

zgierski miesięcznik społeczno-kulturalny  
luty 2024, nr 2/2024 (93) | egzemplarz bezpłatny | ISSN 2450-3770

M O J A .

Zg

ie

rZ

P R Z E S T R Z E Ń

**WALENTYNKOWO**

- O MIŁOŚCI, ZWIĄZKACH  
I CELEBROWANIU MIŁOŚCI  
U NAS I GDZIE INDEJ

**POZNAJMY SIĘ**

- **MILENA SOKOŁOWSKA**  
Z NAGRODĄ OD KRÓLOWEJ

**MOWA CIAŁA**

NIE WSZĘDZIE  
TO SAMO ZNACZY  
- MOŻNA BYĆ  
ZASKOCZONYM

**JAK ZMIENIŁ**

**SIĘ ZGIERZ**

**PRZEZ**

**OSTATNIE**

**LATA?**

**SPRAWDZAM!**

**KOCI**

**WERNISAŻ**

**PRAC ANNY**

**KOPEĆ-TWARDOWSKIEJ**

**W STARYM MŁYNI**

**DROGIE**

**PANIE,**

**SZYKUJCIĘ**

**SIĘ NA**

**ZGIERSKI**

**TYDZIEŃ**

**KOBIET**



## SPIS TREŚCI

Z życia miasta	4-5
Cudze chwalimy, swego nie doceniamy	6
Polityka młodzieżowa	7
Miłość przez okrągły rok	8
Zgierzanka Milena Sokółowska odebrała nagrodę z rąk królowej	9
Parafinowy czarodziej	11
Starsi bracia w wierze	12
Institucje w naszej codzienności	13
Mowa naszego ciała	14
TOP 10 zgierskich bibliotek w 2023 roku	16
Jak mądrze wspierać potrzebujących?	16
Wiosenny rozkład rodzinnych zajęć w CKD	17
Pamiętamy o powstańcach	17
Podobno przetrwają... najzyczliwsi	18
Kryzys klimatyczny – przekleństwo cywilizacji Zachodu	18
Tydzień kobiecego święta	19
Srebrna Roksana. Także młodzicy z medalami	19
Walentynki – co to za święto?	20
Zgierzanie w zielone grają	20
Zgierska Karta Mieszkańca, czyli jak szacowni mieszczenie z rabatów korzystają	21
ZALK po raz czternasty. Gentlemen mistrzem	22
Noworoczne zawody pływackie	22
Kocurówce Zbocze	23
Kwadratura kota Anny Kopec-Twardowskiej	23
Zimorodek – klejnot słodkowodnych brzegów	24
Tylko 150 kilometrów od Zgierza znajduje się filmowa „Akademia Pana Kleksa”	25
Plaga insulinooporności	26
Koncerty na dobry nowy rok	27
Zaginiony raj ... Darwina	28
W świecie wypaczonych idei	29
Kara uczy, jak omijać mielizny. Nie wskazuje drogi do celu	30
Kalendarium wydarzeń	31



7



11



14



19



28

## Słowo wstępu



Życzliwość się opłaca, bycie pomocnym – również. Nie chodzi mi o korzyści materialne (choć te być mogą się pojawić), ale o zysk w postaci dobre-

go samopoczucia i ogólnego dobrostanu dawcy. Nie tak dawno opublikowano niezwykle interesujące wyniki badań przeprowadzonych przez naukowców z trzech uczelni, w tym jednej z Polski – SWPS, z których wynika, że okazywanie nawet drobnych, pozytywnych gestów ma mocny wpływ na poczucie sensu życia, zadowolenia z siebie i swoich relacji społecznych oraz że istotnie działa przeciwdepresyjnie (im więcej gestów deklarowali ankietowani, tym mniej występowało u nich przejawów depresji i przygnębienia).

Tak się składa, że w tym numerze sporo piszemy o pomaganiu i życzliwości. Z jednej strony dlatego, że na świeżo za nami finał WOŚP, a z drugiej przed nami mecz charytatywny na rzecz zgierzana Bartka, który potrzebuje każdej złotówki, by móc w miarę normalnie funkcjonować.

Choć nie brak wokół ludzi, dla których sensem życia jest konfliktowanie, pamiętliwość i koncentracja na sobie, to trzeba jasno powiedzieć, że życzliwość nie boli, że łatwo ją włączyć do codziennego życia, a powiedzenie obcemu szlówkowi, że pięknie wygląda, nie spowoduje istotnego cierpienia czyjegoś ego. Warto spróbować. ●



Projekt okładki:  
Joanna Syncerek  
Autor zdjęcia  
na okładce:  
Lech Baczyński

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@starymlynzgiez.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.

# Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy 2024

Ciekawe, ile osób pamięta początki WOŚP w Zgierzu... W 1996 r. przez kilka godzin na ulicach kwestowały harcerki, dwa lata później zorganizowano pierwszy orkiestrowy koncert. Od tego czasu pojawiają się nowe pokolenia wolontariuszy, lista imprez na terenie Zgierza wciąż się rozszerza, unowocześniają się sposoby zbiórki na charytatywne cele. WOŚP 2024 (szef sztabu: Radek Tomas) wyróżniał się większym niż zazwyczaj zaangażowaniem służb mundurowych: policji, straży pożarnej, WOT-u. W naszym mieście, chyba jako jedynym, licytowano 2,5-metrową ręcznie ozdabianą megapuszkę. Orkiestrowe wydarzenia organizowano m.in. w parku miejskim (Jeżobieg), w Starym Młynie (centrum sztabu), na Osiedlu 650-lecia (drift z MotoOrkiestrą!), w zgierskich klubach („Wesele w Agrafce”), w Mieście Tkaczy (warsztaty wytwarzania bransoletek), także w szkołach (m.in. SP3, SP5, SP11, SP12). Stan na koniec stycznia to zebrane 380 tysięcy zł – kwota ta na pewno się zwiększy, bo trwają jeszcze licytacje przekazanych WOŚP darów. (jn)



Na scenie zewnętrznej przy Starym Młynie pojawili się m.in. The Postman, Talent Kolektyw i Linia 16. W centrum Zgierza podziwiać też można było Światelko do Nieba. Zmodernizowany ośrodek kultury nie po raz pierwszy stał się centrum lokalnego sztabu. W niedzielę 28 stycznia wszystkie drogi prowadziły na Długą 41a.



Ponad trzystu wolontariuszy odebrało w tym roku w Zgierzu przygotowane dla nich puszki. W akcji ulicznej zbiórki uczestniczyły osoby pełnoletnie, a także młodsze, jeśli wyraził na to zgodę rodzic/opiekun prawny. Wolontariusze tradycyjnie rozdawali serduszka. I równie tradycyjnie odwdzięczali się uśmiechami...



Biegać i zarabiać dla WOŚP? W Zgierzu to możliwe. Formuła Jeżobiegu zakłada wrzucanie pieniędzy do puszki przez sponsora – za każde kółko przebiegnięte przez uczestnika. Plus wpłaty za udział w imprewie lekkoatletycznej. Dopisała frekwencja (150 dorosłych, 30 dzieciaków), a także siły i humory. Zebrano rekordowe 12670 zł.



WOŚP na lodzie – w takiej formule po raz pierwszy w Zgierzu. W dużej hali MOSiR zorganizowano pokazy łyżwiarstwa figurowego, dyskotekę, konkursy z nagrodami. Wstęp był wolny, uczestnicy mieli jednak możliwość wpłat do puszek. Impreza odbyła się w pierwszą niedzielę stycznia, będąc zapowiedzią kolejnych odsłon lokalnych akcji WOŚP.

UMZ DZIEŃ z Prezydentem Zgierza - P.Staniszewskim !!!

od woep-zgierz  
Prywatny sprzedawca

**DZIEŃ z Prezyder P.Staniszewskim**  
**4550,00 zł**  
9 osób licytowało

Kupując, wspierasz c pandemię. Gramy dla Organizacji Charytat Świątecznej Pomocy

Twój oferta: 4600,00 zł Zaka (Wt., L)

Allegro nie pobiera prowizj kwotę ze sprzedaży przeka

Orkiestrowe aukcje Allegro. Dzień z Prezydentem Miasta Zgierza Przemysławem Staniszewskim wylicytowano za 4550 zł, trening personalny z mistrzem kolarstwa górskiego za 3250 zł. Ciekawym pomysłem była możliwość zorganizowania własnego seansu na sali kinowej Starego Młyna, chwilę przed końcem aukcja przynosiła 2425 zł. Licytowano też m.in. okulary w stylu Owsiaika i zestawy szeryfa z USA.

## Koncert „P.G.R. – Polish Psalter vol. 2”

Parafia Ewangelicko-Augsburska po raz kolejny zaprosiła zgierzan w niezwykłą muzyczną podróż. W prezentującym projekt „P.G.R. – Polish Psalter vol. 2” połączone zostały dwa światy: muzyki dawnej i współczesnej. Inspiracją dla muzyków były psalmy przełożone przez Jana Kochanowskiego w muzycznej oprawie Mikołaja Gomółki. Teksty psalmów zaśpiewała sopranistka Barbara Rogala, a instrumentalistów w składzie Grzegorz Rogala, Szymon Bońkowski, Michał Jasnos, Kacper Kaźmierski i Michał Rutkowski dokomponowali nowe fragmenty, tak, aby połączyć jazz z muzyką renesansową. Improwizacja jest nie tylko zarezerwowana dla jazzu, ale również w czasach Kochanowskiego i Gomółki była znaną praktyką. (ea)



Uczestnicy koncertu przekonali się, jak niezwykle efekt daje połączenie muzyki dawnej i współczesnej

## Czyste powietrze – dobro wspólne

Mieszkańcy Zgierza chętnie korzystają z programu „Czyste powietrze”. Od początku jego funkcjonowania w punkcie konsultacyjnym w Urzędzie Miasta Zgierza złożonych zostało 817 wniosków, zawarto 696 umów i wypłacono łączną dotację w kwocie nieco ponad 3,4 mln zł. Tylko w minionym roku wniosek o udzielenie dofinansowania złożyło 221 właścicieli nieruchomości w Zgierz, a 137 wystąpiło z wnioskiem o płatność po zrealizowanej inwestycji.

Tymczasem szykują się zmiany w programie. Od 1 kwietnia 2024 r. w przypadku zakupu pompy ciepła kotła zgazowującego drewno oraz kotła na pellet drzewny będą mogły być wyłącznie urządzenia wpisane na listę ZUM (zielonych urządzeń i materiałów) dostępnej na stronie internetowej <https://lista-zum.ios.edu.pl/>. (rk)



## Hokejowy mecz charytatywny Dziennikarze TVN24 kontra Artyści

Już 25 lutego 2024 r w wielofunkcyjnej hali MOSiR odbędzie się hokejowy turniej charytatywny na rzecz chorującego na dystrofię mięśniową Duchenne’a Bartka Flisińskiego ze Zgierza oraz dwójki innych dzieci spoza naszego miasta: Piotra i Idy.

Naprzeciwko siebie staną drużyny TVN24 i Przyjaciele kontra Hokejowa Reprezentacja Artystów.

Wśród gwiazd na lodzie zobaczymy między innymi Antka Smykiewicza, Jana Klimenta i Tomasza Olbratowskiego. Swój

udział zapowiedzieli również Areta Zalewska i gen. Roman Polko.

Po meczu nastąpi licytacja fantastycznych fantów, wśród których znajdzie się piłka z podpisem Jerzego Dudka, płyty Cleo, Dody, Dawida Kwiatkowskiego, Eney, Feel, gitara akustyczna z autografem Piotra Kupichy, koszulka z autografem Mariusza Czerkawskiego, vouchery na kurs tańca z Janem Klimentem i kolacja z Piotrem Kupichą. Szczegóły na stronach MOSiR Zgierz. (rk)

## Zgierski Kaziuk. Zapraszamy wystawców

Poznajemy coraz więcej szczegółów na temat Zgierskiego Kaziuka... Wydarzenie promujące polski folklor i tradycje rzemieślnicze rozpocznie się 15 marca. Na godzinę 18.00 zaplanowano Wieczór Wileński w sali biblioteki przy ul. Długiej 29a. Wśród atrakcji m.in. spotkanie z aktorem Andrzejem Beyą-Zaborskim (komendant w filmie „U Pana Boga za piecem”) i występ zespołów z Rejonu Wileńskiego. Godzinę wcześniej zapraszamy do galerii Starego Młyna na wernisaż zdjęć Grupy Foto Zgierz.

Sobota 16 marca to Jarmark Kaziukowy, wciąż przyjmowane są zgłoszenia od rzemieślników, producentów regionalnych wyrobów gastronomicznych, wytwórców rękodzieła artystycznego. Formularz zgłoszeniowy dostępny jest na stronie [www.miasto.zgierz.pl](http://www.miasto.zgierz.pl). Organizatorzy liczą, że do Miasta Tkaczy przyjdzie ponad stu wystawców! Zwieńcze-



Na stoiskach Kaziuka nie zabraknie tradycyjnie wytwarzanej żywności

niem Zgierskiego Kaziuka będzie koncert grup z Rejonu Wileńskiego oraz Staszka z Gór z zespołem. W tym roku impreza obejmować będzie ulice: Narutowicza, Rembowskiego oraz pasaża przy Starym Młynie. (jn)

## Co za gość. Antoni Dudek o historii III RP

Lekcje historii kojarzą się z wykładami o insurrekcji kościuszkowskiej i przewrocie majowym, tymczasem historia tworzy się tu i teraz. Przypominają o tym książki Antoniego Dudka, autora wciąż aktualizowanej „Historii politycznej Polski” – jej ostatnie wydanie obejmuje wydarzenia z 2023 r. Antoni Dudek jest profesorem Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie, publicystą, twórcą autorskiego kanału na YouTube „Dudek o Historii”. Najpopularniejsze odcinki o dziejach PRL i III RP przyciągnęły blisko 300 tysięcy oglądających! Naukowiec jest też autorem książek „Od Mazowieckiego do Suchockiej. Pierwsze rządy wolnej Polski” czy „Instytut. Osobista historia IPN”. Politologa odznaczono m.in. Srebrnym Medalem „Zasłużony Kulturze Gloria Artis” oraz Złotym Krzyżem Zasługi.

Spotkanie z Antonim Dudkiem odbędzie się w czwartek 29 lutego o godzinie 18.00 w filii nr 2 zgierskiej biblioteki (ul. Długa

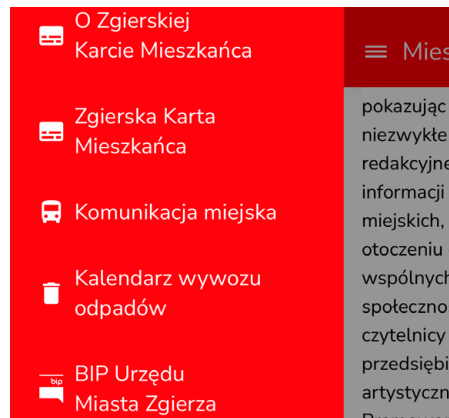


Popularyzator historii przyjdzie do Zgierza 29 lutego

29a). To kolejna odsłona cyklu „Co za gość” organizowanego od 2019 r. przez Wydział Promocji i Kultury UMZ. (jn)

## Miesięcznik w aplikacji

Od kilku tygodni miesięcznik „Zgierz – moja przestrzeń” jest jeszcze bardziej dostępny. Jego elektroniczna wersja pojawiła się bowiem w kolejnym miejscu. Prócz stron internetowych i portali facebookowych własnych oraz miasta i Starego Młyna, od teraz można go znaleźć również w aplikacji mobilnej Miasto Zgierz. Przy okazji zachęcamy do zainstalowania aplikacji w swoim smartfonie nie tylko z powodu obecności periodyka. Przede wszystkim dlatego, że znaleźć w niej można wiele przydatnych informacji z życia miasta, rezerwować wizyty w urzędzie, brać udział w ankietach i głosowaniach, być odbiorcą ważnych komunikatów o zdarzeniach. Od kwietnia 2023 r., kiedy wystartowała apka miejska, pobrało ją ponad 4000 osób. (rk)



## Koncert „Made in France”, ale w Zgierzu

Jedną z inicjatyw kulturotwórczych autorstwa zgierzanki Agnieszki Zapart-Pawlak, koncert piosenki francuskiej odbędzie się 2 marca w Starym Młynie. To wynik przeprowadzonego jeszcze w poprzednim roku konkursu Miejskiego Ośrodka Kultury, który finansuje wydarzenie. Autorka projektu zaprasza wszystkich frankofilów (i nie tylko) na godzinę 17.00, kiedy będzie można wysłuchać różnorodnych piosenek śpiewanych po francusku przez zgierskich wykonawców (uczniów szkół, chór kameralny, zaprzyjaźnione zespoły i solistów). Przygotowanie koncertu odbyło się pod czujnym okiem inicjatorce, która na co dzień uczy tego języka w szkole. Wstęp na koncert jest bezpłatny, jednak obowiązywać będą wejściówki, których dystrybucja rozpocznie się w połowie lutego. (mz)

## Walentynki na lodzie

Święto zakochanych można spędzać na różne sposoby. Zgierski MOSiR proponuje połączenie przyjemności z aktywnością fizyczną, zapraszając w środę 14 lutego na godz. 17.00 do hali wielofunkcyjnej przy Wschodniej 2. Będą konkursy dla dzieci i dla zakochanych z nagrodami od SPS, lokalnych kawiarni i restauracji oraz dyskoteka na lodzie. (rk)

Prezydent Miasta Zgierza Przemysław Staniszewski i Zgierskie Centrum Obsługi Przedsiębiorców zapraszają

**Cenne nagrody czekają na zwycięzców !!!**

**Konkurs Młodzi w Biznesie**  
mój pierwszy biznes w Zgierzu

**"Młodzi w Biznesie - mój pierwszy biznes w Zgierzu"**

Gdzie wysłać zgłoszenia?  
Zgierskie Centrum Obsługi Przedsiębiorców, ul. Długa 29A (w opisanej, zaklejonej kopercie)

lub na e-mail:  
[cop@umz.zgierz.pl](mailto:cop@umz.zgierz.pl)

Regulamin: [www.cop.zgierz.pl](http://www.cop.zgierz.pl)

Zgłoszenia przyjmowane są:  
**od 27 listopada 2023 r. do 29 lutego 2024 r.**

### Nowy obowiązek dla taksówkarzy – komunikat

Przedsiębiorcy posiadający licencję na wykonywanie krajowego transportu drogowego w zakresie przewozu taksówką są zobowiązani do niezwłocznego złożenia następujących dokumentów: prawa jazdy stwierdzającego posiadanie odpowiedniego uprawnienia do kierowania pojazdem samochodowym, zaświadczenia o niekaralności, orzeczenia lekarskiego stwierdzającego brak przeciwwskazań zdrowotnych do kierowania pojazdami i orzeczenia psychologicznego stwierdzającego brak przeciwwskazań psychologicznych do kierowania pojazdami.

Dokumenty należy złożyć w Urzędzie Miasta Zgierza do dnia 31 marca 2024 r. W przypadku niedopełnienia obowiązku, dotychczasowe licencje stracą ważność po 30 czerwca 2024 r.

Wymagane dokumenty należy złożyć do Wydziału Działalności Gospodarczej UMZ przy pl. Jana Pawła II 17, pok. 117. (rk)

Partnerzy:



Sponsor Generalny:



Patronat Honorowy:



Patronat Mediów:



Organizatorzy:



# Cudze chwalimy, swego nie doceniamy

Zgierz się zmienia. Może nie w takim tempie, jakiego oczekiwali niektórzy. Może inwestycje następują nie w takiej kolejności, jak chcieliby inni, ale miasto zmienia się i jest to fakt niezbity. Nasza pamięć jest na ogół dość krótka i działa względnie wybiórczo. Do zmian na lepsze przyzwyczajamy się bardzo szybko i równie szybko zapominamy, jak jeszcze nie tak dawno wyglądały różne miejsca, jak choćby miejskie szkoły, ośrodek Malinka, torowisko tramwajowe czy szczątki Starego Młyna.

## RENATA KAROLEWSKA



Ostatnio coraz częściej słysząc pozytywne wypowiedzi łodzian i mieszkańców sąsiednich miejscowości o Zgierzu, który – co tu dużo mówić – najlepszego wizerunku nie miał. Choć do ideału daleka droga, to od pewnego czasu postrzeganie miasta zmienia się. Bywa, że zmiany lepiej dostrzegają przyjezdni.

### Trzylatka Malinka i dwulatek Stary Młyn

Goście chętnie przyjeżdżają na wydarzenia w Miejskim Ośrodku Kultury, nie omijają Malinki i innych obiektów MOSiR – niewątpliwie hitem sezonu jest lodowisko przy ul. Wschodniej. Warto jednakże podkreślić, że Malinka w takim stanie nie ma jeszcze nawet trzech lat i że od tego czasu jest ulubionym miejscem wakacyjnego odpoczynku zgierzan, łodzian czy aleksandrowian. Dzieje się tak nie tylko ze względu na mnogość proponowanych atrakcji, infrastruktury sportowej, sprzętu pływackiego czy zagospodarowania terenu, ale między innymi również dlatego, że znajduje się tu akwen z nowoczesnym systemem filtrów, który sprawia, że w nawet największe upały nie pojawia się tu koszmar tego typu obiektów, czyli groźne sinice.

Jeszcze młodszy od Malinki jest Stary Młyn otwarty w październiku 2021 r. Kto dziś, przechodząc przez powstały w 2016 r. pasaż V. Scheybala, ul. Długą czy odpoczywając w powstałej w zeszłym roku strefie chilloutu, patrzy na ten przepiękny obiekt i pamięta, że nie tak dawno stała tu ruina, którą w całości trzymała jedynie przyroda: krzewy i inne rośliny, które powoli „zjadały” stary Stary Młyn, oplatając go niekończącym się labiryntem gałązek i korzeni? A to też przecież jeszcze nie finał metamorfozy tego miejsca, bo właśnie dobiega końca rewitalizacja domu tkacza w bezpośrednim sąsiedztwie MOK. Swoją wykładnię zmieniła przyległa ściana sąsiedniej kamienicy, a w przyszłości zmieni się też pasaż pomiędzy ośrodkiem a ul. Rembowskiemu, który połączy ośrodek ze zrewitalizowanym również niedawno Miastem Tkaczy.

### Dwa lata temu tramwaj jednak wrócił

No ale wróćmy do 2021 r. Dosłownie chwilę po otwarciu Starego Młyna, w grudniu, a zatem zaledwie nieco ponad 2 lata temu, otwarto wyremontowaną linię tramwajową, co stało się faktem pomimo wielu niespodzianek technicznych, gwałtownego wzrostu cen i wbrew czarnowidztwu uprawianemu medialnie z żelazną konsekwencją przez malkontentów od dnia ogłoszenia decyzji o zamknięciu linii. Trochę można usprawie-

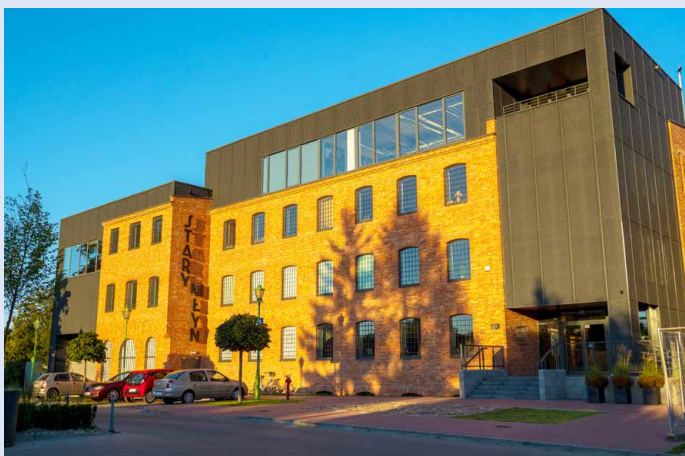


Otwarcie linii tramwajowej po zakończonym remoncie dwa lata temu

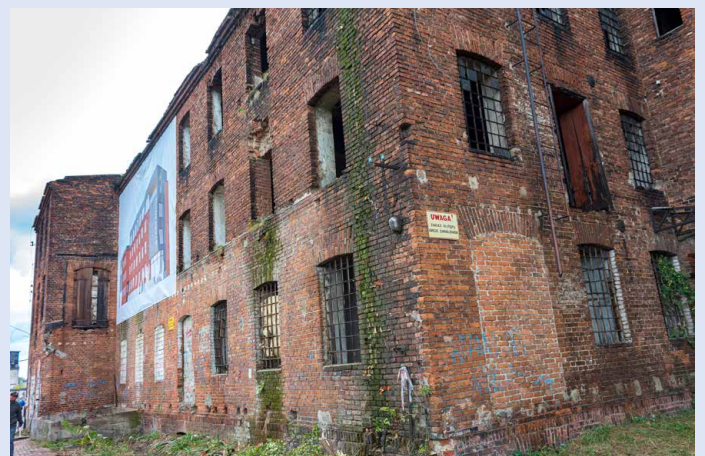
dliwić takie myślenie, bo linia nie była gruntownie remontowana od zarania, czyli od mniej więcej stu lat i w związku z tym chyba niektórzy z nas stracili nadzieję na to, że kiedyś nastąpi. A jednak...słowo ciałem się stało.

### Park odzyskany

Przypomnijmy, że także w ostatnim okresie zgierzanie „odzyskali” drugą część parku. Ten cudzysłów pojawia się w związku z tym, że nazywanie parkiem tego, co znajdowało się jeszcze dwa lata temu za ul. 1 Maja, było sporym nadużyciem. Zmieniła to dopiero rewitalizacja zakończona mniej więcej półtora roku temu, kiedy uporządkowana została zieleń, powstała mała architektura z romantyczną altaną, strefą kolorów i zapa-



Stary Młyn obecnie



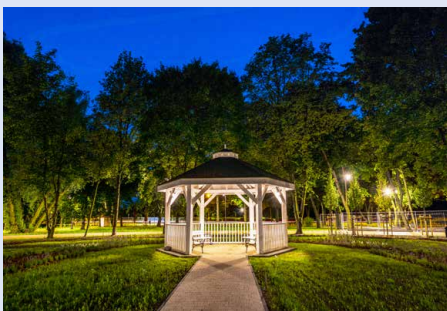
Stary Młyn pięć lat temu



Malinka trzy lata temu



Zrewitalizowana Malinka jest jednym z najpopularniejszych miejsc wypoczynku w regionie.



altana w parku od razu stała się popularnym celem spacerów

chów, alejki, oświetlenie, a wcześniej siłownia zewnętrzna. Przy okazji przypomnijmy, że główna część parku z molo, mostkiem i ścieżkami pieszo-rowerowymi też zyskała obecne oblicze nie tak dawno. To znów kwestia kilku ostatnich lat. Do tego trzeba wspomnieć o mniej spektakularnych, ale bardzo ważnych z punktu widzenia środowiska na-

turalnego, inwestycjach, które czekają to miejsce w najbliższym czasie, czyli o regulacji koryta rzeki Bzury i odmuleniu stawu miejskiego. A, i do tego jeszcze remont ul. Barlickiego! To wszystko sprawia, że zielona przestrzeń w centrum miasta robi wrażenie i sprawia, że chce się tam po prostu spędzać czas lub organizować wydarzenia kulturalno-artystyczne oraz sportowe i rekreacyjne. Wiadomo zresztą, że park, szcze-



Ścieżki w parku dwa lata temu



Jedną z atrakcji w drugiej części parku – skatepark

gólnie w cieplejszej porze roku, jest coraz chętniej wykorzystywany przez różne organizacje na warsztaty, otwarte zajęcia fitness, gry miejskie etc. To miejsce po prostu nabrało życia. I miło jest słyszeć komplementy od sąsiadów, którzy coraz częściej parafrazują znane porzekadło, mówiąc, że cudzą prawdą, swego nie doceniamy. I trochę prawdy w tym jest. ●

## Młodszy odcień miasta

# Polityka młodzieżowa

**M**łodzieżowe miasto po godzinach – pod tym tytułem kryje się dokument określający politykę młodzieżową miasta Zgierza. Radni przyjęli odpowiednią uchwałę pod koniec grudnia.

Jest to dokument ważny o tyle, że wskazuje kierunki zmian w mieście, które powinny – zdaniem jego twórców – nastąpić, aby przyszłe pokolenia nie uciekały stąd do innych ośrodków. – *Pod hasłem polityka młodzieżowa kryją się rekomendacje, jakie młodzi ludzie przekazali władzom miasta: obecnym i przyszłym, oczywiście, bo to jest takie myślenie długofalowe. Jak powinno wyglądać nasze miasto, żeby młodzi ludzie chcieli tutaj zostać, powracać do Zgierza po np. studiach, kupować tu mieszkania, zakładać działalności gospodarcze, zakładać oczywiście rodziny*

– mówi Karolina Miżyńska, koordynatorka polityki młodzieżowej miasta. Co ciekawe, z lektury wynika, że młodym zgierzanom obecnie najbardziej doskwiera monotonia gastronomiczna, brak galerii handlowej ze strefą wypoczynkową i powtarzalność sklepów. Są też wskazane inne niedoskonałości i braki. Warto zapoznać się z tym interesującym dokumentem.

Przygotowania do stworzenia polityki trwały około roku, w konsultacjach brało udział 600 uczennic i uczniów oraz aktywistów w wieku od 12 do 25 lat ze zgierskich organizacji reprezentujących różne środowiska: kulturę, sport i inne, w tym organizacje pozarządowe.

Dokument powstał w ramach realizacji projektu „Zgierz – nowoczesne miasto po



Adrian Pal przedstawił zgierskim przedsiębiorcom założenia polityki młodzieżowej podczas organizowanego przez ZCOP śniadania biznesowego, które odbyło się pod koniec stycznia

godzinach”, współfinansowanego ze środków Norweskiego Mechanizmu Finansowego 2014-2021 i Mechanizmu Finansowego EOG 2014-2021 w ramach programu Rozwój Lokalny. (rk)

# Miłość przez okrągły rok

Obchodzone w tym miesiącu walentynki mają swoich zwolenników, ale i nieprzyjaciół. Wiadomo, komercja, import z Zachodu, "miłość okazuje się cały rok, a nie w ten jeden dzień". Zatem krakowskim targiem, z okazji Dnia zakochanych oddamy głos osobom, dla których miłość to coś więcej niż selfie na tle neonowego serca.

Oprac. Jakub Niedziela

## Monika i Przemysław Staniszewscy (prezydent Zgierza z żoną)

**M:** Brzmi to nierealnie, ale to prawda, zaczęło się jeszcze w szkole podstawowej. Od trzeciej klasy podkochiwaliśmy się w sobie, w siódmej Przemek kupił nawet pierścionek i chciał się oświadczyć. Byłam tak speszona, że uciekłam na jego widok :). Mieszkaliśmy blisko siebie, więc często się widywaliśmy. Wielogodzinne spacerunki z psami, rozmowy. Na dobre zostaliśmy parą w 2000 r. przed moją maturą.

**P:** W czerwcu 2004 r. postanowiłem, że poproszę Monikę o rękę, rok później zamieszkaliśmy razem, a za kolejne dwa lata pobraliśmy się. Walentynki? Dla nas to zawsze mile spędzany czas. Nawet dzisiaj przy dwójce kochanych dzieci staramy się chwilę znaleźć tylko dla siebie. Wyjść gdzieś na kolację czy do kina i pobycć sami.

**M:** Jaka jest recepta na udany związek? Trzeba być nie tylko parą, ale i przyjaciółmi. Dużo rozmawiać, wspólnie podejmować decyzje i pozostawiać partnerami w związku.

**P:** Miłość to swego rodzaju pozytywne uzależnienie. Jeśli się kogoś kocha, to zawsze czegoś brakuje, jeśli nie jest się razem. Wystarczy być razem i nie trzeba nic mówić ani robić.



ZBIORY.PRYW.

## Anna Paszkowska (artystka)

Jak zapewne wiele par, ja i mój przyszły mąż poznaliśmy się w pracy. Byliśmy z dwóch różnych środowisk. Ja trochę zakrecona artystka o romantycznej duszy. On – zero romantyzmu, aż za bardzo przejęty swoimi obowiązkami zawodowymi. Oboje niezłe charakterki. Nie była to miłość od pierwszego wejrzenia, ale żar tlił się i w końcu zapłonął.

W dniu naszego ślubu nie było chyba jednej osoby, która wróżyłaby nam długie i szczęśliwe życie. Zapewne wielu jest zdziwionych do dziś, że udało nam się być razem 37 lat. Ja też :).

Mąż wybuchowy, ja tłumiąca swoje żale. Popelnialiśmy błędy, zapewne nie my jedni, za mało ze sobą rozmawiając. On zajęty swoimi sprawami, ja domem i dzieckiem. To mogło się źle skończyć, ale uratowała nas moja pasja do teatru i śpiewu. Gdy zaczęłam spełniać swoje marzenia, a on mnie w tym zaczął wspierać – nastąpiła równowaga.

Bardzo ważne w naszym życiu jest to, że mamy podobne poczucie humoru, gusty muzyczne, lubimy koncerty, lubimy czytać książki, rozmawiać o nich. Dobre filmy, teatr. Mamy swoje ulubione miejsca, do których lubimy jeździć. Myślę, że takie rzeczy bardzo ludzi zbliżają i cementują związki. Chociaż zapewne każdy ma swój przepis na szczęście.



LECH BACZYŃSKI

## Milena i Tomek Kałużni (przedsiębiorcy)



ARCH. MIT KAŁUŻNI

kać, dwa lata później wzięliśmy ślub. Jak widać, krótkie narzeczeństwo – długie małżeństwo :).

**M:** Recepta na związek? Najważniejsza sprawa to wzajemny szacunek. No i wciąż się lubimy, lubimy spędzać ze sobą czas. Nawet jeśli występują jakieś różnice, to wzajemnie się uzupełniamy. Rzadko się spieramy, nie uważam, aby kłótnie dodawały pikanterii w związku, nie jest to przyjemna rzecz.

**T:** Milena zawsze ustępuje, więc ja nie wchodzę w kłótnie...

**M:** Ja zawsze ustępuję? No nie wiem... Co do związku, na pewno połączyła nas pasja, ja zawsze miałam zdolności manualne i szybko wtopiłam się w cukiernictwo.

**T:** Naszymi pasjami są cukiernictwo i podróże, potrafimy to zresztą łączyć. Jesteśmy teraz na wyjeździe, ale na dziesięć dni aż osiem spędziliśmy w cukierniach. Czy nasz długi związek jest ewenementem? Pół na pół. Mamy znajomych, którzy poznali się w wieku 14 lat i wciąż są razem, inni mimo wzajemnego szacunku rozstali się, nie wyszło im. Nie ma jednej recepty, trudno powiedzieć, od czego to zależy.

**M:** Można zażartować, że tworzymy już dojrzały związek, w tym roku mija 18 lat, odkąd jesteśmy razem. Byłam po maturze, właśnie szykowałam się na studia na łódzkiej Politechnice, gdy w klubie Futurysta spotkałam „pana z cukierni”. Po kwadransie rozmowy wymieniliśmy się numerami. Z czasem zaczęliśmy pisać do siebie, nie było jeszcze facebooka, używaliśmy gadu-gadu.

**T:** Zabawne, bo ja w tym miejscu nie szukałem dziewczyny. Na pielgrzymkach prędzej. Ale od razu zaiskrzyło, w 2006 r. zaczęliśmy się spoty-



## Beata i Darek Cłapowie (podróżnicy)

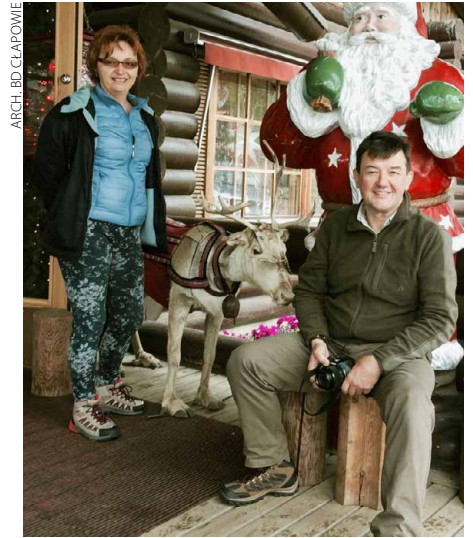
Mieliśmy ukończone 18 lat, gdy zaczęliśmy się spotykać. Tęskniliśmy za rodzinnym ciepłem. Jak się okazało, oboje wychowywaliśmy się bez dziadków, tkwiły w nas jakieś emocjonalne braki. To ciepło, wsparcie, zrozumienie znaleźliśmy w sobie.

Może teraz wiele osób to zdziwi, ale pochodziliśmy z różnych środowisk. Darek uczył się w technikum, ja byłam licealistką. Bywało, że koleżanki komentowały z przekąsem, że ci z innych szkół niż licea to „robole”. Poznaliśmy się w klubie „Bzura”, gdy Darek zauważył leżącą na podłodze torebkę i podał ją nieznanemu mu zupełnie dziewczynie. To był moment zauroczenia dla nas obojga.

W wieku 21 lat wzięliśmy ślub i od razu czekał nas poważny test – po niecałym miesiącu Darek trafił do wojska. Na rok! Przetrwaliśmy, utwierdziliśmy się, jak mocne jest to uczucie.

Później też bywało ciężko: jedna pensja Darka na utrzymanie trzech osób, pojawiła się już bowiem córka, niewykończony dom, w którym 16 stopni było normalną temperaturą. I stawanie na głowie, by zdobyć opał. Kolejki po nocach, kłótnie ze sprzedawcami... W tych trudnych czasach zawsze byliśmy dla siebie wsparciem.

Recepta na udany związek? Nie ma jednej. Na pewno trzeba doceniać siebie wzajemnie na co dzień, inspirować, wspierać. Akceptować w sobie słońce, ale i cień. I zakładać dobre intencje drugiej osoby. Łączy nas zamiłowanie do podróży, ale też inne pasje: książki, muzyka, filmy, aktywność fizyczna. Ważne są drobiazgi: gdy schodzę na dół, często widzę, że mąż suszy moje przemoczone buty. A przede wszystkim jesteśmy dobrze dobrani. Dlatego jesteśmy razem od 43 lat, od 41 lat jako małżeństwo.



Poznajmy się

## Zgierzanka Milena Sokołowska odebrała nagrodę z rąk królowej

Specjalistka od wirusów oddechowych i układu odpornościowego, poszerzająca swoją wiedzę m.in. na łódzkim Uniwersytecie Medycznym, w Narodowych Instytutach Zdrowia w Bethesda pod Waszyngtonem (USA) i w Szwajcarskim Instytucie Badań nad Alergią i Astmą w Davos (Szwajcaria). Lekarka, naukowiec, autorka i współautorka stu publikacji, w tym kilku podręczników z zakresu alergologii, immunologii i biologii molekularnej. Niedawno z rąk królowej Szwecji odebrała nagrodę PhARF za wybitne badania w dziedzinie immunologii i alergologii. Zgierzanka Milena Sokołowska.

Można rozpocząć dyskusję, czy nazywać zgierzanką osobę od wielu lat mieszkającą i pracującą za granicą, ale argumenty „za” posiadamy naprawdę mocne. Pani Milena urodziła się w naszym mieście, jej mama Grażyna Tujaka-Sokołowska była lekarką w szpitalu borucianym, tata Andrzej Sokołowski jako inżynier chemik pracował do niedawna w zgierskiej oczyszczalni ścieków. Przyszła immunolożka ukończyła Szkołę Podstawową nr 2, a następnie LO im. Staszica. – *Ponieważ byłam w klasie o profilu matematyczno-fizycznym, doświadczyłam „instytucji kolejki” na lekcjach matematyki u „Dżambola” Janusza Kowalewskiego, która była jednocześnie przerażająca, jak i dodawała skrzydeł, jeśli się odpowiedziało prawidłowo. Mirosława Kazimińska utwierdziła mnie w niesamowitości fizyki. Cieszę się, że oboje byli świadkami chociaż początku mojej pracy naukowej, bo zawdzięczam im obojgu bardzo*



Milena Sokołowska (w środku) w towarzystwie królowej Szwecji (po lewej)

*wiele. Ludmiła Białecka gruntownie przygotowała mnie z biologii, a Joanna Józwiak pokazała mi, jak ważna jest wolność wypowiedzi językowej, dystans, lekkość pióra i jak wykończyła matematyczną logikę w pisaniu, co okazało się niezbędnym w warsztacie naukowym. Wreszcie Alicja Palmowska, dzięki której wpojona wiedza z geografii pomaga mi w częstym podróżowaniu. Moja klasa to zbiór wielu arcydzieł osobowości i wspaniałych ludzi, z których wielu pozostaje moimi bliskimi przyjaciółmi* – opowiada Milena Sokołowska.

Doktorat obroniła w 2009 r. na Uniwersytecie Medycznym w Łodzi za badania dotyczące wpływu związków lipidowych na rozwój astmy oskrzelowej, za które otrzymała także Nagrodę Ministra Zdrowia oraz Nagrodę Premiera RP. Po czteroletnim stażu spędzonym w amerykańskich Narodowych Instytutach Zdrowia mocniej zainteresowała się rolą wirusów oddechowych w za-

burzaniu pracy układu odpornościowego. Badania w Szwajcarii prowadzone m.in. w współpracy z Imperial College w Londynie oraz Uniwersytetem Stanforda w Kalifornii (USA) pozwoliły jej odkryć nowe mechanizmy rozwoju alergii i astmy oskrzelowej. – *Duże przyspieszenie naszych badań nad wirusami oddechowymi przyniosła oczywiście pandemia COVID-19. Już na początku 2020 roku mój zespół jako jeden z pierwszych na świecie opublikował mapę komórek całego organizmu dzieci i dorosłych, w których to scharakteryzowaliśmy ekspresję różnych receptorów dla wirusa SARS-CoV-2 – tłumaczy doktor Sokołowska. W badaniach jej zespołu nad COVID-19 brali udział również pacjenci i lekarze ze szpitala wojewódzkiego w Zgierzu.*

Intensywna praca wciąż trwa... Habilitacja na Uniwersytecie w Zurychu w 2022 oraz Nagroda PhARF otrzymana z rąk królowej Szwecji w grudniu 2023 przyniosły m.in. znaczący grant badawczy dla grupy kierowanej przez zgierzankę. Przeznaczony on zostanie na badanie wpływu powtarzających się infekcji wirusowych i zanieczyszczenia powietrza na rozwój chorób układu oddechowego u dzieci i dorosłych. Profesor Milena zachęca wszystkich pasjonatów i przyszłych naukowców. – *Świat nas naprawdę potrzebuje, a pasja pozwala pokonywać wiele przeszkód. Zapraszam wszystkich chętnych do współpracy. Razem można więcej!*

Gratulujemy zgierzance i liczymy, że jej praca i pasja będą dalej zmieniać świat na lepsze. (jn)



**Przedszkole Sportowo - Językowe  
Guziczek zapewnia fachową opiekę  
wykwalifikowanej kadry pedagogicznej.  
Rozmawiamy z dziećmi biegle w języku polskim oraz hiszpańskim.  
Realizujemy wiele innowacyjnych metod nauczania, są nimi m.in.:**

- ✓ nauka szybkiego czytania metodą krakowską
- ✓ nauczanie crossover
- ✓ nauka oparta na dociekaniu
- ✓ rytmika
- ✓ logopedia
- ✓ gry dydaktyczne
- ✓ nauka z użyciem dramy
- ✓ nauka przez doświadczenia i eksperymenty
- ✓ legorobotyka
- ✓ zajęcia ze zwierzętami
- ✓ sensoplastyka
- ✓ warsztaty tematyczne
- ✓ teatryki
- ✓ wycieczki



Zapraszamy serdecznie  
**Rekrutacja trwa cały rok!**  
**+48 502 047 158**

**W naszym przedszkolu realizujemy  
wiele zajęć sportowych tj.:**

- ✓ gra w piłkę nożną
- ✓ gra w piłkę siatkową
- ✓ gra w piłkę ręczną
- ✓ gra w piłkę koszykową
- ✓ akrobatyka
- ✓ szachy
- ✓ karate
- ✓ joga
- ✓ tańce



ul. Przędzalniana 16 (Rudunki), 95-100 Zgierz



+48 502 047 158

# Parafinowy czarodziej

Tym razem skierujemy nasze spojrzenie ku dziełu techniki, które stanowi małe ogniwo w historii ogrzewania. Wybierzemy się w podróż przez czas do czasów, kiedy zimy były znacznie bardziej mroźne, śnieżne i trwały dłużej niż dwa tygodnie. Oto opowieść o kolejnym niezwykłym eksponacie muzealnym.

## MACIEJ RUBACHA



Naftowy piecyk, dzieło angielskiej firmy Valor, producenta szafek do przechowywania oleju, powstał w 1890 r.

Z czasem przekształcił się w parafinowy piecyk, zdobywając serca milionów użytkowników na całym globie w pierwszej połowie XX w. i stając się symbolem nie tylko funkcjonalności, ale i estetyki.

Ma cylindryczny kształt o wysokości 61 cm, stanowił zarówno praktyczną jednostkę grzewczą, jak i dekoracyjny element pomieszczenia. Biała emalia, która go pokrywa, nie tylko dodaje mu elegancji, ale także wydobywa jego unikalny charakter, jakby piecyk mówił: „Jestem tu, aby ogrzać nie tylko ciało, ale także duszę”. Pomyślmy zatem o piecyku jak o czarodzieju z krainy lodu, który zamiast rzucać zaklęcia, wyciska ciepło z nafty. Jego miejsce było zwykle w sypialniach. Ów mały bohater z kawałkiem historii na plecach nosił dumę angielskiej firmy Valor, a to nie była jakaś marka. Produkty firmy znajdowały się w domach zamożnych

ludzi w całej Europie, w tym w Zgierzu.

Marka Valor została po raz pierwszy użyta przez małe przedsiębiorstwo w Birmingham, które rozpoczęło swoją działalność w 1890 r., a zajmowało się produkcją szafek do przechowywania oleju głównie dla Anglo-American Oil Company. Później firma, lepiej znana jako Esso, rozszerzyła swoją ofertę produktową, włączając do niej nagrzewnice naftowe, których miliony zostały sprzedane na całym świecie w pierwszej połowie ubiegłego wieku. Przeskok technologiczny przyszedł wraz z wprowadzeniem gazu z Morza Północnego do Wielkiej Brytanii, co uczyniło Valor liderem w produkcji energooszczędnych kominków gazowych. W 1989 r. zakład w Birmingham, gdzie wytwarzano te cuda techniki, zatrudniał imponującą liczbę 750 pracowników.

Obecnie Valor będący częścią Grupy Baxi nie przestaje inwestować w badania i rozwój, mogąc pochwalić się roczną sprzedażą sprzętu do ogrzewania domowego przekraczającą 2 miliardy dolarów. Wzorem nowoczesnej „magii”, firma wprowadziła na rynek pionierskie produkty, takie jak pierwszokominek gazowy z płonącym ogniem czy tzw. homeflame gas fire zdobiący wiele brytyjskich domów.

Warto podkreślić, że Valor to nie tylko marka. To również kawałek historii i dziedzictwa, który trwa dzięki nieustannej innowacji. Jak dzieło sztuki w muzealnej kolekcji, ten piecyk wciąż emanuje nie tylko ciepłem, ale i duchem przeszłości i elegancją niczym z ekskluzywnego kajuty na Tytaniku.

Podsumowując, piecyk Valor ze zgierskiego muzeum to nie tylko źródło ciepła, to też opowieść o ewolucji technologii grzewczej, której świadkiem urządzenie było na przestrzeni lat. Za nim stoi nie tylko marka, ale cała epoka, w której praktyczność spotykała się z elegancją. ●

MACIEJ RUBACHA



Piecyk parafinowy Valor ze zbiorów zgierskiego muzeum.

R E K L A M A

*Jedyna  
Taka Spółka  
w mieście!*



Jesteśmy firmą z ponad 30-letnim doświadczeniem na zgierskim rynku.

Zarówno dla Gminy Miasto Zgierz, jak i dla klientów indywidualnych i instytucjonalnych świadczymy usługi:

- wynajmu i rezerwacji pomieszczeń, gruntów i miejsc targowych;
- koszenia trawników, nieużytków i poboczy dróg;
- nasadzenia drzew, krzewów i kwiatów;
- porządkowe wraz z ręcznym i mechanicznym oczyszczaniem chodników, placów, ulic i parkingów;
- projektowania i rewitalizacji terenów zielonych;
- związane z ceremonią pogrzebową i pochówkiem oraz opieką nad grobami.

Na terenie zabytkowego Miejskiego Zakładu Kąpielowego, oddanego do użytku w 1929 roku, najstarszego tego typu obiektu w Europie z pięknymi wnętrzami i pływalnią, organizujemy dla klientów indywidualnych i grup, nauki pływania oraz sesje w grocie solnej.



**Zakres naszych usług dostosujemy do indywidualnych potrzeb naszych klientów.**

**COLD SPELL APPROACHING**

**BE WARMED IN TIME**

Buy your Valor Heater now, in readiness for the damp and chilly days ahead, and keep your home warm and dry all through the wintry weather. Costs less than a penny an hour—burns for hours without attention—lasts for years without any expense beyond fuel and wick. The simplest, handiest and most economical form of heating you can possibly have. No smoke, no smell, no trouble. Over two millions already sold.

BRITISH-MADE

**VALOR OIL HEATERS**

Look for the Valor Shield, your guarantee of quality.

Prices from 13/6

Large Black model No. 228 in illustration now reduced to 20/-

Write for literature and distributor price list.

Anglo-American Oil Co. Ltd. (22, St. Vincent Street, 40 Abchurch Lane, London, E.C. 4)

For best results, always use the pure white ROYAL DAYLIGHT OIL

MACIEJ RUBACHA



W owym czasie, gdy Polska pozostawała pod zaborem, a Królestwo Polskie było namiastką niepodległości, książę namiestnik wydał postanowienie, które zmieniło losy lokalnej społeczności. Przez wieki obecność społeczności żydowskiej w Zgierzu nie była znacząca. Stanowiło ją zaledwie kilka rodzin. To jednak zmieniło się, gdy w 1813 r. listy podprefekta powiatu zgierskiego i burmistrza Zgierza dotyczące prawa Żydów do kupowania domów, dały impuls do szybkiego osadnictwa żydowskiego w mieście. Miało to dać miastu asumpt do rozwoju, głównie dzięki ożywieniu handlu lokalnego.

W 1818 r. komisarz obwodu łęczyckiego zwrócił się do burmistrza Zgierza z żądaniem założenia oddzielnej dzielnicy dla Żydów. W odpowiedzi burmistrz przedstawił plan odseparowania Żydów od chrześcijan, zabraniając im osiedlania się w rynku i zachęcając do zamieszkiwania w innych częściach miasta. Ten pierwszy krok w kierunku segregacji społeczności żydowskiej w Zgierzu był jedynie preludem do późniejszych decyzji. W 1821 r. komisarz Wydziału Administracyjnego Komisji Województwa Mazowieckiego i niemieccy przemysłowcy podpisali umowę dotyczącą założenia centrum przemysłu tekstylnego w Zgierzu. Umowa ta, niestety, również zawierała postanowienia segregacyjne, zakazując Żydom mieszkania razem z Niemcami, wyznaczając dla nich określony obszar. Był to jawny przykład wykluczania tej części społeczności przede wszystkim z życia gospodarczego w Zgierzu.

21 listopada 1824 r. wydano dekret o utworzeniu dzielnicy żydowskiej w Zgierzu. Władze miejskie zobowiązały się wypędzić siłą tych, którzy nie zastosują się do nowych regulacji. Wpływno także na pozostałych mieszkańców, by izolowali się od ludności żydowskiej. 13 czerwca 1825 r. władze wydały dekret skierowany do chrześcijańskich właścicieli domów, grożąc karą za wynajmowanie mieszkań Żydom po 1 lipca 1826 r.

Powstanie rewiru żydowskiego w Zgierzu wprowadziło nową rzeczywistość społeczną. Mniejszość ta szybko się rozwijała, a liczba rodzin żydowskich znacznie wzrosła w kolejnych dekadach. Przywileje i restrykcje z czasem ulegały zmianom, kształtując codzienne życie mieszkańców. Jednym z kluczowych momentów było poszerzenie rewiru w 1855 r. Pomimo restrykcji, Żydzi osiedlali się również poza wyznaczonymi granicami. Zarządzenia z 1862 r. wydane przez Aleksandra Wielopolskiego przyznawały społeczności żydowskiej pełne prawa do wyboru miejsca zamieszkania. To spowodowało pojawienie się najbogatszych przedstawicieli diaspory żydowskiej w dawnej części miasta, która do tej pory była dla nich zamknięta. To pomogło im w prowadzeniu interesów z Polakami i Niemcami. W kon-

# Starsi bracia w wierze

Dziś nie ma już w Zgierzu zwartej społeczności żydowskiej. Warto jednak przypomnieć niektóre fakty z jej historii – chociażby akt z 7 lutego 1825 r., na którego mocy powstał w mieście rewir żydowski. Warto pamiętać o blaskach i cieniach wielokulturowości Zgierza.

ZE ZBIORÓW MUZEUM MIASTA ZGIERZA



Plan sytuacyjny poszerzenia zgierskiego rewiru żydowskiego

sekwencji zaczęły rodzić się fortuny rodzin: Sirkis, Eiger czy znanych w dwudziestolecie międzywojennym braci Brodac.

Demograficzny rozwój społeczności żydowskiej przyniósł jednak również problemy w rozwarstwionej mocno gospodarzo społeczności. Były to m.in. przeludnienie i katastrofalne warunki sanitarne, które doprowadziły do epidemii cholery w 1848 r.

Warto zauważyć, że Żydzi współtworzyli charakter miasta przemysłowego, a ich obecność była integralną częścią społeczności zgierskiej.

W międzywojennym okresie społeczność żydowska w Zgierzu rozwijała się nie tylko pod względem ekonomicznym, ale również kulturalnym i społecznym. Działyły szkoły, kluby sportowe, organizacje dobroczynne.

Mniejszość wносиła znaczący wkład w rozwój miasta również pod względem finansowym. Jednakże lata 30. XX w. przyniosły nastroje antysemitki, co znalazło swoje odzwierciedlenie w aktach przemocy i protestach. W momencie wybuchu II wojny światowej w Zgierzu mieszkało ponad 4 tysiące Żydów. Okupacja niemiecka i brutalne represje przerwały tę długą historię współistnienia.

7 września 1939 r. Niemcy, wkraczając do miasta, rozpoczęli serię represji wobec ludności żydowskiej. Następne lata przyniosły jej tragiczny los, z przymusowymi przesiedleniami, aresztowaniami, torturami, a w końcu eksterminacją włącznie. Finał doskonale znamy: społeczność żydowska w Zgierzu została brutalnie wyniszczona. ●

# Instytucje w naszej codzienności

Funkcjonowanie w środowisku, w którym żyjemy, w dużym stopniu uwarunkowane jest jakością i sprawnością instytucji. Od nich zależy więcej, niż zwykliśmy myśleć. Rzecz w tym, że samo pojęcie instytucji jest trudne do jednoznacznego zdefiniowania, mimo że są one powszechnym składnikiem naszego otoczenia. Przyjmijmy więc, że instytucją może być rodzina, przedsiębiorstwo, konstytucja oraz państwo, czyli pewien twór odgrywający szczególną rolę w życiu społeczno-gospodarczym.

## DR KAZIEMIERZ KUBIAK



Szukając definicji, odwołajmy się do dorobku nauk ekonomicznych i społecznych i sięgnijmy do łaciny,

w której pojęcie *institutio* rozumiane jest jako zwyczaj, urządzenie, nawyk, tradycja. Dodajmy tu, że instytucje dzielą się na twory formalne, których istnienie i funkcjonowanie reguluje prawo oraz nieformalne, które E. Durkheim określał jako „wierzenia i wzorce postępowania, ustanowione przez ludzkość w celu uporządkowania współżycia społecznego”.

Co ciekawe, intensywne badania nad wpływem instytucji rozpoczęto pod koniec XIX w. w rozwiniętych gospodarczo krajach zachodniej Europy. Interesującą definicję sformułował G. Schmoller, który uważał,

że instytucje to zbiór formalnych i nieformalnych zasad oraz mechanizmów ich wdrażania. Według niego stanowią one „częściowe uporządkowanie życia społecznego, które spełnia szczególne cele i które może niezależnie dalej ulegać ewolucji”. D.C. North określa z kolei instytucje jako wymyślone przez ludzi reguły, które stanowią formę ram kształtujących ich polityczne, ekonomiczne i społeczne interakcje. Jeszcze inne stanowisko prezentował P. Seleznick, przedstawiciel Nowej Ekonomii Instytucjonalnej, według którego wszystkie podmioty gospodarcze i organizacje są instytucjami. A to oznacza, że wewnętrzne, rutynowe działania organizacji też są instytucjami.

Inni badacze: J. March i J. Olsen postrzegają instytucje jako połączenie trzech systemów: jednostki, instytucji oraz zbioru instytucji stanowiących środowisko. Wyodrębniają trzy podstawowe rodzaje instytucji:

porządek konstytucyjny (podstawowy zbiór praw), ład instytucjonalny (ustalenia i porządek) oraz zaplecze kulturowe (zbiór nieformalnych kodeksów postępowania).

Przechodząc na polskie podwórko, zwróćmy uwagę na definicję wybitnego ekonomisty, profesora G. Kołodko, który uważa, że instytucje to organizacje, struktury administracyjne, struktury polityczne oraz kultura i zasady funkcjonowania rynku. Instytucje organizują, sterują, kształtują procesy gospodarcze. Można je oceniać, biorąc pod uwagę na przykład wypełnianie przez nich funkcji, do których je

powołano. Nietrudno zauważyć, że te uwagi mogą dotyczyć też funkcjonowania poszczególnych osób w ramach prawa obowiązującego w państwie lub w określonym środowisku.

Potrzebę zmian w funkcjonowaniu istniejących oraz konieczność tworzenia nowych instytucji dostrzeżono w Polsce szczególnie jasno w okresie transformacji systemowej państwa. Żyjemy w kręgu otaczających nas instytucji. Dbajmy zatem wspólnie, aby wspierać dobre i uczestniczyć w eliminowaniu złych instytucji hamujących rozwój życia społecznego i gospodarczego. ●

R E K L A M A



malwa

kosmetologia i medycyna estetyczna

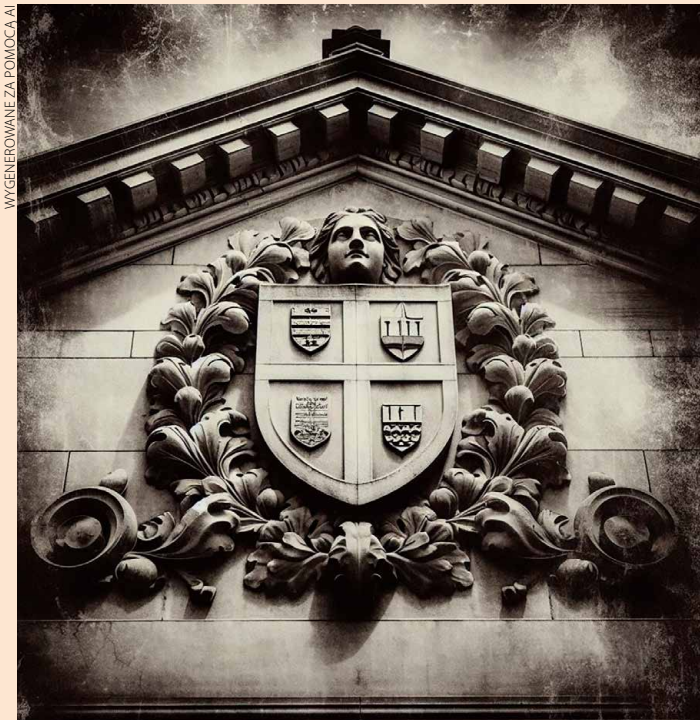
Odkryj swój naturalny blask  
w Salonie Kosmetycznym Malwa!



Sprawdź nasze super ceny, świetne promocje, profesjonalne podejście i atmosferę obsługi na [www.salonmalwa.pl](http://www.salonmalwa.pl) lub na fb/Salon kosmetyczny Malwa, tel. 505-940-752

Zanurz się w innowacyjnych zabiegach kosmetycznych w otoczeniu pełnym naturalnego piękna.

Zapraszamy do Salonu Malwa,  
ul. Pszczela 12, 95-100 Rosanów



# Mowa naszego ciała

Kiedy na studiach zdawałam państwowy egzamin z języka bułgarskiego, według regulaminu mogłam zadać prowadzącemu jedno pytanie. Skorzystałam z przysługującego mi prawa i w ramach odpowiedzi otrzymałam potakiwanie głową. Od razu zrozumiałam, że jestem w pułapce. Egzamin zdawałam w Polsce, moim egzaminatorami byli Bułgarzy, co nie dawało mi pewności, według jakiego zwyczaju do mnie kiwają... Potwierdzają czy zaprzeczają? Znanie Polakom kiwanie głową w znaczeniu „tak” lub „nie” jest podobnie odczytywane przez większość ludności świata. Jednak w krajach bałkańskich, takich jak Bułgaria, a także w Turcji, Iranie i części Indii nasze tak znaczy „nie”, a nasze „nie” znaczy „tak”.

## PROF. JOANNA SATOŁA-STASZKOWIAK



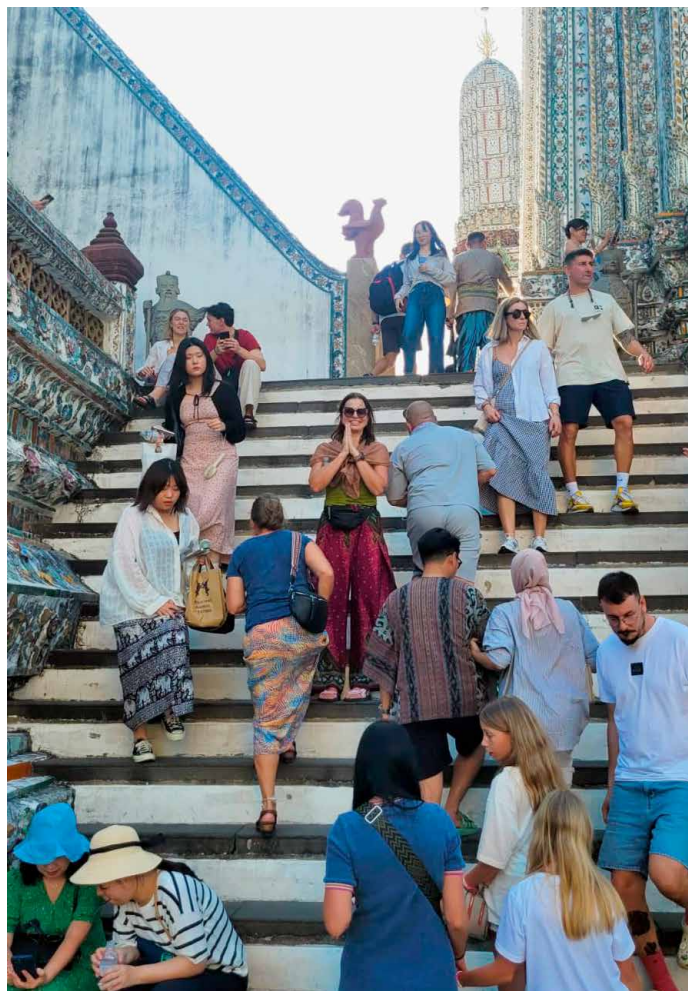
Coraz świadomiej traktujemy mowę ciała i słusznie, bo jak pokazują badania, jest ona równie ważna jak wypowiedziane przez nas słowa. W mediach o gestach, postawie czy mimice rozmawia się najczęściej wtedy, gdy te w jakiś zaskakujący, a nawet rażący sposób, wpłynęły na odbiór komunikatu. Ostatnio wydarzyło się tak w przypadku pokazywania w sejmie tak zwanego „gestu Kozakiewicza”<sup>1</sup>. Traktowany jako pogardliwy dla oponentów gest znany jest

w Polsce wielu ludziom, za to jego nazwa jest dziś czytelna wyłącznie dla osób 40+ (wiem to prawie na pewno, bo musiałam tę nazwę tłumaczyć ostatnio kilku nastolatkom, w tym mojemu synowi, a także sporej grupie moich studentów). Gest znany jest także wielu mieszkańcom globu, ale chętnie korzystają z niego Francuzi w zastępstwie „środkowego palca”.

### Co znaczą inne, popularne gesty?

Do często używanych należą na przykład złożone dłonie. W Polsce gest łączenia dłoni zaobserwować można podczas modlitwy wiernych w kościele, czasem w dziecięcym geście

prośby kierowanej do rodziców bądź innych dzieci. Tymczasem w Tajlandii i dużej części Azji to gest podziękowania, pełnego szacunku pozdrowienia. W mediach społecznościowych od jakiegoś czasu do dyspozycji mamy także emoji ze złożonymi jak do modlitwy, rękami. Wielu nie wie, że oznacza on „przybijanie piątki”. W sieci rozgorzała dyskusja skonfundowanych użytkowników, którzy poczuli się nieswojo z faktem, iż używali ikonki w innym znaczeniu, niż sądzili. Szczególnie kiedy informacje, pod którymi pozostawiali emoji, dotyczyły czyjejś śmierci czy nieszczęścia. Twórcy emoji podkreślają, że mają one głównie służyć dobrej zabawie, dlatego skojarzenie „przybijania piątki” jest właści-



we, ale nie jedyne. Ten emotikon może być również stosowany dla wyrażenia szacunku, wdzięczności pozdrowienia czy modlitwy. Znaczenie w dużej mierze zależy od kraju, z jakiego pochodzi użytkownik.

Czasem wśród rozmawiających ze sobą ludzi dostrzec możemy gest tworzenia z palców kółeczka. W Brazylii pokazanie komuś zrobionego z palców kółeczka jest tak samo obraźliwe, jak pokazanie środkowego palca w Polsce. Ponoć Nixon<sup>2</sup>, kiedy był wiceprezydentem Stanów Zjednoczonych, zaraz po przylocie do Brazylii pozdrowił tym gestem w obu dłoniach Brazylijczyków. W Ameryce Łacińskiej znak kojarzony jest z „dupkiem”, tak samo w Turcji i na Malcie. W Brazylii z „organami płciowymi”. Nie warto tego gestu używać także we Francji, bo kojarzony jest bezpośrednio z odbytem lub oceną rozmówcy jako nieważnego (jako „zero”) lub w Grecji, gdzie określa się nim homoseksualistów. Tymczasem w krajach anglojęzycznych, także w Europie, oznacza ten znak zwyczajne „ok”. W Japonii odnosi się do pieniędzy i może być potraktowany jako wymuszanie łapówki, a w Iranie „oko diabła”.

Szereg kontrowersji budzi znak „viktarii”, wszystko zależy od tego, gdzie jest pokazywany i którą stroną dłoni skierowanej do rozmówcy. Otóż pokazywanie go wierzchem dłoni do rozmówcy w Wielkiej Brytanii, Irlandii czy Australii ma to samo znaczenie, co środkowy palec.<sup>3</sup> W Polsce gest pokazywany wewnętrzną częścią dłoni ma szczególne, niosące poczucie wspólnoty i nadziei znaczenie, nawiązując głównie do okresu Solidarności. Chyba każdy widział fotografię internowanego Lecha Wałęsy pokazującego właśnie ten znak. Demonstrowany wewnętrzną częścią dłoni znak „v” został podczas II wojny światowej spopularyzowany przez premiera W. Churchilla, choć najpierw rozszalał go, jako znak graficzny, belgijski minister sprawiedliwości w czasach II wojny światowej, sugerując, że będzie to znak ruchu oporu. Rzekomo – jak opowiada Łukasz Kielban<sup>4</sup> -pomysłodawcami pokazywanego wierzchem dłoni znaku „v” byli brytyjscy łucznicy podczas wojny stuletniej, którzy siali strach wśród Francuzów. Kiedy Francuzi podczas Bitwy pod Azincourt odgrazali się, że obetną brytyjskim łucznikom potrzebne do naciągania cięciwy palce, ci, wygrywając bitwę, zaczęli je pokazywać, by rozwścieczyć wroga.

Nawet otwarta w stronę rozmówcy dłoń niesie różne przesłanie. W Grecji, północno-wschodniej Afryce, czy na Bliskim

Wschodzie pokazanie wewnętrznej części szeroko otwartej dłoni z rozłożonymi palcami jest tożsamy z najgorszą obelgą, szczególnie kiedy nasza dłoń jest na wysokości twarzy naszego rozmówcy. Nazywamy ten gest „Moutza” i oznacza „idź do diabła”, „pieprz się”. Ten gest pochodzi ponoć z czasów bizantyjskich, gdzie chcąc upokorzyć skazańców, smarowano ich brudem i nieczystościami. Jeśli połączymy ze sobą palce, wtedy gest przestanie być nie do przyjęcia. Zastąpi krótką informację „stop”, którą wykorzystują także Polacy.

Ponieważ jestem zmuszona zakończyć ten tekst mniej więcej w tym miejscu, a gestów do omówienia pozostało mi naprawdę wiele, proszę trzymać kciuki, by udało mi się kiedyś jeszcze wrócić do Państwa z tematem komunikacji niewerbalnej, bo poza językiem, świadome gesty, ale też mimika

i postawa to naprawdę wspaniałe narzędzia komunikacji międzyludzkiej.

PS.

Być może zastanawiają się Państwo, czemu nie napisałam „mimika twarzy”?! A czy istnieje mimika innej części naszego ciała? ●

1 Władysław Kozakiewicz w 1980 r. na Olimpiadzie w Moskwie, w kierunku gwizdających na niego kibiców ze Związku Radzieckiego wykonał gest zaraz po tym, jak mimo nieprzychylnego na stadionie atmosfery zdobył złoty medal, pokonując jednocześnie reprezentantów gospodarzy.

2 Kielban.pl

3 Warto obejrzeć to: „Dlaczego Azjaci pokazują znak „V” na zdjęciach” <https://www.youtube.com/watch?v=MMXV91A2yCo>

4 <https://www.youtube.com/watch?v=JG1uTuG8lGc>

# Przedsiębiorca roku 2023

mikro/mały  
średni/duży

**VIII**  
edycja konkursu  
o nagrodę  
im. Rajmunda  
Rembielińskiego



Prezydent Miasta Zgierza  
Przemysław Staniszewski  
i Zgierskie Centrum Obsługi  
Przedsiębiorców zapraszają

**Przedsiębiorców**  
prowadzących działalność  
na terenie Gminy Miasto Zgierz

Zgłoszenia przyjmowane są:  
od 8 stycznia  
do 15 lutego 2024

[cop@umz.zgierz.pl](mailto:cop@umz.zgierz.pl)  
ZCOP, Zgierz ul. Długa 29A

★★★★★  
**KONKURS**

o nagrodę im. Rajmunda Rembielińskiego

Rozstrzygnięcie konkursu podczas Gali Przedsiębiorcy

[www.gala.zgierz.pl](http://www.gala.zgierz.pl)

**Prof. AHE dr hab.**

**Joanna Satoła-Staśkowiak**

językoznawczyni, slawistka, polonistka i tłumaczka. Autorka książek i artykułów naukowych. Bada współczesne języki i nowoczesne technologie lingwistyczne. Zna się także na zarządzaniu – była prezeską naukowej Fundacji Sławistycznej w Warszawie i rektorką AHE w Łodzi.

Prezydent Miasta Zgierza



# TOP 10 zgierskich bibliotek w 2023 roku

Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. B. Prusa w zeszłym roku obchodziła jubileusz 110-lecia swojej służby na rzecz społeczności lokalnej. Pomimo swojego wieku, wspaniale służy zgierzanom, którzy korzystają z jej oferty nie tylko w zakresie wypożyczania zbiorów, ale również z organizowanych w niej licznych zajęć i wydarzeń.

I nic dziwnego, że jest „ruch w interesie”, bo zgierscy bibliotekarze doskona-

le dbają o sprawy podstawowe, czyli o to, żeby na półkach znajdowały się nowości wydawnicze. Tylko w ubiegłym roku zakupiono 2505 nowych książek na kwotę ponad 77 tysięcy złotych. Również sami czytelnicy zasilili zbiory książnicy, przekazując aż 387 książek o wartości blisko 6 tysięcy złotych. A wszystko to sprawiło, że zgierskie biblioteki odwiedziło w ubiegłym roku prawie 50 tysięcy użytkowników, wypoży-

czając i korzystając ze 102459 jednostek inwentarzowych.

Wśród dziesięciu najczęściej wypożyczanych tytułów przeważała literatura polskich autorów: Marcina Mellera, Wiktora Krajewskiego, Agaty Przybyłek, Magdaleny Majcher, Hanny Greń i Macieja Siembiedy. Poczytnymi tytułami była również seria książek z kategorii young adult, „Rodzina Monet” Weroniki Anny Marczak oraz dla najmłodszych seria „Mali Wielcy” Marii Isabel Sanchez Vegara. W zestawieniu znalazły się powieści obyczajowe, kryminalne, thrillery, a także reportaże.

Poniżej przedstawiamy TOP 10 zgierskich bibliotek. (ea)

## Najchętniej czytane książki w 2023 r.

1. Weronika Anna Marczak – Seria „Rodzina Monet”
2. Lucinda Riley, Harry Whittaker – „Atlas. Historia Pa Salta”
3. Marcin Meller – „Czerwona ziemia”
4. Maria Isabel Sanchez Vegara – Seria „Mali Wielcy”
5. Kristin Hannah – „Powrót do domu”
6. Wiktor Krajewski – „Kalibabka. Historia największego uwodziciela PRL”
7. Agata Przybyłek – „Moje serce pamięta”
8. Magdalena Majcher – „Światło, które rozjaśnia mrok”
9. Hanna Greń – „Światelko w tunelu”
10. Maciej Siembieda – „444”



Na czasie

## Jak mądrze wspierać potrzebujących?

Centrum Badań Opinii Społecznej opublikowało niedawno komunikat z badań „Aktywności i doświadczenia Polaków w 2022 r.”, w którym jeden z rozdziałów został poświęcony aktywności obywatelskiej. Dowiadujemy się z niego, że „w minionym roku siedmiu na dziesięciu badanych (71%) – z czego ponad połowa (53%) więcej niż raz – przekazało pieniądze na cele dobroczynne.” Ale pomoc świadczona jest również w formie pomocy rzeczowej i własnej pracy (np. wolontariat). Z komunikatu dowiemy się, że działalność dobroczynna charakterystyczna jest dla osób o wyższym statusie społeczno-ekonomicznym będącymi mieszkańcami dużych miast i o dużym zaangażowaniu w praktyki religijne. Własną pracę na cele dobroczynne przeznaczają najczęściej rolnicy, przedsiębiorcy, kadra kierownicza, osoby uczące się i studiujące oraz uczestniczące w praktykach religijnych. Wolontariat zadeklarowali najwięcej respondenci, czyli uczniowie i studenci.

Warto jednak pamiętać, żeby nasza pomoc trafiała tam, gdzie powinna, a nie do oszustów, bo tych również jest немало. I w tym roku zachęcamy naszych czytelników

do przekazania 1,5% z własnego PIT-u na rzecz zgierskich organizacji pożytku publicznego. Warto podkreślić, że podatek nie traci ani złotówki, a jedynie rozdysonowuje kwotę, którą i tak musiałby przekazać na rzecz Skarbu Państwa. Aby to zrobić, wystarczy w deklaracji podatkowej za rok 2023 w pole

przeznaczone do przekazania 1,5% rocznego podatku wpisać numer KRS organizacji i przekazywaną kwotę (oczywiście nie większą niż 1,5% rocznego podatku). W Zgierzu jest 11 organizacji uprawnionych do otrzymania 1,5%, ich wykaz dostępny jest na stronie: <https://niw.gov.pl/opp/wykaz-opp/> (ea)

### Lista OPP ze Zgierza:

1. KRS 0000046184 - Polskie Stowarzyszenie na Rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną Koło w Zgierzu
2. KRS 0000145412 - Stowarzyszenie Hospicjum im. Jana Pawła II przy Parafii N.M.P. Różańcowej z siedzibą w Zgierzu
3. KRS 0000175850 - Stowarzyszenie Absolwentów Gimnazjum i Liceum Im. Stanisława Staszica w Zgierzu
4. KRS 0000226639 „Medor”
5. KRS 0000254782 „Twórczy Aktywni”
6. KRS 0000271585 Stowarzyszenie Profilaktyki i Resocjalizacji „AD REM”
7. KRS 0000274550 Stowarzyszenie Przyjaciół Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego im. Marii Skłodowskiej-Curie w Zgierzu
8. KRS 0000317174 Fundacja „Twój Poranek”
9. KRS 0000350060 „Stowarzyszenie EZG”
10. KRS 0000463322 Stowarzyszenie na Rzecz Rozwoju Muzycznego Dzieci i Młodzieży „Piano”
11. KRS 0000464354 Towarzystwo Gimnastyczne „Sokół”



# Wiosenny rozkład rodzinnych zajęć w CKD

Poszukiwaczom zajęć rodzinnych Centrum Kultury Dziecka otwiera podwoje i zaprasza do skorzystania z szerokiej oferty zajęć. Ich realizacja odbywać się będzie aż do końca roku szkolnego.

Już 12 lutego w ramach Otwartej Pracowni Plastycznej będzie można przygotować ozdoby walentynkowe (na zajęcia nie są wymagane zapisy ani płatności). Tego samego dnia ruszą zapisy na Kreatywną Kuźnię Familijną, która odbędzie się 24 lutego. Tym razem w ramach stolarskiego wyzwania będą budowane hotele dla pszczół.

Kolejne działania rodzinne będą dotyczyć świąt wielkanocnych – możemy spodziewać się gotowania (16 marca) i Kre-

atywnej Przestrzeni Wielkanocnej (24 marca).

W kwietniu natomiast może warto będzie spróbować nauczyć się przygotowania zestawów kosmetyków ekologicznych? Mydélko, peeling i kula do kąpieli – to produkty, które samodzielnie będzie można stworzyć, by potem z większą satysfakcją cieszyć się domowym eko spa.

W następnym miesiącu CKD zaoferuje nowość, czyli filmowy spacer po Zgierzu dla całych rodzin. Zapowiedziano przy tej okazji formę gry terenowej, dzięki której uczestnicy w aktywny sposób będą poznawać miejsca wybrane w przeszłości na plenery dla słynnych produkcji filmowych i seriali.

Filia MOK niezmiennie prowadzi również działalność teatralną, zapraszając grupy z całej Polski do prezentacji ciekawych spektakli dla najmłodszych. W rozpoczynającym się półroczu

będą to między innymi: dla naj-najów „Witajki i papatki” Teatru Chrzęszcz w Trzcinie, „Od słowa do słowa” Teatru Blum i „Kosz” Teatru Czwarte Miasto, a dla przedszkolaków i młodszych szkolniaków „Podróżniczki w czasie” Teatru PantoMimka.

Pełen rozkład zajęć i przedstawień wraz z warunkami udziału znaleźć można na stronie [ckdzgierz.pl](http://ckdzgierz.pl). Warto już teraz zaplanować wiosenną, kulturalną aktywność rodzinną. (mz)



Oferta zajęć rodzinnych w CKD jest zróżnicowana i dostosowana do szerokich zainteresowań uczestników w różnym wieku

## Pamiętamy o powstańcach

Zgierz pamięta o bohaterach zrywów narodowościowych. 22 stycznia w rocznicę ogłoszenia w 1863 r. manifestu o wybuchu powstania styczniowego władze miasta, członkowie różnych organizacji oraz mieszkańcy złożyli kwiaty i zapalili znicze na grobach poległych powstańców na cmentarzu przy ul. Skargi, gdzie spoczywają: Józef Popiołkiewicz, Rafał Rajski, Włodzimierz z Jodłowskich Krąkowska, Jan Erazm Podmieński oraz Teofil i Maria Pietrusiń-

scy. Podczas uroczystości oddano też hołd Ryszardowi Rajskiemu – wnukowi powstańca, który spopularyzował wiedzę o losach swoich przodków.

Przypomnijmy, że okolice Zgierza były areną dwóch ważnych potyczek powstańczych: pod Dobrą i pod Dalikowem. Powstanie zakończyło się klęską, ale rozbudziło nastroje patriotyczne i miało duży wpływ na ostateczne odzyskanie niepodległości przez Polskę. (rk)



Moment złożenia kwiatów i zapalenia zniczy na mogile powstańców

R E K L A M A

**BANK SPÓŁDZIELCZY W ZGIERZU** [www.bszgierz.pl](http://www.bszgierz.pl)

**BEZPIECZNY KREDYT gotówkowy**

**8,99%** STALE OPROCENTOWANIE

ZABEZPIECZENIE FINANSOWE KREDYTOBIORCY I JEGO BLISKICH

Zapraszamy do naszych placówek

**Prowizja 0%**

**Centrala**, ul. Długa 62A, tel. 42 716 66 00  
**Filia w Zgierzu**, ul. Parzęczewska 21, tel. 42 716 36 53  
**Filia w Głownie**, ul. Młynarska 1 tel. 42 718 25 75  
**POB Nr 1**, ul. Długa 16, tel. 42 715 42 73  
**POB Nr 5**, Pl. Jana Pawła II 17, tel. 42 716 20 66  
**POB w Giecznie**, ul. Główna 25a, tel. 695 001 633

Rzeczywista roczna stopa oprocentowania (RRSO) wynosi 9,96%, całkowita kwota kredytu (bez kredytowanych kosztów) 14 302,00 zł, całkowita kwota do zapłaty 16 300,96 zł, oprocentowanie nominalne stałe 8,99 % w skali roku, całkowity koszt kredytu 1 998,96 zł (w tym: prowizja 0,00 zł, odsetki 1 894,41 zł, ubezpieczenie na życie 104,55 zł), umowa zawarta na okres 33 miesięcy, 32 miesięczne raty równe w wysokości po 490,80 zł, ostatnia rata 490,81 zł. Kalkulacja została dokonana na dzień 08.01.2024 r. na reprezentatywnym przykładzie.

# Podobno przetrwają... najżyczliwsi

Wszelkie naukowe prognozy wskazują na to, że empatia będzie niedługo najbardziej poszukiwaną kompetencją na rynku pracy. Sztuczna inteligencja rzeczywiście zastąpi chirurgów, diagnostyków, laborantów, ale nigdy nie będzie w stanie trzymać za rękę chorego, dawać mu wsparcie czy ciepło się uśmiechać, czyli odpowiadać na emocjonalne potrzeby.

## JOANNA DELBAR



Bycie osobą empatyczną nie oznacza nadskakiwania, wyręczania, usprawiedliwiania czy bycia nadmiernie wyrozumiałym. Prawdziwa empatia, coraz bardziej poszukiwana na rynku pracy, to umiejętność współodczuwania, bycia świadomym tego, co w danym momencie może czuć dana osoba i podążanie za tym uczuciem, a co a tym idzie, odpowiadanie na prawdziwe potrzeby drugiej osoby.

Jeśli ktoś w towarzystwie mówi „jest mi zimno” to nie zaprzeczajmy, mówiąc „no co ty, tu jest gorąco”. W ten sposób podważamy czyjeś odczucia, do których ta osoba ma prawo, ponieważ nie jest nami. Empatia to akceptacja uczuć i stanów innych ludzi, czasami po prostu współbicie zamiast automatycznego doradzenia czy pouczania. To dopiero z niej wyrasta życzliwość, uśmiech, dobre słowo, a czasami wręcz odwrotnie – bycie razem w ciszy.

W naszym społeczeństwie króluje domyślanie się, co jest najlepsze dla kogoś nam bliskiego, robienie rzeczy, o które nie byli-

śmy proszeni, doradzanie, nie będąc pytanymi. Innymi słowy, często ratujemy innych, robiąc z nich ofiary losu, odbierając prawo do samodzielnego myślenia i stanowienia o sobie. Prowadzi to z kolei do konfliktów, nieporozumień oraz nietrafionych prezentów. Zarówno empatia, jak i życzliwość, nie mają z tym nic wspólnego.

Boimy się sztucznej inteligencji, tego, że odbierze nam pracę, że staniemy się bezużyteczni. Ale jeśli pamiętamy sztucznego człowieka z filmu „Łowca androidów”, to wiemy, że nie miał on w sobie emocji, wrażliwości i właśnie empatii. Choćbyśmy nie wiadomo czego nauczyli roboty przyszłości, nigdy nie nauczymy ich prawdziwych uczuć. Dlatego warto rozwijać w sobie zdolność bycia empatycznym i zdolność prawdziwego odczuwania, bo to właśnie ta cecha będzie najbardziej poszukiwaną kompetencją na rynku pracy.

### Jak ćwiczyć w sobie empatię? Oto kilka wskazówek:

- Przestań przerywać innym. Wysłuchaj cierpliwie, co twój rozmówca ma do powiedzenia, pozwól mu skończyć wypowiedź.

- Zapomnij o zwrotach typu „nie masz racji”, „co za głupoty opowiadasz” lub „to nieprawda”. Zamiast tego wprowadź do swojego słownika: „moim zdaniem”, „według mnie”, „moja opinia” ...
- Przestań dawać rady, o ile nie zostaniesz o to wyraźnie poproszony.
- Nie opowiadaj innym historii ze swojego życia, które mają pokazać, że miałeś gorzej lub byłeś w gorszej sytuacji.
- Nigdy nie wyśmiewaj, nie podważaj, nie zaprzeczaj temu, co czuje dana osoba.
- Bądź uważnym słuchaczem, a na końcu zapytaj: czego ode mnie oczekujesz lub: jak mogę ci pomóc?
- Zwracaj uwagę na prawdziwe potrzeby drugiej osoby, a nie na to, co ci się wydaje.
- Czasem po prostu bądź. Druga osoba nie zawsze potrzebuje słów, ale poczucia, że nie jest sama.

Chcąc dowiedzieć się więcej, można sięgnąć do książki: B.Hare, V. Woods „Przetrwają najżyczliwsi”, od której zapożyczyłam tytuł artykułu :-).

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

A to ciekawe

## Kryzys klimatyczny – przekleństwo cywilizacji Zachodu

Jednym z największych, o ile nie największym, długoterminowym zagrożeniem dla świata są obecnie zmiany klimatu. I nie chodzi tylko o to, że zmienia się temperatura czy zanieczyszczenie Ziemi, że przybiera niszczycielskich kataklizmów czy niekorzystnych dla żywych istot zjawisk pogodowych – to tylko wierzchołek góry lodowej, bo one implikują lawinę zmian w obszarach – wydawałoby się – od klimatu bardzo odległych, jak choćby migracje, gospodarka żywnościowa, edukacja czy zdrowie. Z różnych danych wynika, że z roku na rok średnie temperatury na świecie pobijają rekordy z poprzednich lat, a ostatnie sześć było najgorętszymi latami w historii. Miniony rok był o 1,2 stopnia cieplejszy niż

średnia z lat 1951-1980 oraz wyższy o 1,4 stopnia niż średnia z końca XIX w., kiedy rozpoczęto pomiary – podają naukowcy z nowojorskiego Instytutu Badań Kosmicznych GISS.

Grupą najbardziej narażoną na skutki zmian w klimacie są niemowlęta i dzieci poniżej 1. roku życia. Nie są one bowiem w stanie regulować temperatury ciała i kontrolować otoczenia – ostrzega UNICEF. W niewiele lepszej sytuacji są starsze dzieci. Tymczasem głód i niedobory wody, które dotykają zbyt wielu z nich, prowadzą do groźnych chorób ze skutkami zarówno tu i teraz oraz takimi, z którymi będą się borykać całe życie. Z drugiej strony mamy na świecie coraz liczniejsze i gwałtowniejsze sztormy, cy-

klony, huragany i powodzie, które również niosą nie tylko natychmiastowe zniszczenie, ale także negatywne, długofalowe skutki dla społeczeństw nimi dotkniętych.

Wyższe temperatury oznaczają – co warto podkreślić – wzrost zapotrzebowania na wodę, której brak przekłada się na gorsze uprawy, śmierć zwierząt gospodarskich, a co za tym idzie – zaburzenie bezpieczeństwa żywnościowego, niższe dochody producentów, wzrost cen i pogłębienie nierówności społecznych.

To, że kryzys klimatyczny pozostaje największym, długoterminowym zagrożeniem, przed którym stoi dziś ludzkość przekonują między innymi autorzy Global Risks Report. Z opracowania można dowiedzieć się, że niepowodzenia w zakresie łagodzenia skutków zmian klimatycznych mogą spowodować spadek globalnego PKB o jedną szóstą, co będzie miało swoje istotne konsekwencje w gospodarkach wielu krajów. (rk)

# Tydzień kobiecego święta

**P**ierwsza dekada marca przyniesie szczególnie dużo atrakcji przeznaczonych dla kobiet lub o tematyce kobiecej. Całość stworzy bogaty program wydarzeń z okazji Międzynarodowego Dnia Kobiet, który w naszym mieście – można powiedzieć – rozwinie się w tydzień kobiet. Najszerszą ofertę będzie miał MOK Stary Młyn. Monodram Hanny Śleszyńskiej pt. „Judy” (7 marca) to pierwsza propozycja. Bilety będzie można zdobyć już wkrótce, a posiadaczki Zgierskiej Karty Mieszkańca będą mogły liczyć na zniżkę. Dwa dni później Stary Młyn będzie gospodarzem wydarzenia współorganizowanego z Gazetą Wyborczą i magazynem „Wysokie Obcasy”, czyli trzech paneli dyskusyjnych pod nazwą „Kobiety wiedzą, co robią”. Można się spodziewać wizyty osobistości znanych z mediów: artystów, psychologów, edukatorów i dziennikarzy. Będą to eksperci w swoich dziedzinach. Wstęp na panele będzie bezpłatny, jednak należy pobrać wejściówkę (na stronie starymlynzgiez.pl lub w kasie MOK). Tego samego dnia wystąpi kabaret Moherowe Berety, a pozostałe dni tego weekendu wypełnią projekcje filmowe (nie tylko dla kobiet) w kinie w Starym Młynie.

W filii MOK, czyli w Centrum Kultury Dziecka panie będą mogły oddać się plastycznie wyrażanym emocjom, biorąc udział w specjalnie zorganizowanych warsztatach.

Ciekawą propozycją będzie miał także Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji, który zorganizuje „Spotkanie z mistrzynią Agnieszka Domańska”. Bohaterka wydarzenia, które odbędzie się 5 marca to pochodząca z Łodzi łyżwiarka figurowa – uczestniczka igrzysk olimpijskich (1994), uczestniczka

MAGDALENA ZIEMIAŃSKA



Rok temu wśród gości „Kobiety wiedzą co robią” pojawiły się Katarzyna Figura i Ewa Wojdyłło-Osiatyńska

mistrzostw Europy i świata, trzykrotna mistrzyni Polski (1992–1994). Oprócz tego zgierskie biegaczki powinny wypatrywać ogłoszeń zapraszających na Bieg Kobiet, również organizowany przez MOSiR.

Zgiez nie zapomina także o kobietach biznesu. Z myślą o nich Zgierskie Centrum Obsługi Przedsiębiorców 6 marca zaprosi na

spotkanie poruszające ważne tematy z tego zakresu.

Swoje trzy grosze w realizację tygodnia kobiet dorzucą również biblioteka i muzeum, które zorganizują wystawy i warsztaty. Szczegóły wszystkich wydarzeń już wkrótce będą dostępne na stronach miasta i na plakatach miejskich. (mz)

## Sport

# Srebrna Roksana.

## Także młodzicy z medalami

**N**owory rok, nowe medale. Podczas międzynarodowych zawodów zapaśniczych „Zagreb Open” srebrny medal wywalczyła Roksana Zasina. Reprezentantka Zgierskiego Towarzystwa Atletycznego startowała w Chorwacji w kategorii 55 kg. W drodze do finału pokonała Ukrainkę Albinę Rillia 3:2 oraz zeszłoroczną brązową medalistkę Mistrzostw Świata Mołdaviankę Marianę Dragutan 5:2. W pojedynku o złoto uległa reprezentantce Kanady Samancie Stewart 1:3. Roksana Zasina w najbliższym czasie będzie rywalizować na Międzynarodowych Mistrzostwach Polski w Dąbrowie Górniczej.

W styczniu zorganizowano też pierwszy turniej zapaśniczy w Zgierzu. W hali MOSiR

rywalizowało blisko 140 zawodników: młodzicy w stylu wolnym i klasycznym oraz młodziczki. Tym razem ZTA okazało się gościnnie. Zgierski klub drużynowo zajął drugie miejsce, ustępując Kavkazowi Warszawa. Złote medale dla Zgiez wywalczyli: Michalina Słowiańska (54 kg), Artashes Petrosyan (38 kg), Adrian Zduńczyk (52 kg), Maciej Słowiański (68 kg). Drugie miejsca na podium zajęli: Tigran Petrosyan (35 kg) i Umar Shokpytbay (41 kg). Brązowy medal zdobył Aleksy Nastaga (48 kg). Impreza w hali im. Zgierskich Olimpijczyków była okazją do wręczenia statuetek dla najlepszych młodzików w województwie łódzkim w 2023 r. Wśród wyróżnionych znaleźli się m.in. Klau-

KRZYSZTOF GŁOWACKI



Reprezentant ZTA Iwo Pawłowski w czerwonym kostiumie

dia Michalak, Jan Ciszewski, Adrian Zduńczyk, Maciej Słowiański. Ponadto uhonorowano Witolda Pawlika i Igora Kaczmarka za zdobycie Mistrzostwa Polski Młodzików w 2023 r. (jn)

# Walentynki – co to za święto?

SANDRA KRUSZYŃSKA



Walentynki, święto miłości, które ma bogatą historię sięgającą wieków. Obchodzone 14 lutego, ma swoje korzenie w starożytnych tradycjach rzymskich i chrześcijańskich. Niektórzy uważają, że wywodzą się z religijnego święta Luperkaliów, podczas którego celebrowano płodność i nadejście wiosny. Z biegiem czasu jednak kościół katolicki zaadaptował to pogańskie święto jako chrześcijańskie obchody upamiętniające św. Walentego, włoskiego biskupa z Terni. Jak głosi legenda, ówczesny Cesarz Rzymski Klaudiusz II Gocki zabronił młodym mężczyznom ze swoich legionów zachodzić w związki małżeńskie, bowiem według niego samotni młodzieńcy lepiej walczyli na froncie. Walenty złamał jednak ten zakaz i nie tylko błogosławił nielegalne śluby młodych legionistów, ale również sam obdarzył ogromnym uczuciem niewidomą kobietę. Podobno dzięki jego miłości ukochana odzyskała wzrok. Jednak, gdy cesarz dowiedział się o ich związku oraz o udzielanych przez Walentego błogosławieństwach, skazał mężczyznę na śmierć, a wyrok wykonano w dniu 14 lutego 269 r.

Zwyczaj obchodzenia walentynek swoją ogromną popularność w Stanach Zjednoczonych zyskał w XIX w., a samo święto zajmuje szczególne miejsce w kulturze amerykańskiej. Artystka i przedsiębiorczyni Esther A. Howland uznawana za „Matkę walentynek” odegrała kluczową rolę w prze-

kształceniu tego dnia w sukces komercyjny, produkując masowo pierwsze amerykańskie kartki walentynkowe, które po dziś są symbolem tego święta na całym świecie.

Choć romantyczne relacje zajmują centralne i najważniejsze miejsce, tego dnia honorowane są także przyjaźnie i więzi rodzinne. Święto to jest okazją do wyrażenia uczuć i wdzięczności osobom, które zajmują szczególne miejsce w naszych sercach. Symbole takie jak serca, kupidynki, czerwone róże oraz wymiana kartek walentynkowych stały się ikoncznymi przedstawieniami tego święta. Skala obchodzenia walentynek w USA jest ogromna, a 14 lutego jest obecnie nie tylko świętem miłości, ale także ogromnym przedsięwzięciem komercyjnym. Znaczącą rolę w kształtowaniu romantycznych ideałów kojarzonych z tym dniem odegrało także Hollywood. Komedia romantyczna, dramaty i historie miłosne zalewają kina oraz ekrany telewizorów, podkreślając rolę tego święta w kulturze. Walentynki mają przez to ogromne znaczenie dla gospodarki Ameryki, bowiem co roku firmy wykorzystują ich atmosferę do promowania niezliczonych gadżetów i produktów walentynkowych: od kwiatów i czekoladek po biżuterię czy romantyczne wyjazdy – rynek jest pełen ofert dla tych, którzy chcą wyrazić swoją miłość poprzez namacalne, materialne podarunki.

Witryny sklepowe w USA wybuchają czerwienią i sercami już na początku stycznia, kiedy tylko zdejmują się dekoracje bożonarodzeniowe. Taka komercjalizacja Walentynek wpłynęła jednak na coraz bardziej negatywny odbiór tego święta. Niektórzy twierdzą, że

nacisk na materialne okazywanie uczuć przyćmiewa głębsze, emocjonalne aspekty miłości, a wiele osób nieposiadających drugiej połówki uważa, że tak powszechne epatowanie walentynkowymi insygniami nie tylko jest dyskryminujące, ale wręcz społecznie marginalizuje.

W Polsce obchody Walentynek nabrały rozpędu pod koniec XX w., pod wpływem zachodniej kultury napływającej do nas poprzez media. A chociaż Stany Zjednoczone i Polska posiadają różne krajobrazy kulturowe, istnieją uderzające podobieństwa w sposobie, w jaki oba narody traktują i obchodzą ten romantyczny dzień. Zarówno w USA, jak i w Polsce dawanie prezentów 14 lutego jest powszechnie uznanym sposobem na celebrowanie ukochanej osoby. Niezależnie od tego, czy jest to bukiet kwiatów, pudełko czekoladek czy dedykowana kartka – podarowanie takich walentynkowych symboli jest uznawane za uniwersalny język miłości. To, jak obchodzimy w Polsce 14 lutego, jest w dalszym ciągu dalekie od tego, co spotkać można w Stanach Zjednoczonych, które szaleją na punkcie walentynek, jednak co roku zainteresowanie tym dniem zdecydowanie rośnie.

Walentynki od wieków są dniem celebrowania miłości i więzi, obecnie jednak skłaniają również do refleksji nad ewoluującą naturą romansów oraz nad ogromnym wpływem mediów i gospodarki na to, niegdyś niewinne, święto. Zarówno Amerykanie, jak i Polacy nadal poruszają się na styku tradycji i komercji. Warto jednak pamiętać, iż święto to powinno głównie skupiać się na celebrowaniu ponadczasowego i uniwersalnego uczucia – miłości. ●

## Proekologiczne EZG

# Zgierzanie w zielone grają

**W**Zgierzu ruszyła ekologiczna rewolucja, której inicjatorami są sami mieszkańcy. W ramach projektu "W zielone gramy!" mieszkańcy skupili się na trzech kluczowych inicjatywach, które mają na celu poprawę stanu środowiska i wzmocnienie więzi społecznych. Projekt to rodzaj manifestu zaangażowania społeczności w poprawę jakości życia. Jednak podejmowane są również konkretne działania. – *Niezwykle inspirujące jest zaangażowanie uczestników w walkę ze śmieciami. Jeden z zespołów pracuje intensywnie nad projektami związanymi z efektywnym gospodarowaniem odpadami, organizacją zbiórek śmieci oraz opracowaniem innowacyjnych rozwiązań dla poprawy czystości miasta* – opowiada Daria Flis, koordynator projektu z ramienia Stowarzyszenia EZG, które pozyskało środki z programu NOWEFIO. – *Kolejną inicjatywą zakłada stworzenie przestrzeni, w której*

*mieszkańcy Zgierza wspólnie pielęgnują ogród społeczny. To nie tylko szansa na uprawę własnych warzyw, ale również okazja do integracji i wymiany doświadczeń o kuchni zero waste. Ogród społeczny to prawdziwe centrum zrównoważonego stylu życia.*

W ramach trzeciej inicjatywy społeczność skupiła się na tworzeniu ekologicznej ścieżki edukacyjnej. Uczniowie zgierskich szkół wspólnie z mieszkańcami projektują ścieżkę, która ma na celu edukację najmłodszych w zakresie ochrony środowiska, segregacji śmieci i zrównoważonego rozwoju.

Projekt nie ogranicza się jedynie do tradycyjnych działań ekologicznych. Organizowane warsztaty są prawdziwą uczcą dla pasjonatów, a ich oferta obejmuje szeroką gamę tematów z dziedziny ekologii, np. rękodzieło z wykorzystaniem materiałów z recyklingu, ekologiczne zabawy dla najmłodszych czy gotowanie roślin rosnących

wokół nas. – *Bardzo ważnym elementem projektu jest współpraca z różnymi instytucjami w Zgierzu. To nie tylko potężny impuls dla samorządu, ale również szansa na skoordynowane i efektywne działania na rzecz ekologii* – kontynuuje Daria Flis ze Stowarzyszenia EZG. – *Projekt otwiera się na współpracę z najróżniejszymi partnerami, w tym z lokalnymi biznesami, szkołami czy organizacjami pozarządowymi, ale również z miastem Zgierz. Urzędnicy pomagają nam zrealizować inicjatywę od strony formalnej.*

Sercem projektu są ekologiczne debaty z udziałem przedstawicieli władz, mieszkańców, organizacji społecznych i ekspertów – stanowią one idealną platformę do wymiany poglądów i wspólnego planowania działań na rzecz ochrony środowiska. Jedną się już odbyła, wkrótce zorganizowane zostaną kolejne.

Projekt sfinansowano ze środków Narodowego Instytutu Wolności – Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego w ramach Rządowego Programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich NOWEFIO na lata 2021-2030. (mr)

# Zgierska Karta Mieszkańca, czyli jak szacowni mieszczanie z rabatów korzystają

## REMIGIUSZ MIELCZAREK



I stało się: od stycznia 2024 r. zgierzanie swą własną kartę mają. Z daleka patrząc, to wydaje się, jakby Zgierz pozazdrościł trochę tej dużej sąsiadce z południa tudzież innym metropoliom wielkim i na początku nowego roku swoim obywatelom (szacownym!) program lojalnościowy oferuje... Konia kują, żaba nogę podstawią? I tak, i nie. Dziś w samorządach każda złotówka naprawdę na wagę złota, a wszystko, co służy nagradzaniu tych waszmościów, co to we własnym mieście podatki zostawiają, tak samo w mniejszym i większym mieście przysłużyć się może lokalnej społeczności. Im więcej podatków do kasy gminnej spłynie, tym większą korzyść z tego miłoścowi mieć będą: lepsze drogi, chodniki, więcej zieleni... Podatki płacimy tam, gdzie nasze miejsce zamieszkania zgłaszamy. A każdy, kto gdzie indziej zameldowany (bo może dom na wsi okolicznej postawił) a wybiera tutejszy urząd skarbowy i swoje miejsce zamieszkania w Zgierzu podaje, Zgierską Kartę Mieszkańca wyrobić sobie może. A nawet powinien! Korzyści z tego sporo: od solidnych zniżek na przejazdy autobusami miejskimi po tańsze zakupy i usługi w lokalnych sklepach, salonach, lokalach. Każdego dnia przybywa tych wyrabiających kartę, ale też i przedsiębiorców lokalnych, co zainteresowanie kartą w Zgierzu od razu zauważyli i jej partnerami zostać chętnie by chcieli. Wcale się nie dziwimy: koszty niewielkie, a promocja i fama "z grubej rury" od razu pójdzie. Promocje karty na grupy wiekowe podzielone zostały, a przez to i do swoich klientów docelowych łatwiej trafić.

Każdy z tej karty jakiś zysk wyciągnie, przegranych nie będzie. Łatwo ją wyrobić, a każdy, kto zainteresowany, do Zgierskiego Centrum Seniora niech się zgłosi (przy Narutowicza 29). Tam sympatyczne panie inspektorki już poradzą, co dalej zrobić. Bo kartę w dwóch wersjach: plastikowej i elektronicznej wyrobić sobie

można. A kto aplikację miejską w smartfonie zainstaluje, to i z kartą mieszkańca stały kontakt mieć będzie.

Na przestrógę tylko urzędnikom i partnerom tutejszym wspomnieć należy, co by o kartę dbali, ofertę korzyści regularnie wzbogacając. Przykład niezbyt chlubny z Łodzi idzie: tam kar-

ta mieszkańca po jakichś dwóch latach w niełasce popadła. Po pierwszych zachwytach, ochach i achach zewsząd płynących już niespecjalnie się nią ktokolwiek interesuje. Póki Orientarium jeszcze nowością było, to i sąsiedzi nasi kartę sobie chętnie wyrabiali. Ale jak się już do nowoczesnego ZOO raz z rabatem pójdzie, to

i niewiele więcej z tą kartą zwojować można. Na szczęście w Zgierzu dobrze o tym wiedzą. Ze sporym animuszem wystartowali – i wygląda na to, że zabawa się dopiero rozkręca. Oby na pożytek szacownym mieszczanom zgierskim!!!

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

STARY  
MŁYN

# REPERTUAR KINA

luty 2024

<b>1 lutego - czwartek</b>	<b>09:00</b>   Wyfrunięci (dubbing PL, animacja) <b>10:45</b>   Pies i Robot (animacja) <b>12:30</b>   Piep'zyć Mickiewicza (PL, obyczajowy) <b>17:00</b>   Powstaniec 1863 (PL, historyczny/biograficzny) <b>19:15</b>   Kos (PL, historyczny/akcja)
<b>2 lutego - piątek</b>	<b>09:00</b>   Akademia pana Kleksa (PL, fantasy) <b>11:15</b>   Chłopiec i czapla (napisy PL, animacja) <b>13:30</b>   Piep'zyć Mickiewicza (PL, obyczajowy) <b>17:00</b>   Kos (PL, historyczny/akcja) <b>19:15</b>   Dziewczyna influencera (PL, dramat obyczajowy)
<b>3 lutego - sobota</b>	<b>15:00</b>   Piep'zyć Mickiewicza (PL, obyczajowy) <b>17:00</b>   Dziewczyna influencera (PL, dramat obyczajowy) <b>19:00</b>   Kos (PL, historyczny/akcja)
<b>4 lutego - niedziela</b>	<b>11:00</b>   Ekipa z dżungli (dubbing PL, animacja/przygodowy) <b>13:00</b>   Pies i Robot (animacja) <b>15:00</b>   Drużyna Królewiana (PL, dokumentalny) <b>17:00</b>   Kos (PL, historyczny/akcja) <b>19:15</b>   Dziewczyna influencera (PL, dramat obyczajowy)
<b>5 lutego - poniedziałek</b>	<b>10:00</b>   Akademia pana Kleksa (PL, fantasy) <b>12:00</b>   Chłopiec i czapla (napisy PL, animacja) <b>14:15</b>   Dziewczyna influencera (PL, dramat obyczajowy)
<b>6 lutego - wtorek</b>	<b>10:00</b>   Ekipa z dżungli (dubbing PL, animacja/przygodowy) <b>12:00</b>   Pies i Robot (animacja) <b>14:00</b>   Dziewczyna influencera (PL, dramat obyczajowy)
<b>7 lutego - środa</b>	<b>10:00</b>   Wyfrunięci (dubbing PL, animacja) <b>12:00</b>   Pies i Robot (animacja) <b>14:00</b>   Dziewczyna influencera (PL, dramat obyczajowy)
<b>8 lutego - czwartek</b>	<b>10:00</b>   Wyfrunięci (dubbing PL, animacja) <b>12:00</b>   Pies i Robot (animacja) <b>14:00</b>   Dziewczyna influencera (PL, dramat obyczajowy) <b>16:45</b>   Kos (PL, historyczny/akcja) <b>19:00</b>   Biedne istoty (napisy PL, romans/Sci-Fi)
<b>9 lutego - piątek</b>	<b>10:00</b>   Ekipa z dżungli (dubbing PL, animacja/przygodowy) <b>12:00</b>   Pies i Robot (animacja) <b>14:00</b>   Dziewczyna influencera (PL, dramat obyczajowy) <b>16:45</b>   Kos (PL, historyczny/akcja) <b>19:00</b>   Biedne istoty (napisy PL, romans/Sci-Fi)
<b>10 lutego - sobota</b>	<b>12:30</b>   Akademia pana Kleksa (PL, fantasy) <b>15:00</b>   Kos (PL, historyczny/akcja) <b>17:15</b>   Dziewczyna influencera (PL, dramat obyczajowy) <b>19:15</b>   Biedne istoty (napisy PL, romans/Sci-Fi)
<b>11 lutego - niedziela</b>	<b>11:00</b>   Wyspa Puffinów (dubbing PL, animacja) <b>12:45</b>   Ekipa z dżungli (dubbing PL, animacja/przygodowy) <b>14:30</b>   Dziewczyna influencera (PL, dramat obyczajowy) <b>16:30</b>   Biedne istoty (napisy PL, romans/Sci-Fi) <b>19:00</b>   Kos (PL, historyczny/akcja)
<b>15 lutego - czwartek</b>	<b>15:00</b>   Akademia pana Kleksa (PL, fantasy) <b>17:20</b>   Baby boom czyli Kogel Mogel 5 (PL, komedia) <b>19:15</b>   Biedne istoty (napisy PL, romans/Sci-Fi)
<b>16 lutego - piątek</b>	<b>17:00</b>   Baby boom czyli Kogel Mogel 5 (PL, komedia) <b>19:00</b>   Biedne istoty (napisy PL, romans/Sci-Fi)
<b>17 lutego - sobota</b>	<b>17:00</b>   Baby boom czyli Kogel Mogel 5 (PL, komedia) <b>19:00</b>   Biedne istoty (napisy PL, romans/Sci-Fi)
<b>18 lutego - niedziela</b>	<b>10:00</b>   Wyspa Puffinów (dubbing PL, animacja) <b>12:00</b>   Ekipa z dżungli (dubbing PL, animacja/przygodowy) <b>14:00</b>   Chłopiec i czapla (napisy PL, animacja) <b>16:30</b>   Baby boom czyli Kogel Mogel 5 (PL, komedia) <b>18:15</b>   Biedne istoty (napisy PL, romans/Sci-Fi)
<b>22 lutego - czwartek</b>	<b>17:00</b>   Sami swoi. Początek (PL, komedia obyczajowa) <b>19:15</b>   Anatomia upadku (napisy PL, kryminał/thriller)
<b>23 lutego - piątek</b>	<b>16:30</b>   Anatomia upadku (napisy PL, kryminał/thriller) <b>19:15</b>   Sami swoi. Początek (PL, komedia obyczajowa)
<b>24 lutego - sobota</b>	<b>13:00</b>   Sami swoi. Początek (PL, komedia obyczajowa) <b>20:00</b>   Anatomia upadku (napisy PL, kryminał/thriller)
<b>25 lutego - niedziela</b>	<b>10:00</b>   Wyspa Puffinów (dubbing PL, animacja) <b>12:00</b>   Chłopiec i czapla (napisy PL, animacja) <b>14:30</b>   Akademia pana Kleksa (PL, fantasy) <b>16:45</b>   Sami swoi. Początek (PL, komedia obyczajowa) <b>19:00</b>   Anatomia upadku (napisy PL, kryminał/thriller)
<b>26 lutego - poniedziałek</b>	<b>12:00</b>   Kino Konesera: Moja zbrodnia (komedia/kryminał)
<b>29 lutego - czwartek</b>	<b>14:00</b>   Sami swoi. Początek (PL, komedia obyczajowa) <b>16:30</b>   Anatomia upadku (napisy PL, kryminał/thriller) <b>19:15</b>   Diuna: Część druga (napisy PL, Sci-Fi)

bilety.starymlynzgzierz.pl

Bilet normalny - 21 zł  
 Bilet student / senior - 19 zł  
 Bilet ulgowy - 17 zł  
 Bilet czwartkowy - 17 zł  
 Bilet dla OzN (również opiekun) - 13 zł  
 kino konesera - 11 zł  
 Bilet uczeń/student w ferie - 13 zł  
 Bilet: Drużyna Królewiana - 13 zł

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

facebook.com/kinowstarymlynie

# ZALK po raz czternasty. Gentlemen mistrzem



Final Lacerta – Gentlemen (jasne stroje).  
Tym razem triumfowali Dżentelmeni

KRZYSZTOF GŁOWACKI

najwyższym stopniu podium stojąca po raz pierwszy. – *Jak do tego doszło? Odpowiem jak w piosence: nie wiem* – śmieje się kapitan drużyny Rafał Brzeziński. – *Na pewno atutem jest stały skład. Od wielu lat wypracowujemy już pewne nawyki na parkiecie i w tym sezonie przyniosło to efekty. Założenia przedmeczowe zostały w stu procentach wykonane. Dziękujemy za wsparcie Agnieszce Sadowskiej.*

Po rundzie zasadniczej Gentlemen zajmowali drugie miejsce, za broniącą mistrzowskiego tytułu Lacerta. I te dwie ekipy spotkały się w ścisłym finale rozgrywek, podobnie rzecz się jak w poprzedniej edycji. Jednak tym razem dzięki trzypunktowej przewadze triumfowali Gentlemen. – *W koszykówkę grałem od dziecka, już w pierwszej klasie rozpocząłem treningi* – wspomina Rafał Brzeziński. – *Trafiłem do zgierskiego zespołu Mag-Rys, zaczynałem tam w grupach młodzieżowych. Jednak w pewnym momencie zupełnie zrezygnowałem z gry. Moja przygoda z koszykówką zaczęła się na nowo, gdy przekroczyłem trzydzieści lat, wtedy dołączyłem do ekipy Gentlemen.*

Najbardziej wartościowym graczem ostatniej edycji ZALK okazał się Piotr Szewczyk (Gentlemen), jednocześnie najlepszy strzelec rozgrywek. Wyróżnienie dla najlepiej asystującego i przechwytyjącego gracza trafiło do Mateusza Szmita (Devils), najlepiej zbierającym był Piotr Szcześniak (Bad Boys), blokującym Władysław Kleshchyborshch (Gentlemen), a rzucającym za trzy punkty Andrzej Wierzyński (Lacerta). (jn)

**T**radycyjnie na początku roku poznaliśmy zwycięzcę jesienno-zimowej edycji Zgierskiej Amatorskiej Ligi Koszykówki. Tradycyjnie, bowiem znakiem rozpoznawczym meczu finałowego jest zbiórka na Wielką Orkiestrę Świątecznej

Pomocy. Do 14. odsłony ZALK przystąpiło sześć ekip: Lacerta, Gentlemen, Bad Boys, Devils, Kobiety na boiska oraz debiutujący w tej lidze Orlikowcy. Mistrzem została ekipa Gentlemen. Z rozgrywkami ZALK związana od samego początku, a jednak na

## Noworoczne zawody pływackie

**B**lisko stu pięćdziesięciu młodych pływaków rywalizowało w styczniu na pływalni MOSiR przy ul. Leśmiana. Trzecie Zgierskie Noworoczne Zawody pływackie dla dzieci przyciągnęły uczniów szkół podstawowych i średnich. Najmłodsi mieli do pokonania dystans 25 metrów stylem dowolnym, starsi (roczniki 2008-2009) przepłynęli odległość dwa razy dłuższą.

W swoich kategoriach wiekowych (z podziałem na chłopców i dziewczyny) najlepiej wypadli: Anna Kryszczak, Jakub Bednarski, Karina Krupińska, Julian Frączak, Julia Szymańska, Szymon Koper, Helena Wojciechowska, Michał Kowalski, Anastazja Żak, Antoni Fiutak, Pola Piątkowska, Maciej Bogusławski, Maja Tomczak, Daniel Malec, Aleksandra Mastalerz, Mikołaj Mazulewicz,

Karolina Pieprzowska, Jakub Wolańczyk, Maria Kubczak i Filip Piechocki.

Zamysłem organizatorów, w tym Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji, było uaktywnienie dzieci uczęszczających na co dzień do lokalnych szkół i korzystających ze zmodernizowanych obiektów sportowych. Nieprzypadkowo sponsorem imprezy była firma Engie odpowiadająca za przeprowadzoną w ostatnim okresie termomodernizację placówek oświatowych w Zgierzu. Nagrodami były m.in. plecaki, głośniki i termosy. Wyróżniający się pływacy zostali też zaproszeni na warsztaty w ramach Otylia Swim Tour, odbędą się one w naszym mieście na początku kwietnia. Patronuje im złota medalistka olimpijska i mistrzyni świata Otylia Jędrzejczak. (jn)

KRZYSZTOF GŁOWACKI



Dobrze zacząć Nowy Rok sportową aktywnością. Wystąpiło 148 zawodników w 10 kategoriach wiekowych

# Kocurowe Zbocze

Kochamy nasze podopieczne futrzaki, zabiegamy o ich względy codzienną daniną. Bywa, że dzielimy z nimi całe życie i oddajemy im własny fotel. Ale nie da się ukryć, czasami pragniemy od nich odpocząć.

## ANNA KOPEĆ-TWARDOWSKA



Rozłąka z udomowionym pupilem jest nam od czasu do czasu zwyczajnie potrzebna. Pewnego dnia dojrzujemy do niej i w drogę! Jednakże kot, ta przebiegła bestia, tak dalece zawłaszczył naszą uwagę,

że nawet krótkie rozstanie obwarował swoimi śladami. Uczynił to w białych rękawiczkach – naszą ręką! Tak więc, oddalając się od domu, możemy rutynowo przekroczyć rzeczkę o niewinnej nazwie Kocinka, przemknąć beztrudnie przez wioskę Kotowo, zatankować benzynę w Kocurach, obiad zjeść w Zajeździe 7 Kotów i nadal nie być świadomym kociego spisku! Dopiero wieczorem, gdy zatrzymamy się choćby w Kotuniu, po raz pierwszy wspomniemy naszego kociuszka, naiwnie wzruszeni własną spostrzegawczością... Jaka miła nazwa! A i hotelik Chat Noir, całkiem przyjemny! Przy lampce czerwonego wina Cote znów pograżymy się w błogim zapomnieniu i słodkim relaksie.

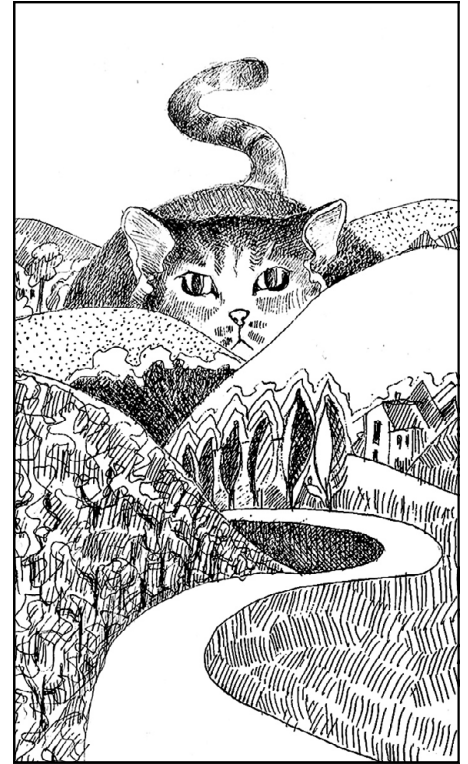
Dopiero poranek, odsłaniając panoramę Gór Kocih, wzbudzi w nas pierwszą nut-

kę tęsknoty, ale zauroczeni pejzażem, pomkniemy dalej w weekendowym zapale podróży, mijając wioski, osady, wzniesienia... aż nagle, jak wyrwani ze snu, staniemy przed tablicą o groźnie brzmiącej nazwie Kocurowe Zbocze. I już jesteśmy w sieci! I już lawinowo ruszają wyrzuty sumienia! Zostawiliśmy kota! A może źle mu się bez nas dzieje? Pewnie tęskni i nie chce jeść...a może wręcz uciekł tymczasowemu opiekunowi?

Najwyższy czas wracać do domu! Mijamy miasteczko Kotoriby. Oj, kupić by kotu przysmak z podróży...Koczubiej, Koczeczum, Koczerydyk... Oj dostanie nam się, dostanie...

Już bardzo śpieszymy z powrotem, gdy nagle łapiemy gumę! Na kocich łbach w Kotuju! Później już tylko jedną myślą pędzeni, gnamy na oślep do kota, do kotki, do kotów... I choć spragnieni i głodni, nie zatrzymamy się w żadnym zajeździe, przemkniemy desperacko obok znajomej stacji paliw, zelektryzuje nas Kotowo, ale my będziemy wyglądać mosteczka na Kocince, znajomej drogi, naszego domu.

Tak więc beztrudnie kociarzu, zanim wyruszysz na weekend, wejrzyj w oczyska swoje go Mruczusia, aby upewnić go w przekonaniu, że nie da się o nim zapomnieć nawet w najdalszym zakątku świata! ●



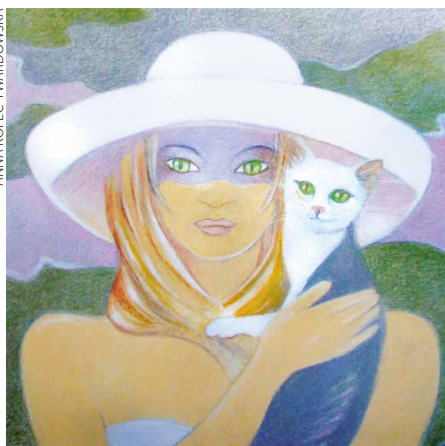
Dla oka i ducha

## Kwadratura kota Anny Kopec-Twardowskiej

Bohaterką kolejnego wernisażu w Zgierskiej Galerii Sztuki będzie nasza redakcyjna koleżanka Anna Kopec-Twardowska, która od pewnego czasu raczy czytelników miesięcznika felietonami o kotach, ich roli i znaczeniu dla twórczości tak wszechstronnej artystki. Otwarcie wystawy odbędzie się 16 lutego o godzinie 18.00 na trzecim piętrze Starego Młyna.

Pełny tytuł ekspozycji brzmi „Kwadratura kota – pastele, rysunki, obiekty”, co w dużej mierze zdradza to, co zobaczymy w galerii MOK. Możemy spodziewać się obrazów, których głównymi bohaterami są koty. Ale to nie wszystko – artystka projektuje również wiklinowe meble, które realizowano w Muzeum Plecionkarstwa w Nowym Tomysłu. Zwiedzający będą mogli obejrzieć ich projekty wyraźnie inspirowane kocim

ANNA KOPEĆ-TWARDOWSKA



Na wystawie zobaczymy przede wszystkim pastele, których głównymi bohaterami są koty

światem. Wystawa obrazów będzie urozmaicona prezentacją szkła artystycznego. – *Kot, ta niezwykła i tajemnicza istota, jest dla mnie nieustającym źródłem inspiracji, a tym samym tematem dominującym w moich pracach. Oprócz idealnych proporcji, pięknego futerka i hipnotyzujących oczu, posiada swoją niepowtarzalną osobowość. Jest w niej coś uniwersalnego, jakaś ponadczasowa mądrość i zrównoważenie. Doskonale przypomina nam o znaczeniu Czasu Teraźniejszego* – czytamy słowa Anny Kopec-Twardowskiej w katalogu wystawy, która z pewnością zainteresuje miłośników sztuki, ale i kociarzy. Przy tej okazji warto przypomnieć, że dzień po wernisażu świętujemy Światowy Dzień Kota. Przypadek?

Anna jest absolwentką PWSSP Wydziału Malarstwa i Grafiki oraz Reżyserii Filmu Animowanego PWSFTviT w Łodzi. Jest malarką i projektantką, inicjatorką wielu wystaw i działań artystycznych.

Regularnie uczestniczy w plenerach Land Artu, wie wszystko o kotach, ziołach i sztuce. Wystawę w Zgierskiej Galerii Sztuki będzie można zwiedzać do 5 marca. (mz)

# Zimorodek – klejnot słodkowodnych brzegów

Niełatwo go wypatrzeć, ale jak już się uda, można utknąć z lornetką na brzegu przez długie godziny. Zimorodek to przepięknie ubarwiony, niebieski ptaszek, znany ze swojego zamiłowania do ryb. To, w jaki sposób na nie poluje, wzbudza często zachwyt obserwatorów 😊.

## REMIGIUSZ MIELCZAREK



Zimorodek wybiera sobie nad wodą jakąś gałąź, fragment nabrzeża, kamień lub występ gruntu czy skały. Siedzi tam nieruchomo i wypatruje zdobyczy. Gdy już ją dostrzeże, bardzo dynamicznie, niczym pocisk raketowy, atakuje rybę z góry... Bywa też, że zawisnie nad lustrem wody niczym helikopter – i dopiero po chwili spada pionowo na swą zdobycz, posługując się długim i cienkim dziobem. W środku zimy polowania zimorodków wcale nie są nadzwyczajną sprawą, bo ptaki te łączą się w pary późną jesienią. W miesiącach zimowych muszą wykarmić pisklęta, czekające na rodziców i pokarm w nieodległej, dobrze zabezpieczonej norze, służącej tym ptakom za gniazdo. Stąd właśnie wzięła się ich nazwa.

Kłopot w tym, że zimorodki wciąż stanowią jednak rzadkość nad brzegami polskich wód. Są to silnie terytorialne ptaki, wybierające do zakładania siedlisk miejsca nie tylko bezpieczne, ale też bogate w pożywienie. Potrzebują czystej wody, gdzie znaleźć można obfitość ryb. Czy można spotkać je w pobliżu Zgierza? Jeśli tak, to może w okolicy Malinki i to raczej wokół większego jej akwenu. Na pewno jednak zimą warto wybrać się na spacer, próbując wyszukać niebieskiego ptaszka, nieruchomo tkwiącego gdzieś nad wodą.

Przywiązanie do rodzinnego gniazda to główny powód, dla którego większość europejskich zimorodków decyduje się na pozostawanie zimą w miejscu zamieszkania. Tylko północna część populacji tych ptaków wybiera jesienną podróż i spędzanie zimy w miejscach lęgowych na południu kontynentu. „Domatorski” styl życia (gdy zimorodek czuje się w gnieździe bezpiecznie i ma w pobliżu dość ryb, niechętnie opuszcza swój teren) to także przyczyna niewielkiej przeżywalności zimorodków w Polsce i innych krajach naszego obszaru geograficznego.

Pisklęta zimorodków w pierwszych tygodniach życia narażone są na wiele niebezpieczeństw. Często nie udaje im się przetrwać z powodu zbyt surowej zimy, niedostatku pożywienia, zbyt wczesnej samodzielności (gdy młode instynktownie opuszczają terytorium rodziców, poszukując własnego miej-



Zimorodki w Polsce są otoczone ścisłą ochroną gatunkową

sca na gniazdo, często nie umieją jeszcze zbyt skutecznie polować). W ocenie specjalistów zaledwie jedna czwarta lęgów dożywa do sezonu rozrodczego w następnym roku. Ale wystarcza to do podtrzymania populacji. Przyrasta jednak ona w wolnym tempie.

To z kolei sprawia, że zimorodki w Polsce otoczone są opieką ptakolubów – i oczywi-

ście ścisłą ochroną gatunkową. Niepokój budzić może zanikanie naturalnych środowisk lęgowych tych ptaków, w związku ze szkodliwą działalnością człowieka. Jeśli podczas zimowych wędrówek gdzieś nad wodę, niekoniecznie w najbliższej okolicy, uda nam się zauważyć niebieską, ptasią sylwetkę, starajmy się zachowywać dyskretnie. ●



# Tylko 150 kilometrów od Zgierza znajduje się filmowa „Akademia Pana Kleksa”

O zamku w Gołuchowie w ostatnim czasie zrobiło się bardzo głośno. A to za sprawą najnowszej ekranizacji bajki Jana Brzechwy „Akademia Pana Kleksa”. Ale to nie jedyny powód, żeby tam pojechać. Poznajmy lepiej ten przepiękny zabytek.

## EMILIA ANTOSZ



Historia zamku w Gołuchowie liczy ponad 450 lat. Jego właścicielami było wiele znamiennych polskich rodów, jak Leszczyńscy, Czartoryscy i Działyńscy. Dzisiaj jest jedną z trzech rezydencji Muzeum Narodowego w Poznaniu.

Obecny kształt zamek zawdzięcza Izabeli z Czartoryskich Działyńskich. Gołuchowskie dobra zostały подарowane małżeństwu Działyńskim: Janowi i Izabeli, aby zbudowali tu swój dom. Zamierzeniem Izabeli było utworzenie w odbudowywanym zamku nie tylko rezydencji, ale i muzeum. W II połowie XIX w. rozpoczęto przebudowę zamku, w której wzięli udział artyści pochodzący z Francji: architekt Maurycy August Ouradou, rzeźbiarz Karol Biberon i malarz Ludwik Breugnot. Pierwowzorem realizacji architektonicznej stały się słynne zamki królewskie z Loary. Podczas trwających kilkanaście lat prac, wiele pochodzących z czasów Leszczyńskich detali zarówno zewnętrznego, jak i wewnętrznego wystroju, zostało odrestaurowanych. Ciekawostką jest, że drewniane, bogato rzeźbione schody powstały dopiero po śmierci Izabeli, a ich realizacja trwała ponad 28 lat. W ich powstaniu zaangażowani byli lokalni rzemieślnicy i rzeźbiarze.

## Zbiory prywatnego muzeum Izabeli

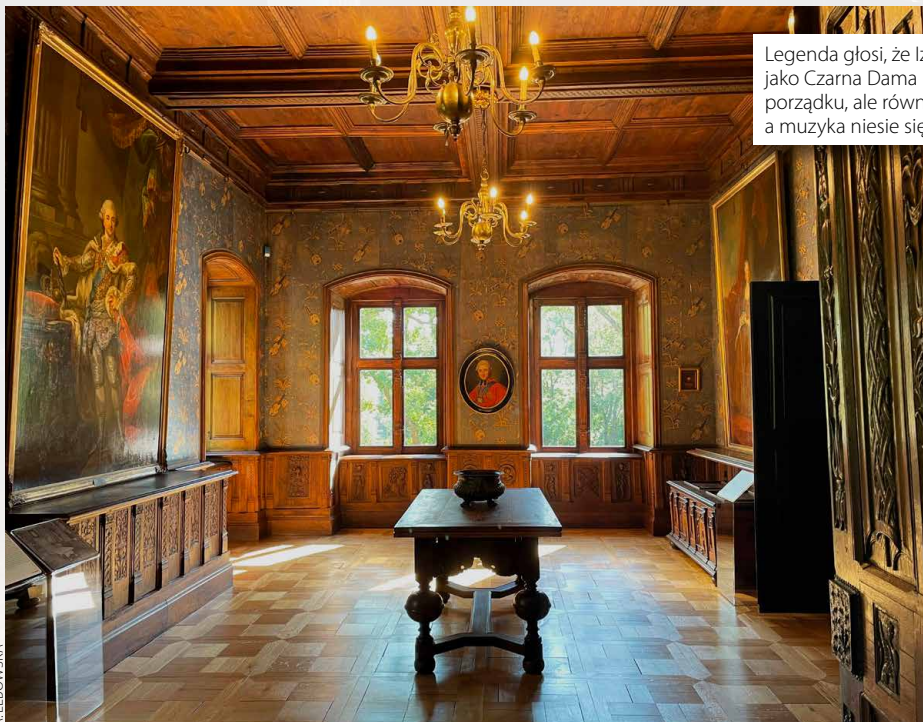
Izabela Działyńska z Czartoryskich wiele podróżowała, a z eskapad przywoziła cenne pamiątki, które stały się zaczątkiem zbiorów zamku w Gołuchowie. Jan Działyński kolekcjonował wazy greckie, które również znalazły swoje miejsce w nowej rezydencji. Był to najbardziej unikatowy i bezcenny zbiór naczyń liczących ponad dwa i pół tysiąca lat. Jeszcze za życia Izabeli zamek był udostępniany zwiedzającym. To prywatne muzeum funkcjonowało nieprzerwanie do września 1939 r. i było bardzo chętnie odwiedzane przez turystów. II wojna światowa stała się dla zgromadzonej kolekcji tragedią. Zrabowane przez hitlerowców zbiory zostały wywiezione, wiele eksponatów zniszczono, inne zaginęły. Ocalała część kolekcji powróciła do Polski w 1956 r. Kilka lat wcześniej, w 1951 r. zamek został przejęty przez Muzeum Narodowe w Poznaniu, które stara się zachować obiekt w jak najlepszym stanie dla przyszłych pokoleń. W Sali Polskiej zobaczymy portrety ważnych postaci historycznych jak Jan Kazimierz, Zygmunt III Waza oraz między innymi księżę Adam Czartoryski. W bibliotece znajdziemy cenne rękopisy, starodruki oraz wydawane we Francji katalogi antykwaryczne, w których notatki robiła sama Izabela. Ponadto, będąc w go-

łuchowskim zamku, warto przyrzeć się kamiennym schodom zwieńczonych figurą lwa prowadzącym na krużganek, gdzie umieszczona została płycina z posadzki katedry w Sienie, dalej zobaczymy stelę rzymską z Palmyry wieńczącą obramienie drzwi oraz mozaikę z przedstawieniem Ateny z IV w.

## Park – arboretum wokół zamku

Na uwagę zasługuje również gołuchowski park, który warto odwiedzić o każdej porze roku. Zaprojektowany został w stylu angielskim według koncepcji Jana Działyńskiego. Odpowiednio dobrane drzewa, krzewy, rozległe polany, a także zbliżone do naturalnych przestrzenie widokowe czynią to miejsce pełnym uroku. W dawnej oficynie i powozowni utworzono muzea leśnictwa. Na terenie parku jest kaplica z XVII w., która została przebudowana na grobowiec rodziny Czartoryskich. To miejsce spoczynku Izabeli.

Nic zatem dziwnego, że to niezwykle miejsce tak chętnie przyciąga filmowców. Zamek Izabeli stał się miejscem ekranizacji około 50 produkcji filmowych. A zatem obiekt ten rozpoznamy nie tylko w „Akademii Pana Kleksa” zarówno nowej, jak i starej ekranizacji bajki, ale również w „Królowej Bonie”, „Rycerzach i Rabusiach” lub „Hrabinie Cosel”.



Legenda głosi, że Izabela odwiedza zamek jako Czarna Dama i nie tylko pilnuje porządku, ale również urządza przyjęcia, a muzyka niesie się echem przez park



# Plaga insulinooporności

Szacuje się, że insulinooporność występuje u ponad połowy osób dorosłych, ale coraz częściej stwierdza się ją u dzieci i nastolatków. Nie jest chorobą, lecz zaburzeniem, które może prowadzić do rozwoju wielu chorób.

## KATARZYNA LEWKOWICZ-SIEJKA



Insulinooporność grozi rozwojem cukrzycy, nadciśnienia, niealkoholowego stłuszczenia wątroby, otyłości, zespołu policystycznych jajników, niepłodności, chorób neurodegeneracyjnych, niektórych nowotworów.

Jest uznawana za przyczynę zespołu metabolicznego, czyli grupy zaburzeń sprzyjających rozwojowi miażdżycy naczyń krwionośnych.

### Czym jest i jak ją rozpoznać?

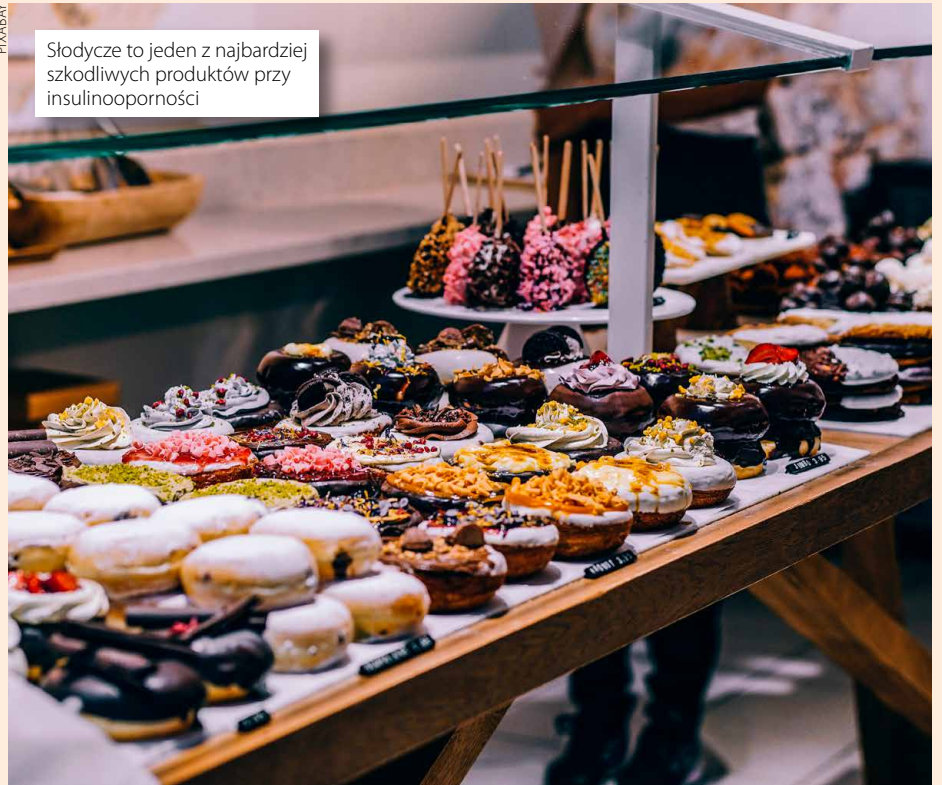
Insulinooporność jest stanem zmniejszonej wrażliwości tkanek na działanie insuliny dotyczące regulacji stężenia glukozy. By nie dopuścić do rozwoju cukrzycy, organizm często włącza mechanizm obronny i zwiększa produkcję insuliny. Powstaje hiperinsulinizm – ratując przed cukrzycą, nasila działanie insuliny i prowadzi do zaburzenia funkcji różnych narządów. Przyczyny insulinooporności nie są do końca znane. Za jej rozwój mogą odpowiadać czynniki genetyczne, środowiskowe, niezdrowa, wysokokaloryczna dieta, brak aktywności fizycznej, nadmiar stresu, stan zapalny, używki, niedobór snu oraz otyłość brzuszna. Początków insulinooporności można doszukiwać się nawet w wieku niemowlęcym lub jeszcze życiu płodowym. Ważne więc jest prowadzenie zdrowego stylu życia już od najmłodszych lat dziecka, a także przestrzeganie go w ciąży.

Insulinooporności towarzyszą zazwyczaj: nadmierna senność po posiłku (szczególnie węglowodanowym), przyrost masy ciała (mimo normalnej diety, bez przejadania się, szczególnie w obrębie brzucha), obniżenie nastroju, tzw. mgła mózgowa, problemy z pamięcią i koncentracją, rozdrażnienie, bóle głowy, bóle stawów, ciągłe zmęczenie, częste uczucie głodu w 2-3 godziny po posiłku, wzmożony apetyt na słodycze, trudności ze zrzuceniem zbędnych kilogramów.

Postępowanie w insulinooporności powinno polegać przede wszystkim na zmianie stylu życia. W szczególności dotyczy to stosowania zdrowej, zbilansowanej diety opartej na niskim indeksie glikemicznym, eliminacji otyłości brzusznej, stosowaniu codziennej aktywności fizycznej, eliminacji stresu, używek. W cięższych przypadkach włączane jest leczenie farmakologiczne metforminą.

### Dieta i ruch

Dieta w insulinooporności jest ukierunkowana na eliminację wysokich porcji



Słodycze to jeden z najbardziej szkodliwych produktów przy insulinooporności



Produkty pełnoziarniste sprzyjają utrzymaniu pożądanej wagi

wych wyrzutów insuliny, dlatego powinna być oparta na produktach o niskim indeksie (poniżej 55) i ładunku glikemicznym.

Indeks glikemiczny nie jest narzędziem doskonałym – może przeszacowywać niekorzystne znaczenie produktów o wysokim indeksie glikemicznym i niskiej zawartości węglowodanów w spożywanej porcji lub odwrotnie – nie doszacować negatywnego znaczenia produktów o niskim indeksie glikemicznym i dużej zawartości węglowodanów. Na właściwą ocenę w tych sytuacjach pozwala obliczenie ładunku glikemicznego. Ładunek glikemiczny odzwierciedla zawartość węglowodanów w pożywieniu i pokazuje, że niewielkie spożycie produktu o wysokim indeksie glikemicznym, może mieć podobny efekt co duża ilość produktów o niskim indeksie glikemicznym.

Warto podkreślić, że zarówno indeks glikemiczny, jak i ładunek glikemiczny dotyczą wchłaniania węglowodanów i nie uwzględniają obecności białek i tłuszczów mogących również modyfikować wydzielanie insuliny.

Dieta powinna się opierać na zdrowych, nieprzetworzonych produktach spożywczych, bez obecności cukru dodanego, konserwantów, niezdrowych tłuszczów nasyconych i tłuszczów trans. Powinna zawierać duże ilości warzyw, roślin strączkowych, zdrowego tłuszczu (niezbędne nienasycone kwasy tłuszczowe NNKT), orzechy, owoce, produkty pełnoziarniste; może zawierać nabiał, jaja, mięso – jednak z chowu gospodarskiego, a także ryby – ale dzikie, nie hodowlane. Codziennie należy wypijać minimum półtora litra wody.

Wskazane jest wyeliminowanie słodczy, produktów z białej mąki, słodkich napojów, alkoholu, papierosów i innych używek ze względu na niekorzystny wpływ na zdrowie, ryzyko zwiększenia insulinooporności oraz rozwoju chorób dodatkowych. Przy leczeniu metforminą spożycie alkoholu jest zakazane.

Równie ważnym czynnikiem jest zmniejszenie masy ciała. Uzyskanie prawidłowej wagi daje bowiem szansę na zmniejszenie lub ustąpienie insulinooporności. Optymalne chudnięcie powinno wynosić około 0,5-1 kg na tydzień. Szybsze chudnięcie może dać tzw. efekt odbicia, czyli nawrót choroby w późniejszym okresie.

By skutecznie walczyć z insulinoopornością, konieczna jest aktywność fizyczna. Zaleca się codziennie minimum 30 minut ruchu – mogą to być spacer, nordic walking, trucht, jazda na rowerze, pływanie, fitness oraz umiarkowany trening siłowy. Warto też pamiętać o tym, żeby każdego dnia wykonać ok. 10 tys. kroków! Według badań tyle wystarczy, by zapobiec rozwojowi cukrzycy.

Zaleca się prowadzenie spokojnego i mało stresującego trybu życia oraz zdrowy sen, który korzystnie wpływa na metabolizm oraz pracę hormonów. Należy odstawić wszelkie używki i włączyć suplementację witaminą D<sub>3</sub>, magnezem i kwasami omega-3.

# Koncerty na dobry nowy rok

**P**oczątek każdego roku to czas organizowania występów noworocznych. To nie tylko śpiewanie kolęd i pastorałek. Wielkim zainteresowaniem cieszy się również repertuar operetkowy, a także folkowy. Jednym z organizatorów tego rodzaju koncertów jest Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, który po raz kolejny zaproponował występ śpiewaków operetkowych. Tym razem był to zespół Faceci w Bieli, którym towarzyszyła diva Ewelina Wiśniecka przy akompaniamencie fortepianu i instrumentów smyczkowych. Zgierzanie usłyszeli wykonanie lekkich utworów, takich jak „Brunetki, blondynki” Jana Kiepury czy melodie z operetki „Księżniczka Czardasza”. Występy tego formatu niezmiennie wzbudzają zachwyt publiczności, a ta jak zwykle szczerze wypełniła salę widowiskową MOK.

Zupełnie w innym stylu i aż dwukrotnie, ze względu na ogromne zainteresowanie, zaprezentował się Zespół Pieśni i Tańca Boruta, który od lat w połowie stycznia prezentuje koncert pastorałkowy połączony z elementami choreografii ze stałego repertuaru. Na scenie pojawiły się wszystkie grupy wiekowe tancerzy: dzieci, młodzież, grupa reprezentacyjna i seniorzy. Pierwszemu z koncertów partnerował Urząd Marszałkowski, którego przedstawiciel, wiceprzewodniczący Sejmiku Województwa Łódzkiego Zbigniew Linkowski uhonorował Jana Muchę Nagrodą Sejmiku Województwa Łódzkie-



Jan Mucha kończy swoją przygodę z zespołem Boruta

go w dziedzinie kultury. Ta radosna chwila zbiegła się z nieco smutniejszą – koncerty noworoczne były ostatnimi, które kapela zespołu Boruta wykonała pod kierownictwem pana Jana. Muzyk, wychowawca wielu pokoleń wokalistów i instrumentalistów udał się na zasłużoną emeryturę. Jego dorobek wypracowany dla ZPiT Boruta będzie kontynuowany i propagowany. (mz)



# Zaginiony raj... Darwinia



Kiedy 21-letni Karol Darwin w grudniu 1831 r. wsiadł na pokład statku Beagle, nie myślał zapewne, że ten rejs odmieni nie tylko jego losy, ale wywoła rewolucję naukową na całej Ziemi. Rejs trwał aż 5 lat, a najważniejszym jego etapem była wizyta na wyspach Galapagos. Zainspirowany badaniem zięb na archipelagu napisał dzieło „O powstawaniu gatunków”. Ptaki zresztą nazwane zostały później „ziębami Darwina”, a wyspy miały pozostać naturalnym rajem. Tak się jednak nie stało.

ARCHIWUM B.D. CŁAPY



## BEATA I DARIUSZ CŁAPOWIE

Dopływając do Puerto Baquerizo Moreno na wyspie San Cristobal, zdajemy sobie sprawę, że to już ostatni etap naszej wyprawy na Galapagos. Miasto zawdzięcza swoją nazwę słynnemu ekwadorskiemu pisarzowi Alfredo Baquerizo Moreno, który był również aktywnym politykiem, piastując aż trzykrotnie funkcję prezydenta kraju. Miasteczko-stolica prowincji, jak wszystkie na archipelagu, jest niewielkie. Teoretycznie osiedlanie na wyspach jest ograniczone. W praktyce jednak, kto tu przyjedzie z zamiarem pozostania, niejednokrotnie zamieszkuje tu „na dziko”. Na wyspie jest tylko jedna droga kołowa – prowadzi z miasta do plaży Puerto Chino. Wynajętym samochodem ruszamy odkrywać to, co odkryć można, bo większość terenu jest objęta ochroną i zwyczajnie niedostępna dla turystów. Mijamy San Cristobal, uśpione miasteczko z niewielkim ryneczkiem i kościołem w centrum. Na początek odwiedzamy Galapagos de Cerro Colorado, czyli rezerwat z ogromnymi żółwiami i niewielkie muzeum przybliżające faunę Galapagos. Spacer ścieżkami w gęstej roślinności daje możliwość ucieczki od panującego upału. Po drugiej stronie ulicy znajduje się wzgórze będące punktem wi-

dokowym, z którego roztacza się przepiękny widok aż po brzegi morza.

### Przyroda zapiera dech

Wreszcie docieramy do Puerto Chino. Plaża oddalona o kilkanaście minut marszu od parkingu wita nas ogromnymi falami. Niektóre z nich docierają do piaszczystych wydm na skraju plaży. To wspaniałe miejsce, ale trzeba ruszać dalej. San Cristobal Biological Reserve to niewielki, wygasły wulkan będący ostoją wielu gatunków ptaków. Wokół laguny, zbiornik wodny o średnicy 270 m i głębokości dochodzącej do 6 m znajdujący się na wysokości 700 m n.p.m., krążą latające fregaty – ptaki, które spotkać można na wybrzeżach Oceanu Spokojnego. Samce wyróżniają się intensywnie czerwonym podgardłem. Ich długość sięga niejednokrotnie ponad metra, a rozpiętość skrzydeł dochodzi do prawie 2,5 m! Chociaż trudno je uchwycić w locie, nam udaje się zrobić kilka niezłych zdjęć.

Po powrocie do miasta udajemy się na teren krytego bazaru, gdzie na piętze znajdują się jadalnie. Kilka lub może nawet



kilkanaście punktów „garkuchni”, których właścicielki prześcigają się w zachwalaniu swoich potraw. Są to zazwyczaj firmy rodzinne – mama gotuje, córka lub syn podaje do stolika. W porze obiadu, czyli almuerzo można tutaj zjeść smaczny i świeży zestaw obiadowy za 5 dolarów. Ceny takiego zestawu na kontynentalnej części Ekwadoru są jeszcze niższe, ale tutaj większość towarów trzeba dostarczyć z lądu. Hodowla wielu zwierząt i uprawa roślin jest zabroniona dla utrzymania naturalnego ekosystemu wysp.

### Ciemniejsze karty historii i głuptaki w tle

Wędrówka na północ doprowadza nas do niezwykłej zatoki Baquerizo Moreno. Zaczynamy od zwiedzenia Centro de Interpretación Ambiental Gianni Arismendy, czyli punktu informacyjno-edukacyjnego i niewielkiego muzeum. Z ekspozycji dowiadujemy się, że życie na wyspach nie zawsze było lekkie i szczęśliwe. Panowało tu niewolnictwo i wyzysk, a bogactwa natury eksploatowane były bez opamiętania. Wystawa zwraca również uwagę na najbardziej aktualne zagrożenia – szczególnie różne formy zanieczyszczenia środowiska. Daje też wskazówki na przyszłość. Ruszamy na szlak. Górzystą, porośniętą drzewami drogą docieramy na punkt widokowy Mirador Cerro Tijeretas. Roztacza się stąd przepiękny widok na otoczoną wysokimi skałami zatokę. Na brzegach wygrzewają się foki i lwy morskie, wokół których dostojnie spacerują legwany i przymykają śmiesznie kraby morskie. Nad zatoką unoszą się ptaki gniazdujące na okolicznych skałach. Spośród wielu gatunków wyławiamy głuptaki (głupie ptaki), w tym te najsłynniejsze – niebiesko-

BEATA I DARIUSZ CŁAPOWIE

BEATA I DARIUSZ CŁAPOWIE

## W świecie wypaczonych idei

PROF. DR HAB. GRZEGORZ IGNATOWSKI



Jesteśmy zdumieni, jak wiele koncepcji i pojęć na naszych oczach zmienia znaczenie, pojawiają się nowe, a inne odchodzą w zapomnienie. Nie chcąc wyjść na ignorantę, warto zatem sięgnąć po książkę Jonny Thomsona „Wielkie idee dla zabieganych”.

Wykładowca uniwersytetu w Oksfordzie wyjaśnia, jak należy rozumieć początek życia, czym są tworzywa sztuczne, mechanika kwantowa, nanotechnologia, a także substancje halucynogenne. Autor stara się określić, na czym opierają się współczesne idee prowadzące do zachwyty na pięknym każdego drzewa. Zagłębiając się w kwestie społeczne, Thomson podpowiada, jak rozumieć migracje, korporacje i czym jest państwo opiekuńcze. Warto sprawdzić, czy dobrze pojmujemy prawa człowieka, feminizm i utopię. Prawda, możemy zgubić się w gąszczu opisywanych stu pięćdziesięciu koncepcji. A zatem autor podkreśla, że od

jakiegoś czasu z pietyzmem podchodzimy do otaczających nas drzew. Thomson jak to Thomson zawsze zaczyna od anegdota lub intrygujących wprowadzeń. W kwestii pietyzmu dla drzew wraca do krótkiego opowiadania brytyjskiego pisarza Rolda Dahla, który zaraz po zakończeniu drugiej wojny światowej snuł fantastyczne opowieści o tym, jak piwnien mężczyzna wynalazł urządzenie pozwalające rozpoznać krzyk róż ścinanych przez sąsiada oraz jęki wycinanego drzewa. Dzisiaj okazuje się, że nie były to utopijne fantazje. Wiemy bowiem, że korzenie drzew zakończone krótkimi włosowatymi pędami łączą się z mikroskopijnymi grzybami, dzięki czemu potrafią komunikować się z innymi osobnikami. Trudno byłoby mówić o jakiejś świadomości, ale dzięki owym wypustkom drzewa potrafią orientować się, czy w pobliżu znajdują się przedstawiciele tego samego gatunku, czy są to młode lub stare osobniki. Ba, wspierają się nawzajem, gdy zorientują się, że jakiś po-

bratymiec jest chory lub obumiera. Warto się zastanowić, w jaki sposób potrafią posiadaną wiedzę przekazywać młodocianym osobnikom. Mianowicie, jak wyjaśnić, dlaczego młode jabłonie zaczynają kwitnąć zawsze w tym samym, sprzyjającym czasie. A jeśli tak jest, to projektanci nie powinni mieć dylematu, w jaki sposób opracowywać plany parków miejskich. Drzew nie wolno sadzić daleko od siebie. Osobniki tego samego gatunku same będą dbały o siebie w trudnej wielkomiejskiej atmosferze. Popatrzmy na zupełnie inne idee, słusznie kojarzone z nowoczesnymi technologiami. Media społecznościowe definiuje się zazwyczaj jako strony

i aplikacje internetowe pozwalające użytkownikom kreować społeczności, przekazywać informacje, zawierać nowe znajomości i utrzymywać kontakty. Thomson wprowadzie nie wyjaśnia dokładnie, czym owe media są. Niemniej ironicznie podkreśla, że ci, którzy używają tylko Facebooka, mają zapewne dorastające dzieci i pamiętają upadek muru berlińskiego. Przytomina, że konta w mediach społecznościowych posiadają nie tylko ludzie, ale nawet zwierzęta.

Ostrzega, że owe media są tak zaprojektowane, aby przyciągać uwagę, ale także sprzedawać informacje o ich użytkownikach. Mimo tego Ignie my do nich jak muchy do miodu. W końcu, zobaczymy, czym jest demokracja. Thomson powiada, że obecnie jest jak raczkujący bobas, gdyż w kształcie, jaki znamy, funkcjonuje zaledwie od pięćdziesięciu lat. Mimo że idea demokracji i jej różne formy sięgają czasów antycznych, pozostaje dla nas jedna ważna lekcja. Nikt nie chce oddawać władzy, niezależnie od tego, czy został pozbawiony jej w wyborach powszechnych lub zdeponowany przez gnębiony przez lata zdesperowany lud.

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



nodzie. Nazywane tak z powodu śmiesznego chodu i faktu, że nie uciekały przed człowiekiem, pilnując gniazda z potomstwem, stając się przez to łatwym łupem.

Po chwili schodzimy na dół i zanurzamy się w ciepłej, krystalicznie czystej wodzie. W drodze powrotnej mijamy pomnik Karola Darwina. Stoi otoczony miejscowymi zwierzętami, patrząc na raj, który odkrył dla świata. Ostatni punkt zwiedzania to plaża Loberia, gdzie z maską i rurką szalejemy w odmętach oceanu pomiędzy ławicami kolorowych ryb. Na wieczornym spacerze próbujemy odnaleźć ślady przeszłości tego miejsca. Jest jeszcze kilka starych, drewnianych domów. Zastanawiamy się, jak będzie wyglądało to miejsce za kilkanaście lub kilkadziesiąt lat.

Czas wyjeżdżać. Taksówka-bagażówka podwozi nas na skromne lotnisko. Tu miła niespodzianka – spotykamy Elizabeth, Peruwiankę, którą poznaliśmy na La Isabela. Przyjedźcie do Peru – mówię. I jak tu odmówić 😊?! Z pokładu samolotu patrzymy na oddalające się wyspy – raj zaginiony Darwina. A może i nasz, bo czy kiedykolwiek uda się tu jeszcze wrócić? ●



# Kara uczy, jak omijać mielizny. Nie wskazuje drogi do celu

**DARIUSZ SPANIALSKI**



Dzieci są różne i różne są ich zachowania. Bywają często krnąbrne, uparte i z lubością wyrządzają szkody swoimi nieprzemysłanymi działaniami. Rodzice także są różni; jedni stosują nadmierną dyscyplinę, inni są nadmiernie tolerancyjni. Diabeł tkwi w szczegółach życia codziennego. Nie można jednak odmówić nikomu z nas, że staramy się być wyważeni w uczuciach i reakcjach. Przecież nie można mieć za złe dziecku, że jest dzieckiem i słuszną jest taka postawa, która prowadzi do pewnej tolerancji, do wyjaśniania i perswazji, a więc do traktowania dziecka z szacunkiem, bowiem – jak pisała znana, szwedzka autorka literatury dziecięcej Astrid Lindgren (znana z filmu: „Przygody

Pippi Långstrump”): *wychowywanie oparte jedynie na karaniu może, owszem, ale nauczyć tylko tego, czego nie powinno się robić, a nie tego, co powinno się robić.*

Proste i jak wymowne stwierdzenie Lindgren zwraca nam uwagę na ten aspekt kary, który nie wszyscy z nas uwzględniamy – karzemy dziecko, bo zachowało się właśnie jak dziecko!

To my, rodzice, powinniśmy wskazać na to, co ono powinno robić, a czynić to można jedynie za pomocą nagrody. Dzieci rzadko z premedytacją zachowują się nagannie, nawet te tak zwane złośliwe. Można w nich dostrzec duże niepokoję czy frustrację, które próbują w taki sposób rozładować, a przyczyny tych niepokojów leżą najczęściej w domu, w stosunkach rodzinnych. Stąd też nasze rozumienie kary powinno uwzględniać te wszystkie okoliczności, które miały wpływ na zachowanie; wtedy dopiero odegra ona swoją rolę, bo

wskaże to, czego dziecko nie powinno czynić i zarazem stworzy warunki do wybaczenia. Ono zaś nie oznacza, że dziecko nie powinno ponieść konsekwencji swojego postępowania. Samo tylko wybaczenie stwarzać może dziecku okazję do fałszywego żalu czy skruchy i uczyć dziecko bycia nieszczerym i wyrachowanym, o czym szeroko pisze Ross Campbell w swojej książce „Sztuka zrozumienia”: *rodzice, którzy zamiast świadomie operować narzędziem kar i nagród, wpływają na jego zachowanie, głównie karami, powodują, że dziecko wypracowuje sobie cały repertuar różnych sztuczek pomagających uniknąć kary. Dodam, że jedną z nich jest „Przepraszam, nie chciałem”.*

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



Pytały koty swojego pana  
Gdzie się podziała nasza śmietana  
Bo miska pusta  
Ja nie wypłem waszej śmietany  
Ale na kłamstwie był przyłapany  
Wąsik śmietaną usmarowany  
Zdradził oszusta



Oleksiewicz

narysowała: asia  
napisał: wojtek

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

## 10 LUTEGO (SOBOTA)

◆ **Godz. 12.00-18.00 Festival Dmuchańców**  
Wydarzenie komercyjne  
Miejsce: Hala im. Zgierskich Olimpijczyków, ul. Wschodnia 2

## 11 LUTEGO (NIEDZIELA)

◆ **Godz. 12.00-18.00 Festival Dmuchańców**  
Wydarzenie komercyjne  
Miejsce: Hala im. Zgierskich Olimpijczyków, ul. Wschodnia 2

## 12 LUTEGO (PONIEDZIAŁEK)

◆ **Godz. 12.00 Kino Konesera, wstęp bezpłatny**  
Miejsce: Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)

◆ **Godz. 16.00-19.00**  
Otwarta Pracownia Plastyczna: ozdoby walentynkowe – rodzinne, bezpłatne warsztaty plastyczne  
Miejsce: Centrum Kultury Dziecka, ul. Rembowski 17 (organizator: Centrum Kultury Dziecka)

## 13 LUTEGO (WTOREK)

● **Godz. 10.00 „Randka w ciemno z... książką czyli walentynki w bibliotece” – zajęcia literacko-plastyczne dla dzieci**  
Miejsce: Filia Nr 6, ul. Staffa 26 (organizator: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna w Zgierzu)

## 14 LUTEGO (ŚRODA)

● **Godz. 12.00 „Stodkie Walentynki” – zajęcia literacko-plastyczne dla dzieci**  
Miejsce: Filia Nr 2, ul. Długa 29 a (organizator: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna w Zgierzu)

● **Godz. 13.00**  
„Literackie Walentynki” – zajęcia literacko-plastyczne dla dzieci

Miejsce: Filia Nr 6, ul. Staffa 26 (organizator: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna w Zgierzu)

▲ **Godz. 15.00 Walentynki na lodzie**  
Miejsce: Hala Wielofunkcyjna, ul. Wschodnia 2 (organizator: MOSiR)

▲ **Godz. 20.00 II liga koszykówki MKK Boruta Kuchinox-Puch-Siejko-BS Zgierz SMS Władysławowo**

Miejsce: Hala im. Zgierskich Olimpijczyków, ul. Wschodnia 2 (organizator: MKK Boruta Kuchinox-Puch-Siejko-BS Zgierz)

## 15 LUTEGO (CZWARTEK)

● **Godz. 10.00 „Dzień kota” – zajęcia literacko-plastyczne dla dzieci**

Miejsce: Filia Nr 1, ul. Lechonia 2 (organizator: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna w Zgierzu)

▲ **Godz. 10.00 Sport szkolny, półfinał wojewódzki w siatkówkę dziewcząt i chłopców**

Miejsce: Hala im. Zgierskich Olimpijczyków, ul. Wschodnia 2 (organizator: MOSiR)

## 16 LUTEGO (PIĄTEK)

◆ **Godz. 18.00 Wernisaż wystawy pt. „Kwadraty kota” – pastele, rysunki, obiekty**  
Anny Kopec-Twardowskiej. Wystawa czynna do 5 marca 2024 r.

Wstęp wolny  
Miejsce: Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)

● **Godz. 9.00 „Małe mruczki – Dzień Kota” – zajęcia edukacyjno-literackie dla dzieci**  
Miejsce: Filia Nr 2, ul. Długa 29 a (organizator: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna w Zgierzu)

▲ **Godz. 17.00 II liga futsalu FC 10 Zgierz – AZS AWF Warszawa**

Miejsce: Hala im. Zgierskich Olimpijczyków, ul. Wschodnia 2 (organizator: FC 10 Zgierz)

## 18 LUTEGO (NIEDZIELA)

● **Godz. 16.00 Bajkობრბanie dla najnóów - Teatr Charyzszcz w Trzcinie „Witajki i papatki”**

Koszt: 15zł/osoba  
Zapisy elektroniczne od 12.02  
Miejsce: Centrum Kultury Dziecka, ul. Rembowski 17 (organizator: Centrum Kultury Dziecka)

▲ **Godz. 10.00 Kendo – Drugi Memoriał (Tajkai) Sensei Zbigniewa Misiaka**

Miejsce: Hala im. Zgierskich Olimpijczyków, ul. Wschodnia 2 (organizator: MOSiR)

## 19 LUTEGO (PONIEDZIAŁEK)

● **Godz. 09.50 „Walentynki” – zajęcia literacko-plastyczne dla dzieci**  
Miejsce: Filia Nr 3, ul. Dubois 23a (organizator: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna w Zgierzu)

● **Godz. 17.00 Z cyklu „Spotkania z poezją” – „Pan Amo prosi o głos” – wieczór z poezją Marka Rapnickiego**

Słowo: Włodzimierz Galicki, muzyka: Artur Modrzejewski

Miejsce: Biblioteka Główna, ul. Łódzka 5 (organizator: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna w Zgierzu)

## 19.00 Spektakl Teatru Czwarty Stan Skupienia pt. „Archipelag”

Bezpłatne wejściówki do pobrania na stronie Star Młyn Zgierz  
Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)

## 21 LUTEGO (ŚRODA)

▲ **Godz. 10.00 Sport szkolny, finał wojewódzki w siatkówkę dziewcząt**  
Miejsce: Hala im. Zgierskich Olimpijczyków, ul. Wschodnia 2 (organizator: MOSiR)

## 22 LUTEGO (CZWARTEK)

● **Godz. 09.30 „Dzień piży” – zajęcia edukacyjno-plastyczne dla dzieci**  
Miejsce: Filia Nr 1, ul. Lechonia 2 (organizator: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna w Zgierzu)

● **Godz. 11.00 „Lubie Cię! Kocham Cię! – uczucia, jak je rozumieć” – zajęcia edukacyjno-literackie dla dzieci**  
Miejsce: Biblioteka Główna, ul. Łódzka 5 (organizator: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna w Zgierzu)

## 24 LUTEGO (SOBOTA)

◆ **Godz. 10.00 Kreatywna Kuchnia Familijna: hotele dla pszczoł**  
Platne, rodzinne warsztaty stolarskie  
Zapisy elektroniczne od 12.02  
Miejsce: Centrum Kultury Dziecka, ul. Rembowski 17 (organizator: Centrum Kultury Dziecka)

◆ **Godz. 17.00 Koncert zespołu akordeonowego Old Stars**

Bilety w cenie 30 zł  
Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)

▲ **Godz. 17.00 II liga koszykówki MKK Boruta Kuchinox-Puch-Siejko-BS Zgierz ENEA Basket Poznań**

Miejsce: Hala im. Zgierskich Olimpijczyków, ul. Wschodnia 2 (organizator: MKK Boruta Kuchinox-Puch-Siejko-BS Zgierz)

## 25 LUTEGO (NIEDZIELA)

▲ **Godz. 17.00 Charytatywny mecz w hokeja**  
Wydarzenie połączone ze zbiórka funduszy na leczenie chorych dzieci. W meczu rywalizować będą drużyna Hokejowa TVN 24 oraz Hokejowa Reprezentacja Artystów Polskich.

Miejsce: Łodowski MOSiR ul. Wschodnia 2 (organizator: Fundacja AIR CARGO dr Katarzyna Wąsowska)

25 lutego (niedziela)  
Godz. 17.00 Charytatywny mecz w hokeja

## 26 LUTEGO (PONIEDZIAŁEK)

◆ **Godz. 12.00 Kino Konesera, pokaz filmu „Moja zbrodnia”**

Wstęp: 11 zł  
Miejsce: Stary Młyn, ul. Długa 41A (organizator: MOK)

## 28 LUTEGO (ŚRODA)

● **Godz. 9.00 Konkurs Recytatorski „Co nam powie Pani Zima”**  
Miejsce: Szkoła Podstawowa nr 8 w Zgierzu ul. Boya-Zeleńskiego 4 (organizator: Szkoła Podstawowa nr 8 w Zgierzu)

## 29 LUTEGO (CZWARTEK)

● **Godz. 09.00 „Czy znasz swoje prawa?” – zajęcia edukacyjno-literackie dla dzieci**  
Miejsce: Filia Nr 2, ul. Długa 29 a (organizator: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna w Zgierzu)

● **Godz. 09.30 „Być jak Pablo Picasso” – zajęcia literacko-plastyczne dla dzieci**  
Miejsce: Filia Nr 1, ul. Lechonia 2 (organizator: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna w Zgierzu)

◆ **Godz. 18.00 „Co za gość” – spotkanie z historykiem prof. Antonim Budkiem, autorem książki „Historia polityczna Polski 1989–2023”**

Miejsce: Filia Nr 2 Miejsko-Powiatowej Biblioteki Publicznej, ul. Długa 29 a (organizator: Wydział Promocji i Kultury UMZ)

## 2 MARCA (SOBOTA)

◆ **Godz. 17.00 Koncert Charytatywny „Dźwięki Nadziei”**  
Koncert na rzecz 3-letniej Martynki chorej na zespół Retta. Wystąpią wokaliści i instrumentalni, m.in. zespół Old Stars.

Miejsce: Sala koncertowa Towarzystwa Śpiewaczego „Lutnia” w Zgierzu ul. Łęczycza 2 (organizator: Zuzanna Frątczak)

## 4 MARCA (PONIEDZIAŁEK)

◆ **Godz. 16.00-19.00 Pracownia Plastyczna: w blasku świc**  
Rodzinne, bezpłatne warsztaty plastyczne  
Miejsce: Centrum Kultury Dziecka, ul. Rembowski 17 (organizator: Centrum Kultury Dziecka)

## 5 MARCA (WTOREK)

◆ **Godz. 17.00 „Ojciec i Syn” – wernisaż wystawy malarstwa Romana Wrzeskiewicza i Adama Wrzeskiewicza**  
Miejsce: Biblioteka Główna, ul. Łódzka 5 (organizator: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna w Zgierzu)

▲ **Popołudniowe Spotkanie z Mistrznią - bohaterką spotkania będzie olimpijka, tyżwiarka figuraw Agnieszka Domańska**  
Spotkanie toczyć się będzie wokół tematyki rozwoju osobistego

Miejsce: MOSiR, Wschodnia 2 (organizator: MOSiR)

## 6 MARCA (ŚRODA)

◆ **Godz. 17.00 Bez marketingu ani rusz, czyli o tym, jak wykreować markę własną?**  
Wstęp wolny, koniecznie zapisy w cop@umz.zgierz.pl lub tel 690 540 365  
Miejsce: Hostel Folkier, ul. Rembowski 1 (organizator: ZCOP)

## 7 MARCA (CZWARTEK)

◆ **Godz. 18.00 Wernisaż wystawy „Michał Arkusiński – Rysunek”**  
Wystawa czynna do 14 kwietnia 2024 r.  
Miejsce: sale wystaw czasowych Muzeum Miasta Zgierza, ul. gen. J. H. Dąbrowskiego 21 (organizator: Muzeum Miasta Zgierza)

◆ **Godz. 19.00 Monodram Hanny Śleszyńskiej „Judy”**  
Wstęp biletowany, odpłatny ze specjalną ulgą dla posiadaczy Zgierskiej Karty Mieszkańca  
Miejsce: Stary Młyn, Długa 41A (organizator: MOK Stary Młyn)

◆ **Godz. 11.00-15.00 „Kobiety wiedzą, co robią”**

Trzy panele dyskusyjne, wstęp biletowany, bezpłatny  
Miejsce: Stary Młyn, Długa 41A (organizator: MOK Stary Młyn, Miasto Zgierz, Wysockie Obsacy)

◆ **Godz. 20.00 Kabaret Moherowe Berety**  
Wstęp biletowany, specjalna ulgą dla posiadaczy Zgierskiej Karty Mieszkańca  
Miejsce: Stary Młyn, Długa 41A (organizator: MOK Stary Młyn)

## 10 MARCA (NIEDZIELA)

◆ **Godz. 15.00 Warsztaty z FemStoriesColages**  
Warsztaty z wykonywania autokolaży. Zajęcia prowadzone z okazji zgierskiego Dnia Kobiet przez artystkę wizualną Ankę Kaznodziej, która zajmuje się tworzeniem kolaży opartych o historie kobiet.

Wydarzenie bezpłatne, obowiązują zapisy pod nr tel. Muzeum Miasta Zgierza 42 716-37-92  
Miejsce: sala warsztatowa w Domu Tkaczy, Park Kulturowy Miasto Tkaczy, ul. Narutowicza 5 (organizator: Muzeum Miasta Zgierza)

● **Godz. 16.00 Bajkობრბanie dla dzieci od 3 roku życia**

Teatr Pantomimka „Podróżniczki w czasie”  
koszt: 15zł/osoba  
Zapisy elektroniczne od 04.03 przez ckdzgierz.pl  
Miejsce: Centrum Kultury Dziecka, ul. Rembowski 17 (organizator: Centrum Kultury Dziecka)

● **Godz. 16.00 Bajkობრბanie dla dzieci od 3 roku życia**

Teatr Pantomimka „Podróżniczki w czasie”  
koszt: 15zł/osoba  
Zapisy elektroniczne od 04.03 przez ckdzgierz.pl  
Miejsce: Centrum Kultury Dziecka, ul. Rembowski 17 (organizator: Centrum Kultury Dziecka)

● **Godz. 16.00 Bajkობრბanie dla dzieci od 3 roku życia**

Teatr Pantomimka „Podróżniczki w czasie”  
koszt: 15zł/osoba  
Zapisy elektroniczne od 04.03 przez ckdzgierz.pl  
Miejsce: Centrum Kultury Dziecka, ul. Rembowski 17 (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 „Myśliwski”, Popiełuszki 9
- Bar „U Borowów”, Narutowicza 26
- Best 2 – dystrybutor N.C+, pl. Jana Pawła II 17
- Biuro podróży „Ready to go”, Musierowicza 4
- Centrum Drobiarskie, Galczyńskiego 31
- Centrum Konserwacji Drewna, Narutowicza 6
- Centrum Kultury Dziecka, Rembowski 17
- Centrum Medyczne Boruta, Struga 2/4
- Dom Kultury SEM, Parzęczewska 21
- Dorabianie kluczy, Kamienna 20
- Delikaterye „Mix”, 1-go Maja 3
- Falkopia, 1 Maja 65
- Gabinet kosmetyczny „Seralis”, Witkacego 2 B
- Hotel San Remo, Chemików 6
- Hurtownia hydrauliczna „Instal-Zgierz”, Wspólna 12
- Hurtownia materiałów budowlanych „Budmar”, Piątkowska 83
- Kiosk „Ruchu”, Galczyńskiego 26
- Kiosk „Ruchu”, Parzęczewska 17
- Kiosk „Ruchu”, Witkacego 1/3
- Komenda Hufca ZHP, Długa 29
- Komenda Powiatowa Policji, Długa 58/60
- Kreda Caffee, Lechonia 2
- Kurczak „Na parking”
- Kwaciarnia „Storczyk”, Bazylijska 39 H
- Lecznicza weterynaryjna, Żytnia 82
- Łażnia Miejska, Łęczycza 24

- Mechanika Pojazdowa „Aris”, Łęczycza 11
- Miejski Ośrodek Kultury Stary Młyn, ul. Długa 41a
- Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji, Wschodnia 2
- Miejski Zespół Przychodni Rejonowych, Łęczycza 24A (+placówki)
- Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, Długa 56
- Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna, Łódzka 5 (+filie)
- Mieszalnia lakierów, Dąbrowskiego 22
- Muzeum Miasta Zgierz, Dąbrowskiego 21
- Młynia samochodowa, Łęczycza 24
- Młynia samochodowa, Żytnia 22 C
- Najlepsze sery w mieście, Galczyńskiego 31
- Ostrzenie noży, Kamienna 20
- Park Kulturowy Miasto Tkaczy, Rembowski 1
- Powiatowy Urząd Pracy, Barona 10
- Poradnia „Madox”, Musierowicza 18/C
- Pracownie Optyczne, Galczyńskiego 40
- Pralnia-magiel, Rembowski 63
- Przychodnia Oko-Med, Kuropatwiskiej 2
- Punkto Lotto, Powstańców Śląskich 2 BC
- Restauracja „Jagusia”, Skargi 24
- Salon fryzjerski „Ola”, Tuwima 20
- Salon optyczny „Italooptica”, Galczyńskiego 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, Rembowski 63
- Sklep rybny „Szprotka”, Witkacego 1, paw. 7
- Sklep sportowy, Rembowski 63

- Sklep spożywczy, Długa 10
- Sklep spożywczy, Długa 110
- Sklep spożywczy, Dubois 17
- Sklep spożywczy, Gołębia 18
- Sklep spożywczy, Milenijna 21
- Sklep spożywczy, Osiedlowa 4
- Sklep spożywczy, Parzęczewska 32
- Sklep spożywczy, Piątkowska 31
- Sklep spożywczy, Przemysłowa 29
- Sklep spożywczy, Rembowski 43
- Sklep spożywczy, Sierakowskiego 1
- Sklep spożywczy, Stępowizna 8
- Sklep spożywczy, Szczawińska 50
- Sklep spożywczy, Wiosny Ludów 4
- Sklep spożywczy, 3 Maja 8
- Sklep spożywczy „Af-Lider”, Boya-Zeleńskiego 39
- Sklep spożywczy „Iwona”, Staffa 22C
- Sklep spożywczy „Markcik” P&M, Powst. Śląskich 2A
- Sklep spożywczy „Mateusz”, Kasprowicza 31
- Sklep spożywczy „Miraż II”, Przygraniczna 32
- Sklep spożywczy „Od A do Z”, Piłsudskiego 23
- Sklep spożywczy „Olimp”, Boya-Zeleńskiego 45
- Sklep spożywczy „RADIUS”, Osiedle 650-lecia (przy bl.76)
- Sklep spożywczy „U Justyny” Ozorkowska 66
- Sklep spożywczy „U Placka”, Chelmska 75
- Sklep spożywczy, Dąbrówka, Główna 25
- Sklep spożywczy „Zgoda”, Dubois 37
- Sklep spożywczy „Zgoda”, Klonowa 1
- Sklep spożywczy „Zgoda”, Przemysłowa 2
- Sklep spożywczy „Zgoda”, Rembowski 62
- Sklep tytoniowy, Długa 55 A

- Sklep zoologiczny, Kolejowa 6
- Sklep zoologiczny „Zoolog”, Witkacego 2B
- Sklep żelazny „BMP”, Ozorkowska 48
- Sklep Nowa Gdynia, Sosnowa 1
- Stacja Uroda, Kolejowa 6/5
- Starostwo Powiatowe, Sadowa 6 A
- STS „Dubois”, Rembowski 63
- Straż Miejska, Popiełuszki 3A
- „Ter-Lux”, Czerwieńskiego 52
- Urząd Gminy Zgierz, Łęczycza 4
- Urząd Stanu Cywilnego, 1 Maja 5
- Urząd Miasta Zgierz, pl. Jana Pawła II 16
- TV-SAT, Lechonia 2
- TV-SAT, Kilińskiego 5
- Wd-SAN, Struga 45
- Wojewódzki Szpital Specjalistyczny, Parzęczewska 35
- Warzywniak, Piłsudskiego 27
- Zakład fryzjerski „Jerzyk”, Tuwima 20
- Zakład fryzjerski „Marysia”, Staffa 22C
- Zakład fryzjerski „Nie zadzieraj z fryzjerem”, Łęczycza 2
- Zakład fryzjerski „Szalone Nożyczki”, Aleksandrowska 29
- Zakład fryzjerski, Parzęczewska 17
- Zakład szewski, 1 Maja 25
- Zieleniak, Dubois 20

Firmy i instytucje zainteresowane dystrybucją miesięcznika „Zgierz – moja przestrzeń” zapraszamy do kontaktu z naszą redakcją: redakcja@starymlynzgierz.pl

**Zakočaj się** od pierwszego  
wejrzenia **w nowych okularach**



Oprawy okularowe

do **-90%**

Szczegóły w  
regulaminie w salonie.

Okulary to wyrób medyczny. Dla bezpieczeństwa  
używaj zgodnie z instrukcją użytkowania lub etykietą.



**Pracownia Optyczna**  
**ul. Gałczyńskiego 40, Zgierz**  
**telefon: 42 715 27 85**



**Pracownia Optyczna**  
**Aleja Armii Krajowej 8, Zgierz**  
**telefon: 42 715 55 55**

pracownia  optyczna