

zgierski miesięcznik społeczno-kulturalny
listopad 2024, nr 10/2024 (101) | egzemplarz bezpłatny | ISSN 2450-3770

M O J A •

Zg

ie

rZ

P
R
Z
E
S
T
R
Z
E
Ń

ZA NIEMAL
2 MLN ZŁ MIASTO
WYREMONTOWAŁO
CHEMIKÓW,
CZERWIŃSKIEGO,
KORCZAKA

CO CIEKAWEGO
WYŁOWILI Z DNA
ZBIORNIKA WODNEGO
NA MALINCE
NURKOWIE?

TRZEBA SIĘ ODERWAĆ
OD „PIŁKARSKIEGO POKERA”
- REŻYSER **JANUSZ ZAORSKI**
W BIBLIOTECIE

IDĄ ZMIANY
W GOSPODAROWANIU
ODPADAMI - **TEKSTYLIA**
WYŁĄCZNIE DO ODPADÓW
SEGREGOWANYCH

KOLEJNE
FANTASTYCZNE
REKORDY I ŻYCIÓWKI
PŁYWAKÓW
ZGIERSKIEGO MUKS

OBLIGACJE MIEJSKIE
- DLACZEGO
I NA CO SAMORZĄDY
SIĘ ZADŁUŻAJĄ?



SPIS TREŚCI

Z życia miasta	4-5
Połączyć pamięć z ekologią	6
ZTA gościło i zwyciężyło	6
Drogowych inwestycji ciąg dalszy	7
Miasto wyemituje obligacje za 20 mln zł	8
Od „skaczącej piłętki” do brązowego pasa – poznajcie Hanię Czaplinską	8
Wprowadzali Włókniarza do I ligi hokeja	9
Pożegnania (2023–2024)	10
Dwunastka ma już 30 lat!	10
Fundacja LWF w Zgierzu: Wielowymiarowe Wsparcie dla Uchodźców z Ukrainy	11
Odblaski ratują życie konkurs dla uczniów szkół podstawowych powiatu zgierskiego	12
Ciekawe czasy to nie bajka	12
Menadżer w gospodarce	13
Ogień Niepodległości – tradycja, która łączy pokolenia (cz.2)	14
Pasja i hobby kontra nadmiar Internetu	15
Po prostu lubię reżyserować	16
Czysta Malinka	17
Tekstyliów już nie wyrzucimy do śmieci komunalnych	18
Żyj, pracuj, doceniaj, co masz. . .	19
Wirtualny autyzm – niepokojący wpływ ekranów na najmłodszych	19
Mormoni – kim są i jak działają w Polsce?	20
Zgierskie księgarnie (2)	21
MUKS Zgierz. Pływacy z medalami	22
Czarny Kot. . . Czarny Kot? Czarny Kot!	23
Różnorodnie i przedpremierowo	23
Rekordowa frekwencja w programie Edukacja Młode Horyzonty	24
Jesienne spotkanie ze sztuką i literaturą w zgierskiej księżnicy	24
Łowicki Park Etnograficzny w Maurzycach – skansen pełen tradycji i historii	25
Omega-3 – uzdrawiający tłuszcz	26
Zgierska Galeria Sztuki weszła w drugie półwiecze	27
Jezioro	28
Titicaca	28
Zdławieni przez rytuały	29
W pogoni za autorytetem	30
Kalendarium wydarzeń	31



7



10



17



19



28

Słowo wstępu



Są ludzie, którzy widzą szklankę do połowy pełną i tacy, którzy widzą, że ciągle jest w połowie pusta. Dla jednych siłą napędową jest to, co daje pozytywną energię, inni żywią się

tym, co w szlachetniejszej czy bardziej wrażliwej części społeczeństwa może w najlepszym razie wywoływać niesmak. Tak, w moich oczach świat i ludzie przypominają jesień, która może być słoneczna, przepiękna i kolorowa albo przybierać postać ponurą, dżdżystą i zimną. Co wolimy? Ech, co za bezsensowne pytanie! Oczywiście, że bez zastanowienia większość z nas wybierze tę piękną, złotą odmianę pory roku, chcąc delektować się tym, co cieszy wzrok i fajnie działa na inne zmysły. Zastanawia mnie, dlaczego w takim razie – wykorzystując paralełę przyrody i człowieka – w przypadku ludzi tak często łapiemy się na lep taniej sensacji „sprzedawanej” nam z towarzyszeniem słownych czy obrazkowych fajerwerków? Dlaczego tak często chwytemy się tego, co raczej burzy niż utrzymuje nasze emocjonalne status quo? Co sprawia, że samodzielne myślenie, czasem wbrew dominującemu nurtowi, stało się takie ekskluzywne? A lepiej zapewne nie będzie, bo żyjemy w czasie, gdy przy użyciu powszechnie dostępnych narzędzi sztucznej inteligencji możemy podrobić dosłownie każdy obraz, każdy głos, wykreować każdą, nawet najbardziej absurdalną sytuację. Nie chcę, żeby to zabrzmiało zbyt patetycznie, ale nadszedł ostatni czas na to, żeby nauczyć się właściwego reagowania na (szczególnie te internetowe) krótko żyjące „sensacje”, wdrożyć u siebie odruch sprawdzania „rewelacji” i brania głębokiego oddechu przed zbyt szybką i jednoznaczną oceną tego, o czym/kim czytamy, co słyszymy, co/kogo widzimy.

Miesięcznik „Zgierz – moja przestrzeń”, ISSN 2450-3770 ukazuje się od października 2015 r.
wydawca: Miejski Ośrodek Kultury, ul. Długa 41A, 95-100 Zgierz,
mail: redakcja@starymlynzgierz.pl
Redaktor naczelna: Renata Karolewska
Zespół stałych współpracowników:
Jakub Niedziela, Emilia Antosz, Magdalena Ziemiańska,
Maciej Rubacha, Joanna Syncerek (grafika)
Projekt graficzny, skład i łamanie: Tomasz Kuc
Druk: SILVERPRINT
Nakład: 3500 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.

Czasopismo jest w pełni finansowane ze środków MOK.



Projekt okładki:
Joanna Syncerek
Zdjęcie na okładce:
Krzysztof Głowacki

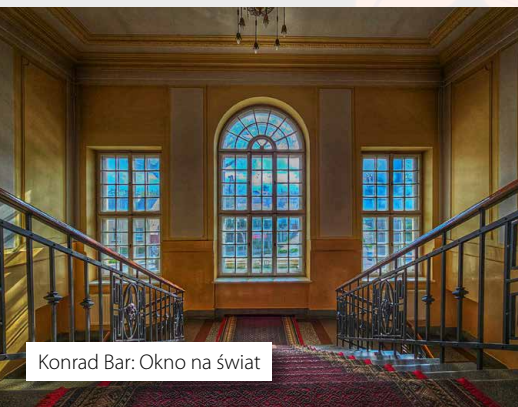
Kadry (nie)codziennosci

Już ponad 7 tysięcy członków liczy facebookowa grupa „Foto Zgierz”, choć od momentu jej założenia nie minęły jeszcze cztery lata. Co dzień na profilu ukazują się zdjęcia pokazujące, jak fotogenicznym miejscem są Zgierz i jego okolice. O tym, jak ciekawe to prace, mogli przekonać się ostatnio nawet mieszkańcy niekorzystający z serwisów społecznościowych. W październiku na miejskich przystankach autobusowych pojawiła się wystawa „Zgierz – kadry (nie)codziennosci”. Złożyło się na nią 31 prac wybranych przez administratorów grupy „Foto Zgierz”.

„Wystawa nie tylko promuje lokalnych twórców, ale także zaprasza mieszkańców do uważniejszego przyjrzenia się swojemu miastu” – uzasadniają pomysłodawcy.

To już druga wystawa autorów „Foto Zgierz”, wcześniej zorganizowano w galerii Starego Młyna. Warto dodać, że nie jest to też pierwsze „wyjście ze sztuką do ludzi”. Pod koniec czerwca na zgierskich przystankach prezentowano prace artystów ze Zgierskiej Galerii Sztuki. (jn)

M.in. te prace można podziwiać na miejskich citylightach:



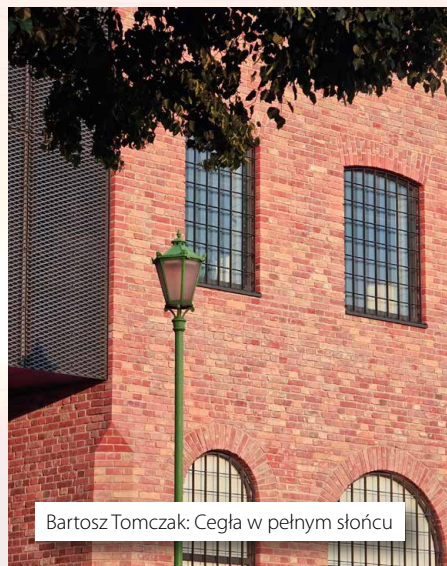
Konrad Bar: Okno na świat



Krzysztof Matusiak: Chwila odpoczynku...



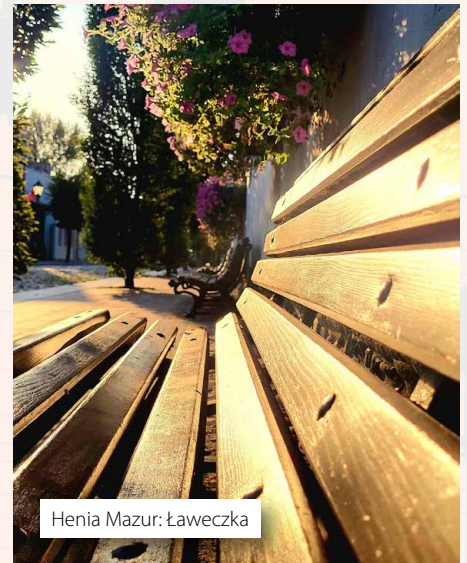
Lech Baczyński: Nasz park



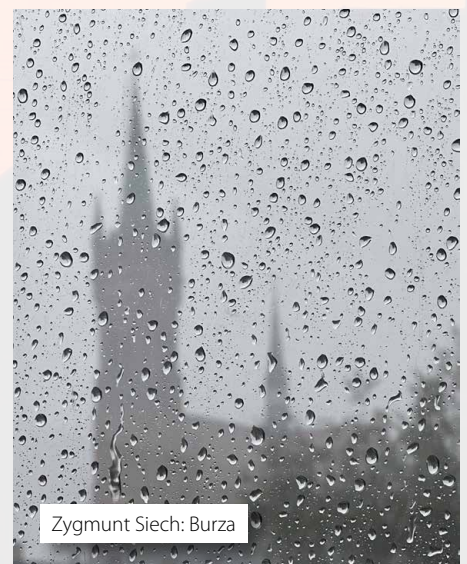
Bartosz Tomczak: Cegła w pełnym słońcu



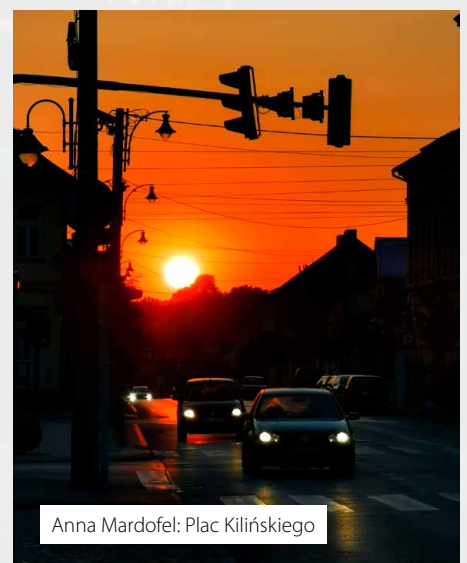
Łukasz Gryzio: Z lotu ptaka



Henia Mazur: Ławeczka



Zygmunt Siech: Burza



Anna Mardofel: Plac Kilińskiego

XVII kwesta na zgierskich cmentarzach

W naszym mieście dzień Wszystkich Świętych od kilkunastu już lat kojarzony jest ze zbórką na renowację zabytkowych nagrobków i zapomnianych mogił zasłużonych. Towarzystwo Przyjaciół Zgierza wspierane przez nauczycieli, uczniów ze Zgierza i Szczawina, także przez Stowarzyszenie EZG, kwestowało przez dwa pierwsze dni listopada. Datki zbierano na cmentarzu przy ul. Skargi oraz na nekropoli przy ul. Spacerowej. W chwili oddawania numery do druku nie był jeszcze znany wynik akcji.

W zeszłym roku kwesta przyniosła ponad 17 tysięcy złotych. Część środków przeznaczono na renowację grobu Jakuba Stefana Cezaka, społecznika, samorządowca, założyciela Szkoły Handlowej w Zgierzu, ofiary reżimu

hitlerowskiego. Tegoroczna zbiórka ma uzupełnić budżet prac wykonywanych przy nagrobku dyrektora. Materiał już zamówiono, poddawany jest obróbce zgodnie z projektem.

W ostatnim czasie dzięki publicznym kwestom na zgierskich nekropoliach udało się m.in. odnowić dwie XIX-wieczne tablice nagrobne umieszczone przy bramie Starego Cmentarza. Sfinansowano też remont najstarszego nagrobka z Cmentarza Ewangelickiego, miejsca spoczynku zmarłego w 1840 r. Ernsta W. Moesa, dyrektora jednej z fabryk włókienniczych. Zbiórka TPZ pozwoliła też kompleksowo odnowić najpiękniejszy grób na cmentarzu przy ul. Skargi – nagrobek rodziny Kausik z rzeźbą 18-letniej dziewczyny.



W zbiórce uczestniczyli m.in. członkowie TPZ, pedagodzy i uczniowie

Odnowiono też groby m.in. dr. Stanisława Oleszy, Aleksandra Metelskiego i Zygmunta Burdzińskiego, a także rodzinny grobowiec dr Stefani Kuropatwińskiej w Siedlcach. (jn)

W służbie bez munduru – Tajna Organizacja Nauczycielska

23 października w Zgierzu odbyły się obchody 85. rocznicy powstania Tajnej Organizacji Nauczycielskiej – prowadzącej tajne nauczanie podczas okupacji i podtrzymującej ducha patriotyzmu. W sali obrad Urzędu Miasta Zgierza odbyły się okolicznościowe prelekcje, młodzież zgierskich szkół ponadpodstawowych odczytała wspomnienia nauczycieli i uczniów z czasów TON, przywołując emocje tamtych dni. Muzeum Miasta Zgierza przybliżyło losy zachowanych sztandarów przedwojennych szkół. Uroczystości zakończył Marsz Pamięci oraz złożenie kwiatów przy siedzibie ZNP. (mr)

Młodzi przedsiębiorczy

„Młodzi w Biznesie” to wydarzenie organizowane przez Zgierskie Centrum Obsługi Przedsiębiorców dla uczniów szkół średnich, którego celem jest nauka przedsiębiorczości. Tradycyjnie organizowane są dwie konferencje, w których czasie uczennice i uczniowie zapoznają się z tajnikami prowadzenia działalności gospodarczej, uzyskują odpowiedzi na pytania o rentowność i sens prowadzenia własnej firmy, dowiadują się, jak wystartować, od czego zacząć, jakie trzeba mieć predyspozycje do prowadzenia własnej firmy. Młodzi mogą

także liczyć na wsparcie przy pisaniu biznesplanów.

Pierwsza konferencja już za nami, a kolejna już 5 grudnia 2024 r. Wówczas to ogłoszona zostanie formalnie trzecia edycja konkursu "Młodzi w Biznesie – mój pierwszy biznes w Zgierzu". Zadaniem młodych mieszkańców będzie stworzenie biznesplanu, który oceni kapituła powołana przez Prezydenta Miasta Zgierza. Autorzy najlepszych pomysłów przedstawiają je członkom kapituły. Nagrody zostaną wręczone podczas Gali Przedsiębiorczości, ale o tym w kolejnych wydaniach. (aś)

Stachuriada – czas dla miłośników poezji

Tegoroczna 32. Stachuriada odbędzie się w dniach 16-17 listopada w MOK Stary Młyn. Program jak zawsze obejmuje dwa konkursy: Jednego Wiersza i Piosenki Poetyckiej. Uczestników będą oceniać między innymi łódzki poeta i felietonista Piotr Grobliński i Ada Rusinkiewicz – wokalistka i nauczycielka śpiewu, znana z zespołu hethet, który wielokrotnie triumfował

w konkursach poetyckich, w tym w zgierskiej Stachuriadzie. Wśród wydarzeń dodatkowych znalazły się m.in. słowno-muzyczny program artystyczny teatru Anny Paszkowskiej i recital Elżbiety Adamiak pt. "Trwaj chwilo, trwaj". Szczegółowy rozkład wydarzeń Konkursu Poetyckiego Stachura Pozostałym znajduje się na stronach internetowych Starego Młyna. (mz)

#Zoom_na_Łódzkie, czyli na Zgierz też

Łódzki Dom Kultury realizuje drugą edycję działań pod nazwą #Zoom_na_Łódzkie, polegających na organizacji w trzech wybranych miastach województwa warsztatów fotografii komórkowej. W gronie zaproszonych do współpracy instytucji znalazł się Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn. To tutaj 30 listopada odbędą się czterogodzinne zajęcia, które poprowadzi fotograf



ka Dominika Bieniek. Uczestnicy warsztatów poznają możliwości i funkcje smartfonów służące fotografii artystycznej i dokumentalnej, a zdobytą wiedzę da im możliwość uczestnictwa w konkursie, który zostanie ogłoszony przez ŁDK. Chętni do udziału w zajęciach (w wieku 15+) mogą zgłaszać się telefonicznie (42 716 26 18 wew. 1). Liczba miejsc ograniczona. (mz)

Narodowe Święto Niepodległości 11 LISTOPADA 106. rocznica odzyskania niepodległości

13:00 Misa św. w Intencji Ojczyzny i Mieszkańców Zgierza
Kościół św. Józefa w Zgierzu, Al. Wolności 1

14:00 - 16:00 Plakaty: „Zgierz świętuje Niepodległość”
pl. Kilińskiego

18:00 Koncert Zgierskiego Chóru Kameralnego
pl. Kilińskiego

19:30 Powitanie Setulety Rewolucji „Ognie Niepodległości”
pl. Kilińskiego

19:30 „Parada Niepodległości” z towarzyszeniem Komandy Powiatowej Policji w Zgierzu, Komandy Powiatowej Policji w Żelaznej Kłodzkiej, Oddziału Kultury i Turystyki Stowarzyszenia EKO oraz Szkoły Podstawowej nr 1 w Zgierzu, ul. Kilińskiego, Jassemu J. Długosza „PRZYSTANEK WOLNOŚĆ” Pomnik Wolności Niepodległości (ul. Wolności, Stary Rynek 8)

19:30 Oddanie hołdu i wieniec Niepodległości Polacji przy Tablicach Pamięciowych na Rybaku, w dniu wyłączenia szkolnożyciowego Prezydenta Miasta Zgierza, złożenie Ognia Niepodległości i kwiatów

Wynajazd Honorowy i Setulety Rewolucji na Stary Cmentarz, Apel Pamięci i złożenie Ognia Niepodległości ul. S. P. Skargi 26

7 listopada: 12:00 Otwarcie wystawy „Odkrycie Niepodległości”
Nagrobek „Złota Róża”
ul. Jana Pawła II

9 listopada: 19:00 Koncert „Bismarck dla Niepodległości”
Jednostka Kultury Stary Młyn
ul. Skargi 26

Kolędy i pastorałki w konkursowym wydaniu

Tylko do 18 listopada można zgłaszać chęć udziału w konkursie kolęd i pastorałek "Na świąteczną nutę". Przesłuchania w Centrum Kultury Dziecka odbędą się 4 grudnia – organizatorzy przeznaczą na nie prawie cały dzień. Co roku, a będzie to już 11. konkurs, liczba zgłoszeń jest coraz większa. Spośród wszystkich wyłonieni zostaną ci, którzy wystąpią podczas koncertu galowego w Starym Młynie. A ten został zaplanowany na 17 grudnia w godzinach 17.00-19.00. Zgłoszeń mogą dokonywać przedstawiciele placówek szkolnych i przedszkolnych, kół wokalnych, scholi i zespołów, a także soliści niezwiązani z żadną instytucją. Celem konkursu jest między innymi rozwijanie talentów muzycznych, ale przede wszystkim kultywowanie tradycji i propagowanie związanego z nią wspólnego, świątecznego śpiewania i muzykowania. (mz)



Konkurs organizowany jest w CKD po raz jedenasty, a jego popularność z każdym rokiem rośnie

Konkurs na szopkę bożonarodzeniową



Która szopka bożonarodzeniowa okaże się najpiękniejsza w tym roku? Odpowiedzi na to pytanie jeszcze nie znamy. Na razie MOK Stary Młyn czeka na prace konkursowe. Zgłoszenia przyjmowane są do 2 grudnia. Prace nie powinny być zbyt duże – w regulaminie określono ich maksymalny rozmiar 25x25x25 cm. Za to autorzy mają pełną dowolność w wyborze materiałów do ich budowy. Do tej pory były to plastelina, karton, drewno, masa piankowa, czy makarony. Organizatorzy liczą na kreatywność uczestników, ale ważna jest również samodzielność wykonanych elementów. Warunki udziału w konkursie podane są na stronie www.satrymlynzgierz.pl (w dziale Aktualności). (mz)

Konie jak żywe – oto twórczość Sławomira Szeredy

Trwają ostatnie przygotowania niezwykle wystawy w Zgierskiej Galerii Sztuki. Będą to rysunki Sławomira Szeredy, którego twórczość zdominowały obrazy koni – realistyczne, ukazujące tak wiele szczegółów w wizerunkach tych szlachetnych zwierząt, że można z powodzeniem opisać ich charakter i nastrój.

Autor jest absolwentem PWSSP w Łodzi (dyplom uzyskał w 1982 r. w Katedrze Grafiki i Malarstwa u profesorów Leszka Różgi i Stanisława Fijałkowskiego), a jednocześnie pasjonatem jeździectwa i sędzią sportowym. Na spotkanie z twórcą Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn zaprasza 15 listopada o godzinie 18.00. Wtedy nastąpi uroczyste otwarcie wystawy, którą będzie można zwiedzać do 1 grudnia. (mz)

REPRODUKCJA DZIEŁA S. SZEREDY



Kasia Cerekwicka w świątecznej odsłonie

Pierwszego dnia grudnia na scenie Starego Młyna pojawi się jedna z najlepszych polskich wokalistek Katarzyna Cerekwicka. Jej występ nie pozostawi wątpliwości, że coraz bliżej święta... Artystka wykona przed zgierską publicznością utwory nawiązujące do Bożego Narodzenia, choć nie zabraknie piosenek z jej autorskiego repertuaru. Bilety w cenie 99 zł można nabyć w kasie MOK lub przez Internet. Początek koncertu zaplanowano na godzinę 18.00. (mz)



Było strasznie na lodowisku

Duchy, zombie, czarownice, wampiry i inne bardziej lub mniej identyfikowalne potwory stawiły się gremialnie na lodowisku MOSiR. A to z okazji „Halloween na lodzie” zorganizowanego w hali przy ul. Wschodniej. Na szczęście wszelkiej maści straszdyła i straszdyłka walczyły nie tyle z sobą, co o nagrody na najlepsze przebranie. No i co tu dużo pisać... jury miało twardy orzech do zgryzienia, bo albo było za dużo fantastycznie przebranych uczestników zabawy, albo podium jest za krótkie 😊. A tak serio, to nagród wystarczyło dla wszystkich.

Widać, że zgierzanie lubią tę szaloną i nieco upiorną zabawę. (rk)



Kilkadziesiąt różnych „potworów” opanowało ślizgawkę w hali wielofunkcyjnej

Drogowych inwestycji ciąg dalszy

Dobre wiadomości dla kierowców, dobre wiadomości dla pieszych. W ostatnim czasie zakończyły się prace na ulicach Korczaka, Czerwińskiego oraz Chemików. Na pierwszej z wymienionych dróg znajdującej się na osiedlu Przybyłów przebudowano konstrukcję nawierzchni jezdni, zjazdy oraz pobocza. Znajdującą się w sąsiedztwie ulica Czerwińskiego (na odcinku od ul. Reymonta do ul. Piłsudskiego) zyskała nową warstwę ścieralną. Dodatkowo wykonano fragmentaryczne korekcyjne frezowanie istniejących nawierzchni oraz dokonano regulacji wysokościowej chodników w obrębie przejść dla pieszych. Inwestycja drogowa zakłada też wymianę oznakowania pionowego i odtworzenie oznakowania poziomego z uwzględnieniem rozwiązań dla osób niepełnosprawnych.

Na części ulicy Chemików (Piaskowice-Aniołów) pojawiła się nowa nawierzchnia z mieszanki mineralno-asfaltowych. Jezdnię zamknięto krawężnikiem, wykonano też modernizację zjazdów, miejsc postojowych, poboczy i chodników. Zaplanowano również przebudowę urządzeń naziemnych i podziemnych

umiejscowionych w ulicy. Prace objęły część ulicy Chemików od ul. Struga do numeru 8.

Modernizacja zgierskich ulic kosztowała 1 mln 880 tys. zł. Wynagrodzenie wykonawcy współfinansowane jest ze środków Rządowego Funduszu Polski Ład: Program Inwestycji Strategicznych. (jn)



Mieszkańcy mogą korzystać m.in. ze zmodernizowanych ulic Czerwińskiego i Chemików



Na czasie

Zgierscy bohaterowie wolności na nowej wystawie plenerowej

Odnaleziona Niepodległa” – wystawa, którą od 7 listopada do końca roku można oglądać na placu Jana Pawła II to hołd dla ponad 200 mieszkańców Zgierza, którzy podczas trudnych lat walki o niepodległość angażowali się w działalność Legionów Polskich, Polskiej Organizacji Wojskowej oraz odrodzonego Wojska Polskiego.

Jedną z centralnych postaci wystawy jest Jerzy Wieczorek – żołnierz Armii Krajowej, a jednocześnie kronikarz lokalnej historii. Wychowany w duchu patriotyzmu przez ojca Benedykta Wieczorka, weterana I wojny światowej, Jerzy całe życie poświęcił dokumentowaniu dziejów Zgierza i historii lokalnych bohaterów. To dzięki niemu zachowały się bezcenne fotografie, m.in. zdjęcia Karola Piątkiewicza – kolejnego zgierskiego żołnierza niepodległości, który zaangażował się w działania patriotyczne podczas I wojny światowej. – Dzięki pracy Jerzego Wieczorka możemy dziś oglądać zdjęcia takich ludzi jak Karol Piątkiewicz, którzy nie tylko służyli w wojsku, ale całe życie starali się być dla innych wzorem patriotyzmu – podkreśla Aleksandra Staniszevska, koordynatorka projektu. – Wystawa jest częścią większego projektu „Odnaleziona Niepodległa”, którego celem jest przybliżenie mieszkańcom Zgierza historii ich przodków, którzy walczyli o niepodległość Polski – mówi Robert Starzyński, dyrektor Muzeum Miasta Zgierza. W katalogu znajdziemy informacje o postaciach i wydarzeniach z okresu walki o wolność oraz wywiady z rodzinami bohaterów. Zgierscy licealiści jako wolontariusze przeprowadzili rozmowy z potomkami lokalnych działaczy i żołnierzy, starając się jak naj-

wierniej uchwycić wspomnienia i opowieści rodzinne, które często umykają w szerszych narracjach historycznych. Wystawa jest częścią projektu finansowanego z Programu Dotacyjnego „Niepodległa”.

Jednak na tym nie kończą się patriotyczne projekty w Zgierzu. Do dobrych przykładów należą: akcja „Żywa Flaga” z udziałem kilkuset uczniów ze zgierskich szkół oraz warsztaty, podczas których młodzież poznaje losy lokalnych bohaterów. Zajęcia są prowadzone w formie interaktywnych opowieści oraz gier edukacyjnych, które pomagają uczniom i uczennicom zapamiętać kluczowe wydarzenia oraz postacie związane z walką o niepodległość. To szansa dla młodych ludzi na odkrycie historii swojego miasta i spojrzenie na nią przez pryzmat codziennego życia ich przodków. (mr)



Karol Piątkiewicz podczas patrolu, gdzieś na Wołyniu. Unikatowe fotografie będące podstawą projektu.



Przeprawa szwadronu Piątkiewicz przez rzekę Horyń. Jedno ze zdjęć odnalezionych w zbiorach Jerzego Wieczorka.

Połączyć pamięć z ekologią

Ponad 80 ton różnego rodzaju wstążek, plastikowych i wielomateriałowych pojemników, szkła, papieru ląduje każdego roku w kontenerach na cmentarzu komunalnym przy ul. Konstanyńskiej w okresie Wszystkich Świętych. To mniej więcej tyle, ile w normalnym czasie służby miejskie wywożą przez cztery miesiące i zarazem około 1/3 wszystkich odpadów, które powstają tam w ciągu całego roku. Co gorsza, tendencja ma charakter wzrostowy. W zeszłym roku po 1 listopada zebrano 86 ton, w 2022 r. było o 20 ton mniej.

Od mniej więcej trzech lat na terenie miejskiego cmentarza działa zniczodzielnia – miejsce, w którym można pozostawić pozabawiony wkładu znicz do ponownego wykorzystania. A chociaż zgierzanie „kupili” ten pomysł i inicjatywą działa znakomicie, to jednak nie rozwiązuje problemu przyrostu niebiodegradowalnych odpadów. I Zgierz nie jest tu wyjątkiem na mapie Polski. Dlatego od kilku lat coraz więcej i głośniejsze mówi się o potrzebie uchwalenia nowej ustawy dotyczącej cmentarzy i pochówków, która uwzględniłaby wymogi ekologii. Chodzi o zmianę myślenia w kierunku zmniejszenia tonażu odpadów, które zostają każdego roku na terenach nekropo-



lii w całej Polsce – używanie tylko naturalnych dekoracji, szklanych zniczy, zapalenie jednej, a nie kilku lampek na jednym grobie. Apelują o to przedstawiciele inicjatywy społecznej (Nie)zapomniane cmentarze, a wótuje im Unia Metropolii Polskich i Polska Rada Ekumeniczna. – *Troska o środowisko powinna być elementem naszego stylu życia, a czas świąt nie powinien stanowić wyjątku* – mówi prezydent miasta Zgierza Przemysław Staniszewski, popierając apel. – *Mamy już jedną zniczodzielnię, wkrótce będzie kolejna. Korzystajmy z nich.*

Z danych krajowych wynika, że po 1 listopada z każdego grobu zostaje zebrane od 3 do 9 kg śmieci!

Zatem w skali kraju w ciągu jednego dnia generujemy miliony ton plastiku, barwionego szkła, ceramiki i roślin. (rk)

Jak połączyć pamięć o bliskich z ekologią?

1. Zapal jedną lampkę – nie potrzeba wielu zniczy, aby wyrazić szacunek;
2. Wybierz naturalne dekoracje: gałązki, suszone kwiaty;
3. Zrób stroik samodzielnie z naturalnych, biodegradowalnych materiałów;
4. Wybierz szklane znicze albo stwórz własne z wosku pszczelego lub sojowego;
5. Segreguj odpady – zwracaj uwagę, gdzie wyrzucasz wypalone znicze i sztuczne kwiaty;
6. Oszczędności przeznacz na wsparcie potrzebujących.

Sport

ZTA gościło i zwyciężyło

Ponad 230 zawodników i zawodniczek reprezentujących 22 kluby rywalizowało w Międzywojewódzkich Mistrzostwach Młodzików w Stylu Wolnym i Zapasach Kobiet – Region C.

W klasyfikacji chłopców zdecydowanie triumfował gospodarz turnieju – Zgierskie Towarzystwo Atletyczne. Złote medale dla ZTA zdobyli: Jan Ciszewski

(kategoria 41 kg), Adrian Zduńczyk (57 kg), Maciej Słowiański (75 kg), srebro wywalczył Jakub Borowiak (52 kg), a brąz Umar Shokpytbay (44 kg), Franciszek Barylski (48 kg) oraz Michalina Słowiańska (54 kg). Dobre tradycje zgierskich zapasów podtrzymane. Zawody zostały zorganizowane w ostatni weekend października w hali MOSiR im. Zgierskich Olimpijczyków. (jn)



W Zgierzu rywalizowali zapasnicy z województw: podkarpackiego, lubelskiego, świętokrzyskiego i łódzkiego



Zgierz, ul. Orla 12

Mieszkania 1-4 pokojowe
od 30m² do 80m²

576 117 119

www.apartamentynowemiasto.com

Miasto wyemituje obligacje za 20 mln zł

Nie podjęto tej uchwały podczas wrześniowej sesji Rady Miasta Zgierza, decyzja ostatecznie zapadła podczas sesji październikowej. Miasto Zgierz wyemituje obligacje warte 20 mln 100 tys. zł (pierwotna uchwała zakładała sumę 26 mln zł), które są znacznie bezpieczniejszą i tańszą formą zadłużenia niż bankowy kredyt. Celem emisji jest spłata wcześniej zaciągniętych zobowiązań, wykup obligacji oraz pokrycie planowanego deficytu budżetu w 2024 r. Uchwałę poparło osiemnastu rad-

nych, jedna osoba była przeciw, trzy wstrzymały się od głosu.

Decyzję poprzedziła wielotygodniowa dyskusja o finansach miasta. Włodarze miasta podkreślali, że emisja obligacji jest konieczna ze względu na bieżące zobowiązania oraz wydatki inwestycyjne. Ogólnopolskie zmiany przepisów podatkowych wprowadzone przez poprzedni rząd spowodowały, że drastycznie skurczyły się dochody samorządów. Miasto Zgierz straciło na tych zmianach ponad 50 mln złotych. Wpływ na

stan miejskich finansów miała też tegoroczna podwyżka pensji dla nauczycieli, znacznie wyższa niż zapowiadana w 2023 r. Tylko w przypadku tej grupy zawodowej różnica między tym, co miasto otrzymało na wynagrodzenia a faktycznymi wypłatami wyniosła 14 mln zł – tę kwotę miasto musiało dołożyć z własnych środków. W tle dyskusji o finansach nie można zapominać o kosztach związanych z pandemią i wojną na Ukrainie, ale też o konieczności podjęcia działań oszczędnościowych przez miasto i zapewnienia samorządowi wyższych przychodów.

Decyzje już zapadają. Jedną z podjętych w październiku uchwał dotyczyła podwyżki podatku od nieruchomości.

Jeszcze w tym roku ma wejść w życie nowa ustawa o dochodach jednostek samorządu terytorialnego. Nowy sposób naliczania dochodów z tytułu PIT i CIT ma być korzystniejszy dla finansów samorządów. (jn)

Poznajmy się

Od „skaczącej piłeczki” do brązowego pasa – poznajcie Hanię Czaplinską



Z zawodów Hania wraca często z co najmniej jednym medalem

Na wieszaku na medale coraz trudniej znaleźć wolną przestrzeń. Mało tego trzeba dorabiać kolejne drażki. To skutek osiągnięć Hanny Czaplinskiej, która 6 lat temu po szkolnym pokazie zainteresowała się karate i postanowiła je trenować. Tym, co przyczyniło się do rozbudzenia w Hani pasji do sportu, było spotkanie z sensei Mariuszem Lewandowskim ze Zgierskiego i Ozorkowskiego Klubu Karate.

Ciężka praca, systematyczność i wytrwałość przynoszą rezultaty w postaci zdobytych kolejnych stopni uczniowskich i blisko 50 medali. W tej drodze Hani towarzyszą zawsze rodzice i brat Gabriel.

Zgierzanka już czterdzieści osiem razy stała na podium i zaliczyła udział w czterdziestu ośmiu zawodach, w tym start w Pucharze Świata, Pucharze Europy i czterech Pucharach Polski Dzieci.

Dziewczynka trenuje w szkole, do której uczęszcza, czyli w SP12, ale również w SP1. – Na początku trener mówił o niej „mała, skacząca piłka z potencjałem”, bo w pierwszym etapie Hania tak się poruszała na macie – wspomina pani Małgorzata, mama karateczki. – Widząc jej talent, pozwolono dziecku uczęszczać nie tylko na swoje zajęcia, ale również na dodatkową grupę, pod warunkiem, że w półtora miesiąca nadrobi i nauczy się heian shodan, swoje pierwsze kata. Dokonała tego, ćwicząc w domu, ucząc się z filmików w Internecie. To oznaczało, że liczba treningów wzrosła do dwóch razy w tygodniu po dwie godziny – dodaje.

Wkrótce pojawiły się pierwsze zawody. Rodzice Hani nie mieli większych oczekiwań, bo ich córka miała zaledwie biały pas, jednak wraz z trenerami stwierdzili, że zaryzykują i sprawdzą, jak wypadnie w konfrontacji z in-

nymi zawodnikami. W Krakowie Hania niespodziewanie zajęła pierwsze miejsce i tym samym już na poważnie rozpoczęła się pełna sukcesów kariera. Nie obyło się oczywiście bez kryzysów, ale najważniejsze, że mimo problemów zawodniczka nie poddała się. Podjęcie pracy z sensei Łukaszem Bartczakiem, który, jak sama Hania podkreśla, stał się dla niej mentorem i głównym trenerem, pomogło przebrnąć przez gorsze momenty.

Efekt? Rzadko się zdarza, żeby wróciła z zawodów z jednym krążkiem. Zwykle startuje w kilku konkurencjach. Ostatnio przywoziła z Ksawerowa złoty medal w kata i złoty w kumite. Na pytanie o największy sukces Hani, pani Małgorzata przywołuje dwa brązowe medale w Mistrzostwach Polski Dzieci w Kraśniku w 2023 r. Gdyby na najbliższym turnieju udało jej się dwa razy stanąć na podium, to zdobędzie 49 i 50 medal. A wówczas będzie co świętować!

Hania Czaplinska od dwóch lat ma niebieski pas. Obecnie przygotowuje się do egzaminu na brązowy, a stąd już prosta droga do mistrzowskiego, czarnego pasa. Jednak przed nią kilka dodatkowych, mniej sportowych egzaminów. Jest ósmoklasistką i zależy jej, żeby dostać się do dobrego liceum. Od początku edukacji w szkole podstawowej zdecydowana jest co do przyszłości zawodowej – chce zostać weterynarzem. Warto dodać, że dziewczynka bardzo dobrze się uczy – jej średnia ocen wynosi niemal 5.5. Nic zatem dziwnego, że jest stypendystką firmy Brenntag, której fundusz od wielu lat wspiera zdolną młodzież w naszym mieście.

Trenowanie karate nauczyło Hanię systematyczności, szacunku do innych, pewności siebie i panowania nad emocjami. Dlatego wszystkim poleca uprawianie tego sportu. (mz)

JAKUB NIEDZIELA



Fakt, że zgierska drużyna grała w hokejowej Ekstraklasie, nie jest powszechnie znany? Wytłumaczeniem jest z pewnością

spory dystans czasowy. Pierwszy awans Włókniarza wywalczył w 1960 r., kolejny osiem lat później. Za każdym razem zgierski klub utrzymywał się w hokejowej elicie przez jeden sezon. Spośród trzydziestu pięciu zawodników, którzy przyczynili się do awansów, dziś żyje jedynie ośmiu. Podkreślić jednak trzeba, że medalami „Zasłużony dla Zgierskiego Sportu” wyróżniono wszystkich odpowiadających za sukces hokeistów, a także część działaczy związanych z hokejem. W imieniu nieżyjących odznaczenia odbierali członkowie najbliższej rodziny. Podczas październikowej uroczystości ustanowione przez Prezydenta Miasta Zgierz medale otrzymali: Andrzej Bartniak, Lech Błaszczyk, Jerzy Bogucki, Zdzisław Boruch, Zdzisław Bujała, Jan Brylewski, Wojciech Frątczak, Jerzy Gajdziński, Stanisław Goldyn, Ireneusz Hipszer, Władysław Jędrzejczak, Wiesław Józwiak, Wiesław Juszcak, Kazimierz Krysiak, Marian Krysiak, Jan Kubiak, Stefan Lewandowski, Ryszard Lulej, Kazimierz Nowak, Tadeusz Obrebski, Henryk Pawłowski, Henryk Stolarski, Włodzimierz Suski, Ireneusz Szewczyk, Andrzej „Jerzy” Szychowiak, Paweł Szymański, Jerzy Urbański, Marek Walczak, Jerzy Wiaderkiewicz, Zdzisław Zaremba (hokeiści). Podczas wcześniejszych edycji medalami wyróżniono: Stanisława Olczyka, Stefana Makowskiego, Kazimierza Mrówczyńskiego, Wojśława Szymańskiego oraz Jerzego Frątczaka.

Legia rozgromiona

Jednym z bohaterów uroczystości w hali MOSiR był Stefan Makowski, zawodnik obu(!) składów, które wywalczyły awans do I ligi. – W 1960 r. finały decydujące o awansie rozgrywałyśmy w Toruniu. Pokonał nas miejscowy Gryf, Lotnika Warszawa i Gwardię Katowice. Ten awans to była wielka radość dla całego miasta – opowiada hokeista. W opublikowanym przed laty w „ITZ” artykule „Po prostu Makos” opisa-

Wprowadzali Włókniarza do I ligi hokeja

Pod koniec zeszłego roku przy okazji jubileuszu 90-lecia MKP Boruta przypominano zgierskim miłośnikom sportu o heroicznej, acz nieudanej walce ekipy Witolda Królewiaaka o awans do piłkarskiej I ligi. W tym roku postanowiono przypomnieć o innych bataliach o najwyższe klasy rozgrywkowe. Medalami „Zasłużony dla Zgierskiego Sportu” wyróżniono zawodników Włókniarza, którzy dwukrotnie wywalczyli awans do I ligi hokejowej.

na została niecodzienna bramka Stefana Makowskiego z finałowego turnieju. „gol (...) został zdobyty tenisowym uderzeniem. Do wystrzelonego w górę krążka zgierski hokeista wystartował niczym Bjoern Borg i fantastycznym smeczem wpakował go do bramki przeciwnika” – pisał Stanisław Sowiński. – *Mecze w pierwszej lidze różnie nam wychodziły, choć zdarzały się też warte zapamiętania. Na przykład Legię Warszawa pokonał nas 13:1, a mnie udało się zdobyć wtedy sześć goli. Ilu ludzi przychodziło na nasze mecze! Stali na okolicznych dachach, żeby nas oglądać – wspomina Stefan Makowski.*

Prezent na 650-lecie

Sekcja hokejowa Włókniarza była w latach 60. niezwykle mocna, zawodnicy zgierskiego klubu występowali przeciwko na igrzyskach olimpijskich. Hokeiści systematycznie walczyli o awans do I ligi w turniejach finałowych, m.in. w 1967 r. zgierzanie byli „o krok” od sukcesu, przegrali jednak z Cracovią 5:9. Udało się rok później, gdy w finałach okazali się lepsi od Odry Opole, KTH Krynica i... lokalnego rywala Boruty Zgierz. Dziennikarze sportowi wejście do I ligi opisywali jako prezent dla miasta z okazji jego 650-lecia. – *Z tego sezonu pamiętam mecz z Podhalem Nowy Targ, rozgrywałyśmy go przy 20-stopniowym mrozie – opowiada pan Stefan. – Niestety przez część rozgrywek ja, Henryk Pawłowski i Irek Hipszner zmagaliśmy się z kontuzjami. Znow nie udało się utrzymać miejsca w I lidze.*

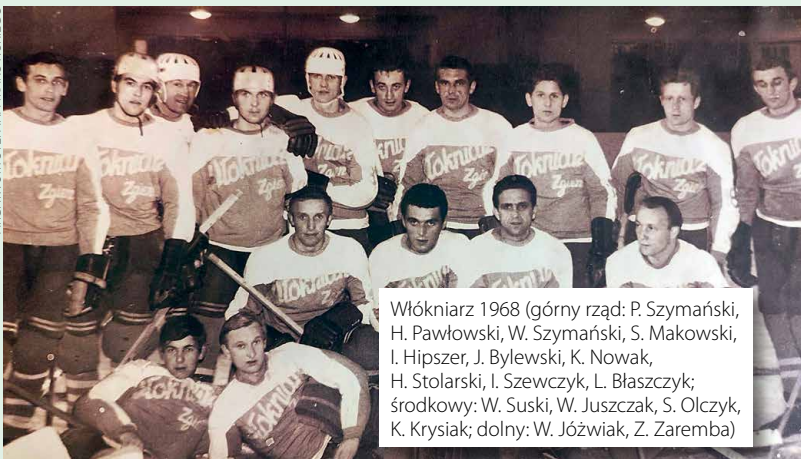
Podczas październikowej uroczystości w hali MOSiR medalami „Zasłużony dla Zgierskiego Sportu” wyróżniono także działaczy organizujących przed laty sekcję hokeja na lodzie: Tadeusza Kralkowskiego, Jana Rumińskiego i Barbarę Urbańską. ●

ARCHIWUM STEFANA MAKOWSKIEGO



Włókniarz 1960 (Jerzy Frątczak, Stefan Lewandowski, Ireneusz Szewczyk, Wojciech Frątczak, Marian Krysiak, Stefan Makowski, Kazimierz Mrówczyński, Jerzy Wiaderkiewicz, Wojśława Szymański)

ARCHIWUM STEFANA MAKOWSKIEGO



Włókniarz 1968 (górny rząd: P. Szymański, H. Pawłowski, W. Szymański, S. Makowski, I. Hipszer, J. Bylewski, K. Nowak, H. Stolarski, I. Szewczyk, L. Błaszczyk; środkowy: W. Suski, W. Juszcak, S. Olczyk, K. Krysiak; dolny: W. Józwiak, Z. Zaremba)

JAKUB NIEDZIELA



Wręczenie medali. W rolach głównych hokeiści Włókniarza i członkowie ich rodzin

Pożegnania (2023–2024)

Listopad to miesiąc wspomnień o tych, którzy odeszli. W ciągu ostatnich dwunastu miesięcy pożegnaliśmy wiele osób zasłużonych dla naszej lokalnej społeczności. Byli wśród nich:

Aleksandra Kapczyńska (zmarła 13.10.2024)

Spółecznik i samorządowiec, wieloletnia prezes Stowarzyszenia „Pomocna Dłoń” (zajmującego się przekazywaniem odzieży i żywności najuboższym), wyróżniona tytułem „Zasłużony dla Miasta Zgierza”. W przeszłości Przewodnicząca Zarządu Rady Osiedla Przybyłów. Za swą działalność na rzecz potrzebujących otrzymała z rąk Prezydenta Rzeczypospolitej Polski Złoty Krzyż Zasługi.

Wiesław Walczak (zmarł 03.09.2024)

Odszedł w wieku 98 lat, jeden z najstarszych członków zgierskiego koła Związku Kombatanów RP i Byłych Więźniów Politycznych. W latach 1948-52 roku przetrzymywany w więzieniach pod zarzutem działania na szkodę ustroju Polski Ludowej, w tym czasie wielokrotnie maltretowany. Wyróżniony w III RP m.in. Złotym Krzyżem Zasługi, uczestnik zgierskich wydarzeń patriotycznych.



W mijającym okresie odeszli od nas także: Tomasz Będziński (pierwszy komendant Straży Miejskiej w Zgierzu), Paweł Dynowski (lekarz-ortopeda, radny Rady Miasta Zgierza w latach 1990-1994), Bogdan Borowiecki (pierwszy Powiatowy Lekarz Weterynarii w Zgierzu) i Krzysztof Kozanecki (Starosta Zgierski w latach 2010-14).

Wanda Kruszyńska (zmarła 24.10.2024)

Nauczycielka z ponad 40-letnim stażem, wicedyrektorka Szkoły Podstawowej nr 6, wyróżniona Złotą Odznaką ZNP. Przewodnicz-

ka terenowa, instruktorka PTTK, prezeska Polskiego Towarzystwa Schronisk Młodzieżowych w Łodzi. Autorka licznych artykułów o tematyce turystyczno-krajoznawczej.

Jadwiga Karmańska (zmarła 26.07.2024)

Absolwentka Państwowego Liceum Pedagogicznego w Zgierzu. W latach 1986-91 dyrektorka Szkoły Podstawowej nr 11. Przez dwie dekady była Przewodniczącą Sekcji Emerytów i Rencistów w Zarządzie Oddziału ZNP w Zgierzu. Przygotowała i doprowadziła do wydania unikatowego „Przewodnika po zgierskich cmentarzach. Groby nauczycieli zmarłych w latach 1929-2018”. Uehonorowana m.in. Krzyżem Kawalerskim Orderu Odrodzenia Polski.

Ksiądz Tadeusz Isakowicz-Zaleski (zmarł 09.01.2024)

Duchowny, społecznik, historyk, duszpasterz Ormian w Polsce. Był prezesem Fundacji im. Brata Alberta, która w Zgierzu od lat organizuje przegląd teatralny „Albertiana”. Ksiądz Tadeusz wielokrotnie był w naszym mieście, w 2012 r. przyznano duchownemu tytuł „Honorowy Obywatel Miasta Zgierza”.

Sto lat, sto lat!

Dwunastka ma już 30 lat!

To jedna z najmłodszych placówek oświatowych w mieście. Dziś do Szkoły Podstawowej nr 12 uczęszczają dzieci zgierzian pamiętających pierwszy dzwonek, który wybrzmiał 3 września 1994 r. Trzydziestolecie szkoły obchodzono jednocześnie z Dniem Edukacji Narodowej.

Na uroczystości jubileuszowej, która odbyła się 14 października, pojawiło się wielu znamienitych gości: były dyrektorki szkoły, nauczyciele aktualnie pracujący, ale również ci emerytowani, dyrektorzy i przedstawiciele

innych instytucji oświatowych i kulturalnych oraz władze miasta.

Dyrektor Małgorzata Kuzan-Rybiowska wręczyła najbardziej zasłużonemu pracownikom podziękowania. Korzystając z okazji, wielu z nich chętnie dzieliło się wspomnieniami. Wśród nich znalazła się pierwsza dyrektorka szkoły Krystyna Dobosz, która przypominała, że budynek powstawał od 1988 r., a organizacja placówki, którą jej powierzono, trwała dwa lata.

Wśród atrakcji znalazło się przedstawienie w wykonaniu uczniów klas 4-6, a także

tort urodzinowy ufundowany przez szkolną radę rodziców. W pracowniach i korytarzach znajdujących się w pobliżu sali gimnastycznej gabloty wypełniono pamiątkami i informacjami o historii szkoły oraz kroniki. Można było odbyć również spacer po budynku, który przez lata zmienił się zarówno w środku, jak i na zewnątrz. Dodatkowo uczniowie wcielający się w gazeciarzy sprzed epoki rozdawali pamiątkowe informatory, w których znalazł się m.in. „wywiad ze szkołą”. To w wyjątkowy sposób ujęte wspomnienie o początkach istnienia placówki, ale także wyrażenie nadziei na dalszy rozwój i kolejne sukcesy uczniów, którymi SP12 szczyci się przy każdej możliwej okazji. Spełniania tych życzeń składa również redakcja miesięcznika. (mz)



Krystyna Dobosz wspomina początki działalności SP 12 podczas uroczystości jubileuszowej



Oficjalne otwarcie placówki w 1994 roku

Od 20 czerwca 2022 roku prowadziliśmy pomoc finansową dla uchodźców – mówi Wojciech Bereżewski Team Leader zespołu w Zgierzu. – Taka pomoc, prowadzona przez naszą Fundację, realizowana była w 6 miastach – Gdańsku, Ostródzie, Zgierzu, Wrocławiu, Bytomiu i Bielsku-Białej. Trwała ponad 3 miesiące. Zauważyliśmy jednak, że wsparcie potrzebne jest także na innych płaszczyznach. Przede wszystkim psychologicznej, logopedycznej, animacyjnej i społecznej.

W Centrum Społeczności Fundacji LWF w Zgierzu organizowane są zajęcia dla różnych grup: dzieci, młodzieży, kobiet i seniorów. Dzieciom zapewniane są zajęcia z rozwoju psychospołecznego i pomoc w zapomnieniu o traumie wojennej. Wszyscy korzystają z pomocy psychologicznej, kursów językowych, zajęć sportowych i kulturalnych. A ostatnio, uczestnicy „Słodkobłękitów” poznali historie uchodźców i mieli okazję spróbować tradycyjnego barszczu ukraińskiego przygotowanego przez seniorki z Ukrainy. Centrum organizuje też spotkania z okazji Dnia Kobiet, Dnia Dziecka i Dnia Uchodźcy, półkolonie wakacyjne oraz angażuje się w kampanię „16 dni przeciwko przemocy”. Pracownik socjalny pomaga w sprawach urzędowych czy w założeniu profilu zaufanego. – Nasze działania realizowane są dzięki wsparciu wie-

Fundacja LWF w Zgierzu: Wielowymiarowe Wsparcie dla Uchodźców z Ukrainy

Od dnia wybuchu konfliktu za naszą wschodnią granicą minęły już ponad dwa lata. Wiele osób musiało opuścić swoje domy, szukając schronienia w bezpieczniejszych miejscach. Polska stała się głównym kierunkiem tej ucieczki. Działająca w Zgierzu Fundacja LWF jest jedną z organizacji, które zaangażowały się w działania wspierające Ukraińców

lu osób i instytucji z całego świata. To właśnie pomoc darczyńców sprawia, że jako fundacja możemy oferować konkretne aktywności dla tych, którzy w sytuacji wojny zmuszeni byli do opuszczenia swojej ojczyzny, a dziś znajdują miejsce do dalszego funkcjonowania na terenie naszego kraju. Współpracujemy z Kościołem Ewangelicko-Augsburskim w Polsce, z lokalnymi parafiami ewangelickimi, z lokalnymi władzami samorządowymi oraz placów-

kami edukacyjnymi i pomocowymi w danym regionie. To wszystko sprawia, że możemy działać jeszcze lepiej – mówi Iwona Baraniec, koordynatorka programu Fundacji LWF w Polsce, która od 1 listopada 2024 r. pełni funkcję Krajowego Team Leadera i Prezesa Fundacji. – Stawiamy nie tylko na doraźną pomoc, ale realizujemy również długofalowe programy integracyjne na rzecz społeczności polsko-ukraińskiej. (ea)

Фундація ЛВФ у Згежі: Багатовимірні підтримка біженців з України

Минуло більше двох років від початку конфлікту на нашому східному кордоні. Багато людей були змушені покинути свої домівки, шукаючи притулку в більш безпечних місцях. Польща стала основним пунктом призначення цього рейсу. Фонд «Відкритого суспільства» в Польщі, який працює в Згежі, є однією з організацій, що займається підтримкою українців.

- Ми надаємо фінансову допомогу біженцям з 20 червня 2022 року, - розповідає Войцех Бережевський, керівник команди у Згежі. - Така допомога під керівництвом нашого Фонду була реалізована в 6 містах - Гданську, Оструді, Згежі, Wrocławiu, Битомі та Бельсько-Бялій. Він тривав понад 3 місяці. Однак ми помітили, що підтримка потрібна і на інших рівнях. Перш за все психологічна, логопедична, анімаційна або соціальна підтримка.

У Громадському центрі Фонду «ЛВФ» у Згежі організуються заходи для різних груп: дітей, молоді, жінок і людей похилого віку. Для дітей проводяться заняття з психосоціального розвитку та допомага-

ють забути травму війни. Кожен може скористатися психологічною підтримкою, мовними курсами, спортивними та культурними заходами. Під час нещодавніх «Днів відкритих дверей», організованих Фондом ЛВФ в рамках заходу «Зустрічі малих театрів у Згежі», учасники мали змогу ознайомитися з історіями біженців та скуштувати традиційний український борщ, приготований літніми українськими жінками. Центр також організовує зустрічі з нагоди святкування Міжнародного жіночого дня, Дня захисту дітей та Дня біженців, канікулярні табори та бере участь у кампанії «16 днів проти насильства». Крім того, соціальний працівник допомагає з офіційними питаннями, пов'язаними з такими установами, як ZUS, податкова служба або створенням профілю довіреної особи.

- Наша діяльність реалізується завдяки підтримці багатьох людей та установ з усього світу. Саме завдяки допомозі спонсорів ми, як Фондація, можемо запропонувати конкретні заходи для тих, хто в ситуа-

ції війни був змушений покинути свою батьківщину і сьогодні знаходить місце для подальшого проживання в нашій країні. Ми співпрацюємо з Євангелічно-Аугсбурзькою Церквою в Польщі, з місцевими євангельськими парафіями, з органами місцевого самоврядування, а також з освітніми та благодійними установами в регіоні. Все це дає нам можливість робити ще більше», - розповідає Івона Баранець, програмна координаторка Фонду ЛВФ у Польщі, яка з 1 листопада 2024 року виконує обов'язки керівника національної команди та президента Фонду. «Ми не лише зосереджуємося на наданні екстреної допомоги, але й реалізуємо довгострокові інтеграційні програми на благо польсько-української громади.



ARCHIWUM CENTRUM SPOLECZNOSCI FUNDACJI LWF W ZGIERZU

Z oferty Centrum Społeczności LWF mogą bezpłatnie skorzystać wszyscy chętni. Plan zajęć można śledzić na facebookowej stronie Centrum. Kontakt telefoniczny: 691 356 977. Rozmowy obsługiwane są w języku polskim i ukraińskim. Gromadський центр Фундації відкритий для всіх бажаних на безоплатній основі. Розклад роботи можна знайти на сторінці Центру у Фейсбукі. Контактний телефон: 691 356 977. Дзвінки приймаються польською та українською мовами.

AGNIESZKA ŚMIETANA



Żyliśmy oderwani od rzeczywistości w bańce tego, co nam się należy i straciliśmy w tym wszystkim poczucie rzeczywistości, poczucie szacunku do drugiego człowieka, pokorę. Żyjemy w świecie, który stworzyliśmy sobie sami, świecie pełnym agresji, kłamstwa, zaszczucia i ogólnie panującego hejtu. Żyją tym media, żyje Internet, ale niestety i my na swoim podwórku sami sobie taką rzeczywistość tworzymy. W biznesie nie od dziś wiadomo, że podstawą wszystkiego jest budowanie wizerunku firmy opartego na uczciwości, rzetelności i autentyczności. Jakie to proste, a jakie trudne jednocześnie? Przecież łatwiej ukrywać swoje cele manipulacją, przemycając do opinii publicznej wysrane z palca informacje, łatwo konfabulować i tworzyć swoją wyimaginowaną rzeczywistość, bo nam się coś wydaje, bo mi ktoś coś przekazał, bo jedna pani drugiej pani... Tylko czy naprawdę, używając takich narzędzi, nie zdajemy sobie sprawy ze skali problemu, czy złudna wiara

Ciekawe czasy to nie bajka

„Obyś żył w ciekawych czasach” – brzmi znane przysłowie, a konkretnie przekleństwo chińskiego pochodzenia. I tak, trafiły się nam jak ślepej kurze ziarno ciekawe czasy. Rzec można przełomowe. Kto spodziewał się covidu, kto przewidywał, że będziemy świadkami otaczających nas wojen, kto spodziewał się tego, że nawet Matka Ziemia upomni się o swoje tu i teraz?

w walkę o jedyne słuszne cele nie wzbudza bodajże odrobiny refleksji, że może jednak postępuję źle? Czy naprawdę nie widzimy, że możemy stać się marionetką w rękach kogoś, kto w tym hejcie pławi się po uszy, czerpiąc siłę ze zła, które wyrządza?

Internet, nasze okno na świat, daje pełne pole do popisu awatarom mogącym tylko tutaj wyrazić swoją opinię bez poczucia poniesienia konsekwencji. To tutaj ludzie ci mogą wylać z siebie całą żołąć, która latami gromadziła się pod płaszczem frustracji, kompleksów i świadomości, że wbrew temu, co im się wydawało, nie osiągnęli zbyt wiele. A gdy tylko pojawia się ktoś, kogo bezkarnie można atakować, dają upust ułańskiej fantazji i brną w spiralę zaszczucia, bijąc sobie brawo za słusznie wy-

konaną robotę. Ale na arenie cyrku, który ktoś rozstawił już czas jakiś temu, pozostają jeszcze ci, którzy żyć chcą godnie w atmosferze zrozumienia, szacunku i dobrej woli. Ci, dla których drugi człowiek nie jest wilkiem. Ci, którzy, wspominając klasyka, czasem zanużą: „W myśleniu sens, w działaniu racja ... Róbmy swoje! Może to coś da”.

Agnieszka Śmietana

Zgierzanka z krwi i kości. Od początku swojej drogi zawodowej związana z biznesem. Lata doświadczenia przekłada na pracę ze zgierskimi przedsiębiorcami, współtworząc Zgierskie Centrum Obsługi Przedsiębiorców.

Profilaktyka i edukacja

Odblaski ratują życie konkurs dla uczniów szkół podstawowych powiatu zgierskiego

Szybko zapadający zmrok, niesprzyjające warunki pogodowe, ograniczona widoczność – jesień przynosi wiele zagrożeń dla niechronionych uczestników ruchu drogowego, w tym pieszych. Ciemne ubrania i brak odblasków sprawiają, że kierowcy dostrzegają przechodniów zbyt późno, by mieć czas na reakcję. Kampania „Odblaski z klasą – świeć przykładem” zachęca uczniów szkół podstawowych do aktywnego dbania o swoje bezpieczeństwo.

Widoczność na drodze to kwestia, która może decydować o życiu – szczególnie w przypadku najmłodszych, często niezdających sobie sprawy z czyhających na drodze zagrożeń. Zgodnie z danymi Komendy Głównej Policji, co roku w Polsce odnotowuje się wzrost liczby wypadków z udziałem pieszych właśnie w sezonie jesienno-zimowym, a brak elementów odblaskowych zwiększa ryzyko poważnych obrażeń i śmierci w wyniku wypadku. W minionym roku doszło do kilku tysięcy takich zdarzeń. Wielu z nich można było uniknąć dzięki prostym rozwiązaniom, jak noszenie odblasków.

Ciemne ubrania noszone przez pieszych po zmroku, sprawiają, że kierowcy widzą ich z zaledwie 20-30 metrów – w przypadku zagrożenia nie mają więc czasu na to, by odpowiednio zareagować. Dodanie do ubioru nawet niewielkiego elementu odblaskowego pozwala zwiększyć widoczność do aż 150

metrów, dając kierowcom czas na reakcję. „Odblaski z klasą – świeć przykładem” to konkurs, który zachęca uczniów szkół podstawowych z powiatu zgierskiego, by włączyli odblaski do codziennego ubioru. Dla klas biorących udział w konkursie przygotowano nagrody – pakiety odblaskowe, które pomogą uczniom w bezpiecznym powrocie do domu, szczególnie w okresie jesienno-zimowym.

Celem czwartej edycji konkursu „Odblaski z klasą” jest kształtowanie wśród najmłodszych nawyków związanych z nosze-

niem odblasków, a także budowanie świadomości, że widoczność na drodze to klucz dla bezpieczeństwa. Akcja jest również doskonałą okazją, by uczniowie w przystępny sposób dowiedzieli się, jak niewielki detal – odblaskowa opaska czy brelok – może zwiększyć ich bezpieczeństwo.

Jacek Czekalski

Regulamin konkursu znajduje się na internetowej stronie powiatu: www.powiat.zgierz.pl



Menadżer w gospodarce

Wraz z rozwojem wiedzy i umiejętności człowieka następował powolny proces uniezależniania się ludzi od przyrody. Proces ten zapoczątkowany wieki temu doprowadził człowieka do zdobycia umiejętności wykorzystywania sił natury, do rezygnacji z ciągłego przemieszczania się na rzecz trwałego osadnictwa i poprawy lokalnych warunków życia.

DR KAZIMIERZ KUBIAK



Gdy trzy tysiące lat przed naszą erą wynaleziono piśmo jako sposób porozumiewania się, rozpoczął

się proces gromadzenia informacji i wiedzy o otaczającym świecie. Europejczycy chętnie pozyskiwali informacje o innych ludach i obszarach. Zaczął się czas morskich ekspansji i podboju nowych terenów – proces tworzenia rynków zbytu i kształtowania gospodarki. Wyróżniali się w nim ludzie silni, umiający narzucić innym swoją wolę i przywództwo.

Przyjmuje się, że w 1600 r. Europa weszła w okres rewolucji naukowej, która uitorowała drogę do doskonalenia procesów gospodarowania, innowacyjności i zarządzania. W kolejnym etapie (1750–1900) nastąpił gwałtowny rozwój gospodarki i rewolucja przemysłowa. Poja-

wił się czas łatwiejszego dostępu do zakupów w miarę taniej odzieży i żywności. To z kolei wywołało eksplozję demograficzną, przez co już w początkach XIX w. świat zaczął wyraźnie odczuwać silną zależność ludzkości od przyrody, a właściwie od jej ograniczonych zasobów. Do głosu w zarządzaniu zdominowaną przez przemysł gospodarką doszli przedsiębiorcy zatrudniający tysiące ludzi i nie zawsze zdający sobie sprawę ze skutków podejmowanych decyzji. Zmieniający się świat wymagał doskonalenia narzędzi i metod pracy oraz zarządzania zespołami pracowniczymi. Aby sprostać tym wymaganiom, bez przerwy szukało się (i wciąż szuka) nowych rozwiązań. Z czasem w tym procesie bardzo ważni stali się menadżerowie.

W polskim słownictwie gospodarczym pojęcie menadżera pojawiło się dopiero w latach 90. XX w., chociaż już w latach 40. XX w. amerykański socjolog James Burnham sformułował „teorię przejścia od

społeczeństwa kapitalistycznego czy burżuazyjnego do społeczeństwa menadżerskiego”. Twierdził on, że wpływ ludzi dysponujących ogromnym kapitałem na gospodarkę wkrótce się zmniejszy, a rolę tę przejmą wyspecjalizowani menadżerowie – osoby mające szeroką wiedzę o potrzebach rynku. Tak też się stało. Obecnie to właśnie menadżerowie ponoszą odpowiedzialność za wyniki i jakość kadr w przedsiębiorstwach, muszą dobrze rozumieć wpływ swoich decyzji na środowisko naturalne i umieć zarządzać w duchu spo-

łecznej odpowiedzialności biznesu. Współczesny, nowoczesny menadżer to człowiek otwarty na innowacje, dbający o wizerunek przedsiębiorstwa oraz korzystający z osiągnięć nauki i techniki.

Przed menadżerami są i będą stawiane ciągle nowe wymagania niezbędne do tworzenia proaktywnej, prorozwojowej i proinnowacyjnej atmosfery w przedsiębiorstwach i instytucjach. To na ich barkach spoczywa obowiązek tworzenia nowych organizacji i struktur gospodarczych.

R E K L A M A



**BANK
SPÓŁDZIELCZY
W ZGIERZU**

www.bszgierz.pl

18-29 listopada 2024

**BLACK
FRIDAY**

Kredyt gotówkowy

**NA WSZYSTKO z ubezpieczeniem
bez prowizji**

Rzeczywista roczna stopa oprocentowania (RRSO) wynosi 10,36% całkowita kwota kredytu (bez kredytowanych kosztów) 53 655,00 zł, całkowita kwota do zapłaty 66 850,61 zł, oprocentowanie stałe 9,49% w skali roku, całkowity koszt kredytu 13 195,61 zł (w tym: prowizja 0,00 zł, odsetki 12 724,23 zł, ubezpieczenie na życie 471,38 zł), umowa zawarta na okres 55 miesięcy, 54 miesięczne raty równe w wysokości po 1 206,89 zł, ostatnia rata: 1 207,17 zł. Kalkulacja została dokonana na dzień 25.10.2024r. na reprezentatywnym przykładzie.



PIXABAY

MACIEJ RUBACHA



Co roku harcerze wyruszają do Ukrainy, aby przywieźć do Warszawy ogień symbolizujący niezłomność i poświęcenie

pokoleń Polaków. Przedstawiamy drugą część historii tego wydarzenia.

Cmentarz w Kostiuchnówce przez lata popadał w zapomnienie. Po II wojnie światowej i przesunięciu granic Polski, jak wiele innych legionowych nekropoli, tak i ta została zdewastowana i zapomniana. Dopiero w latach 90. z inicjatywy Władysława Barańskiego, nauczyciela ze Zgierza, podjęto próbę przywrócenia godności temu miejscu. Zgierscy harcerze zaangażowani w odbudowę cmentarza, zainspirowali się przedwojenną tradycją biegu z Krakowa do Kostiuchnówki i postanowili wskrzesić ten symboliczny rytuał – tym razem w formie rowerowej sztafety. Tak w 2000 r.

Ogień Niepodległości – tradycja, która łączy pokolenia (cz.2)

Współczesny patriotyzm nie zawsze musi przybierać formę walki z bronią w rękę. Jednym z takich przykładów jest sztafeta rowerowa, która każdego roku wyprawia się po Ogień Niepodległości, organizowana od 2000 r. przez harcerzy z Hufca ZHP Zgierz. Droga, którą pokonują młodzi harcerze, to nie tylko wyzwanie fizyczne – to również świadectwo ciągłości tradycji i wartości, które nie przemijają.

powstał pomysł, który trwa do dziś, gromadząc co roku kolejne pokolenia młodych patriotów.

Dzięki zaangażowaniu harcerzy, cmentarz w Kostiuchnówce znów stał się miejscem pamięci narodowej. To nie tylko zbiór mogił – to miejsce, gdzie historia styka się z teraźniejszością. Harcerze, którzy uczestniczyli w odbudowie, zrozumieli, że ich misją jest nie tylko porządkowanie grobów, ale przede wszystkim utrzymywanie żywej pamięci

o tych, którzy walczyli i ginęli za Polskę.

Kulminacyjnym punktem Sztafety Rowerowej jest uroczyste przekazanie Ognia Niepodległości na centralne obchody 11 listopada w Warszawie, gdzie uczestnicy składają go na Grobie Nieznanego Żołnierza.

Nowoczesny patriotyzm, jaki prezentują harcerze ze Zgierza, to coś więcej niż uroczyste marsze i wspomnienia. To aktywne działanie na rzecz podtrzymania pamięci o przeszłości i budowania świadomości historycznej u współczesnych Polaków. Dziś, kiedy świat zmienia się dynamicznie, tradycje, takie jak Sztafeta Rowerowa po Ogień Niepodległości pozwalają nam nie zapomnieć o tych, dzięki którym możemy cieszyć się wolnością.

W każdej miejscowości, przez którą przejeżdża Sztafeta, mieszkańcy witają jej uczestników z wielkim entuzjazmem. Organizowane są uroczystości, spotkania z władzami lokalnymi, uczniami i mieszkańcami. To dowód, że pamięć o legionistach

walczących o niepodległość wciąż żyje w sercach Polaków. Dla wielu to także przypomnienie, że nie trzeba heroicznych czynów na polu bitwy, aby być patriotą – czasem wystarczy podjąć trud codziennej pracy i dbałości o to, co dla naszego narodu najważniejsze.

Bitwa pod Kostiuchnówką stoczona w lipcu 1916 r. była jednym z najkrwawszych starć Legionów Polskich. Poległo w niej lub zostało rannych około 2 tysiące polskich żołnierzy. W tej bitwie brały udział wszystkie trzy brygady legionowe, a szczególnie wyróżniali się młodzi skauci. Bitwa była także sprawdzianem dla legionistów, którzy pod dowództwem Józefa Piłsudskiego bronili pozycji przed przeważającymi siłami rosyjskimi podczas ofensywy Brusilowa. Pomimo ogromnej dysproporcji sił, legionści walczyli z odwagą i determinacją. Ostatecznie zostali zmuszeni do odwrotu, ale ich postawa na długo zapisała się w historii walk o niepodległość Polski. ●

R E K L A M A

Jedyna
taka Spółka
w mieście!



JEDYNA GROTA SOLNA W ZGIERZU

Wiosna rozgościła się już na dobre w naszej codzienności, przynosząc niestety zwiększone ryzyko zachorowań, szczególnie górnych dróg oddechowych. Zapraszamy do naszej groty solnej, aby podnieść odporność i wypocząć dzięki muzykoterapii i koloroterapii.

Sól w naszej grocie pochodzi z kopalni soli w Kłodawie, wśród właściwości której wyróżnić można m.in. działania:

- przeciwzapalne, ● antybakteryjne,
- przeciwobrzękowe, ● przeciwreumatyczne,
- oraz regulowanie gospodarki wodno-elektrolitowej.

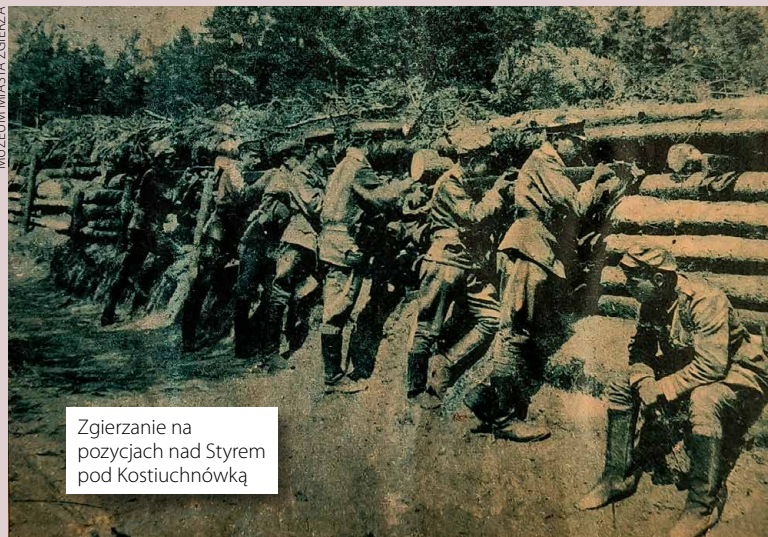
„Pierwiastki życia” zawarte w soli kłodawskiej to m.in. wapń, magnez, sód, potas, nikiel, fosfor, selen czy żelazo. Wyłożenie pomieszczenia blokami soli stwarza mikroklimat bogaty w mikroelementy i pierwiastki śladowe, które mają korzystny wpływ na układ oddechowy i nerwowy.

Zapraszamy od poniedziałku do piątku w godzinach 08.00 do 20.00, każdy seans trwa 45 minut.

Zgierz, ul. Łęczycka 24, tel. 42 716 22 97, 661 922 979
biuro@mpgkzgierz.pl, www.mpgkzgierz.pl



MUZEUM MIASTA ZGIERZA



Zgierzanie na pozycjach nad Styrem pod Kostiuchnówką

Pasja i hobby kontra nadmiar Internetu

O zdrowiu psychicznym młodzieży mówi się sporo. Uczennice i uczniowie zgierskich szkół, podobnie jak ich rówieśnicy z innych miejscowości w Polsce, są codziennie poddawani ogromnej presji. W trudnych sytuacjach nie zawsze mogą liczyć na fachową pomoc psychologa czy psychiatry. Antoni Przybyszewski z Młodzieżowej Rady Miasta Zgierza zapytał kolegów i koleżankę o to, jak widzą ten problem.

Czy uważasz, że zdrowie psychiczne młodych ludzi jest zagrożone w obecnych czasach? Co może być tego przyczyną?

(Szymon, 17 lat, 1 LO w Aleksandrowie Łódzkim): Zdrowie młodych ludzi jest zagrożone. Jedną z głównych przyczyn jest Internet, który ma bardzo duży wpływ na psychikę, w większości przypadków negatywny.

(Filip, 17 lat, SLO): Młodzież jest bardzo podatna na różne czynniki mogące zaszkodzić ich zdrowiu psychicznemu. Jest narażona na przeróżne gnębienia psychiczne oraz fizyczne, wpływ środowiska oraz łatwy dostęp do używek i nie tylko.

(Hania, 14 lat, SLO): Zdrowie psychiczne młodych ludzi jest zagrożone ze względu na słowa i czyny rówieśników.

W jaki sposób szkoła mogłaby lepiej zadbać o zdrowie psychiczne uczniów?

(Szymon): Szkoła nie zapewnia żadnej ochrony zdrowia psychicznego, a nawet ją osłabia. Najlepszym rozwiązaniem byłoby nietraktowanie szkoły tylko jako miejsca, w którym trzeba cały czas się uczyć i nie ma żadnych przyjemności. Więcej organizowania różnego typu wycieczek lub mniejszy nacisk na naukę.

(Filip): Szkoła często skupia się na wynikach i ocenach, ale wciąż brakuje kompleksowego podejścia do zdrowia psychicznego uczniów. Aby lepiej zadbać o zdrowie psychiczne, szkoła mogłaby wprowadzić więcej programów dotyczących radzenia sobie ze stresem, warsztatów na temat emocji i zdrowia psychicznego oraz zapewnić łatwiejszy dostęp do psychologów i pedagogów szkolnych.

(Hania): Myślę, że szkoła nie zawsze dba o zdrowie psychiczne swoich uczniów. Nauczyciele powinni zwracać uwagę na sposób odżywiania się do uczniów oraz przestać ignorować to, jak się młodzież odzywa do siebie.

Jak radzisz sobie w sytuacji gorszego samopoczucia psychicznego?

(Szymon): Rozmawiam z rodziną lub z przyjaciółmi, czyli z najbliższymi. Działanie, które ja użyłem na poprawienie zdrowia psychicznego, to ucieczka w sport i zajęcie się wyłącznie swoją pasją.

(Filip): Istnieje wiele metod na poprawę zdrowia psychicznego, takich jak regularne ćwiczenia fizyczne, zdrowa dieta, spędzanie czasu na świeżym powietrzu, unikanie nadmiernego korzystania z mediów społecznościowych oraz rozwijanie zdrowych relacji z innymi ludźmi. U siebie starałem się ograniczyć czas spędzany online i wprowadzić regularne spacerowanie oraz ćwiczenia.

(Hania): Dobrym sposobem na poprawę zdrowia psychicznego jest np. odnalezienie swojego hobby, którym może być sport, rysowanie bądź fotografia. Osobiście preferuję uprawianie sportu.



Młodzieżowa Rada Miasta Zgierza

R E K L A M A

Eksperci od zdrowia słuchu & tęczenia ludzi

BEZPŁATNE badanie słuchu

Nie pozwól, żeby ubytek słuchu Cię zmienił

Kiedy Maria zauważyła, że rozmowy z przyjaciółmi zaczęły ją męczyć, zdała sobie sprawę, że jej ubytek słuchu wymaga leczenia.

Jeśli zmiany w Twoim słuchu sprawiają, że nie czujesz się sobą, pokochaj swój słuch dzięki nowoczesnej technologii słyszenia.

Pozostań sobą.

Pokochaj swój słuch.

Nasi eksperci od zdrowia słuchu przeprowadzają szczegółową rozmowę, by ocenić wpływ ubytku słuchu na Twoje życie. W kolejnym kroku proponujemy technologie słyszenia dostosowane do Twoich potrzeb, dzięki czemu możesz pozostać sobą.

Zeskanuj kod QR, aby umówić bezpłatne badanie słuchu w gabinecie Audika w Zgierzu.



Zeskanuj QR, by umówić wizytę

Centrum Słuchu Audika
Zgierz, ul. Długa 5
tel. 501 523 441

infolinia: 814 714 004
audika.pl/oddzialy



Po prostu lubię reżyserować

Bohaterem październikowej odsłony cyklu „Co za gość” był Janusz Zaorski. Reżyser filmów artystycznych wygrywających festiwale (m.in. „Matka Królów”), ale i wielkich przebojów kinowych („Piłkarski poker”). Spotkanie zorganizowano w sali biblioteki przy ul. Długiej 29a.



Na zakończonym niedawno Festiwalu Polskich Filmów Fabularnych w Gdyni przewodniczył pan jury w sekcji „Perspektywy”. Po tym, co zobaczył pan na festiwalu, można powiedzieć, że polskie kino ma przed sobą perspektywy?

Na pewno perspektywy są, szczególnie w porównaniu z czasami, w których ja dojrzałem filmowo. Wtedy istniała tylko jedna szkoła filmowa. Teraz jest co najmniej pięć takich uczelni gwarantujących przygotowanie do zawodu. Tych absolwentów jest mnóstwo, bardzo mnie cieszy, że wśród nich jest też wiele kobiet. Istnieje możliwość wsparcia produkcji młodych. Jest Studio Munka, gdzie realizuje się półgodzinne filmy – można postawić ten pierwszy zawodowy krok. Czasami początkującym pomaga telewizja, ale nie jest to częste. Tam panuje fetysz seriali, produkcji stricte telewizyjnych. A więc w Gdyni w tym roku było bardzo dużo debiutów, różnej maści, choć muszę też dodać, że festiwal był nierówny. Były świetnie zrealizowane filmy, ale były także pomyłki. Na szczęście nie było pseudopatriotycznych gniotów, które ostatnio męczyły wszystkich naokoło.

Często tak jest, że pewne tematy falami przychodzą, że jeden aktor zagra nagle w dwunastu filmach konkursowych i wszyscy mają go po pięciu filmach dosyć. Powtarzał się temat ukraiński, bardzo ważny, bolesny,

ale gdy było pięć filmów na ten temat, pojawiał się pewien przesyt. Byłem wielkim zwolennikiem filmu Damiana Kocura „Pod wulkanem” o ukraińskiej rodzinie, którą informacja o rosyjskiej inwazji zastała na wakacjach na Wyspach Kanaryjskich. To dało ciekawy punkt wyjścia, to była właśnie opowieść w formie artystycznej. Kolejny film, który mną zafascynował to „Dziewczyna z igłą” Magnusa von Horna, Szweda, absolwenta łódzkiej szkoły filmowej. To opowieść z Danii z czasów I wojny światowej, realizowana m.in. we Wrocławiu. Film absolutnie perfekcyjny, konsekwentny, gęsty psychologicznie. Nie ma tam jednego zbędnego zdania, wszystko służy głównemu tematowi, opowieści o kobiecie-dzieciobójczyni.

Pochwałę się, że i w Zgierzu „Dziewczynę z igłą” kręcono, w naszej zabytkowej łaźni miejskiej...

No proszę, jaki ten świat jest mały.

Często pana filmy, te stworzone kilkadziesiąt lat temu, podawane są obróbcie cyfrowej i na nowo pokazywane publiczności. Oglądając je przy tej okazji, ma pan uczucie, że coś by w nich zmienił?

Różnie to bywa. Choćbym nie chciał, oglądam je po remasterowaniu. Taki jest obowiązek reżysera, musi odnowioną kopię oficjalnie zatwierdzić, sprawdzić ją pod kątem

dźwięku. A był on w czasach PRL okropny. Czasami żartowałem, że gdybyśmy mieli takie mikrofony, jakie miała podsłuchująca nas bezpieka, dźwięk w polskich filmach byłby fantastyczny. Wracając do głównego wątku, zawsze „po” wie się lepiej. Wielokrotne projekcje, dyskusje z widzami, recenzje – to daje do myślenia. Ja debiutowałem ponad pół wieku temu, a to była inna epoka. Kino ma 130 lat, czyli to 50 lat od mojego debiutu jest jak kilka wieków w malarstwie, a w takim czasie ewoluowało malarstwo diametralnie. Dziś sprzęt filmowy się bardzo zmienił, istnieje choćby możliwość zdjęć z drona. Wejście elektroniki spowodowało, że można robić zdjęcia nocą, przy minimalnym oświetleniu. Teraz opowiada się szybciej, intensywniej, kiedyś były to dłuższe ujęcia i większe skupienie na psychologii. Kino akcji narzuciło swoje tempo także innym gatunkom. Jednak nie jestem z tych, którzy by „przekręcili” film lub kręcili ciąg dalszy, te wszystkie filmy były ważnym doświadczeniem, które było moim udziałem. Często rzucałem się w zupełnie innym kierunku, próbowałem nowych gatunków, różnych konwencji, bo po prostu lubię reżyserować.

Powiedział pan, że nie kręci ciągów dalszych. Akurat w przypadku „Piłkarskiego pokera” widzowie często pytali, i wciąż pytają, o możliwą kontynuację.

Były rozmaite próby, które się bardzo dziwnie kończyły. Raz zostałem oszukany przez producenta – wycofał się na tydzień przed zdjęciami. Innym razem nie sprzyjała temu sytuacja polityczna. Akurat dostaliśmy razem z Ukrainą organizację Mistrzostw Europy, więc nie był mile widziany temat przekrętów robionych przez europejską federację piłkarską. Wciąż pojawia się temat kontynuacji, ale chyba lepiej będzie zachować w pamięci oryginalny film. Bo ile tych ciągów dalszych się udaje? Chyba tylko druga część „Ojca chrzestnego”... Poza tym wszyscy starzejemy się. Marian Opania i Janusz Gajos mają już swoje lata, część obsady już nie żyje – Broniek Pawlik, Henryk Bista czy Mariusz Dmochowski. Teraz musielibyśmy tworzyć film o szpitalu, a kogo to interesuje... Gdyby coś robić na temat piłki nożnej, trzeba by na to spojrzeć inaczej i oderwać się już od „Piłkarskiego pokera”.

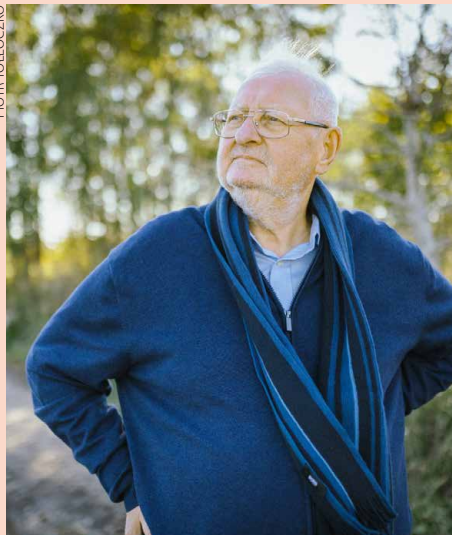
Gdy spogląda pan wstecz na swój dorobek, który z filmów uważa pan za najbardziej spełniony pod względem artystycznym.

Na pewno „Matka Królów”. Robiąc ten film, założyliśmy sobie z ekipą, że tworzymy obraz, który powinien powstać pod koniec lat 50., czyli w czasach, gdy ukazała się książka Kazimierza Brandysa (na której oparty jest film – przyp.red.), gdy tworzyła się polska szkoła filmowa. Wtedy nie było to możliwe z powodów politycznych, cenzuralnych. Nawet gdy zrobiłem ten film w czasach pierwszej „Solidarności”, na początku lat 80., to i tak trafił na pięć lat na półki. Stan wojenny za bardzo kojarzył się z czasami stalinowskimi, władza bała się, że widowie wyjdą z kina i będą coś krzyczeć, że będą demonstracje po seansach. Wracając do formy, ja właśnie zrobiłem go tak, jak zrobiłby go w czasach polskiej szkoły filmowej Andrzej Wajda czy Andrzej Munk. Szerokie obiektywy, ujęcia bez użycia transfokatora, kamera jadąca na szynach, to wszystko, co było domeną opowiadania w tamtych czasach. Założyłem sobie, że będę klasykiem już na starcie. W przypadku „Matki Królów” już nic bym nie zmieniał, bo taka była myśl przewodnia.

Ostatnie pytanie. Nie żałuje pan, że swoje życie poświęcił filmowi?

Absolutnie nie. Natomiast obecnie nie chciałbym być reżyserem. Ja uczestniczyłem w kinematografii reżyserskiej, a dziś panuje dyktatura producenta. Oczywiście, że w czasach PRL państwo, które dawało pieniądze na produkcję, chciało wtrącać się na każdym etapie. Jednak miałem poczucie, że robię coś ważnego, że ludzie chodzą na moje filmy, że jest to rodzaj rozmowy z moją widownią. Natomiast teraz reżyser jest od tego, aby zrobić film, na który ludzie przyjdą do kina. Komedię, komedię romantyczną, kryminał. Natomiast filmy osobiste, autorskie, artystyczne mają bardzo pod górę. I widzę, jak się męczą moje młodsze koleżanki, młodszy koledzy, bardzo zdolne osoby. Jak ciężko się im przebić. Ja reżyseruję w telewizji, w teatrze, robię słuchowiska radiowe, szczęśliwie twórczo tam mogę się realizować. ●

Rozmawiał: Jakub Niedziela



Czysta Malinka



Kilka kilogramów śmieci zgromadziło się w workach po akcji sprzątania zgierskiej Malinki. W ciepłą i słoneczną ostatnią sobotę października nurkowie z całej Polski, w tym również ze Zgierza, przeczesali dno akwenu, po którym w sezonie pływają łódki i kajaki. Po kilku godzinach wyciągnęli butelki, puszki, foliówki, okulary przeciwsłoneczne i inne bardziej lub mniej przypadkowo spoczywające na dnie śmieci. Chociaż sam zbiornik nie jest zbyt głęboki – mierzy zaledwie około 2 metrów, to jednak poszukiwanie śmieci nie było proste ze względu na kiepską widoczność. Sprzątaniem objęta została także okolica zbiornika. – *Spodziewaliśmy się wszystkiego, ale nie było źle* – mówi Marta Madej, zgierzanka z Centrum Nurkowego TRYM, jedna z kilku pań biorących udział w wydarzeniu. – *Sprzątamy w różnych miejscach Polski. Malinka wypadła bardzo dobrze w porównaniu z nimi. Jest znacznie czystsza. Dla nas ważne jest też to, że łączymy przyjemne z pożytecznym. Lubimy nurkować, a przy okazji możemy posprzątać świat.*

I właśnie coroczna akcja sprzątania świata była pretekstem zorganizowania pierwszej w historii akcji czyszczenia dna zbiornika na tutejszych terenach rekreacyjnych. Na tym jednak nie koniec. O ile nic nie stanie na przeszkodzie, nurkowie chcą się w przyszłości „dobrać” do stawu miejskiego.

Dodajmy, że do udziału w wydarzeniu zaproszeni byli także mieszkańcy i użytkownicy Malinki. Na zachętę zorganizowano

konkurs, w którym do wygrania były między innymi sadzonki jarzębiny i lipy.

Relację z wydarzenia można zobaczyć między innymi na profilu fb/Zgierz Moja Przestrzeń.

Organizatorami sprzątania Malinki było wspomniane Centrum Nurkowe TRYM, Fundacja Nasza Ziemia, redakcja Perfect Divers oraz Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji. Akcji patronował Prezydent Miasta Zgierza Przemysław Stanisławski. (rk)



Nurkowie twierdzą, że połączyli przyjemne z pożytecznym: nurkowanie ze sprzątaniem świata 😊

Tekstyliów już nie wyrzucimy do śmieci komunalnych

Każdego roku Europejczycy kupują średnio 26 kilogramów nowej odzieży, a 11 kilogramów tekstyliów trafia na śmietnik – wynika z danych Komisji Europejskiej. To olbrzymie marnotrawstwo, dlatego od 1 stycznia 2025 r. w całej Europie zacznie obowiązywać obowiązek selektywnej zbiórki odzieży i tekstyliów, który wprowadzi nowe obowiązki dla samorządów i mieszkańców, również Zgierza.

RENATA KAROLEWSKA



Nowe przepisy mają na celu zwiększenie ponownego wykorzystania tekstyliów oraz ograniczenie ich składowania na wysypiskach. W Zgierzu dla mieszkańców zmieni się jednak niewiele. Można powiedzieć, że miasto jest cennym przykładem, jak minimalizować marnotrawstwo, chronić środowisko i zarazem wspierać społeczność lokalną.

Można wspierać lokalnie

Zgierski PSZOK od lat przyjmuje niepotrzebną odzież, a mieszkańcy mają również możliwość przekazania odzieży podczas zbiórek odpadów problemowych (np. wielkich gabarytów), organizowanych okresowo na terenie miasta. Taką zbiórkę systematycznie prowadzi również Polski Komitet Pomocy Społecznej. Organizacja – co ważne – przekazuje odzież bezpośrednio osobom potrzebującym ze Zgierza i gminy Zgierz, które mogą zgłaszać się do jej siedziby przy pl. Jana Pawła II 19 we wtorki i środy w godz. 9.00-12.00. Ci zaś, którzy chcą przekazać odzież, ale również inne rzeczy potrzebne w domu, jak pościel, ręczniki, talerze, garnki, mogą przynieść je każdego dnia w godz. 8.00-15.00. Ważne, żeby tekstylia nie były poplamione lub zabrudzone, bo w takim przypadku zamiast do potrzebującego, muszą być przekazane do utylizacji.

Można pomagać globalnie

Odzież i inne tekstylia można też wrzucać do specjalnych pojemników stojących przy ulicach. Warto jednak zauważyć, że wbrew powszechnym przekonaniom, ubrania wrzucone do kontenerów nie trafiają do potrzebujących. Są one zazwyczaj przetwarzane na inne produkty lub sprzedawane w sklepach second-hand i to niekoniernie w Polsce czy w Europie. Część odzieży jest eksportowana do krajów pozaeuropejskich, gdzie normy ochrony środowiska są znacznie mniej restrykcyjne.

Ostatecznie dopiero niewielka część dochodu ze sprzedaży zasila konta organizacji pomocowych, takich jak PCK.

Rosnący problem odpadów tekstylnych

Generalnie nie jest dobrze – mówią dane Fundacji Ellen MacArthur. Światowa pro-



Zgierski punkt PKPS pośredniczy w przekazywaniu odzieży i rzeczy potrzebnych w domu

dukacja odzieży w latach 2000-2015 podwoiła się. A to oznacza równoczesny wzrost masy odpadów tekstylnych, zwłaszcza że dużą ich część stanowi tania odzież niskiej jakości. Obecnie w Europie zbiera się około 2 mln ton odzieży rocznie, czyli około 30 procent tego, co trafia na rynek.

W Polsce tylko 1 procent odzieży trafia do ponownego przetworzenia, reszta jest spalana lub łąduje na wysypiskach. Tymczasem tekstylia można ponownie wykorzystać: wprowadzić na wtórny rynek lub przetworzyć. Z tego powodu nowe regulacje unijne zakładają całkowity zakaz składowania odpadów nadających się do recyklingu, w tym tekstyliów, co wymusi na samorządach zwiększenie nakładów na infrastrukturę oraz rozwój technologii recyklingu, za czym – rzecz jasna – pójdą konkretne koszty.

Kierunek: gospodarka o obiegu zamkniętym

Zgodnie z ideą, która doprowadziła do zmian w legislacji, obowiązkowa zbiórka odzieży jest krokiem w stronę zrównoważonej gospodarki o obiegu zamkniętym, gdzie tekstylia nie będą już postrzegane jako odpady, ale jako cenne surowce do ponownego wykorzystania. Nowe regulacje powinny wpłynąć na zmianę naszych nawyków, pro-

muąc świadome kupowanie i wydłużenie cyklu życia odzieży. Ostatecznie jednak to nie kolejne nakazy i zakazy, a nasze świadome działania pokażą, czy jesteśmy w stanie ograniczyć marnotrawstwo odzieży, skutecznie włączając tekstylia do obiegu zamkniętego, wspierać naszych sąsiadów, którzy znaleźli się w trudniejszej sytuacji materialnej oraz chronić coraz bardziej wyeksploatowane środowisko naturalne.

Technologia

Czas, kiedy składowanie odpadów nadających się do recyklingu przestanie istnieć, jest bliżej niż dalej. A to oznacza konieczność opracowania technologii do przetwarzania tekstyliów. Pierwsze już są. Vive Textile opracowało własną technologię do wytwarzania kompozytu tekstylnego, z którego powstają m.in. doniczki, lampy, kosze, tarasy, place zabaw. Tekstylia wykorzystuje się również do produkcji paliw alternatywnych (*Refuse Derived Fuel* – RDF). Pojawiają się też pomysły wykorzystania tekstyliów jako komponentu zrównoważonego paliwa lotniczego (*Sustainable Aviation Fuel* – SAF), które ogranicza emisję dwutlenku węgla o co najmniej 70 procent.

Żyj, pracuj, doceniaj, co masz...

Od zarania dziejów ludzie poszukują sensu i tajemnicy życia. Zastanawiają się, czy są sami we wszechświecie, doszukują się głębszego znaczenia w znakach natury, wróżą z kart lub próbują zrozumieć swoje sny. Niektórzy tak bardzo zagłębiają się w te tzw. tajemnice, że tracą kontakt z prawdziwym, ziemskim życiem. Poszukując większego sensu, łatwo popaść w projekcje, iluzje i utracić radość tego, co dostaliśmy od natury w prezencie, czyli po prostu życia.

JOANNA DELBAR



Bardzo często spotykam osoby narzekające na to, co mają lub kompletnie niedoceniające pozornie prostych darów codzienności. Tego, że budzą się zdrowe, w ciepłych łóżkach, mają wodę z kranu, jedzenie w lodówce, pracę, mieszkanie, rodzinę lub przyjaciół. Zamiast tego marzą, pisząc w głowie scenariusze niesprawdzonych, innych, iluzorycznych żyć np. w Kalifornii albo gdzieś w Hiszpanii, albo u boku znanego aktora. W każdym razie gdzieś indziej, inaczej, tylko nie tu, gdzie są.

Inni swoich nieszczęść upatrują w zjawiskach nadprzyrodzonych. Na siłę tłumaczą

każdy sen, każdy spadający liść, pojawienie się każdego ptaka, który przysiadł na balkonie, szukają rozwiązań w kartach, byle nie być odpowiedzialnym za swoje życie.

Oderwanie od rzeczywistości, od wysiłków, jakie wpisane są w życie każdego z nas, od pracy nad sobą, nad całkowitym wzięciem odpowiedzialności za wszystko, co mówimy i robimy, to prawo dzieci. To najmłodsi marzą, wierzą w Mikołaja, Batmana lub rycerzy Jedi. Liczne badania mówią, że jako ludzie mamy skłonność do nadawania sensu zjawiskom, których nie rozumiemy, zamiast po prostu je uznać i skupić się na docenianiu codziennej rzeczywistości. Zwyczajne codzienne wysiłki wpisane są w życie dorosłego, odpowiedzialnego człowieka. Wysiłki takie jak praca, sprząatanie, napra-

wianie relacji, wychowywanie dzieci, spotkania z przyjaciółmi. Jak powiedział Swami Vivekananda, żyjący w Indiach filozof i jogin „Życie nie jest po to, aby je rozumieć, życie jest po to, aby żyć”.

Zatem cieszymy się tym, co dostaliśmy, róbmy codzienne wysiłki fizyczne i mentalne, dbajmy o relacje, pracujmy, nie uciekajmy od kłopotów, ale szukajmy rozwiązań. To jedyna tajemnica życia. Porzućmy fantazje i poszukiwania rozwiązań swoich kłopotów w niesprawdzonych, iluzorycznych snach. Wbrew pozorom życie jest bardzo proste, a jedyną osobą, która je utrudnia, jesteś ty sam. ●

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

A to ciekawe

Wirtualny autyzm – niepokojący wpływ ekranów na najmłodszych

RENATA KAROLEWSKA



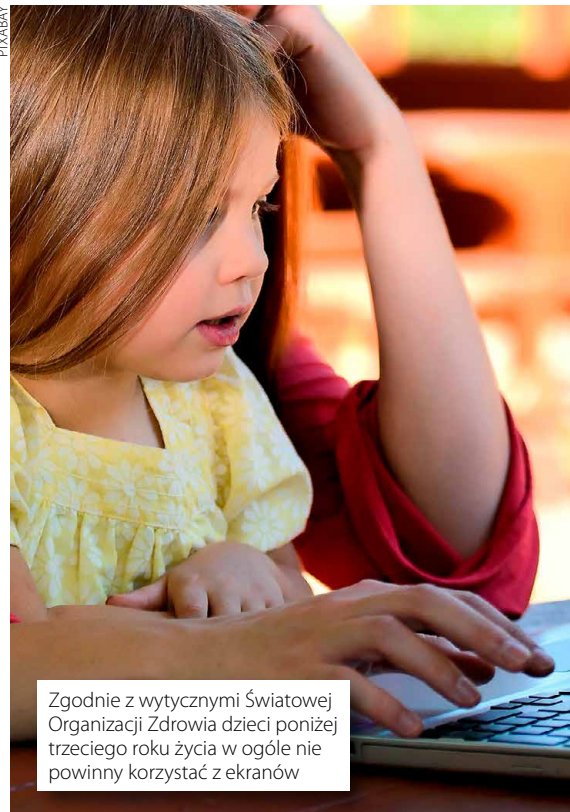
Współczesne technologie, choć bezsprzecznie pomagają w wielu dziedzinach życia, niosą również nieoczekiwane skutki uboczne. Jednym z niepokojących zjawisk jest tzw. wirtualny autyzm – syndrom przypominający objawy klasycznego autyzmu, wywołany nadmierną ekspozycją na urządzenia elektroniczne. Samo pojęcie „wirtualny autyzm” powstało po obserwacjach dzieci, które – podobnie jak osoby z autyzmem – zaczęły wycofywać się z kontaktów społecznych, reagować agresywnie na próby odciążenia ich od ekranów i tracić umiejętność wyrażania emocji. Dziś chyba każdy psycholog dziecięcy ma bogate portfolio z przypadkami małych, często już kilkuletnich dzieci, które większość dnia spędzają przed ekranem. Próby odciążenia takiego dziecka od urządzenia, kończą się histerią lub agresją skierowaną nie tylko na otoczenie, ale też na samego siebie. Dzieci te nie są w ogóle zainteresowane zabawą z rówieśnikami, a jedynymi bodźcami, które na nie działają to ekrany smartfona lub tabletu.

Zjawisko wirtualnego autyzmu po raz pierwszy zostało opisane w 2018 r. przez

rumuńskiego psychologa Mariusa Zamfira. Prowadzone wówczas badania wykazały, że spędzanie przez dzieci więcej niż czterech godzin dziennie przed ekranem może prowadzić do rozwinięcia symptomów przypominających autyzm i do swoistego upośledzenia percepcji. Najmłodsi nie są w stanie nauczyć się odczytywania emocji ani wyrażania swoich uczuć, bo ich kontakt ze światem jest mocno ograniczony.

Czy wirtualny autyzm jest nową formą zaburzeń, czy tylko kolejną odsłoną problemów związanych z cyfrowymi technologiami? Dziś trudno jednoznacznie odpowiedzieć. Ekspertki zauważają jednak, że objawy takie jak trudności z koncentracją, nadpobudliwość i apatia, które obserwuje się u „dzieci ekranowych”, w przeszłości nie były tak powszechne jak obecnie. Podkreślają, że siła jest w profilaktyce i zdrowym rozsądku dorosłych. Zgodnie z wytycznymi Światowej Organizacji Zdrowia dzieci poniżej trzeciego roku życia w ogóle nie powinny korzystać z ekranów. Ważna jest także terapia oparta na relacjach i aktywnościach w świecie rzeczywistym – spacerów, zabawy zespołowe, zajęcia rozwijające kreatywność. Rodzice powinni też rozważyć wprowadzenie kodeksu – swoistej umowy z dzieckiem, opartej na zaufaniu i określającej jasne zasady korzystania z urządzeń elektronicznych. ●

PIKABAY



Zgodnie z wytycznymi Światowej Organizacji Zdrowia dzieci poniżej trzeciego roku życia w ogóle nie powinny korzystać z ekranów

Mormoni – kim są i jak działają w Polsce?

Co prawda nie ma ich społeczności w Zgierzu, ale są w sąsiedniej Łodzi. Ruch mormoński oficjalnie znany jako Kościół Jezusa Chrystusa Świętych w Dniach Ostatnich to jedna z najbardziej charakterystycznych i kontrowersyjnych religii wywodzących się z chrześcijaństwa. Powstała w Stanach Zjednoczonych na początku XIX w., a jej założycielem był Joseph Smith.

SANDRA KRUSZYŃSKA



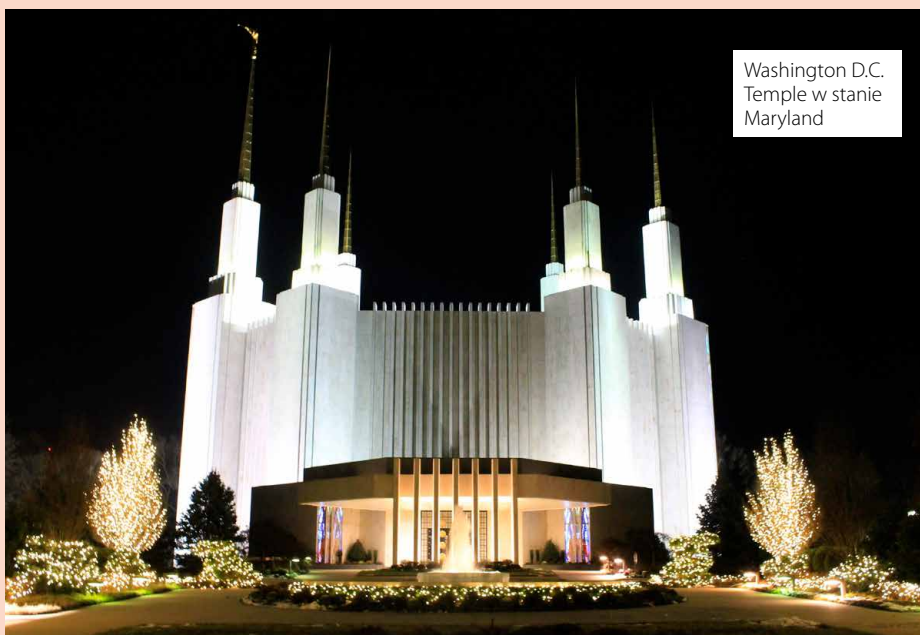
Dziś mormonizm liczy około 17 milionów członków na całym świecie, a jego wyznawcy są znani z działalności misyjnej (każdego roku tysiące młodych mężczyzn i kobiet wyrusza na dwuletnie misje na całym świecie, w tym także do Polski), silnych więzi społecznych oraz wierzeń, które odróżniają ich od innych denominacji chrześcijańskich.

Pochodzenie mormonizmu

Początki wyznania sięgają 1820 r., kiedy to młody Joseph Smith miał pierwszą wizję, podczas której ukazał mu się Bóg Ojciec i Jezus Chrystus. Według Smitha Chrystus powiedział mu, że wszystkie ówczesne kościoły chrześcijańskie są w błędzie i konieczne jest przywrócenie „prawdziwego Kościoła”. Niedługo potem, w 1823 r. Smith miał kolejne objawienie, podczas którego anioł Moroni wskazał mu miejsce ukrycia złotych płyt, na których zapisane były starożytne kroniki dotyczące dawnych mieszkańców Ameryki. Płyty te, według mormonów, stanowiły Księgę Mormona, jedno z najważniejszych pism religijnych tego wyznania. W 1830 r. Joseph Smith opublikował „Księgę Mormona” i założył Kościół.

Pierwsi mormoni osiedlali się głównie na terenie stanów Nowy Jork, Ohio, Missouri i Illinois, jednak z powodu narastających prześladowań religijnych i napięć z lokalną ludnością zmuszeni byli do wędrówki na zachód. Po śmierci Josepha Smitha w 1844 r. przywództwo w Kościele objął Brigham Young, który poprowadził wyznawców do dzisiejszego stanu Utah, gdzie założyli miasto Salt Lake City, które do dziś stanowi stolicę mormonizmu.

Oprócz Biblii mormoni uznają za święte trzy inne pisma: Księgę Mormona, Naukę i Przymierza oraz Perłę Wielkiej Wartości. Wierzą, że Bóg Ojciec, Jezus Chrystus i Duch Święty to trzy odrębne osoby, a człowiek może osiągnąć stan boskości po śmierci, jeśli będzie żył zgodnie z naukami Kościoła. Ciekawe jest, że mormoni wierzą także w możliwość chrztu za zmarłych, co oznacza, że żyjący członkowie Kościoła mogą być ochrzczeni w imieniu swoich przodków, da-



Washington D.C.
Temple w stanie
Maryland

jąc im w ten sposób szansę na zbawienie. Jednym z najbardziej kontrowersyjnych tematów związanych z mormonizmem jest poligamia. W XIX w. wielu mormonów, w tym Joseph Smith i Brigham Young, praktykowało małżeństwa z wieloma kobietami. Kościół oficjalnie zrezygnował z tej praktyki w 1890 r., ale niektóre, bardziej radykalne odłamy mormońskie podtrzymują tę praktykę.

Aby przynależać do społeczności, wierni muszą przestrzegać restrykcyjnych zasad moralnych i duchowych, w tym m.in. oddawania dziesięciny (czyli oddawania 10 procent dochodów Kościołowi) oraz zachowywania czystości przedmałżeńskiej. Dla każdego mormona rodzina odgrywa centralną rolę w życiu i wierzeniach, a każda niedziela jest poświęcona wspólnemu nabożeństwu oraz spędzaniu czasu z bliskimi. Mormoni przestrzegają zasad tzw. Słów Mądrości, które nakazują unikania używek, takich jak alkohol, kawa, herbata oraz papierosy.

Mormoni pojawili się w naszym kraju stosunkowo późno. Pierwsze oficjalne misje Kościoła Jezusa Chrystusa Świętych w Dniach Ostatnich rozpoczęły się dopiero po 1989 r., kiedy to Polska po upadku komunizmu otworzyła się na zagranicznych misjo-

narzy. Mimo że nie jesteśmy dużym ośrodkiem mormonizmu, kościół ten nieustannie rozwija swoją działalność i przyciąga nowych wiernych. W 2022 r. w Polsce było ponad dwa tysiące członków, a struktury kościoła obejmowały głównie większe miasta, w tym Warszawę, Kraków, Wrocław czy Łódź.

Mormoni w Polsce są aktywni głównie poprzez swoją działalność misyjną i charytatywną. Jednym z wyróżniających ich projektów jest wsparcie dla osób potrzebujących, m.in. poprzez organizowanie zbiórek żywności i ubrań, a także oferowanie programów pomocy dla rodzin w trudnej sytuacji materialnej. Kościół Jezusa Chrystusa Świętych w Dniach Ostatnich jest również znany z organizowania kursów języka angielskiego, które są darmowe i otwarte dla wszystkich chętnych.

W województwie łódzkim działalność kościoła mormonów nie jest tak intensywne, jak w większych miastach, ale jego obecność jest zauważalna. W samej Łodzi działa jeden z większych oddziałów Kościoła w regionie, a spotkania odbywają się regularnie w miejscowej kaplicy. Misjonarze często spotykają się z mieszkańcami, prowadzą rozmowy i zachęcają do zapoznania się z naukami ich kościoła.

Zgierskie księgarnie (2)

Bez nich trudno wyobrazić sobie krajobraz miasta – i nie mówimy tu o aptekach, bankach czy sklepach monopolowych. W odróżnieniu od wcześniej wymienionych jest ich coraz mniej, więc tym więcej, tym mocniej doceniajmy lokalne księgarnie... Kontynuujemy cykl poświęcony miejscom, gdzie nie tylko można kupić książkę, ale i o niej porozmawiać.

„Pan Tadeusz” – nazwa oczywiście nawiązuje do mickiewiczowskiej epopei, ale przecie w równy sposób odnosi się do właściciela pana Tadeusza Dąbrowskiego. Księgarnia istnieje od 1991 r., pierwszą jej siedzibą była niepozorna konstrukcja, blaszak właściwie przy ul. Mielczarskiego tuż przy skrzyżowaniu z ul. Długą. Choć zapewne część mieszkańców pamięta pana Tadeusza i panią Renatę Smoczyńską jako pracowników księgarni Domu Książki na Osiedlu 650-lecia – mowa o pawilonie przy ul. Tuwima. Po 1989 r. państwowe firmy masowo upadały, nadszedł wtedy okres prywatnych inicjatyw. „Pan Tadeusz” przez dwa lata działał przy ul. Mielczarskiego, a ponieważ księgarnia miała duże obroty i w blaszaku zaczęło robić się ciasno, skorzystano z możliwości przeprowadzki do lokalu w bezpośrednim sąsiedztwie. Od 1993 r. adresem „Pana Tadeusza” pozostaje ul. Długa 55.

Jak na lokalną księgarnię przystało, często witrynę zdobiją książki zgierskich autorów. To coś, czego w Empiku nie doświadczymy. – *Ostatnio pojawiła się u nas książka Iwony Klimczak, sprzedaliśmy ponad trzydzieści egzemplarzy, to sporo jak na lokalną pisarkę* – opowiada pani Renata. – *Jest także książka debiutującego Marcina Adamkiewicza, wspomnienia Adama Izdorzycyka dotyczące szkoły im. Staszica, także wydawane w naszym mieście Zgierskie Zeszyty Regionalne. Odwiedzający nas są ciekawi rzeczy lokalnych.*

Księgarnia położona jest blisko szkół: Staszica, Cezaka, Budowlanki. W lepszych czasach uczniowie, wracając z zajęć, systematycznie zaglądali do „Pana Tadeusza”,

dziś nie jest to regułą. – *Coraz mniej jest osób, które przychodzą i przeglądają książki na półkach. Teraz to w Internecie odbywa się przegląd pozycji, do nas przychodzi się już po konkretny tytuł* – tłumaczy Renata Smoczyńska. – *Choć oczywiście wciąż zdarzają się osoby, które potrzebują porady, które lubią tu przyjść, porozmawiać o książkach.*

Wychodząc naprzeciw współczesności, księgarnia uruchomiła dział sprzedaży online. Co zgierzanie kupują najchętniej? Tu gusta są podobne do innych regionów Polski. Wielkim sukcesem były „Chłopki” Joanny Kuciel-Frydryszak, a po Noblu dla Olgi Tokarczuk wzrosła sprzedaż książek tej

autorki. Jeśli poezja, to Szymborska, Osiecka i Przybora. – *Istnieją mody na określone tematy, gatunki. Gdy Stephenie Meyer opublikowała serię o wampirach, ruszyła masa naśladowców. Często przychodzą klienci i pytają o „coś podobnego do...”* – słyszymy w „Panu Tadeuszu”.

Coraz popularniejsze są książki opowiadające o emocjach, także, a może szczególnie, w kontekście uczuć dzieci. Jak nazywać emocje, jak sobie z nimi radzić. Na pewno antidotum na jesienną chandrę może być dobra książka, zwłaszcza jeśli została kupiona po miłej rozmowie w sympatycznej księgarni... (jn)

STARY
MŁYN

REPERTUAR KINA

listopad 2024

1 listopada - piątek	14:00 Idź pod prąd (PL, biograficzny, 97 min. 16:00 Megalopolis (napisy PL, dramat / Sci-Fi, 138 min. 18:30 U Pana Boga w Królowym Moście (PL, komedia, 125 min. 20:45 Strange Darling (napisy PL, Thriller, 98 min.
2 listopada - sobota	12:00 Emma odważna (Dubbing PL, animacja, 104 min. 14:00 Idź pod prąd (PL, biograficzny, 97 min. 16:00 U Pana Boga w Królowym Moście (PL, komedia, 125 min. 18:15 Megalopolis (napisy PL, dramat / Sci-Fi, 138 min. 20:45 Strange Darling (napisy PL, Thriller, 98 min.
3 listopada - niedziela	13:00 Emma odważna (Dubbing PL, animacja, 104 min. 15:00 Idź pod prąd (PL, biograficzny, 97 min. 17:00 Megalopolis (napisy PL, dramat / Sci-Fi, 138 min. 19:30 U Pana Boga w Królowym Moście (PL, komedia, 125 min.
7 listopada - czwartek	15:00 Rzeczy niezbędne (PL, dramat, 110 min. 17:00 Listy do M. Pożegnania i powroty (PL, komedia, 123 min. 19:30 Listy do M. Pożegnania i powroty (PL, komedia, 123 min.
8 listopada - piątek	15:00 Rzeczy niezbędne (PL, dramat, 110 min. 17:00 Listy do M. Pożegnania i powroty (PL, komedia, 123 min. 19:30 Listy do M. Pożegnania i powroty (PL, komedia, 123 min.
9 listopada - sobota	12:00 Paddington w Peru (Dubbing PL, familijny, 101 min. 14:00 Wanda Rutkiewicz. Ostatnia wyprawa (PL, dokument, 80 min. 15:30 Rzeczy niezbędne (PL, dramat, 110 min. 17:30 Listy do M. Pożegnania i powroty (PL, komedia, 123 min. 20:00 Listy do M. Pożegnania i powroty (PL, komedia, 123 min.
10 listopada - niedziela	12:00 Paddington w Peru (Dubbing PL, familijny, 101 min. 14:00 Wanda Rutkiewicz. Ostatnia wyprawa (PL, dokument, 80 min. 15:30 Rzeczy niezbędne (PL, dramat, 110 min. 17:30 Listy do M. Pożegnania i powroty (PL, komedia, 123 min. 20:00 Listy do M. Pożegnania i powroty (PL, komedia, 123 min.
11 listopada - poniedziałek - Dzień Kina Polskiego	12:00 U Pana Boga w Królowym Moście (PL, komedia, 125 min. 14:30 Wanda Rutkiewicz. Ostatnia wyprawa (PL, dokument, 80 min. 16:00 Minghun (PL, dramat, 90 min. 18:15 Dziewczyna z igłą (PL, dramat, 115 min.
14 listopada - czwartek	15:00 Paddington w Peru (Dubbing PL, familijny, 101 min. 17:00 Rzeczy niezbędne (PL, dramat, 110 min. 19:15 Listy do M. Pożegnania i powroty (PL, komedia, 123 min.
15 listopada - piątek	14:00 Rzeczy niezbędne (PL, dramat, 110 min. 16:00 Paddington w Peru (Dubbing PL, familijny, 101 min. 18:00 Wanda Rutkiewicz. Ostatnia wyprawa (PL, dokument, 80 min. 19:30 Listy do M. Pożegnania i powroty (PL, komedia, 123 min.
16 listopada - sobota	11:00 Paddington w Peru (Dubbing PL, familijny, 101 min. 17 listopada - niedziela 10:00 Paddington w Peru (Dubbing PL, familijny, 101 min. 12:00 Listy do M. Pożegnania i powroty (PL, komedia, 123 min. 18 listopada - poniedziałek - kino konesera 12:00 Minghun (PL, dramat, 90 min. 21 listopada - czwartek 15:00 Paddington w Peru (Dubbing PL, familijny, 101 min. 17:00 Listy do M. Pożegnania i powroty (PL, komedia, 123 min. 19:15 Anora (Napisy PL, dramat/komedia, 139 min.
22 listopada - piątek	15:00 Paddington w Peru (Dubbing PL, familijny, 101 min. 17:00 Anora (Napisy PL, dramat/komedia, 139 min. 19:30 Listy do M. Pożegnania i powroty (PL, komedia, 123 min.
23 listopada - sobota	13:00 Paddington w Peru (Dubbing PL, familijny, 101 min. 15:00 Wanda Rutkiewicz. Ostatnia wyprawa (PL, dokument) 16:30 Anora (Napisy PL, dramat/komedia, 139 min. 19:00 Listy do M. Pożegnania i powroty (PL, komedia, 123 min.
24 listopada - niedziela	12:00 Paddington w Peru (Dubbing PL, familijny, 101 min. 14:00 Wanda Rutkiewicz. Ostatnia wyprawa (PL, dokument, 80 min. 16:00 Listy do M. Pożegnania i powroty (PL, komedia, 123 min. 18:30 Anora (Napisy PL, dramat/komedia, 139 min.
28 listopada - czwartek	15:00 Vaiana 2 (Dubbing PL, animacja / familijny, 100 min. 17:00 Vaiana 2 (Dubbing PL, animacja / familijny, 100 min. 19:00 Anora (Napisy PL, dramat/komedia, 139 min.
29 listopada - piątek	15:00 Vaiana 2 (Dubbing PL, animacja / familijny, 100 min. 17:00 Vaiana 2 (Dubbing PL, animacja / familijny, 100 min. 19:00 Anora (Napisy PL, dramat/komedia, 139 min.
30 listopada - sobota	13:30 Vaiana 2 (Dubbing PL, animacja / familijny, 100 min. 15:30 Vaiana 2 (Dubbing PL, animacja / familijny, 100 min. 17:30 Prawdziwy ból (Napisy PL, dramat/komedia, 90 min. 19:15 Anora (Napisy PL, dramat/komedia, 139 min.

bilety.starymlynzgiierz.pl

Bilet normalny – 21 zł
 Bilet student / senior – 19 zł
 Bilet ulgowy – 17 zł
 Bilet czwartkowy – 17 zł
 Bilet dla OzN (rowniez opiekun) – 13 zł
 kino konesera – 11 zł

Miejski Ośrodek Kultury
 Stary Młyn w Zgierzu
 ul. Długa 41A
 tel.: 503 457 076

JAKUB NIEDZIAŁA



Pani Renata przed „Panem Tadeuszem”. Od ponad trzydziestu lat to adres Długa 55

JAKUB NIEDZIELA



Międzyszkolny Uczniowski Klub Sportowy powołano do życia w styczniu 2005 r. Pływanie w Zgierzu istniało oczywiście już wcześniej. Kroniki „Boruty” czy „Włókniarza” uwzględniają funkcjonowanie w tych

klubach sekcji pływackich, jednak nie przetrwały one do czasów nam współczesnych. Wśród założycieli MUKS Zgierz znajdziemy Grzegorza Rajtara, Macieja Kacprzaka i Cezarego Stańczyka. Inicjatywę wspierał również Jerzy Sokół. Dzięki życzliwości ówczesnej dyrekcji MOSiR klub przez trzy miesiące mógł organizować bezpłatne zajęcia pływackie dla dzieci na basenie przy ul. Leśmiana. Przez ten czas zebrano grupę chętnych, a MUKS rozpoczął regularne treningi sekcji. Dziś sztab szkoleniowy tworzą Grzegorz Rajtar (prezes klubu), Maciej Kacprzak oraz Bartłomiej Jurek. W zajęciach organizowanych przez MUKS uczestniczy blisko setka zawodników i zawodniczek. Najmłodszy zaczęli właśnie naukę w podstawówce, najstarsi pływacy mają osiemnaście lat.

Na podium

Skrupulatne podsumowanie sezonu 2023/2024 wskazuje, że pływacy MUKS wywalczyli w tym czasie aż 101 medali: 50 złotych, 33 srebrne oraz 18 brązowych. Od września zeszłego roku do czerwca roku obecnego ponad dwieście razy zawodnicy zgierskiego klubu ustanawiali swoje rekordy życiowe. Aktualny sezon zapowiada się równie imponująco – podczas pierwszej edycji ogólnopolskich zawodów pływackich dla dzieci w ramach cyklu „Od Młodzika do Olimpijczyka” MUKS wywalczył pięć medali. Na torach w Lublinie wyróżniły się: Anastazja Żak (złoto za 100 m stylem dowolnym, złoto za 100 m stylem motylkowym, srebro za 100 m stylem grzbietowym), Matylda Najbert (srebro za 100 m stylem klasycznym) oraz Marcelina Najbert (brąz za 100 m stylem klasycznym). „Nasi zawodnicy ustanowili również 21 nowych rekordów życiowych i zajęli świetne miejsca w klasyfikacjach” – czytamy na profilu fb zgierskiego klubu.

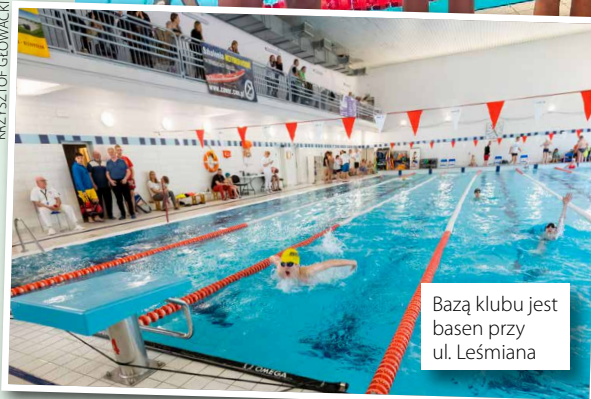
Świetny występ na obiekcie Aqua Lublin spowodował, że Antastazję Żak oraz siostry Marcelinę i Matyldę Najbert uwzględniono w październiku w ogólnopolskiej klasyfikacji pływających dziewcząt 11-12 lat na www.swimrankings.net – i to w pierwszej trójce ich medalowych konkurencji. W finale poprzedniej edycji imprezy „Od Młodzika do Olimpijczyka” MUKS Zgierz obok wyżej wymienionych reprezentowali: Mikołaj Mazulewicz, Maciej Bogusławski, Alan Kwiatkowski, Tymon Szwalbe oraz Daniel Malec. – Oprócz zawodników i trenerów równie ważnym elementem w naszym klubie są rodzice. MUKS Zgierz jest jak stół z trzema solidny-

MUKS Zgierz. Pływacy z medalami

W przyszłym roku świętować będą jubileusz 20-lecia. Ile przez ten czas zdobyli medali dla naszego miasta? Liczenie w setkach może być już niewystarczające... Klub MUKS Zgierz to miejsce, gdzie dzieci i młodzież rozwijają swoją pływacką pasję.



Silna reprezentacja MUKS na październikowych zawodach „Od Młodzika do Olimpijczyka” w Lublinie



Bazą klubu jest basen przy ul. Leśmiana

mi nogami, konstrukcja jest stabilna, bo trenujące dzieci, rodzice i sztab szkoleniowy ściśle ze sobą współpracują – przekonuje Maciej Kacprzak, jeden z założycieli zgierskiego klubu.

Harmonijny rozwój

Pływanie jest dyscypliną specyficzną. Trenujących biegi nie trzeba wcześniej uczyć, jak chodzić, podczas gdy dzieci, zanim zaczną się ścigać na torach pływalni, muszą poznać tajniki zachowań w wodzie. Przydają się predyspozycje fizyczne – wygimnastykowane ciało, gibkość obręczy barkowej i biodrowej. Okazuje się, że i psychika w pływaniu odgrywa dużą rolę. Treningi pływania bywają monotonne, zawodnicy muszą wielokrotnie powtarzać te same ćwiczenia, co wymaga sporego skupienia. Nagrodą są nie tylko medale i rekordy życiowe, ale i harmonijny rozwój ciała, wzmocnienie układu mięśniowego, oddechowego czy odpornościowego.

MUKS Zgierz współpracuje ze Szkołą Podstawową nr 8, w której funkcjonują od-

działy sportowe o profilu pływania. Dzięki umowie trójstronnej klub-miasto-szkoła uczniowie trenują na basenie przy ul. Leśmiana na lekcjach wf i dodatkowo popołudniami w ramach zajęć w MUKS. – *Wciąż można się do nas zgłaszać, klub otwarty jest na dzieci w wieku szkolnym, choć nie ukrywam, że im wcześniej uczeń zacznie treningi, tym większa szansa na dobre wyniki* – mówi Bartłomiej Jurek, trener sekcji pływackiej.

Szlakiem olimpijczyków

Dzieci systematycznie ćwiczą, biorą udział w zawodach („Od Młodzika do Olimpijczyka” oraz imprezy Łódzkiego Okręgowego Związku Pływackiego), mają również szansę podpatrywać najlepszych. Wielokrotnie na basenie przy ul. Leśmiana bywała zaprzyjaźniona z klubem Otylia Jędrzejczak. To mistrzyni świata w pływaniu i złota medalistka olimpijska, w Zgierzu goszcząca m.in. w ramach bezpłatnych warsztatów Otylia Swim Tour czy jako gość Memoriałów Zawora.

Na rok 2025 zaplanowano uroczyste obchody 20-lecia Międzyszkolnego Uczniowskiego Klubu Sportowego. Możliwe, że za rok, jesienią zorganizowane zostanie spotkanie wszystkich byłych i obecnych zawodników. Osoby, które chcą rozpocząć treningi, a więc współtworzyć historię klubu, mogą kontaktować się z MUKS za pośrednictwem profilu fb oraz strony www.muks.pl.

Czarny Kot...

Czarny Kot? Czarny Kot!

Sylwetka graficznie wymodelowana. Idealny kształt i proporcje. Gracja i miękkość ruchów.

ANNA KOPEĆ-TWARDOWSKA



Do tego zwinność granicząca z akrobatyką, aż po umiejętność znikania... nocą.

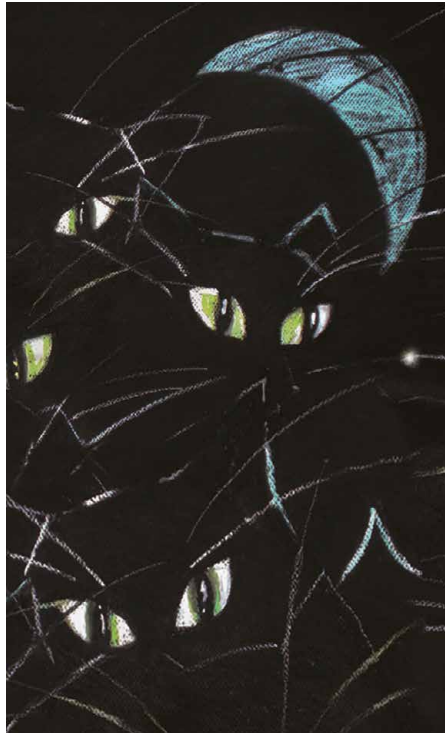
Wówczas pozostaje już tylko światło oczu – srebrzyste, szmaragdowe, bursztynowe...

Samo wyobrażenie Czarnego Kota buduje nastrój tajemnicy i magii, ale też niepokoju. A to przebiegł komuś drogę – pech, a to drzemie na czyimś progu – zła wróżba, a to kontempluje światło Księżyca – oj, oj, idą wielkie zmiany...

Bo czy wolni jesteśmy od dawnych przesądów, zabobonów i oskarżeń obarczających Czarnego Kota winą za nasze niepowodzenia?

Dla równowagi przypomnę, że w Kraju Kwitnącej Wiśni, Kuro Neko, czyli Czarny Kot, jest niekwestionowanym symbolem szczęścia. Obdarowuje się nim młode pary, aby zapewnić im powodzenie i trwałe ciepło domowego ogniska.

Dlatego też odnoszę wrażenie, że jest coś wyjątkowego w Czarnym Kocie. Na jego korzyść.



Niejednokrotnie spotkałam się z opinią, że to właśnie Czarne Koty są najbardziej inteligentne spośród inaczej umaszczonego przedstawicieli tego gatunku. Może właśnie dlatego budzą w nas tyle skojarzeń i emocji? Moje obserwacje potwierdzają takie postrzeganie Czarnego Kota. Wszystkie, które miałam szczęście spotkać, zapamiętałam jako szczególnie komunikatywne. W ten sposób wchodzą z nami w relację, ofiarowując całe bogactwo swej kociej osobowości. Potrafią też kunsztownie owinać nas wokół pazurka!

Czarny Kot musi wyróżniać się spośród pozostałych, skoro ktoś wyznaczył Dzień Czarnego Kota, a inni to zaakceptowali! Dzień ten przypada na 17 listopada.

Proponuję więc uczcić ten dzień choćby małą czarną w zacisznej knajpce w towarzystwie jakiegoś Czarnego Kota lub Kotki Czarnej...

Anna Kopeć-Twardowska,
malarzka i projektantka.
Inicjatorka wielu wystaw,
akcji i działań artystycznych.

Autorka felietonów o kotach, ziołach i sztuce.
fb: Art.Gallery Anna Kopeć-Twardowska

Kinowy Zgierz

Różnorodnie i przedpremierowo

MICHAŁ FALK



Wiem, że to moje egzaltowanie się kinowym repertuarem może być czasem nudne i męczące, ale muszą to wytłumaczyć. Za każdym razem, gdy zamykamy miesięczny harmonogram projekcji, czuję, jakbym skończył robić sweter na drutach albo upiekł ciasto, które pięknie pachnie, wygląda i smakuje. Za każdym razem staramy się do niego włączyć też coś specjalnego. Tym razem postanowiliśmy przystąpić do akcji organizowanej przez Sieć Kin Studyjnych – Dzień Kina Polskiego (11 listopada). Zobaczymy z tej okazji przede wszystkim „Dziewczynę z igłą” (premiera dopiero w styczniu!), która jest duńskim kandydatem do Oscala

ra, a możemy w niej zobaczyć m.in. zgierskie kadry z łaźni miejskiej. Obok ustawiliśmy nowy film Jana P. Matuszyńskiego – „Ming-hun” z Marcinem Dorocińskim w roli głównej. Zobaczymy również dokument „Wanda Rutkiewicz. Ostatnia wyprawa”, który rzuca nowe światło na postać największej, polskiej himalaistki. Nie mogę jednak przy okazji nie wspomnieć również o premierowych pokazach świątecznego szlagieru „Listy do M. Pożegnania i powroty”

Będziemy więc poszerzać horyzonty, oglądać przedpremiery, ale i mocno postawimy na młodego widza: przedpremierowe i premierowe pokazy filmów: „Paddington w Peru” i „Vaiana 2”. Bo z tej części naszej działalności czerpiemy ogromną satysfakcję, że jest Zgierzu miejsce, gdzie młodzi ludzie mogą doświadczać swoich pierwszych spotkań z kulturą.

•



Rekordowa frekwencja w programie Edukacja Młode Horyzonty

Choć minął dopiero miesiąc kolejnego cyklu pokazów filmowych w ramach programu Edukacja Młode Horyzonty, to można już mówić o sukcesie edukatorów z MOK Stary Młyn. Przez najbliższe pół roku na comiesięcznych filmowych spotkaniach edukacyjnych pojawi się blisko tysiąc widzów. Sama frekwencja świadczy o potrzebie realizacji takich lekcji, wskazując jednocześnie na spore zainteresowanie dzieci i młodzieży. Z seansów chętnie korzystają również nauczyciele, bo pozwalają one uatrakcyjnić metody i formy nauczania.

Pozytywów filmowej edukacji jest jednak o wiele więcej. Filmy wyświetlane w zgierskim kinie poruszają tematy ważne dla dzieci i młodzieży. Są one świetnym pretekstem do dyskusji i wymiany myśli.

Do tegorocznego programu zapisali się głównie uczniowie i przedszkolaki ze Zgierza, ale są także ich rówieśnicy z miejscowości gminnych, a nawet z Łodzi. MOK ma propo-

zycje filmowe dla wszystkich grup wiekowych: od przedszkolaków do licealistów. Każdemu seansowi towarzyszy prezentacja i omówienie tematu przewodniego (w tym sezonie są to między innymi cykle: „Poznajemy emocje”, „Filmowe podróże”, „Kino współczesne”, „Ważne tematy”, czy „Świat wartości”). – *Najliczniej stawiają się przedszkolaki. Musieliśmy stworzyć aż trzy grupy widzów, by pomieścić 350 małych widzów. A chodzi też o ich i nasz komfort prowadzenia spotkań* – mówi Anna Perek-Kowalska, koordynatorka programu w Zgierzu. – *Każdego miesiąca, aż do końca kwietnia, Kino w Starym Młynie odwiedzi blisko tysiąc osób. To rekord* – dodaje. Edukacyjna działalność kina nadal się rozwija.

Trzeba tu wspomnieć, że tutejsze kino odwiedzą inne formalne i nieformalne grupy. Jedną z nich są seniorzy, którzy chętnie przychodzą na nowości filmowe, by później żywo o nich dyskutować. Warto również wiedzieć, że kino w Starym Młynie daje możliwość



Pokazy filmowe w ramach Edukacji Młode Horyzonty cieszą każdego młodego widza

zorganizowania pokazów grupowych (poza repertuarem, po wcześniejszym umówieniu terminu). Przy grupie minimum 30 osób bilet wstępu kosztuje zaledwie 13 zł. (mz)

Lubię bibliotekę

Jesienne spotkanie ze sztuką i literaturą w zgierskiej księżnicy

W październiku Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. Bolesława Prusa w Zgierzu przygotowała szereg wyjątkowych wydarzeń, które przyciągnęły wielu pasjonatów literatury, sztuki i poezji. W kalendarzu kulturalnym znalazły się spotkania autorskie, wystawy, warsztaty i wieczory poetyckie – bogata oferta, która składała się na ciepłą i inspirującą atmosferę jesiennej biblioteki. Wystawę swoich prac zaprezentował Jean Paul Bouzac, francuski artysta mieszkający w Niemczech, którego obrazy poruszają tematykę piękna przyrody i ludzkiej kondycji. Ekspozycja „Różne i inne” przyciągnęła liczne grono widzów. W bibliotece odbyło się także spotkanie autorskie z Iwoną Klimczak, autorką książki „Kiedyś jest teraz”, pełnej refleksji o życiu, samotności i miłości. Klimczak, która z pasją dzieli się swoimi doświadczeniami literackimi, podkreśliła znaczenie realizowania marzeń w każdym wieku. Obchody 100. rocznicy urodzin Zbigniewa Herberta zwieńczył wieczór poetycki „Mitologia według Galicki i Artur Modrzejewski w mistrzowski sposób interpretowali utwory poety inspirowane mitologią grecką. Spotkanie było wyjątkowym hołdem dla twórczości Herberta i zachęciło uczestni-

ków do refleksji nad jego dziedzictwem. Dzięki organizowanym wydarzeniom literackim i artystycznym Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. Bolesława Prusa

w Zgierzu jest nie tylko miejscem wypożyczenia książek, ale także przestrzenią spotkań, inspiracji i rozwoju dla osób w różnym wieku. (ea)



KRZYSZTOF GŁOWACKI

Łowicki Park Etnograficzny w Maurzycach – skansen pełen tradycji i historii

Skansen w Maurzycach, formalnie nazywany Łowickim Parkiem Etnograficznym, to atrakcja niezwykła, usytuowana około 7 km od Łowicza, w województwie łódzkim. Żeby tam dotrzeć, potrzebujemy zaledwie godziny. To godny cel niedługiej wycieczki.

EMILIA ANTOSZ



Początki skansenu sięgają lat 70. XX w., kiedy to zrodził się pomysł na stworzenie miejsca, które zachowałoby zabytki dawnej wsi łowickiej. Obiekt otwarto dla zwiedzających w latach 80., a dziś, będąc pod opie-

ką Muzeum w Łowiczu, jest jednym z najpiękniejszych i najciekawszych miejsc w regionie.

Unikalna architektura i dwa historyczne układy wsi

Na obszarze liczącym 17,67 hektara skansen zgromadził blisko 40 budynków mieszkalnych i gospodarczych. Są one rozmieszczone w dwóch tradycyjnych układach wsi, charakterystycznych dla dawnego Księstwa Łowickiego. Pierwszy układ to tzw. „stara wieś”, której zabudowa przypomina owalnicę z centralnym placem wioskowym. Drugi układ to ulicówka, który zdominował wsię w drugiej połowie XIX wieku. W skansenie możemy podziwiać zarówno domy mieszkalne, jak i obiekty użytkowe oraz sakralne, w pełni odzwierciedlające codzienność dawnej wsi.

Wnętrza i wyposażenie – życie codzienne dawnych mieszkańców

W skansenie zachowano nie tylko zewnętrzny wygląd budynków, ale również ich oryginalne wnętrza. Przykładowo, w zagrodzie zamkniętej typu „okólnik” znajdziemy chałupę przeniesioną ze Złakowa Borowego, w której mieszkała słynna łowicka wycinankarka Justyna Grzegory. Izby tej chaty wyposażono tak, aby jak najwierniej odwzorować dawną atmosferę – w jednej z nich zaaranżowano miejsce pracy wycinankarki, z charakterystycznymi nożycami i kolorowymi papierami. Dla porównania większe chałupy wyposażono w przedmioty charakterystyczne dla życia gospodarczego i domowego różnych okresów. Zobaczymy w nich np. warsztaty tkackie czy narzędzia do obróbki lnu. Skansen obejmuje również wiele zrekonstruowanych dawnych budynków gospodarczych i sakralnych. Można tu znaleźć stodoły, lamusy oraz wyjątkowy wia-

ARCHIWUM MUZEUM W ŁOWICZU



W Maurzycach można zobaczyć, jak żyli nasi przodkowie

ki stropowe. Dodatkowo przy każdej zagrodzie można zauważyć elementy małej architektury, jak przydrożne kapliczki czy wiejskie studnie, które nadają temu miejscu unikalny klimat.

Cisza, spokój i wyjątkowy klimat

Łowicki Park Etnograficzny to miejsce pełne spokoju, które pozwala odwieczającym na chwilowe oderwanie się od codzienności i przeniesienie się w przeszłość. Każdy krok wśród malowniczych chat i dawnych zabudowań pozwala poczuć ducha dawnej wsi łowickiej, co czyni z Maurzyc idealny cel na jednodniowy wypad ze Zgierza czy innych pobliskich miast. Skansen organizuje też imprezy plenerowe, takie jak „Majówka w Skansenie” czy „Łowickie Zniwa”, które są doskonałą okazją do spotkania z kulturą i sztuką ludową.

Zatem Maurzyce to nie tylko miejsce historyczne, ale żywy dowód na piękno i różnorodność polskiej tradycji wiejskiej, który każdy miłośnik kultury ludowej i historii powinien odwiedzić.

trak typu „kozłak”, którego charakterystyczną część napędową stanowią „śmigły” osadzone pod dachem. W 2005 r. rozpoczęto prace nad przeniesieniem drewnianego kościoła z Wysokienic z 1758 r. wraz z dzwonnica, których malownicza architektura stanowi dziś nieodłączny element skansenu.

Detale – łowickie wycinanki i niebieskie chaty

Charakterystycznym elementem skansenu są błękitne chaty, tradycyjnie pomalowane na ten kolor, aby odstraszać owady. Wnętrza chat zdobią łowickie wycinanki, wykonane ręcznie przez miejscowych artystów. Dawniej zdobiły one ściany, okna i bel-

Omega-3 – uzdrawiający tłuszcz

Jeśli spożywasz za mało magnezu, szybko pojawią się skurcze łydek, a nawet nieregularne bicie serca. Bez witaminy C wkrótce będziesz cierpieć na szkorbut. Deficyt witaminy B12 spowoduje uszkodzenie nerwów. To samo dotyczy kwasów tłuszczowych omega-3. Większość populacji ma już co najmniej jedną chorobę spowodowaną lub przynajmniej pogorszoną przez niedobór omega-3.

KATARZYNA LEWKOWICZ-SIEJKA



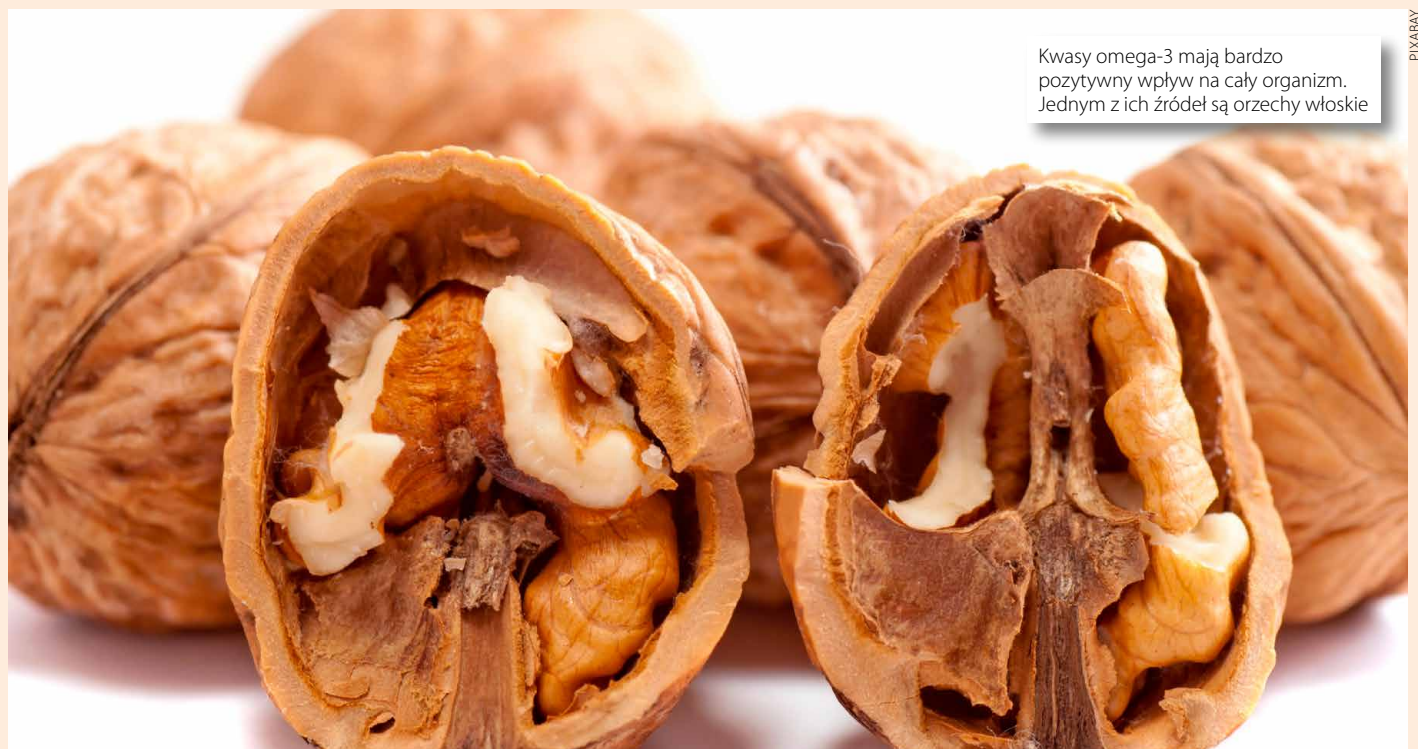
Przyczyna różnych schorzeń jest często ta sama, dlatego jej pokonanie może przynieść uzdrowienie na wielu płaszczyznach. Współczesnym wrogiem jest chroniczny stan zapalny. To bardzo złożony stan, który wiąże się z aktywnością wielu enzymów, wielu receptorów na powierzchni i wewnątrz komórki i który przekłada się na uszkodzenie tkanek w całym organizmie, powodując różne dolegliwości. Jednym z poziomów tego procesu (a jest ich wiele) są lipidy, a dokładnie stosunek kwasów tłuszczowych omega-3 do omega-6. Kiedy te proporcje są nieprawidłowe, a tak się obecnie dzieje, nadmiar kwasów omega-6, czyli prozapalnych, powoduje (poprzez uszkodzenie i rozpad lizozomów, cząstek międzykomórkowych) uwalnianie niebezpiecznego enzymu MMP, który powoli „zjada” nasze ciało – niszczy matrycę międzykomórkową. Stosunek omega-3 do omega-6 powinien mieścić się w zakresie od 1:1 do 1:4, tymczasem u przeciętnego konsumenta zachodniej cywilizacji stosunek ten wynosi

średnio 1:15, a nawet 1:40 u osób spożywających dużo przetworzonej żywności. Choć oba kwasy tłuszczowe – i omega-6, i omega-3 – są niezbędne i muszą być dostarczane z zewnątrz, ponieważ organizm ich sam nie syntetyzuje, to większość osób dostarcza sobie zbyt duże ilości tłuszczów typu omega-6. Dlaczego tak się dzieje? Ponieważ nasze nawyki żywieniowe uległy zmianie. Jemy coraz więcej przetworzonej i smażonej żywności. Rafinowane oleje roślinne, wieprzowina, żółte sery, masło czy wędliny goszczą na naszych stołach i dostarczają nam nadmiar kwasów omega-6, zaburzając delikatną równowagę. Przemysłowa żywność ma ponadto zmieniony skład – przykładem może być jajko z chowu przemysłowego z proporcją omegi-6 do omegi-3 15:1, podczas gdy w jajku z tradycyjnej hodowli stosunek ten wynosi 1,5:1. Efektem takiej dysproporcji jest ciągły stan zapalny organizmu. Spożycie kwasów tłuszczowych typu omega-3 jest zbyt niskie, a właśnie te tłuszcze leczą stany zapalne i aktywizują komórki T, które niszczą komórki nowotworowe. Nadmiar omega-6 utrudnia dostęp do organizmu kwasom omega-3 i działa prozapalnie. Zaburzenia proporcji prowadzą do zachwiania równowagi immunologicznej, co z kolei zwiększa

ryzyko wielu chorób. Dowiedziono, że duże spożycie tłuszczów omega-6 przy niedoborze omega-3 prowadzi do schorzeń zapalnych i zwyrodnieniowych, sprzyja rozwojowi raka piersi po menopauzie i stymuluje wzrost nowotworów prostaty. Badania wskazują również, że nadmiar kwasów omega-6 może być odpowiedzialny za otyłość.

Lista zasług

Kwasy tłuszczowe omega-3 mają nieprawdopodobnie pozytywny wpływ na cały organizm. Lista korzyści jest bardzo długa. Są składnikami fosfolipidów błon komórkowych, gdzie odgrywają rolę budulcową i funkcjonalną, będąc niezbędnymi dla prawidłowego funkcjonowania mózgu. Na wszystkich etapach życia wykazują właściwości neuroprotektoryjne. Mają szczególne znaczenie w czasie ciąży i na początku życia – wpływają na dojrzewanie układu nerwowego i rozwój funkcji poznawczych u dziecka. Są bardzo potrzebne nienarodzonego dzieciom, m.in. chronią je przed autyzmem, natomiast u dzieci z autyzmem mają wysoką wspomagającą wartość terapeutyczną. Wzmacniają układ nerwowy, dzięki czemu chronią przed depresją i wspomagają walkę z tą współczesną plagą. Kwasy tłuszczowe



Kwasy omega-3 mają bardzo pozytywny wpływ na cały organizm. Jednym z ich źródeł są orzechy włoskie

we omega-3 wspierają prawidłowe działanie układu krwionośnego, chronią przed miażdżycą, spowalniają rozrost blaszki miażdżycowej we wszystkich tętnicach, zmniejszają ryzyko udaru mózgu i zgonu z powodu zawału mięśnia sercowego, mogą zapobiegać migotaniu przedsionków po operacjach wykonanych na tętnicach wieńcowych, obniżają ryzyko wystąpienia chorób tętnic obwodowych u palaczy. W znaczący sposób zmniejszają ryzyko zapalenia płuc. Kwasy te mają wysoką wartość terapeutyczną dla chorych na mukowiscydozę – zmniejszają stan zapalny w płucach u tych chorych i redukują nadprodukcję śluzu. Tłuszcze omega-3 chronią wzrok, zapobiegają zwyrodnieniu plamki żółtej, czyli zapobiegają chorobie, która może przełożyć się na częściową lub całkowitą utratę wzroku. Ponadto zmniejszają objawy zespołu suchego oka. Mają zdolność częściowego odwracania insulinooporności, a także w znacznym stopniu insulinooporności zapobiegają. Ponieważ zwiększają wrażliwość na insulinę, chronią przed cukrzycą. Działają antynowotworowo – m.in. zmniejszają o ponad 60 procent ryzyko śmierci z powodu nowotworu prostaty i wpływają hamująco na tworzenie się przerzutów raka piersi. Chronią przed chorobami autoimmunologicznymi i neurodegeneracyjnymi, obniżając stan zapalny. Wzmacniają kości, ponieważ zwiększają przyswajanie wapnia. Poprawiają jakość snu. Zmniejszają ryzyko wirusowego zapalenia wątroby typu B i C, a u chorych mają dużą wartość leczniczą. Kwasy te zapobiegają tworzeniu się kamieni nerkowych. Opóźniają pojawienie się otępienia starczego. Zmniejszają ryzyko przedwczesnego porodu i pojawienia się depresji poporodowej.

ALA, EPA, DHA – tajemnicze skróty

Do grupy kwasów omega-3 zaliczane są trzy główne kwasy tłuszczowe: kwas alfa-linolenowy – w skrócie ALA, kwas eikozapentaenowy – w skrócie EPA, kwas dokozaheksaenowy – w skrócie DHA. Kwas ALA musi zostać dostarczony z dietą, natomiast z niego syntezowane są inne kwasy tłuszczowe omega-3, między innymi EPA i DHA. Jednak tu pojawia się problem, bowiem według wielu źródeł zakres konwersji ALA do EPA waha się w granicach od kilku do kilkunastu procent, a w przypadku DHA najczęściej nie przekracza jednego procentu (różne źródła podają różne wartości, dodatkowo konwersja zależy od wielu czynników, np. płci – u kobiet konwersja jest bardziej wydajna). Zatem wszystkie trzy kwasy powinny być dostarczane z zewnątrz.

Co jest najlepszym źródłem omegi-3? Czy są to rzeczywiście tłuste ryby? Jeśli tak, to jak ma te tłuszcze pozyskać vegetarianin? A może jest lepsze źródło? Jaka dawka kwasów omega-3 jest naprawdę skuteczna? Czy polska norma jest wystarczająca? Czy suplementacja jest potrzebna? Które suplementy omegi-3 są wartościowe, a które mogą zaszkodzić? O tym w kolejnym numerze. ●

Zgierska Galeria Sztuki weszła w drugie półwiecze

Wystawy zgierskich artystów, gościnnie wystawa grafik Pabla Picassa, akcja plastyczna w parku miejskim i gala jubileuszowa – to w skrócie lista wydarzeń, które stanowiły kilkumiesięczny program obchodów 50-lecia istnienia Zgierskiej Galerii Sztuki. Był to czas świętowania, ale również promowania tego miejsca i zachęcania zgierzan do odwiedzania go.

Organizator i zarazem gospodarz Zgierskiej Galerii Sztuki, czyli Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn obchody jubileuszu zaplanował tak, by można było z jednej strony zaprezentować sztukę w przestrzeni miejskiej, innymi słowy wyjść z nią „do ludzi” (przypominamy o wakacyjnej wystawie dzieł umieszczonych na citylightach oraz akcji plastycznej w parku, w której każdy zgierzanin mógł realizować się artystycznie), a z drugiej zaproponować wydarzenia na tyle spektakularne, żeby zapadły w pamięć ich uczestnikom. I takim była z pewnością wystawa grafik Pabla Picassa.

Jednak galeria w MOK działa głównie dzięki rodzimym artystom, którzy regularnie wystawiają tu swoje prace. Są to zgierzanie, w większości absolwenci łódzkiej Akademii Sztuk Pięknych, często związani z artystycznymi uczelniami zawodowo. Kilkanaście lat temu część z nich założyła Stowarzyszenie Artystów „Młyn”, by jeszcze bardziej wzmocnić swoją pozycję. Zarówno im, jak również założycielom galerii poświę-

cono szczególną uwagę podczas kulminacji obchodów jubileuszowych. Rocznica była również pretekstem do zorganizowania wystawy „Twórcze Półwiecze” oraz gali, podczas której uhonorowano artystów, dzięki którym ZGS powstała i z powodzeniem funkcjonuje do dziś. Byli to m.in. byli dyrektorzy MOK: Jadwiga Zachor i Witold Świątczak oraz inicjatorzy i organizatorzy kolejnych wystaw (do tej pory było ich prawie 400), czyli Gabryela i Andrzej Nawrotowie, Maria i Mirosław Łuczakowie. Podziękowania otrzymała również Jadwiga Wróblewska, emerytowana instruktorka MOK, która uczestniczyła w aranżacji pomieszczenia wystawienniczych, które w pierwszych latach działalności znajdowały się w Międzyzakładowym Domu Kultury, przy ul. Długiej 17 (wówczas ul. 17 stycznia). Podczas gali nie zapomniano o najbardziej zaangażowanych pracownikach placówki, w tym między innymi o Elżbiecie Gortat. Był również czas na szybki skok w przeszłość, w historię galerii. Wisienką na torcie okazał się znakomity koncert tria Imienowski Jazz Set, który fantastycznie wykonał największe przeboje Beatlesów w jazzowej aranżacji lidera zespołu.

Mimo, że już niemłoda, Zgierska Galeria Sztuki nie zamierza zwalniać tempa. Zaprasza do siebie, na trzecie piętro obiektu przy ul. Długiej 41A na kolejne wystawy. W ciągu roku jest ich zwykle minimum 12, a każda jest zaskakująca i niepowtarzalna. (mz)

LECH BACZYŃSKI



Podczas gali uhonorowano zasłużonych twórców i realizatorów działań Zgierskiej Galerii Sztuki

Jeziro Titicaca

Największe jezioro wysokogórskie na Ziemi – trudno o nim nie wspomnieć. Titicaca – najwyżej położone jezioro, na którym uprawiana jest żegluga statkami handlowymi. Największe zarówno pod względem powierzchni, jak i pod względem objętości wody. Położone na terenie Ameryki Południowej pomiędzy Peru a Boliwią. Ruszamy zatem nad i na jezioro Titicaca.



BEATA I DARIUSZ CŁAPOWIE



ARCHIWUM B.D. CŁAPA

BEATA I DARIUSZ CŁAPOWIE

Zanim tam dotrzemy, czeka nas jeszcze jedna atrakcja – Vinicunca. Tęczowa Góra to położony na wysokości 5200 m n.p.m. cud natury. Odległość nie wydaje się duża, ale GPS uparcie podaje kilka godzin jazdy. Po pokonaniu odcinka dróg krajowych robimy krótki postój w miasteczku Combapata. Stare domki w rynku – cukiernia i kilka sklepików okalające kilkusetletni kościół tworzą atmosferę typowej południowoamerykańskiej prowincji. Z tego miejsca kończy się zwykła jazda samochodem, a zaczyna „górska wspinaczka”. Jadąc przeważnie



BEATA I DARIUSZ CŁAPOWIE

nietwardzonymi drogami, pniemy się ostro pod górę. Obsypane zbocza góry zawężają pas jezdni na szerokość jednego samochodu. Po przeciwnej stronie przepaść na kilkaset metrów. Po dwukrotnym uiszczeniu opłat docieramy na ostatni parking na wysokości ok. 4800 m n.p.m. Deszczowa pogoda sprawia, że jest tu już prawie pusto. Z wielkim trudem spowodowanym wysokością pniemy się w górę. Z przykrością stwierdzamy, że nie ma tu nic ciekawego! Przed szczytem niebo rozjaśnia się i całą okolicę oblewają złociste promienie słońca. Nagle jesteśmy świadkami cudu – wokół nas pojawia się wielobarwny, pofałdowany dywan. Uszczęśliwieni robimy zdjęcia i błyskawicznie wracamy do samochodu. Przed zachodem słońca musimy opuścić górskie drogi. Udało się! Około 19.00 docieramy do miasteczka. Jeszcze wizyta w starym kościółku i zupa z kotła na rynku, a potem zasłużone spanko w pobliskim hostelu.

Sillustani to peruwiańska „Dolina królów”. W przepięknym otoczeniu malowniczych pagórków i stawów, nad brzegami jeziora Titicaca stoją chullpas – grobowce w kształcie wież. Pierwsze budowle są wąskie u podstawy i rozszerzają się stopniowo, pnąc się ku górze. Mumie wnoszone przez niewielki otwór u podstawy, nad którym wryta była jaszczurka – symbol światła i chowano je w pozycji embrionalnej. Są to pamiątki ludu Collas zajmującego te ziemie na długo przed Inkami.

Amantani i Huillanopampa to największe wyspy na Titicaca po stronie peruwiańskiej. Aby tam dotrzeć, udajemy się na kraniec półwyspu Copachica. Po długich poszukiwaniach docieramy do Playa Chifron, skąd od-

pływają promy na wyspy. Wczesnym rankiem przy ledwo zagospodarowanej przystani zbiera się kolorowy tłum. Ktoś kogoś żegna, ktoś inny wita się z kimś serdecznie. Towary są ładowane i wyładowywane. Bilety dla cudzoziemców są droższe, ale to i tak nieduży wydatek. Czas na Amantanii upływa szybko. Na początek wizyta w miasteczku. Na pierwszy rzut oka widać odrębne stroje i zwyczaje. Ruszamy w góry. Dwa najważniejsze obiekty to położone na szczytach świątynie Pachatata i Pachamama. Po trudnej, ponad półtoragodzinnej wędrowce docieramy na szczyt Pachatata położony na wysokości ponad 4000 m n.p.m. Przepiękny widok na całą wyspę i jeziora dopełnia niezwykle atmosfera ruin świątyni. Ruszamy do Pachamama, czyli bogini ziemi, płodów i płodności uosabianej przez miejscowych z katolicką Matką Boską. Chociaż budowlę widać z daleka, droga pod górę w czterdziestostopniowym upale bardzo się dłuży. Przed dojściem do portu odwiedzamy jeszcze wielki nowoczesny pomnik Chrystusa. Jak w wielu miejscach Ameryki Południowej, tak i tu wznosi ręce w geście



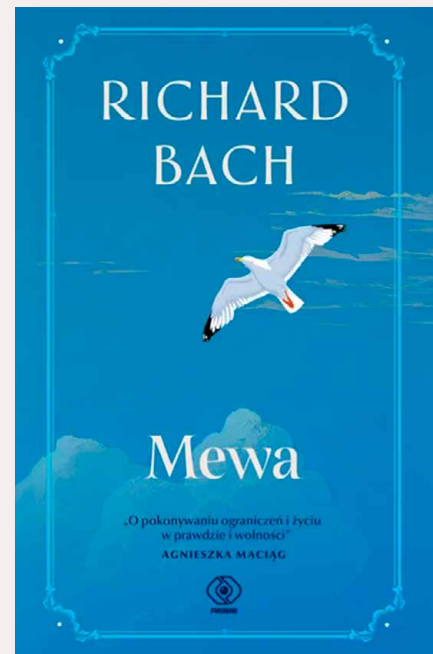
BEATA I DARIUSZ CŁAPOWIE

Zdławieni przez rytuały



Chyba każdy z nas chciałby żyć według własnych zasad i podążać za głosem serca. Realistom, którzy powiedzą, że nie jest to możliwe, polecam niewielką książkę Richarda Bacha „Mewa”.

Domyśliśmy się, że nie chodzi o dobrze nam znaną z wakacyjnych wypraw nadmorską mewę, ale o nas, ludzi. Na okładce niewielkiego dziełka czytam, że mamy do czynienia z klasycznym, ale kompletnym i filozoficznym wydaniem. Konkretnie, w posłowniu autor wyjawia, że jego żona znalazła po latach ostatni, czwarty rozdział książki, który był wyświechtany i wyblakły. Dobrze, że się odnalazł. Inspiruje on do odpowiedzi na pytanie, czy mewy, to znaczy ludzie z pierwszej połowy XXI w., zdławili w sobie wolność? Pozostając osaczonymi przez różne władze i przyzwyczajeni do zachowywania rytuałów, wybieramy bowiem najczęściej bezpieczeństwo, a tym samym dławimy w sobie wolność. Przybliży jednak w kilku zdaniach całą historię. Bohaterem jest niejaki Jonathan Livingston Seagull. Nawet niewprawieni w języku angielskim czytelnicy zauważą, że seagull to mewa. A zatem nasz bohater chciał przekroczyć ustalone reguły i wyznaczone przez wieki cele latania. Chodziło o zdobywanie pożywienia. Istotna nie była umiejętność fruwania, ale zdobywania pożywienia. Jonathan zaś odwrotnie chciał poznać sztukę latania. Przeciwno spędzaniu czasu na przekraczaniu kolejnych prędkości buntowała się nie tylko matka, ale i ojciec, nie mówiąc już o innych członkach stada. Repremyndy niewiele pomagały. Po krótkim przystosowaniu się do istniejących reguł Jonathan znów latał w pojedynkę nad morzem. Był szczęśliwy, mimo że głodny i samotny. Naturalnie nie brakowało przykrych chwil zwątpienia. Szybko jednak je pokonywał, gdyż nie chciał być przeciętniakiem. Książka ujawnia, kim jest jej autor. Potomek sławnego kompozytora był również pilotem amerykańskich sił powietrznych. W książce stale przypomina, że Jonathan odkrył, jak robić pętlę, sterowaną i wyraźnie zaakcentowaną bezkę, odwrócony korkociąg, wywroty, a nawet spirale. Pojmował, że takie umiejętności połączone z pokonywaniem kolejnych prędkości pozwalają na przekraczanie szarości życia, mozolnego fruwania do łodzi rybackich, gdzie łatwo o resztki pożywienia. Innymi słowy, życie zyskiwało pełny sens. Nie trzeba dodawać, że Jonathan został bezdusznie ukarany przez stado, wykluczony ze



wspólnoty, skazany na samotność, na banicję. Co nie oznacza, że wyrzekł się swoich pragnień, że nie osiągnął symbolicznego nieba. Okazuje się jednak, że niebo nie wyznacza ostatecznych granic. Od jednego ze swoich kolejnych nauczycieli dowiemy się, że niebo nie jest ani konkretnym miejscem, ani czasem. Ni mniej, ni więcej, rzecz dotyczy poznania znaczenia dobroci i miłości. Podczas kolejnych dni spędzanych na lataniu powraca niekiedy myślą do pozostawionych na Ziemi mew. Zastanawia się, czy istnieje tam mewa, która chce pokonać własne ograniczenia, czy potrafi zrozumieć, że sens latania nie zamyka się w dążeniu do zdobywania pożywienia. Zostaje skarcony, aby nie wracać do przeszłości, ale jednak zajmuje się nielicznymi mewami, które tak jak on, chcą łamać bariery. Tym samym uczy się kochać i dostrzegać dobroć w każdej napotkanej miewie.

W ostatniej, znalezionej przez żonę pisarza części, przeczytamy, że potomkowie Jonathana zagubili jego przesłanie. Zdecydowali, że lepiej zdławić wolność i zamknąć się w rytuałach, niż osiągać niebotyczne wręcz prędkości. Zapewniam, że warto dowiedzieć się, jaki koniec przepowiada ludziom ceniony pisarz. ●

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.



świątynie. Docierając do pomostu, stwierdzamy z radością, że prom stoi gotowy do odpłynięcia. Kiedy ruszamy – pytamy kapitana. Jak się zbiorą pasażerowie – odpowiada.

Puno położone jest na zboczu góry. Aby dojechać do portu, należy zjechać w dół. Skręcamy w lewo zgodnie ze wskazaniem GPS i stwierdzamy ze zgrozą, że przed nami nie widać ulicy! Przepaść! Obserwując miejscowych, zjeżdżających tą ulicą, postanawiamy zaryzykować. Udało się. Cóż, ta ulica dostarczy nam w drodze powrotnej podobnych atrakcji, gdy nasz nie najgorszy samochód nie będzie mógł „podciągnąć” pod górę. W miejscu skąd zazwyczaj wyrusza się na trzcinowe wyspy Uros, wita nas „kapitan” jednej z łodzi, proponując swoje usługi. Rejs jest porywający. Stateczek pruje po spokojnych wodach jeziora, zanurzając się następnie w las trzcin. Wokół mnóstwo ptaków siedzących na wodzie, w trzcinach lub przelatujących nam nad głowami. Wchodząc na jedną z wysepek, czujemy, jak powierzchnia ugina się pod naszymi stopami. Pod wyspą dwudziestometrowa głębia. W zależności od pory roku bez mała metrową warstwę trzcin totora wymienia się nie rzadziej niż co trzy miesiące. Trzydziestometrowe zazwyczaj wysepki zamieszkują trzy rodziny. Na większych pomieści się nawet 10. Rezygnując z możliwości spędzenia nocy w chłodzie i wilgoci, wracamy do Puno. Następnego dnia odnajdujemy dwie niezwykle atrakcyjne: egzotyczne dla nas Muzeum Coci i Kostiumów – przybliżające najśłynniejszą roślinę Andów i tradycyjne ubiory ceremonialne regionu oraz sklep z zaopatrzeniem dla policjantów, gdzie po krótkim targu nabywamy czapkę generalską.

Mówimy do widzenia Titicaca. Spotkamy się jeszcze, zapewne po stronie boliwijskiej. ●



W pogoni za autorytetem

DARIUSZ SPANIAŁSKI



Znacie tę historijkę? Tato, połknąłem szpilkę – woła, płacząc mały Jasio. Masz tu drugą i nie przeszkadzaj – odpowiada ojciec, czytając gazetę. Typowe? Typowe!

W pościgu za uciekającym czasem coraz rzadziej znajdujemy okazję na rozmowę z naszymi najbliższymi, a z dziećmi w szczególności. W zasadzie wszyscy wiemy, że wychowywanie pociechy to nie tylko nauczanie jej podstawowych czynności niezbędnych w życiu codziennym, nie tylko dopilnowanie, aby uczęszczała do szkoły, w miarę dobrze się uczyła i zdobyła jakiś konkretny zawód, ale przede wszystkim troska o rozwój intelektualny i ukształtowanie osobowości. Tymczasem bardzo często dom bywa miejscem pobytu domowników, gdzie zjada się posiłki, ogląda seriale i idzie spać. Zapracowani rodzice kupują dziecku komputer, płacą za korepetycje lub posyłają je na do-

Dziecko, które w domu rodzinnym styka się z autorytaryzmem, nie ma żadnych praw

datkowe zajęcia pozaszkolne. Tymczasem godzina szczerzej rozmowy wykraczającej poza zdawkowe „co słyhać w szkole” jest o wiele ważniejsza i wartościowsza, niż kilka godzin spędzonych przed komputerem. Przecież komputer nie przekazuje prawd i wartości, którymi należy kierować się w życiu. Za to najprawdopodobniej pokaże życie w świecie zdeformowanym, fałszywym i pełnym przemocy. Dziecko, które rozmawia z rodzicami, a nie tylko wysłuchuje poleceń i uwag, staje się do wartościowane i nie będzie poszukiwać autorytetów na zewnątrz. Bo w wychowaniu powinno się aktywnie szukać przyczyn zarówno złego postępku, jak i pozytywnej

postawy oraz próbować wyjaśniać dziecku życiowe sytuacje – stwarzać mu możliwości dokonywania samooceny.

Dziecko, które w domu rodzinnym styka się z autorytaryzmem, nie ma żadnych praw, tylko jeden podstawowy obowiązek: ustępowanie bez żadnego sprzeciwu – nagromadzony gniew i złość będzie wyzawało natychmiast, gdy tylko wyrwie się z domu. Wrogość, której w obawie przed karą nie może skierować na rodziców – znajdzie swoje ujście w szkole lub na podwórku. W ten oto sposób młody człowiek wychowywany w atmosferze dominacji, staje się jakby przywiązany do władzy leżącej na zewnątrz, nisko się ocenia i oczekuje opieki, czyniąc innych odpowiedzialnymi za swoje zachowania i postępowania. Z czasem jednak stopniowo odkrywa, że – jak pisze Thomas Gordon – jego rodzice i dorośli idole są często kolosami na glinianych nogach; że wszechpotężni dorośli są w gruncie rzeczy ułomni i nie mają nieograniczonej władzy i mądrości oraz niezadko myślą się w swych sądach. ●

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



IMMUNITET Z PARAGRAFEM
W SPÓR SIĘ WDALI
WŁADZĘ Z NICH KTÓREMU
WIĘKSZĄ WŁADNI DALI
POLEMKA

A WIADOMO W TAKIM SPORZE
KAŻDY ORZE CZYM TAM MOŻE
LECZ NIC Z TEGO PANIE BOŻE
NIE WYNIKA



Oleksiewicz

narysowała: asia
napisał: wojtek

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

11 LISTOPADA (PONIEDZIAŁEK) 106. ROCZNICA ODZYSKANIA NIEPODLEGŁOŚCI:

- ◆ **godz. 13.00 Msza św. w intencji Ojczyzny i Mieszkańców Zgierza**
Kościół farmy pw. św. Katarzyny Aleksandryjskiej
- ◆ **godz. 14.00 – 16.00 Piknik: „Zgierz świętuje Niepodległość”**
- ◆ **godz. 15.00 Koncert Zgierskiego Chóru Kameralnego**
- ◆ **godz. 15.45 Powitanie Sztafety Rowerowej „Ogień Niepodległości”**
pl. Kilińskiego 28
- ◆ **godz. 16.00 „Parada Niepodległości”**
Start – pl. Kilińskiego – przemarsz ul. Długa do pl. Jana Pawła II
- ◆ **godz. 16.30 Oddanie hołdu twórcom Niepodległej Polski przy Tablicach Pamiętliwych na Ratuszu, m.in. wystąpienie o okolicznościach Prezydenta Miasta Zgierza, złożenie Ognia Niepodległości i kwiatów**
- ◆ **godz. 17.15 Wymarsz harcerzy i sztafety rowerowej na Stary Cmentarz, Apel Pamięci i złożenie Ognia Niepodległości na Płycie Kosiuchnowskie**

ul. ks. P. Skargi 28
Organizator główny: Wydział Promocji i Kultury UMZ

12 LISTOPADA (WTOREK)

- ▲ **Godz. 9.00-14.00 Mistrzostwa Zgierza, piłka ręczna**
Miejsce: Hala MOSiR, ul. Wschodnia 2
Organizator: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji

13 LISTOPADA (ŚRODA)

- ▲ **Godz. 9.00-14.00 Mistrzostwa Zgierza, piłka ręczna**
Miejsce: Hala MOSiR, ul. Wschodnia 2
Organizator: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji
- ◆ **Godz. 10.00 „Zgierz – moja mała Ojczyzna” – zajęcia edukacyjne dla dzieci**
Miejsce: Biblioteka Główna, ul. Łódzka 5
Organizator: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. B. Prusa

14 LISTOPADA (CZWARTEK)

- ▲ **Godz. 9.00 „Różni, a jednak tacy sami” – zajęcia edukacyjne dla dzieci**
Miejsce: Filia Nr 2, ul. Długa 29a
Organizator: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. B. Prusa
- ▲ **Godz. 9.00-15.00 Igrzyska dzieci, tenis stolowy**
Miejsce: Hala MOSiR, ul. Wschodnia 2
Organizator: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji

- ▲ **Godz. 9.00-15.00 Licealiada – mistrzostwa powiatu w piłce ręcznej dziewcząt**

Miejsce: Hala MOSiR, ul. Wschodnia 2
Organizator: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji

- **Godz. 9.30 „Dawno, dawno temu...” – zajęcia literackie dla dzieci**

Miejsce: Filia Nr 3, ul. Dubois 23a
Organizator: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. B. Prusa

- **Godz. 17.00 Spotkanie autorskie z Mardinem Margielewskim, autorem bestsellerowych książek o tematyce arabskiej**

Miejsce: Biblioteka Główna, ul. Łódzka 5
Organizator: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. B. Prusa

- ◆ **Godz. 18.00 LXVIII Zgierskie Spotkania Muzealne: „Bitwa Łódzka 1914 r. w Zgierzu i okolicach (w 110. rocznicę walk)” – wykład A. Zamojskiego, Prezesa Towarzystwa Przyjaciół Zgierza**

Miejsce: Muzeum Miasta Zgierza, ul. gen. J.H. Dąbrowskiego 21
Organizator: Muzeum Miasta Zgierza i Towarzystwo Przyjaciół Zgierza

15 LISTOPADA (PIĄTEK)

- ▲ **Godz. 9.00-15.00 Licealiada – mistrzostwa powiatu w piłce ręcznej chłopców**

Miejsce: Hala MOSiR, ul. Wschodnia 2
Organizator: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji

- **Godz. 18.00 Wernisaz wystawy rysunków Sławomira Szerezy**

Miejsce: Stary Młyn, ul. Długa 41A
Organizator: Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn

- ▲ **Godz. 18.30-22.00 Rozgrywki ZALK**

Miejsce: Hala MOSiR, ul. Wschodnia 2
Organizator: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji

16 LISTOPADA (SOBOTA)

- ◆ **Godz. 10.00-13.00 Spacer historyczny „Śladami cmentarzy Bitwy Łódzkiej na terenie Zgierza”**

Start: stacja Zgierz-Kontrewers
Organizator: Muzeum Miasta Zgierza i Towarzystwo Przyjaciół Zgierza

- **Godz. 15.00 32. Festiwal poetycko-muzyczny Stachura pozostałym**

Konkurs i widowisko wstęp wolny, recital bilety 50/40 zł
Miejsce: Stary Młyn, ul. Długa 41A
Organizator: Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn

- ◆ **Cały dzień: Puchar Polski w rock'n'rollu akrobaticznym – pokazy tańca na żywo**

Miejsce: Hala MOSiR, ul. Wschodnia 2
Organizator: Klub Sportowy Arko Rock, ul. W. Pola 37/43/22 Łódź

17 LISTOPADA (NIEDZIELA)

- **Godz. 16.00 32. Festiwal poetycko-muzyczny Stachura pozostałym**

Konkurs i widowisko wstęp wolny
Miejsce: Stary Młyn, ul. Długa 41A
Organizator: Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn

- ▲ **Godz. 16.00 Mezz MKK vs Mana Lake Sokół Marbo Międzychód**

Miejsce: Hala MOSiR Zgierz, ul. Wschodnia 2
Organizator: MKK Boruta Zgierz

18 LISTOPADA (PONIEDZIAŁEK)

- **Godz. 12.00 Kino konesera**

Bilety: 11 zł
Miejsce: Stary Młyn, ul. Długa 41A
Organizator: Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn

19 LISTOPADA (WTOREK)

- **Godz. 17.00 „3 x Malarstwo” – wernisaz wystawy prac Agnieszki i Romany Gruszedkich oraz Agaty Gruszedkiej – artystów z Kazimierza Dolnego**

Miejsce: Biblioteka Główna, ul. Łódzka 5
Organizator: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. B. Prusa

20 LISTOPADA (ŚRODA)

- ▲ **Godz. 9.00 Igrzyska dzieci, mistrzostwa Zgierza w unihokeju**

Miejsce: Hala MOSiR, ul. Wschodnia 2
Organizator: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji

21 LISTOPADA (CZWARTEK)

- **Godz. 9.30 „W zdrowym ciele, zdrowy duch” – zajęcia literacko-rekreacyjne dla dzieci**

Miejsce: Filia Nr 1, ul. Lechonia 2
Organizator: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. B. Prusa

21 LISTOPADA (CZWARTEK)

- **Godz. 9.30 „Dzień Pluszowego Miśa” – zajęcia edukacyjno-literackie dla dzieci**

Miejsce: Filia Nr 2, ul. Dubois 23a
Organizator: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. B. Prusa

- **Godz. 10.00 „Lokomotywa Tuwima” – zajęcia literackie dla dzieci**

Miejsce: Filia Nr 2, ul. Długa 29a
Organizator: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. B. Prusa

22 LISTOPADA (PIĄTEK)

- ▲ **Godz. 9.00 Igrzyska dzieci, mistrzostwa Zgierza w unihokeju**

Miejsce: Hala MOSiR, ul. Wschodnia 2
Organizator: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji

- ▲ **Godz. 9.30 II Memoriał Szachowy Szmula Rzeszewskiego**

Miejsce: Hala im. Zgierskich Olimpijczyków, ul. Wschodnia 2
Organizator: Krzysztof Burdyla Fundacja Współ

- **Godz. 10.30 „Zgierz – moja mała Ojczyzna” – zajęcia edukacyjne dla dzieci**

Miejsce: Biblioteka Główna, ul. Łódzka 5
Organizator: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. B. Prusa

- ▲ **Godz. 18.30 Mezz Futsal FC10 Zgierz**

Miejsce: hala im. Zgierskich Olimpijczyków Zgierz
Organizator: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji

23 LISTOPADA (SOBOTA)

- ▲ **Godz. 10.00 Finał Puchar Polski Futsal**

Miejsce: hala im. Zgierskich Olimpijczyków Zgierz
Organizator: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji

- **Godz. 17.30 Zgierskie Spotkania Malarzy Figurkowych**

Miejsce: Stary Młyn, ul. Długa 41A
Organizator: Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn

24 LISTOPADA (NIEDZIELA)

- ▲ **Godz. 10.00 Finał Puchar Polski Futsal**

Miejsce: hala im. Zgierskich Olimpijczyków Zgierz
Organizator: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji

- ▲ **Godz. 9.00 Mistrzostwa Zgierza, piłka ręczna (sport szkolny)**

Miejsce: hala im. Zgierskich Olimpijczyków Zgierz
Organizator: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji

- **Godz. 10.00 „Mój przyjaciel Miś” – zajęcia literacko-plastyczne dla dzieci**

Miejsce: Filia Nr 2, ul. Długa 29a
Organizator: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. B. Prusa

28 LISTOPADA (CZWARTEK)

- ▲ **Godz. 9.00 Mistrzostwa powiatu, piłka ręczna (sport szkolny)**

Miejsce: hala im. Zgierskich Olimpijczyków Zgierz
Organizator: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji

- **Godz. 10.00 „Andrzejkowe czary-mary” – zajęcia edukacyjne dla dzieci**

Miejsce: Filia Nr 1, ul. Lechonia 2
Organizator: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. B. Prusa

29 LISTOPADA (PIĄTEK)

- **Godz. 9.00 „Andrzejkowe czary-mary” – zajęcia edukacyjne dla dzieci**

Miejsce: Filia Nr 2, ul. Długa 29a
Organizator: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. B. Prusa

30 LISTOPADA (SOBOTA)

- ▲ **Godz. 18.00 Gala MMA**

Miejsce: hala im. Zgierskich Olimpijczyków Zgierz
Organizator: Gunners Security

1 GRUDNIA (NIEDZIELA)

- **Godz. 18.00 Katarzyna Cerekwiczka – koncert świąteczny**

Bilety: 99 zł
Miejsce: Stary Młyn, ul. Długa 41A
Organizator: Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn

2 GRUDNIA (PONIEDZIAŁEK)

- **Godz. 12.00 Kino konesera**

Bilety: 11 zł
Miejsce: Stary Młyn, ul. Długa 41A
Organizator: Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn

3 GRUDNIA (WTOREK)

- ▲ **Godz. 9.00 Mistrzostwa powiatu w szachach (sport szkolny)**

Miejsce: hala im. Zgierskich Olimpijczyków Zgierz
Organizator: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji

- ◆ **Godz. 17.00 Spotkanie z Markiem Olczakiem, zgierskim alpinistą**

Miejsce: Filia Nr 2, ul. Długa 29a
Organizator: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. B. Prusa

4 GRUDNIA (ŚRODA)

- **Godz. 9.00-16.00 Przesłuchania do 11. wokalnego konkursu koleją i pastorałek „Na świąteczną nutę”**

Miejsce: Centrum Kultury Dziecka, ul. Rembowskiego 17
Organizator: Centrum Kultury Dziecka

- ▲ **Godz. 20.00 mecz koszykówki MKK Boruta Zgierz vs Mikstol Tarnowia Tarnowo Podgórne**

Miejsce: hala im. Zgierskich Olimpijczyków Zgierz
Organizator: MKK Boruta Zgierz

5 GRUDNIA (CZWARTEK)

- ▲ **Godz. 9.00 Mistrzostwa Zgierza w unihokeju (sport szkolny)**

Miejsce: hala im. Zgierskich Olimpijczyków Zgierz
Organizator: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji

6 GRUDNIA (PIĄTEK)

- **Godz. 10.00 „Mikołajkowe marzenia” – zajęcia literacko-plastyczne dla dzieci**

Miejsce: Filia Nr 2, ul. Lechonia 2
Organizator: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. B. Prusa

- ◆ **Godz. 16.30-18.30 Kulinarna Wyprawa Dookoła Świata**

Warsztaty kulinarne dla dzieci 7+ o tematyce czerwonosęgo renifera

Obowiązują wcześniejsze zapisy
Miejsce: Centrum Kultury Dziecka, ul. Rembowskiego 17
Organizator: Centrum Kultury Dziecka

- ▲ **Godz. 17.00 Mikołajki na lodzie**

Miejsce: hala wielofunkcyjna MOSiR, ul. Wschodnia 2
Organizator: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji

7 GRUDNIA (SOBOTA)

- ◆ **10.00-13.00 Kreatywna Kuźnia Familijna**

Rodzinne warsztaty o tematyce świątecznej
Obowiązują wcześniejsze zapisy
Miejsce: Centrum Kultury Dziecka, ul. Rembowskiego 17
Organizator: Centrum Kultury Dziecka

- ◆ **Godz. 10.00 Wystawa gołębi pocztowych**

Miejsce: mała hala MOSiR, ul. Wschodnia 2
Organizator: LZ Klub Sportowy Fabrykanci vs GAS Olivia Gdańsk

Miejsce: hala wielofunkcyjna MOSiR, ul. Wschodnia 2
Organizator: LZ Klub Sportowy Fabrykanci

8 GRUDNIA (NIEDZIELA)

- **Godz. 16.00 Bajkobranie dla najmłodszych**

Tetar Altofni „Stół-ciuchcia-miś”
Obowiązują wcześniejsze zapisy
Miejsce: Centrum Kultury Dziecka, ul. Rembowskiego 17
Organizator: Centrum Kultury Dziecka

10 GRUDNIA (WTOREK)

- **Godz. 17.00 „Przebudzenie” – wernisaz wystawy prac Lidii Widz-Przybylak**

Miejsce: Biblioteka Główna, ul. Łódzka 5
Organizator: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. B. Prusa

15 GRUDNIA (NIEDZIELA)

- **Godz. 16.00 Bajkobranie dla starszych**

Teatr z Uśmiechem „Święta u Pana Grosika”
Obowiązują wcześniejsze zapisy
Miejsce: sala widowiskowa Starego Młyna
Organizator: Centrum Kultury Dziecka

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 „Mysliwski”, Popieluszki 9
- Bar „U Borow”, 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, Rembowskiego 17
- Centrum Medyczne Boruta, Struga 2/4
- Dom Kultury SEM, Parzęczewska 21
- Dorabianie kluczy, Kamienna 20
- Delikatery „Mix”, 1-go Maja 3
- Falkopia, 1 Maja 65
- Gabinet kosmetyczny „Seralis”, Witkacego 2 B
- Hejdi Kebab, ul. Gałczyńskiego 32 c
- Hotel San Remo, Chemików 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
- Kreda Caffee, Lechonia 2
- Kurczak „Na parkingu”
- Kwiaciarnia „Storczyk”, Bazylijska 39 H
- Lecznicza weterynaryjna, Żytina 82
- Łaźnia Miejska, Łęczyska 24
- Mechanika Pojazdowa „Aris”, Łęczyska 11

- Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41a
- 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, Żytina 22 C
- Najlepsze sery w mieście, Gałczyńskiego 31
- Ostrzenie noży, Kamienna 20
- Park Kulturowy Miasto Tkaczy, Rembowskiego 1
- Powiatowy Urząd Pracy, Barona 10
- Poradnia „Madox”, Musierowicza 18/C
- Pracownie Optyczne, Gałczyńskiego 40
- Pralnia-magiel, Rembowskiego 63
- Przychodnia Oko-Med, Kuropatwińskiej 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 21
- 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, Rembowskiego 63
- Sklep rybny „Szprotka”, Witkacego 1, paw. 7
- Sklep sportowy, Rembowskiego 63
- Sklep spożywczy, Długa 10
- Sklep spożywczy, Długa 110

- Sklep spożywczy, Dubois 17
- Sklep spożywczy, Gołębia 18
- Sklep spożywczy, Milenijska 21
- Sklep spożywczy, Osiedłowa 4
- Sklep spożywczy, Parzęczewska 32
- Sklep spożywczy, Piątkowska 31
- Sklep spożywczy, Przemysłowa 29
- Sklep spożywczy, Rembowskiego 43
- Sklep spożywczy, Sierakowskiego 1
- Sklep spożywczy, Stepowizna 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”, Kasprzowicza 31
- Sklep spożywczy „Miraż II”, Przygraniczna 32
- Sklep spożywczy „Od A do Z”, Piłsudskiego 23
- Sklep spożywczy „Olimp”,

WYWODZIMY SIĘ Z MIASTA ZGJEŻA

HEJDI KEBAB



KRAFTOWE MIESO
OD POLSKICH HODOWCÓW

 ZGIERZ, UL. GAŁCZYŃSKIEGO 32C
OSIEDLE 650-LECIA, OBOK DELIKATESÓW CENTRUM

 882 822 865

WWW.HEJDI.PL

HONORUJEMY
Zgierska
KARTA MIESZKANCA