

# MOJA Zg ie r P R Z E S T R Z E Ń



**ZGIERSKI JEŻ  
NA SZLAKACH  
CAŁEGO ŚWIATA**

**SIŁACZE LUBIĄ  
ZGIERZ - ZAWODY  
STRONGMAN**

**MIESZKANIA  
POBORUCIANE**  
- JEST NADZIEJA DLA  
LOKATORÓW BLOKÓW  
PRZY KOLEJOWEJ  
I ŁĄKOWEJ

**SPÓR O PLANOWANĄ  
INWESTYCJĘ  
PRZY **TWARDEJ****

**MARKA OLCZAKA**  
ZMAGANIA Z NANGA  
PARBAT W HIMALAJACH

**BIKE&RIDE,  
PROBOSZCZEWICKA  
I INNE INWESTYCJE  
ZMIENIAJĄ MIASTO**



## SPIS TREŚCI

|                                                                                    |     |
|------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Z życia miasta                                                                     | 4–5 |
| Zaparkuj samochodem, zaparkuj rowerem                                              | 6   |
| Zmienia się ulica Proboszczewice                                                   | 6   |
| W obiektywie fotopułapki                                                           | 7   |
| Twarda nie taka straszna                                                           | 7   |
| Mieszkania pozakładowe na własność lokatorów                                       | 8   |
| Atrakcyjny, stary i ciągle na chodzie –<br>niecodzienna wystawa starów             | 8   |
| Fabryka i platynowy skarb                                                          | 9   |
| Nowa oferta kulturalna Spółdzielczego<br>Domu Kultury „SEM”                        | 10  |
| Bon turystyczny – ostatni dzwonek!                                                 | 10  |
| Aparaty z belle epoque                                                             | 11  |
| Niewypowiedziana agresja                                                           | 12  |
| Wspólnie czytaliśmy „Ballady i romanse”                                            | 13  |
| Sto lat Stowarzyszenia Włókienników Polskich                                       | 13  |
| „Paka dla uczniaka”, czyli akcja na rzecz zdolnej<br>i aktywnej młodzieży          | 14  |
| Przegląd teatralny „Słodkobłękitny” w Starym Młynie                                | 14  |
| Blżej nieba. Himalaista Marek Olczak                                               | 15  |
| Nowy rok szkolny z pedagogiem specjalnym i elementami<br>przysposobienia obronnego | 16  |
| Najsilniejszy. Zawody w zgierskim parku                                            | 16  |
| Nie mam natury rewolucjonistki                                                     | 17  |
| Koniec wakacji – jak powrócić<br>do codzienności bez stresu                        | 18  |
| Sztuka odpoczynku                                                                  | 18  |
| Czuły drybling w rytmie bluesa                                                     | 19  |
| Kret: szkodnik lotnisk, ogródków i boisk piłkarskich                               | 20  |
| O trudnych sprawach z odpadami związanych                                          | 21  |
| Złota Roksi                                                                        | 22  |
| Boruta i Włóknarz walczą o punkty                                                  | 22  |
| Poczuj świat                                                                       | 23  |
| Zgierski język w podróży                                                           | 24  |
| Zamek w Oporowie – warto tam pojechać                                              | 25  |
| Flawonoidy – leki z ogrodu                                                         | 26  |
| Obrażony na radio                                                                  | 27  |
| Ostatni akord                                                                      | 28  |
| Wielka nauka z historii małej wyspy                                                | 29  |
| By zazdrość pobudzała wyobraźnię                                                   | 30  |
| Kalendarium wydarzeń                                                               | 31  |



4



6



13



19



28

## Słowo wstępu



Od czasu rozlania się wojny rosyjsko-ukraińskiej na tereny położone na zachód od republik w rejonie Doniecka i Ługańska, aktywnie zaangażowałam się w pomoc uchodźcom z Ukrainy. I nie ma w tym nic zaskakującego, bo chyba zawsze miałam inklinacje, by pomagać ludziom i zwierzętom. No ale nie o pisanie „autolaurki” mi idzie, a o to, że przy okazji współpracy w projekcie fundacji pomocowych ADRA Polska i CARE International Poland dostałam zaproszenie do innego projektu, bardziej rodzimego, lokalnego, którego cel mnie zmusił do poważnej refleksji. Otóż projektodawcy szukają ludzi, którzy chcą stworzyć w małych miastach i wioskach całego kraju przestrzenie, ławeczki, gdzie ludzie będą mogli się spotkać i rozmawiać o tym, co jest ważne dla nich i dla ich społeczności. Dlaczego? Bo widać, że coraz bardziej brakuje nam wspólnego działania, które kiedyś było okazją do rozmów, że świat tak się zmienił, iż zaczynamy się dusić z powodu braku okoliczności, podczas których możemy się spotkać, zobaczyć, usiąść z kimś i zwyczajnie pogadać.

Tak bardzo uderzyło mnie to, co przeczytałam w opisie projektu, że postanowiłam podzielić się z Państwem tą refleksją. Czy naprawdę doszliśmy do punktu, w którym potrzebne są sformalizowane działania, abyśmy zaczęli z sobą rozmawiać? Czy potrzebni są animatorzy, żebyśmy nauczyli się wymieniać różnicami zdań bez kłótni? Jeśli tak, to „złe się dzieje w państwie duńskim”. A swoją drogą, gdyby ktoś chciał zostać takim animatorem rozmów, to polecam wizytę na stronie internetowej projektu <https://jakrozmawiac.org.pl/zglos-sie/>. ●



Projekt okładki:  
Joanna Syncerek  
Foto:  
Krzysztof Głowacki

Miesięcznik „Zgierz – moja przestrzeń”, ISSN 2450-3770 ukazuje się od października 2015 r.  
wydawca: Miejski Ośrodek Kultury, ul. Długa 41A, 95-100 Zgierz, tel. 42 714 31 76, mail: [mojaprzestrzen@umz.zgierz.pl](mailto:mojaprzestrzen@umz.zgierz.pl)  
Redaktor naczelna: Renata Karolewska  
Zespół stałych współpracowników:  
Jakub Niedziela, Emilia Antosz, Magdalena Ziemińska, Maciej Rubacha  
Krzysztof Głowacki (foto), Joanna Syncerek (grafika)  
Projekt graficzny, skład i łamanie: Tomasz Kuc  
Druk: SILVERPRINT  
Nakład: 3000 sztuk. Egzemplarz bezpłatny

Treści zawarte w niniejszym miesięczniku są chronione prawem autorskim. Wszelkie przedruki całych artykułów lub ich fragmentów możliwe są wyłącznie po uzyskaniu zgody wydawcy. Redakcja zastrzega sobie prawo do dokonywania skrótów w przekazywanych artykułach oraz zmian w tytułach i śródtytułach.  
Wydawca ma prawo odmówić zamieszczenia reklam i ogłoszeń, jeśli ich treść lub forma nie jest zgodna z linią programową lub charakterem miesięcznika (art. 36, pkt 4 prawa prasowego). Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam. Wydawca nie identyfikuje się ze wszystkimi poglądami, które wyrażone są w publikowanych tekstach.



# Miasto Zgierz miastem partnerskim

**C**o łączy francuskie Bischwiller, niemieckie Glauchau, węgierskie Hodmezovasarhely, czeską Jihlavę, słowacki Kieżmark, litewskie Kupiszki, ukraiński Rejon Maniewiczze oraz rodzime: Orzysz, Supraśl i Gminę Zgierz? Wszystko to miasta partnerskie Zgierza. Pierwsza z umów podpisana została w 1997 r. (Glauchau), dwie ostatnie to już kadencje obecnego prezydenta (2018 – Jihlava, 2019 – Bischwiller). Jednym z przejawów współpracy między samorządami są wizyty i rewizyty delegacji, sprzyja im szczególnie okres letni i wczesnojesienny, gdy organizowane są święta miast. Spotkania to zawsze okazja do poznania historii regionu, ale także konkretnych rozwiązań stosowanych w miastach partnerskich, dotyczących przedsiębiorczości, sportu czy oświaty. (jn)



W trakcie wizyty we francuskim Bischwiller podziwiano obchody Święta Piszczalki – imprezy nawiązującej do wielowiekowej historii miejscowości. Rozmawiano też o współpracy gospodarczej (planowana wizyta francuskich przedsiębiorców) i pomocy dla Ukrainy przekazanej przez Bischwiller za pośrednictwem zgierskiego samorządu.



Przedstawiciele siedmiu samorządów partnerskich przyjadą do Zgierza przy okazji „Zakończenia lata 2022”. To pierwsza tak duża wizyta w okresie popandemicznym. Goście poznają nasze miasto oraz jego okolice. Na zdjęciu: wizyta Francuzów w Muzeum Miasta Zgierza w 2019 roku.



Podczas wrześniowej wizyty miast partnerskich pamiętać będziemy o wielkich nieobecnych – delegacji z ukraińskiego Rejonu Maniewiczze. Wierzymy, że działania wojenne u sąsiada zakończą się jak najszybciej i nasi przyjaciele znów przyjadą do Zgierza. Na zdjęciu: zespół z Ukrainy podczas Święta Miasta Zgierza 2019 r.



Jedną z atrakcji święta litewskich Kupiszek był zawody motorowodne o randze międzynarodowej. Zgierska delegacja miała też możliwość odwiedzenia muzeum etnograficznego i nowo powstającej biblioteki. Gospodarzy szczególnie interesowały rozwiązania dotyczące naszego miejskiego budownictwa wielorodzinnego.



W lipcu zorganizowano w słowackim Kieżmarku 30. Międzynarodowy Festiwal Europejskiego Ludowego Rzemiosła, nie zabrakło na tej prestiżowej imprezie delegacji ze Zgierza. A że dodatkowo gospodarze są miłośnikami kolei, przejażdżka zabytkowym pociągami była obowiązkiem.



## Jak w rodzinie. Piknik seniora za nami

Za nami piąty piknik seniora „Łączymy pokolenia”. 27 sierpnia 2022 r. w parku miejskim znakomicie bawili się nie tylko najstarsi mieszkańcy. Niejedna babcia i dziadek przyprowadzili swoje wnuki. Tego dnia aż do wieczora było gorąco dosłownie i w przenośni, a animatorami dobrych nastrojów byli znani i lubiani artyści, występujący pod szyldami Poznakowski Band i Robert Rozmus Show.

Poza ucztą duchową organizator, czyli Zgierskie Centrum Seniora we współpracy z przychodniami „Świat zdrowia” proponował uczestnikom bardziej przyziemne przyjemności, zapraszając na badania profilaktyczne oraz bezpieczne aktywności fizyczne i namawiając przy okazji na zmianę nawyków żywieniowych, a także zrzucenie zbędnych kilogramów. Wszyscy posiadacze karty seniora wzięli ponadto udział w losowaniu upominków. (rk)



Było to już kolejne spotkanie starszych i młodszych pokoleń w parku miejskim

## O włos od tragedii – pomogli policjanci

Odważni policjanci ze Zgierza uratowali mężczyznę, który w nocy z 10 na 11 sierpnia ugrzązł w bagnie tuż obok wiaduktu kolejowego przy ulicy Dubois w okolicy Bzury. Dwudziestopięcioletni nie mógł samodzielnie wydostać się z pułapki, a jego długie wołanie o pomoc nie przynosiło skutku. Pomogli mu dopiero zaalarmowani funkcjonariusze, którzy z narażeniem własnego życia, utworzyli tak zwany łańcuch, aby wejść na podmokły teren i w ten sposób wydobyć młodego mężczyznę na brzeg.

W związku z tym Prezydent Miasta Zgierza Przemysław Staniszewski wysłał do sierżanta Patryka Frydrycha i st. posterunkowego Jakuba Biernacika listy, w których docenia ich odważne, pełne poświęcenia i determinacji zachowanie. (rk)

## Koszykarze wracają do gry

W sobotę 24 września odbędzie się na nowej hali MOSiR mecz inauguracyjny II ligi koszykarskiej. O godzinie 17.00 drużyna MKK Boruta Interon Zgierz rozpocznie walkę o punkty z Tarnovią Tarnowo Podgórne. Ponad dwadzieścia lat miejscowi kibice czekali na rozgrywki koszykarskie tak wysokiego szczebla.

Zgierski zespół wywalczył awans do II ligi po wygraniu rozgrywek na poziomie regionalnym oraz dobrych występach w turniejach barażowych. W nowym sezonie ekipa Miejskiego Klubu Koszykarskiego trafiła do grupy A, gdzie rywalizować będzie m.in. z Ogniwm Szczecin, ŁKS Coolpack Youth Łódź, AMW Flotą Gdynia i AZS UMK Transbruk Toruń. W pierwszej fazie drużyny grają systemem każdy z każdym (mecz i rewanż). Zespoły zajmujące miejsca 1-8 (grupy liczą od 15 do 16 ekip), będą uczestniczyć w play-offach o I ligę. Kluby, które zakończą sezon na dwóch ostatnich miejscach w każdej z grup, stracą prawo gry w II lidze.

Wszystkie „domowe” spotkania MKK Boruty Interon Zgierz rozegrane zostaną



Świętowanie awansu do II ligi. Zawodnicy liczą, że kibice znów wypełnią halę MOSiR

na hali MOSiR im. Zgierskich Olimpijczyków. Wstęp wolny. Podczas inauguracyjnego pojedynku z Tarnovią zapowiedziano niespodzianki dla miłośników koszykówki, którzy zasiądą na trybunach. Kolejne mecze przy ul. Wschodniej: KSK Ciech Noteć Inowrocław (15.10, godz. 17), TKM Włocławek (29.10, godz. 17), SMS PZKosz Władysławowo (5.11, godz. 17). Wesprzyjmy naszych koszykarzy! (jn)

## Rozpoczęła się budowa centrum opiekuńczo-mieszkalnego

W pierwszy wtorek września na działce przy ul. Reymonta (na tyłach SP nr 1) wbito łopatę pod budowę centrum opiekuńczo-mieszkalnego. W placówce, na budowę której przeznaczonych zostało niemal 3,4 mln zł, będzie mogło zamieszkać 17 osób (7 miejsc pobytu całonocnego oraz 10 miejsc wsparcia dziennego). Centrum zapewni kompleksowe wsparcie usługowe, medyczne, rehabilitacyjne i społeczne, i umożliwi osobom korzystającym ze wsparcia nawiązanie kontaktów społecznych, umiejętności samodzielnego funkcjonowania w środowisku lo-

kalnym, a przede wszystkim poprawi jakość życia osób z niepełnosprawnością.

Inwestycja realizowana będzie do końca maja 2024 r. w ramach resortowego Programu Ministra Rodziny i Polityki Społecznej, ma stanowić pomoc dla dorosłych osób niepełnosprawnych ze znacznym lub umiarkowanym stopniem niepełnosprawności.

Centrum opiekuńczo-mieszkalne zostanie zbudowane dzięki środkom pozyskanym przez Gminę Miasto Zgierz z Funduszu Solidarnościowego. Za projekt oraz budowę COM odpowiedzialna jest zgierska firma Milma. (rk)



Działka przy ul. Reymonta, na której powstanie centrum opiekuńczo-mieszkalne



## Skiba ciągle na wolności

Tak brzmi tytuł stand-upu, z którym Krzysztof Skiba wystąpi już 17 września o godz. 20.00 w sali widowiskowej Miejskiego Ośrodka Kultury Stary Młyn. Program oparty został na treści jednej z książek showmana „Skiba ciągle na wolności. Autobiografia łobuza”, wydanej w 2018 r. Kulisy programów telewizyjnych, wpadki w show biznesie, barwne ciekawostki z tras koncertowych stanowią tylko część z tematów poruszanych podczas występu. Z programu dowiemy się, jak, będąc gwiazdą, nie zostać alkoholikiem albo jak udzielać wywiadów, nie mając nic do powiedzenia.

Krzysztof Skiba to satyryk, felietonista, showman, radiowiec, wokalista rockowy, autor tekstów piosenek (m.in. Makumba, Dres, Świat według Kiepskich, Berlin Zachodni). Od 34 lat występuje z zespołem Big Cyc. Bilety na stand-up w cenie 50 zł, można nabyć za pośrednictwem strony [www.bilety.starymlynzgjierz.pl](http://www.bilety.starymlynzgjierz.pl) lub w siedzibie MOK, przy ul. Długiej 41 A. (mz)



Skiba po raz pierwszy wystąpi w Zgierzu jako stand-uper

MATERIAŁY KRZYSZTOFA SKIBY

## Zakończono budowę ścieżek w parku

Zakończyły się roboty związane z zamianą i zarazem ujednoliceniem ścieżek: rowerowej i pieszej w obydwu częściach parku miejskiego. W związku z tym w starej części parku trzeba było zamienić miejscami ścieżkę pieszą i rowerową. Przy okazji zamiany powstała ekologiczna mineralno-epoksydowa nawierzchnia drugiej z nich. Jest ona wodoprzepuszczalna i nie emituje takich ilości ciepła do atmosfery jak na przykład beton. Dzięki temu zabiegowi drogi między obydwoма częściami parku nie krzyżują się, a jedna stała się przedłużeniem drugiej. Nowe ścieżki na terenach rekreacyjnych zostały wyposażone w oznakowanie pionowe i poziome, do którego użyto innowacyjnej farby, świecącej po zmroku. Inwestycja powstała ze środków własnych miasta Zgierza. (rk)



W starej części parku trzeba było zamienić miejscami ścieżki rowerową i pieszą

KRZYSZTOF GŁOWACKI

## Zgierz pamięta o bohaterach

Powstanie 1944 r., Bitwa Warszawska, wybuch II wojny światowej i porozumienia sierpniowe. Każda z ważnych historycznych rocznic uczczona została w Zgierzu przez przedstawicieli władz, organizacji, mieszkańców oraz młodzież szkolną. Tradycyjnie 1 sierpnia odwiedzono na Starym Cmentarzu miejsca spoczynku zgierzan – uczestników powstania warszawskiego. Pracownik Muzeum Miasta Zgierza przypomniał biografie bohaterów, na ich grobach złożono kwiaty i znicze.

Również na terenie nekropolii przy ul. Skargi obchodzono rocznicę Bitwy Warszawskiej (hołd złożono bohaterom wojny polsko-bolszewickiej, zgierskim legionistom oraz wszystkim uczestnikom walk niepodległościowych), oddano też cześć uczestnikom kampanii wrześniowej 1939 roku. 31 sierpnia świętowano w Zgierzu Dzień Solidarności i Wolności. Uroczystość przy ul. Długiej przypominała o zrywie obywatelskim, który doprowadził do przemian ustrojowych w całej Europie środkowo-wschodniej. Miejsce pamięci przy pasażu Solidarności ma szczególny rodowód. To tu w latach 80. lokalna opozycja czczyła pamięć ofiar zbrodni komunistycznych. (jn)



Chwila zadumy przy miejscu spoczynku powstańca warszawskiego

KRZYSZTOF GŁOWACKI

## Przejsie na Kuraku

Dobiega końca budowa nowego, oświetlonego przejścia dla pieszych wraz z sygnalizacją na ulicy Łódzkiej na Kuraku. Po zakończeniu inwestycji mieszkańcy osiedla będą mogli przechodzić przez drogę krajową nr 91 na wysokości centrum zakupowego.

O przejście z sygnalizacją świetlną w okolicy ulicy Rudnickiej od dawna zabiegali mieszkańcy okolicznych bloków, zwłaszcza że wielu przekraczało jezdnię właśnie w tym miejscu, mimo braku przejścia. Do najbliższego przy ulicy 1 maja było kilkadziesiąt metrów. Do przejścia doprowadzą chodniki po obu stronach drogi.

Inwestycja Generalnej Dyrekcji miała powstać w zeszłym roku, ale nie udało się pozyskać wykonawcy i termin trzeba było przesunąć. (rk)



Termin realizacji przejścia dla pieszych na Łódzkiej przy Rudnickiej był kilka razy przesuwany ze względu na sytuację na rynku wykonawców i wzrost cen

KRZYSZTOF GŁOWACKI

## Będą świętować Europejski Dzień Języków

Europejski Dzień Języków to ustanowione na 26 września przez Radę Europy międzynarodowe święto. Jego celem jest zwrócenie uwagi na różnorodność językową, a także ukazanie potrzeby uczenia się języków obcych. W tym roku jednym z wydarzeń wchodzących w skład obchodów święta w Zgierzu jest impreza organizowana przez liceum im. Staszcza. Do udziału zaproszeni są uczniowie najstarszych klas zgierskich podstawówek. Wszystko odbędzie się w Starym Młynie, a program obejmuje wykład Wioletty Wilk-Turskiej – specjalistki do spraw Monarchii Brytyjskiej, a także spotkania z kulturami Europy w specjalnie przygotowanych strefach. W nich znajdą się między innymi charakterystyczne dla poszczególnych krajów potrawy przygotowane przez uczniów. Wydarzenie zakończy happening przed budynkiem Starego Młyna. (mz)





**T**rwają prace w ramach zadania „Przebudowa dróg na terenie Gminy Miasto Zgierz – ulica Proboszczewice, ulica Boczna”. W ostatnim czasie wykonany został kanał deszczowy od ul. Ozorkowskiej do ul. Ciośnowskiej wraz z przykanalikami. Usunięto tam również kolizje gazowe oraz teletechniczne. Remontowana ulica powoli przybiera nowy kształt: w części wykonano już chodniki, ścieżkę dla rowerów oraz zatokę autobusową.

W najbliższym czasie wykonawca skupi się na usuwaniu kolizji elektroenergetycznych, będzie także kontynuował prace związane z kanalizacją deszczową w ul. Bocznej w kierunku ul. Morenowej. Na Proboszczewicach wykonane zostanie również nowe oświetlenie uliczne. W kolejnych etapach położona zostanie nakładka asfaltowa nawierzchni jezdni oraz ścieżki rowerowej – na odcinku od ul. Ozorkowskiej do ul. Ciośnowskiej. Następnie realizowany będzie zakres prac drogowych w ul. Bocznej.

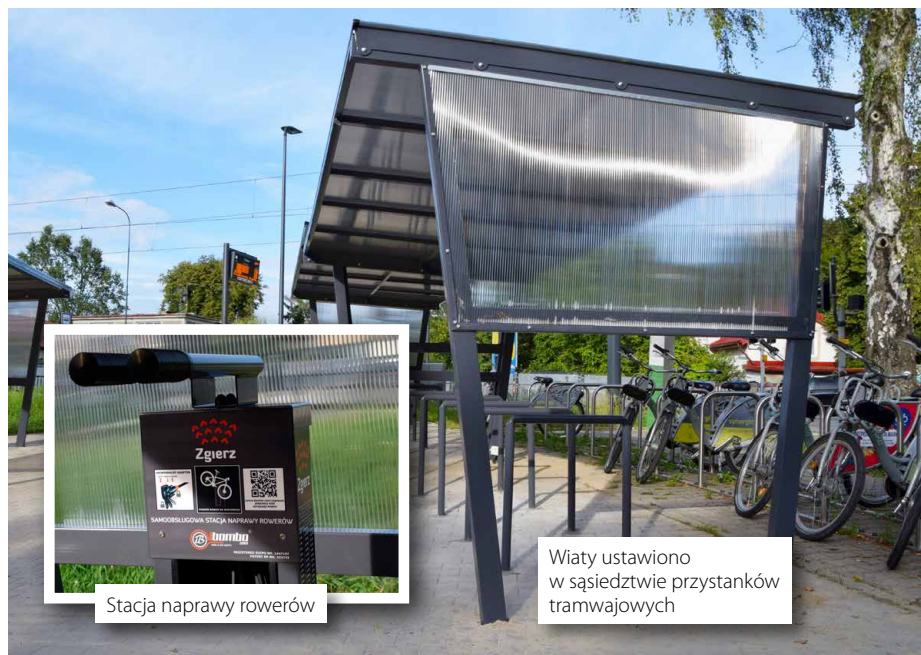
Planowany termin zakończenia robót to koniec listopada 2022 roku. Ich zakres oprócz wyżej wymienionych obejmuje także wykonanie oznakowania pionowego i poziomego, stworzenie azyli dla pieszych, zamontowanie małej architektury oraz posadzenie trawników i drzew. Zadanie realizowane jest w formule „zaprojektuj i wybuduj”. Inwestycja współfinansowana ze środków Funduszu Dróg Samorządowych. Wartość umowy to blisko 4 mln złotych, wysokość dofinansowania to 50% kosztów kwalifikowanych. (jn)

# Zmienia się ulica Proboszczewice



Prace powinny zakończyć się pod koniec 2022 roku

# Zaparkuj samochodem, zaparkuj rowerem



Stacja naprawy rowerów

Wiaty ustawiono w sąsiedztwie przystanków tramwajowych

**W** naszym mieście trwa budowa systemu parkingów „Bike & Ride” oraz „Park & Ride”. Specjalnie przygotowane miejsca mają zachęcać do korzystania z komunikacji tramwajowej po dojechaniu w bezpośrednią okolicę przystanku rowerem lub samochodem. Ostatnio w pięciu lokalizacjach (ul. 1 Maja/ul. Orła; ul. 1 Maja/ul. Łódzka; ul. Powstańców Śląskich/ul. Łódzka; ul. Osiedlowa/ul. Łódzka; ul. Lipowa/ul. Sosnowa) zamontowano wiaty rowerowe typu „Tytan”. Obiekty są wyposażone w stojaki rowerowe typu U, stacje naprawy rowerów oraz oświetlenie. Wiaty posiadają konstrukcję stalową ocynkowaną i malowaną proszkowo, natomiast dach pokryty jest poliwęglanem komorowym przydymionym. Zostaną również wyposażone w ławki oraz kosze. Prace uzupełniające przy „Park & Ride” obejmą jeszcze utwardzenie nawierzchni i budowę oświetlenia. A także, co szczególnie ważne dla pasażerów, dostawę i montaż biletomatów.

Budowa systemu „Bike & Ride” oraz „Park & Ride” realizowana jest w ramach zadania „Poprawa jakości, funkcjonowania i rozwój oferty systemu transportowego na terenie Gminy Miasto Zgierz”, współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach Zintegrowanych Inwestycji Terytorialnych Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Łódzkiego na lata 2014-2020. (jn)



# W obiektywie fotonapki

W ciągu doby są w stanie wykonać nawet dwa tysiące zdjęć, dodatkowo nagrywają filmy. Efekt ich pracy jest skrupulatnie analizowany przez strażników miejskich. Ustawione są... no właśnie, to tajemnica. Opiszmy to ogólnie – fotonapki umieszczane są w okolicach wiat śmietnikowych, a także na terenach zielonych, w parkach i lasach. Rejestrują moment wyrzucania śmieci. Gdy uwiecznią proceder łamania prawa, „grający główne role” zagrożeni są mandatem do 500 zł.

Straż Miejska dysponuje w tym momencie dwoma fotonapkami wykorzystywanymi naprzemiennie. Urządzenia ustawiane są przy śmietnikach w porozumieniu z zarządcą terenu, a często i na prośbę MPGM, Zgierskiej Spółdzielni Mieszkaniowej czy wspólnot mieszkaniowych. Proceder podrzucania odpadów coraz częściej wywołuje sprzeciw samych mieszkańców, niezadowolonych, że zatrzymujące się na moment samochody naruszają zasady selekcji, a często też zaśmiecają teren wokół wiat. Jeszcze bardziej kłopotliwe jest wyrzucanie odpadów poza obszarem zamieszkania. Strażnicy przyznają, że istnieje w Zgierzu tzw. „rondo śmieciarzy”, gdzie wyjątkowo często pozostawiane są



Straż miejska dysponuje dwoma urządzeniami-fotonapkami

nieczystości. Dlatego w pobliżu umieszczona jest fotonapka.

Mandat za niezgodne z prawem pozbywanie się śmieci to jedno. Funkcjonariusze, gdy w toku analiz nagrań i zdjęć ustalą dane osób podrzucających odpady, skontrolują dużo więcej. Czy złożone deklaracje „śmieciowe” uwzględniają wszystkie osoby za-



Analiza nagrań dokonanych przez urządzenie

mieszkujące nieruchomości. Czy odpady są właściwie segregowane oraz czy nie trafiają przypadkiem do pieców. Jednym słowem, nie warto śmiecić. (jn)

O tym się mówi

## Twarda nie taka straszna

Cały sierpień i początek września przeznaczone były na konsultacje społeczne dotyczące powstania instalacji przy ulicy Twardej w Zgierzu. Tymczasem pod koniec sierpnia odbył się protest grupy mieszkańców przeciwko planowanemu przedsięwzięciu, polegającemu na odzyskiwaniu w obiegu zamkniętym części frakcji olejowych i tłuszczowych, które potem miały być poddawane utylizacji poza terenem instalacji. Plan realizacji spotkał się z wątpliwościami osób, które obawiają się negatywnego oddziaływania na środowisko tego obiektu. Na transparentach podczas akcji oraz w pismach skierowanych do urzędu w ramach konsultacji społecznych pojawiły się zdania, że instalacja zlokalizowana jest na terenie, który w rzeczywistości nie jest przemysłowy, że grupa mieszkańców nie chce kolejnego niebezpiecznego wysypiska. – Rozumiem obawy mieszkańców, ale chcę podkreślić, że to nie jest kolejne składowisko odpadów. Obiecałem wielokrotnie, że nie ma mojej zgody na kolejne składowiska w tym mieście i słowa dotrzymam. Porównywanie planowanej instalacji ze składowiskiem na Borucie jest nieuzasadnione. Podkreślę, że jako miasto nie mamy też podstaw prawnych, aby odmówić przedsiębiorcy wydania

decyzji administracyjnej przed zakończeniem właściwej procedury, zwłaszcza że planowana inwestycja zyskała pozytywne opinie jednostek odpowiedzialnych za ochronę środowiska – uspokaja prezydent miasta Przemysław Stanisławski, który nie wziął udziału w protestach, bo – jak stwierdził – sprawa nie jest jeszcze zakończona. W piśmie, które wystosował do protestujących mieszkańców, stwierdził, że chce zachować bezstronność urzędniczą.

Procedura uzgadniania decyzji środowiskowej trwa od ponad 2,5 roku. Zanim trafiła pod konsultacje, została poprzedzona odpowiednimi uzgodnieniami innych organów. Opinie warunkujące ewentualne powstanie przedsięwzięcia przedstawiły: Sanepid, Wody Polskie, Regionalna Dyrekcja Ochrony Środowiska i Urząd Marszałkowski w Łodzi. Jednostki zaopiniowały pozytywnie powstanie instalacji. To jednak niczego nie przesądza. Podobnie jak wydanie decyzji środowiskowej. Dlatego pytanie, czy instalacja w ogóle powstanie, wciąż pozostaje otwarte. (rk)



17:45 / WYPowiedzi zamieszczane w internecie / WROCŁAW: RUSZYŁ REMONT ULICY POMORSKIEJ I P



# Mieszkania pozakładowe na własność lokatorów

Czy lokatorów poborucianych mieszkań pracowników czeka sukces w wieloletniej walce o niższe czynsze za mieszkania przejęte przez prywatnych właścicieli? Możliwe. Taką nadzieję dał mieszkańcom bloków przy Kolejowej i Łąkowej w Zgierzu minister rozwoju i technologii Waldemar Buda. Podczas konferencji prasowej z udziałem prezydenta miasta Przemysław Stanisławski padły słowa o szykowanej specustawie, która pozwoli uruchomić środki dla gmin, aby te mogły kupować lokale po cenie rynkowej. – *Proponujemy, żeby samorząd mógł wykupić takie mieszkania od prywatnego właściciela i chcielibyśmy, aby te mieszkania weszły w zasób komunalny. Proponujemy absolutnie korzystne warunki polegające na tym, że wykładamy jako państwo 95% ceny nabycia* – powiedział gośczący w Zgierzu minister rozwoju i technologii Waldemar Buda.

Ustawa ma być głosowana w parlamencie jesienią tego roku, dotyczy około 40 mieszkań w Zgierzu i kilkunastu tysięcy w Polsce. Jeśli miastu uda się porozumieć z dotychczasowymi właścicielami, istnieje duża szansa na obniżkę czynszów dla rodzin objętych ustawą. (rk)



Na konferencji prasowej pojawiło się kilkoro zainteresowanych mieszkańców bloków przy ul. Kolejowej

Hobbystycznie

## Atrakcyjny, stary i ciągle na chodzie – niecodzienna wystawa starów

Tę okazję na pewno nie przeoczyli prawdziwi fani zabytków motoryzacji. W czwartkowe popołudnie 25 sierpnia tylko przez kilka godzin na Malince można było oglądać wystawę zabytkowych pojazdów marki star oraz wysłuchać wielu ciekawostek dotyczących poszczególnych samochodów. Wystawa przyciągnęła mieszkańców doskonale pamiętających stary na polskich drogach. Nie zabrakło również tych, dla których widok ten był mniej codzienny.

Przez kilka dekad ciężarówka star były najpopularniejszymi ciężkimi samochodami w Polsce. Tak bardzo, że Janusz Rewiński napisał i zaśpiewał o nich piosenkę,

którą znała i nuciła cała Polska. Służyły w wojsku, straży pożarnej, sprawdzały się na budowach osiedli, elektrociepłowni, dróg i mostów. Te niezwykle zabytki polskiej motoryzacji, z których część służy do dziś swoim właścicielom, można było zobaczyć na parkingu ośrodka Malinka. Konwój zabytkowych samochodów zmierzał do Starachowic na ósmy zlot Legendy STARA. Ten, który zrobił sobie postój w Zgierzu, był jednym z trzech, które formowały się na drogach prowadzących na coroczne wydarzenie organizowane przez powiat starachowicki. Po drodze do konwojów dołączały prywatni właściciele innych zabytkowych pojazdów. (rk)





# Fabryka i platynowy skarb

Niedawno wyremontowany kompleks budynków fabrycznych bezpośrednio przylegający do Szkoły Podstawowej nr 4 to nie lada gradka dla tropicieli sensacji. Prowadziła go spółka dwóch braci żydowskiego pochodzenia, którzy starali się wejść w świat królów wełny, jednak los rzucał im kłody pod nogi, a czasem kuśił do wręcz sensacyjnych posunięć.

MACIEJ RUBACHA



Fabryka istniała od 1900 r., wcześniej pod nazwą „B. Bredszneider i M. L. Brodaczy”. Przed I wojną światową należała do jednej z większych w Zgierzu, zatrudniała ponad 200 robotników. Produkowała przez

cały okres działalności wyroby wełniane. Mieściła się w budynkach naprzeciw synagogi, czyli przy dzisiejszej ul. Łódzkiej, tuż przy Szkole Podstawowej nr 4, na obrzeżach tak zwanej dzielnicy żydowskiej. Była jedną z większych zgierskich fabryk, realizując wszystkie etapy produkcji. W przedsiębiorstwie działały: przędzalnia, tkalnia, farbiarnia i apretura (uszlachetnianie, wykańczanie materiału – przyp. red.). Świadczone tam usługi w zakresie wykańczania tkanin wełnianych dla tkalni w Zgierzu lub kupowano surowy materiał, który wykańczano i sprzedawano na własny rachunek. Warto przypomnieć, że rodziny żydowskie bardzo późno weszły na rynek tkacki, ponieważ do lat 60. XIX w. zakazywało im tego prawo, które w tej branży dawało pierwszeństwo emigrantom z Niemiec i Polakom.

## Raz na wozie, raz pod wozem

Po I wojnie światowej bracia Brodaczy zaczęli odbudowywać swoje małe imperium i wznawiać produkcję. Szło im naówczas różnie, jednak najgorsze było dopiero przed nimi. W 1926 r. doszło do długotrwałego strajku z powodu zbyt niskich wynagrodzeń pracowniczych. Jakby tego było mało, na początku następnego roku wybuchł w zakładzie pożar. Nigdy nie udało się ustalić, czy był to przypadek, fatalny zbieg okoliczności, czy celowe działanie na szkodę firmy. Spłonęła apretura, suszarnia i znaczna część tkalni. Częściowo została spalona również kotłownia, która napędzała pozostałe oddziały. Światowy kryzys gospodarczy przełomu lat 20. i 30. dotknął również fabrykę. Spowodował długotrwałe przestoje, jednak w styczniu 1935 r. przyjęto do pracy ponad stu pracowników. Interesy znów nabierały tempa. Przed samym wybuchem wojny zatrudnionych było 165 osób. Jak wszystkie fabryki należące do Żydów, tak i ta została zajęta przez władze nazistowskie, a po wojnie w 1947 r. znacjonalizowana. Przez wiele lat w zabudowaniach tych mieściły się warsztaty Usługowej Spółdzielni Pracy im. 17 Stycznia. To tu rozwijały się różnego rodzaju formy pracy, które podciągano pod działania

MUZEUUM MIASTA ZGIERZA

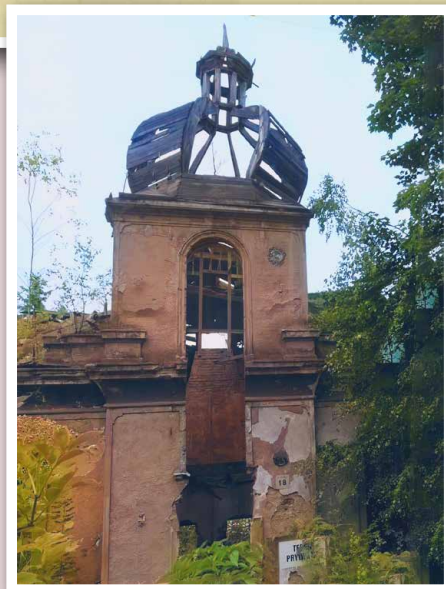


spółdzielcze. W ten sposób i w tym miejscu wielu zgierzan w okresie socjalistycznym naszej historii mogło prowadzić własne „biznesy” pod szyldem tego przedsiębiorstwa.

Po upadku PRL przez kilkanaście lat budynek pełnił funkcję niewielkiego centrum handlowego. Dziś odnowiony czeka na nowych najemców.

## Platynowa kopuła i ucieczka za Atlantyk

Co ciekawe, z rodziną Brodaczy wiąże się jeszcze inna historia. Przy ul. Iglastej 18 w Zgierzu znajdowała się okazała willa, a właściwie pałacyk families. Powstała on w okresie największej prosperity. Był to pochodzący z lat 20. XX wieku bogato zdobiony, drewniano-murowany budynek z charakterystyczną cebulastą kopułą. Z całą pewnością stanowiła ona piękną ozdobę ówczesnej willowej osady Adelmówek, którą okalał las Okrąglik. W okolicy swoje domy mieli bogaci przedsiębiorcy ze Zgierza i Łodzi. Pomiędzy domostwami powstało kilkanaście pensjonatów, gdzie można było korzystać z przyjaznego klimatu, jakie dawały rzeka i las w pobliżu. Jak głosi legenda, kopułka wieżyczki miała pokrycie z platyny. Ten cenny kruszec miał być ozdobą i chlubą rodziny, a jednocześnie depozytem olbrzymiej fortuny. Jedna z wersji miejskiej legendy mówi, że bracia poróżnili się pod-



czas podziału zysków z posiadanej fabryki. To spowodowało dalsze, wręcz sensacyjne wypadki, bowiem jeden z nich pod nieobecność współnika miał rozebrać platynowe pokrycie i uciec z miasta. Spieniężony cenny materiał miał z kolei pozwolić mu na ucieczkę za Atlantyk i dostanie życie w Ameryce. Sama willa w latach PRL-u zamieszkała była przez lokatorów komunalnych. Na skutek postępujących dewastacji budynek popadł w ruinę i w 2013 r. został rozebrany. ●



# Nowa oferta kulturalna

## Spółdzielczego Domu Kultury „SEM”

Rozpoczynający się rok szkolny inauguruje nowy sezon kulturalny w SDK „SEM”. Do współpracy w słynącym z promocji tańca domu kultury zostali zaproszeni instruktorzy, którzy oferują nowe propozycje zajęć. – *W imperium tańca oczywiście zajęć tanecznych nie może zabraknąć* – mówi Jadwiga Skwarek, kierownik SDK „SEM”. – *Będą kursy tańca towarzyskiego dla młodzieży i dorosłych, sesje dla narzeczonych „Pierwszy taniec”. Dzieci i młodzież mogą dołączyć do zespołów trenujących taniec disco, hip-hop i nowoczesny. Z nowości oferujemy zajęcia rytmiczne dla dzieci od 3 lat, zajęcia wokalo-taneczne dla 6-latków oraz aerodance dla dorosłych.* Ponadto działać będzie kółko plastyczne, klub szachowy i klub seniora „Złoty Liść”. Dla tych, którzy będą chcieli zdobyć nowe umiejętności gry na gitarze lub pianinie, przygotowano zostały zajęcia z nauki gry właśnie na tych instrumentach. Młodzież może dołączyć do grupy teatralnej „Akt 7”. W przyszłych 6-osobowych grupach dzieci i dorośli będą mogli szlifować znajomość języka angielskiego. Oferta jest bardzo bogata i jest w czym wybierać. Zapisy na wszystkie zajęcia już się rozpoczęły. Dodatkowo w przestrzeni galerijnej planowane jest organizowanie systematycznie wystaw. (ea)



**PROPOZYCJE  
NA SEZON  
2022/23**

**Zapisz się już teraz!**  
[sdksem@sem.zgierz.com.pl](mailto:sdksem@sem.zgierz.com.pl)  
 tel. 42 716 35 65 w.21  
 lub: 500 349 953



**ZGIERSKA SPÓŁDZIELNIA MIESZKANIOWA**  
 95-100 Zgierz, ul. Parzęczewska 21  
**Spółdzielczy Dom Kultury „SEM”**

**TANIEC**

- Kurs tańca towarzyskiego – młodzież powyżej 14 lat i dorośli
- Sesje dla narzeczonych – „pierwszy taniec”
- Zajęcia taneczne – ruchowe dla dorosłych
- Zajęcia wokalo – taneczne dla dzieci od lat 6
- Zajęcia rytmiczne dla dzieci od lat 3

**ZESPOŁY**

- DISCO: „Iskierki” od lat 5, „CODEX” od lat 8
- HIP-HOP: „Małe K2” od lat 8, „K2 Junior” od lat 12, „K2 Kadra” powyżej 15 lat
- „MODERN”, „Show Dance Fantazja” – od lat 8

**ZNIŻKI DLA CZŁONKÓW ZSM**

**INNE ZAJĘCIA**

- Kurs języka angielskiego:
  - dla dzieci (5-6 osobowe przyjazne grupy)
  - dla dorosłych, o różnym stopniu zaawansowania
- Kółko plastyczne – dzieci od lat 6
- Klub szachowy – dzieci od lat 6 i młodzież
- Grupa teatralna „AKT 7” – młodzież
- Klub Seniora „ZŁOTY LIŚĆ”
- Nauka gry na instrumentach (gitarra, pianino) – dzieci, młodzież

**SDK „SEM” STWARZA MOŻLIWOŚĆ WYJAZDÓW ZESPOŁÓW NA FESTIWALE KRAJOWE I ZAGRANICZNE**



Na czasie

## Bon turystyczny – ostatni dzwonek!

Bon turystyczny można wykorzystać tylko do końca września 2022 r. Uprawnionymi osobami do otrzymania rządowego wsparcia na wypoczynek, wycieczki i wakacyjny wyjazd są dzieci do 18. roku życia, którym przysługuje 500 zł, a w przypadku dzieci z orzeczeniem o niepełnosprawności 1000 zł. Otrzymują je rodzice, którzy mieli prawo do świadczenia wychowawczego „500 +” w momencie wejścia w życie przepisów o bonie, a także, jeśli nabyli do niego prawo między 19 lipca 2020 r. a 31 grudnia 2021 r. Bonem można zapłacić w 28 000 miejsc. Możliwe jest uregulowanie rachunku za usługi hotelarskie oraz imprezy turystyczne na terenie całej Polski. Bon turystyczny miał wesprzeć branżę turystyczną w trudnym okresie pandemii. Szacowano, że realizacja programu może kosztować około 4,5 miliarda zł, tymczasem kwota płatności bonem na koniec lipca 2022 r. przekroczyła 2,6 miliarda zł. Z puli 4,4 milionów zł dotychczas aktywowanych zostało 3,7 mln bonów. Ci, którzy jeszcze nie skorzystali z bonu warto, aby zapoznali się z ofertą

HTTPS://BONTURYSTYCZNY.POLSKA.TRAVEL

**BON  
TURYSTYCZNY**

**Polska**

POLSKA  
ORGANIZACJA  
TURYSTYCZNA

### Szanowni Państwo,

W związku ze zwiększającą się liczbą wniosków o ustalenie prawa do Polskiego Bonu Turystycznego dotyczących dzieci urodzonych w 2022 roku informujemy, że bon przysługuje osobom, którym przyznano prawo do świadczenia wychowawczego 500+ lub dodatku wychowawczego do dnia 31 grudnia



Spis podmiotów, w których można zapłacić bonem turystycznym - jest dostępny na stronie internetowej obsługiwanej przez Polską Organizację Turystyczną [bonturystyczny.polska.travel](https://bonturystyczny.polska.travel)

w najbliższej okolicy, bo można wraz z dzieckiem wybrać się do Aquaparku Fala w Łodzi albo Parku Rozrywki Mandoria. Ciekawe wycieczki oferują również biura turystyczne z Warszawy, które proponują kilka atrakcji w stolicy, jak choćby lot widokowy awionet-

ką lub rejs po Wiśle na pokładzie katamaranu. Jak informuje Grzegorz Dyjak z biura prasowego ZUS wartość bonów, które nie zostały jeszcze aktywowane, opiewa na 506 mln zł. Jednak na razie nic nie wskazuje na to, by program miał być przedłużony. (ea)



# Aparaty z belle époque

Tym artykułem rozpoczynamy nowy cykl dla miłośników historii naszego regionu, chociaż pisać będziemy nie tylko o tym, co po sąsiedzku. Przybliżymy naszym czytelnikom najciekawsze zabytki Muzeum Miasta Zgierza, opowiemy o ciekawostkach, podamy informacje, które zaintrygują nawet najwybredniejszych koneserów.

## MACIEJ RUBACHA



Wielkie drewniane pudło, masywny trójnóg, fotograf chowający się pod pelerynką i ostry błysk zapalanej magnezji – oto najkrótszy opis obrazu kojarzącego się z XIX-wieczną fotografią. Zgierskie muzeum

przechowuje dwa stare aparaty, prawdziwe cacka, w dobrym stanie. Jeden z nich sygnowany jest tabliczką znamionową firmy Emil Wunsche Reick Dresden. Cały posiadany zbiór sprzętów fotograficznych to jednak nie tylko aparaty. W Domu pod Lwami znajduje się również ... 12 obiektywów, w tym część oznakowana tak znanymi markami optycznymi, jak Carl Zeiss. Jest też 15 kaset na płytki szklane i błonę fotograficzną.

Na przełomie wieków cały ten sprzęt służył do pracy łódzkiemu fotografowi nazwiskiem Siminiak. Był on spowinowacony z jedną ze zgierskich rodzin, dzięki której dzisiejsze zabytki trafiły w ręce naszego darczyńcy. Aparaty i obiektywy przeleżały spokojnie długie lata w pudełkach w jednej ze zgierskich piwnic, by w końcu trafić w godne dla siebie miejsce.

## Miechowe początki

Kamera podróżna reisekamera (fr. chambre de voyage), bo tak nazywano na przełomie XIX i XX w. aparat wielkoformatowy był jednym z pierwszych typów aparatów – miechowym. Na aparat składały się: drewniana obudowa ze statywem, składany obiektyw oraz tabliczki do wykonywania zdjęć. W początkowym okresie używano także przenośnego namiotu. Aparaty tego typu należały do podgrupy aparatów polowych. Powstawały po 1860 r. w centralnej Europie, głównie na terenie Niemiec, gdzie udoskonalano kolejne modele. Szczyt ich popularności przypada na lata 1895-1914. Ważnymi ośrodkami produkcji były: Görlitz, Drezno, Wiedeń oraz francusko-niemiecki region Alzacji. Stosowane były aż do połowy XX w. Z całkowitego użycia wyszły w latach 70. XX wieku, kiedy to używano ich jeszcze przy wykonywaniu zdjęć szkolnych.

## Zabytkowe logo i no logo

Pierwszy z aparatów fotograficznych znajdujących się w muzeum to miechowe, wielkoformatowe urządzenie firmy Emil Wunsche Reick Dresden o wysokości 25 cm, szerokości 22 cm, głębokości 8 cm (po rozsunięciu miecha na maksymalną odległość wynosi aż



31,5 cm). W jego konstrukcji występuje elastyczny mieszek w postaci harmonijki łączącej obudowę obiektywu z korpusem aparatu. Do rozłożenia miecha zastosowane są metalowe prowadnice zamontowane na tylnej ścianie skrzynki transportowej, którą trzeba otworzyć, żeby uruchomić reisekamerę. Ma również wymienny obiektyw, który wsuwany jest w przednią ścianę na cienkiej drewnianej płytce. Nad obiektywem znajduje się niewielka tabliczka znakowana z napisem: Emil Wunsche Reick-Dresden Leipzig-Berlin-Frankfurt A/M, Breslau, Munchen, Bodendach. Po złożeniu aparat zamienia się w niewielką, drewnianą skrzyneczkę.

Zatrzymajmy się na moment przy produkcji aparatu. W 1887 r. Emil Wunsche otworzył sklep z artykułami fotograficznymi, przy którym działała niewielka wytwórnia. Po kilku latach działalności w 1896 r. przedsięwzięcie uruchomił dużą fabrykę aparatów w Reick koło Drezna. Produkowała ona aparaty Afpi, Ada, Bosco czy Reick, a także nowoczesny aparat Mars Detectiv. W 1902 r. Emil Wunsche popełnił samobójstwo, jednak założona przez niego wytwórnia funkcjonowała dalej pod kierownictwem Louisa Langga. Parę lat później, w 1909 r., ze względu na silną konkurencję w branży Lang zgodził się na włączenie firmy do spółki ICA (Internationale Camera Aktiengesellschaft).

Drugi aparat fotograficzny z Muzeum Miasta Zgierza pochodzi dla odmiany z zupełnie nieznanej wytwórni, ma jednak podobne wymiary i konstrukcję. Miech rozkładany jest bez prowadnic. Po rozłożeniu należy zaczepić mosiężne wypustki w otworach w tylnej klapie aparatu, która po rozłożeniu stanowi jego spód.

Obydwa urządzenia w okresie swojej świetności przeznaczone były dla specjali-

stów do wykonywania portretów, zdjęć architektury oraz różnego typu dokumentacji poza studium fotografa, najczęściej w domach, ogrodach, muzeach. Zdjęcia, które powstawały, trafiały najpierw na szklane płyty pokryte odczynnikami chemicznymi. W początkach fotografii szklana płyta była najpierw „mokra”. Fotograf musiał ją przygotować na miejscu, czyli odpowiednio rozprowadzić emulsję fotograficzną na szkle w momencie użycia. Dopiero później pojawiły się „suche” płytki, najpierw pokryte kolodionem, czyli roztworem nitrocelulozy, m.in. eterem i acetonem. W XIX w. Richard Leach Maddox stworzył tak zwane suche płytki z „bromkiem żelatyny i srebra”, które znacząco ułatwiły fotografowanie, bo negatywy były przygotowane wcześniej. A to przyspieszyło cały proces.

## Od braci Lumière do cyfry

Kolejnym krokiem było wynalezienie w 1881 r. przez braci Auguste i Louis Lumière nowej techniki fotografowania na suchych płytach nazywanych etiquettes bleues („niebieskimi etykietami”). Szybko zyskały one znaczną popularność i wysoką sprzedaż. Prawdopodobnie dlatego Claude-Antoine Lumière zakupił nieczynną fabrykę kapeluszy, gdzie otworzył fabrykę wynalezionych przez syna płyt, które sprzedawały się od lat 90. XIX wieku do około 1950 r.

Potem przyszły czasy cienkich błon fotograficznych na bazie celulozoidu, czyli tak zwane filmy małoobrazkowe, które z pewnością pamięta wielu czytelników. To była kolejna rewolucja w fotografii. Dodajmy, że obydwa aparaty ze zgierskiego muzeum posiadają ramki do obu typów negatywów. Dziś, w dobie fotografii cyfrowej, z aparatów analogowych korzystają już tylko nieliczni koneserzy. ●



# Niewypowiedziana agresja

Działo się w Zgierzu to cykl artykułów historycznych, które przybliżają wydarzenia, postaci i miejsca z dziejów naszego miasta. Dzięki nim odbywamy podróże w czasie: dalsze i całkiem bliskie. Pokazujemy, jak złożona i interesująca jest historia naszego Zgierza.

## MACIEJ RUBACHA



Spadające bomby, wystrzały, terror i strach – to realia, które dotknęły nas 83 lata temu, ale wydaje się, że w tym roku są one o wiele żywsze niż jeszcze przed rokiem. Wszystko przez to, co wydarzyło się w lutym tego

roku w sąsiedniej Ukrainie.

Polacy nieco ponad osiem dekad od pierwszego wystrzału wciąż dobrze pamiętają o bohaterach i ofiarach II wojny światowej. Każdego roku wspominamy te trudne dla naszych rodziców, dziadków i pradiadków chwile, które stały się początkiem trwającego niemal 6 lat piekła. Wydaje się, że dziś znacznie lepiej rozumiemy ten okres naszej historii, wydarzenia bowiem podobne do tych sprzed lat, materializują się na naszych oczach w walce naszych wschodnich sąsiadów z podstępny agresorem. Warto w tym kontekście przypomnieć, jak te kilka pierwszych dni wojny wyglądało w Zgierzu.

We wrześniu 1939 r. zgrozę wojny i niebezpieczeństwo zgierzanom uświadomiło pierwsze bombardowanie miasta przeprowadzone przez samoloty Luftwaffe. Miało ono miejsce już w trzecim dniu wojny. Bomby zniszczyły wówczas kościół ewangelicki, budynek sądu oraz kilka domów mieszkalnych. Ponadto uszkodzone zostały tory i bocznicza na stacji kolejowej oraz mur wokół kościoła św. Katarzyny. Nadlatujące samoloty i huk wybuchów wprawił ludzi w popłoch. Wiele mieszkańców zdecydowało się na ucieczkę i ruszyło szosą strykowskią na wschód, w stronę Warszawy.

Po ewakuowaniu się urzędników oraz policji, w mieście władzę sprawował prezydent Jan Świercz. Włodarz, jak opowiadali starsi zgierzanie, osobiście doglądał opieki nad rannymi w szpitalu PCK przy ul. Dąbrowskiego 31.

5 września nad Zgierz ponownie nadleciały bombowce. W czasie tego nalotu zniszczona została kamienica przed wojną zajmowana przez rodzinę Krusche, stojąca u zbiegu dzisiejszych ulic Długiej i ks. Popiełuszki. Wrogie bomby trafiły również obie stacje kolejowe. Poległo tam dwóch harcerzy, którzy pełnili służbę wartowniczą. Oprócz obiektów publicznych łącznie w obu bombardowaniach uszkodzonych zostało około 15 domów mieszkalnych oraz sieć elektryczna i telefoniczna.

Stacjonujący jeszcze do końca sierpnia w naszym mieście 10 Batalion Pancerny

MUZEUM MIASTA ZGIERZA



Niemieckie oddziały wkraczające do Zgierza



Zniszczony kościół ewangelicki w Zgierzu



Żołnierze zgierskiego 10 Batalionu Pancernego w przededniu II wojny światowej

już w pierwszych godzinach wojny ruszył na swoje pozycje na południowy zachód od miasta, by tam toczyć walkę z agresorem.

Wspomnijmy, że w rejonie Zgierza działały trzy duże oddziały polskiej piechoty 10 Dywizji Piechoty. 28 Pułk Strzelców Kaniowskich stacjonował w lesie lućmierskim, 30 Pułk Strzelców Kaniowskich w lesie chełmskim, a 31 Pułk Strzelców Kaniowskich w Łagiewnikach. Niestety, kiedy w okolicy pojawiły się niemieckie oddziały zwiadowców, dowódcy tych jednostek obawiając się rozbicia swoich oddziałów, nakazali odwrót w kierunku Warszawy przez Stryków i Głowno. Jedynie niewielka liczba żołnierzy miała zostawić Zgierz. W czasie odwrotu 28 Pułk Strzelców Kaniowskich musiał przebić się przez pozycje pododdziałów zmotoryzowanych Wehrmachtu, które przecięły ich drogę pod Kęblinami, nocą z 7 na 8 września. Polacy w nocnej potyczce ponieśli duże straty, ale udało im się przedostać na wschód.

Niemcy do Zgierza weszli 8 września przed południem. Zmotoryzowana kolum-

na Wehrmachtu wjechała na obecny plac Jana Pawła II od strony Konstantynowa, a niemieccy żołnierze zajęli ratusz. Były to czołowe oddziały rozpoznawcze niemieckiej 10 Dywizji Piechoty należącej do 8 Armii generała Blazkowitza. Zgierz nie poddał się bez walki. Z przeważającymi siłami III Rzeszy walczyli żołnierze z kilku posterunków pozostawionych w mieście przez polskie dowództwo. Mimo bohaterstwa polskiej postawy obrońców, ich siły w żaden sposób nie mogły zatrzymać nacierającego nieprzyjaciela. W walkach w Zgierzu poległo 27 polskich żołnierzy, 1 oficer i 5 cywilów. Jednak niemiecki okupant już od pierwszych dni pastwił się również nad ludnością cywilną. Ofiary tego bestialstwa można liczyć w dziesiątkach osób. Dzień po zajęciu naszego miasta rozpoczął się kontratak Wojska Polskiego. Ten, mimo że zaskoczył Niemców i zatrzymał ich na jakiś czas w drodze do Warszawy, nie był w stanie zmienić losów naszego miasta i całej kampanii wrześniowej.



DR KAZIMIERZ KUBIAK



Pomińmy może średnio-wieczny okres organizacji cechowych, które trudno nazwać dobrowolnymi zrzeszeniami. Warto jednak wspomnieć, że w Poznaniu już w 1253 r. istniał cech krojczych, a w 1344 r. cech poznańskich tkaczy. Wiadomo, że wszelkie formy rzemiosła pozytywnie wpływały na powstawanie i rozwój polskich miast. Niestety, brakowało wolnej siły roboczej. Szlachta nie życzyła sobie reform zmierzających do zniesienia pańszczyzny, uwalniającej ręce do pracy w manufakturach. Okres rozbiorów Polski negatywnie wpłynął na gospodarkę i rozwój polskiej myśli technicznej. Decyzje kongresu wiedeńskiego w 1815 r. spowodowały, że uprzemysłowienie w powstałym Królestwie Polskim gwałtownie zmalało, uprzemysłowione departamenty (poznański i bydgoski) znalazły się poza granicami kraju. Polska została odcięta od dostaw tkanin wełnianych i lnianych. Władze Województwa Mazowieckiego podjęły działania, które doprowadziły do zawarcia w 1820 r. „Umowy zgierskiej” tworzącej warunki do osiedlania się zagranicznych przedsiębiorców włókienniczych w Zgierz i Łodzi. Rozwój włókiennictwa wymagał jednak odpowiednich kadr, ale przybyszający z ówczesnych Prus czy Anglii przedsiębiorcy, nie byli zainteresowani powierzaniem funkcji kierowniczych Polakom, mimo że ci dysponowali on wiedzą popartą odpowiednimi dyplomami. Wykształceni polscy inżynierowie podjęli obronę swoich praw poprzez or-

# Sto lat Stowarzyszenia Włókienników Polskich

W tym roku Stowarzyszenie Włókienników Polskich obchodzi stulecie swojej działalności. Może powstać pytanie, czy to znaczy, że przed 1922 r. polscy włókiennicy nie tworzyli swoich organizacji?

ganizowanie się w różnego rodzaju stowarzyszeniach. W ten sposób w 1835 r. w Paryżu założono Towarzystwo Polskie Politechniczne promujące dorobek polskich inżynierów. Z kolei Warszawski Oddział Towarzystwa Popierania Rosyjskiego Przemysłu i Handlu (1880–1905) niewiele miał wspólnego z faktycznym popieraniem rosyjskiego przemysłu. W gronie członków zrzeszenia prowadzono odczyty, wydawano książki i czasopisma w języku polskim, tworząc podstawy do tworzenia stowarzyszeń technicznych. W Łódzkim Oddziale Towarzystwa działała sekcja techniczna, w której pracach uczestniczyli przędzalnicy, tkacze i farbiarze przędzy i tkanin. Na bazie sekcji powstało później Łódzkie Stowarzyszenie Techników, które działało do 1939 r. Również aktywnie działały inne organizacje, jak np. Stowarzyszenie Inżynierów i Techników Ziemi Radomskiej (1918–1939) czy Stowarzyszenie Techników Polskich w Toruniu (1919–1939). W roku 1922 powołano do życia Związek Zawodowy Techników Przemysłu Włókienniczego i Zawodów Pokrewnych w Państwie Polskim z siedzibą w Łodzi. Również w Łodzi 23

lutego 1945 r. powołano Ogólnopolskie Towarzystwo Techniczne z Sekcją Włókienniczą, które włączyło się w proces tworzenia podstaw Naczelnej Organizacji Technicznej. Nieco później, w kwietniu 1946 r. powstało Stowarzyszenie Inżynierów i Techników Przemysłu Włókienniczego, którego celem było odbudowanie przemysłu włókienniczego, odzieżowego i skórzanego ze zniszczeń wojennych. W 1962 r. organizacja przyjęła nazwę Stowarzyszenia Włókienników Polskich.

Warto podkreślić, że historia inżynierów i techników włókiennictwa jest bogata w przykłady organizacji życia zawodowego i działalności patriotycznej polskiej inteligencji technicznej. Z okazji okrągłej rocznicy życzyć Stowarzyszeniu Włókienników Polskich dalszych stu lat sukcesów i aktywności na rzecz rozwoju przemysłu włókienniczego. ●

Wykorzystano: „Przemysł włókienniczy na ziemiach polskich” K. Bajer (1958) oraz „Stowarzyszenie inżynierów i techników przemysłu włókienniczego (1962)

## Narodowe Czytanie

# Wspólnie czytaliśmy „Ballady i romanse”

Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. Bolesława Prusa w Zgierzach była jedną z 5 tysięcy instytucji w Polsce, która włączyła się do tegorocznej, jedenastej edycji Narodowego Czytania. Tym razem postawiono na lekturę wydaną 200 lat temu – „Ballady i romanse” Adama Mickiewicza.

Zgierska odsłona wydarzenia tradycyjnie odbyła się na dziedzińcu Parku Kulturowego Miasto Tkaczy, gdzie pojawili się przedstawiciele instytucji kulturalnych i edukacyjnych, a także aktywni mieszkańcy miasta, którzy do akcji włączają się każdego roku – niektórzy jako czytający, inni w roli słuchaczy. Na scenie oprócz osób prezentujących teksty wieszcza, uczestnicy mogli wysłuchać koncertu skrzypaczki Marty Bednarek, zobaczyć inscenizację przygotowane przez uczniów Szkoły Podstawowej nr 6, a także wysłuchać występu śpiewającej i grającej na bandurze Ukrainki Antoniny Tesli. Przy okazji rozdano również nagrody laureatom towarzyszącemu Narodowemu Czytaniu



Wiersze Adama Mickiewicza prezentowały aż 33 osoby, m. in. Laura Milczarek, która przeczytała „Do Laury” i Elżbieta Gorzka-Kmieć, która zmierzyła się z utworem „Sen”

konkursu plastycznego. A wszystko odbywało się w romantycznej, przepięknej kwiatach scenerii z ławeczkami, latarenkami

i małą fontanną ogrodową. To z pewnością była przyjemnie spędzona pierwsza sobota września. (mz)



## „Paka dla uczniaka”, czyli akcja na rzecz zdolnej i aktywnej młodzieży

**D**wunasta edycja akcji „Paka dla uczniaka” zorganizowana przez Stowarzyszenie EZG już za nami. Wszystko odbyło się w ostatni weekend wakacji na Malince.

Podobnie jak w poprzednim roku, tak i w tym zawodnicy zagrali w siatkówkę na sportowych obiektach zgierskiej Malinki, gdzie po zaciętej walce wygrał zespół „Trzy sety”. I był to główny, ale nie jedyny punkt wydarzenia. Ścisła współpraca z Muzeum Miasta Zgierza zaowocowała dodatkowymi atrakcjami – była to między innymi zabawa w małych archeologów, ale

również warsztaty modelarskie, malowanie twarzy przez laureatkę konkursu „Zgierz ma talent” Karolinę Dębowską i występy artystyczne młodych zgierskich wokalistek. Wszystkim działaniom towarzyszyła zbiórka pieniędzy, z której dochód będzie przeznaczony na działania wspierające i rozwijające młodzież. W wydarzeniu brał udział Klub Aktywnej Młodzieży EZG, a organizacyjnie wsparciem służyły zgierskie instytucje: MOSiR i MOK Stary Młyn. – *Podczas imprezy na Malince zebraliśmy około 1500 zł. Nadal można dołączyć się do akcji wspierania młodych, utalen-*

*owanych i uzdolnionych zgierzan poprzez wpłaty na konto bankowe Stowarzyszenia EZG – zachęca Adrian Skoczylas, prezes organizacji. – Utworzony w ten sposób fundusz przeznaczymy na ogólniejsze działania wspierające osoby chcące rozwijać się naukowo, artystycznie, czy w zakresie aktywności na rzecz społeczności lokalnej – dodaje. Organizacja od lat stara się wyszukiwać, aktywizować i wspierać utalentowanych młodych ludzi poprzez działania projektowe, konkursy czy akcje. Tegoroczną zbiórkę EZG będzie prowadzić do końca roku 2022.* (mz)



Akcji „Paka dla uczniaka” zawsze towarzyszą atrakcje wywołujące wśród uczestników mnóstwo radości

Dla ucha i ducha

## Przegląd teatralny „Słodkobłękitny” w Starym Młynie

R E K L A M A



[www.bszgierz.pl](http://www.bszgierz.pl)



Tomasz Jakubiak poleca



**T**egoroczne Zgierskie Spotkania Małych Teatrów „Słodkobłękitny” po raz pierwszy odbędą się w nowym miejscu w Starym Młynie. Do udziału w festiwalu zaproszono uczestników poprzednich edycji, którzy zaprezentują swoje ostatnie dokonania sceniczne. Wyjątkowo w tym roku nie będzie konkursu teatralnego, jednak organizatorzy zapewniają, że podczas imprezy nie zabraknie sytuacji artystycznych skłaniających do refleksji i przeżywania wielu emocji. – „Słodkobłękitny” to festiwal z tradycją i mamy jako organizatorzy duże nadzieje, że w nowym miejscu uda się tę tradycję kontynuować i tworzyć nowe, fantastyczne wspomnienia dla odbiorców teatru niezależnego – mówi Anna Perek-Kowalska, kierowniczka artystyczna imprezy. – W tym roku, wyjątkowo, festiwal będzie miał formułę przeglądu, a nie konkursu, ale z pewnością powrócimy do konkursowych zmagani w kolejnych edycjach. Tym razem chcemy się skupić na oswajaniu nowych przestrzeni, sprawdzeniu dostępnych możliwości. Nie zabraknie jednak świetnych spektakli, dyskusji i części warsztatowej. Jedno jest pewne – nie ustajemy w poszukiwaniach i bardzo chcemy do tych teatralnych eksploracji włączyć coraz większe grono odbiorców – dodaje.

Na dwóch scenach w Starym Młynie (oprócz tej na sali widowiskowej zbudowana będzie scena w sali baletowej) zobaczymy Magdalenę Bochan-Jachimek z Gdyni, Karola Barckiego z Poznania, Teatr Wojtki Kowalskiego z Częstochowy, Teatr Rajstopy z Elbląga i Szklarnię z Łodzi. W programie zaplanowano spotkania z twórcami, a także warsztaty teatralne. Dodatkowo w liceum im. Staszcza odbędzie się specjalny pokaz Teatru Fundacja Banina, skierowany do tamtejszej młodzieży. Wstęp na wszystkie wydarzenia w ramach „Słodkobłękitów”, które odbędą się w dniach 23-24 września będzie bezpłatny, a szczegółowy program przeglądu znajduje się na stronach internetowych organizatora. (mz)



Magdalena Bochan-Jachimek od kilku lat z powodzeniem uczestniczy w słodkobłękitnych konkursach. W tym roku wystąpi jako gość z monodramem „Nigdy dość”



# Blżej nieba.

## Himalaista Marek Olczak

O zgierzaniu zdobywającym najwyższe szczyty świata pisaliśmy już przy okazji jego wyprawy na ośmiotysięcznik Manaslu. Na przełomie czerwca i lipca Marek Olczak podjął próbę wejścia na Nanga Parbat. Góra usytuowana na zachodnim skraju Himalajów okazała się wielkim wyzwaniem.

**JAKUB NIEDZIELA**



Zacznijmy jednak na mniejszych wysokościach. Nie wielu biegających w okresie wakacyjnym po zgierskim parku zdawało sobie sprawę, że jednym z „wyciskających kilometry” wokół stawu jest człowiek, który

dopiero wrócił z wyprawy na dziewiąty w klasyfikacji wysokości szczyt świata. I to w stylu sportowym – bez butli z tlenem oraz wsparcia tragarzy. Marek Olczak urodził się i wychował w naszym mieście, tu zaczynał edukację (Szkoła Podstawowa nr 5, liceum im. Staszcza), tu wciąż żyje jego rodzina. A jednym z przedmiotów zabranych w Himalaje, oprócz namiotów czy liofilizowanej żywności, była flaga Zgierza. Ambasador miasta na wysokościach...

### Pakistan po raz pierwszy

Wyprawy na Nanga Parbat (8216 metrów n.p.m) są trudne nie tylko pod względem fizycznym, ale i organizacyjnym. Pan Marek musiał poczekać na właściwy moment po pandemii (Polska trafiła w pewnym okresie na czarną listę Pakistanu z powodu skali zachorowań), konieczne było też zdobycie specjalnej wizy górskiej uprawniającej do wyprawy w Himalaje. Doszło też kolejne wyzwanie – zgierzanie rozpoczynał swoją wędrówkę na ośmiotysięcznik w pojedynkę. – *Trudno było znaleźć współtowarzysza podróży. Nanga Parbat jest górą trudną, ze stromymi ścianami i dużymi odległościami między obozami. Trasy są tu też słabiej przygotowane, bo Pakistan nie jest tak turystycznie rozwiniętym krajem, jak na przykład Nepal* – opowiada Marek Olczak. – *Dodatkowo wchodzę zawsze bez pomocy Szerpów i bez używania tlenu, niewiele jest osób przygotowanych na takie działania.*

Po przylocie do Pakistanu okazało się, że panują tam rzadko spotykane upały, temperatura dochodziła do 40 stopni. Oglądając zdjęcia zaśnieżonych gór, można ulec wrażeniu, że ciepło nie ma większego wpływu na wspinaczkę – niesłusznie. Już podczas pobytu

pod Nanga Parbat okazało się, że zbyt miękki śnieg często nie trzymał szabli śnieżnych podtrzymujących liny poręczowe. Poza tym ze skał wytapiały się kamienie. Himalaiści byli narażeni na „deszcze” odłamków, wychodzili więc najczęściej nocą, gdy temperatury były niższe.

### Kopanie śniegu

Zanim nastąpiło wyjście w góry, zgierzanie spędził wiele dni w bazie. Podpatrywał życie tubylców – pasterzy, rolników, tragarzy. Ludzi nieufnych i żyjących w bardzo skromnych warunkach: chatkach, szałasach. W obozie himalaistów u podnóża góry prze-

miot, przygotowany w jednym z obozów, pół dnia musiał poświęcić na jego odkopanie. Śmieje się, że drażnienie mokrego śniegu niewiele różniło się od kopania rowów...

### Atak na szczyt

Himalaiści atakujący Nanga Parbat spotykają się w kolejnych obozach usytuowanych coraz bliżej szczytu. W jednym z nich zgierzanie natknął się na Pawła Michalskiego, znajomego z Łódzkiego Klubu Wysokogórskiego, który na ośmiotysięcznik wspiął się w teamie z Rumunem Alexem Gavanem. Wkrótce Polacy stali się jedną drużyną, ponieważ Alex musiał zrezygnować

z wyprawy z powodu złego stanu zdrowia. Okresy lepszej pogody podróżnicy wykorzystywali na wejścia aklimatyzacyjne pozwalające przystosować się do coraz bardziej rozrzedzonego powietrza. Około 6 lipca Marek Olczak z nowym towarzyszem podróży rozpoczęli atak na szczyt. Byli pierwsi tego dnia na szlaku, więc musieli torować sobie drogę w śniegu. Przejście z drugiego obozu do trzeciego, najwyżej położonego, nie sprawiło Polakom większych trudności. Gdy szykowali się do pokonania ostatnich kilkuset metrów wysokości, otrzymali wiadomość od Szerpów, że nie ma sprzyjających

warunków do wejścia na wierzchołek Nanga Parbat. – *Paradoksalnie droga z obozu trzeciego na szczyt jest technicznie łatwiejsza niż trasa, którą przebyliśmy między obozami, wcześniej trafialiśmy na 50-70 stopni nachylenia* – mówi pan Marek. – *Jednak Szerpowie twierdzili, że nie dało się założyć tam poręczy, że oblodzenie jest zbyt duże.*

Dodatkowo niespodziewane opady śniegu ograniczyły widoczność tego dnia. Marek Olczak z towarzyszem podróży zrezygnowali z wejścia na szczyt, choć z perspektywy czasu mają coraz więcej wątpliwości, czy rdzenni przewodnicy właściwie opisali sytuację. Pozostali zgierzanie bezcenne doświadczenia: obecność na ponad siedmiu tysiącach metrów, nauka samodzielności na pierwszym etapie podróży, poznanie nowego kraju i jego mieszkańców. Kolejna wyprawa naszego himalaisty już w planach...



bywała również obowiązkowa eskorta policji, były to echa zamachu terrorystycznego przeprowadzonego na zagranicznych turystów w 2013 r.

Niemniej dziewiąty co do wysokości szczyt świata wciąż przyciąga wspinaczy. Na przełomie czerwca i lipca pod Nanga Parbat znalazło się wielu utytułowanych podróżników, m.in. Brytyjka Adriana Brownlee (stara się zdobyć Koronę Himalajów, czyli wszystkie czternaście ośmiotysięczników, jako najmłodsza himalaistka) czy Norweżka Kristin Harila (chce zdobyć Koronę Himalajów w czasie krótszym niż pół roku). Obliczone na nowe rekordy wyprawy to oczywiście wejścia stricte komercyjne: z tlenem i obsługą zajmującą się noszeniem bagaży i rozbijaniem namiotów. Dla porównania, gdy podczas niespodziewanych obfitych opadów śniegu panu Markowi zasypało na-



# Nowy rok szkolny z pedagogiem specjalnym i elementami przysposobienia obronnego

**O**statnia nowelizacja Karty Nauczyciela wprowadziła do szkół nowe stanowisko: pedagoga specjalnego. – *Taki nauczyciel musi mieć specjalne kwalifikacje* – mówi Marek Lipiec, Naczelnik Wydziału Edukacji i Młodzieży Urzędu Miasta Zgierza. – *Zmiana ma na celu zapewnienie dzieciom i młodzieży w przedszkolach i szkołach dodatkowej pomocy psychologiczno-pedagogicznej.*

Dotychczas kwalifikacje z zakresu pedagogiki specjalnej były wymagane tylko od nauczycieli przedszkoli i szkół specjalnych. Od nowego roku szkolnego specjaliści mają pracować we wszystkich szkołach, prowadząc zajęcia specjalistyczne bezpośrednio z uczniami. Będą także udzielać porad i konsultacji rodzicom uczniów. Ich zadaniem będzie ponadto wspieranie innych nauczycieli.

Epidemia i związany z nią reżim sanitarny, zwłaszcza aspekt izolacji społecznej,

doprowadziły do znaczącego osłabienia kondycji psychicznej uczniów. Stąd wziął się pomysł na zmianę, która zwiększy dostępność do pomocy oraz podniesie jakość wsparcia udzielanego dzieciom i młodzieży w procesie kształcenia, wychowania i opieki.

Dodatkową zmianą obowiązującą od nowego roku będzie nauka elementów przysposobienia obronnego w szkołach podstawowych i ponadpodstawowych. – *Zapoznanie się z bronią palną, nauka strzelania czy szkolenie z pierwszej pomocy odbywać się mają w klasach ósmej szkoły podstawowej oraz pierwszej klasy szkoły ponadpodstawowej w ramach przedmiotu edukacja dla bezpieczeństwa* – informuje Marek Lipiec. – *Uczniowie mieliby zapoznać się z wiedzą z terenoznawstwa, cyberbezpieczeństwa oraz bezpiecznego obchodzenia się z bronią. Zajęcia odbywałyby się także na strzelnicach.* (ea)



Wciąż wyzwaniem dla polskich szkół będzie zapewnienie odpowiedniej edukacji dzieciom z Ukrainy

## Styl życia

# Najsilniejsi. Zawody w zgierskim parku

**J**uż po raz szósty odbył się w naszym mieście turniej Pucharu Polski Strong Man (21.08.2022). Organizatorzy z dumą podkreślają, że Zgierz wyróżnia się cyklicznością takich imprez na tle innych miejscowości województwa. Co tak przyciąga najsilniejszych ludzi w Polsce? Na pewno zaangażowanie pomysłodawcy imprezy, wielokrotnego uczestnika zmagani, a teraz sędziego zawodów Przemka Ciechanowskiego. Także niezwykła atmosfera turnieju – kolejne edycje gromadzą coraz większą liczbę widzów. Miłośnicy sportów siłowych mają swoich idoli niemal na wyciągnięcie ręki. Stojący najbliżej barierki widzą pot spływający po siłaczach, podczas gdy do zawodników dociera ogłuszający doping.

Dobrym pomysłem jest urozmaicanie współzawodnictwa. Edycja 2022 to m.in. niewidziane wcześniej w Zgierzu przeciąganie tira. Oprócz tego Strongmani rywalizowali w kategoriach: spacer farmera z walizami 150 kg, uchwyt Herkulesa z autem, zegar z ciężarem wolnym, wyciskanie szkodliwej belki czy spacer buszmena z yokiem 350 kg. Sierpniowe zawody wygrał Tomasz Lademann, kolejne miejsca zajęli: Mariusz Dorawa, Krzysztof Kacnerski, Jakub Szczechowski i Paweł Piskorz. Turnieju nie ukończył z powodu kontuzji kciuka Mateusz



Wrześniński. Jednak, jak na prawdziwego siłacza przystało, już tydzień później wystąpił na kolejnych zawodach.

Niewątpliwą atrakcją tegorocznej edycji był najsłynniejszy polski „mocarz” Mariusz Pudzianowski, jeden z sędziów turnieju. Tradycyjnie organizatorzy pomyśleli o włączeniu do zabawy zgierzan zgromadzonych w parku miejskim. – *Zaproponowaliśmy cztery konkurencje dla publiczności, w tym dodatkowo zabawy dla dzieci* – opowiada Przemek

Ciechanowski, pomysłodawca imprezy. – *Staraliśmy się, aby jak największa liczba osób brała w nich udział. Dzieciom do lat ośmiu zaproponowaliśmy przetaczanie opony, starsze nosili pięciokilowe walizki. Dla każdego znalazła się nagroda.*

Turniej prowadził Piotr Woltman, oprawę muzyczną zapewnił DJ Tarcza. Puchar Polski Strong Man odbył się pod patronatem Prezydenta Miasta Zgierza Przemysława Stanisławskiego. (jn)



# Nie mam natury rewolucjonistki

**W** Miejskim Ośrodku Kultury zaszło w ostatnim roku wiele zmian. W końcu zeszłego roku instytucja zyskała nową siedzibę, a od 1 lipca również nową dyrektorkę. Odchodzącego na emeryturę Witka Świątczaka zastąpiła Karolina Miżyńska, którą zapytaliśmy o plany dla MOK.

**Opowiedz o nowym sezonie kulturalnym w MOK. Czym Stary Młyn zaskoczy uczestników zajęć i wydarzeń?**

Nie myślałam nigdy o ofercie MOK w nowej siedzibie w kontekście zaskakiwania. Raczej spełniania oczekiwań, może nawet jakichś małych lokalnych marzeń mieszkańców Zgierza. Na pewno będziemy kontynuować wszystkie te działania, które od lat są z MOK związane, prowadzone przez wartościowych, inspirujących ludzi. Zmiana, na której mi zależy, to w miarę możliwości, uporządkowanie ofert pomiędzy nami a filią, czyli Centrum Kultury Dziecka. Mamy jasno określone targety i będziemy z Kingą Siemońską (kierowniczką CKD – przyp. red.) dążyć do spokojnego porządkowania propozycji dla określonych grup wiekowych. Będziemy też na pewno rozwijać kino i przywracać miastu kulturę filmową. Dla mnie osobiście bardzo ważną rzeczą jest nacisk na stopniowe rozwijanie oferty muzycznej, o czym piszę w swoim planie rozwoju. To jednak będzie wymagać czasu, środków i zmiany myślenia. To proces. Zaczniemy od studia nagrań i wypracowania jakichś włączających pomysłów z nową ekipą techniczną MOK.

Muszę wspomnieć o koncertach, bo widać, choćby po ostatnim – Baranowskiego, jak bardzo dobry kierunek obieramy – znane nazwiska, mało niszowi, ale doskonali artyści i artystki. To będzie ważny aspekt naszej działalności. Jakość i ilość nie stoją w kontrze. Myślę, że to już widać.

**Masz w sobie niespożyte pokłady energii... To twoja naturalna cecha czy może efekt nowej sytuacji, w której się znalazłaś i entuzjazm po objęciu stanowiska dyrektora MOK "nakręca" cię tak bardzo?**

Chyba mam takie lokalne ADHD. W CKD wiedziałam, że doszłam do ściany, że to miejsce potrzebuje świeżej krwi, a ja zmiany i nowych wyzwań. Powstanie Starego Młyna stało się dla mnie szansą na spełnienie – mogę nadal pracować w kulturze i przede wszystkim pracować w Zgierzu i dla Zgierza. Można mnie posądzać o jakieś niecne pobudki, ale naprawdę szczerze kocham tu działać. To do mnie najważniejsze, że mogę pielęgnować ten zgierski gen. I niko-



EMILIA OKUPSKA

mu nie uda się odebrać mi radości z pracy dla Zgierza, dla zgierzan oraz zgierzanek. A w MOK i jego ludziach tkwi przeogromny potencjał. Wierzę, że z tego mogą być tylko dobre rzeczy.

**Planujesz przeprowadzić rewolucję w działalności MOK? Jaki jest szerszy plan twojej pracy?**

Nie mam natury rewolucjonistki. Lubię pracę u podstaw, mam sporo cierpliwości i konsekwencji. Nie zależy mi na nagłówkach, a zmianie postaw. Chociaż oczywiście widzę, że to, co dla mnie jest etapem w procesie, dla niektórych okazało się rewolucją nie do zaakceptowania. Mam wobec tego dużo pokory. Mój plan jest oficjalnym dokumentem, który stanowi część umowy na kierowanie MOK-iem przez najbliższe 7 lat i każda osoba może go przeanalizować. Nie ma tam rewolucji, a budowanie na istniejącym potencjale. No, może to, że za kulturę też należy płacić, jest w Zgierzu trochę rewolucyjne? Ale z tego nie zrezygnujemy, bo te pieniądze zostają w MOKu i są nam niezbędne do rozwoju. Uczą też szacunku dla pracy artystów i artystek.

Największą rewolucją była zmiana siedziby MOK i porządkowanie spraw formalno-prawnych w instytucji finansów publicznych. Póki co – wystarczy ;)

**Jak bardzo ważne są oczekiwania odbiorców oferty MOK, tzn. czy faktycznie planując kierunek działania instytucji, warto opierać się tylko na nich?**

Uważam, że mamy rolę służebną wobec odbiorców. My jesteśmy dla nich, a nie na odwrót. Chciałabym również już wkrótce zacząć pracować nad strategią dla kultury opartą na włączaniu i badaniach lokalnego środowiska.

**Co przyciąga zgierzan do Starego Młyna?**

No właśnie po to nam są m.in. badania – sama chcę znać odpowiedź na takie pytania. Ale podejrzewam, że ludziom podoba się po prostu to miejsce, a jego ciekawość powoduje, że na nowo odkrywają MOK, który na mapie miasta jest od 40 lat przecież. Myślę, że ludzie MOK to równie ważny aspekt i będziemy go pielęgnować, pracując nad swoim rozwojem zawodowym i relacjami w zespole.

Kino to spełnienie marzeń wielu osób, dobre koncerty i znane nazwiska powodują, że czujemy się jako zgierzanie mniej zaściankowi. Zaczynamy wierzyć, iż w Zgierzu mogą dziać się takie same lub nawet lepsze rzeczy, jak w Łodzi czy choćby Aleksandrowie. To

bardzo ważne – stajemy się kolejnym elementem poprawienia wizerunku Zgierza i jego rozwoju.

**Budynek jest nowy, ale cały czas staracie się go ulepszać i dostosowywać do potrzeb działalności. Jakie inwestycyjne wyzwania stoją przed MOK?**

Przed wszystkim wielofunkcyjna sala widowiskowa i jej doposażenie. Część planów już udaje się zrealizować – własne dobre nagłośnienie i dźwięk 5.1 dla kina, dzięki pozyskanym środkom zewnętrznym. Do pełni satysfakcji na ten rok brakuje tylko własnego projektora kinowego. Ale czekamy na rozstrzygnięcie jeszcze jednego konkursu grantowego w PISF. Może się uda.

Na pewno mam cały czas w głowie działania związane z dostępnością, ale jak już mówiłam – powoli, małymi krokami, z szacunkiem dla pracowników, potrzeb naszych odbiorców i odbiorczyń. Po prostu przyjdźcie do nas, kupujcie bilety na wydarzenia. Każda złotówka tu zostaje i pozwala na rozwój, na inwestycje.

Rozmawiała Magdalena Ziemiańska



# Koniec wakacji – jak powrócić do codzienności bez stresu

Wakacje to czas, na który zwykle bardzo długo czekamy. Wiążemy z nim wielkie nadzieje: na odpoczynek, relaks, słodkie lenistwo. W końcu możemy długo spać, zwolnić tempo, niczego nie planować, przeczytać zaległe lektury lub oddać się ukochanej pasji. Jednak dwa tygodnie mijają i powrót do rzeczywistości bywa bardzo brutalny. Trudno nam się odnaleźć w gąszczu obowiązków. Przecież jeszcze wczoraj wygrzewaliśmy się na plaży, a dziś... Jak zatem powrócić po urlopie do codzienności bez stresu i zbędnego pośpiechu?

**JOANNA DELBAR**



Stres powakacyjny jest tym samym, co stres powoekendowy. A powodem jego odczuwania jest złe planowanie regeneracji. Dzielimy dni na te „od pracy” i te „od odpoczynku”, zamiast tak układać każdy dzień, aby znalazło się w nim miejsce zarówno na wysiłek, jak i na regenerację. Tymczasem większość z nas spędza życie na wysiłku od poniedziałku do piątku i na regeneracji dopiero w weekend. Organizm bardzo szybko przyzwyczaja się do takiego trybu i dlatego już w niedzielne popołudnia, zamiast się relaksować, bardzo często odczuwamy stres przed obowiązkami kolejnego tygodnia. Tymczasem prawidłowe zarządzanie naszą

naturalną energią, a tym samym dobre funkcjonowanie organizmu, to codzienny wysiłek i codzienna regeneracja. Również w weekendy i również na wakacjach. Nie ma szans na efektywny odpoczynek wyłącznie w sam weekend albo w czasie długo wyczekiwanego urlopu, ale codziennie poprzez zaplanowane oderwanie się od rutyny. Jeżeli każdego dnia po pracy zregenerujemy własny organizm, spacerując, bawiąc się (choćby w przypadku dzieci), tańcząc, poddając się relaksującym masażom, realizując swoją pasję i dostarczając organizmowi odpowiednią dawkę ruchu, to w sposób naturalny obudzę się następnego dnia zregenerowana i gotowa do działania.

Nasze narzekania na stres po urlopie zwykle biorą się z nieprawidłowego planowania obowiązków i czasu wolnego. Pewnie niejednemu od razu powie, że nie ma czasu na codzienną regenerację. Tak? To przyjrzyjmy

się sobie uważnie: czy dzielimy obowiązki zarówno w pracy, jak i w domu, czy też mamy tendencje do brania na siebie zbyt wiele? Czy wyznaczamy granice, informujemy przełożonych, że nie damy rady przyjąć kolejnego projektu, czy w domu wyręczamy partnera i dzieci, czy też szanując swój czas, przypisujemy obowiązki każdemu według wieku i możliwości? Czy potrafimy odpuścić sobie sprzątanie bałaganu, powiedzieć w domu: zróbcie sobie sami kolację, ja idę na spacer?

Podsumowując, jeśli chcemy naprawdę wypoczywać, wprowadźmy zasadę codziennej regeneracji. Wówczas wakacje nie będą za bardzo różniły się od codzienności, podobnie jak weekendy.

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

A to ciekawe

## Sztuka odpoczynku

Powyższy tytuł nie jest przypadkiem, bo w dzisiejszych czasach odpoczywanie stało się swego rodzaju luksusem, niemal magiczną sztuką, której arkana nie każdy poznał. I nie ma w tym przesady. Zbyt wielu mieszkańców krajów europejskich (choć problem dotyczy nie tylko Starego Kontynentu) nie umie bowiem efektywnie odpoczywać. Tymczasem mózg powinien dostać wytchnienie po każdym większym wysiłku umysłowym, intelektualnym lub emocjonalnym. Badacze sprawdzili, że regularne paury od obciążających bodźców wpływają pozytywnie na naszą koncentrację, uwagę, wydajność w pracy czy nauce. Dzięki systematycznym przerwom (klucz jest w słowie *systematyczny*) jesteśmy mniej rozdrażnieni czy poirytowani, mniej zniecierpliwieni, zdemotywowani lub ospali. Zdaniem

dr Iliany Ramirez\* najlepiej działać zgodnie z regułą 90/20, która polega na robieniu 20-minutowych przerw po półtoragodzinnej pracy. Jak odpoczywać? To już kwestia bardzo indywidualna. Dla jednego będzie to spacer, dla innego słuchanie muzyki czy drzemka. Ważne, aby wybrać dokładnie to, co nas relaksuje. Badaczka zaznacza, że każdego dnia warto zrobić coś dla siebie; coś, co czyni nas szczęśliwym.

Choć temat wydawać się może odkrywczy, to jednak taki nie jest. O potrzebie odpoczynku możemy przeczytać w 20. rozdziale starotestamentowej Ks. Wyjścia i w 5. rozdziale Ks. Powtórzonego Prawa. Akapity dotyczące błogosławieństw, jakie wiążą się z zachowaniem równowagi pomiędzy pracą, codziennością a odpoczynkiem i czasem na rozwój duchowości oraz budowanie relacji

PIXABAY



Ożywce dla naszego mózgu może być po prostu wyjście przed dom czy biuro

znajdziemy również w wielu innych biblijnych księgach. Jednak niezależnie od naszych przekonań, warto dążyć do balansu pomiędzy wysiłkiem a regeneracją.

O korzyściach wynikających z umiejętnego odpoczywania piszemy również powyżej, w artykule z cyklu „Stawiam na jakość życia”. (rk)

\*Źródło: dziennik.pl



### Dzień piłkarza (10 września)

Święto nie jest powszechnie znane, a szkoda, przypomina bowiem o jednej z najradosniejszych chwil w historii polskiego sportu. 10 września 1972 r. reprezentacja Polski wygrała finał Igrzysk w Monachium (2:1 z Węgrami po trafieniach Kazimierza Deyny). To jedyne złote krążki olimpijskie dla polskich futbolistów, nasza reprezentacja sięgnęła jeszcze po srebro w 1976 r. (Montreal) i 1992 r. (Barcelona). I choć piłkarz nie wydaje się zawodem szczególnie szanowanym („dwa razy dobrze kopnie piłkę i już zarabia miliony”), to kto jest teraz najbardziej znanym Polakiem na świecie? Szczególnie po transferze z Bayernu do Barcelony... Wszystkiego dobrego Panie Robertcie z okazji Dnia piłkarza.

### Dzień całowania chłopaków w usta (13 września)

Zawsze na weselach przychodzi moment, gdy „panie proszą panów”. 13 września płeć piękna powinna wykazać inicjatywę w kwestii całowania. Opisy tego radosnego święta obfitują w wiele wątków pobocznych. Niespodziewany całus na dzień dobry może przypomnieć nam o początkach związku, być zachętą do rozmowy z dziećmi o uczuciach, a także inspirować do poznawania technik całowania. Wiedzieliście, że buziaki mają swoje odmiany? Amerykański, francuski, chrupiący, głaszczący... Wujek Google wszystko wytłumaczy ;)

### Dzień walki z wypaleniem zawodowym (14 września)

Autor jest zbyt zmęczony, nie chce mu się o tym święcie pisać ;)

### Dzień bluesa (16 września)

Tego dnia urodził się amerykański muzyk B.B. King. Ku czci legendarnego gitarzysty i wokalisty Polskie Stowarzyszenie Bluesowe zainicjowało obchodzenie Dnia bluesa. Najlepiej świętować je, słuchając muzyki, uczestnicząc w koncertach, może nawet organizując je. Gatunek narodził się wśród czarnoskórej społeczności amerykańskiego Południa, a następnie zajął świat. Bez niego nie byłoby rocka i hip-hopu. Ostatnio w Zgierzu muzyka bluesowa rozbrzmiewała przy okazji wrześniowego występu Romka Puchowskiego w klubie Agrafka.

### Światowy dzień bez samochodu (22 września)

Święto międzynarodowe, bo i problem dotyczy całego globu. Coraz więcej aut to coraz więcej spalin zanieczyszczających środowisko. Kampania promująca Dzień bez samochodu zachęca do korzystania ze środków transportu publicznego. Przy tak szybko rosnących cenach paliw jest to nie tylko proekologiczne, ale i racjonalne. Przykład promocji z własnego podwórka - 22 września 2021 roku Miasto Zgierz wprowadziło bezpłatne przejazdy autobusowe dla właścicieli aut oraz osób im towarzyszących.

# Czuły drybling w rytmie bluesa

Miesiąc bez świąt nietypowych to miesiąc stracony. Wrzesień powszechnie kojarzy się z poważnymi rocznicami (wybuch II wojny światowej, sowiecki atak na Polskę), my jednak poszukamy w koszyku z lżejszymi tematami. Miesiąc powrotu do szkoły (a często i do pracy) jakby dla przeciwwagi upłynie nam pod znakiem Dnia marzyciela (08.09), Dnia olewania systemu (15.09) czy Dnia pierwszej miłości (18.09).

PIOTR TOROŁCZKO



Czujecie bluesa?  
Świętujcie dzień  
tej muzyki 16 września!

### Światowy dzień jabłka (28 września)

Jesteśmy największym producentem jabłek w Unii Europejskiej, choćby z tego powodu dobrze przypomnieć o tym święcie. Owoce jedzone na surowo (i ze skórką!) są źródłem witaminy C, witaminy A, antyoksydantów i błonnika. Do tego pomagają obniżyć poziom „złego” cholesterolu we krwi i zwiększają

szają uczucie sytości. Są zdrowe, ale i „zadrosne” – nie należy przechowywać ich z innymi owocami, ponieważ wydzielają etylen, powodujący, że sąsiadujące owoce szybciej dojrzewają i się psują.

opracował: Jakub Niedziela

inspiracja: strona kalbi.pl



# Kret: szkodnik lotnisk, ogródków i boisk piłkarskich

Gdy już powstaje kopiec, może być wysoki prawie na metr! A jeśli znajdziemy ich kilka obok siebie, to znaczy... że mamy kreta. Te podziemne stworzenia, które rzadko widuje się na powierzchni, bywają prawdziwą zmorą działkowiczów. Prawo pozwala tępić krety na terenie ogrodów, upraw ogrodniczych, szkółek, lotnisk, ziemnych konstrukcji hydrotechnicznych oraz obiektów sportowych, ale w innych miejscach krzywdy im robić nie wolno.

## REMIGIUSZ MIELCZAREK



Skąd u kretów taka zapalczliwość w budowaniu kopców? Sprawa jest bardzo prosta: kret, mniej więcej pół metra pod ziemią, kopie długie tunele, łączące się w specjalny system.

Taka sieć może mieć nawet długość do jednego kilometra. Są to wąskie otwory, średnicy około sześciu centymetrów, ale stanowią bardzo skuteczną pułapkę na podziemną zdobycz – głównie dżdżownice. Krety wprost je uwielbiają!

Wiadomo, że zwierzęcy „górnik” musi coś zrobić z nadmiarem ziemi. I właśnie dlatego wyrzuca ją na powierzchnię w postaci kopców. Powstające w ten sposób tunele nasz myśliwy patroluje co kilka godzin. A ponieważ kret, choć w zasadzie nic nie widzi, ma świetny słuch i jeszcze lepszy zmysł dotyku (jest bardzo czuły na drgania czy wibracje) – łatwo mu zorientować się, kiedy do tak przygotowanej pułapki wpadnie jakiś smakowity kąsek.

Jeśli dżdżownic, larw owadów, drobnych kręgowców czy innych przedstawicieli podziemnej fauny wpadnie do tunelu więcej – to nic nie szkodzi. Krety budują spiżarnie, w których przechowują zapasy na zimę. Taka spiżarnia powstaje tuż obok kreciego gniazda, wymoszczonego posłaniem z mchu i trawy. Przed zimą, jako zapas pożywienia, może w tej komórce znaleźć się nawet kilkadziesiąt dżdżownic! Kret nie przesypia zimę, jest wówczas normalnie aktywny, stąd potrzeba zgromadzenia aż tak obfitych zapasów.

Okres lęgowy kretów przypada zwykle na przełom wiosny i lata, wtedy rodzi się nawet do siedmiu młodych, które przecież trzeba wykarmić. Stąd właśnie latem nasz problem z kopcami, bo potrzeby kreciej rodziny stają się wtedy większe: trzeba wydłużać sieć tuneli. No i przecież konieczne będą zapasy na zimę, więc ciepłą porą krety nie próżnują. Ich największa aktywność przypada na godziny poranne, dlatego właśnie wtedy powstaje największe kretowisko. Co ciekawe, poza okresem rui krety żyją samotnie – i bywają nawet względem siebie agresywne, gdy dojdzie do podziemnego spotkania „nos w nos”.

A kret ma solidne narzędzia do walki z intruzami. Natura wyposaża go w niezwykle

DIDIER DESCOUENS



Kret najbardziej pracowity jest nad ranem. Wówczas powstaje najwięcej tuneli

1 cm

DIDIER DESCOUENS

Kret, mimo że ślepy, ma jednak doskonały słuch i węch. Do kopania tuneli oraz do obrony służą mu zakrzywione do tyłu, silne, twarde pazury



Terytorium terytorialnego kreta osiąga nawet 6000 m<sup>2</sup>

silne, przednie łapy, z zagiętymi do tyłu pazurami, które świetnie nadają się do kopania tuneli z prędkością 15 metrów na dobę – ale też do konfrontacji z podziemnym przeciwnikiem. A ponieważ kret jest zwierzęciem terytorialnym, którego obszar polowania może dochodzić nawet do 6000 m<sup>2</sup>, zatem trudno się dziwić, że zaciekle broni wybudowanej przez siebie sieci korytarzy.

Mimo że ogrodnicy równie zapalczywie walczą z kretami, stosując przeciw nim rozmaite metody – pamiętać trzeba, że ten podziemny zwierzak jest objęty częściową ochroną gatunkową. A to znaczy, że poza wyznaczonymi prawem miejscami nie można robić mu krzywdy. Zwłaszcza że oprócz dżdżownic kret chętnie zjada także podziemne szkodniki niszczące korzenie pożytecznych roślin.



# O trudnych sprawach z odpadami związanych

REMIGIUSZ MIELCZAREK



Niebezpieczne odpady to – cóż zrobić – nie od dzisiaj duży problem dla Zgierza. Diabli wiedzą, co oni w tej Borucie naprawdę produkowali... Niby pamiętamy, że barwniki, ale ktoś jest świadomy, jakie tam jeszcze za komuny się świństwa robiło, magazynowało? Jedno jest pewne: Boruty już dawno nie ma, zakopane beczki z „nie wiadomo czym” zostały. A jakby tego było mało, w chaosie własnościowo-gospodarczym lat 90. swoje dołożyli następcy toksycznego molocha. Problem istnieje – bardzo trudno go usunąć, bo to całe lata zaniedbań, a do tego jeszcze potężna kasa, jaką trzeba by włożyć w utylizację tej koszmarniej spuścizny. No i polska jurysdykcja tutaj nie pomaga. W Zgierzu potrzebne były aż lata rozpraw sądowych, by w końcu ustalić, kto tak naprawdę władny jest zająć się problemem.

Walka z nim idzie więc opieszale. Ludzie w Zgierzu, którym w sumie wszystko jedno, często walą jak w bęben w Bogu ducha winnego obecnego prezydenta Przemysław Staniszewskiego: to nic, że miał związane ręce z powodu własności terenu. Podobnie sąd borykał się długo z inną ważną decyzją – który organ władzy ma obowiązek przejąć odpowiedzialność za sprzątanie znajdującego się po sąsiedzku miejsca do gromadzenia odpadów, które spłonęło.

Teraz na szczęście wiemy o wiele więcej. Sąd zwrócił Skarbowi Państwa (zarządza nimi Starosta Zgierski) kontrowersyjne grunty ze składowiskiem odpadów niebezpiecznych. Niezależnie od tego Gmina Miasto Zgierz rozpoczęła działania – już trwają badania naukowe z użyciem dronów, sond i innych współczesnych wynalazków, by dowiedzieć się, z czym tam naprawdę mamy do czynienia. Potrwa to jeszcze chwilę, ale jak już będziemy mieli pewność, przeciw jakiej zarazie walczyć (i jaką metodą najlepiej sobie z tym zadaniem poradzić), wtedy i koszt tej operacji będą konkretnie znane. Wiadomo, że budżetem własnym miasto tej likwidacji nie uciągnie, bo ostatecznie to ono przejmie ten teren. Ale są przecież środki zewnętrzne – i głęboko wierzę, że już niebawem dokładny wektor likwidacji problemu zgierskich składowisk będzie wyznaczony.

Trudno też się dziwić, że obrońcy środowiska naturalnego podnoszą krzyk, gdy tylko na horyzoncie pojawiają się znaki, że

w Zgierzu jakaś nowa „trująca” inwestycja się szykuje... Przy ulicy Twardej przedsiębiorca spod Lublina chce postawić, na terenie przemysłowym, fabrykę utylizującą np. zużyte oleje silnikowe. Czy ma to od razu oznaczać trucie ludzi i miejsca? Spokojnie! Właśnie temu służy tzw. decyzja środowiskowa, żeby tego nie robić! Raz, że nikomu nie można zabronić inwestycji, jeśli ktokolwiek chce wydać własne pieniądze. Dwa, że po to jednak mamy prawo, by nie dopuszczać do zagrożeń. W decyzji

środowiskowej podaje się warunki, które inwestor koniecznie musi spełnić, jeśli chce zbudować tego rodzaju obiekt. A wojewódzkie służby ochrony środowiska sprawdzają podczas budowy i eksploatacji, czy warunki są spełnione. Jak nie – od razu zamykają. A to już się biznesowo nie kalkuluje. Dlatego na miejscu zgierzan spałbym spokojnie: jeszcze nie wiemy, czy decyzja środowiskowa będzie dla inwestora pozytywna. A jeśli tak, to raczej oko kontrolnych organów z pewnością nie pozwoli, by na naszym terenie zjawiał się kolejny trucieli. ●

Remigiusz Mielczarek – dziennikarz, PR-owiec, rzecznik prasowy, muzyk, bloger... Urodził się i mieszka w Łodzi, ale od niedawna pracuje w Zgierzu. To mu pozwala inaczej spojrzeć na tutejszą grawitację.

STARY  
MŁYN

## REPERTUAR KINA

wrzesień 2022

### 1 września - czwartek

17:00 | Szczęścia chodzą parami (komedia romantyczna)  
19:00 | Stracone złudzenia (historyczny, kostiumowy)

### 2 września - piątek

17:00 | Stracone złudzenia (historyczny / kostiumowy)  
19:30 | Szczęścia chodzą parami (komedia romantyczna)

### 4 września - niedziela

10:00 | Jak zostałem samurajem (animacja)  
12:00 | Kurozając i zagadka chomika ciemności (animacja)  
17:00 | Trzy tysiące lat tęsknoty (romans / przygodowy)  
19:30 | Szczęścia chodzą parami (komedia romantyczna)

### 8 września - czwartek

17:00 | Trzy tysiące lat tęsknoty (romans / przygodowy)  
19:00 | Szczęścia chodzą parami (komedia romantyczna)

### 9 września - piątek

17:00 | Szczęścia chodzą parami (komedia romantyczna)  
19:00 | Trzy tysiące lat tęsknoty (romans / przygodowy)

### 11 września - niedziela

10:00 | Jak zostałem samurajem (animacja)  
12:00 | King: Mój przyjaciel lew (familiijny / przygodowy)  
17:00 | Trzy tysiące lat tęsknoty (romans / przygodowy)  
19:00 | Szczęścia chodzą parami (komedia romantyczna)

### 15 września - czwartek

17:00 | Trzy tysiące lat tęsknoty (romans / przygodowy)  
19:00 | King: Mój przyjaciel lew (familiijny / przygodowy)

### 16 września - piątek

17:00 | Trzy tysiące lat tęsknoty (romans / przygodowy)  
19:00 | King: Mój przyjaciel lew (familiijny / przygodowy)

### 18 września - niedziela

10:00 | Kurozając i zagadka chomika ciemności (animacja)  
12:00 | King: Mój przyjaciel lew (familiijny / przygodowy)  
17:00 | King: Mój przyjaciel lew (familiijny / przygodowy)  
19:30 | Trzy tysiące lat tęsknoty (romans / przygodowy)

### 22 września - czwartek

17:00 | King: Mój przyjaciel lew (familiijny / przygodowy)  
19:00 | Stracone złudzenia (historyczny, kostiumowy)

### 23 września - piątek

**SŁODKOBŁĘKITY**  
Zgierskie Spotkania Małych Teatrów

### 24 września - sobota

**SŁODKOBŁĘKITY**  
Zgierskie Spotkania Małych Teatrów

### 25 września - niedziela

10:00 | King: Mój przyjaciel lew (familiijny / przygodowy)  
12:00 | Jak zostałem samurajem (animacja)  
17:00 | Stracone złudzenia (historyczny, kostiumowy)  
19:30 | Nie martw się kochanie (thriller)

### 29 września - czwartek

17:00 | Johnny (biograficzny)  
19:00 | Nie martw się kochanie (thriller)

### 30 września - piątek

17:00 | Nie martw się kochanie (thriller)  
19:30 | Johnny (biograficzny)

**bilety.starymlynzgierz.pl**

facebook.com/kinowstarymlyn

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

Cennik  
biletów:

Bilet normalny - 20 zł  
Bilet studencki - 18 zł  
Bilet ulgowy - 16 zł  
Ulgowe czwartki - 16 zł (dla wszystkich)

# Złota Roksi

**N**owy medal w kolekcji Roksany Zasiny. Kolejny złoty, co nie jest dużym zaskoczeniem, w końcu popularna Roksi to w ostatnich latach najbardziej utytułowana zapaśniczka Zgierskiego Towarzystwa Atletycznego. Podczas lipcowego turnieju Poland Open nasza zawodniczka okazała się najlepsza w kategorii 55 kg.

W drodze po złoto Roksana Zasina wygrywała kolejno z: brązową medalistką ME U-23 Ukrainką Marią Vynnyk (5:0), reprezentantką Kazachstanu Ainur Ashimovą (przewaga techniczna) oraz brązową medalistką Mistrzostw Azji, również Kazażką, Mariną Sednewą (13:1). W okresie letnim zapaśniczka ZTA triumfowała też podczas XXX Mistrzostw Polski. W Bydgoszczy wygrała kategorię 53 kg, nie dając szans w finale Amandzie Tomczyk z MLUKS Karłino.

Podczas 26. Międzynarodowego Turnieju Poland Open reprezentantki Polski zdobyły pięć krążków. Oprócz zgierzanki na podium stanęły też Katarzyna Krawczyk (złoto w kategorii 53 kg), Patrycja Gil (brąz, 57 kg), Jowita Wrzesień (brąz, 59 kg) oraz Patry-



Roksana Zasina wkrótce walczyć będzie na Mistrzostwach Świata w Belgradzie

POLSKI ZWIĄZEK ZAPASNICZY

cja Sperka (brąz, 72 kg). – *Polskie zapasy są kobietą* – tę wypowiedź Andrzeja Suprona, prezesa Polskiego Związku Zapaśniczego, cytowały lokalne media. Duża w tym zasłu-

ga Roksany Zasiny – dodajmy. Szansa na kolejne wyróżnienie dla zgierzanki już we wrześniu, zapaśniczka wyjeżdża wtedy do Belgradu na Mistrzostwa Świata. (jn)

# Boruta i Włókniarz walczą o punkty

**W** sierpniu rozpoczęły się rozgrywki seniorskie niższych lig piłkarskich.

Kibice Boruty jeszcze przed startem sezonu mogli poczuć zaniepokojenie. Klub opończyło wielu doświadczonych zawodników (m.in. Michał Madejski, Oleksii Naidyshak, Damian Knera, Krystian Ślęzak czy Jakub Fudała), w ich miejsce pojawili się głównie gracze młodzi. W domyśle – ambitni i skazani na walkę o miejsce w pierwszym składzie, ponieważ Boruta przystąpił do sezonu z dosyć szeroką kadrą. Wśród pozyskanych piłkarzy są m.in. doświadczony Krystian Wojteczak (z LKS Kwiatkowice) i Mateusz Wodziński (z Sokoła Aleksandrów).

Początek rzeczywiście nie nastraja optymistycznie. Po siedmiu kolejkach klub z ul. Wschodniej zajmuje 15. miejsce. Punkty przyniosły dwa zwycięstwa (2:1 z WKS Wieluń i 3:1 ze Stalą Niewiadów) i remis (1:1 ze Zjednoczonymi Stryków). Niestety najczęściej na koncie zgierzan jest porażek (1:2 z LKS Kwiatkowice, 0:2 z rezerwami Widzewa, 1:2 z KS Kutno oraz 2:4 z Włókniarzem Żelów). W ostatnim z wymienionych pojedynków podopieczni Piotra Szarpaka "nie wyszli z szatni" i już w 4 minucie przegrywali 0:2. Trzeba jednak docenić ich wolę walki – z wyniku 0:3 doprowadzili w pewnym momencie do 2:3, strata czwartej bramki była skutkiem postawienia na atak. Oby w kolejnych spotkaniach zgierzanie byli skuteczniejsi pod bramką przeciwnika.



W tym sezonie Włókniarz (niebieskie stroje) walczy o wyższe cele niż utrzymanie

JAKUB NIEDZIAŁA

W środkowej części tabeli ligi okręgowej znalazł się po czterech kolejkach Włókniarz Zgierz. Dwa zwycięstwa (2:1 z KAS Konstantynów Łódzki i 4:1 z Sazanem Pęczniew) i dwie porażki (0:1 z Zawiszą Rzgów i 1:2 z UKS SMS Łódź) dają dużo lepszy bilans niż ten z początku zeszłego sezonu. Walka o utrzymanie nie musi być jedynym celem zespołu Marcina Nowac-

kiego. Klub z ul. Musierowicza wzmocnił przed tą rundą m.in. bramkarz Marek Zając, Patryk Retkowski, Kuba Owczarek i Ukrainiec Maksym Dubenov. Odszedł natomiast Michał Płuciennik. W weekend 17-18 września Włókniarz zagra w Zgierzu ze Stalą Głowno, natomiast MKP Boruta przyjmie na własnym boisku Jutrzenkę Drzewce. (jn)



MAGDALENA WOŹNIAK



Temat węchu w obecnych czasach jest dość powszechny. A jego popularność narosła w cieniu pandemii SARS-COV-2, której bardzo częstym objawem była utrata węchu i smaku. Ten deficyt miał na szczęście charakter tymczasowy, przemijający. Są jednakże osoby, które mogą na stałe stracić ten zmysł lub urodzić się bez niego.

Zatrzymajmy się na chwilę przy skutkach działania koronawirusa. W czasie odzyskiwania węchu mogą powstawać opaczne wrażenia węchowe – przyjmuje się, że są one wynikiem procesu regeneracji nabłonka węchowego, gdy jeszcze nie doszło do jego całkowitej odbudowy. Właśnie dlatego leczenie pocovidowej anosmii opiera się na zdolności nabłonka węchowego do regeneracji.

### ANOSMIA

To zaburzenie węchu lub całkowita jego utrata. Jej przyczyn może być mnóstwo: od wszelkiego rodzaju zwyrodnień blokujących kanał nosowy, przez urazy mechaniczne, uszkodzenie nerwów węchowych, po reakcje na leki i zmiany hormonalne. Anosmia może dotyczyć jednego lub dwóch nozdrzy.

### Co na to nauka?

Według badań przeprowadzonych w Szwecji, zaburzenia węchu dotyczą 19 procent społeczeństwa, a opublikowane badania niemieckie wskazują na 22 procent. Jednak w obu krajach badano różne grupy wiekowe, stąd być może wynikają różnice (powonienie pogarsza się bowiem z wiekiem). Z kolei według danych pochodzących z samooceny pacjentów, problem ten dotyczy ok. 9,5-15 procent populacji. Tak istotną różnicę można tłumaczyć faktem, że wielu pacjentów nie uświadamia sobie własnego upośledzenia powonienia. Szacuje się, że anosmia, czyli całkowita utrata węchu, występuje u 5 procent populacji.

Inne ciekawe wnioski przyniosły badania przeprowadzane wśród par. Okazało się, że ludzie żyjący razem, wraz z upływem lat upodabniają się pod kątem preferencji smakowych i zapachowych. „Oznacza to, że im dłużej ludzie są w parze, im dłużej jedzą wspólnie posiłki, spędzają wspólnie czas w tej samej przestrzeni, tym bardziej upodabniają się ich preferencje względem otaczających ich zapachów, ale też względem smaków” – cytuje w swoim artykule Kamil Szubański.

# Poczuj świat

Gdy jest obecny, jedzenie smakuje inaczej, inaczej odbieramy bodźce ze świata, inaczej interpretujemy emocje. Zmysł węchu, bo o nim mowa, jest niezwykle istotny w życiu zwierząt i ludzi. To dzięki niemu identyfikujemy matkę zaraz po narodzinach, nadchodzące zagrożenie czy zapach wiosny.

PIXABAY



Stykając się z jakimś charakterystycznym zapachem, natychmiast wracamy do konkretnych wspomnień i towarzyszących im emocji



Spoglądając na zdjęcie, od razu, jesteśmy w stanie przywołać charakterystyczny zapach

czy coś nam smakuje. W sklepach często używane są różnego rodzaju substancje zapachowe, które mają za zadanie przyciągnięcie klientów i umilenie im czasu spędzonego na zakupach.

### Pamięć zapachowa

Można stwierdzić, że w znacznej mierze pamięć zapachowa buduje nasze życie, wpływa na przeszłość lub przyszłość. Każdy dom ma swój zapach. Ponadto na podstawie doznań możemy bez użycia innych zmysłów rozpoznać charakterystyczne miejsce, takie jak szpital, drukarnia, księgarnia, śmieciowisko itp.

Węch interpretuje razem z nami świat – można zaryzykować twierdzenie, że bez niego ciężko byłoby odczuwać życie.

Woń, którą czujemy, równie mocno oddziałuje na naszą pamięć długotrwałą. Uruchamia ją i wiąże z konkretnymi uczuciami lub emocjami. Udowodnili to badacze i zdobywcy Nagrody Nobla Linda Buck i Richard Axel. Dowiedli oni, że mózg jest w stanie zapamiętać ok. 10 tysięcy różnych zapachów. Na tym właśnie polega pamięć zapachowa.

### Niedoceniany zmysł

Utrata węchu jest często bagatelizowana, a lekarze nie zalecają dodatkowej diagnostyki. Wraz z wiekiem nasz węch jest coraz słabszy, a jego nagłe zaburzenia nie wynikają z niczego. Zmysł węchu wpływa na naszą psychikę i środowisko od zarania dziejów. Stosowanie kadzideł, ziół, roślin wytwarzających intensywne zapachy było obecne podczas różnych uroczystości. Dzięki powonieniu wyczuwamy bliskie nam osoby, ich zapachy, które wpływają na wytwarzanie i przywracanie wspomnień oraz emocjonalnego przywiązania się.

Węch i smak wpływają na sposób naszego odżywiania się, apetyt, decydują o tym,

usk.wroc.pl  
naukawpolsce.pl



# Zgierski jeżyk w podróży

**S**ymbol promocyjny naszego miasta – jeżyk inspirowany bajką Wandy Chotomskiej – znów wyruszył na wakacyjne wyprawy. Od kilku lat w Urzędzie Miasta Zgierza można odbierać maskotki przedstawiające kolczastego zwierzaka. Warunkiem jest przesłanie jego zdjęć z podróży. Tegoroczny sezon letni był dla Jeżyka i Jeżynki (stworzono różne wersje zabawki) wyjątkowo udany. Zgierzanie, zapewne wciąż otrząsający się po pandemicznej izolacji, wyruszyli w góry, nad morza, zwiedzali Polskę wzdłuż i wszerz, poznawali też obce kraje. Wszędzie towarzyszył im Jeżyk, czego najlepszym dowodem galeria składająca się z części zdjęć przesłanych przez Państwa. Ponad trzysta maskotek wystąpiła w tym roku w świat! Prawdziwe przygody Jeża ze Zgierza :). (jn)



Rodos



Pacanów



Chorwacja



Chorwacja



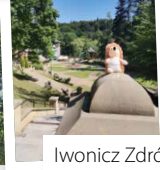
Zakopane



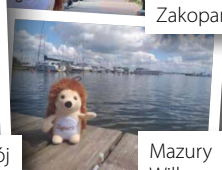
Kudowa Zdrój



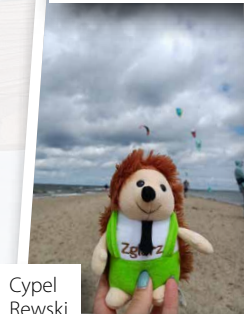
Góry Stołowe



Iwonicz Zdrój



Mazury Wilkasy



Cypel Rewski



Sluis Holandia



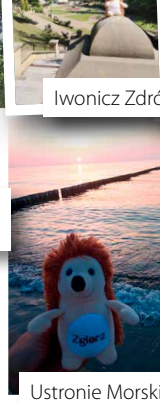
Kreta Grecja



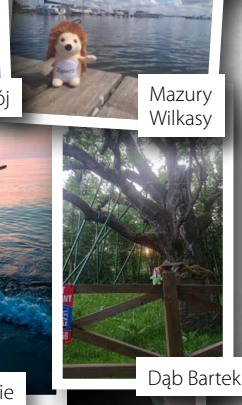
Heimbach Niemcy



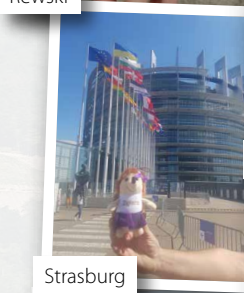
Bad Münstereifel Niemcy



Ustronie Morskie



Dąb Bartek



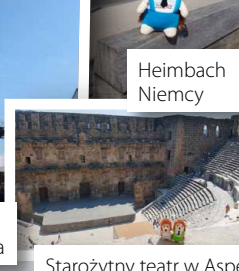
Strasbourg



Stadion Liverpoolu



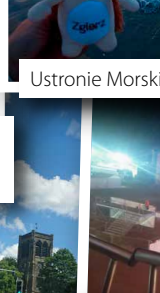
Sluis Holandia



Starożytny teatr w Aspendos



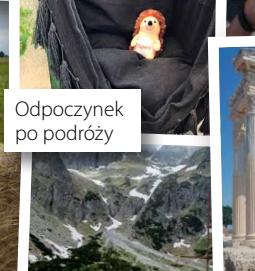
Manchester



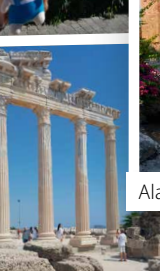
Festiwal PolandRock



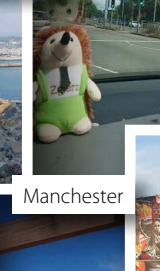
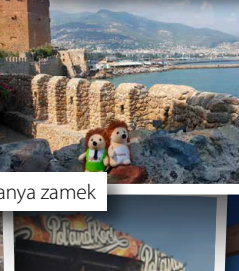
Nadbużański Park Krajobrazowy



Odpoczynek po podróży



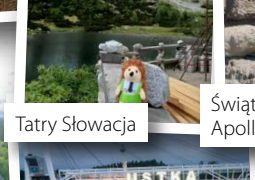
Alanya zamek



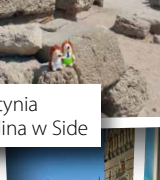
Tatry-Dolina Roztoki



Czchów



Tatry Słowacja



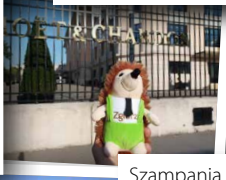
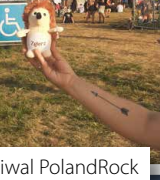
Świątynia Apollina w Side



Festiwal PolandRock



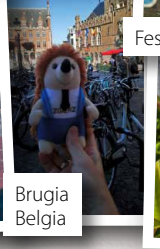
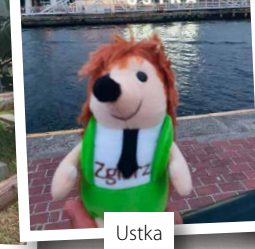
Festiwal PolandRock



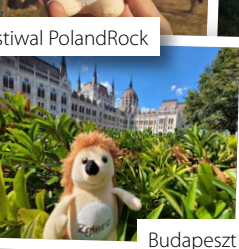
Szampania



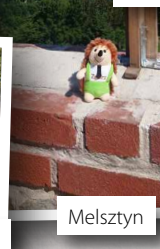
Ustka



Brugia Belgia



Budapeszt



Melsztyn



Pieniny



# Zamek w Oporowie

## – warto tam pojechać

Ta wyjątkowa niewielka twierdza o gotyckim charakterze wystąpiła w wielu produkcjach filmowych, m.in. w „Panu Tadeuszu”, „Ekstradycji”, „Koronie królów”, „Duchach, zamkach, upiorach” i „Rycerzach i rabusiach”. Jest chętnie odwiedzana zarówno przez polskich turystów, jak i zagranicznych. Co świadczy o wyjątkowości tego miejsca? Sprawdźmy.

### EMILIA ANTOSZ



Drogę ze Zgierza do wsi Oporów, jadąc samochodem, można pokonać w niespełną godzinę. A to wystarczy, żeby przenieść się do miejsca magicznego i chwytającego za serce, bo zamek jest bardzo urokliwy.

Został wzniesiony na sztucznej wyspie i otoczony fosą wypełnioną wodą. Okrąża go 10-hetarowy park z widocznym założeniem XVII-wiecznego ogrodu i z przepięknymi okazami drzew: orzecha czarnego, buku odmiany purpurowej i kłeka amerykańskiego.

### Dzieje zamku

Ceglany zamek jako rezydencja obronna został wzniesiony około 1440 r. przez Władysława Oporowskiego. Wokół czworobocznego dziedzińca wybudowano wieżę, dom mieszkalny, basztę z kaplicą i połączono murem obronnym. W kolejnych stuleciach dokonano niewielkich przeróbek, dodano barokowe otwory okienne, klasycystyczne sztukaterie i parkiety. W XIX wieku powstała przybudówka tzw. „Kredens” oraz neogotycki portal bramy wjazdowej i taras przed mostem. Do fosy można zejść po kamiennych schodach z kamiennymi rzeźbami lwów. Rodzina Oporowskich była związana z zamkiem niemal przez cztery wieki, kiedy to na początku XVII w. dziedzictwo przejęła rodzina Tarnowskich herbu Rola, a później w posiadanie zamku wszedł Jan Sołłohub. W XIX w. Oporów wraz z zamkiem kilkakrotnie zmieniał właścicieli. Po II wojnie światowej majątek przejął Skarb Państwa, a od 1949 r. mieści się tu muzeum z ekspozycją wnętrz dworskich. Prezentowane są dzieła sztuki i wyroby rzemieślnicze artystycznego należącego do kultury szlacheckiej z różnych epok. Nieliczne eksponaty związane są z historią zamku, a należą do nich portrety rodziny Sołłohubów z XVIII w., lustra z żardinierami z początku XIX w., pistolety pojedynkowe z XVIII i XIX w. oraz naczynia fajansowe angielskie z Shelton XIX w. Wspaniale prezentuje się sala rycerska, w której podczas remontu w połowie XX w. odsłonięto XVII-wieczny polichromowany strop.

Zamek oporowski jest jednym z niewielu obiektów tego typu w Polsce, który przez cały okres swego istnienia był użytkowany



Obiekt w Oporowie można odwiedzać codziennie

### I jego legendy

Zamek w Oporowie ma swoją legendę, według której warownia była niegdyś połączona podziemnym tunelem z pobliskim klasztorem oo. Paulinów. Piękna kasztelanówna mieszkająca w zamku i jeden z zakonników odkryli owo przejście i wykorzystywali je do potajemnych miłosnych schadzek. Pewnej burzliwej nocy, gdy piękna białogłowa szła tunelem na kolejne spotkanie, piorun uderzył w ziemię. Sklepienie korytarza zawaliło się, zabijając kobietę na miejscu. Mówi się, że nadal słychać jęki i płacz Białej Damy. Niektórzy mówią o białym, tajemniczym obłoku, który często pojawia się w okolicach zamku i z którego wydobywa się płacz lub jęk. Zna ją też legenda o właścicielu oporowskich dóbr – szlachcicu litewskim Józefie Sołłohu-

bie. Miał on zaprzędać duszę diabłu w zamian za bogactwa. W czasie panowania Sołłohuba odbywały się liczne i huczne bale, polowania i uczy, pełne wytrawnych dań i przepychu. O ich skali opowiadano ponoć przez długie lata, co mogło dać pretekst do stworzenia tej barwnej legendy.

Obecnie zamek można zwiedzać codziennie poza wybranymi świętami. Wstęp do parku, jak i parking znajdujący się naprzeciwko bramy wejściowej, jest bezpłatny. Uczniowie szkół podstawowych i ponadpodstawowych mogą wziąć udział w lekcjach muzealnych z zakresu wiedzy o sztuce, historii, obyczajach rycerskich i staropolskich. Ponadto odbywają się tutaj spektakle teatralne i koncerty muzyki dawnej, plenery malarskie i fotograficzne, a także rekonstrukcje historyczne.



# Flawonoidy – leki z ogrodu

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

## KATARZYNA LEWKOWICZ-SIEJKA



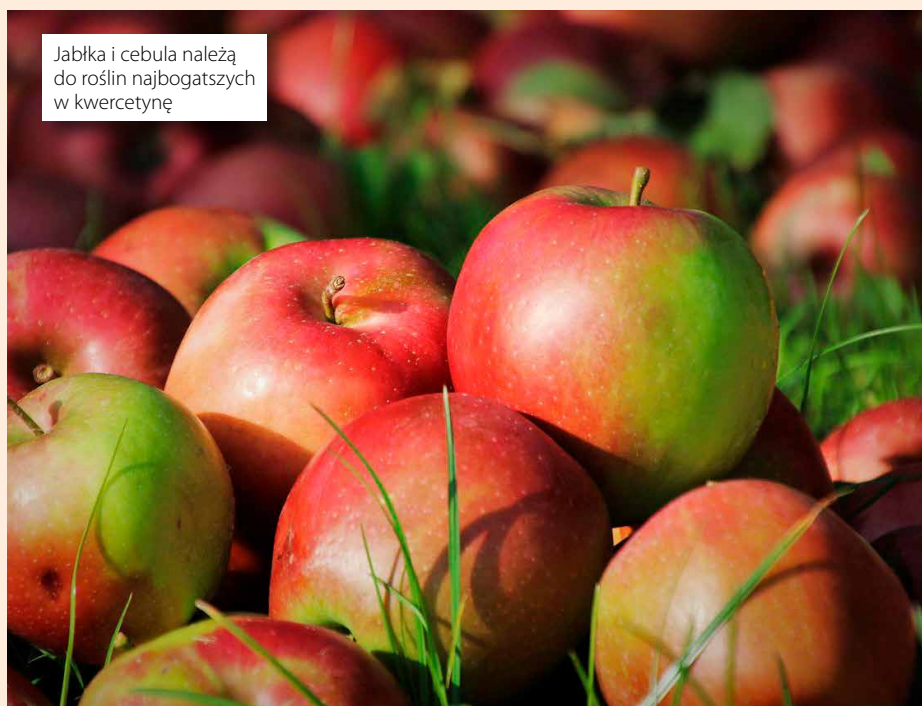
Szacuje się, że rośliny zawierają nawet 100 tysięcy różnorodnych czynnych substancji nazwanych fitochemikaliami lub wtórnymi substancjami roślinnymi, z których przebadano tylko część.

Pojęcie „wtórny” nie znaczy drugorzędny. Wręcz przeciwnie, substancje wtórne są wynikiem wyspecjalizowanego metabolizmu roślin i obejmują mnóstwo wysoce aktywnych związków. To one nadają warzywom i owocom charakterystyczny kolor, zapach czy smak. Organizm ludzki nie może ich sam wyprodukować. Największą grupę fitozwiązków stanowią polifenole. Do grupy polifenoli należą flawonoidy – dotychczas rozpoznano około ośmiu tysięcy różnych flawonoidów. Wśród najcenniejszych – oprócz resweratrolu – są: kwercetyna, glukozyzanolany, kurkumina, galusam epigallokatechiny (EGCG).

### Kwercetyna

Do najlepiej przebadanych flawonoidów należy kwercetyna. Jest głównym związkiem dostarczającym do organizmu z dietą owocowo-warzywną. Bogatym źródłem kwercetyny są jabłka i cebula. Znajdziemy ją też w zielonych warzywach liściastych, brokułach, brukselce, winogronach, śliwkach, czarnej porzeczce, żurawinie, wiśniach czy czereśniach.

Jest ona substancją wyjściową do syntezy innych flawonoidów. Pełni funkcje antyoksydacyjne – chroni komórki, błony komórkowe i DNA przed uszkodzeniami spowodowanymi działaniem wolnych rodników, co odgrywa ważną rolę w profilaktyce raka i przy zwalnianiu procesów starzenia się organizmu. Kwercetyna chroni przed utlenieniem lipoproteiny transportujące tłuszcze krwi (np. LDL), przez co przyczynia się do hamowania rozwoju miażdżycy i choroby sercowo-naczyniowej. Ma duże znaczenie dla zdrowej funkcji oczu, chroniąc komórki tego organu przed uszkodzeniami przez promienie UV i inne czynniki oksydacyjne. Wykazuje działanie przeciwnowotworowe – posiada właściwości regulujące niektóre



mechanizmy nowotworowe, np. obniża ekspresję niektórych onkogenów, hamuje niekontrolowane podziały komórkowe, indukuje procesy prowadzące do śmierci komórek nowotworowych. Ma działanie przeciwzapalne. Może blokować replikację wirusów w komórkach. Korzystnie wpływa na działanie układu krążenia dzięki właściwościom przeciwzakrzepowym i hamowaniu sklejania płytek krwi; działa rozkurczająco na komórki mięśni gładkich, co ma pozytywne znaczenie w regulacji ciśnienia krwi. Pomaga w cukrzycy, blokując enzym, który jest odpowiedzialny za gromadzenie się sorbitolu w komórkach (podwyższony poziom sorbitolu może prowadzić do powikłań układu nerwowego, oczu i nerek szczególnie u diabetyków), wpływa pozytywnie na obniżenie ryzyka rozwoju cukrzycy typu II.

Kwercetyna może również działać jako fitoestrogen – hormon roślinny mający zdolność do wiązania komórkowych receptorów estrogenu i regulujący pozytywnie biologiczne skutki działania tych hormonów. Wpływa hamująco na rozwój raka szyjki macicy.

Podobnie jak inne flawonoidy kwercetyna wspomaga wchłanianie witaminy C. Blokuje też enzym (reduktazę aldoozową), który odgrywa ważną rolę przy powstaniu zaćmy.

Kwercetyna działa antyalergicznym poprzez hamowanie wydzielania histaminy; przy jej spożyciu wyraźnie zmniejsza się częstotliwość ataków astmy.

### Glukozyzanolany z roślin krzyżowych

Grupa biologicznie aktywnych substancji pochodzących z roślin krzyżowych jest przedmiotem rosnącego zainteresowania naukowców. Szczególną uwagę skupiają oni na glukozyzolanach (glukozyzolatach) – związkach siarki i azotu, które nadają warzywom kapustnym gorzkawy smak, a gorczycy i chrzanowi ostry i piekący. Chronią one rośliny przed chorobami, wykazując silne działanie przeciwbakteryjne i przeciwgrzybicze.

Glukozyzanolany, które występują w komórkach tych roślin, nie wykazują szczególnych właściwości biologicznych, dopiero po rozdrobnieniu świeżego warzywa (tarcie, kroje-



nie) wskutek działania uwolnionego specyficznego enzymu (mirozynazy) z glukozynolanów powstają bardzo silnie działające substancje – tiocyjaniany i izotiocyjaniany. Ponieważ w nieuszkodzonej tkance roślinnej substancje te występują w postaci związanej, nieaktywnej, to każda taka „obróbka” roślin krzyżowych zwiększa ilość tych aktywnych substancji, natomiast ogrzewanie obniża ich poziom.

Glukozynolany są zatem związkami wyjściowymi w syntezie innych substancji – izotiocyjanianów do których zalicza się sulforafan. Związek ten jest szczególnie skuteczny w walce z rakiem. Badania kliniczne potwierdzają działanie przeciwnowotworowe sulforafanu i jego zdolność do

hamowania wzrostu guzów nowotworowych poprzez hamowanie angiogenezy (powstawanie naczyń krwionośnych w guzie).

Sulforafan chroni przed zaburzeniami funkcji mitochondriów – do chorób z tym związanych oprócz raka można zaliczyć chorobę Alzheimera, Parkinsona i fibromialgię. Badania naukowe potwierdziły, że sulforafan chroni komórki nerwowe przed niszczącym działaniem utleniaczy, które wykazują związek z rozwojem choroby Parkinsona. Zapobiega utlenieniu glutationu, a tym samym związanej ze stresem oksydacyjnym śmierci komórek nerwowych produkujących dopaminę.

Sulforafan wykazuje właściwości przeciwreumatoidalne – hamuje aktywność

komórek T limfocytowych i innych. Z badań wynika też, że ma właściwości przeciwbakteryjne i jest przydatny w zapobieganiu różnym infekcjom oraz w ich zmniejszaniu.

Wiele badań prowadzonych na eksplantach z roślin krzyżowych potwierdza pozytywny wpływ na działanie układu sercowo-naczyniowego związany z ich właściwościami antyoksydacyjnymi, jak również w usprawnieniu funkcji układu immunologicznego.

Najwięcej sulforafanu możemy uzyskać z kiełków brokuła lub siekając czy ścierając surowego brokuła i zostawiając go na 20-30 minut.

Baranowski

## Obrażony na radio

Jeden z najpopularniejszych muzyków młodego pokolenia Baranowski wystąpił w ostatnim dniu wakacji w Starym Młynie. Po ponad godzinnym, porywającym koncercie udało nam się porozmawiać z bohaterem wieczoru o jego wrażeniach, stresie, marzeniach i planach.

**Czy na twoich koncertach zawsze panuje taka energia jak tu, w sali MOK?**

Różnie to bywa. Tutaj była pełna sala, większość osób doskonale знаła repertuar, a to właśnie od publiczności zależy sukces takiego wieczoru. Na plenerach jest ludzi dużo, ale są daleko. Tutaj, choć było ich mniej, byli zdecydowanie bliżej. Kontakt był dość magiczny. Wasza sala jest nietypowa. Powiedziałbym, że klubowa. Chętnie zagrałbym tu z opcją unplugged!

**Czyli dobrze się czułeś podczas koncertu w Starym Młynie?**

Mega! Choć na początku byłem onieśmieszony...

**Niemożliwe!**

No jasne, prawie każdy się stresuje. No może Natalia Przybysz jest pod tym kątem wyjątkowa, ona zawsze czuje luz.

**Ale dzisiaj ze sceny padło, że jesteś na pla-  
cu zabaw.**

A to Stachu [Plewniak, saksofonista - przyp. red.] tak mi pomaga. Jest jednak ten dreszczyk emocji, który motywuje.

**Przyznam ci się, że gdy słuchałam w radiu „Lubię być z nią”, nie mogłam znieść prostoty refrenu. Dopiero dzisiaj podczas koncertu przeżyłam taką głębszą emocję towarzyszącą tej piosence.**

MAGDALENA ZIEMIAŃSKA



Wojtek Baranowski, występujący z zespołem pod nazwą Baranowski, zagrał i zaśpiewał utwory z dwóch płyt: „Zbiór” i „Baranowski 2”

Inspiruję się Beatlesami, a najbardziej piosenkami Paula McCartneya. I gdy słyszałem ciągle „Let it be”, albo „Help!” doszedłem do wniosku, że w tym szaleństwie jest metoda. Był taki moment, że nic mi nie przychodziło do głowy po napisaniu pierwszej wersji „Lubię być z nią”. Dlatego wzorem McCartneya, postanowiłem pozostawić taki prosty refren. Ja sam już nie mogę jej słuchać. To jest utwór typowy dla radia. A ja mam dwie twarze. „Pomów z nią” z mojej pierwszej płyty i „Cicho” z drugiej to utwory, które chciałbym wydać jako single radiowe. Żałuję, że nimi nie są. Czuję się w nich prawdziwy.

**A starasz się podążać za trendami?**

Od momentu wypuszczenia pierwszej piosenki zawsze starałem się być czujny. Chciałem wiedzieć, co się dzieje na świecie, żeby znaleźć swoje miejsce, poczuć sprzężenie zwrotne mojej muzyki z tym, co słychać w eterze. Całe życie chciałem grać starą muzykę – słuchałem Claptona, Zeppelinów, Beatlesów i było mi trudno coś stworzyć

sensownego, bo chciałem tak grać jak oni, a oni byli przecież rewolucjonistami swoich czasów. Kiedy to zrozumiałem, stwierdziłem, że muszę oddać im to, co ich, a sobie obrać cel: stworzenie stylu, w którym będę się dobrze czuł i który będzie odpowiednio nośny. Pomogło mi w tym pełne rozeznanie w muzyce – byłem bombardowany ciekawymi nowościami. W końcu musieliśmy odpowiedzieć czymś, co się wpisuje w panujący trend. Chociaż zawsze chcę coś pod prąd zrobić, coś zmienić, przeprowadzić małą rewolucję, choćby miało się to wydarzyć tylko w mojej głowie. Dla odmiany w ostatnim roku obserwuję u siebie wstręt do muzyki z radia, jestem na nią obrażony. I znów zacząłem słuchać starej muzyki – teraz w kółko Johna Mayera, choć on nie jest aż tak stary. Chciałbym jednak w przyszłości zrobić coś takiego jak on. Może za dwie płyty będę już tak brzmiał (śmiech). Chciałbym grać organiczną muzykę, przekonuję się do tego coraz mocniej.

Rozmawiała Magdalena Ziemiańska





## Ostatni akord

Pokhara w Nepalu to miejsce, skąd wyrusza najwięcej wypraw trekkingowych w Himalaje. Miejsce wręcz kultowe dla włóczykijów z całego świata. Tutaj można załatwić wszystkie formalności – pozwolenia, pomoc przewodnika, a nawet tragarza i oczywiście transport. Dla tych, którzy mają mniej czasu, organizowane są loty śmigłowcem na wysokość ponad 4500 n.p.m. Czasem można dolecieć nawet do słynnej bazy ABC, czyli Annapurna Base Camp. Można tam dolecieć lub dojść. Jest też możliwe spędzenie kilku dni, jak robi to wiele osób, na wędrownie po okolicznych górach i aktywnym wypoczynku. My znaleźliśmy się w tej ostatniej grupie.



### BEATA I DARIUSZ CŁAPOWIE

W kasie autobusowej w Lumbini, skąd wyruszamy, pytamy o bilety do Pokhary. Sprzedawczyni dowiaduje się, z jakiego hotelu jesteśmy, a następnie oświadcza, że bilety są już dla nas zarezerwowane przez właściciela hotelu, w którym śpimy (wcześniej prosiłmy go o zakup). No to super! Niewielki, w miarę komfortowy autobus miał jechać szybko, ale wyszło jak zawsze, po nepalsku. Długie postoje, szukanie przypadkowych pasażerów i przeciskanie się przez niskiej jakości, zatłoczone drogi...

Pokhara przywitała nas deszczowo. Właściciela hotelu, który miał na nas czekać, na stacji nie było. Jakoś się jednak do niego dodzwoniliśmy. Przyjechał w końcu, zabierając nas na nocleg.

Pierwszym miejscem, które odwiedzamy, jest Davi's Falls – spadający między skałami wodospad otoczony jest ciekawą architekturą i roślinnością. Wpadająca pod ziemię woda odsłania ponownie swoje piękno w umieszczonej po drugiej stronie ulicy podziemnej świątyni boga Siwy. Tutaj płynie ona wartkim strumieniem w kamiennym kanionie, a zejście do groty obudowane jest niczym wspaniały pałac.

Zaledwie kilkaset metrów dalej klasztor Dangialing przenosi nas w świat buddyzmu tybetańskiego. Na środku dziedzińca świątynia, w której centralnym punkcie znajduje się wyjątkowo realistyczny posąg świętego męża pogrążonego w medytacji. Następnie odwiedzamy pomieszczenie z wielkim młynem modlitewnym, wokół którego ulokowane są mniejsze, obracane przez pielgrzymów. W sklepiu obok klasztoru udaje nam się kupić kilka artefaktów, prawdziwie tybetańskich.

### Wyczuwalny duch gór

Odwiedzając Międzynarodowe Muzeum Himalaizmu, przenosimy się w realia zdobywców najwyższych gór świata. Na początek oglądamy część ekspozycji poświęconą mieszkańcom gór. Okazuje się, że żyje tutaj kilkadziesiąt plemion, każde ze swoim językiem, strojem i tradycją. Potem czeka na nas obszerna ekspozycja dotycząca himalaizmu: od zarania po dzień dzisiejszy. I tutaj miła niespodzianka – prawie połowa górnego piętra poświęcona jest himalaistom z Polski.



Chcąc wznieść się wyżej, udajemy się do kolejki górskiej Annapurna Cable Car, która unosi nas na wysokość ponad 2000 n.p.m. Duże zachmurzenie ogranicza widoczność, ale co chwila udaje nam się ujrzyć przepiękne, ośnieżone szczyty gór z Annapurną na czele. Droga w dół to wędrówka przez lasy, w których spotykamy wielkie, kolorowe, niespotykane u nas motyle i gęstą egzotyczną roślinność. Okoliczne wioski zachwycają nas malowniczymi domkami i niewielkimi świątynkami. Ludzie, zawsze uśmiechnięci, ubrani są bardzo kolorowo. Na dole, w nagrodę, którą sami sobie przyznaliśmy, idziemy na momo, czyli nasze ulubione nepalskie pierożki.

### Atrakcje w górach, atrakcje w rzece

Do hotelu mogliśmy wrócić autobusem, ale wybieramy drogę pieszą, wprost do krawca, u którego kupujemy typowy nepalski garnitur uszyty z bawełny i ... pokrzywy!

Jesteśmy w Nepalu tuż przed porą deszczową, poziom wód w rzekach jest więc raczej niski. Decydujemy się jednak na rafting rzeką Seti Gandaki. Po krótkim przeszkoleniu ruszamy na wodę. Naszym pontonem rzuca we wszystkie możliwe kierunki: w górę, w dół, na prawo i na lewo. Jakoś wytrzymujemy i po kilku godzinach bezpiecznie wysiadamy na ląd. To mi nie wystarcza. Wkrótce siedzę w kajaku jednego z organizatorów i po krótkiej zabawie na bystrzach ruszamy w górę rzeki. Moje zapotrzebowanie na adrenalinę zgasił zbyt gwałtowny skręt zakończony wodowaniem i powrotem do hotelu w przemoczonym ubraniu.

Po drugiej stronie jeziora Phewa znajdują się dwie atrakcje: Tal – Pagoda Świato-



# Wielka nauka z historii małej wyspy

DR HAB. GRZEGORZ IGNATOWSKI



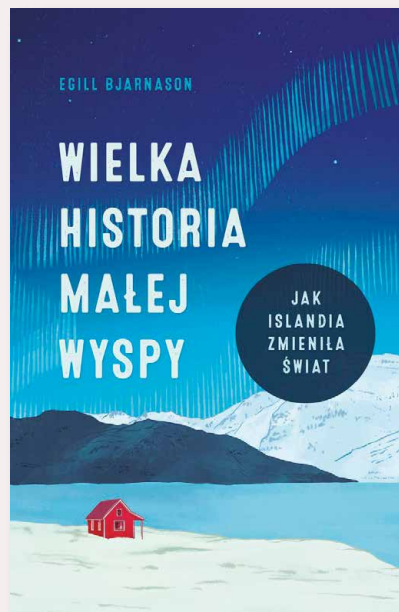
Czasami burzymy się, kiedy w innych krajach nie są znane nasze dzieje, a zdawać by się mogło, że wyedukowani ludzie nic nie wiedzą o polskich bohaterach narodowych. W takim kontekście warto zadać

sobie pytanie, co my wiemy chociażby o Islandii. Jej ciekawą historię prezentuje Egill Bjarnason w książce „Wielka historia małej wyspy”. Dowiadujemy się z niej, że status neutralności w czasie konfliktów zbrojnych nie zawsze chroni przed wojną. Tak było chociażby w czasie drugiej woj-

ny światowej, kiedy na wyspie wyładowali najpierw Brytyjczycy, a potem Amerykanie. Co nie zmienia faktu, że obecność tych ostatnich przyczyniła się do rozwoju i wzrostu poziomu życia Islandczyków. Jak zaznacza autor, najuboższy kraj w Europie stał się jednym z najbogatszych. Bjarnason niemal na każdej stronie swojej książki stara się przekonać czytelnika, że Islandia nie jest li tylko skalistą wyspą pełną lodowców i gorących gejzerów, jak stereotypowo patrzy na nią

wielu żądnych poznawania świata turystów lub siedzących za biurkiem marzycieli. Faktycznie, dzisiaj islandzkie kompozytorki zdobywają cenne Oscary za muzykę filmową, a wokaliści są zdolni do zajmowania czołowych miejsc na europejskich listach przebojów. Bagatela, w największych miastach można spotkać żyjących na stałe przedstawicieli niemal trzydziestu nacji. Autor zaznacza, że popularne japońskie sushi przygotowuje polski kucharz, a posiadająca niemieckie korzenie ekonomistka jest przewodniczką morskich wycieczek, w czasie których można nacieszyć wzrok oglądaniem wielorybów. Na miejską pływalnię wpuści nas Kenijczyk. Swoje miejsce na ziemi odnajdzie zagorzała ornitolog, ultrakonserwatywna republikanka z Kalifornii, Duńczyk zakochany w lokalnym folklorze i miłośniczka dawnej architektury drewnianej. Nie powinniśmy też zapomnieć, że Islandia jest krajem, w którym odbył się jeden z najbardziej pasjonujących pojedynków szachowych w historii. Miał on nie tylko wymiar sportowy. Oczywiście chodzi o mecz z 1972 r., w którym wzięli udział Bobby Fisher i Borys Spasski. Nie trzeba przypominać, że zwyciężył Amerykanin, pozbawiając szachowego tronu rosyjskiego mistrza świata. Pojedynki odbywały się w czasie, jak pisze autor, zimnowojennego prężenia mięśni. Po triumfie Fisher był noszony na rękach jako symbol zwycięstwa wolnego świata, a klęska Spasskiego nabrała znaczenia rosyjskiej katastrofy narodowej. Jakby mimowolnie wdamy się w centrum zmagania na arenie międzynarodowej, kiedy przypomnimy, że nie gdzie indziej, jak w centrum Islandii, do lotu na księżyc przygotowali się pierwsi amerykańscy kosmonauci. W islandzkich muzeach można natrafić na zdjęcie Neila Armstronga łowiącego łososie w północnej części wyspy. Znane są też opowieści o tym, jak w wolnych chwilach między zmuśnionymi ćwiczeniami Amerykanie grali w piłkę, a bramki były zrobione z kawałków bazaltu. Geolodzy szkolący kosmonautów byli przekonani, że w środkowej części Islandii, zalanej lawą i pozbawionej roślin, są najlepsze miejsca do odbywania szkoleń. Dokładne opowieści o historii wyspy znajdziemy w wielu miejscach napisanej wartkim językiem książki. Uniwersalny wymiar ma jednak stwierdzenie znajdujące się już na początku. Mianowicie, autor pisze, że aby zrozumieć dzieje Islandii, trzeba podważyć ukochane narodowe mity o bohater-skich odkrywca i szlachetnych mieszkańcach północnych terenów kraju. Trzeba przyznać, że przed podobnymi wyzwaniami staje każdy, kto stara się przedstawić dzieje własnej ojczyzny.

Prof. SAN dr hab. Grzegorz Ignatowski, filozof, etyk, autor publikacji naukowych oraz artykułów prasowych. Obecnie zajmuje się etyką w biznesie, źródłami rasizmu, międzynarodowymi stosunkami kulturalnymi i politycznymi na Bliskim Wschodzie oraz edukacją ekologiczną.



Na drogę powrotną do Katmandu wybieramy samolot. To droższy, ale szybszy i bardziej komfortowy środek transportu. Samolot ma opóźnienie – tutaj to norma, nikt się nie przejmie. Ładny dzień pozwala nam znów dotknąć wzrokiem najwyższych szczytów świata. To już ostatni akord naszej wyprawy, ale wrócimy tu na pewno. Jeszcze dotkniemy stopami tych gór, jeszcze zaśpiemy naszą kolejną pieśń o Himalajach i ludziach je zamieszkujących.



Wego Pokoju i świątynia z posągami boga Siwy. Obydwa obiekty nie są stare, ale robią ogromne wrażenia na zwiedzających. Mijając pagodę, którą zobaczymy później, udajemy się do posągu Siwy. Droga wiedzie górkami drózkami. We wspinaczce towarzyszą nam ogromne orły, które unoszą się nad naszymi głowami. Przed świątynią niewielka wioska, gdzie pielgrzymi mogą się posilić i odpocząć. Wreszcie ukazuje nam się ogromna postać Siwy siedzącego w pozycji lotosu. Prawa ręka uniesiona w geście błogosławieństwa, lewa trzyma trójząb. Rzeźba skąpana jest w przesuwających się chmurach, które na przemian odsłaniają ją i zasłaniają.

Świątynia Światowego Pokoju to przede wszystkim ogromna, biała stupa z płaskorzeźbami przedstawiającymi życie Buddy. Żeby wejść do środka, należy uścić niewielki datek, a przed samą stupą zdjąć obuwie. Przed świątynią kilka miejscowych kobiet prosi o zdjęcie z nami. No cóż, taka dola celebryty z Europy ;).

Na drogę powrotną do Katmandu wybieramy samolot. To droższy, ale szybszy i bardziej komfortowy środek transportu. Samolot ma opóźnienie – tutaj to norma, nikt się nie przejmie. Ładny dzień pozwala nam znów dotknąć wzrokiem najwyższych szczytów świata. To już ostatni akord naszej wyprawy, ale wrócimy tu na pewno. Jeszcze dotkniemy stopami tych gór, jeszcze zaśpiemy naszą kolejną pieśń o Himalajach i ludziach je zamieszkujących.





## By zazdrość pobudzała wyobraźnię

**DARIUSZ SPANIAŁSKI**



Zazdrość jest uważana za grzech równy pysze, będąc jednocześnie jej przeciwieństwem; innymi słowy, zazdrość to – jak mówił Zygmunt Freud – posiniaczona duma. Jest ona rodzajem smutku doznawanego z powodu czyjegoś dobra i zarazem silnym pragnieniem osiągnięcia tego samego lub pragnieniem przywłaszczenia sobie owego obiektu pożądania. Niestety zazdrość jest emocją, która odbiera człowiekowi zdolność rozsądnego myślenia i dlatego bywa źródłem wielu napięć emocjonalnych. Mówi się powszechnie, że ktoś jest „chory z zazdrości”. I coś w tym określeniu jest, bo kto prawdziwie zaznał zazdrości, wie, czym są nieprzespane noce.

Najsilniejsze uczucia zazdrości pojawiają się, gdy poczucie godności jest słabe, a samoocena – mówiąc delikatnie – chwiejna. Ma to znaczenie nie tylko w zakresie osiągania dóbr materialnych i sukcesów, ale również dotyczy życia codziennego

w relacjach rodzinnych, partnerskich czy towarzyskich. Niestety, zbyt często i zbyt wielu traktuje zazdrość jak dowód... uznania i miłości. Zbyt wielu znosi afekty zazdrości partnera, żyjąc w przekonaniu, że oto doznaje dowodu miłości. Tymczasem zazdrość nie jest barometrem, za pomocą którego można sprawdzić siłę miłości. To tylko lęk przed porównaniem, to obawa, że partner odkryje kiedyś, że jest się niewystarczająco atrakcyjną osobą. Właśnie kompleks niższości jest – według psychiatry Paula Haucka – źródłem podejrzliwości, chorobliwej zaborczości wobec partnera i przemożnej chęci kontrolowania jego życia. Zazdrośnik domaga się ciągłej uwagi i obecności partnera. Nie dzieje się to z obawy, że go utraci, lecz bardziej dlatego, że bez jego miłości czuje się mniej ważny.

Zazdrość jest tym, co może zniszczyć nawet bardzo udany związek. I nawet nie chodzi o nią samą, ale o zachowanie, które ona powoduje. Można przecież czuć zazdrość czy złość i nie robić nikomu z tego powodu krzywdy.

Pozostaje jednak pytanie: dlaczego poddajemy się zazdrości i atakujemy partnera, dopuszczając się nieraz dra-

stycznych zachowań? Otóż to kwestia kontroli. Pod wpływem silnego uczucia zazdrości, budujemy w sobie poczucie słuszności naszych podejrzeń i wchodzimy w bolesną rolę ofiary czyjejś nieojalności i nawet nie zastanawiamy się nad konsekwencjami naszego zachowania. W takim razie, jak zapobiec zazdrości, która niszczy spokój i pozbawia hamulców, a często godności? Niestety, nie ma na to recepty. Uczucie to rodzi się na niedoskonałościach naszej osobowości – przede wszystkim na niskim poczuciu własnej wartości.

Zastanówmy się więc nad własną samooceną. Sprawdźmy, czy umiemy dostrzec siebie jako partnera, czy tylko tkwimy w poczuciu bezpieczeństwa ofiarowanego nam przez czyjeś „wspierające nas ramie”. Jeżeli znamy swoją wartość i wiemy, dokąd kroczymy, to zazdrość może być zupełnie zdrową konkurencją pozwalającą widzieć wokół siebie partnera zamiast opiekuna czy głowy rodziny.

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



Kiedyś to słodko było  
Łyzeczkę się słodziło  
Dwie albo nawet trzy  
Lecz wystarczyła chwila  
I cukier gdzieś dał dyla  
Skończyła się idylla  
Gorzkie leją się łzy

Oleksiewicz

narysowała: asia  
napisał: wojtek





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

## 10 WRZEŚNIA (SOBOTA) ZAKOŃCZENIE LATA 2022 (Park Miejski im. Tadeusza Kościuszki)

- ◆ Złot Food Trucków
- ◆ godz. 11.00 – 15.00 – Motoserce - akcja krwiodawstwa
- ◆ godz. 12.00 – 19.00 – Targi Ekonomii Społecznej
- ◆ godz. 14.00 – 17.00 – znakowanie rowerów (namiot Straż Miejska)
- ◆ godz. 16.00 – 18.00 – VI Festiwal „Zg-JeżoGranie” edycja z Dawidem Kwiatkowskim
- ◆ godz. 16.00 - 19.00 - wioska harcerska
- ◆ (Park Miejski pomiędzy ul. Barlickiego i 1go maja)
- ◆ godz. 20.00 – koncert Dawida Kwiatkowskiego
- ◆ godz. 21.30 – ŚWIE(T)NIA NOC (kulminacyjne finałowe pokazy, pokazy akrobatyczne, seans pirotechniki estradowej)
- ▲ godz. 10.00 Otwarcie sezonu szachowego, partie pokazowe

Spółdzielczy Dom Kultury „SEM”, ul. Parzęczewska 21  
(organizator: SDK „SEM”)  
▲ godz. 15.00 X Memoriał im. Artura Mikulskiego - Dart Zgierz Open  
Klub AgRaKa ul. Mileczarskiego 1  
(organizator: Andrzej Tyniec)

## 11 WRZEŚNIA (NIEDZIELA) ZAKOŃCZENIE LATA 2022 (Park Miejski im. Tadeusza Kościuszki)

- ◆ Złot Food Trucków
- ◆ godz. 9.00 – 14.00 – XIII Memoriał im. W. Lisieckiego (impreza biegowa)
- ◆ godz. 11.00- 13.00 – MKP Boruta Zgierz – (stoisko promocyjno-informacyjne)
- ◆ godz. 12.00 – przemarsz harcerzy ulicami Zgierza
- ◆ (start – pl. Jana Pawła II)
- ◆ godz. 13.00 – zakończenie Święta Chorągwi Łódzkiej ZHP
- ◆ (plac Stu Strażonych)
- ◆ godz. 14.00 – 19.00 Strefa Rozwoju Lokalnego Miasta Zgierz,
- ◆ Europejskie Dni Dziedzictwa „Połączeni dziedzictwem – zgierskie spotkanie z żywą historią” (grupy rekonstrukcji historycznej)

- ◆ (org. Muzeum Miasta Zgierza),
- ◆ plener malarski – (org. Centrum Kultury Dziecka),
- ◆ „200 lat historii w jednym miejscu”, warsztaty stolarsko-ciesielskie
- ◆ (org. Park Kulturowy Miasto Tkaczy i Centrum Konserwacji Drewna),
- ◆ stoisko edukacyjne Wydziału Ochrony Środowiska i Rolnictwa UMZ
- ◆ godz. 17.00 – koncert Zespołu Reggae eside
- godz. 10.00 Kino w Starym Młynie film „Jak zostałem samurajem” Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)
- godz. 12.00 Kino w Starym Młynie film „King: Mój przyjaciel lew” Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)
- godz. 17.00 Kino w Starym Młynie film „Trzy tysiące lat tęsknoty” Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)
- godz. 19.00 Kino w Starym Młynie film „Szczęścia chodzą parami” Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)

## 13 WRZEŚNIA (WTOREK)

- godz. 18.00 Recital Lecha Dyblika Miejski Ośrodek Kultury z siedzibą w Starym Młynie, ul. Długa 41a (organizator: MPBP)
- ◆ Zapisy na zajęcia indywidualne w CKD. Pełna oferta zajęć na stronie ckdzgierz.pl

Centrum Kultury Dziecka, ul. Rembowski 17  
(organizator: CKD)

## 14 WRZEŚNIA (ŚRODA)

- ◆ godz. 9.00 „Co to za Kraj?” – zajęcia edukacyjno-literackie Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna, Filia Nr 2, ul. Długa 29a (organizator: MPBP)

## 15 WRZEŚNIA (CZWARTEK)

- ◆ godz. 9.00 „Co to za Kraj?” – zajęcia edukacyjno-literackie Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna, Filia Nr 2, ul. Długa 29a (organizator: MPBP)
- godz. 17.00 Kino w Starym Młynie film „Trzy tysiące lat tęsknoty” Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)
- ◆ godz. 17.00 Kawiarenka „Senioratka” – inauguracyjne spotkanie Wstęp wolny

Spółdzielczy Dom Kultury „SEM”, ul. Parzęczewska 21  
(organizator: SDK „SEM”)  
■ godz. 19.00 Kino w Starym Młynie film „King: Mój przyjaciel lew” Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)

## 16 WRZEŚNIA (PIĄTEK)

- godz. 17.00 Kino w Starym Młynie film „Trzy tysiące lat tęsknoty” Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)
- godz. 19.00 Kino w Starym Młynie film „King: Mój przyjaciel lew” Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)

## 17 WRZEŚNIA (SOBOTA)

- ▲ godz. 10.00 Narodowy Dzień Sportu Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Zgierzu, ul. Wschodnia 2 (organizator: WS UMZ, MOSIR)
- ▲ godz. 16.00 IV liga łódzka, piłka nożna MKP Boruta Zgierz – Włóknarz Żelów Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Zgierzu, ul. Wschodnia 2 (organizator: MKP Boruta Zgierz, MOSIR)

## 18 WRZEŚNIA (NIEDZIELA)

- godz. 10.00 Kino w Starym Młynie film „Kurozając i zagadka chomika ciemności” Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)
- ▲ godz. 10.00 VII Bieg Terenowy Zgierz Malinka

Ośrodek wypoczynkowo-sportowy „Malinka” (organizator: Kopalnia Pomysłów, MOSIR)

- godz. 12.00 Kino w Starym Młynie film „King: Mój przyjaciel lew” Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)
- godz. 17.00 Kino w Starym Młynie film „King: Mój przyjaciel lew” Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)

- godz. 19.30 Kino w Starym Młynie film „Trzy tysiące lat tęsknoty” Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)
- godz. 19.30 Kino w Starym Młynie film „Trzy tysiące lat tęsknoty” Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)

## 19 WRZEŚNIA (PONIEDZIAŁEK)

- godz. 12.00 Kino w Starym Młynie film „Jak zostałem samurajem” Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)

## 21 WRZEŚNIA (ŚRODA)

- ▲ godz. 10.00 Wielka Olimpijska Lekcja WF

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Zgierzu, ul. Wschodnia 2  
(organizator: Regionalna Rada Olimpijska w Łodzi, MOSIR, UMZ)

## 22 WRZEŚNIA (CZWARTEK)

- godz. 17.00 Kino w Starym Młynie film „King: Mój przyjaciel lew” Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)
- ◆ godz. 18.00 Spotkanie z cyklu „Co za gość...” Gościem spotkania będzie reportażysta, dziennikarz i pisarz Zbigniew Rokita Hostel „Folkier”, Park Kulturowy Miasto Tkaczy, ul. Rembowski 1 (organizator: WP UMZ)
- godz. 19.00 Kino w Starym Młynie film „Stracone złudzenia” Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)

## 23 WRZEŚNIA (PIĄTEK)

- Słodkoblękit – Zgierskie Spotkania Małych Teatrów Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)

## 24 WRZEŚNIA (SOBOTA)

- Słodkoblękit – Zgierskie Spotkania Małych Teatrów Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)
- ◆ godz. 16.00 Wieczorek taneczny Klubu „Złoty Liść”

Wyłącznie dla członków klubu  
Spółdzielczy Dom Kultury „SEM”, ul. Parzęczewska 21  
(organizator: SDK „SEM”)

## 25 WRZEŚNIA (NIEDZIELA)

- ◆ godz. 10.00 Kino w Starym Młynie film „King: Mój przyjaciel lew” Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)
- godz. 11.00 Hulaj Dusza Multisensoryczne zajęcia dla dzieci 0,6 - 6 lat 50 zł/spotkanie Zapisy bezpośrednio pod numerem telefonu: 660 275 402 Centrum Kultury Dziecka, ul. Rembowski 17 (organizator: CKD)
- godz. 12.00 Kino w Starym Młynie film „Jak zostałem samurajem” Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)
- ◆ godz. 12:45 XV Rajd Edukacyjny Szlakiem Walk Wrześniowych 28 pŚk i Kraśowej BK w Gminie Zgierz

Start Dąbrówka (krańcówka autobusu gminnego) – Jeżewo – Biała (cmentarz) – Kębłyny (obelisk) – Besiekierz Rudny (Szkoła Podstawowa im. 28. pułku Strzelców Kaniowskich) (organizatorzy: Oddział Zgierski PTTK, Urząd Gminy Zgierz oraz szkoła Podstawowa im. 28. Pułku Strzelców Kaniowskich w Besiekierzu, Wydział Sportu Urzędu Miasta Zgierz, Stowarzyszenie Historyczne „Strzelcy Kaniowscy” w Łodzi, Muzeum Miasta Zgierz)

- godz. 17.00 Kino w Starym Młynie film „Stracone złudzenia” Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)
- godz. 19.30 Kino w Starym Młynie film „Nie martw się kochanie” Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)

## 26 WRZEŚNIA (PONIEDZIAŁEK)

Akcja „Zatrzymaj Zaćmę z Salve”  
NZOP przy Hospicjum im. Jana Pawła II, ul. Parzęczewska 72a  
(organizator: Salve Sp. z o.o.)

## 29 WRZEŚNIA (CZWARTEK)

- godz. 17.00 Kino w Starym Młynie film „Johnny” Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)
- godz. 19.00 Kino w Starym Młynie film „Nie martw się kochanie” Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)

## 30 WRZEŚNIA (PIĄTEK)

- godz. 16.30-18.30 Kulinarna Wyprawa Dookoła Świata Warsztaty kulinarne dla dzieci. Kuchnia w dolinie muminków. Koszt: od 50 zł/dziecko Zapisy elektroniczne od 19.09 na ckdzgierz.pl Centrum Kultury Dziecka, ul. Rembowski 17 (organizator: CKD)
- godz. 17.00 Kino w Starym Młynie film „Nie martw się kochanie” Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)
- godz. 19.30 Kino w Starym Młynie film „Johnny” Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)

**UWAGA! Kalendarium ma charakter poglądowy, daty i miejsca wydarzeń mogą ulec zmianie.**

## Znajdziesz nas między innymi:

- Bank Spółdzielczy, Długa 62 A (+placówki)
- Bar „Express”, Długa 63/67
- Bar „Myśliwski”, Popiełuszki 9
- Bar „U Borowy”, Narutowicza 26
- Best 2 – dystrybutor NC+, pl. Jana Pawła II 17
- Biuro podróży „Ready to go”, Musierowicza 4
- Centrum Drobniarskie, Gałczyńskiego 31
- Centrum Konserwacji Drewna, Narutowicza 6
- Centrum Kultury Dziecka, Rembowski 17
- Centrum Medyczne Boruta, Struga 2/4
- Dom Kultury SEM, Parzęczewska 21
- Dorabianie kluczy, Kamienna 20
- Delikatessy „Mix”, 1-go Maja 3
- Falkopia, 1 Maja 65
- Fru Fitness, Sienkiewicza 20
- Gabinet kosmetyczny „Seralis”, Witkacego 2 B
- Hotel San Remo, Chemiczków 6
- Hurtownia hydrauliczna „Instal-Zgierz”, Wspólna 12
- Hurtownia materiałów budowlanych „Budmar”, Piątkowska 83
- Kiosk „Ruchu”, Gałczyńskiego 26
- Kiosk „Ruchu”, Parzęczewska 17

- Kiosk „Ruchu”, Witkacego 1/3
- Komenda Hufca ZHP, Długa 29
- Komenda Powiatowej Policji, Długa 58/60
- Kurczak „Na parkingu”
- Kwiaciarnia „Storczyk”, Bazylijska 39 H
- Lecznicza weterynaryjna, Żytnia 82
- Łaźnia Miejska, Łęczyska 24
- Mechanika Pojazdowa „Aris”, Łęczyska 11
- Miejski Ośrodek Kultury, Mielczarskiego 1
- Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji, Wschodnia 2
- Miejski Zespół Przychodni Rejonowych, Łęczyska 24A (+placówki)
- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, Długa 56
- Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna, Łódzka 5 (+filie)
- Mieszalnia lakierów, Dąbrowskiego 22
- Muzeum Miasta Zgierz, Dąbrowskiego 21
- Myjnia samochodowa, Łęczyska 24
- Myjnia samochodowa, Żytnia 22 C
- Najlepsze sery w mieście, Gałczyńskiego 31
- Ostrzenie noży, Kamienna 20
- Park Kulturowy Miasto Tkaczy, Rembowski 1
- Powiatowy Urząd Pracy, Barona 10
- Poradnia „Madox”, Musierowicza 18/C
- Pralnia-magiel, Rembowski 63
- Przychodnia Oko-Med, Kuropatwinińskiej 2

- Punkt Lotto, Powstańców Śląskich 2 BC
- Restauracja „Jagusia”, Skargi 24
- Salon fryzjerski „Ola”, Tuwima 20
- Salon optyczny „Italooptica”, Gałczyńskiego 40
- Salon optyczny „Lux Vision”, Parzęczewska 17
- Sąd Rejonowy, Sokołowska 6
- Sklep „Dar-Mar” Przygraniczna 25
- Sklep „Gastropak”, Dąbrowskiego 10
- Sklep budowlany „Standard”, 1 Maja 19
- Sklep monopolowy, Lechonia 2
- Sklep przemysłowy, Rembowski 63
- Sklep rybny „Szprotka”, Witkacego 1, paw. 7
- Sklep sportowy, Rembowski 63
- Sklep spożywczy, Długa 10
- Sklep spożywczy, Długa 110
- Sklep spożywczy, Dubois 17
- Sklep spożywczy, Gołębia 18
- Sklep spożywczy, Milenijna 21
- Sklep spożywczy, Osiedlowa 4
- Sklep spożywczy, Parzęczewska 32
- Sklep spożywczy, Piątkowska 31
- Sklep spożywczy, Przemysłowa 29
- Sklep spożywczy, Rembowski 43
- Sklep spożywczy, Sierakowskiego 1
- Sklep spożywczy, Stępowizna 8
- Sklep spożywczy, Szczawińska 50
- Sklep spożywczy, Wiosny Ludów 4

- Sklep spożywczy, 3 Maja 8
- Sklep spożywczy „Af-Lider”, Boya-Zeleńskiego 39
- Sklep spożywczy „Iwona”, Staffa 22C
- Sklep spożywczy „Markecik” P&M, Powst. Śląskich 2A
- Sklep spożywczy „Mateusz”, Kasprowska 31
- Sklep spożywczy „Miraż II”, Przygraniczna 32
- Sklep spożywczy „Od A do Z”, Piłsudskiego 23
- Sklep spożywczy „Olimp”, Boya-Zeleńskiego 45
- Sklep spożywczy „Radus”, Osiedle 650-lecia (przy bl.76)
- Sklep spożywczy „U Justyny” Ozorkowska 66
- Sklep spożywczy „U Placka”, Chelmska 75
- Sklep spożywczy, Dąbrówka, Główna 25
- Sklep spożywczy „Zgoda”, Dubois 37
- Sklep spożywczy „Zgoda”, Klonowa 1
- Sklep spożywczy „Zgoda”, Przemysłowa 2
- Sklep spożywczy „Zgoda”, Rembelskiego 2
- Sklep tytoniowy, Długa 55 A
- Sklep zoologiczny, Kolejowa 6
- Sklep zoologiczny „Zoolog”, Witkacego 2B
- Sklep żelazny „BMP”, Ozorkowska 48
- Stacja Nowa Gdynia, Sosnowa 1
- Stacja Uroda, Kolejowa 6/5
- Starostwo Powiatowe, Sadowna 6 A
- STS „Dubois”, Rembowski 63
- Straż Miejska, Popiełuszki 3A

- „Ter-Lux”, Czerwińskiego 52
- Urząd Gminy Zgierz, Łęczyska 4
- Urząd Stanu Cywilnego, 1 Maja 5
- Urząd Miasta Zgierz, pl. Jana Pawła II 16
- „Trafika”, Aleksandrowska 13/15
- TV-SAT, Kilińskiego 5
- Wod-Kan, Struga 45
- Wojewódzki Szpital Specjalistyczny, Parzęczewska 35
- Warzywniak, Piłsudskiego 27
- Zakład fryzjerski „Jerzyk”, Tuwima 20
- Zakład fryzjerski „Marsya”, Staffa 22C
- Zakład fryzjerski „Nie zadzieraj z fryzjerem”, Łęczyska 2
- Zakład fryzjerski „Szalone Nożyczki”, Aleksandrowska 29
- Zakład fryzjerski, Parzęczewska 17
- Zakład szewski, 1 Maja 25
- Zieleniak, Dubois 20

Firmy i instytucje zainteresowane dystrybucją miesięcznika „Zgierz – moja przestrzeń” zapraszamy do kontaktu z naszą redakcją: mokraty@interia.pl lub pod numerem tel. +42 714 31 76.



# NOWE RENAULT MEGANEE-TECH

w 100% elektryczne

E-Tech tour  
13.09-15.10



już od  
**1339 zł** /mies.  
(RRSO 10,01%)  
umów się na jazdę testową na [renault.pl](http://renault.pl)

**nawet do 450 km zasięgu, 26 zaawansowanych systemów wspomagania jazdy, 300 zarejestrowanych patentów, nowy kokpit openR o powierzchni 774 cm<sup>2</sup> z wbudowanym Google**

RRSO dla Kredytu Renault Easy Box wynosi 10,01% dla następującego reprezentatywnego przykładu: cena auta 169 900 zł, okres 25 miesięcy, wpłata własna 55 693,22 zł, oprocentowanie stałe nominalne w skali roku 5,99%, finansowane: prowizja bankowa 4568,27 zł i ubezpieczenie kredytobiorcy 3563,25 zł. Miesięczna rata kredytowa 1339,33 zł. Ostatnia rata 103 808,90 zł. Całkowita kwota kredytu: 114 206,78 zł. Całkowita kwota do zapłaty: 135 952,83 zł. Stan na dzień 1.09.2022 r. Kredyt oferowany jest przez RCI Banque S.A. Oddział w Polsce i dostępny u pośredników kredytowych wykonujących czynności faktyczne związane z zawieraniem umów kredytowych na podstawie umowy z RCI Banque S.A. Oddział w Polsce z siedzibą w Warszawie. Wartości zużycia energii elektrycznej dla modelu Renault Megane E-Tech w 100% elektryczny w zależności od wariantu i wersji wynoszą w cyklu mieszanym od 15,8 do 16,1 kWh/100 km, a emisja CO<sub>2</sub> – 0,00 g/km (dane na podstawie świadectw homologacji typu). Zużycie energii elektrycznej i emisja CO<sub>2</sub> zostały określone zgodnie z procedurą pomiarową i odpowiadają zapisom Rozporządzenia (UE) 2017/1153 z dnia 2 czerwca 2017 r. w uzupełnieniu Rozporządzenia (WE) nr 715/2007 Parlamentu Europejskiego i Rady w sprawie homologacji typu pojazdów silnikowych w odniesieniu do emisji zanieczyszczeń pochodzących z lekkich pojazdów pasażerskich i użytkowych. Podane wartości mogą się różnić od rzeczywistych wartości, na które wpływają m.in. styl i warunki jazdy, dodatkowe wyposażenie samochodu zainstalowane po rejestracji pojazdu, sposób ładowania akumulatora oraz jego stan techniczny. Sprawdź szczegóły u Autoryzowanych Partnerów Renault lub na stronie [wlp.renault.pl](http://wlp.renault.pl). Informacje dotyczące odzysku i recyklingu pojazdów wycofanych z eksploatacji na stronie [www.renault.pl](http://www.renault.pl).



[renault.pl](http://renault.pl)



GRUPA  
**JASZPOL**

**Zgierz, ul. Łódzka 28**

**Łódź, ul. Brukowa 2**

**Łódź, ul. Przybyszewskiego 176**

[www.jaszipol.pl](http://www.jaszipol.pl)

/Jaszipol