

Legionowski INFORMATOR SENIORALNY

NR 2/2018 (4)



ZADANIE WSPÓŁFINANSOWANE
ZE ŚRODKÓW
GMINY MIEJSKIEJ LEGIONOWO



SPIS TREŚCI



Wydarzenia

- 4 Podróż w przeszłość
- 6 Z wizytą u przedszkolaków, czyli Dzień Babci i Dziadka
- 8 Czasy Obiadów Czwartkowych – Zamek Stanisława Augusta
- 9 Bronisława Mazur - Honorowy Obywatel powiatu Legionowskiego
- 10 PALMIRY – 78 rocznica mordu
- 12 W krainie lodu i książek
- 13 Śladami dawnych dworów i pałaców
- 14 Wielkanoc – polskie zwyczaje świąteczne
- 15 Świąteczne kiermasze w legionowskim Ratuszu



Zdrowie | Rekreacja | Sport

- 16 Coś piszczy w świecie



Wolontariat

- 22 I Wielka Gala Wolontariatu w Legionowie



Historia

- 24 Legionowskie ciekawostki historyczne
- 25 Wielkanoc



Twórczość

- 26 Wiosna
- 26 Myśli moje
- 27 Spójrz proszę...
- 27 O czym myślisz...



Hobby

- 28 Zwierzak w domu
- 31 Senior w ogrodzie



Informacje

- 32 Życzenia dla Witka
- 33 Wiersz Witolda Hassa

Zespół redakcyjny

1. Bamaka
2. Biskupski Roman
3. Bartosik Krystyna
4. Ekiert Elżbieta
5. Gawkowski Maciej
6. Hass Witold
7. Karpiński Czesław – foto
8. Narożna Ewa
9. Oczkowicz Zbigniew – foto
10. Przymusińska Hanna
11. Skarżycka Aleksandra
12. Stasiak Tamara
13. Tokarska Roma – foto, teksty
14. Wawruch Krystyna



SŁOWO WSTĘPNE

Drodzy Legionowscy Seniorzy

Oddajemy do waszej dyspozycji kolejny numer KWARTALNIKA Legionowski Informator Seniora /LIS/. W numerze znajdziecie informacje czym żyli seniorzy, najważniejsze wydarzenia w których uczestniczyli a także wydarzenia jakie miały miejsce na terenie Legionowa z naszym udziałem w pierwszym kwartale br.

Gorąco zachęcamy wszystkich Czytelników do kontaktu z redakcją LIS-a bezpośrednio lub za pośrednictwem sekretariatu Stowarzyszenia i Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Zapraszamy Was do włączenia się w proces tworzenia naszego kwartalnika i bardzo liczymy na współpracę z legionowskimi seniorami. Redakcję tworzy piszący zespół redakcyjny wolontariuszy z Legionowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku i Centrum Wolontariatu Seniorów, aktywnie wspierają nas fotoreporterzy. Do najaktywniejszych należą: Czesław Karpiński i Zbyszek Oczkowicz.

Będziemy publikować to wszystko czym żyjecie, jakie nurtują WAS problemy, marzenia, co nas interesuje, a także ciekawe hobby i nurtujące inne problemy. Zależy nam, aby pokazywać sylwetki osób, które przyczyniły się do rozwoju Legionowa i Mazowsza. Chcemy informować o osobach niepełnosprawnych i ich problemach. Zapraszamy do redagowania pisma i poruszania problemów które ich nurtują. Przewidzieliśmy dla Was rubrykę, którą nazwaliśmy PROGI I BARIERY. Zapraszamy do współpracy osoby niepełnosprawne lub osoby znające to środowisko.

W odpowiedzi na zgłoszone przez czytelników uwagi, postanowiliśmy także założyć Kącik Przydatnych Informacji, w których będziemy zamieszczać praktyczne porady. Pisście i zgłaszajcie co Was interesuje.

Bardzo nam zależy na propagowaniu dobrych relacji międzypokoleniowych. Będziemy wdzięczni za przysyłanie relacji, artykułów bądź informacji o tych wydarzeniach. Zapraszamy do współpracy Szkoły, Przedszkola, Młodzieżową Radę Miasta i wszystkie organizacje młodzieżowe. Będziemy pokazywać dobre praktyki w relacjach międzypokoleniowych.

Zapraszamy do współpracy wszystkie organizacje senioralne i kombatanckie na terenie miasta. Przesyłajcie informacje o najważniejszych Waszych wydarzeniach. Przyjdziemy zrelacjonujemy, zrobimy ciekawe zdjęcia, napiszemy materiał.

Roman Biskupski
w imieniu zespołu redakcyjnego

PODRÓŻ W PRZESZŁOŚĆ

Na zaproszenie Stowarzyszenia Rekonstrukcji Historycznych Pierwszego Pułku Strzelców Podhalańskich Armii Krajowej, Instytutu Pamięci Narodowej Odział w Krakowie, dnia 14 stycznia br., kiedy to nasi seniorzy na terenie Ratusza, pod kierownictwem Romana Biskupskiego aktywnie uczestniczyli w Wielkiej Orkiestrze Świątecznej Pomocy Jerzego Owsiaaka, dwoje Legionowian, płk Kazimierz Przymusiński i jego żona Hanna, wybrało się w dosyć daleką drogę, biorąc pod uwagę ich wiek i kondycję fizyczną.

Dzień ten zaczął się dla nich dość wcześnie, gdyż o godz.7.00 rano. O tej porze wsiedli do pociągu relacji Legionowo - Warszawa, a następnie Warszawa Dworzec Centralny – Kraków ,udając się do miejscowości Szczawa, gdzie tego dnia o godz.12.15 rozpoczynała się sesja popularno- naukowa z okazji 73 rocznicy Bitwy Szczawskiej 13-14.01.1945

Na uroczystość tę zaproszony został płk Kazimierz Przymusiński, jako jeden z ostatnich żołnierzy 1 Pułku Strzelców Podhalańskich AK , biorących udział w tej historycznej bitwie. Sesja zorganizowana została przez krakowski IPN oraz przez władze samorządowe powiatu limanowskiego i gminę Kamienica. Obchody zorganizowano z wielkim rozmachem, uwzględniając ich patriotyczny charakter i podkreślając znaczenie tej zwycięskiej i trudnej jak na ówczesne czasy bitwy. Pominę szczegółowy opis przebiegu całej imprezy, na którą składały się liczne, oficjalne wystąpienia na temat Bitwy Szczawskiej, dodam jedynie, że płk Kazimierz Przymusiński nie omieszkał podzielić się przeżyciami z tamtych czasów z całą dokładnością, co do faktów i nazwisk kolegów biorących udział razem z nim w tej trudnej, ale zwycięskiej bitwie z przeważającym wrogiem niemieckim. Naszego bohatera ucieszył widok grupy rekonstrukcyjnej biorącej udział w Sesji w mundurach z tamtego okresu i prezentującej broń, jaką posługiwali się

partyzanci w czasie bitwy. Ponadto należy dodać, że uroczystość była przygotowana przez organizatorów bardzo pięknie. Sala wypełniona była po brzegi zainteresowanymi, w dużej mierze młodzieżą, co również zauważył bohater tego spotkania, mogąc im przekazać choć fragment historii z tamtych trudnych czasów.

Na zakończenie uroczystości płk Kazimierz Przymusiński przekazał od siebie dla Muzeum 1 PSP AK w Szczawie kapelusz noszony obecnie przez żołnierzy tego pułku, który dostał z okazji 90 urodzin od Starosty legionowskiego w ubiegłym roku. Uznał, że tam jest jego miejsce, a nie w domowych pieleszach. Jeszcze tylko uściski, pamiątkowe zdjęcia, wymiana telefonów i ruszyliśmy w drogę powrotną do naszego miasta Legionowo.

Tym wspomnieniem, z pełnego wrzeń dnia, chciałam przybliżyć naszym czytelnikom sylwetkę płk Kazimierza Przymusińskiego, który po jakże burzliwym i pełnym niebezpieczeństw życiu jest wśród nas, ciesząc się każdym przeżytym dniem, dźwigając bagaż 91 lat. Myślę, że mogę w tym miejscu w imieniu własnym i naszych seniorów, którzy Go znają i cenią w naszym mieście i powiecie, życzyć Mu jeszcze wielu lat życia w zdrowiu, pogody ducha i dalszych cennych spotkań popularyzujących historię naszej Ojczyzny, którą nosi w sercu i pamięci.

Hanna Przymusińska →



Z WIZYTĄ U PRZEDSZKOLAKÓW, CZYLI DZIEŃ BABCI I DZIADKA

Studenci Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Legionowie zawsze z wielką przyjemnością zacieśniają bliskie więzi z pozostałymi mieszkańcami miasta. 7 lutego 2018r. byliśmy z wizytą u wnuków, choć nie własnych, ale przedszkolaków z Przedszkola Miejskiego nr 12 imienia Króla Maciusia. W zeszłym roku maluchy były u nas, na UTW z okazji Dnia Matki. Bawiliśmy się wówczas razem z dziećmi. Obejrzelśmy piękne występy pełne wierszy, tańca i śpiewu, a potem zaprosiliśmy „aktorów” na słodkie co nieco, jak mawiał Kubuś Puchatek. Tym razem to my, babcie i dziadkowie pomaszzerowaliśmy do przedszkola. Przywitano nas bardzo serdecznie i zostaliśmy zaproszeni do pięknie udekorowanej sali na przedstawienie. Ja bym nazwała je wodewilem. Były wierszyki, rozmówki, scenki, piosenki i tańce. Przy pomocy zabawnych scenek dzieci pokazały, jak to pokolenie babć i dziadków żyło te kilkadziesiąt lat temu. Starsi dziś państwo wtedy byli, o dziwo dziećmi, chodzili do przedszkola, szkoły, zakochiwali się, jeździli autostopem, brali śluby, kłócili i żyli tak, jak wszyscy. A przecież dziś to są staruszkowie i wnukom nie jest łatwo uwierzyć, że kiedyś byli młodzi. No właśnie! Uśmialiśmy się, biliśmy brawo i niejedna łezka kręciła się w oku. Byliśmy oczarowani zarówno samym wodewilem, jak i wspaniałymi aktorami doskonale radzącymi sobie z występami dla nas, do których przygotowała dzieci pani Agata Jeziólkowska. Nazajutrz dzieci miały występować dla swoich własnych babć i dziadków i wyobrażam sobie, jak oni przeżywali wspaniałe popisy swoich sześciolatków. Nie obyło się bez słodkiego poczęstunku i wspólnego ucztowania.

Skorzystałam z okazji i zapytałam panią Grażynę Chojnowską, dyrektor przedszkola przy ul. Królowej Jadwigi w Legionowie o to, co dzieje się pod dachem tej placówki. Dowiedziałam się, że składa się ono z 10 oddziałów, do których uczęszcza 251 dzieci.

Studenci z wielu szkół wyższych np. z Uniwersytetu Warszawskiego, Akademii Pedagogiki Specjalnej czy Uczelni Warszawskiej im. Marii Skłodowskiej - Curie odbywają tu praktyki. W przedszkolu pracują oprócz nauczycieli i praktykantów także specjaliści: terapeuci, psycholog, logopedzi, nauczyciele rytmiki, baletu. Jest to największe przedszkole w mieście, otwarte na współpracę z różnymi instytucjami. Oprócz współpracy z LUTW przedszkole współdziała min. z kombatanami i opieką społeczną. Dzieci dały występ przy wmurowywaniu kamienia węgielnego przy budowie Ratusza, występowały w Starostwie na spotkaniu wigilijnym, były na otwarciu pogotowia dla zwierząt w stowarzyszeniu Straż dla Zwierząt w Warszawie. Zawiozły tam swoją „cegielkę” i zaprezentowały program artystyczny. Corocznie występują na festynie bibliotek Praga Północ. 17 maja odbędzie się 30 Festiwal piosenki „Rozśpiewane Przedszkole”, gdzie oprócz wszystkich przedszkoli z Legionowa będzie można zobaczyć „on line” występy dzieci z Ukrainy, Irlandii, Białorusi, Litwy i Belgii. Z tymi ostatnimi krajami łączy naszych przedszkolaków wspólny projekt „Smacznie, zdrowo, kolorowo”.

Działalność przedszkola nie zamyka się na tematach wyłącznie dziecięcych, przedszkole realizuje szereg projektów, które pokazują maluchom, jak żyć w świecie czystym, zdrowym, szczęśliwym ucząc je np. zachowań proekologicznych, wsparcia dla Domowego Hospicjum w ramach programu „Pola Nadziei”. Organizowane są także inne akcje na cele związane z pomaganiem z uwagi na zdrowie lub sytuację rodzinno-materialną, np. w tym roku maluchy wsparły LUTW w zbiórce pieniędzy na WOŚP i dołożyły niebagatelną kwotę blisko 5000 zł., biorąc udział w ogólnopolskiej akcji „Góra grosza”, w zbiórkach karmy i zbędnej pościeli dla zwierząt ze Schroniska w Nowym Dworze Maz. Przedszkolaki uczą się od samego początku pobytu w placówce rozumienia pojęć



tolerancja, odpowiedzialność, szacunek, uwrażliwiają się na potrzeby innych, zaznajamiają się z nowymi technologiami, dodatkowo także biorą udział w autorskim programie, w ramach którego mogą rozwijać zdolności matematyczne. Panie: Agata Jeziólkowska, Renata Stępień i Grażyna Chojnowska systematycznie prowadzą zajęcia z kodowania online i offline w ramach programu Mistrzowie Kodowania Junior. Prowadzą je na tyle interesująco, że dzieci bardzo

polubiły zabawy w programowanie, zaciekały się tą dziedziną nauki i często uczą rodziców nowinek z przedszkola. Programem objęte są wszystkie 5-6-latkowie przy finansowym wsparciu miasta. Ciekawostką są zajęcia adaptacyjne dla chętnych dzieci z Legionowa w wieku 2,5-3-lat, pozwalające od stycznia do czerwca raz w miesiącu integrować się z rówieśnikami, poznać przedszkole, zaprzyjaźnić się z nim, tak, aby w nowym roku szkolnym maluchy miały łatwiejszy start do przedszkoli w Legionowie.

Pani dyrektor z wielką dumą opowiadała nam o „swoim” przedszkolu, chwaliła je i przybliżała nam, babciom i dziadkom obecne, współczesne podejście do takich placówek pedagogicznych. Wysłuchałam wszystkiego z wielkim zainteresowaniem i przyznam szczerze, że gdybym sama miała iść do przedszkola, to wybrałabym na pewno to – imienia Króla Maciusia.

Wizyta u maluchów była dla nas niezwykle przyjemnym, wesołym i szczęśliwym przeżyciem. Cieszymy się góry na dalsze zacieśnianie wzajemnych kontaktów.

Tekst: Tamara Stasiak
Zdjęcia: Grażyna Chojnowska
i Grzegorz Cichoński



CZASY OBIADÓW CZWARTKOWYCH – ZAMEK STANISŁAWA AUGUSTA

12 marca 2018r. słuchacze Legionowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku udali się do Zamku Królewskiego w Warszawie na Obiad Czwartkowy króla Stanisława Augusta. Tym razem był to tylko wykład o słynnych obiadach oraz zwiedzanie sal zamkowych związanych z odległymi w czasie wydarzeniami. Kustosz Agnieszka Wikacz przybliżyła nam osiemnastowieczne zdarzenia przy pomocy pokazu slajdów, opowieści, cytatów i dykteryjek związanych z obiadami czwartkowymi. Miały one miejsce w latach 1770 – 1782, razem z królem Stanisławem bywało na nich w tym czasie około pięćdziesięciu osób, wyłącznie mężczyźni, w tym Ignacy Krasicki, Adam Naruszewicz, Stanisław Trembecki czy Franciszek Zabłocki. Jedząc jarzabki, baraninę, uszka, marynaty, wędliny, ostrygi, na deser pączki

i faworki, a na zakończenie śliwki panowie poruszali tematy literackie, sądownicze, naukowe, filozoficzne i inne artystyczne czy związane z reformami państwa. W czasie obiadów powstała min. koncepcja Komisji Edukacji Narodowej czy reformy sądownictwa. Zwiedzane przez nas pięknie wyposażone i dekorowane sale są mniej lub bardziej wierną repliką oryginałów, gdyż Zamek Królewski został doszczętnie zniszczony, zbombardowany i spalony w czasie II wojny światowej, zaś zrekonstruowany w latach 1971–1984. Rekonstrukcją zamku kierował Obywatelski Komitet Odbudowy Zamku Królewskiego w Warszawie. W 1980r. Zamek Królewski wraz ze Starym Miastem został wpisany na listę światowego dziedzictwa UNESCO.



Tekst: Tamara Stasiak
Zdjęcia: Tamara Stasiak
Grzegorz Cichoński, Czesław Karpiński →



BRONISŁAWA MAZUR - HONOROWY OBYWATEL POWIATU LEGIONOWSKIEGO

W dniu 23 lutego 2018 r. w Starostwie Powiatu Legionowskiego odbyła się niecodzienna uroczystość. Na uroczystej Sesji Rady Powiatu pojawiło się, oprócz radnych, wielu gości, a mianowicie poseł na Sejm RP Jan Grabiec, prezydent miasta Legionowo Roman Smogorzewski, prezesowie kół kombatanckich, przedstawiciele służb mundurowych, wójtowie ościennych gmin, przedstawiciele dużych firm legionow-



Sylwetkę pani Bronisławy przybliżył dr Wojciech Jeute, choć Jej piękny życiorys dobrze znają mieszkańcy naszego miasta.

Wiele miłych słów uznania i wspólnych życzeń dla pani Bronisławy usłyszeliśmy z ust Jana Grabca, Romana Smogorzewskiego, Roberta Wróbla, Erazma Domańskiego, Cezariusza Kalinowskiego oraz innych zacnych gości. Potem kwiaty, uściski, wspólne zdjęcia i pani Mazur, bardzo wzruszona podziękowała Kapitulę, radnym powiatu i wszystkim, którzy przyczynili się do tego, że to Ona, jako pierwsza otrzymała

ten zaszczytny tytuł i ta część Sesji dobiegła końca. My seniorzy życzymy Bronisławie Mazur jeszcze wielu lat życia i siły, aby nadal uczestniczyła w życiu naszego miasta i powiatu, abyśmy spotykali Ją na wszystkich uroczystościach patriotycznych, bowiem swoim życiem dała piękny przykład ogromnej skromności, konsekwencji w swoim wieloletnim działaniu, a nade wszystko miłości naszej ukochanej Ojczyzny.

Na tej uroczystej Sesji Bronisława Mazur otrzymała, jako pierwsza w Legionowie i powiecie tytuł Honorowego Obywatela powiatu legionowskiego, który w pełni zasłużenie przypadł naszej bohaterce.

ten zaszczytny tytuł i ta część Sesji dobiegła końca. My seniorzy życzymy Bronisławie Mazur jeszcze wielu lat życia i siły, aby nadal uczestniczyła w życiu naszego miasta i powiatu, abyśmy spotykali Ją na wszystkich uroczystościach patriotycznych, bowiem swoim życiem dała piękny przykład ogromnej skromności, konsekwencji w swoim wieloletnim działaniu, a nade wszystko miłości naszej ukochanej Ojczyzny.

Hanna Przymusińska →



PALMIRY – 78 ROCZNICA MORDU

Od wielu lat władze samorządowe miasta Legionowo, przy współdziałaniu Towarzystwa Przyjaciół Legionowa, 26 lutego organizują wyjazdy do Palmir upamiętniające straszliwy mord 191 mieszkańców powiatu. Delegacje władz miasta z zastępcą prezydenta Piotrem Zadrożnym, powiatu, licznych stowarzyszeń kombatanckich, wojska, policji, harcerzy, uczniów, rodzin pomordowanych oraz zwykłych mieszkańców także w tym roku odwiedziła cmentarz w Palmirach.

Palmiry to miejsce zbrodni popełnionych przez okupantów niemieckich w czasie II wojny światowej na mieszkańcach Warszawy i okolicznych miejscowości. Fala aresztowań wymierzona była głównie w środowiska inteligentne. To początek niemieckiego planu pacyfikacji społeczeństwa polskiego. Polegał przede wszystkim na zastraszaniu i złamaniu ducha oporu inteligencji polskiej.

Wojciech Jeute, przewodniczący zespołu ochrony pamięci AK, w pięknych słowach przedstawił rys historyczny zdarzenia jakie miało miejsce 26 lutego 1940 roku.

W lutym 1940 roku volksdeutsche Korcz, Stupnicki i Dreger dokonali mordu na komisarycznym wójcie Legionowa Reinholdzie Marielke i jego żonie Elżbiecie. Był dość spolegliwym urzędnikiem wobec miejscowej ludności i to nie podobało się Niemcom. Ogłoszono oczywiście, że zrobili to Polacy. Doskonale wiemy jaka była kara za zabicie Niemca. Listę osób do rozstrzelania sporządzili Niemcy - przedwojenni mieszkańcy Legionowa, osobiście uczestnicząc w aresztowaniach. Wyciągnięto ludzi z domów, pozwalając zabrać im ze sobą dokumenty i jedzenie. Zapakowani do ciężarówek jechali w nieznaną. Dopiero kiedy wjechali w gęsty las, stało się jasne po co ich tu wiozą. Zawiązali im oczy i prowadzili



do dołów, wcześniej wykopanych przez okoliczną ludność. Tego dnia nie kazano przychodzić do pracy pracownikom leśnym, twierdząc, że są jakieś manewry wojskowe w lesie. Miejscowi gajowi przeczesali las następnego dnia i zobaczyli w tym miejscu świeżo posadzone sadzonki drzew. Była to niemiecka forma zacierania śladów zbiorowych mordów. Udało się również znaleźć nieopodal jakieś osobiste pamiątki i dokumenty wyrzucone z ciężarówek tuż przed egzekucją.

Wkrótce po zakończeniu wojny rozpoczęto prace ekshumacyjne. Dzięki świadkom tamtejszych wydarzeń można było w 1946 roku odnaleźć miejsce kaźni. Niestety udało się zidentyfikować tylko 78 z 191 osób. Dużo osób pozostaje NN. Na cmentarzu – mauzoleum pochowanych jest 2115 osób. Są to ofiary zbrodni niemieckiej z tzw. Warszawskiego Pierścienia Śmierci, z których zaledwie 577 zostało zidentyfikowanych.

W dalszej części uroczystości przeszliśmy na cmentarz, gdzie zostały złożone kwiaty i zapalono

znicze na grobie Mikołaja Bożyma. Mikołaj Bożym na początku wojny w 1939 roku został mianowany wójtem Legionowa. 26 lutego 1940 roku wraz z synem Józefem został zamordowany. W uroczystości uczestniczył wnuk wójta.

Przy wejściu na Cmentarz – Mauzoleum w Palmirach widnieją takie oto słowa „Łatwo jest mówić o Polsce, trudniej dla niej pracować, jeszcze trudniej umrzeć, a najtrudniej cierpieć”. Te słowa napisane były przez anonimowego więźnia na ścianie w celi w Alei Szucha w komendzie Gestapo.

Ostatnim i najbardziej wzruszającym przystankiem było miejsce straceń. Tam w lesie proboszcz Lucjan Szcześniak odmówił modlitwę za zmarłych. Pod koniec lat 50-tych ksiądz kapelan płk Jan Mrugacz sprowadził z Palmir symboliczną urnę z prochami pomordowanych do kościoła garnizonowego p.w. św. Józefa Oblubieńca NMP w Legionowie. Została ona wmurowana wraz z upamiętniającą tablicą z nazwiskami mieszkańców Legionowa.

Tekst: Romana Tokarska
Zdjęcia: Grzegorz Cichocki

W KRAINIE LODU I KSIĄŻEK

Rzecz o Alinie i Czesławie Centkiewiczach

20 lutego 2018r. Słuchacze Legionowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku wybrali się na wystawę eksponatów związanych z polskimi literatami i polarnikami państwem Aliną i Czesławem Centkiewiczami. Mieliśmy możliwość wysłuchania ciekawej prelekcji Rafała Dęgiela połączonej z prezentacją slajdów związaną z życiem naszych bohaterów.

Czesław Centkiewicz był z wykształcenia inżynierem elektrykiem, w latach 1934 – 1939 pracował jako radiometeorolog w legionowskim Obserwatorium Aerologicznym Państwowego Instytutu Meteorologicznego. Był też w 1925 r. Mistrzem Polski seniorów w biegu przełajowym na dystansie 10 km. W lipcu 1932 r. Z Legionowa udał się na Pierwszą Polską Wyprawę Polarną, której był kierownikiem. Mogliśmy oglądać eksponaty związane z tą wyprawą, a także odtworzony z dużą pieczołowitością gabinet pana Czesława w którym pisał swoje książki. Samodzielnie napisał 8 książek, zaś z żoną

Aliną 26.

Alina, z wykształcenia prawnik poznała męża w 1926 r. w czasie jednej z wycieczek w Alpy. Ślub z Czesławem Centkiewiczem odbył się w czasie wojny, w listopadzie 1939 r. Po Powstaniu Warszawskim pani Alina trafiła do obozu w Ravensbrück, a pod koniec wojny do Stuttgartu. W 1946 r. powróciła do kraju i odnalazła męża. W latach 1950 – 1955 mieszkali na terenie Instytutu Meteorologicznego w Legionowie. W 1949 r. wyszła drukiem pierwsza napisana wspólnie z mężem książka *Odarpi syn Egigwy*. Alina Centkiewicz w 1958 r. była pierwszą Polką (szóstą kobietą na świecie), która stanęła na Antarktydzie.

26 września 2012 Alina i Czesław Centkiewiczowie otrzymali pośmiertnie tytuł Honorowych Obywateli Miasta Legionowa.

Tekst: Tamara Stasiak
Zdjęcie: Grzegorz Cichocki



ŚLADAMI DAWNYCH DWORÓW I PAŁACÓW

W niedzielę, 11 marca w siedzibie głównej Muzeum Historycznego w Legionowie odbył się wernisaż wystawy czasowej „Śladami dawnych dworów i pałaców”.

Dyrektor Muzeum Jacek Szczepański powitał zaproszonych gości, a otwarcia wystawy dokonał prezydent Legionowa, Roman Smogorzewski.

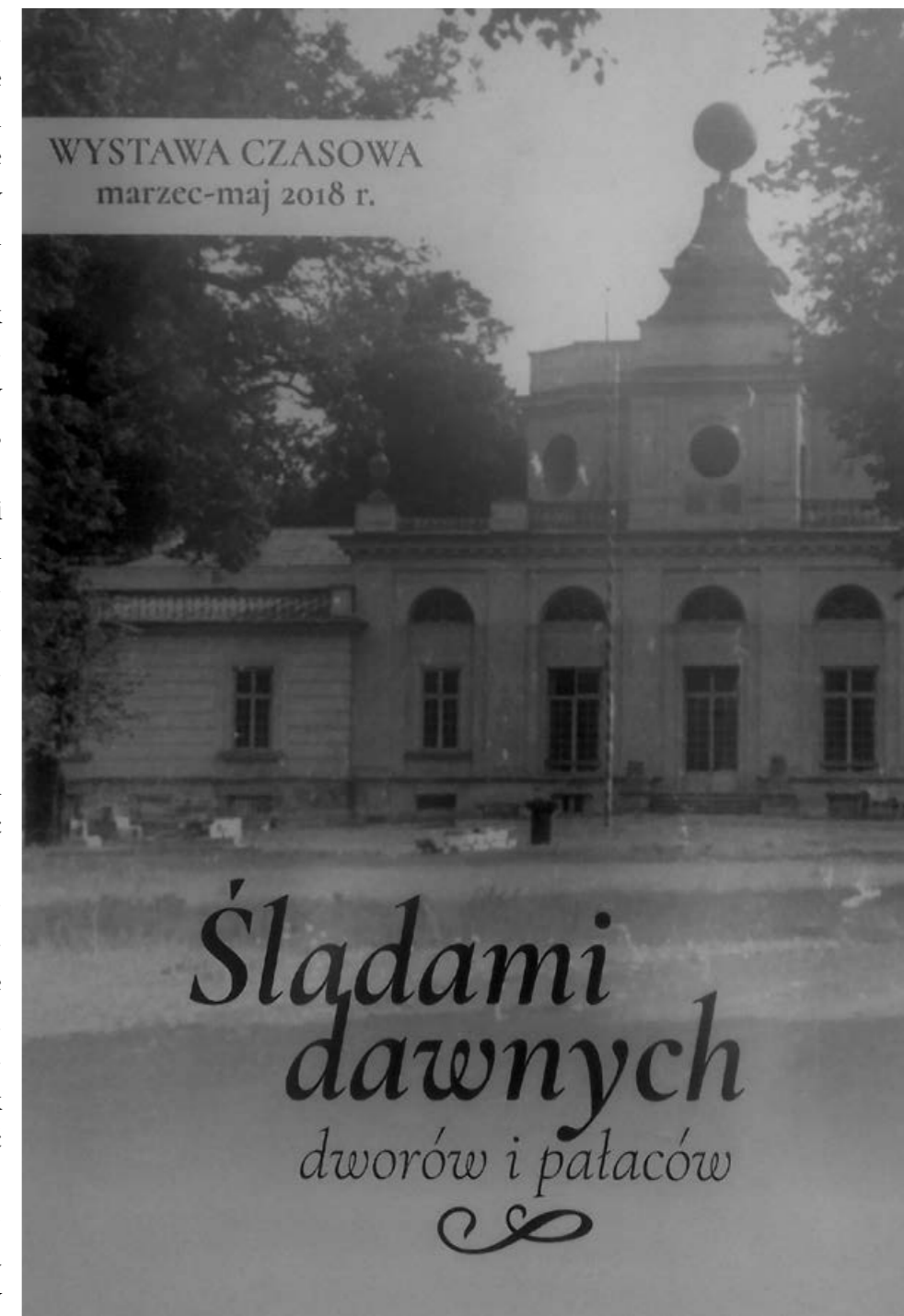
Na wystawie obecni byli również potomkowie dawnych właścicieli obiektów prezentowanych na wystawie – minister Konstanty Radziwiłł i p. Mirosława Dąbkowska-Duda.

Po wystawie oprowadzał i opowiadał o zebranych eksponatach pan Wawrzyniec Orliński.

Wystawa prezentuje dawne pałace, dwory i folwarki. Pałace były w Gorze, Zegrzu, Jadwisinie i najbliższy - w Jabłonie. Ze wszystkich obiektów niewiele zostało pamiątek, ale i tak udało się ich sporo zgromadzić w legionowskim muzeum.

Dawniej te dwory i pałace miały wielkie znaczenie dla kultury narodowej, gromadziły wiele znamienitych osób, zawierały cenne zbiory ówczesnej sztuki.

Dwory i pałace miały też wielkie znaczenie dla ruchu niepodległościowego, czasie powstań narodowych tworzyły oparcie dla powstańców, dając im schronienie i pomoc..



Bardzo zachęcamy do odwiedzenia Muzeum Historycznego w Legionowie, aby obejrzeć tę wystawę i pozostałe, również ciekawe.

Ewa Narożna →



WIELKANOC – POLSKIE ZWYCZAJE ŚWIĄTECZNE

Wielkanoc – to najradośniejsze święto zarówno w kalendarzu liturgicznym, jak i obrzędowym. W niedzielę wielkanocną dzwony kościelne brzmią w szczególny sposób, oznajmiając zmartwychwstanie Chrystusa. Spiżowego głosu wielkanocnych dzwonów bały się złe moce, a ludzie słysząc ich dźwięk wyrzucali nienawiść ze swoich serc.

Na wielkanocnym stole króluje jajko – od wieków uważane za symbol początku i źródło życia. W ludowych wierzeniach jajo było lekarstwem na chorobę, urok, pomagało zdobyć upatrzoną dziewczynę albo chłopaka, zapewniało urodzaj, szczęście i pomyślność. Na wsi panował zwyczaj obdarowywania się pisankami. Dostawali je członkowie rodziny i osoby zaprzyjaźnione. Jeśli chłopakowi spodobała się dziewczyna – oznajmiał jej o tym wręczając pisanke. Jeśli dziewczyna ją przyjęła i w zamian dała swoją

– oznaczało to, że odwzajemnia uczucia.

W XVIII w. w wytwornym towarzystwie obdarowywano się jajem ze złota i kamieni szlachetnych. Panna mogła dostać także słodkie jajo z czekolady i marcepanu – czasem znajdowała w nim pierścionek z brylantem ofiarowany przez adoratora.

W mitologiach wielu ludów można znaleźć opowieść o jajku, z którego powstał świat. Uważano je również za znak zmartwychwstania, odrodzenia, powrotu życia.

W symbolice chrześcijańskiej zostało skojarzone ze świętem Zmartwychwstałego Chrystusa.

Toteż kiedy zasiadamy do stołu by podzielić się święconym składamy sobie życzenia pomyślności i zdrowia.

Tekst: Elżbieta Ekiert

Na podstawie „Polskie zwyczaje świąteczne”
-Renata Hryń-Kuśmierk (Encyklopedia – Wszystko o Polsce)

Zdjęcie: Krystyna Bartosik



K. Bartosik



ŚWIĄTECZNE KIERMASZE W LEGIONOWSKIM RATUSZU

Od kilku lat w Legionowskim Ratuszu odbywają się barwne i ciekawe świąteczne kiermasze, na których można pooglądać stoiska pełne rękodzieła. Można się też zaopatrzyć we wspaniałe chleby, wędliny, sery, poprobać smakołyków. Najwięcej stoisk prezentuje wytwórczość rękodzielniczą.

Można tu kupić wykonane różnymi technikami pisanki, kurki, baranki, kurczaczki, a także stroiki

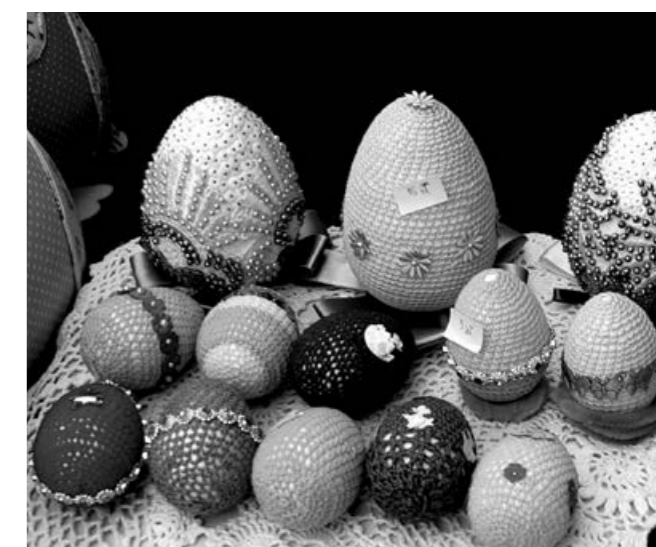
do dekoracji mieszkania, stołu wielkanocnego. Są też stoiska z zakresu obróbki drewna z praktycznymi przedmiotami drewnianymi do domu.

Można się wybrać tam z dziećmi czy wnukami i mile spędzić czas. Kiermasz trwa dwa dni, zwykle w przedostatni lub ostatni weekend przed świętami.

Tekst i zdjęcia: Krystyna Bartosik



Krystyna Bartosik





COŚ PISZCZY W ŚWIECIE

Nasza wspólna przyjaciółka, zadała mi kilka pytań o podróże np. od kiedy, dlaczego, jak? Może zacznę od początku. Była mała dziewczynka mieszkała Legionowo Bukowiec C.

Z okien domku widać było poligon wojskowy i betonowy bunkier. Chorowite dziecko miało do wyboru nudzić się lub marzyć. Przed oknem był wyśniony daleki świat. Poligon stawał się pustynią, prerią, oceanem, sawanną, bunkier wigwamem, słomianą murzyńską chatką lub egipską piramidą. Czas upływał życie też, dostęp do realizacji marzeń żaden. Przyszedł 1991 rok, otworzył się świat i pierwszy paszport, którego nie trzeba zwracać, wystany w gigantycznej kolejce na ul. Kruczej. Skarb w rękę. Dokąd pojechać? Dzikus 44-letni, bojący się własnego cienia i trudny wybór. Zaczęło się od podróży do Włoch. Biuro podróży „Krzak”, płacone gdzieś w mieszkaniu prywatnym olbrzymie pieniądze ja i mój facet również wystraszony, jak ja. Wiosna maj-czerwiec, kwitną gaje pomarańczowe i oleandry. Autokar uszkodzony, a na zewnątrz 25 stopni w środku włączone ogrzewanie, bo przegrzany silnik, okna nie otwierały się. Jak przebiegała podróż, to oddzielna historia. Marzenia zaczęły realizować się.

Podróży było sporo, czy dużo trudno nam ocenić. Zwiedziliśmy trzy czwarte Europy, pół Afryki całe Indochiny, trochę Ameryki Północnej i Południowej, Karaiby.

Jeżeli spodobało się to co napisałam, to wrócimy do tematu. Opowiem o dziwnych ludziach, zabytkach, wspaniałej przyrodzie i niezwykłych przygodach.

Nasza ostatnia wycieczka to Etiopia - plemiona południa.

Za rok wybieramy się do Brazylii - może doczekamy, czego i Państwu życzymy.

Jeżeli chcecie drodzy czytelnicy - cdn.

BAMAKA



Francja



Maroko



Sri Lanka



Dom Autorki

Zapomniałam, Przyjaciółka - redaktorka pytała mnie: powiedz gdzie chciała byś mieszkać? Odpowiadam – Polska - Legionowo Bukowiec C.



Fotografie Czesława Karpińskiego



Fotografie Zbigniewa Oczkiewicza



I WIELKA GALA WOLONTARIATU W LEGIONOWIE

12 lutego 2018r. w sali widowiskowej legionowskiego Ratusza odbyła się I Wielka Gala Wolontariatu. Była to niepowtarzalna okazja zaprezentowania zwycięzców konkursu na najlepszych legionowskich wolontariuszy pod nazwą „Przyjaciół wolontariatu”. Piękną uroczystość, na którą przybyli przedstawiciele Urzędu Miasta, Powiatu Legionowskiego oraz różnych organizacji wolontariackich, zarówno świeckich, jak i kościelnych, otworzył Roman Biskupski – prezes Stowarzyszenia Pomocy Potrzebującym „Nadzieja” i jednocześnie twórca Legionowskiego Centrum Wolontariatu Seniorów. Wyróżnionym wolontariuszom wręczono pamiątkowe statuetki, dyplomy oraz bukiety róż. Wśród pierwszych Przyjaciół Wolontariatu byli:

- Pani Mirosława Pawlak, wolontariuszka z Ośrodka Hospicjum Domowego przy Zgromadzeniu Księża Marianów. Od 2007r. prowadziła w Przedszkolu Miejskim nr12 im. Króla Maciusia międzynarodową oraz ogólnopolską akcję hospicyjną „Poła Nadziei”, a także organizowała konkurs na Bożonarodzeniową kartkę świąteczną dla chorych. Przez wiele lat w różny sposób pomagała i wciąż pomaga chorym ludziom potrzebującym wsparcia i miłości.

- Zdzisław Wasilewski z LCWS – Człowiek Roku 2016 r., od 27 lat niesie pomoc osobom potrzebującym. Początkowo rowerem rozwoził własnoręcznie ubierany i przygotowany opał oraz zakupy spożywcze, zaś od 2013 r. przy pomocy rikszy, własnoręcznie zbudowanych na bazie rowerów, podwozi swoich niepełnosprawnych podopiecznych - dziś jest to 20 osób - do lekarzy lub na zabiegi medyczne.

- Plutonowy Robert Kowalewski – honorowy dawca krwi z Centrum Szkolenia Łączności i Informatyki w Zegrzu, prezes Klubu HDK PCK Legion, który obecnie liczy ponad 1200 członków oraz weteran misji w Libanie i Afganistanie. Pan Robert zorganizował blisko 200 akcji krwiodawstwa, zbierając prawie 2500 litrów drogiego leku, jakim jest krew. Jest

to człowiek, który potrafi skutecznie realizować znane w całym kraju akcje, jak ogólnopolskie kampanie np. „W potrzebie i w boju krwi nie szczczędząc”, która w niespełna półtora miesiąca dała 1100 litrów krwi od 2500 krwiodawców.

- Wszyscy członkowie Legionowskiego Centrum Wolontariatu Seniorów, którzy pod hasłem „Wolontariat to skuteczna metoda aktywacji seniorów” pomagają wszystkim starszym osobom w codziennym życiu. Odwiedzają ich w domach, służą wsparciem pomocą i towarzyszeniem, chodzą do DPS Kombatan, współpracują z Przedszkolem im. Króla Maciusia zapraszając maluchy lub odwiedzając je w przedszkolu, biorą udział w Senioralich, Senioriadzie sportowej wraz z licealistami, prowadzą własnoręcznie odnowiony i wyposażony „Salonik Seniora”, samodzielnie prowadzą działania dziennikarskie tworząc Legionowski Informator Senioralny opisujący życie UTW i innych legionowskich organizacji senioralnych, biorą też udział we wszystkich akcjach pomocowych organizowanych na terenie miasta.

- Szkolne Koło Wolontariatu ze szkoły nr 3 przy ul. Broniewskiego 7, to grupa młodzieży, która niejedną osobę dorosłą może zadziwić swoją wspaniałą postawą. Młodzi wolontariusze wzięli czynny udział w wielu wspaniałych akcjach: w Pikniku Charytatywnym dla Wojtka Kowalczyka, akcji dla Antosia z rdzeniowym zanikiem mięśni, w zbiórce odzieży dla potrzebujących, świątecznej zbiórce żywności, w 2015 r., 2016r. I 2017r. Działali także w akcji Strefa wymiany maskotek.

- Witold Hass, znany poeta legionowski, biorący udział w wielu akcjach pomocowych pomagających osobom chorym i potrzebującym wsparcia. Pan Witold wielokrotnie pisał wiersze poświęcone wspomaganym osobom, które potem były licytowane w czasie akcji wspomagających te osoby, zaś uzyskane kwoty przeznaczone były na ich wsparcie. Mimo ciężkiego uszczerbku na zdrowiu zawsze jest pełen



dobroci, życzliwości i zawsze chętnie wspomaga innych, np. w Legionowskim Informatorze Senioralnym prowadzi akcję „Progi i bariery” poświęconą osobom niepełnosprawnym.

- Pani Joanna Regent - Cendrowska – mecenas, której kancelaria udziela bezpłatnej pomocy prawnej ubogim obywatelom Legionowa. Pani mecenas od 10 lat, kiedy to stała się członkiem legionowskiej społeczności, niesie pomoc potrzebującym, a w szczególności tym biedniejszym mieszkańcom naszego miasta. Pracuje wolontariacko w Centrum Profilaktyk w Legionowie, ostatnio także udziela bezpłatnych porad w swojej kancelarii. Znana jest w MOPS, Stowarzyszeniu PP „Nadzieja”, Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie, wspiera, jako prawnik osoby zadłużone, nękanie przez wierzycieli oraz osoby pozbawione wolności i ich rodziny. Do dziś nie przegrała ani jednej prowadzonej przez siebie sprawy sądowej.

Brawom nie było końca, wszyscy wyróżnieni szczęśliwcy odbierając statuetki dziękowali za wyróżnienie, a następnie zostali uwiecznieni na wspólnej pamiątkowej fotografii. Po części oficjalnej wysłuchaliśmy krótkiego koncertu zespołu muzycznego Ryszarda Poznakowskiego, nucąc wraz z nim piękne piosenki będące w czasach naszej młodości wielkimi przebojami.

Tekst: Tamara Stasiak
Zdjęcie: Zbigniew Oczkiewicz →

LEGIONOWSKIE CIEKAWOSTKI HISTORYCZNE

Czy wiemy, że...

1. Legionowo wywodzi swoją nazwę od formacji wojskowej „Legiony Polskie” utworzonej w 1914 r. u boku armii Cesarstwa Austro-Węgier, oraz obozu wojskowego Legionów nazywanego w 1916r. Legionowem, a położonego na terenie Ukrainy koło Kowla.

2. Piloci balonowi z Legionowa wielokrotnie zdobyli mistrzostwo świata w lotach balonów wolnych. W 1935r. zwyciężając po raz trzeci zdobyli Puchar Gordona Benneta na stałe dla Polski.

3. Od 1922r. w Legionowie funkcjonował zakład produkujący balony i spadochrony. Tu w 1938r. uszyto największy ówczesnie na świecie balon stratosferyczny ‘Gwiazda Polski’, który liczył 120m długości wraz z metalową kapsułą, a gośćmi tych zakładów był w 1935r. m.in. profesor August Piccard-światowej sławy wynalazca i konstruktor.

4. W Legionowie od końca lat 20-tych XXw. funkcjonuje Instytut Meteorologii i Gospodarki Wodnej, dysponujący jednym z najbardziej zaawansowanych zestawów urządzeń pomiaru atmosfery, jako element światowego systemu meteorologicznego. Z tego Instytutu w 1932r. wyruszyła I Polska Wyprawa Polarna w ramach II Międzynarodowego Roku Polarne, przygotowana przez światowej sławy



polarnika i autora powieści polarnych inż. Czesława Centkiewicza, który był też sportowcem, biegaczem długodystansowym- wicemistrzem Polski na dystansie 10 km.

Ciekawostki opracował Erazm Domański, prezes Towarzystwa Przyjaciół Legionowa →

WIELKANOC

Po Niedzieli Palmowej następuje Wielki Tydzień, okres intensywnych przygotowań do Świąt Wielkanocnych.

W kościołach odbywają się nabożeństwa Triduum Paschalnego.

W Wielki Piątek, w dzień największej żałoby przygotowuje się Groby Chrystusa, przypominające groty, pełne wiosennych kwiatów, a wieczorem adoracja Krzyża. Potem zostaną zaciągnięte warty przy Grobie przez służby kościelne, ministrantów, bielanki, strażaków i żołnierzy.

W Wielką Sobotę, jak Polska długa i szeroka, w kościołach święci się pokarmy i odwiedza Groby Chrystusa. Dawniej święcono całe jedzenie przygotowane na święta. Obecnie zanosimy do poświęcenia małe koszyczki, przystrojone zielonym bukszpanem, w których znajduje się to samo, co dawniej, ale w symbolicznych ilościach. W koszyczkach na białych serwetkach znajduje się baranek - symbol Chrystusa Zmartwychwstałego, jajka - symbol życia, płodności, pisanki przygotowane



fol. Krystyna Bartosik

na święta - najbardziej charakterystyczne symbole Świąt Wielkanocnych. W koszyczku nie może zabraknąć też chleba, podstawowego pożywienia człowieka oraz soli i chrzanu. Poświęcone pokarmy spożywamy podczas rodzinnego wielkanocnego śniadania w Niedzielę. Najczęściej po wczesnym uroczystym nabożeństwie z procesją, zwanym Rezurekcją, przy biciu dzwonów, co oznacza Zmartwychwstanie, podczas którego śpiewa się pieśni ze słowami: Alleluja Pan Zmartwychwstał!

Dzielimy się przy stole tradycyjnie jajkiem, a na stole świątecznym oprócz święconego nie może zabraknąć białej kielbasy gotowanej z białym barszczem lub żurem, szynki z chrzanem, jajek gotowanych, kielbas, babki świątecznej, sernika, mazurka - jak polska tradycja każe, przekazywana z pokolenia na pokolenie. Towarzyszy temu śniadaniu radosna świąteczna atmosfera, radość ze spotkania się w gronie rodzinnym przy suto zastawionym stole.

WIELKANOC w pierwszych wiekach zwana Paschą to najstarsze, najwcześniej ustanowione największe święto chrześcijan, jest obchodzone na pamiątkę męki, śmierci i Zmartwychwstania Chrystusa.

Tekst i zdjęcia: Krystyna Bartosik →





*Kiedy na drzewach spęcznieją pąki,
żółte forsycje ożywią płoty,
bociany wrócą na swoje łąki,
miłosne harce rozpoczną koty...
Dni będą dłuższe, krótsze wieczory,
ziemia rozmarznie, zbudzą się mrówki...
My opuścimy zimowe nory -
Nadejdzie wreszcie czas wędrówki.*

Elżbieta Ekiert



MYŚLI MOJE

Znaczenie lokalnych więzi społecznych wobec wyzwań globalizacji

Globalizacja jako pojęcie teoretyczne weszło do obiegu słownictwa naukowego pod koniec lat siedemdziesiątych XX wieku. Najczęściej oznacza ono proces społeczno - ekonomiczny charakteryzujący się wpływem lokalnych relacji odległych od siebie miejsc na świecie. Globalizacja jest procesem wielowymiarowym obejmującym kwestie ekonomiczne, polityczne i kulturowo-społeczne.

Lokalność była od zawsze, wszędzie tam gdzie byli ludzie. Zmieniały się pewnie jej prawa, wielkość, uwarunkowania, ale rozumie się ją w kategoriach ułokowania w przestrzeni, przypisania do konkretnego miejsca określającego zakres doświadczeń życiowych jednostki. Procesy globalizacji sprawiły, że funkcja czynników terytorialnych w określeniu warunków życia człowieka zmniejsza się, zaś jednostki nie są już do danego miejsca (szczególnie miejsca urodzenia) tak przywiązane, jak kiedyś. Sprzyjają temu wielkie migracje zarobkowe oraz gwałtowny rozwój technologii elektronicznych. Lokalne łady kształtowane również przez historię i tradycję uległy zmianom.

Jak tylko zapamiętałam nasze pole za wsią było uprawiane przez ursusy z Ursusa. Co rok wywoziły buraki z paru hektarów. Przemiany ustrojowe, a co za tym idzie i wolnorynkowe dowiodły, że

cukier „globalnie”, bez problemu będzie przywieziony z innych miejsc świata. Ciechanowska cukrownia zwolniła ludzi z pracy, dziś może dzięki technologii mediów elektronicznych pracujących w Londynie. Płynęły lata, nasz ursus bardzo postarzał, coraz większe trudności z naprawą spowodowały, że po polu za wsią jeździ John Deere, ale jak nazwa wskazuje nie polski, lecz właśnie produkt globalności.

Czy ciechanowianie stworzą w Wielkiej Brytanii lub w Irlandii lokalną społeczność, w której dominowała będzie obyczajowość, religia, tradycja i wszystko to w czym jako młodzi ludzie byliśmy wychowani? Z prawami i obowiązkami stanowimy więzi społeczne. Tam gdzie jako jednostka jesteśmy, tworzymy nową lokalność z jej nowymi zwyczajami, tradycjami, z tym co możemy nazwać kulturą. Ta globalna bywa różna. Coraz więcej symptomów świadczy o zmianie charakteru instytucji rodziny i małżeństwa. Z roku na rok maleje liczba zawieranych małżeństw. Instytucja współzamieszkiwania bez formalnego związku staje się coraz bardziej popularna nie tylko w krajach Europy Zachodniej, ale i w Polsce. Coraz więcej dzieci rodzi się poza formalnymi związkami małżeńskimi. W ciągu ostatnich trzydziestu lat XX wieku we wszystkich krajach europejskich niezależnie od poziomu rozwoju

ekonomicznego wzrósł odsetek dzieci urodzonych w związkach pozamałżeńskich. W niektórych krajach takich jak Norwegia, Holandia, Węgry, Wielka Brytania, Rumunia, Austria liczba urodzeń dzieci w związkach pozamałżeńskich osiągnęła kilkakrotnie wzrost. W Polsce, bo to nas najbardziej interesuje odsetek urodzeń pozamałżeńskich w % ogółu urodzeń wzrósł z 5,0 do 11%. Brak więzi międzyludzkich często spowodowanych migracjami, koniecznością szukania pracy zgodnej z wykształceniem stwarza trudności w lokalnej asymilacji, co powoduje, że coraz więcej ludzi żyje samotnie lub w rodzinach niepełnych.

Więzi społeczne to również więzi ekonomiczne. Mają one jeszcze bardziej wyraźny charakter i są mocniej odczuwalne przez społeczeństwa i narody. Globalizacja jako proces społeczno - ekonomiczny zagłusza pojęcie narodowej odrębności, która dla nas Polaków ma wyjątkowe znaczenie. Społeczności lokalne muszą stawiać czoła wyzwaniom, które nie uznają granic. Każda zbiorowość chcąc trwać, rozwijać się, a nawet czerpać korzyści musi włączać się w szeroko pojętą sieć powiązań ekonomicznych i kulturowych. Ruchy antyglobalistyczne oskarżają korporacje o zalewanie swoimi, ale nie wytworzonymi przez siebie produktami i korzystanie z największych zysków niszczących lokalną konkurencję. Procesy globalizacji zmieniają społeczną strukturę i wpływają na życie ludzi

w każdym niemal zakątku ziemi. Łatwiejszy przepływ wiedzy i umiejętności ułatwił rozwój mass mediów, czego oczywistym przykładem jest Internet.

Umowy podpisane ostatnio przez przywódców „wielkich tego świata” tj. CETA mogą z jednej strony znieść bariery handlowe, a więc poprawić sytuację ekonomiczną wielu społeczeństw, ale zaraz za tym idzie uzależnienie krajów rozwijających się od rozwiniętych. Czy kilkaset stron tekstu umów przewidziało wszystkie uwarunkowania wolnego rynku, zależności klimatycznych, możliwości przetwórczych wszystkich stron umowy? Czy nie będzie tylko rynkiem dla upłynnienia kanadyjskiej pszenicy do Europy? Boimy się również modyfikowanej żywności. Ta nasza, lokalna z pola za wsią jest na pewno zdrowsza, za to wydajność z hektara niestety nie jest „globalna”.

Lokalne więzi społeczne nic nie mogą zrobić w tym zakresie. Spotkania sąsiedzkie kończą się na pogadaniu, a nawet lęku przed tym, co nie wiadome, czy rynek globalny kupi od nas zboże płacąc odpowiednią cenę? Pochody antyglobalne w Warszawie nie odniosły żadnego skutku, skoro CETA została podpisana. Jest nas coraz więcej na świecie, żyjemy dłużej, więc chcę znaleźć wyjaśnienie, a może usprawiedliwienie na to, że wyzwania globalizacji są pewnie konieczne. Chcę wierzyć w to, że my żyjąc lokalnie będziemy szczęśliwi globalnie.

Krystyna Wawruch →

Spójrz proszę...

Spójrz proszę, na wiosenne niebo
Przykryte płaszczem białych chmur
Młodą zielenią pokryte drzewa
Przylatujących ptaków sznur

Ponad głowami błękit nieba
Kusi wędrówką w ciepłe dni
W myślach marzenia się kłębią
Los spełnia, tylko niektóre z nich.

O czym myślisz...

O czym myślisz? - gdy ktoś zapyta
Jaka odpowiedz mu dasz.
Kiedy za oknem wiosna zawita
Ty jedno pragnienie masz

By wczesnym rankiem skoro świt
Móc bosą nogą rosę strącać
Żdźbło trawy które jeszcze spi
Lekko stopami swymi trącać

Beztrósko witać nowy dzień
który się ze snu budzi
I jak najdalej zaszyć się
Od gwaru zgorzkniałych ludzi.



Aleksandra Skarżyczka



ZWIERZAK W DOMU

W poprzednim artykule (L.I.S. nr 1/2018), omówiliśmy zasady wyboru zwierzęcia z uwzględnieniem posiadania rodowodu, wyglądu i wielkości. Dziś zastanowimy się nad ewentualnymi problemami wynikającymi z wyboru określonej płci.

Dokonując wyboru zwierzęcia pamiętajmy o tym, że każda płć niesie ze sobą pewne cechy fizjologiczne, mniej lub bardziej wpływające na warunki utrzymywania i sposobu wychowania nowego pupila.

W każdym przypadku właściciele powinni pamiętać o tym, by nie dopuszczać do nieplanowanego i niepotrzebnego rozrodu¹ zwierząt.

Wybierając płć pamiętajmy, że samce niektórych ras psów² mogą być osobnikami mocno dominującymi i bardziej agresywnymi od samic, ale wszelkie wynikające z tego faktu problemy powinny być zniwelowane w zarodku poprzez właściwe wychowanie oraz korekty wprowadzone podczas szkolenia pod okiem fachowca.

Nie wolno lekceważyć suk, niektóre mają tak wojownicze charaktery, że niejedyn pies mógłby im pozazdrościć odwagi i zacięcia. Wystarczy uzmysłowić sobie, jak zachowuje się każda matka, gdy zagrożone jest jej potomstwo.

Każdy pies ma zęby (nawet miniaturowa) i może zrobić krzywdę nam lub osobom postronnym, jeśli jest nieprawidłowo wychowany. Pogryzienie przez ratlerka, choć nie kończy się połamaniem kości i utratą kończyny, jest bolesne i źle się goi, oraz naraża ofiarę na zakażenie bakteryjne (np. gronkowcem), a w skrajnym przypadku może być groźne dla życia – choćby po zarażeniu wirusem wścieklizny. Oczywiście, wraz ze wzrostem masy psa, obrażenia

¹Rozmnażanie zwierząt domowych i późniejszy handel szczeniętami i kociętami poza oficjalnymi hodowlami jest nielegalne.

²Pomijamy tu problem ras uznawanych za agresywne, czy też psów specjalnie szkolonych do kontrolowanych zachowań agresywnych, jak psy policyjne.

mogą być bardziej rozległe i trudniejsze do wyleczenia. Osobie poszkodowanej jest wszystko jedno, czy została pogryziona przez psa, czy sukę i czy zwierzę było duże – liczą się tylko konsekwencje.

Jeżeli nie mamy odpowiedniej wiedzy i doświadczenia, zwróćmy się o radę i pomoc do doświadczonych hodowcy lub tresera. Informacje zawarte w publikacjach internetowych czy podręcznikach wychowania psa mogą być przydatne, ale dopiero wtedy, gdy poznamy „na własnej skórze” zasady i metody szkoleniowe. Przy pierwszym psie w domu, lub w przypadku tzw. trudnych ras, wiedza czysto teoretyczna na pewno nie wystarczy.

W przypadku kotów, płć nie determinuje tak wyraźnie poziomu agresji wobec ludzi, choć widać różnice w zachowaniu względem osobników tej samej płci. w obrębie gatunku. Kotki łatwiej akceptują inne samice na swoim terytorium, niż kocury innego kocura. Jednak w przypadku kotów poziom agresji należy do cech bardziej indywidualnych, więc można powiedzieć, że nie ma tu ścisłych reguł, a zachowanie się zwierząt będzie zależało od wielu czynników zewnętrznych.

Samce

Zarówno psy, jak i kocury po osiągnięciu dojrzałości płciowej charakteryzują się tendencją do znakowania terenu, a więc do zostawiania próbek mocno „pachnącego” moczu na granicach terytorium, oraz niekiedy na wszystkich nowych elementach otoczenia – takich jak nowe meble, czy buty gości. Może to być trudne do opanowania szczególnie u kocurów i psów ras miniaturowych. Może to być źródłem konfliktów →

z sąsiadami, gdy nasz zwierzak uzna wycieraczkę czy drzwi sąsiada za granicę własnego terytorium.

Popęd płciowy, regulowany odpowiednimi hormonami³ i wzmacniany przez unoszące się w powietrzu feromony⁴, może skutkować uciezkami z domu, a co za tym idzie, może powodować:

- utratę zwierzęcia,
- okaleczenie – wypadki komunikacyjne, walki o terytorium i samice, działania obcych osób,
- narażenie na choroby zakaźne, w tym przenoszone drogą płciową, oraz zoonozy, czyli choroby zakaźne zwierząt, groźne dla ludzi,
- kłopoty prawne – pogryzienia i podrapania przypadkowych osób, szczególnie dzieci, które chętnie wyciągają rączki do obcych zwierząt, często zachęcane do tego przez bezmyślnych rodziców, a konsekwencje i tak ponosi właściciel zwierzęcia.

Często można się spotkać z zaleceniem wykastrowania psa w celu obniżenia u niego poziomu agresji. Jest to błędne podejście. Kastracja powinna być stosowana wyłącznie ze względów zdrowotnych (np. nowotwór jądra), gdyż wbrew pozorom nie spowoduje nagłego zaniku zachowań agresywnych. Kastrowane psy gryzą tak samo mocno, a na ich zachowanie należy wpływać poprzez właściwe wychowanie i konsekwentne postępowanie. Zachowania agresywne są wyzwalane przez wiele innych czynników, a nie tylko poprzez męskie hormony płciowe – gdyby tak było, to wszystkie suki byłyby kompletnie nieagresywne.

W przypadku niehodowlanych kocurów trzymany w domu, kastracja niestety jest często koniecznością. Ze względu na dużą trudność oduczania znakowania terenu i związany z tym bardzo nieprzyjemny zapach, najczęściej jedynym sposobem rozwiązania problemu jest chirurgiczne usunięcie jąder.

Samice

Organizm kotek i suczek działa według określonego cyklu płciowego⁵, co skutkuje niekiedy pewnymi

problemami, takimi jak cykliczne zmiany zachowania podczas rui, krwawienia (a więc brudzenie podłóg i legowisk), możliwe są ucieczki, a co za tym idzie – niechciana ciąża i kłopot z potomstwem. Dominujące kotki również mogą znaczyć teren, tak jak kocury.

Częstym problemem są choroby układu rozrodczego (np. ropomacicze) i choroby nowotworowe gruczołu mlekowego. Zdarzają się również zaburzenia psychiczno-hormonalne w postaci ciąży urojonej. Nie jest to choroba (nie powoduje uszczerbku na zdrowiu zwierzęcia), a raczej specyficzny stan fizjologiczny pojawiający się częściej u suk niż u kotek. Z różnych przyczyn może dojść do zachwiania gospodarki hormonalnej – u zwierzęcia występują typowe objawy ciąży, a później może pojawić się laktacja i zmiany zachowania typowe dla opieki nad potomstwem, skierowane do ulubionej zabawki itp.

Jeśli suka lub kotka nie jest zwierzęciem przeznaczonym do rozrodu w hodowli, należy pamiętać o kosztach antykoncepcji i możliwych komplikacjach po stosowaniu leków hormonalnych. Antykoncepcja hormonalna wymaga przestrzegania terminowego podawania preparatu, ale jest odwracalna, tzn. po odstawieniu preparatu i upływie określonego czasu funkcje rozrodcze powracają samoistnie. Preparaty te są stosunkowo bezpieczne, jednak u pewnego odsetka suk i kotek mogą powodować komplikacje. Muszą być stosowane pod kontrolą lekarską.

Jedyną możliwością bezinwazyjnego zapobieżenia niechcianej ciąży jest upilnowanie suczki, by nie nawiązała niechcianego romansu, w tym spacerów w specjalnych „majteczkach”. W praktyce jest to uciążliwe, a u kotek biegających swobodnie – praktycznie niemożliwe. Dodatkowo jesteśmy narażeni na niezapowiedziane wizyty różnej maści konkurentów do wdzięków naszej suczki czy kotki i niechciane eskorty podczas spacerów.

Radykalnym sposobem zapobiegania narodzinom niechcianego potomstwa jest usunięcie jajników

³Hormony - związki chemiczne wydzielane przez gruczoły lub tkanki układu hormonalnego (dokrewnego). Funkcją hormonów jest regulacja czynności i modyfikacja cech strukturalnych tkanek leżących w pobliżu miejsca ich wydzielania lub oddalonych, do których docierają poprzez krew. Mają również wpływ na zachowanie się zwierząt i ludzi.

⁴Feromony – lotne substancje chemiczne, wydzielane są na zewnątrz organizmu i służące do komunikacji, do przywabiania osobników płci przeciwnej (feromony płciowe) lub do zwalczania konkurencji ze strony zbyt licznej populacji własnego gatunku lub obcych (feromony antagonistyczne), itd.

⁵Najczęściej u suk dwa cykle rujowe w roku (u ras prymitywnych 1, a u ras małych mogą się wyjątkowo zdarzyć 3 – szczególnie jeśli nie doszło do zapłodnienia i ciąży), u kotek 2 – 4 cykle, u kotek trzymany wyłącznie w domu, jeśli nie dojdzie do zapłodnienia, ruje mogą występować nawet co dziewięć dni. →

(najczęściej wraz z macicą). Jest to niewielki zabieg chirurgiczny, wykonywany rutynowo i niezbyt drogi – to wydatek jednorazowy.

Oczywiście, jak przy każdej operacji w znieczuleniu ogólnym istnieje bardzo małe ryzyko powikłań podczas narkozy i innych komplikacji śród- i pooperacyjnych. Jednak jak zaznaczyłem, ten typ zabiegów jest wykonywany rutynowo, więc ryzyko naprawdę nie jest duże. O wiele więcej problemów niesie za sobą konieczność resekcji macicy w przypadku ropomacicza,

czy poród poprzez cesarskie cięcie.

Często uważa się, że kastracja jest przyczyną otyłości. Jest w tym odrobina prawdy, gdyż zwierzę u którego wyłączone są funkcje rozrodcze zmniejsza aktywność ruchową. Żeby temu zapobiec wystarczy racjonalnie je żywić⁶ i zapewnić odpowiednio dużo ruchu.

Zaletami chirurgicznej kastracji suk i kotek jest przede wszystkim trwałe zapobieżenie niechcianym ciążom, brak rozchwiania psychicznego typowego dla poszczególnych faz cyklu rujowego, wykluczenie możliwości powstania ropomacicza i większości chorób układu rozrodczego, oraz bardzo duże (prawie całkowite) ograniczenie wystąpienia nowotworów gruczołu mlekowego. Biorąc również pod uwagę koszty kilkuletniego stosowania preparatów hormonalnych, koszt operacji jest znikomy, tym bardziej, że wykluczamy przy okazji możliwość wystąpienia komplikacji polekowych i kosztów ich leczenia.

W wielu schroniskach dla zwierząt chirurgiczna sterylizacja samic jest stosowana rutynowo przed przeznaczeniem suczki czy kotki do adopcji.

Jak więc widać, każdy wybór niesie za sobą określone konsekwencje, które warto wziąć pod uwagę planując zakup czy adopcję zwierzaka. I tak najważniejsze będzie to, czy będziemy potrafili dać mu opiekę i odrobinę miłości.

I piesek i suczka, i kocurek i kotka, na pewno nas pokochają i potrafią się nam za naszą troskę odwdziżyć do zgonnym przywiązaniem.

lek. wet.
Maciej Gawkowski →



⁶To olbrzymi temat, być może poświęcimy temu więcej miejsca innym razem – ale zawsze możemy uzyskać potrzebne informacje u swojego lekarza weterynarii.



SENIOR W OGRODZIE

Jesień życia to piękny okres dla odkrywania swoich pasji, pogłębiania zainteresowań połączonych z wypoczynkiem i przyjemnością.

Wiele osób dopiero będąc na emeryturze znajduje czas dla siebie. Wcześniej pełni obowiązki zawodowych i stresów związanych z pracą nie mieli czasu na swoje hobby, czy na pielęgnowanie bliskich kontaktów z przyjaciółmi. Rośliny ozdobne dostarczają tak potrzebnych seniorom wrażeń estetycznych, a praca przy nich pomaga zachować zdrowie i sprawność ruchową. Prowadzone liczne badania wykazują, że zajęcia w ogrodzie zmniejszają i opóźniają efekty procesu starzenia się. A wiadomo, że chcielibyśmy odciągnąć je w czasie, ile tylko można. Praca w ogrodzie stwarza poczucie przydatności oraz wpływa korzystnie na kondycję fizyczną. Głównie poprawia sprawność naszych rąk, ale również jest dobrym środkiem leczniczym na problemy ze stawami i umożliwia rozruszanie mięśni. Oczywiście we wszystkim należy zachować umiar i łączyć pracę z odpoczynkiem. Osoby starsze powinny jak najwięcej przebywać na słońcu rano, gdyż opóźnia to rozwój demencji i zapobiega osteoporozie. Godziny południowe należy przeznaczyć na wypoczynek w cieniu. Wyjście do ogrodu pozwala odrywać się od codziennych problemów i zmartwień. Drobne prace manualne zastępują wielu emerytom pracę zawodową. Przyzwyczajeni do pracy, ciągle coś ulepszają, budują altanki, oczka wodne, skalniaki itp.





Praca w ogrodzie daje dużo satysfakcji, a relaks w cieniu drzew jest tym, o czym marzyli od dawna. Jedni preferują ogrody wyłącznie rekreacyjne, inni natomiast traktują je jako tereny uprawne. Uważają, że warzywa, rośliny przyprawowe i owoce to zdrowa żywność wyłącznie zebrana z własnej działki. Na pewno jest smaczniejsza niż kupiona w supermarkecie. Jest też metoda łączenia form użytkowych z oazą wypoczynku. Szczególnie ostatnio panuje moda na uprawianie ziół. Zioła w ogrodzie pełnią funkcje ozdobne i użyteczne, a jednocześnie uprawa i użytkowanie ziół daje dużo radości. Można je łączyć z roślinami ozdobnymi i umieszczać w różnych zakątkach ogrodu. Te rośliny z przepięknie pachnącymi liśćmi są po prostu czarujące i zbawiennie wpływają na nasz organizm. Zioła przyciągają owady żywiące się ich pyłkiem, a głównie pszczoły lubią delikatną woń ziół. Tak więc łączmy przyjemne z pożytecznym. Każdy z nas wcześniej czy później poszukuje w swoim życiu harmonii. Ogród zatem jest znakomitym miejscem powrotu do natury, do korzeni. Niektórzy są ogrodnikami z krwi i kości, którzy ogrodami

zajmowali się od zawsze. Ale są też osoby, u których ta pasja pojawiła się od niedawna, często dopiero na emeryturze. Ogrody odzwierciedlają charakter ludzi. Jedni preferują uporządkowane formy np. strzyżone iglaki, a inni są zwolennikami ogródków wiejskich. U jednych ogród musi pachnieć, musi być w nim woda, mnóstwo ptaków. Inni zadowolą się trawnikiem. Najważniejsze jest to, aby jedni i drudzy czuli się w nim dobrze. Musi spełniać ich oczekiwania, bo w końcu robią to dla siebie. Ogród wcale nie musi być kosztowny, modny. Tylko nielicznych stać na drogie ogrody, urządzone przez projektantów, na rośliny egzotyczne ściągane z różnych stron świata. Pozostajmy wierni naszym prostym ogrodom, urządzanym przez siebie, z tego co możemy zdobyć bez większych nakładów. Zapraszajcie swoich przyjaciół i razem z nimi spędzajcie niezapomniane chwile w swoich ogrodach. To cieszy najbardziej. Praca w ogrodzie ma być przyjemnością, a nie udręką. Ma dawać radość i satysfakcję i być doskonałym miejscem relaksu.

Romana Tokarska →



ŻYCZENIA DLA WITKA

Wiemy, że od jakiegoś czasu nie ma kontaktu z Witkiem Hassem, naszym legionowskim poetą, człowiekiem na wózku inwalidzkim, znanym nie tylko seniorom, ale większości mieszkańców naszego miasta. Witka jest w szpitalu, bardzo chory, nie odbiera telefonów czyli nie jest dobrze. Myśli nas wszystkich, znajomych i przyjaciół Witka są z nim w Jego trudnych chwilach.

Życzymy Mu powrotu do domu, do dawnej kondycji fizycznej, pozwalającej na dalsze tworzenie pięknych myśli przelewanych na papier. Bardzo nam

brakuje Jego wierszy, które chcielibyśmy umieścić w kąciку poezji w Legionowskim Informatorze Senioralnym.

Czekamy na Ciebie Witku, wracaj do zdrowia pozwalającego na powrót do domu, do rodziny, ale i do nas seniorów. Życzymy Ci tego z głębi naszych serc. Szybkiego powrotu do nas, Witku.

W imieniu Zespołu Redakcyjnego LIS

Hanna Przymusińska →



Tym wszystkim, którzy właśnie w tym czasie

Nie zapomnieli o Witku Hassie,
Jak też o mojej Żoneczce Ewie,
Co po udarze leży w potrzebie.

Z całego serca pięknie dziękuję!

I jeszcze jedno - tu obiecuje,
Że tu zebrane przeze mnie datki
Są przeznaczone, dla Żony, Matki,
Która od lipca jest po udarze.

Chociaż na Bródnie dobrzy lekarze
Do dziś się dziwią, że to przeżyła.

16% serca i jakaś siła?

Aby zaistnieć jeszcze w tym świecie.

Jeśli możecie pomóc Kobiecie.

I mnie w tym całym galimatiasie
I wesprzeć z serca w tym trudnym czasie.

Z góry dziękuję za każdy grosz!

Nie zapłaconych rachunków kosz.

Lecz wierzę, że tak nie musi być.

Bo przecież każdy człowiek chce żyć.

A dobro, dobrem niech się odrodzi,
To nic, że los nasz - trudno nie szkodzi.

Przecież my mamy dokota Was.
Na tym już kończę, ja Witold Hass.



Fotografie Czesława Karpińskiego i Zbigniewa Oczkowicza



Zajawki z aktualności
na stronie
www.muzeum.legionowo.pl/tag/filia-piaski/



Świąteczny Kiermasz Sztuk Różnych

Pracownia
SZTUK
RÓŻNYCH

Krystyna Bartosik



Wielkanocny Kiermasz Sztuk Różnych
Fotorelacja Krystyny Bartosik



Krystyna Bartosik