dłoń o długich palcach. Druga ręka rysuje się pod nim, podtrzymując pod szyją wytwornie wywinęty kołnierz”. Ot co... świetna lekcja dla tych wszystkich zmaskulinizowanych feministek, które nie wiedzą albo nie chcą wiedzieć, czym jest kobiecość.

Kilkanaście lat temu pisałem o odkryciu przeze mnie malarstwa Carlo Crivellego, włoskiego artysty renesansowego. Ta wybitnie linearna, dekoracyjna, wciąż średniowieczna



z ducha sztuka, zdumiała mnie niesłychanym bogactwem szczegółów. Najciekawsze są postacie kobiet, smukłe, o ostrych rysach i przedziwnych dłoniach z nienaturalnie długimi palcami w różnych ułożeniach. Raz są jak sztylety lub szydła, innym razem jak połamane, wygięte albo splecione gałązki, jeszcze gdzie indziej niczym nogi wielkiego pajaka, zaciskające się na ciałku Dzieciątka. Najbardziej niezwykle są palce rąk Marii Magdaleny przytrzymujące przebitą dłoń Chrystusa. Ta dłoń jest jak oplecione mackami martwe zwierzątko, któremu ktoś wyrwał serce. Takie coś, taki szczegół zostaje w pamięci na zawsze!...

Pisałem już kiedyś o Gian Lorenzo Berninim i jego „Porwaniu Prozerpiny przez Plutona” z Galerii Borghese w Rzymie. Artysta miał zaledwie 23 lata w momencie ukończenia tej ponad dwu i pół metrowej rzeźby z białego marmuru. Po sfinalizowaniu prac

Okno na Planty



Foto - Henryk, Tomasz Kaiser

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

Japonia

Eksperymenty prowadzone na szczerach dowodziły, że zagęszczanie ich populacji na jakimś obszarze powoduje agresję, że stłoczenie tych samych osobników, nadmierna bliskość stają się dla nich nieznosne i przekraczają granicę za którą już tylko drastyczne reakcje. Cierpię na ludziom stręt idąc Rynkiem, kiedy na nim świąteczny kiermasz, targi sztuki zwanej ludową, albo jeden z biegów na dowolnym dystansie.

Swoją drogą dlaczego nie wyrzuca się tych atletów na Błonia?

Wyobraźcie sobie zatem kraj, w którym na powierzchni polskich dwóch województw żyje 130 milionów ludzi! Jaką dyscyplinę społeczną trzeba wypracować, by nie zagryźć się w takim tłumie na ulicy, w metrze, w sklepach, restauracjach itd. W Tokio co rzuca się natychmiast w oczy nie ma samochodowych korków. Jak to możliwe? Mieszkańcy tej gigantycznej 40-milionowej aglomeracji wyrazili zgodę na następujące rozwiązania. Nie mogący udokumentować miejsca parkingowego nie sprzedają auta. Życie koncentruje się wokół stacji kolejowych i wszelkich węzłów komunikacyjnych, by mieć bliżej do innych środków lokomocji. W tym tłoku szacunek dla współmieszkańca czasem bawi, ilość ukłonów, przepraszających gestów, uśmiechów sprawia wrażenie bycia w jakimś teatrze, w którym wyznaczone role odgrywa się zgodnie ze scenariuszem bez żadnej improwizacji – od do i kropka. I w tym zapracowanym do bólu mrowisku (2-tygodniowe



Foto - Autor

miał oświadczyć z dumą, że marmur w jego rękach stał się plastyczny jak wosk. Mogłem się o tym przekonać, oglądając uważnie rzeźbę Berniniego w jej rzymskiej siedzibie. Największe wrażenie robiły na mnie wspinałe wymodelowane nogi Plutona i jego ręce obejmujące próbującą uwolnić się z uścisku Prozerpinę, a dokładniej dłonie boga ścisnąjące miękkie, delikatne, bardzo kobiece ciało bogini. Zwróciłem uwagę na wyraźne wgłębienia pod palcami w marmurowej tkance mięsnej. „No nieźle, nieźle... prawdziwe mistrzostwo...” - szepnąłem.

PODPISY POD ZDJĘCIA:
1. UTA, autor nieznanym (katedra w Naumburgu).
2. MARIA MAGDALENA i martwy CHRYSOSTUS, Carlo Crivelli.
3 i 4. PORWANIE PROZERPINY przez PLUTONA, Gian Lorenzo Bernini.



Z TEKI WSPOMNIENI JERZEGO ANTKOWIAKA



Foto - Tomasz Pacyna

Powspominajmy jak było onegdaj...

Ponieważ zawsze żyłem wspomnieniami, a obecna moda nie jest warta przyszłowiowego funta kłaków – powspominajmy jak było onegdaj....

J.A.

Czerwiec 2016

Kolekcja Haute-Couture '92/93

Taka z pozoru niewinna sprawa, a takie wywołuje emocje. Słowo, które najczęściej pojawiało się w dyskusjach, najczęściej było drukowane przez dziennikarzy i występowało niemal we wszystkich folderach wielkich krawców - to było słowo REWOLUCJA. Rewolucyjna zmiana długości. Nóż w plecy w samym środku sezonu letniego wbity długości mini. Mini na emeryturę! - tak krzyczały tytuły artykułów opisujących zmiany długości w modzie.

Oczywiście, jak zawsze, nie wszyscy byli zgodni we wszystkim, ale to wspaniale, gdyby zapanowała bowiem zgoda, to panie umarłyby z nudów.

A więc po latach królowania mini i tysiąca problemów z tą kłopotliwą długością, wkracza dobre, znane midi z wariantami:
- do połowy łydki wąsko, prosto lub wręcz obcisło;
- do połowy łydki szeroko, wirująco, zamaszycie;
- do połowy łydki i niżej z wysokimi rozcięciami;
- długość nad kostkę dla awangardy;
- długie przezroczyste spódnice dla wyrafinowanych.

Byli też twórcy, którzy pokazali obok rzeczy długich - zdecydowanie krótkie. Tacy byli Ungaro, Paco Rabanne, Louis Feraud. Spódnice długie wysoko rozcinane - Cardin, Ricci, Lacroix. Bardzo długie spódnice czy płaszcze do kostki zaprojektowali - Laroche, Venet. Długości klasyczne, czyli do kolan, preferowali tacy twórcy jak Yves Saint Laurent, Dior, Givenchy.

Oczywiście długość na pokazach Haute Couture była najbardziej dyskutowana, ale i inne „nowości” poruszyły publiczność i dziennikarzy.

Wracają więc ogromne długie płaszcze, damskie smokingi i styl romantycznego



Jerzy Antkowiak w towarzystwie organizatorów na Sosnowieckim Fashion Bridge 2026

Dandysa (w modzie damskiej - naturalnie). Długa czarna ma być wedetką sezonu i żadna z pań nie może jej nie mieć. Była to ukochana suknia prawie wszystkich wielkich krawców.

Ale Ungaro nadal wielbi sukienki krótkie drapowane, blisko ciała, słodkie jak bombonierki. Kostiumy od tych najklasyczniejszych - chanelowskich (niekoniecznie od Chanel), po koordynowane, sportowe z basinkami i krótkimi jak pudełko żakietami. Tweedy i szyfony, flanele i pajety, etaminy, welniane i złote brokaty, biżuteria, kokardy i kapelusze, fryzury jak rzeźby, nie kończące się hafty i obuwie lat czterdziestych, to nie jest, proszę Państwa, temat na jedno opowiadanie.

Jerzy Antkowiak

PS

26 maja, w Dniu Matki, odwiedziłem Technikum kształcące młodzież w kierunku mody w Rydułtowach.

Szkoła, pod kierownictwem pani dyrektorki Mireli Szymczak, naszej słynnej Mirabelki, troszczy się o swoich uczniów niczym o własne kochane dzieci.

Mieliśmy okazję zobaczyć kolekcję „Tradycja w kreacji”, opartą na śląskim wzornictwie. Była pełna barw, ale – zgodnie z tradycją – nie zabrakło również czerni. Kolekcja robiła na mnie ogromne wrażenie. Chciałbym pokazać ją w jednym z najatrakcyjniejszych miejsc w gminie Michałowice, o czym już wstępnie rozmawiałem z najsympatyczniejszą wójtewką, Małgosią Pacheczką.

Właśnie wracam z kolejnej modowo-młodzieżowo-szkolnej wyprawy, tym razem do Sosnowca. Szkoła pod dyktando Elżbiety Czernik zaprezentowała kolekcję inspirowaną twórczością Karla Lagerfelda. Uczniowie pokazali bardzo wysoki poziom przygotowanych projektów.

Byłem zachwycony prawdziwie radosną – w najlepszym tego słowa znaczeniu – twórczością tak młodych ludzi. Po raz kolejny udowodnili oni, że szkoły odzieżowe mogą na poważnie uczyć prawdziwego rzemiosła mody.

Zwycięzca konkursu na kolekcję inspirowaną Karlem Lagerfeldem otrzymał statuetkę imienia Jerzego Antkowiaka z rąk samego mistrza Jerzego Antkowiaka. To było wyjątkowe i bardzo symboliczne zwiększenie tego wydarzenia.

J.A.



NOWA ELEKTROCIEPŁOWNIA W PRUSZKOWIE



Foto - Mirosław Kalinowski

Adam St. Trąbiński - dziennikarz, publicysta
Foto - UNIBEP

W czwartek 14 maja br. braliśmy jako gazeta udział w sympatycznej i ważnej uroczystości – aktu wmurowania kapsuły czasu w nowoczesnej kotłowni/elektrowni na terenie starego zakładu przy ul. Waryńskiego. Praktycznie będzie to nowa elektrociepłownia, ekologiczna (bodaj czwarta taka w kraju, po Suwałkach i w rejonie Olsztyna, oraz w Kawęczynie) napędzana biomasą. Autor niniejszego jako niemal sąsiad terenów pruszkowskiej elektrowni od kilku miesięcy widział porządkowanie terenu tuż przy parkingu (wylot przejścia podziemnego) i przy torach PKP.

Stary zakład – elektrownia liczy sobie ponad 111 lat. Turbiny wytwarzające prąd (do dziś można obejrzeć stary kocioł węglowy z 1936 r. oraz wcześniejszy generator z 1928 r. – będą one zachowane na pamiątkę) rozbudowano po wojnie w l. 50 i później do wytwarzania jednocześnie ciepła w postaci gorącej wody. Niemal wszystkie nowe budynki w Pruszkowie oraz potem w Piastowie były grzane przez elektrociepłownię. Zakład z wolna przechodził na produkcję ciepła redukując wytwarzanie prądu. Jednocześnie instalowano kominy z filtrami, ale korzystano z węgla. Na grzanie wody gazem przechodzono stopniowo w ostatnich dekadach. Starsi mieszkańcy Pruszkowa pamiętają olbrzymie hałdy żużlu powęglowego pomiędzy dzisiejszym wiaduktem a Utratą, jakim w późnych l.50 i 60 utwardzano lokalne okoliczne drogi.

Na symboliczny akt w budowania (przedem podpisania okolicznościowego aktu i wypełnienia kapsuły pamiątkami historycznymi) przybyli m.in.: prezydent Miasta Pruszkowa Piotr Bąk, starostowie Powiatu Pruszkowskiego Adrian Ejssymont i Patryk Grabowski, prezesi Orlen Termika – Andrzej Gajewski i Michał Olszewski, kierownik wytwarzania Elektrowni Pruszków – Mariusz Ziętek, generalni wykonawcy inwestycji Andrzej Tyłczyński i Ewelina Karczyńska, dyrektor kontraktu Anna Cytryniak-Rożek i Tomasz Rożek – kierownik budowy. Odczytano list-pośłanie ministra Energetyki Miłosza Motyki. Inwestycję rozpoczęto z końcem roku ubiegłego i trzeba przyznać – postępuje ona szybko. Stoją już pylony pod dach nowego zakładu, w chwili, kiedy to będziecie czytać – pewnie kładą już dach. Uruchamianie instalacji zaplanowano na czerwiec 2027 r. – pełne przekazanie nowej elektrowni o wartości inwestycji 255 mln zł nastąpi w IV kwartale owego roku. Będą zainstalowane trzy kotły – każdy o wydajności 14,9 MW. Zakład będzie miał zintegrowany system oczyszczania i kondensacji spalin, w tym instalacja odpylania a nawet – odazotowania poprzez wieloprzewodowy komin. Oczywiście instalacja paliwowa będzie posiadała magazyn biomasy a ta zaś dostarczana będzie ciężarówkami. Autor powyższego zadaje sobie pytanie skąd ciepłownia będzie



Czyn godny naśladowania Zespołu Szkół Sportowych z Pruszkowa



Foto - ze zbiorów autora

Wiesław Pośpiech - dziennikarz sportowy
Foto - Powiat Pruszkowski



Szkoła Mistrzostwa Sportowego - Liceum Ogólnokształcące w Pruszkowie to kontynuatorka znanej poprzedniczki Zespołu Szkół Mechanicznych, która przygotowywała cenionych i poszukiwanych fachowców

w najróżniejszych zawodach oraz rzeszę najwybitniejszych sportowców polskich: medalistów i uczestników Igrzysk Olimpijskich, mistrzostw Świata, Europy i Polski.

Szkoła, wykształcała absolwentów, którzy znakomicie pełnili odpowiedzialne stanowiska i funkcje państwowe i resortowe, aktualnie prowadzona przez znakomitego fachowca, pasjonata sportu, znanego działacza sportowego i niepoprawnego optymistę mgr Łukasza BORKOWSKIEGO, dzięki któremu powstała w sąsiedztwie szkoły nowoczesna pływalnia, tętniąca życiem od wczesnych godzin porannych do późnego wieczora i służąca mieszkańcom miasta i okolic od najmłodszych do seniorów włącznie budząc uzasadnioną radość nie tylko w województwie. Ponadto, a może przede wszystkim wychowuje aktualnych i przyszłych mistrzów i medalistów w piłce nożnej, piłce siatkowej dziewcząt i chłopców, koszykówce chłopców a także pływaniu sportowym oraz ratownictwie sportowym dziewcząt i chłopców. Od tego roku prowadzone są również pozalekcyjne zajęcia z boks w ramach Rządowego Programu Aktywna Szkoła. Przy całym szacunku dla wymienionych dyscyplin i osiągnięć, chciałbym podkreślić szczególnie wydarzenie z udziałem podopiecznych trenera Jacka Ćwirty, przy wsparciu całej szkoły i



akceptacji dyrektora Łukasza Borkowskiego, którzy udzieliли bezinteresownej pomocy ciężko chorej kobiecie licytując na turnieju rękawice bokserskie z autografami wybitnych polskich pięściarzy, członków kadry narodowej, a uzyskaną kwotę przekazali chorej. Przedmiot licytacji powiększył bogate zbiory

szkolnych trofeów, potwierdzając, że nie tylko można połączyć przyjemne z pożytecznym, ale bezinteresownie wspomóc potrzebującą osobę za co najbliżsi chorej składają z głębi serca płynące, najserdeczniejsze podziękowania młodym ludziom i ich opiekunom stanowiący wspaniały wzór do naśladowania.

Reklama

OGRODY PRZYJACIOŁ 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



Wyróżnienie dla brwinowskiego projektu

Projekt „Działaj dla klimatu”, zrealizowany w brwińskich szkołach podstawowych, otrzymał wyróżnienie w plebiscycie ekologicznym organizowanym przez Uniwersytet Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie. W imieniu gminy Brwinów dyplom odebrał zastępca burmistrza – Jerzy Wysocki.

Celem ekologicznego plebiscytu „Wspólna zielona przyszłość” było wyłonienie najbardziej innowacyjnych i wartościowych projektów związanych z ochroną środowiska. Gmina Brwinów została wyróżniona w kategorii „Samorząd”. Uroczysta gala wręczenia nagród IV edycji Plebiscytu Ekologicznego odbyła się 25 maja 2026 r. na terenie kampusu UKSW w Warszawie.

Decyzję podyktował Kapitułę Konkursu konkurs projektu pn. „Działal dla klimatu” był realizowany w latach 2022–2023 we współpracy z gminą Michałowice, w partnerstwie z Sandgerdi Elementary School z Islandii. Liderem projektu była gmina Brwinów. Działania edukacyjne dla uczniów oraz szkolenia dla nauczycieli prowadzone były w siedmiu szkołach podstawowych: nr: 1 i nr 2 w Brwinowie, w Żółwinie i Otębszcu, a także w Nowej Wsi, Michałowicach i Komorowie. Uczestniczyło w nich około 1 500 uczniów i 100 nauczycieli. Prowadzone międzyszkolne zajęcia tematyczne dotyczyły segregacji odpadów, śladu węglowego, wody, transportu rowerowego oraz zmian klimatu. Zorganizowano wiele konkursów, w tym: plastyczny, wiedzy, teatralny oraz konkurs na prezentację multimedialną i film dotyczący segregacji odpadów. Projekt nie ograniczał się tylko do edukacji, lecz obejmował także działania inwestycyjne na terenach szkół, które służą dziś kolejnym rocznikom uczniów. Powstały także dla owadów i poidełka dla ptaków ułatwiające obserwację przyrody i bliższy kontakt z otaczającym środowiskiem. Przy szkołach ustawiono również ławki solarne oraz utworzono ogródki dydaktyczne, deszczowe i meteorologiczne. Nową wiedzę zdobywali także nauczyciele. Uczestniczyli w zajęciach poświęconych metodom prowadzenia obserwacji przyrodniczych i organizowaniu zabaw edukacyjnych. Otrzymali też praktyczne wskazówki dotyczące prowadzenia zajęć na zielonych placach zabaw oraz możliwości wykorzystania ich do aktywności pozawczej, twórczej i fizycznej dzieci.



Zielona Willa odzyska dawny blask

13 maja br. w Urzędzie Gminy Michałowice podpisana została umowa na realizację prac konserwatorskich przy Zielonej Willi Grabowskich w Komorowie. Wykonawcą zadania, wyłonionym w przetargu, została firma Katanga, reprezentowana podczas podpisania umowy przez Wiktora Kwapisiewicza. To ważny moment nie tylko dla samego zabytku, lecz także dla całej lokalnej społeczności, dla której willa od lat stanowi jeden z najbardziej rozpoznawalnych elementów dziedzictwa Komorowa.

Zielona Willa Grabowskich ma wyjątkowe znaczenie historyczne, architektoniczne i symboliczne. Jest cennym zabytkiem wpisanym do rejestru zabytków nieruchomości województwa mazowieckiego, ale również ważnym elementem tożsamości miejsca – świadectwem idei miasta ogrodu, która ukształtowała charakter Komorowa jako przestrzeni przyjaznej, zielonej, nowoczesnej i zaplanowanej z myślą o wysokiej jakości życia mieszkańców.

W 2023 roku gmina Michałowice nabyła Zieleną Willę. Zakup został w pełni sfinansowany ze środków województwa mazowieckiego — gmina pozyskała na ten cel dotację w wysokości 2 mln zł. Był to jeden z kluczowych kroków w stronę zabezpieczenia przyszłości obiektu i stworzenia warunków do jego renowacji. Równie ważne było zaangażowanie mieszkańców, którzy aktywnie wspierali starania o ocalenie i odnowienie tego wyjątkowego miejsca.

Kolejnym ważnym etapem było uzyskanie wsparcia w konkursie „Nasz Zabytek”, organizowanym przez Fundację Most the Most. Pod koniec 2023 roku, dzięki głosom miesz-

kańców i społeczników, Willa Grabowskich zdobyła grant w wysokości 1 mln zł. Pokryje on 29% kosztów związanych z remontem – całkowita wartość inwestycji wynosi 3 444 000,00 zł.

Jak podkreślał podczas podpisania umowy projektant, dr Rafał Mazur, Willa Grabowskich jest pod wieloma względami symboliczna. **Jako zabytek wpisuje się w urbanistyczny układ miast ogrodów** – koncepcji, która powstała na przełomie XIX i XX wiek i szybko przeniknęła do polskiej myśli urbanistycznej. Idea ta była nadzieją na stworzenie lepszej formy zamieszkiwania. **Willa symbolizuje również idee funkcjonalizmu**. Jej autorami byli Bohdan Lachert i Józef Szanajca. Funkcjonalizm miał przynieść architekturę prostą, dostępną, nowoczesną i pozbawioną historycznych cytatów charakterystycznych dla XIX wieku. W przypadku Zielonej Willi oznaczało to odważne przededefiniowanie estetyki miasta ogrodu, która wcześniej często nawiązywała do stylu dworskowego. **O wyjątkowości obiektu decyduje także materiał, z którego został wykonany**. Drewniana konstrukcja jest rzadkością w architekturze funkcjonalistycznej, kojarzonej przede wszystkim z betonem jako materiałem przyszłości. Tym większe znaczenie ma fakt, że po niemal stu latach drewno ponownie postrzegane jest jako ważny i przyszłościowy materiał w budownictwie. Przetrawiona Zielona Willa w tak dobrym stanie jest więc szczególnie cenne – zarówno z punktu widzenia historii architektury, jak i ochrony lokalnego dziedzictwa.

Planowane prace konserwatorskie mają przywrócić obiektowi dawny blask, zachowując jego autentyczny charakter. Jak zaznaczył dr Rafał Mazur, projekt techniczny złożony do Wojewódzkiego Konserwatora Zabytków został oceniony bardzo wysoko — jako wybitny na tle innych projektów trafiających do urzędu.

Remont Zielonej Willi Grabowskich jest symbolem ponadpartijnego zaangażowania mieszkańców oraz władz gminy Michałowo. Pokazuje, jak ważna jest dla lokalnej społeczności tożsamość miejsca i odpowiedzialność za dziedzictwo. W wielu innych miejscach obiekty o podobnej wartości mogłyby popaść w ruinę lub zostać wyburzone. Tutaj podjęto decyzję o ich ochronie i przywróceniu należnego im znaczenia.



Gmina Michałowice z kolejnymi dofinansowaniami



fot. <https://www.gov.pl/web/uw-mazowiecki>

Blisko 1,5 mln złotych trafiło do budżetu gminy Michałowice na rozbudowę kolejnej gminnej drogi oraz ponad 165 tys. zł w zakresie ochrony ludności i obrony cywilnej.

Projekt rozbudowy tej drogi powstał we współpracy z lokalnymi przedsiębiorcami, a sama rozbudowa ulicy Piachy właśnie otrzymała dofinansowanie w wysokości 1,5 mln zł z Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg. Dobrą wiadomością jest nie tylko poprawa przejeżdżalności tej drogi, lecz również uporządkowanie przestrzeni i poprawa jej estetyki – wójt gminy Michałowice, Małgorzata Pachecka.

**Sporządzenie ekspertyzy i dokumentacji
pod miejsce doraźnego schronienia w trzech
gminnych szkołach**

Warto również wspomnieć, że gmina Michałowice otrzymała dofinansowanie w wysokości ponad 165 tys. zł. na sporządzenie ekspertyzy i dokumentacji pod miejsce doraznego schronienia w budynkach: Szkoły Podstawowej im. Jana Pawła II w Michałowicach, Zespołu Szkół Ogólnokształcących im. Marii Dąbrowskiej w Komorowie, Szkoły Podstawowej im. Mikołaja Kopernika w Nowej Wsi.

Rozbudowa ulicy Piachy w Pęcicach

Inwestycja obejmuje odcinek o długości około 350 metrów, między ulicami Sokołowską a Parkową.

W ramach projektu powstaną:

- nowa jezdnia,
- droga dla pieszych i rowerów z asfaltu,
- system odwodnienia ulicy
- oraz niezbędne instalacje elektryczne i teletechniczne przy drodze.



-2

Operacja FALL BLAU

Bitwa o Stalingrad

23.VIII.1942 - 2.11.1943



Foto - ze zbiorów autora

Grzegorz Przybysz - dziennikarz, publicysta, regionalista
Foto - Internet

Czy Niemcy mogli wygrać bitwę pod Stalingradem? Na to pytanie starał się odpowiedzieć jeden z najwybitniejszych strategów niemieckich, feldmarszałek Erich von Manstein w swojej książce pt. „Verlorene Siege”, czyli „Zaprzepaszczone zwycięstwa”. Sprawa klęski Niemców pod Stalingradem jest bardzo interesująca i nawet dziś budzi wiele pytań, albowiem ta potworna, straszliwa bitwa była bez wątpienia początkiem końca „Tysiącletniej Rzeszy”, oraz jedną z najkrwawszych walk podczas II wojny światowej.

Ale dlaczego do tej klęski doszło?

Manstein, który w drugim okresie bitwy stalingradzkiej był głównodowodzącym grupą armii „Don” i bezpośrednim zwierzchnikiem gen. Paulusa oraz jego zamkniętej w kotle 6 armii, stara się udowodnić, że chociaż na zwycięstwo nie można było liczyć, to klęska była jednak do uniknięcia, a za to, że do niej doszło – napisał, odpowiedzialni byli wyłącznie Hitler i Goering.

Co napisał Manstein? Otóż stwierdza on, że nad klęską stalingradzką, jak i nad całą fatalną kampanią wschodnią zaciążyło połączenie w jednej osobie funkcji głowy państwa - kanclerza III Rzeszy i naczelnego wodza Wehrmachtu, czyli Adolfa Hitlera. Manstein napisał: - Uparty jak kozioł Hitler wypowiedział w roku 1942 dwa zdania brzemiennie w następstwa: - Stalingrad został zdobyty, oraz -To co mamy, trzymamy mocno. Alści, w obawie przed utratą prestiżu wśród sprzymierzeńców, oraz opinii wśród państw neutralnych (m.in. Turcja, Szwecja i Szwajcaria), a zwłaszcza we własnym narodzie i armii – Hitler był gotów poświęcić wszystko. Wojskowy mógł się cofnąć, dyktator nigdy! - reasumuje Manstein.

19 listopada 1942 roku, potężne uderzenie skoncentrowanych jednostek pancernych armii czerwonej dosłownie rozbiło w puch korpusy rumuńskie, zabezpieczające skrzydła 6 armii niemieckiej. - A przecież od natychmiastowego i bezwzględnego jej wycofania zależał los ponad 300 tysięcy naszych żołnierzy – napisał Manstein. Hitler jednak

wahał się. Wówczas na arenę wkroczył Goering. Jak wspominał z goryczą generał: – Ten gruby bufon już przedtem był przyczyną niejednego zaprzepaszczonego zwycięstwa. Raz pod Dunkierką, gdy powiedział, że lotnictwo wystarczy do zniszczenia otoczonych wojsk brytyjskich, dzięki czemu korpus lorda Gorta straciwszy co prawda cały sprzęt, prawie w całości ewakuował się do Anglii. Drugi raz zapewniał Hitlera, że w powietrznej „Bitwie o Brytanię”, rzuci Albion na kolana.

W dniu 25 listopada 1942 roku, między Hitlerem a Goeringiem miała się wywiązać taka mniej więcej rozmowa:



Radzieccy piechurzy. Rok 1942

Hitler: - Żołnierze rumuńscy nie chcą bić się z Sowietami. Całe oddziały schodzą z pozycji albo oddają się do niewoli. W tej sytuacji Paulus zostanie łada dzień zamknięty w kotle. Przypominam panu, że jest to moja najsilniejsza armia: 20 dywizji, w tym 3 pancerne i 3 zmotoryzowane, większość artyleryjskich rezerw armii lądowej, a także wojsk inżynieryjnych. Tu idzie o wielką stawkę, Goering!

Goering: - Dokonałem potrzebnych obliczeń, mein fuehrer. VI Armii potrzeba dziennie 550 ton zaopatrzenia, w tym żywności, amunicji i materiałów pędnych. Wykorzystamy dwie bazy lotnicze: Morozowską – 180 kilometrów od Stalingradu i Tacynską – 220 kilometrów. Z tego tylko 50 kilometrów trzeba przelecieć nad terytorium wroga. Odległości są małe a dni krótkie, dlatego też przewiduję, że będzie można wykonać tylko jeden lot dziennie. Potrzeba zatem 225 samolotów transportowych Ju 52.

Hitler: - Ale o tej porze roku nie można co dzień liczyć na dobrą pogodę.

Goering: - To sięcniagne się trochę maszyn z rezerwy, od Milcha.

Hitler: - Nie mamy przewagi w powietrzu, trzeba liczyć się ze stratami. Ubytki powstaną również wskutek uszkodzeń przy lądowaniu, remontów, wymiany części...

Goering: - Zorganizuje się mocną ochronę myśliwską a bombowce będą atakować lotniska przeciwnika i stanowiska artylerii przeciwlotniczej. Richthofen ma przecież 1000 maszyn...

Hitler: - A jakie jest jego zdanie?

Goering: - Takie, jak moje. Przecież przez całą zeszłą zimę Luftwaffe zaopatrywała 100 tysięcy żołnierzy w kotle Demiańskim.

Hitler: - Racja. Paulus zostanie na miejscu.

Tak więc dwaj „lekkomyślni dyktanci”, jak ich określa hitlerowski feldmarszałek, spowodowali katastrofę. Manstein podkreśla, że dowódca działającej na południu frontu wschodniego 4 floty powietrznej - gen. plk Freiherr von Richthofen, w rozmowach zawsze pesymistycznie zapatrywał się na możliwości zaopatrywania oblężonych z powietrza.

W bitwie stalingradzkiej wiele zależało od działań lotniczych. Walki powietrzne na rozległych przestrzeniach między Dońcem a Wołgą, toczyły się ze zmiennym szczęściem. Na niebie bez przerwy krążyły Jaki i Messerschmitty, Łagi i Focke-Wulfy, a

Mroźną nocą z 22 na 23 grudnia 1942 roku, temperatura powietrza spadła do minus 43 stopni, i wszelka broń stała się bezużyteczna. Panuje głód. Żołnierze niemieccy dobijają ostatnie konie. Wokół ludzie zamarzają i umierają z wycieńczenia. Tylko ledwo żywe warty oglądają nocą, wielką, czerwoną lunę płonącego Stalingradu.

Tymczasem Sowieci przejmują inicjatywę i w wyniku uderzenia znad Donu, przejmują 24 grudnia, w wigilię, niemiecką bazę lotniczą Tacynską-ja. Dwa dni później sztab Paulusa 6 armii melduje Berlinowi: - Dostarczono tylko 70 ton. Od trzech dni przysyłacie ułamek tego, co nam potrzeba. Hitler się wścieka. Grozi zdymisjonowaniem Mansteina. Dwa dni później pada niemiecka baza lotnicza Morozowski. Niemcy muszą teraz latać setki kilometrów – z Nowoczerkaska i Rostowa.

Tymczasem w kotle sytuacja staje się beznadziejna. Szef sztabu 4 Floty Luftwaffe – generał Pickerd po powrocie z kotła opowiadał, że poprawa zaopatrzenia nie przysła się już na nic, bo nie ma wolnych sił, by zabezpieczyć przełamania Sowietów. I rzeczywiście. 13 stycznia 1943 roku, Rosjanie opanowali Pitomnik, jedno z dwóch lotnisk, w bliskim rejonie Stalingradu. Manstein napisał: - Od 16 stycznia straty w samolotach transportowych są tak wielkie, że ograniczono się tylko do lotów nocnych. Większość lotów ma tylko na celu dokonanie zrzutów.

W połowie stycznia generał Paulus zezwala by małe oddziały piechoty próbowały oddzielenie przebijając się do swoich. Samoloty zrzucają im w oznaczonych miejscach żywność, granaty i amunicję. Na daremnie. Ani jedna z tych grup nie dotarła do naszych linii, żadnej nie wypatrzyły samoloty obserwacyjne – napisał Manstein. Ostatnie samoloty lądują 22 stycznia na lotnisku w Gumrak. Wycinane w pień z ziemi, bombardowane bezustannie z powietrza, trawione głodem i głębokim mrozem, niemieckie oddziały 6 armii bezwarunkowo kapitulują 2 lutego 1943 roku.

Według Mansteina, niemieckie lotnictwo transportowe straciło w tych walkach 488 samolotów i około 1000 pilotów, wraz z załogami. Natomiast źródła sowieckie podawały, że w całej operacji stalingradzkiej, czyli od początku ofensywy do kapitulacji resztek 6 armii, Niemcy stracili około trzy tysiące maszyn. Swoich strat nie podali.

Hitlerowski minister spraw zagranicznych Joachim von Ribbentrop – mijający się jak zwykłe z prawdą, wygłosił we wrześniu 1943 roku takie oto słowa: - Kiedyś, później, bitwa o Stalingrad stanie się symbolem walki o wolność Europy. Bitwa stalingradzka stała się dla umęczonych narodów naszego kontynentu jutrzenką wolności. Była i będzie trwałym symbolem walki o oswobodzenie Europy spod jarzma sowieckiego komunizmu.

W głębi wyobraźni widzę jak głęboko pod ziemią, w ciemnych czeluściach piekła, siedzi na kurzej żerdzi, suchy jak wiór, stary Joachim von Ribbentrop, i się śmieje.



Radzieccy żołnierze z rusznicą przeciwpancerną. Rok1942

Wszystko już było



Foto - Mirosław Kalinowski

Tekst & rys. - Tomasz Suwała, publicysta i bloger

No i mamy czerwiec

– Czerwiec – mruknął Staś, nie podnosząc wzroku znad puszki – to już połowa roku.

– Genialne spostrzeżenie – odpowiedziałem, sadowiac się obok niego na murku. – Za takie odkrycia to w likwidowanej telewizji nagrody dają.

Staś wzruszył ramionami i pociągnął piwo.

– Tylko mi nie mów – dodał po chwili – że znowu będą te festyny, pikniki, dni dziecka, dni ojca, dni matki, dni psa, dni kota i dni marchewki.

– No będą – odparłem. – Bo czerwiec. Wszystko już było, ale trzeba powtórzyć. Żeby ludzie nie zapomnieli, że istnieje.

– A ty pójdziesz? – spytał Staś.

– Gdzie?

– No na festyn. Albo Dzień Dziecka obchodzić.

– A ty pójdziesz? – odbiłem piłeczkę.

Staś zrobił taką minę, jakby właśnie dostał pytania o całkę podwójną.

– Ja? – zakrztusił się piwem. – Ja mam swoje święta.

– Jakie?

– Dziaś. Że jeszcze żyję. I że mam piwo. I że murek nie zniknął.

– Boś dziecko, dlatego twoje święto. Tylko ci trzepak jeszcze brakuje – zaśmiałem się.

– Dzieciaki teraz mądrzejsze – zripostował Staś – nie fikają na trzepakach tylko na tiktokach.

Pokręciłem głową z uznaniem. Staś czasem mówi rzeczy, które brzmią jak mądrość ludowa, a

czasem jak pierwsze zdanie pijaka, który właśnie zgubił klucze. Tym razem nie byłem pewien, która to kategoria.

Wakacje tuż, tuż

No i oczywiście w pracy zaczęło się wielkie planowanie urlopów. Julka z księgowości już w marcu zarezerwowała lipiec, bo „dom w Bieszczadach tylko na ten tydzień jest wolny”. Grzesiek z marketingu chce sierpień, bo „w sierpniu w Hiszpanii jest najlepsza impreza”. A ja? Ja chciałbym wrzesień, bo we wrześniu nikogo nie ma nad morzem i wreszcie jest cisza.

– Ciszka? – zdziwił się szef. – A po co panu cisza? Pan nawet w ciszy nie pracuje.

– Bo ja w ogóle nie pracuję – odpowiedziałem dumnie.

Szef aż się zakrztusił więc musiałem szybko wyjaśnić:

– Bo praca to przyjemność.

– W takim razie urlop panu niepotrzebny, dla pańskiej przyjemności to robię – Odparł szef zadowolony z siebie.

Teraz jestem w trakcie szukania nowej roboty, ale dopiero po sezonie.

Polityka, polityka...

No i oczywiście w czerwcu coś tam w sejmie dymią, coś tam w UE świszczy, a coś tam na wschodzie się tli. Ale ja mam to gdzieś. Serio. Kiedyś przejmowałem się każdym ruchem polityków. Chodziłem na wybory, liczyłem na zmianę, a potem się zawodziłem. Teraz już nawet nie liczę. Wiem, że po każdej stronie siedzą ci sami ludzie w lepszych garniturach, którzy załatwiają swoje interesy, a moje – może jutro, może pojutrze, a może w ogóle.

– Tylko, po co mi polityka? – powiedziałem do Stasia.

– Bo jej nie wyłączysz – odparł.

– A gdybym miał pilota?

– To byś zgubił między poduszkami – powtórzył



Staś tylko po to, żeby mnie podrażnić.

Czasami myślę, że Staś jest bardziej polityczny niż cała Platforma razem z PiSem. Ale jego polityka jest prosta: żeby piwo było tanie i nie drożało, żeby murek stał, żeby go nie wyproszono z parku i żeby po nim nie jeździły ciężarówki.

Podsumowując czerwiec

Czerwiec jest fajny, bo długo świeci słońce. Wstajesz rano – jest jasno. Kładziesz się wieczorem – jeszcze jasno. Człowiek ma wrażenie, że dzień ma

więcej sensu, bo więcej się go widzi. Gdyby tak grudzień miał tyle światła co czerwiec, to by się lepiej wegetowało.

– Ale w grudniu są święta – przypomniał Staś.

– Ale w czerwcu jest życie. No i te wszystkie festyny, dni ojca, dzieci, psów i marchewki.

Staś kiwnął głową i zakończył jak zwykle:

– I co z tego?

No właśnie. I co z tego.

Komentować można na: www.piorkiemtomkas.blogspot.com

REKLAMA

NATURMED

Ośrodek Medycyny Manualnej i Osteopatii

Ursus-Gołąbki ul. Koronacyjna 15

Zapisy: tel.: +48 604 092 007, 22 662 49 07

pon. - pt. w godz. 9:00 - 17:00

Dogodne terminy zabiegów dla osób pracujących

D.O. mgr JAKUB GÓRNICKI

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

Bardzo ceniona i uznawana przez lekarzy metoda pomocy w bólach:

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

Ulga i rozwiązanie problemów z barkiem, kręgosłupem i kolanami

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

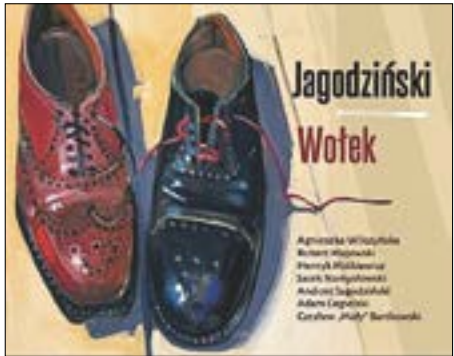
To ogromna SZANSA dla osób, które nie mogą być operowane lub chcą operacji uniknąć

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

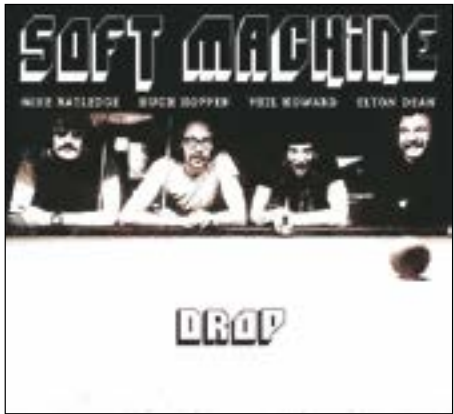
Płyty na lato

Adam St. Trąbiński - dziennikarz, publicysta

ANDRZEJ JAGODZIŃSKI & SOFT MACHINE
Przeglądam jazzowy kalendarz na lato - multum komprenz. Zresztą „na jazz” chodzimy cały rok. Odbija się w Bydgoszczy „Parada Jazzowa” (30 kwietnia - Dzień jazzu na Świecie); kolejny ECM Festiwal w Warszawie (7-10 maja); przed chwilą zakończy się w Krakowie Festiwal Stary i Młody; także Jazz nałia w Koninie; także w międzynarodowym składzie Enter Enea nad Jez. Strzeszyńskim w Poznaniu. Ale największe przed nami: 150 koncertów – to już 31 edycja Summer Jazz Festival Kraków; ponownie Poznań – Blue Summer w Parku Starego Browaru (18-19 lipca); po raz 22 lipcowy Ladie’s Jazz Festival w Gdyni (2-26 lipca) – ciekawostka jeden z wieczorów poświęcony przebojom Piotra Szczepaniaka i oczywiście już 35 edycja Warsaw Summer Jazz Days w Stodole w dn. 2 – 5 lipca m.in. z udziałem Lizz Wright.



Pianista, także kompozytor i multiinstrumentalista Andrzej Jagodziński (72 l.) zawsze należał do kreatywnych, poszukujących. Tutaj wpadł na pomysł napisania i nagrania wraz z naszymi tuzami jazzu płyty do tekstów Jana Wolka (71 l.) poety i malarza, ostatnio jakby zapomnianego. Powstał album na tyle znakomity, iż nominowano go do Jazzowego Albumu Roku w dorocznych Fryderykach JAGODZIŃSKI/WOLEK wyt. Blue/Note/Agencja Artystyczna i który - niestety - nie uzyskał wyróżnienia Akademii. Co nie znaczy, iż nie należy go odnotować. W nagraniu płyty oprócz stałego staffu Jagodzińskiego: Adama Cegielskiego - kontrabas; Czesława Bartkowskiego - perkusja brali udział: Agnieszka Wilczyńska - śpiew; Robert Majewski - trąbka i flugelhorn; Henryk Miskiewicz - saksofon altowy i klarnet basowy oraz Jacek Namysłowski - puzon i saksofon sopranowy. Płyta zawiera pięć kompozycji „Jagody”, jeden utwór Namysłowskiego pt. „Jasmin Lady” oraz - ciekawostka od głównego sprawcy albumu - kompozycję na bazie Arii Nadira z „Polawiaczy Perel” Bizeta pn. „Bezdźwięczni”. To fuza klasyki i jazzu - czym od lat inspirowie się Jagodziński. Cała płyta to tzw. koncept album z wyborynym wokalem Agnieszki Wilczyńskiej.



Drugim albumem polecanym dziś jest DROP wyt. MoonJune Rec. chyba kompletnie zapomnianej formacji angielskiej The Soft Machine. Grupa powstała w hrabstwie Canterbury jeszcze z końcem l. 60 ub. wieku - czyli to jest „coś” dla starszków, choć niekoniecznie. Album jest masterowany na nowo a nagrano go z końcem roku 1971! Tu koniecznie trzeba dodać, że ta stara kapela angielska miała olbrzymią ilość nagrań: w studiach nagraniowych zarejestrowano ich ze 20, zaś nagrania koncertowych na występach ponad 30, i nie liczymy tutaj różnych składanych. Oprócz znacznej ilości wydanych albumów Soft Machine charakteryzował się nie mniejszą ilością muzyków, jacy tam się przewinęli. Jednak podstawą składu był oryginalny muzyk/kompozytor i lider Mike Ratledge,

który grał na nie mniej oryginalnych organach Lowreya, przynajmniej do 1976 r. Tu słowo o nich, a raczej o twórcy - Amerykaninie Frederiku C. Lowreyu (1871-1955) z Chicago, który w połowie l. 50 ub. wieku skonstruował ten instrument (wielomanuowany) charakteryzujący się bogatym brzmieniem, technicznie odmiennie uzyskiwanym niż w Hammondzie. Posiadającym liczne wbudowane efekty tak, że w l. 50 i 60 popularnością pobili słynnego potem Hammonda. W 1988 r. firma przejęta została przez japońską Kawai, część produkcji przeniesiono do Indonezji. Sporadycznie brzmienie tego instrumentu wykorzystali: the Band, the Beatles, Mike Oldfield czy Serge Gainsbourg, który używał go dłuższy czas. Leader Sof Machine za pomocą tego instrumentu uyskiwał niemal psychodeliczne brzmienia i słyszymy to na albumie DROP, niemieńki kapela zawsze miała w swym składzie znakomitych muzyków i na dodatek oryginalnych, co słyszać na zachowanych nagraniach.

Letnie czytanie

Adam St. Trąbiński - dziennikarz, publicysta

MŁYNARSKI. RÓWNY TUWIMOWI CZY HEMAROWI
To obowiązkowa lektura dla absolwentów LO im. T. Zana, pruszkowiaków lub mieszkających Komorowa oraz wszystkich interesujących się polską piosenką czy ogólnie - kulturą. Rozrabiaka w „Zanie” (był we francuskiej klasie, razem z moją siostrą stryjczką Ewą), dyrektor Gilewicz chciał go wyrzucić, obroniła go polonistka „Stasia” (Ostrowska), która poznała się na jego talencie językowym i namówiła na studia polonistyczne. A w nowym budynku Liceum w kilka miesięcy po śmierci poety (nieskromnie dodam z mojej inicjatywy) największą klasę-aułę nazwano uroczystie jego imieniem.

Ale powyższego nie wyczytacie w znakomitej pracy (prawie 600 str.) Romana Dziewonskiego „Mamy taką sytuację”, bodaj najlepszej pozycji książkowej o Młynar-



skim, nic nie umniejszając Dariuszowi Michalskiemu „Dokoła Wojtek” (2008, Prószyński & Sp.). Bo pozycji książkowych o Młynarskim ukazało się wiele. Ta Dziewonskiego - niejako leksykon twórczości Wojtka - napisana jest z pozycji olbrzymiego dorobku Młynarskiego. Jak wielkiego? Ogromnego. Wszak pisać zaczął jeszcze w szkole, potem już mieszkając przy ul. Lwowskiej (mieszkanie dzięki wujowi Rubinsteinowi) i będąc stałym bywalcem Klubu Hybrydy pisał teksty szerzej i piosenek dłużej. Szybko doszłował do niemal zaskowitych artystów hybrydowych. Stawał się z wolna tektściarzem, niezwykłe solidnym i wziętym. Także artystą - śpiewającym swoje utwory. Druga połowa l.60 bezproblemie należała do Młynarskiego - stał się „modny”, seria koncertów w Sali Kongresowej (grudzień 1967) była wyprzedana na pniu; także dwa pierwsze LP (1967 i 1968) dla Polskich Nagrań rozeszły się mięgiem i w to w wielotysięcznych nakładach. Ale jednocześnie przysły występy w słynnym Kabarecie Dudek (Dziewonskiego), udział w innych spektaklach kabaretowych i programach telewizyjnych. Od początku dekady l.70 Młynarski piosenek pisał mniej

(zawsze dla „kogoś”), częściej pracował nad dużymi formami scenicznymi - pisał (a potem tłumaczył) libretta do widowisk/oper typu „Henryk VI na łowach” (wg komedii W. Bogusławskiego) czy „Cudzoziemszczyzna” (wg A. Fredry). Jasne, że studia polonistyczne na UW ułatwiały mu meandrowanie w polskiej (ale i nie tylko) literaturze. Znajomość francuskiego (nasza prof. Marynowska w Zanie), potem nauka angielskiego czy też znajomość rosyjskiego ułatwiała zadania. Przy opracowaniu librett do dużych form współpracował z akompaniatorem - przez długie lata - Jerzym Derflem. Ilość tzw. dużych form scenicznych, głównie oper lub widowisk przeznaczonych na sceny krajowe była znaczna, bodaj kilkadziesiąt w ciągu swego 76 letniego żywota.

Roman Dziewonski szczegółowo omawia poszczególne etapy twórczości Młynarskiego, cytując fragmenty prac poety i oczywiście je omawiając. I wierzę mi jest tego ogrom. Nawet osobom interesującą się polską piosenką, estradą - szerzej kulturą nie przechodzi przez myśl ilość dokonaa pana Wojciecha. Na dodatek stawiający sobie coraz wyższe wymagania warsztatowe i utyskujący w rzadkich wywiadach nad poziomem polskiej rozrywki. Tej jeszcze PRL-owskiej, o czasach współczesnych nie wspominając. Oczywiście, nie wszystkie dzieła Młynarskiego cieszyły się wzięciem. Niemniej wiele nie schodziło z afisza latami, jak np. w jego ulubionym, by nie powiedzieć - ukochanym Teatrze Ateneum na Powiślu (dyr. Janusz Warmiński), gdzie program o Hemarze grano latami. I którego to Hemara, będącego na indeksie cenzury, przywrócił z zapomnienia. Sam Młynarski miał też ciężkie potyczki z cenzurą, ale tak jak wielu twórców obchodził zapisy wieloznaczności tekstów. Nie do pomysłenia, ale nawet dialogowanie w programach kabaretowych podlegało nadzorowi cenzury! Nie odpuszczała ona na progu wolnej Polski - „Wieczór liryczny” w styczniu 1989 nie otrzymał debutu rozpowszechniania na Scenie na Dole - powtórzył ów program po wyborach 4 czerwca - jako „Zamknięty rozdział”, sumując niejako bieżący dorobek.

Nie możemy zapomnieć o przyswajaniu dorobku Władimira Wysokiego, Jacquesa Offenbacha („Życie paryskie”), Jacquesa Brela (z czym się mocno namęczył) oraz licznych „modnych” musicali. Myślę tu o polskiej adaptacji „Cienia” wg Jana Christiana Andersena (z muzyką Macieja Maleckiego) mającego liczne wystawienia krajowe; „Huśtawka” wg sztuki W. Gibsona „Dwoje na huśtawce” (gdzie tłumaczenia dokonał Młynarski); „Śię kuchamy” wg Murraya Schisgala; „Jesus Christ Superstar” rock-opery Andrew Lloyd Webera; równie słynny „Cabaret” (Operetka we Wroclawiu i Teatr w Bydgoszczy); spektakl dyplomowy „Chicago” PWST w Krakowie; „Kobieta zawiedziona” Simone de Beauvoir w reż. Magdy Umer Teatr Powszechny w Warszawie; „Chicago” jako musical vaudeville czy „Dyzma” jako musical wg Tadeusza Dołęgi Mostowicza... Uff, ale o licznych widowiskach muzycznych, czy to świątecznych czy też rocznicowych nie zapominając.

To wszystko zebrał, zestawil autorskim komentarzem opatrzył Dziewonski. Dzieło jego kończy kalendarium twórcze. Pozycja książkowa jaką każdy inteligent musi mieć na półce. I żadne Wikipedie przy tym nie są potrzebne.

Roman Dziewonski WOJCIECH MŁYNARSKI. MAMY TAKĄ SYTUACJĘ. Wyd. Lira Warszawa 2026; str.576; liczne ilustracje; kalendarium twórcze; indeks osób; cena (okładkowa - w sieci taniej!) 99,99 zł.

Czerwcowe nowości

Grażyna Siczek - Publicystka

POTULIK

Dla każdego Pruszkowianina i dla każdej Pruszkowianki jest oczywiste, że chodzi o rozległy park w samym centrum miasta. Mieszkańcy chcą tu odpocząć spacerując alejkami, przyglądając się różnorodnej przyrodzie. Mam przed sobą świeżo wydany, ciepły jeszcze egzemplarz książki o tym parku i o jego bogatej przeszłości z dedykacją autora Macieja Boenisha. Podzielim zachwyt autora tą zieloną przestrzenią i sama lubię przechadzać się alejkami pośród stawów.

Park jest częścią majątku w zamierzonych wiekach wiejskiego, bo jak podaje Aleksander Gieysztor w 1661 roku liczył „dwa lany i siedem dymów”. Przechodził w różne ręce, aż w 1877 roku kupił go Stanisław Wolowski, warszawski bankier i finansista, którego córka Jadwiga w 1892 roku poślubiła Antoniego Gabriela hrabiego Potulickiego. Hrabia okazał się doskonałym zarządcą majątku, a także prowadził różnorodną działalność na rzecz Pruszkowa. Po jego śmierci hrabina zamieszkała w Warszawie, a majątkiem opiekował się pułkownik Józef Rawicz, barwna postać międzywojennego Pruszkowa. Park był zamknięty dla mieszkańców miasta. Wstęp na jego teren mieli tylko przyjaciele i krewni pułkownika, albo hrabiny Potulickiej.



Po II wojnie światowej majątek w ramach reformy rolnej został całkowicie znacjonalizowany. Należący do majątku klasycystyczny pałacyk, będący najstarszym zabytkiem Pruszkowa był siedzibą różnych organizacji, aż od 1975 roku po remoncie i przebudowie wnetrz stał się siedzibą Urzędu Stanu Cywilnego. Na wprost pałacyku, pochylony nad fontanną Narcyz jest rzeźbą wykonaną przez Tadeusza Tchórzewskiego w 1979 roku w ramach pleneru rzeźbiarskiego dla studentów Wydziału Rzeźby Akademii Sztuk Pięknych w Warszawie. Trochę młodszą od pałacyku pobliskie oficyna i wozownia pochodzą prawdopodobnie z drugiej połowy XIX wieku. W oficynie umiejscowiona była kuchnia i jadalnia, a na piętrze pokoje dla gości i służby. Wozownia, w której przechowywane były różne rodzaje pojazdów, co poniekąd wynika z jej nazwy, pełniła również funkcję oranżerii. Dziś urządzone są tam koncerty kameralne.

Dzięki staraniom archeologa Stefana Woydy, obecnie patrona całego obiektu, od 1975 roku wozownia i oficyna pełnią funkcję muzeum archeologicznego. Są tu eksponowane dymarki, piece w których z rud darniowych powyszechnych w dolinie Utraty, wytapiano żelazo. Natomiast w ogrodzie muzeum wystawiono do oglądania są bryły żelaza, będące pozostałością po dymarkach istniejących na terenie zachodniego Mazowsza od II wieku p.n.e. do IV wieku n.e.

W pobliżu pałacyku była lodownia, czyli taka solidniej izolowana piwniczka, w której trzymano bryły lodu wykute z potulickich stawów umożliwiające przechowywanie żywności w ciepłych miesiącach roku.

Rozległy park szczyti się bogactwem przyrody. Starydrzew znajduje się najbliższe pałacyku, a najstarszymi drzewami są białe topole i modrzewie polskie, posadzone prawdopodobnie w pierwszej połowie XIX wieku, podczas budowy pałacyku na miejsce drewnianego dworu.

Trzyście drzew jest objętych ochroną pomnikową. Najwięcej rośnie kasztanowców, lip, klonów, jesionów, a także wigi i graby. Rozłożyste korony drzew stwarzają przyjazne domostwo dla wiewiórek i wielu gatunków ptaków tu żyjących. Spośród pięciu gatunków dzieciątłów najpowszechniejszy jest dzieciąt duży, a spośród kaczek - moich ulubionych - krzyżówek. Ale są też pięknie ubarwione mandarynki. Na stawach królują labędzie nieme, co roku wyprowadzające na wodę swoje szare jeszcze pisklety, przy stawach zaś żyją bobry, żaby, zaskronce, ślimaki i mnóstwo innych zwierząt. Mokradła nad Utratą licznie zamieszkują ptaki, wśród nich czapla siwa, oraz przebogata roślinność wybierająca to miejsce do życia. Jedyną zagrożającą w Potuliku sową jest puszczyk, niestety trudno go wypatrzeć, bo dnie najchętniej spędza w dziupli.

Książka jest opracowana z wielką precyzją. Autor dokładnie opisuje poszczególne obiekty należące do dawnego majątku hrabiów Potulickich, od nazwiska których powstała nazwa parku. Zaś do lokalizacji tych obiektów służy dołączona do spacerownika mapa z numerami tych obiektów i ich miejscem w parku. Muszę zaznaczyć, że książka jest bardzo estetycznie wydana, posiada wewnątrz mnóstwo fotografii i rysunków. Pozycja niemal obowiązkowa dla każdego Pruszkowianina i każdej Pruszkowianki, tym bardziej, że znając Potulika prawie na wylot, nie zna się pochodzenia, ani historii poszczególnych obiektów całego majątku. Gorąco polecam tę lekturę!

Maciej Boenish - Potulik Spacerownik po parku Potulickich w Pruszkowie, wydane przez Muzeum Dulag 121 Pruszków, rok wydania 2025, okładka miękka, liczne zdjęcia i rysunki, stron 130, ceny brak.



Foto - Tomasz Malczyk

Barbara Gajo - publicystka
Foto - Biobidżan Wikipedii

Na Syberyjskiej Ziemi

„Żadna rewolucja otwierająca podwoje przed masami biedoty nie zainicjowana była przez te masy. Totalitaryzm zaś to ekstremalna ingerencja w życie obywateli. Przystają oni samodzielnie myśleć i analizować fakty”. Anna Arendt – żydówka, filozofka.

Poprzedni artykuł napisałam pod wpływem emocji związanych z kolejnym konfliktem zbrojnym, jaki rozpoczął Izrael i Stany Zjednoczone. Byłam wstrząśnięta faktem, że naród, który tyle wycierpiał może sprawiać takie cierpienia innym: Nie pozwalają dostarczać wody, lekarstw i żywności. W Gazie, Libanie dzieci giną z głodu i cierpień wojennych. Świat protestuje, a przemoc Izraelczyków i wojna trwa latami. Faktem jest, że nie używa się słowa „wojna”, tylko wyzwolenie, specjalne manewry itd. Przy zgłębianiu tych tematów znalazłam mało znaną historię migracji żydów z różnych zakątków ZSRR do tajgi - na Syberię.

Reklama



Kamila zawsze doradzi.

Pani Marta, która prowadzi kwiatarnię i potrzebowała gotówki na wakacje, wybrała z oferty Providenta pożyczkę ze stałą ratą, a dodatkowo dobrą polisę na życie. Pani Marta jest zadowolona po powrocie z urlopu, a w kwiatarni klientów od razu przybyło.

Jeśli Ty też chcesz proponować swoim Klientom najlepsze rozwiązania, dotącz do naszego zespołu.

Zostań Doradczynią Klienta



Zadzwoń pod numer **600 400 383**

koszt połączenia wg taryfy operatora

lub wejdź na:
www.provident.pl/kariera



Skanuj kod

Building a better world through financial inclusion.



Włoskie Smaki (cykl. cz. II)



Foto - archiwum
Magdaleny Brodowicz - Susz

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

Jedzenie stanowi bardzo ważny temat we Włoszech. Tu każdy posiłek jest celebrowany, dzielony z przyjaciółmi, pełen smaków, aromatów i zachwyty. Dzisiejsza podróż to podróż po włoskich smakach w Rzymie.

Włoskie śniadanie spożywa się na stojąco, w małym, zatłoczonym barze pełnym ludzi. Wsluchajcie się w dźwięki obijających się o siebie filiżanek i gwar włoskich rozmów. Włoskie śniadanie jest lekkie i niezbyt syćące. Na śniadanie zazwyczaj spożywa się cornetto – rogalika – i pije się cappuccino lub mocne espresso.

W każdym rzymskim barze kawa jest wspaniała! Ja polecam szczególnie dwa bary, które ze sobą konkurują. Pierwszy z nich to La Casa del Caffè Tazza d'Oro, Via degli Orfani 84, w której podawane jest obłędne espresso. Drugi bar to Sant'Eustachio Il Caffè, Piazza di S. Eustachio 82, którego wnętrze rozpoznacie z filmu „Jedź, módl się, Kochaj”.

Niezwykłym miejscem na wypicie kawy jest Antico Caffè Greco na Via dei Condotti 86. Jest to najstarsza kawiarnia w Rzymie. Pijali w niej kawę Mickiewicz, Żeromski i Miłosz.

Pamiętajcie, by nie siadać do stolika, jeśli chcecie zaoszczędzić na kawie. Kawa przy barze w każdym rzymskim lokalu jest tańsza.

Obiad zazwyczaj spożywa się po południu. Wspaniałe miejsce na obiad – to Pastificio Guerra na Via della Croce 8, niedaleko Piazza di Spagna. To mały sklepik z makaronami, gdzie oprócz zakupów możecie zjeść porcję makaronu pakowaną w jednorazowe opakowanie na wynos. Makaron można zjeść na miejscu lub wyjść z nim na zewnątrz i delektować się widokiem na Schody Hiszpańskie. W Pastificio Guerra każdego dnia do wyboru są dwa rodzaje makaronu z różnymi sosami – mięsny lub odpowiednim dla wegan i wegetarian. Jeśli będziecie odwiedzać to miejsce przez kilka dni z rzędu, gwarantuję, że nie traficie dwa razy na to samo danie. Gorąca porcja kosztuje 5 €. Do makaronu dodawana jest szklanka wina lub wody. Porcja jest duża i syćcąca. Przed otwarciem trzeba odstać swoje w kolejce, ale warto – to smak, za którym będziecie tęsknić.

Kolejnym miejscem, które koniecznie musicie odwiedzić, jest Pizzarium Bonci, Via della Meloria 43, rzut beretem od W-



tykanu. U Gabriela Bonci znajdziecie pizzę rzymską sprzedawaną na wagę. Ma grubsze ciasto, a kawałki są prostokątne, z różnymi – czasem zaskakującymi – dodatkami. Tu każdy znajdzie coś dla siebie

All'Antico Vinaio przy Piazza della Maddalena 3, blisko Panteonu to słynna kanapkarnia wywodząca się z Florencji. W świeżo upieczonej, polaną oliwą focaccie wkładane są wybrane dodatki: mięso, sery, warzywa i pasty. Kanapki są ogromne i bardzo syćące. Wspomnę również o nieco droższym, ale bardzo ekskluzywnym miejscu – restauracji Le Jardin de Russie w Hotelu de Russie przy Via del Babuino 9. To idealne miejsce na zaręczyny lub romantyczną kolację. Jeśli znacie piosenkarkę Dalidę, zdradzę Wam, że podczas pobytów w Rzymie zatrzymywała się właśnie tutaj. Obsługa stoi na naj-

wyższym poziomie, a potrawy można degustować w pięknym ogrodzie.

Po obiedzie pora na il dolce, czyli deser. Włoskie desery są niezwykle słodkie i syćące. Mają dodać energii – nawet dosłownie, bo tiramisu oznacza „podnieś mnie”. Składa się z mascarpone, jajek, biszkoptów nasączonych kawą i kakao. Najlepsze tiramisu w Rzymie zjecie w Pompei Tiramisu na Via della Croce 88.

Kolejnym popularnym deserem jest gelato – prawdziwe włoskie lody, kremowe i intensywne w smaku. W Rzymie w upalne dni wszyscy jedzą lody, a do najlepszych lodziarni ustawiają się kolejki. Warto odwiedzić Giolitti oraz Palazzo del Freddo Giovanni Fassi.

Kolacja, czyli la cena, to prawdziwa uczta. Zaczyna się od przystawek: bruschetty, se-



rów, wędlin, arancini, karczołów czy oliwek. Następnie podawany jest makaron, a później danie główne, najczęściej mięsne, np. saltimbocca alla romana. Do kolacji obowiązkowo wino – i mamy pełnię włoskiego smaku.

Pizza również ma w Rzymie swoje kultowe miejsca: IVO, Dar Poeta i Da Baffetto niedaleko Piazza Navona. Miejsca te są zawsze pełne ludzi, ale warto poczekać – pizza i atmosfera są wyjątkowe.

Włosi lubią wychodzić do restauracji na obiad i kolację, a śniadania jedzą w barach. Czas spędzony z rodziną i przyjaciółmi przy jedzeniu to dla nich świętość.

Będąc w Rzymie, zapomnijcie o diecie. Jedzcie, ile chcecie, próbujcie, smakujcie i zachwycajcie się. Włoskie jedzenie to prostota i najwyższa jakość składników.



Portrety w świetle



Julia Marynowska - Rybczyńska,
portret olejny pędzla
Kuby Bryzgalskiego.

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

Frederick Horsman Varley (1881-1969) to jeden z najlepszych kanadyjskich portrecistów XX wieku; urodzony w Sheffield, angielskim hrabstwie York, w artystycznej rodzinie litografów i akwarelistów. Sheffield w drugiej połowie XIX wieku był miastem przemysłowym z hutami stali, budynkami pokrytymi czarną sadzą i najwyższą śmiertelnością ludności z powodu chorób płucnych w całej Anglii. Wythnieniem od tej industrializacji były za to uroczne okolice miasta - plenerowe ścieżki z kamienia wapiennego, traktory dla koni i dębowo-bukowe zagajniki jako schronienie dla artystów i gotowe tematy malarskie.

Fred Varley już jako dziecko wykazywał niezwykle zdolności, dość wspomnieć, że namalował swój pierwszy autoportret mając lat 6. Dwuletnie studia (1900 - 1902) w Królewskiej Akademii Sztuk Pięknych w Antwerpii, mieście Rubensa i Van Dyck'a, przyniosły mu perfekcyjne opanowanie rysunku i umiejętność dokładnego modelowania, czyli kształtowania formy za pomocą koloru, faktury i chiaroscuro (światłocienia), nadającego pracy trójwymiarowość. Po przeniesieniu się do Londynu i wynajęciu studio, jako klasycznie wykształcony artysta europejski zaczął przyjmować zamówienia na portrety od londyńskiej socjety, nie zaniedbując studiów i szkiców z natury. Niewysokiego wzrostu, o przenikliwych niebieskich oczach i szopie złoto rudych włosów, obdarzony wybuchowym artystycznym temperamentem, żenił się w 1910 roku z Maud Pinder, któ-

ra wnosi zdrowy rozsądek i stabilizację do chaotycznego życia Freda. Decyzja o emigracji do Kanady w roku 1912 rozwiązała kłopoty finansowe młodej rodziny Freda. W początkach XX wieku w Kanadzie osiedliło się ponad milion Brytyjczyków, z tego połowa w latach 1910 -1913, z gwarancją uzyskania solidnego dobrobytu i powodzenia zawodowego. W Toronto Varley namalował portrety wielu członków wpływowych rodzin n.p. rodziny Massey i Ferley, a w 1920 roku otrzymał zamówienie portretowe, tym razem młodej dziewczynki, od Williama Kenny'ego, jednego z najbardziej znanych i zamożnych obywateli w Sarnia, Ontario, szefa rodzinnego przedsiębiorstwa - hurtowni artykułów spożywczych T. Kenny & Co. Miał to być portret najmłodszej, siedmioletniej córki Williama, Mary, zamówiony za kwotę 500 \$ - co przekłada się na około 8300 \$ obecnie. Rodzina Kenny zaprosiła Varleya do swego domu, gdzie przebywał od 20 grudnia 1920 roku do połowy stycznia 1921 roku, wykonując na miejscu dwa szkice i obraz olejny znany jako „Dziewczynka wśród słoneczników”. Obraz ten nie spełnił jednak oczekiwań rodziny, wobec czego Varley, już w Toronto namalował drugą wersję, zatytułowaną „Mary Kenny”, która została przyjęta znacznie przychylniej. W obu olejnych portretach Mary artysta umieścił modelkę w plenerze, co nie było przypadkiem, gdyż już we wcześniejszym okresie twórczości starał się łączyć sztukę portretu z umiłowaniem natury. Portret Mary Kenny jest typowy dla stylu Varleya, cechując się skupieniem na wyrazie twarzy modelki, miękkim modelowaniem światłem, spokojną stonowaną kolorystyką i ogólnym wrażeniem marzycielskiego zanurzenia w wewnętrznym świecie dziecka. Szkic do portretu znajduje się w Kolekcji Sztuki Kanadyjskiej McMichael w Kleinburgu pod Toronto, natomiast portrety olejne pozostały w posiadaniu rodziny i udostępnione były szerokiej publiczności tylko raz, na wielkiej wystawie portretów Varleya pokazywanej w Ottawie oraz czterech prowincjach Kanady w roku 2007.

Paradoksalnie, Varley, mimo sławy portrecisty, znany jest bardziej ze swoich pejzaży, co wynika głównie z jego roli jako jednego z założycieli Grupy Malarskiej Siedmiu (Group of 7), ruchu artystycznego budującego tożsamość narodową przez odkrywanie kanadyjskiego krajobrazu. Publiczne kolekcje sztuki w całym kraju mają jego obrazy i szkice, a w Unionville pod Toronto mieści się stały zbiór około 600. jego dzieł z ostatnich 12. lat życia; jest to The Varley Art Gallery of Markham, przy 216 Main St.

A jak historia łączy się ze współczesnością? Otóż Mary Kenny to prababka naszych wnuczek, w linii kanadyjskiej. W związku z tym, Pan Mąż po przeczytaniu wspaniałego opracowania książkowego Kateriny Atanassovej „Portraits into the light” poświęconego dorobkowi Varleya - portrecisty, oświadczył: „Varley Varleyem, ale my tu w Toronto mamy świetnego



malarza Kubę Bryzgalskiego i u niego zamówimy portrety wnuczek. Taki portret jest na całe życie i dla przyszłych pokoleń”. Tak też się stało!

Za współczesnością przemawia też obecna moda na portretowanie „naszych braci mniejszych”, czyli różnorodnych zwierząt - rodzinnych domowników. Nasza amerykańska bratowa Sandy jest utalentowaną portrecistką zwierząt w stylu klasycznego malarstwa olejnego i jej to zawdzięczamy wizerunek Toto - boston terriera, poprzednika obecnego pupila Bubu. Na wystawę jej portretów w Baltimore, MD, która odbędzie się już w maju, sporządziliśmy z oryginału kopię giclee* i powierzyliśmy jej dostarczenie Poczcie Kanadyjskiej.

* Giclee - technika druku atramentowego klasy muzealnej, z cyfrowego skanu o dużej rozdzielczości, przy użyciu pigmentów i na specjalnym podłożu np. płótnie. W przypadku portreciku Toto kopię trudnoby odróżnić od pierwowzoru. A

kto wie, może i Bubu doczeka się swojego konterfektu.





Czym jest psylocyбина?



Foto - zbiory autora

Tomasz, Długosz Trąbiński - publicysta
Ilustracja - Internet

Psylocyбина to substancja psychoaktywna, której działanie odkrywane jest na nowo dzięki współczesnym badaniom poświęconym jej zastosowaniom terapeutycznym. Pomimo kontrowersji związanych z właściwościami psychodelicznymi, liczne doniesienia naukowe wskazują na jej potencjalną skuteczność w leczeniu zaburzeń psychicznych, takich jak depresja, zaburzenia lękowe czy stres pourazowy. Psylocyбина to alkaloid tryptaminowy, naturalny agonista receptorów serotoninowych występujący w niektórych gatunkach grzybów, który zyskuje coraz większe zainteresowanie jako potencjalny lek w terapii różnych zaburzeń psychicznych. W organizmie jest przekształcana w psylocynę – aktywną substancję psychoaktywną, prowadzącą do zmian w percepcji, emocjach oraz myśleniu. Proces ten skutkuje przeżyciem o intensywnym, subiektywnie znaczącym charakterze, często określanym jako doświadczenie psychodeliczne.

Historia i pierwotne zastosowania psylocyminy
Psylocyбина była stosowana od wieków przez rdzenne społeczności, głównie w Ameryce Środkowej, gdzie wykorzystywano ją w celach rytualnych i duchowych. W kulturach, takich jak Aztekowie, grzyby zawierające psylocybinę były czone jako boskie i stosowane do wywoływania wizji. W latach 60. XX w. psylocyбина została wyizolowana przez szwajcarskiego chemika Alberta Hofmanna, który zainteresował się jej działaniem dzięki doniesieniom antropologów badających rytuały rdzenne. W latach 60. i 70. XX w. rozpoczęły się pierwsze badania nad terapeutycznym zastosowaniem psylocyminy, jednak związane z nią kontrowersje oraz wprowadzenie międzynarodowych regulacji antymarkotykowych przerwały ten nurt badań. W XXI w. nastąpiło jednak „odrodzenie psychodeliczne”, dzięki któremu badania nad psylocybiną zostały wznowione, ale tym razem z zastosowaniem bardziej rygorystycznych metod badawczych. Doprowadziło to do wielu odkryć potencjalnych korzyści terapeutycznych psylocyminy.

Mechanizmy działania i bezpieczeństwo stosowania psylocyminy
Psylocyбина oddziałuje z receptorami serotoninowymi w mózgu, co prowadzi do zmienionego stanu świadomości, objawiającego się halucynacjami oraz zmianami w nastroju i percepcji rzeczywistości. Struktura psylocyminy jest zbliżona do serotoniny, co pozwala jej na wiązanie się z wybranymi receptorami serotoninowymi. W organizmie psylocyбина przekształca się w psylocynę, która odpowiada za działanie psychodeliczne. Rozprzestrzenia się ona równomiernie w organizmie, gromadząc się częściowo w wątrobie i nadnerczach. W mózgu działa w kilku kluczowych obszarach: w korze nowej (odpowiada za proces uczenia, zapamiętywanie oraz interpretację zdarzeń), we wzgórzu (odpowiada za wstępne przetwarzanie bodźców zmysłowych), w hipokampie (centrum układu limbicznego kontrolującego emocje). Dzięki niższej hydrofilowości psylocyna łatwiej przenika barierę krew-mózg, a poprzez interakcję z receptorami sero-

toninowymi (takimi jak 5-HT₂, 5-HT_{2A} i 5-HT_{2C}) zwiększa poziom serotoniny, pobudzając aktywność sensoryczną i motoryczną. Choć stosowanie psylocyminy wiąże się z pewnym ryzykiem, leczenie w kontrolowanych warunkach terapeutycznych jest uznawane za stosunkowo bezpieczne. Badania wykazują, że krótkoterminowe skutki uboczne związane z jej przyjmowaniem to głównie przejściowe nudności, lęk oraz zawroty głowy. W dłuższej perspektywie ryzyko uzależnienia od psylocyminy jest niewielkie, a możliwość wystąpienia zaburzeń psychotycznych określa na jest jako rzadka i dotyczy przede wszystkim osób z predyspozycjami do tego typu schorzeń.

Pozytywne działanie psylocyminy obejmuje: otwartość na doświadczenia i doświadczenia zmieniające poglądy na życie, poczucie „wglądu w siebie”, doświadczenia duchowe, mistyczne, myślenie twórcze, filozoficzne, pozytywny nastrój, uczucie zachwytu, wzrost ilości energii, ożywienie wspomnień, zmiany postawy i nastawienia na bardziej optymistyczne.

Negatywne działanie psylocyminy
Możliwe wystąpienie skutków ubocznych, takich jak zawroty i bóle głowy, omdlenia, problemy żołądkowo-jelitowe, w tym nudności, dezorientację, poczucie zagubienia, lęk, uczucie strachu i niepokoju, zaburzenia psychomotoryczne.

Perspektywy zastosowania psylocyminy w leczeniu zaburzeń psychicznych
W ciągu ostatnich dwóch dekad badania nad zastosowaniem psylocyminy w psychiatrii intensywnie się rozwijały. Coraz więcej dowodów naukowych potwierdza, że psylocyбина może być skuteczna w leczeniu trudnych pod kątem terapeutycznym stanów psychicznych.

Depresja oporna na leczenie
Psylocyбина wykazuje silne działanie antydepresyjne, co potwierdziły badania przeprowadzone przez Carhart-Harrisa i współpracowników. W jednym z nich osoby cierpiące na depresję oporną na leczenie doświadczały znaczącej poprawy już po jednej dawce psylocyminy, a efekt ten utrzymywał się nawet przez kilka tygodni. Aktywność psylocyminy jest prawdopodobnie związana z intensywnym doświadczeniem psychodelicznym, które często prowadzi do głębokich refleksji oraz trwałej zmiany w perspektywie i postawie pacjenta.

Zaburzenia lękowe i stres pourazowy
Dotychczasowe badania nad psylocybiną w kontekście zaburzeń lękowych przyniosły obiecujące wyniki, zwłaszcza u pacjentów cierpiących z powodu stresu pourazowego. Ponadto pozwoliły na zaobserwowanie, że doświadczenie psychodeliczne umożliwia pacjentom ponowne przetworzenie traumatycznych wspomnień w bezpiecznym i kontrolowanym środowisku terapeutycznym. Specjaliści twierdzą, że psylocyбина w połączeniu z terapią poznawczo-behawioralną może skutecznie redukować objawy lękowe i stresowe.

Pomoc w leczeniu uzależnień
Psylocyбина wykazuje skuteczność w leczeniu uzależnienia od alkoholu, a także nikotyny. Jedno z badań przeprowadzone na Uniwersytecie Johna Hopkina wykazało, że psylocyбина pomogła osobom uzależnionym od papierosów w zmniejszeniu lub całkowitym zaprzestaniu palenia. Hipoteza terapeutyczna sugeruje, że doświadczenie psychodeliczne wspiera procesy introspekcyjne, pomagając pacjentowi w zrozumieniu przyczyn uzależnienia.

Zastosowanie w opiece paliatywnej
Wykorzystanie psylocyminy w opiece paliatywnej ma zastosowanie szczególnie u pacjentów cierpiących na nowotwory. Psylocyбина redukuje lęk przed śmiercią i może znacząco poprawić jakość życia pacjentów terminalnych. W jednym z badań na Uniwersytecie Nowojorskim pacjenci w zaawansowanym stadium nowotworu, którzy otrzymali psylocybinę, zgłaszali zmniejszenie lęku i depresji, a także poprawę jakości życia.

Badania nad psylocybiną
W badaniu prowadzonym przez Imperial College London zespół badawczy przeprowadził otwarte badanie kliniczne, w którym uczestniczyło 12 pacjentów z depresją jednobiegunową i lekooporną o umiarko-

wanym lub ciężkim nasileniu. Każdy z uczestników otrzymał dwie dawki psylocyminy (10 mg i 25 mg), podawane w odstępie tygodnia. Sesje odbywały się w kontrolowanych warunkach z zapewnionym wsparciem psychologicznym przed, w trakcie i po przyjęciu substancji. Efekty terapeutyczne monitorowano przez trzy miesiące po zakończeniu sesji przy użyciu skali QIDS (z ang. Quick Inventory of Depressive Symptoms), a także oceniano nasilenie stanów lękowych oraz anhedonii.

Psylocyбина wykazywała przewidywalne efekty psychodeliczne, zaczynające się 30-60 minut po podaniu, które osiągały szczyt po 2-3 godzinach i zanikały po ok. 6 godzinach. Ocena intensywności doświadczeń psychodelicznych w skali od 0 do 1 wyniosła średnio 0,51 dla sesji z niską dawką i 0,75 dla wysokiej dawki, co wskazywało na odpowiednio dobrane poziomy kontrolowanej intensywności doznań. Badanie wykazało, że psylocyбина była dobrze tolerowana przez uczestników. U wszystkich badanych wystąpił jedynie przejściowy niepokój na początku działania substancji, a u niektórych osób pojawiły się krótkotrwałe zaburzenia myślenia oraz łagodne, chwilowe nudności i bóle głowy. W kolejnym tygodniu terapii zaobserwowano wyraźne zmniejszenie objawów depresji – średni wy-



nik w skali QIDS spadł o 11,8 punktów w stosunku do wartości wyjściowej, co miało wysoką istotność statystyczną. Po trzech miesiącach efekt terapeutyczny był nadal widoczny, ze średnim obniżeniem o 9,2 pkt, co świadczy o trwałym wpływie psylocyminy na nastrój i zdrowie psychiczne pacjentów.

Badanie to dostarczyło wstępnych dowodów na bezpieczeństwo i skuteczność psylocyminy w leczeniu depresji lekoopornej, wskazując na jej potencjał jako środka terapeutycznego o działaniu długofalowym. Wyniki składają o kontynuacji badań, tym razem w bardziej rygorystycznych badaniach kontrolowanych, które pozwolą dokładnie określić mechanizmy terapeutyczne oraz optymalne warunki zastosowania tej substancji w leczeniu depresji. W miarę rozwoju badań nad psylocybiną jej rola jako potencjalnego leku wspomagającego zdrowie psychiczne zyskuje na znaczeniu, stanowiąc alternatywny środek dla tradycyjnych leków przeciwdepresyjnych. Z kolei w jednym z przełomowych badań R. Griffithsa, którego celem była ocena efektu dawek psylocyminy na wywoływanie doświadczeń mistycznych, analizie poddano wpływ tej substancji na nastrój i postawę badanych. Doświadczenie zostało przeprowadzone metodą podwójnie ślepej próby, a uczestnicy – osoby dorosłe, które wcześniej nie miały kontaktu z substancjami halucynogennymi – zostali losowo przydzieleni do grup, w których przyjmowali dawki psylocyminy od 0 do 30 mg/70 kg masy ciała, w sesjach trwających 8 godzin, odbywających się raz na miesiąc. Uczestnicy byli proszeni o założenie opasek na oczy i skoncentrowanie się na introspekcji. W badaniu kontrolowanym również efekty placebo. Psylocyбина wywoływała zarówno intensywnie efekty percepcyjne, jak i subiektywne, szczególnie przy wyższych dawkach 20-30 mg/70 kg. Ok. 39% uczestników doświadczyło silnego lęku lub niepokoju, a aż 72% badanych przeżyło głębokie doświadczenia mistyczne. Miesiąc po zakończeniu sesji uczestnicy, którzy przyjmowali wyższe dawki,

uznali swoje doświadczenia za istotne pod względem osobistym i duchowym. Zgłaszali również trwałe, pozytywne zmiany w swoim podejściu do życia, nastroju i zachowaniu. Największe korzyści wystąpiły u osób, które otrzymywały dawki w kolejności rosnącej, co sugeruje, że stopniowe zwiększanie dawki może potęgować pozytywne efekty. Zarówno uczestnicy badania, jak i osoby z ich otoczenia, potwierdzili długotrwały wpływ badania na poprawę nastroju i postawę (ocena po 14 miesiącach od zakończenia badania). Wyniki sugerują, że psylocyбина może prowadzić do znaczących zmian psychologicznych, które wykazują trwały efekt.

Psylocyбина ma ogromny potencjał terapeutyczny, który może stanowić przełom w leczeniu zaburzeń psychicznych, szczególnie opornych na dotychczasowe metody leczenia. Liczne badania wskazują na jej skuteczność w terapii depresji, zaburzeń lękowych czy uzależnień. Terapia z wykorzystaniem psylocyminy może prowadzić do trwałych, pozytywnych zmian w życiu pacjentów, co czyni ją jednym z najbardziej obiecujących środków w nowoczesnej psychiatrii. Dalsze badania i kontrolowane próby kliniczne są jednak niezbędne, aby w pełni zrozumieć jej potencjał terapeutyczny, bezpieczne dawkowanie oraz wpływ na długo-



Świąteczny turniej piłki nożnej w Pruszkowie



Foto - zbiory Andrzeja Górzynskiego

Tekst & foto - Andrzej Górzynski, publicysta

W dniu 3 Maja 2026 roku, odbył się w Pruszkowie tradycyjny jak co roku, świąteczny turniej piłki nożnej LSP. Miejsmem rozgrywek było boisko Ligi Szóstek Piłkarskich na Osiedlu Staszica. Turniej 3-Majowy rozgrywany jest corocznie, począwszy od 1990 roku, czyli w tym roku, po raz 37.

Do turnieju zgłosiło się 10 drużyn: Metalist, FC UA Team, FC Formika, FC Meiwa Brwinów, ProBud, Real, LALAGA, FC BAD BOYS, Fenix oraz Piero.

Z dwóch grup eliminacyjnych do półfinału rozgrywek awansowały po 2 drużyny.

W półfinale zagrały drużyny FC Meiwa Brwinów – FC UA Team a wynik meczu to 1:2 oraz Metalist - FC Formika z wynikiem 1:1, w rzutach karnych 4:1.

W meczu o III miejsce zagrały drużyny FC Formika – FC Meiwa Brwinów 1:1, w rzutach karnych 4:3.

Finałistą turnieju została drużyna Metalist – FC UA Team z wynikiem 3:0.

Wyróżnionymi zawodnikami turnieju zostali: Bachana Gerekhelia - Metalist – 5 strzelonych bramek, bramkarz Irakli Margalitadze – Metalist, a MVP turnieju został Daniel Golański Formika. Sędziował Grzegorz Ciesielski.

Sponsorzy turnieju
Liga Szóstek Piłkarskich ufundowała puchary oraz wyróżnienia dla piłkarzy. Oprawę świąteczną, z rozstawieniem namiotu, banerami LSP, flagami, w tym niebiesko-białą niebieską flagą LSP, przygotowali działacze ligi, we własnym zakresie.

Piłkarze grali na zmodernizowanym boisku, z nowymi ławkami otaczającym murawę, sfinansowanym przez Urząd Miasta Pruszkowa. 51 strzelonych goli, tylko w majowym turnieju, najwyraźniej nadwyżyło stan siatek bramkowych oraz piłkopolów ograniczających wydotanie się piliki, poza obrys boiska sportowego.

Obecny na turnieju Adam Zaboklicki oraz liczni kibice pozytywnie ocenili przygotowanie i przeprowadzenie turnieju piłkarskiego. Redakcja Głosu Pruszkowa, która objęła patronatem medialnym turniej majowy pruszkowskiej ligi szóstek – LSP pragnie podkreślić dobre przygotowanie organizacyjne dające wspaniały klimat do krzewienia kultury fizycznej.



Zwycięska drużyna Metalist



Radość z wygranej piłkarzy Metalist



Kibice oraz biuro organizatorów z flagą ligi LSP

Repertuar MOK „Kamyk” - CZERWIEC 2026

Ul. Bohaterów Warszawy 4 | Pruszków



11 czerwca (czwartek) godz. 11:00
Wykład PUTW: Nie tylko tango i piłka nożna – życie i podróże w argentyńskim stylu. Sala Audytoryjna MOK. Wykład przeznaczony dla Słuchaczy Pruszkowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku.

11-12 czerwca (czwartek-piątek)
Plener malarski w Radziejowicach (2 dni). Pałac Radziejowice. Szczegóły na stronie MOK. Projekt „Kultura i rekreacja plenerowa w Malichach - sąsiedzkie pikniki, warsztaty i spotkania” finansowany ze środków Miasta Pruszkowa w ramach Budżetu Obywatelskiego – X edycja 202.

13 czerwca (sobota)
Spacer po Tworkach – spacer miejski w ramach cyklu „Pruszków. To tu Odkrywamy Miasto!” Spacer poprowadzi Jacek Duda. Bezpłatne zapisy na stronie MOK od 1 czerwca od godziny 12:00.
Cykl spacerów iniejskich „Pruszków. To tu Odkrywamy Miasto!” jest realizowany w ramach projektu „Pruszków – miasto do odkrycia” dofinansowanego ze środków Muzeum Historii Polski w ramach projektu „Patriotyzm Jutra”.

14 czerwca (niedziela) godz. 15:00
Podsumowanie sezonu. Koncerty, Pokazy i Wernisaże. Sala Widowiskowa CDK, Sala Audytoryjna MOK i sale zajęciowe. Prezentacje rocznej pracy artystycznej grup plastycznych, tanecznych, teatralnych i muzycznych. Szczegółowy program wydarzeń na stronie MOK. Wejściówki dostępne od 8 czerwca od godz. 12:00.

16 czerwca (wtorek) godz. 17:00-21:00+
Gry planszowe w „Kamyku”. Sala Audytoryjna MOK. Spotkania dla dzieci od lat 10, młodzieży i dorosłych. Możliwe przedłużenie wydarzenia w celu dokończenia rozpoczętych rozgrywek. Thumaczymy zasady. WSTĘP WOLNY.

18 czerwca (czwartek) godz. 11:00
Zakończenie roku akademickiego PUTW: Koncert Pepperoni Swing & Roberto Ruggeri. Sala Audytoryjna MOK. Koncert przeznaczony dla Słuchaczy Pruszkowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku

20 czerwca (sobota) godz. 15:00-20:00
Piknik Malichy BO. Boisko przy Utracie - ul. Feliksa Kaczanowskiego. Plenerowy koncert, stoiska z warsztatami, spotkanie z mieszkańcami. Wstęp wolny.
Projekt „Kultura i rekreacja plenerowa w Malichach - sąsiedzkie pikniki, warsztaty i spotkania” finansowany ze środków Miasta Pruszkowa w ramach Budżetu Obywatelskiego – X edycja 2026

21 czerwca (niedziela)
IX RODZINNY PIKNIK Z ZESPOŁEM „MAZOWSZE”, ul. Świerkowa 2, Otrębsy. Zapraszamy do odwiedzin stoiska MOK i Urzędu Miasta.

24 czerwca (środa)
Otwarcie zapisów na zajęcia MOK w sezonie 2026/2027. Szczegóły na stronie MOK.



Cenny sukces uczniów Zespołu Szkół Specjalnych w Pruszkowie XXI Lekkoatletyczne Mistrzostwa Województwa Mazowieckiego



Foto - ze zbiorów autora

Wiesław Pośpiech - dziennikarz sportowy
Foto - Jarosław Otton



W dniu 20 maja 2026 roku na Stadionie Miejskim w Otwocku przy ul. Sportowej 1 odbyły się XXI Lekkoatletyczne Mistrzostwa Województwa Mazowieckiego. Organizatorami wydarzenia byli: Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy nr 1 im. Marii Konopnickiej w Otwocku oraz UKS „Sportowa Majowa”. Zawody mają charakter cykliczny i od wielu lat skierowane są do uczniów szkół specjalnych z terenu województwa mazowieckiego.

Celem wydarzenia jest promowanie aktywności fizycznej wśród dzieci i młodzieży z niepełnosprawnością intelektualną, wdrażanie uczestników do aktywnego uczestnictwa w kulturze fizycznej oraz rozwijanie sportowych pasji. Zawody dają również młodym sportowcom możliwość przeżywania sukcesów i porażek, integracji z rówieśnikami oraz rywalizacji w duchu fair play.

Program zawodów obejmował konkurencje lekkoatletyczne z podziałem na kategorie wiekowe dziewcząt i chłopców. Dziewczęta i chłopcy urodzeni w 2010 roku i młodszy rywalizowali w biegach na 100 m, 400 m i 800 m oraz w skoku w dal. W kategorii dziewcząt starszych, obejmującej zawodniczek z rocznika 2009 i starsze, rozegrano biegi na 100 m, 400 m i 800 m, skok w dal oraz pchnięcie kulą. Chłopcy starsi z rocznika 2009 i starsi startowali natomiast w biegach na 100 m, 400 m i 1500 m, a także w skoku w dal i pchnięciu kulą.

Duże emocje wzbudziły również konkurencje drużynowe – sztafety dziewcząt i chłopców 4 x 200



m, rozgrywane bez podziału na kategorie wiekowe. Sztafety były doskonałą okazją do pokazania współpracy, zaangażowania oraz ducha zespołowej rywalizacji. W tegorocznych XXI Lekkoatletycznych Mistrzostwach Województwa Mazowieckiego Zespół Szkół Specjalnych w Pruszkowie reprezentowała trzynastoosobowa grupa zawodników. Nasi uczniowie z dużym zaangażowaniem i sportowym duchem uczestniczyli we wszystkich konkurencjach przewidzianych w programie zawodów, godnie reprezentując szkołę oraz prezentując swoje umiejętności i determinację. Reprezentanci Zespołu Szkół Specjalnych w Pruszkowie osiągnęli podczas zawodów ogromny sukces, zdobywając aż siedem medali – pięć złotych, jeden srebrny oraz jeden brązowy. Dzięki znakomitą występom nasi zawodnicy wywalczyli również 1 miejsce w klasyfikacji zespołowej do lat 16, potwierdzając wysoki poziom sportowy oraz ogromne zaangażowanie całej drużyny. Na najwyższym stopniu podium stanął Maksymilian Babiasz, który zwyciężył w biegu na 100 m chłopców młodszych z wynikiem 12,92 s. Maksymilian zdobył również złoty medal w biegu na 800 m chłopców młodszych, osiągając czas 2:36,04.

W konkurencjach dziewcząt młodszych bardzo dobrze zaprezentowały się Klaudia Nowakowska oraz Helena Ciesielska. Klaudia Nowakowska wywalczyła 3 miejsce w biegu na 100 m z wynikiem 16,37 s oraz zdobyła złoty medal w biegu na 400 m z czasem 1:24,67. Helena Ciesielska zajęła 5 miejsce w biegu na 100 m z wynikiem 16,61 s oraz zdobyła srebrny medal w biegu na 400 m, osiągając rezultat 1:27,10. Kolejny złoty medal dla naszej szkoły zdobył Michał Wojecki, zwyciężając w biegu na 400 m chłopców młodszych z czasem 1:07,66. Michał odniósł również duży sukces w biegu na 800 m chłopców młodszych, zajmując

2 miejsce z wynikiem 2:41,86. W konkurencjach technicznych bardzo dobrze zaprezentowali się również zawodnicy startujący w pchnięciu kulą chłopców starszych. Dawid Dziegielewski zajął wysokie 5 miejsce z wynikiem 6,45 m, natomiast Dawid Cichowlas uplasował się na 8 miejsce, osiągając rezultat 6,00 m. Pozostałe wyniki naszych reprezentantów również zasługują na uznanie. W biegu na 100 m chłopców starszych Kamil Bialecki zajął 8 miejsce, a Franciszek Gawęcki uplasował się na 9 pozycji. W biegu na 400 m chłopców starszych Kamil Bialecki był ósmy, natomiast Dawid Żybiński zakończył rywalizację na 10 miejscu. Alicja Sobótka zajęła 13 miejsce, Piotr Piszczalkowski 10 miejsce, a Leon Klecki 25 miejsce w swoich konkurencjach biegowych. W biegu na 1500 m chłopców starszych Franciszek Gawęcki wywalczył 8 miejsce. W skoku w dal chłopców starszych Dawid Żybiński zajął 14 miejsce, a Dawid Dziegielewski uplasował się na 19 pozycji. Reprezentanci szkoły wystartowali również w biegu sztafetowym chłopców 4 x 200 m, zajmując 8 miejsce z czasem 2:04,50. XXI Lekkoatletyczne Mistrzostwa Województwa Mazowieckiego zostały bardzo dobrze przygotowane pod względem organizacyjnym. Organizatorzy wydarzenia włożyli ogrom serca i pracy w przygotowanie całej imprezy, dbając o każdy szczegół zawodów oraz komfort wszystkich uczestników. Na najlepszych zawodników i drużyny czekały atrakcyjne nagrody oraz pamiątkowe medale. Reprezentacja Zespołu Szkół Specjalnych w Pruszkowie za zdobycie 1 miejsca w klasyfikacji zespołowej do lat 16 otrzymała voucher na zakupy w sklepie sportowym o wartości 700 złotych. Było to dodatkowe wyróżnienie i nagroda za ogromne zaangażowanie, wysiłek oraz znakomite wyniki osiągnięte podczas zawodów.

Osiągnięte podczas XXI Lekkoatletycznych Mi-

strzostw Województwa Mazowieckiego wyniki są jednym z największych sukcesów sportowych w historii Zespołu Szkół Specjalnych w Pruszkowie. Zdobyte aż siedmiu medali oraz wywalczenie 1 miejsca w klasyfikacji zespołowej do lat 16 stanowi ogromne osiągnięcie całej szkolnej reprezentacji i potwierdza wysoki poziom sportowy naszych uczniów, ich determinację oraz systematyczną pracę.

Serdecznie dziękujemy wszystkim uczestnikom, opiekunom, trenerom oraz kibicom za wspólnie spędzony czas, wspaniałą atmosferę i sportowe emocje towarzyszące zawodom. Gratulujemy wszystkim zawodnikom osiągniętych wyników, zaangażowania oraz walki do samego końca.

Szczególne podziękowania kierujemy do organizatorów za profesjonalne przygotowanie zawodów, życzliwość oraz stworzenie doskonałych warunków do sportowej rywalizacji i integracji młodzieży.

Do zobaczenia za rok na kolejnych lekkoatletycznych zmaganiach!

Patroni medialni wydarzeń sportowych



KĄCIK KULINARNY Jeść nowalijki!

Ciepła, nie da się dokładnie powiedzieć ile wartości odżywczych mają wiosenne warzywa i owoce, ale jeść je trzeba koniecznie, bowiem są bardzo zdrowe! Natomiast w długo przechowywanych przez zimę owocach na pewno mniej jest witaminy C. Nie mniej, dostępne jeszcze jabłka, gruszki i śliwki

zawierają liczne pektyny, które znacznie obniżają zawartość cholesterolu i pomagają w trawieniu - zatem jeść je także trzeba, w/g powiedzonka: Jabłko z wieczora - rano bez doktora. Może dodam, że obfitymnia ilość pierwiastków i mikroelementów znajduje się także w owocach "południowych", chodzi o mangan, potas i magnez, a także witaminę A. Zawierają je przed wszystkim mandarynki, pomarańcze, kiwi i banany. Zatem także spożywamy je koniecznie. Natomiast nasze polskie nowalijki - jak młoda kapusta, sałata, rzodkiewki i młode ogórki, to także bomby witaminowe, może nawet bardziej wartościowsze niż konserwowane, importowane nowalijki.

Dziś zjemy także nowalijkę, czyli młode szparagi! Niestety sezon na tę jarzynę trwa bardzo krótko, a dostępne przez cały rok szparagi konserwowe to jednak niezupełnie to samo. Szparagi wybieramy jak najgrubsze i jak najbielsze. Następnie obcinamy zdrewniałe końcówki (ok. 3 cm), obieramy cienko od końca w stronę główki i myjemy. Potem wrzucamy je na wrzącą, lekko osoloną wodę z odrobiną cukru i gotujemy 20 - 30 minut. Po ugotowaniu ostrożnie wyjmujemy warzywa łyżką cedzakową na sito i odczeczamy. Tak ugotowane szparagi możemy podać na różne sposoby: klasycznie - na gorąco polane masłem z przyrumienioną bułką tartą; na zimno - ułożone

na półmisku główkami w jedną stronę i polane gęstym majonezem. Aliści, warto spróbować eleganckiego dania: każdy ugotowany szparag owinać w cienki plasterzek szynki, ułożyć w ogniotrwałym naczyniu, zalać gęstym beszamelem, posypać startym serem i zapiec. Zalecenie: - to wszystko musimy zrobić do połowy czerwca, bo potem pozostaje nam tylko czekać na nowy sezon szparagowy. Był to przepis kulinarny mojej dawnej znajomej Pani M. Ja natomiast szparagów nie lubię, więc za nimi nie przepadam. Wasz kuczik.

GABINET MEDYCZNY oraz GABINET FIZJOTERAPII

Zapraszamy do skorzystania z usług medycznych w naszych gabinetach

05-806 Komorów, ul. Moniuszki 5

W chwili obecnej świadczymy usługi w zakresie

- masażu leczniczego
- ćwiczeń usprawniających
- leczenia chorób wewnętrznych

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



WAKACYJNY KURS PŁYWANIA

Pływalnia SMS Pruszków
ul. Gomulińskiego 4



przy zapisach do 30.06
270 ZŁ
5 dni zajęć
złoty wstążki w wodzie

przy zapisach po 1.07
300 ZŁ
5 dni zajęć
złoty wstążki w wodzie

MAŁE TORY
poniedziałek-piątek

- 16:00-16:50 nauka pływania dzieci
- 17:00-17:50 nauka pływania dzieci
- 18:00-18:50 nauka i doskonalenie pływania dzieci
- 19:00-19:50 nauka i doskonalenie pływania dzieci

DUŻE TORY
poniedziałek-piątek

- 16:00-16:50 nauka pływania dzieci
- 17:00-17:50 nauka i doskonalenie pływania dzieci
- 18:00-18:50 nauka i doskonalenie pływania dzieci
- 19:00-19:50 grupa zaawansowana młodzież / dorośli

TERMINY

29.06-3.07, 6.07-10.07, 13.07-17.07, 20.07-24.07, 27.07-31.07

793-400-406; 794-400-406

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



MARINA PRO

REWITALIZACJA ZBIORNIKÓW
Działamy na terenie całego kraju

Przywrócimy życie i piękno Twoim zbiornikom wodnym

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

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

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

Biuro reklamy

Agencji PROFIL

Istniejemy od 37. lat

Czynne:

pon. - pt. godz. 10 - 18

tel.: (22) 758 11 10

Mobil: +48 604 194 054

redakcja@gpr24.pl

www.gpr24.pl



Zaprojektujemy i przygotujemy do druku: czasopisma, książki, broszury, ulotki, wizytówki, znaki firmowe, logotypy.

Potrzebujesz reklamy w dobrym miejscu w gazecie Głosie

PROMOCJA!!!
50%



SKUP złota, srebra



UŻYWANEJ ELEKTRONIKI

ADRES

ul. Wojciechowskiego 33 paw. 16
Warszawa - Ursus
BAZAREK

tel.: +48 601 23 16 14

CZYNNE

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

DARMOWA WYCENA

**ZŁOTEJ
biżuterii**

Skup
ZŁOTA

PŁACIMY NAJWIĘCEJ
GOTÓWKA DO RĘKI!

KUPOJEMY

BIŻUTERIĘ,
ZŁOTO, SREBRO,
MONETY, ANTYKI
oraz

TELEFONY, LAPTOPY,
SPRZĘT RTV



EXPLOTER

- MYCIE DACHÓW
- MYCIE ELEWACJI
- MYCIE KOSTKI BRUKOWEJ
- PRACE BUDOWLANE

721 815 715



exploter.eu

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

ZADZWOŃ
609 624 525

ReSound GN

Zbadaj BEZPŁATNIE słuch!

Testuj aparaty słuchowe **7 DNI** bez zobowiązań

modelowaniesluchu.pl

modelowanie słuchu 

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



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>

1. Podinspektor/inspektor ds. ochrony środowiska K/M. Wykształcenie wyższe. Znajomość Kodeksu Postępowania Administracyjnego. Praca w Regulach. *Oferta nr 0223.*
2. Nauczyciel/nauczycielka języka angielskiego. Wykształcenie wyższe oraz znajomość języka angielskiego na poziomie B2. Praca w Pruszkowie. *Oferta nr 0221.*
3. Wychowawca/wychowawczyni. Wykształcenie wyższe lub średnie. Praca w Rybie. *Oferta nr 0225.*
4. Specjalista/specjalistka ds. kancelaryjno-archiwalnych. Wykształcenie wyższe. Minimum 1 rok doświadczenia w obszarze merytorycznym, w tym doświadczenie na stanowisku archiwisty. Umiejętność obsługi urządzeń biurowych. Znajomość pakietów biurowych MS Office. Mile widziane prawo jazdy kat. B. Praca w Raszynie. *Oferta nr 0212.*
5. Specjalista/specjalistka ds. sprzedaży (branża AGD RTV). Posiadanie aktualnego orzeczenia o niepełnosprawności. Komunikatywność, zaangażowanie i chęć nauki. Pozytywne nastawienie do ludzi i nowych technologii. Umiejętność pracy zespołowej i odpowiedzialne podejście do obowiązków. Mile widziane doświadczenie w obsłudze Klienta. Praca w Jankach. *Oferta nr 0210.*
6. Operator maszyn pakujących K/M. Znajomość języka polskiego w mowie i w piśmie na poziomie średniozaawansowanym. Praca w Sokołowie. *Oferta nr 0209.*
7. Magazynier/magazynierka. Poziom wykształcenia-niewymagane. Wymagane uprawnienia do obsługi wózków widłowych UDT. Staż pracy- 2 lata. Doświadczenie w pracy magazynowej. Praca w Pruszkowie. *Oferta nr 0208.*
8. Kasjer-sprzedawca K/M. Poziom wykształcenia - minimum zawodowe. Aktualne orzeczenie o stopniu niepełnosprawności. Wymagane aktualne badania do celów sanitarno-epidemiologicznych lub chęć do ich wyrobienia. Mile widziane doświadczenie w bezpośredniej obsłudze klienta. Praca w Parzniewie. *Oferta nr 0199.*
9. Asystent/asystentka kas samoobsługowych. Poziom wykształcenia- minimum zawodowe. Aktualne orzeczenie o stopniu niepełnosprawności. Wymagane aktualne badania do celów sanitarno-epidemiologicznych lub chęć do ich wyrobienia. Praca w Pruszkowie. *Oferta nr 0197.*
10. Pracownik/pracownica restauracji. Umiejętność szybkiego uczenia się. Praca w Kotowicach. *Oferta nr 0193.*
11. Asystent/asystentka rodziny. Wykształcenie wyższe na kierunku: pedagogika, psychologia, socjologia, nauki o rodzinie, praca socjalna lub wykształcenie wyższe na dowolnym kierunku uzupełnione szkoleniem z zakresu pracy z dziećmi i rodziną itp. Znajomość programu TT Pomoc (POMOST). Prawo jazdy kat B. Praca w Piastowie. *Oferta nr 0192.*
12. Zastępca kierownika K/M. Wymagane wykształcenie: wyższe umożliwiające prawidłowe wykonywanie zadań na stanowisku, między innymi w zakresie polityki społecznej, pedagogiki, psychologii, socjologii, nauk o rodzinie, administracji. Udokumentowany co najmniej 3-letni staż pracy, w tym minimum 2-letnie doświadczenie zawodowe na stanowisku kierowniczym w jednostce pomocy społecznej. Doświadczenie na stanowisku w zakresie pracy socjalnej. Znajomość i umiejętność obsługi oprogramowania systemowego TT Pomoc (POMOST). Praca w Piastowie. *Oferta nr 0191.*
13. Specjalista/specjalistka ds. zakupów zamówień publicznych. Wykształcenie wyższe (preferowane: administracja, prawo, ekonomia lub kierunki pokrewne). Praktyczna znajomość przepisów ustawy Prawo Zamówień Publicznych oraz zasad wydatkowania środków publicznych. Umiejętność tworzenia regulaminów i procedur wewnętrznych dotyczących zakupów. Biegła obsługa komputera (pakiet MS Office, platformy zakupowe e-zamówienia). Doświadczenie w pracy w instytucjach kultury lub innych jednostkach sektora finansów publicznych. Doświadczenie w rozliczaniu zakupów finansowanych z funduszy zewnętrznych i dotacji. Praca w Raszynie. *Oferta nr 0187.*



PATATAJ
Wyjątkowe wakacje



Kolonie, obozy, półkolonie. Wakacyjne szkolenie jeździeckie

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

SKLEP SERWIS AGD JAWAŁ

- PRALKI
- PIEKARNIKI
- ZMYWARKI
- LODÓWKI
- SUSZARKI
- WORKI I AKCESORIA DO ODKURZACZY
- CZĘŚCI ZAMIENNE DO PRALEK, LODÓWKI I ZMYWAREK
- CZĘŚCI ZAMIENNE DO MASZYN DO SZYCIA
- CHEMIA NIEMIECKA

Pruszków
Al. Armii Krajowej 41
Tel.: 22 758 23 79
+48 692 291 881





AUDIO VINTAGE

SPRZEDAŻ I SERWIS
AMPLITUNERY I WZMACNIACZE
PŁYTY WINYLOWE I CD
SERWIS, USŁUGI I MONTAŻ
INSTALACJE AUDIO I ELEKTRYCZNE

Pruszków,
Al. Wojska Polskiego 46a

Tel.: +48 501 598 100
elpen@poczta.fm



FIRMA TON-BET ZATRUDNI KIEROWCÓW BETONOMIESZAREK

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

Tel. kontaktowy: +48 793 793 735



REKRUTACJA NA ROK SZKOLNY 2026/27

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

ODDZIAŁY OGÓLNOKSZTAŁCĄCE - SPORTOWE
ROZSZERZENIA: BIOLOGIA/GEOGRAFIA, JĘZYK ANGIELSKI
SPECJALIZACJE SPORTOWE:
-KOSZYKÓWKI CHŁOPCÓW,
-PIĘKA NOŻNA CHŁOPCÓW,
-SIATKÓWKI,
-PŁYWANIE SPORTOWE,
-PŁYWANIE Z ELEMENTAMI RATOWNICTWA WODNEGO.

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



powiat pruszkowski
nieskończone możliwości

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

KOMPUTERY



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

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

HOTEL ANTON ★★★
by DNS Hotele

HOTEL | RESTAURACJA
PRZYJĘCIA | KOMUNIE | CHRZCINY | WESELA | LUNCHE DNIA
22 728 22 22 | 571 404 306
repcja@hotelanton.pl | www.hotelanton.pl

Krystyna, Władysława Szydłak (1950 - 2026)

Po dłuższej chorobie ode-
szła do Pana znakomita
pedagog Krystyna Szy-
dlak, znana dobrze społeczności
pruszkowskiej. Przez ponad 23
lata (1986-2009) pełniła funkcję
dyrektora Liceum Ogólnokształ-
cącego im. T. Zana w Pruszkowie
– najdłużej z dotychczasowych
władarzy tej historycznej, oświa-
towej instytucji. Przedtem na-
uczała w Liceum im. T. Kościusz-
ki. Okazała się znakomitą
gospodarką starego budynku
szkoły przy ul. Daszyńskiego,
jak też znakomitą pedagogiem
lubianym i cenionym przez uczą-
cą się tam młodzież. W ramach
swych możliwości dobierała
równie dobrą kadrę nauczyciel-
ską. Modernizowała stary bu-
dynek, wystąpiła i dostała zgodę
na budowę hali sportowej (do-
ceniała jej potrzebę będąc sama
po studiach na AWF) jakiej ni-
gdy nie zrealizowano. Z końcem
kwietnia 2009 r. została zdymi-
sjonowana, kiedy oprostowała
zamiary przeniesienia Liceum w
inne miejsce, gdy władze oświa-
towe twierdziły niefunkcjonal-
ność starego budynku. W istocie
chodziło o sprzedaż miejsca pod
zabudowę deweloperską. Stasi
„zaniacy” pamiętają strajk szkol-
ny zorganizowany przez mło-
dzież i Stowarzyszenie Obrony
Lokalizacji i Tradycji w obronie
dyrektorki szkoły i późniejszą
batalię o utrzymanie placówki.
Krystyna Szydłak angażo-
wała się w politykę społeczną,
m.in. startowała ze skutkiem w
wyborach samorządowych w
kadencji 2014-2018. Była człon-
kiem honorowym Towarzystwa
Absolwentów przy Liceum im.
T. Zana oraz pracowała w Zarzą-



dzie innego Towarzystwa zanowskiego – Krzewienia
Tradycji (2019-2024). Zawsze pogodna i chętna do po-
mocy – nieustannie żyła sprawami szkoły, której po-
święciła tyle wysiłku. Pożegnaliśmy ją tłumie na Mszy
św. w kościele Św. Józefa, po czym odprowadziliśmy
do grobu rodzinnego na pruszkowskim cmentarzu.
Zostanie na zawsze w naszej pamięci.

Absolwenci i członkowie
Towarzystwa Krzewienia Tradycji
Foto: ze zbiorów Pawła Makucha



Wydawca gazety
Głosu Pruszkowa
oraz portalu 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, redakcja@gpr24.pl
Redaktor naczelny: Mirosław Kalinowski, tel.: (22) 758 11 10 Z-ca Redaktora naczelnego: Adam St. Trąbiński, tel.: (022) 759 47 85. Sekretarz
redakcji: Gabriela Milewska, tel.: (22) 758 11 10. Andrzej Górzynski Przewodniczący Rady Rozwoju i Marketingu: ceteterm@gmail.com Zespół
redakcyjny: Mirosław Kalinowski, Adam St. Trąbiński, prof. Andrzej Targowski, Jerzy Antkowiak, Andrzej Górzynski, Zbigniew Porecki, Maciej Woź-
niakiewicz, prof. Julitta Rybczyńska, Włodzimierz Szpak, Wiesław Pośpiech, Grażyna Siczek, Andrzej Sikorski, Maddalena Brodowicz-Susz, Tomasz
Długosz-Trąbiński, Tomasz Malczyński, Gerard Połozynski, Marian Skwara, Grzegorz Przybysz, Tomasz Suwała, Barbara Gajo, Jakub Długoszewski. Stała
współpraca: Muzeum Dulag 121, MOK Pruszków. Nakład: 20 tys. szt. w miesiącu. Zasięg: Brwinów, Janki, Komorów, Kanie, Malichy, Michałowice,
Reguły, Nowa Wieś, Nadarzyn, Otrebusy, Piastów, Pruszków, Podkowa Leśna, Raszyn, Tworki, Ożarów Mazowiecki, Warszawa-Ursus, Warszawa-Włoc-
chy. Dział reklamy i ogłoszeń: tel.: (22) 758 11 10, mobil: +48 604 194 054, redakcja@gpr24.pl Wydawca: Agencja „PROFIL”, 05-806 Komorów, ul.
Moniuszki 6 lok. 2, tel.: (22) 758 11 10. Grafika & skład: Studio graficzne Agencji Profil tel.: +48 604 194 054.
Materiałów nie zamawianych nie mamy obowiązku publikowania. Redakcja nie wpływa na treści artykułów zamieszczanych w gazecie. Zastrze-
gamy sobie prawo do skracania i redagowania publikowanych tekstów. © Prawa autorskie zastrzeżone. Kopiowanie układów i elementów graficz-
nych 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 m²

3 pokoje już od 51 m²

☎ 509 191 191

🌐 stacja-blonie.pl

REZERWUJ JUŻ DZIŚ!