

SZANOWNI MIESZKAŃCY GMINY TERESIN

Z okazji Świąt Bożego Narodzenia składamy płynące z głębi serca serdeczne życzenia. Życzymy dobrego zdrowia, radości i sił do podejmowania stojących każdego dnia nowych zadań. Życzymy wiary, nadziei i miłości, których tak bardzo potrzebuje współczesny świat

Życzymy byśmy nigdy nie zapomnieli, że siła człowieka tkwi w jego rodzinie. Podczas tych świąt, miejmy w sercach tych bliskich, z którymi z oczywistych powodów, nie będzie nam dane podzielić się opłatkiem. Życzymy, żeby wszystkie drzwi, jak najszybciej mogły znów zostać otwarte. Żeby na ulicach słyszeć było zgiełk i ruch, a w szkołach, parkach i na placach zabaw krzyczące radośnie dzieciaki. Żebyśmy mogli się uściskać na powitanie i bez strachu podać sobie ręce.

ZDROWYCH, SPOKOJNYCH I RADOSNYCH ŚWIĄT BOŻEGO NARODZENIA ORAZ SZCZĘŚLIWEGO, BEZCOVIDOWEGO NOWEGO 2021 ROKU!

Przewodniczący Rady Gminy Teresin

Bogdan Linard

Wójt Gminy Teresin

Marek Olechowski



JAK M CZYLI KALENDARIUM NAJWAŻNIEJSZY

STYCZEŃ



Pospolite ruszenie – pomagamy
Mai Kapłon

LUTY



XVIII Zjazd delegatów Gmin
Kolbiańskich

MARZEC



Obchody Narodowego Dnia Pamięci
Żołnierzy Wyklętych



Orszak Trzech Króli w Szymanowie



IV Gala Sportu Gminy Teresin



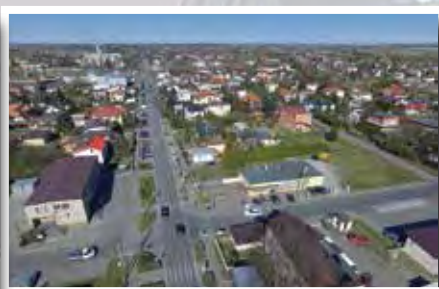
Kamil Rybicki najpopularniejszym
sportowcem powiatu sochaczewskiego.

KWIECIEŃ



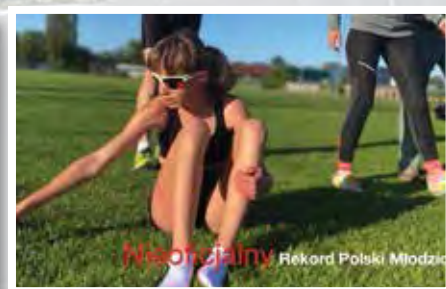
Teresin w okowach pandemii COVID-19

MAJ



30 lat samorządowej Gminy Teresin

CZERWIEC



Eliza Galińska bije na teresińskim
stadionie rekord Polski na 2000 m



Historyczny pierwszy numer gazetki
„Co słysząc u seniorów?”



Otwarcie gabinetu rehabilitacyjnego
na Stadionie Gminnym
im. Stanisława Wójcika



Boże Ciało z koronawirusem w tle

MINAŁ ROK? CH WYDARZEŃ 2020 ROKU W GMINIE TERESIN

LIPIEC



Teresiński etap wyścigu Dookoła Mazowsza

SIERPIEŃ



Nowe stawki i zasady gospodarowania odpadami komunalnymi

WRZESIEŃ



Obchody 100. rocznicy Bitwy Warszawskiej



Nowy duży inwestor w Gminie Teresin



Bondar Team - Teresin Złombol pomaga rodzinom zastępczym



Dożynki Gminy Teresin

PAŹDZIERNIK



Otwarcie Harcówki w Teresinie

LISTOPAD



Gmina Teresin ponownie w „Złotej 100”!

GRUDZIEŃ



77. rocznica egzekucji w Teresinie



Zakończenie projektu Odnawialne Źródła Energi w Gminie Teresin



Obchody 102. rocznicy odzyskania przez Polskę Niepodległości



Teresin śpiewa kolędy
Świąteczny prezent od Teresińskiego Ośrodka Kultury

KORONAWIRUS – KOMUNIKATY

Urząd Gminy obecnie nie prowadzi bezpośredniej obsługi interesantów. Wszystkie sprawy (tam, gdzie tylko to jest możliwe) załatwiamy telefonicznie: 46 8613815 (sekretariat), mailowo: urząd.gminy@teresin.pl lub poprzez platformę ePUAP.

KASA W URZĘDZIE JEST NIECZYNNA DO ODWOŁANIA

Prosimy o dokonywanie płatności przez internet na nr konta:

Podatki i opłaty lokalne:

BS Teresin 50 9284 0005 0000 0912 2000 0020

Odpady komunalne:

BS Teresin 30 9284 0005 0012 3389 2000 0030

Formularze wniosków oraz telefony do wszystkich referatów dostępne są na stronie bip.teresin.pl w zakładce „Poradnik interesanta – jak załatwić sprawę”.

KONTAKT Z WÓJTEM TYLKO TELEFONICZNY

Korespondencję do Urzędu wrzucamy do skrzynki przed Urzędem Gminy. Prosimy o podawanie numerów kontaktowych na korespondencji wpływającej do Urzędu. Korespondencja podlega 24-godzinnej kwarantannie.

Ważne!

Seniorze, zostań w domu!

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej włącza się w akcję pomocy seniorom w wieku 70 lat i więcej (w szczególnych przypadkach – poniżej 70 roku), którzy w obowiązującym stanie epidemii zdecydują się na pozostanie w domu. Pomoc polega w szczególności na dostarczeniu zakupów obejmujących artykuły podstawowej potrzeby, w tym artykuły spożywcze, środki higieny osobistej.

Specjalna darmowa infolinia dla seniorów

(22) 505 11 11

Za jej pośrednictwem osoby starsze będą mogły poprosić o pomoc w czynnościach, które wymagają wyjścia z domu, a które utrudnione są przez pandemię. Dane kontaktowe zgłaszającego się seniora będą przekazywane do Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Teresinie, który będzie się kontaktował z osobą zainteresowaną w celu ustalenia zakresu pomocy, weryfikuje zgłoszenie i ustala usługę wsparcia, która ma polegać w szczególności na dostarczeniu zakupów, zgodnie ze wskazanym zakresem, obejmujących artykuły podstawowej potrzeby, w tym artykuły spożywcze, środki higieny osobistej. Koszty zakupów pokrywa Senior.

Apelujemy do seniorów – zwłaszcza do osób po 70. roku życia – o ograniczenie przemieszczania się.

Zostańmy w domach i przestrzegajmy zasad

Skala rozprzestrzeniania się koronawirusa zależy od nas samych. Dlatego ważne jest przestrzeganie ustalonych obostrzeń i reżimów sanitarnych. Wszystkim zalecamy pozostawanie w domach, o ile jest to możliwe. Ograniczamy wychodzenie z domu do absolutnego minimum, poza wykonywaniem pracy, czy zaspokajaniem niezbędnych potrzeb związanych z bieżącymi sprawami życia codziennego. Skuteczna walka z koronawirusem jest możliwa dzięki przestrzeganiu podstawowych zasad postępowania.

Utrzymywanie dystansu społecznego min. 1,5 m, częste mycie rąk i ich dezynfekcja oraz zakrywanie ust i nosa to podstawowe czynności, które pozwalają ograniczyć ryzyko zakażenia koronawirusem. Warto też często wietrzyć pomieszczenia, w których przebywamy, szczególnie w miejscach pracy czy placówkach oświatowych. Walkę z zagrożeniem wspiera też aplikacja STOP COVID – ProteGO Safe. Jest ona w pełni bezpieczna, bezpłatna i dobrowolna. Im więcej osób będzie z niej korzystało, tym szybciej i skuteczniej ograniczymy tempo i zasięg rozprzestrzeniania się koronawirusa.

Oficjalna strona z informacjami na temat epidemii

[Portal gov.pl]

NOWE OBOSTRZENIA. SZKOŁY DALEJ ZAMKNIĘTE, GALERIE HANDLOWE OTWARTE!

Podczas sobotniej konferencji prasowej premier Mateusz Morawiecki ogłosił decyzję rządu w sprawie obostrzeń i kolejnych działań rządu w związku z epidemią Covid-19.

Rozpoczynamy dziś 100 dni solidarności, które pozwolą nam lepiej przejść przez ten okres. Na końcu tego okresu będzie pewnie dostępna szczepionka - mówił na konferencji szef rządu.

W jego wystąpieniu znalazła się m.in. informacja o przedłużeniu zdalnego nauczania w szkołach do świąt Bożego Narodzenia, a także płynne przejście w ferie zimowe.

Do świąt zamknięte będą restauracje (poza wydawaniem posiłków na wynos). Od 28 listopada mogą zacząć pracę zamknięte do tej pory sklepy w galeriach handlowych, ale tylko w najwyższym reżimie sanitarnym. Rząd zdecydował się również utrzymać dwie niedziele handlowe 13 i 20 grudnia.

Rada Ministrów postanowiła także, że instytucje kultury, kina, teatry oraz siłownie i kluby fitness pozostaną zamknięte do 27 grudnia.

Do 23 grudnia zamknięte będą również szkoły, a ferie zimowe dla wszystkich woje-

wództw odbędą się w jednym terminie, tj. od 4 stycznia do 17 stycznia. Jeden termin ferii zimowych ma zmusić uczniów i ich rodziców do zrezygnowania z wyjazdów, np. na narty.

Premier Morawiecki podjął także temat zbliżających się świąt Bożego Narodzenia. Apelował, aby świętowanie odbywało się w małym gronie najbliższych sobie osób. Prosił jednocześnie, by bez wyraźnego powodu nie przemieszczać się pomiędzy miastami i miejscowościami.

Redakcja



Z PRAC RADY GMINY TERESIN

Po raz dwudziesty drugi w tej kadencji – 15 grudnia – radni gminni spotkali się na sesji, by podejmować decyzje dotyczące m.in. uchwalenia rocznego programu współpracy Gminy Teresin z organizacjami pozarządowymi oraz podmiotami prowadzącymi działalność pożytku publicznego na 2021 rok czy zmian w uchwale budżetowej na rok 2020. Obrady poprowadził przewodniczący Rady Gminy Teresin Bogdan Linard.



Jedną z ważniejszych uchwał była ta dotycząca szczegółowego sposobu i zakresu świadczenia usług w zakresie odbierania odpadów komunalnych od właścicieli nieruchomości i zagospodarowania tych odpadów. Od 1 stycznia 2021 roku zniżka od obowiązujących cen za gospodarowanie odpadami komunalnymi zbieranymi i odbieranymi w sposób selektywny dla osób posiadających Teresińską Kartę Seniora lub Teresińską Kartę Dużej Rodziny 3+ wynosi 10 zł, a nie jak to było dotychczas 50 % stawki. Warunkiem skorzystania z przysługujących ulg jest terminowa wpłata. Zwrot należy odebrać w kasie Urzędu Gminy. Zwrot przysługuje tylko w danym roku budżetowym.

Radni przyjęli Roczny program współpracy Gminy Teresin z organizacjami pozarządowymi oraz podmiotami prowadzącymi działalność pożytku publicznego na 2021 rok. Priorytetowymi zadaniami publicznymi realizowanymi przez Gminę w 2021 r. we współpracy z organizacjami pozarządowymi oraz

podmiotami prowadzącymi działalność pożytku publicznego będą działalność na rzecz seniorów (wspomaganie działań na rzecz integracji kulturowej i społecznej osób starszych) oraz działalność w zakresie upowszechniania kultury fizycznej i sportu wśród dorosłych mieszkańców gminy. W uchwale budżetowej Gminy Teresin na rok 2021 zaplanowano środki finansowe na realizację Programu w wysokości 22.000 zł.

Rada zdecydowała też o przedłużeniu umowy dzierżawy nieruchomości położonej w obrębie Teresina. Podjęto również decyzję o wyrażeniu zgody na sprzedaż w trybie bezprzetargowym lokali mieszkalnych i udzielenie bonifikaty. Są to trzy mieszkania, stanowiące własność Gminy Teresin, usytuowane w budynku wielorodzinnym na działce położonej w obrębie geodezyjnym Teresin Gaj o powierzchni 56,65 m², 29,25 m² i 82,50 m². Ustalono bonifikatę w wysokości 95 % od ceny

sprzedawanego lokalu. Bonifikata ta obejmuje cenę lokalu mieszkalnego w tym udział w prawie własności gruntu, a także na wszystkie składniki zbywanej nieruchomości lokowej w jednakowej wysokości.

Zdecydowano także o nabyciu niezabudowanych nieruchomości położonych w obrębie Teresina Gaju o łącznej powierzchni 3.110 m², które przeznaczone zostaną pod tereny drogi gminnej.

Radni zadecydowali, że od 1 stycznia zmieni się kwota dotacji celowej dla podmiotów prowadzących żłobki. Obecnie obowiązującą stawką jest 400 zł miesięcznie

na każde dziecko objęte opieką żłobka. Od 1 stycznia dotacja zostanie zmniejszona o połowę i będzie stanowiła kwotę 200 zł.

Radni dokonali również niezbędnych zmian w uchwale budżetowej Gminy Teresin na rok 2020, które wynikają ze zmian w wydatkach na zadania inwestycyjne, zmian w dochodach z tytułu wydawania zezwoleń na sprzedaż napojów alkoholowych, wydatkach na realizację zadań określonych w Gminnym Programie Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz zmian w dotacji celowej dla podmiotów prowadzących żłobki.

Redakcja

Projekty uchwał zamieszczone są na stronie bip.teresin.pl w zakładce „Rada Gminy Teresin” – „Projekty uchwał”.

Nagrania obrad można obejrzeć na stronie bip.teresin.pl w zakładce „Rada Gminy Teresin” – „Transmisje sesji” (archiwum nagrań).

OGŁOSZENIA

Od 1 stycznia 2021 roku zniżka od obowiązujących cen za gospodarowanie odpadami komunalnymi zbieranymi i odbieranymi w sposób selektywny dla osób posiadających Teresińską Kartę Seniora lub Teresińską Kartę Dużej Rodziny 3+ wynosi 10 zł, a nie jak to było dotychczas 50 % stawki.

Warunkiem skorzystania z przysługujących ulg jest terminowa wpłata. Zwrot należy odebrać w kasie Urzędu Gminy.

Zwrot przysługuje tylko w danym roku budżetowym!!!

Od 1 stycznia zmienia się także kwota dotacji celowej dla podmiotów prowadzących żłobki. Obecnie obowiązującą stawką jest 400 zł miesięcznie na każde dziecko objęte opieką żłobka. Od 1 stycznia dotacja zostaje zmniejszona o połowę i będzie stanowiła kwotę 200 zł.

Pragniemy przekazać
wyrazy głębokiego współczucia oraz słowa wsparcia

Panu
TOMASZOWI DACZKO

Redaktorowi miesięcznika samorządowego
„Prosto z Gminy”
z powodu śmierci

MAMY

Wójt Gminy Teresin Przewodniczący Rady Gminy Teresin
Marek Olechowski Bogdan Linard

Pani

JOANNIE KORNACKIEJ

Dyrektor Szkoły Podstawowej
im. św. Maksymiliana Kolbego w Teresinie
wyrazy szczerzego współczucia oraz żalu
z powodu śmierci

MAMY

składają
Wójt Gminy Teresin Przewodniczący Rady Gminy Teresin
Marek Olechowski Bogdan Linard



OŚWIADCZENIE RADY SPOŁECZNEJ DS. CENTRALNEGO PORTU KOMUNIKACYJNEGO W SPRAWIE PROGRAMU TZW. „DOBROWOLNYCH NABYĆ” ZIEMI NA POTRZEBY „PORTU SOLIDARNOŚĆ”

W dniu 2 grudnia 2020 Pełnomocnik Rządu ds. CPK Marcin Horała oraz prezes spółki Centralny Port Komunikacyjny Mikołaj Wild ogłosili otwarcie programu dobrowolnych nabyć nieruchomości na potrzeby Portu Solidarność.

Program ten nie był konsultowany z Radą Społeczną ds. CPK. Nie był również konsultowany bezpośrednio z samorządami gmin, na terenie których planuje się budować Port Solidarność.

Rada Społeczna ds. CPK negatywnie ocenia przedstawiony program tak zwanych „dobrowolnych nabyć”. Zwracamy przy tym uwagę, że:

1. Ewentualne wykupy nie będą w pełni dobrowolne, ponieważ skłonność do zbycia nieruchomości może być wynikiem wieloletniego utrzymywania właścicieli nieruchomości w stanie niepewności co do przyszłej lokalizacji CPK. Od ponad 3 lat rząd nie podaje lokalizacji inwestycji, sygnalizując przy tym perspektywę przymusowych wywłaszczeń na bardzo dużym obszarze. Zaznaczony w ramach ogłoszonego programu wykupów obszar 7,4 tys ha jest niemal 10-krotnie większy niż istniejące Lotnisko Chopina oraz ponad dwukrotnie większy niż faktycznie zajmie CPK (3 – 3,5 tys ha). W efekcie mieszkańcy już od lat nie mogą planować budowy lub remontu domu, a rolnicy obawiają się inwestować w produkcję.
2. Do wycen nieruchomości w ramach programu tzw. „dobrowolnych nabyć” spółka CPK – wnioskując z wypowiedzi jej przedstawicieli – chce przygotowywać operaty szacunkowe na bazie rynkowych transakcji kupna-sprzedaży gruntów rolnych. Jak powszechnie wiadomo historyczne ceny transakcyjne gruntów rolnych są niskie, ponieważ rynek gruntów rolnych jest administracyjnie ograniczony (grunt może kupić tylko rolnik zamieszkujący daną gminę). Do-

datkowo na obszarze zaznaczonym na potrzeby Portu Solidarność, rynek nieruchomości w ostatnich latach praktycznie zamarł z powodu niepewności związanej z potencjalną inwestycją. Spółka CPK dąży do tego, aby tanio skupować grunt rolny, a następnie wykorzystać go na cel inwestycyjny.

Podsumowując. Inwestor blokuje rynek nieruchomości, stawia właścicieli w trudnej sytuacji życiowej i ekonomicznej. Następnie proponuje wykup na korzystnych dla siebie warunkach wykorzystując swoją przewagę informacyjną oraz możliwość wpływu na kształtowanie prawa. Tego typu praktyka nie przystoi państwowemu inwestorowi i stoi w sprzeczności z zasadami społecznej odpowiedzialności biznesu.

Rada Społeczna ds. CPK nie komentuje zasadności budowy CPK, ale podkreśla, że ewentualne przejmowanie nieruchomości powinno mieć miejsce dopiero po wskazaniu terenów przeznaczonych na CEL PUBLICZNY. Nieruchomości powinny być wyceniane zgodnie z celem ich przeznaczenia (tak jak teren pod inwestycję). Rada Społeczna ds. CPK zleciła analizę cen nieruchomości w gminach w których planuje się budowę CPK oraz w bezpośrednim sąsiedztwie. Analiza ta została przekazana Spółce.

Zwracamy się do mieszkańców z apelem o rozważę w podejmowaniu decyzji. Prosimy pamiętać, że nieruchomości sprzedana w ramach programu tzw. „dobrowolnych nabyć” nie będzie mogła być odzyskana. Również wtedy, gdy CPK nie powstanie na tym obszarze.

*Z poważaniem Rada Społeczna
ds. Centralnego Portu Komunikacyjnego
Foto: CPK*



USUWANIE I UNIESZKODLIWIANIE AZBESTU W GMINIE TERESIN

Gmina Teresin w 2020 roku uzyskała dofinansowanie z Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Warszawie w kwocie 7.620,14 zł na zadanie pn. „Usuwanie i unieszkodliwianie azbestu w Gminie Teresin – 2020”, w ramach którego zutylizowano ponad 51 ton azbestu. Mając na uwadze zdrowie i bezpieczeństwo mieszkańców, również w 2021 roku planowane jest wystąpienie z kolejnym wnioskiem o dofinansowanie inwestycji polegającej na demontażu oraz utylizacji wyrobów zawierających azbest. Środki pozyskane przez Gminę Teresin przeznaczone będą tylko i wyłącznie na demontaż,



przewiezienie i utylizację azbestu, natomiast nie mogą być wydatkowane na wykonanie nowych pokryć dachowych. **Osoby fizyczne nieprowadzące działalności gospodarczej, które są zainteresowane usunięciem azbestu ze swoich posesji mogą składać wnioski do Urzędu Gminy Teresin.** Dodatkowe informacje można uzyskać w Urzędzie Gminy Teresin (Referat Mienia i Środowiska, budynek po byłej aptece, I piętro, ul. Zielona 18, tel. 46 864 25 33).

Izabela Andryszczyk

DZIĘKUJEMY! SPIS ROLNY TO NASZ WSPÓLNY SUKCES!

W Gminie Teresin spisowi rolnemu podlegało 628 gospodarstw. 54% z nich zostało spisanych przez rachmistrzów, 28% dokonało samospisu przez internet, a 18% gospodarstw skorzystało z infolinii spisowej. Dzięki pozytywnemu odzewowi mieszkańców udało się spisać 100% wszystkich punktów.

Dziękujemy naszym gminnym rachmistrzom spisowym: pani Ewelinie Matyszewskiej i Renacie Trojanowskiej za bardzo dobrą współpracę z Gminnym Biurem Spisowym oraz dyrektorom szkół i parafiom za włączenie się w promocję Powszechnego



Spisu Rolnego 2020.

Spis się udał, choć nie ukrywam, że trzeba było zachęcać rolników. Na 2 tygodnie przed

zakończeniem mieliśmy tylko 60% spisanych uprawnionych. Tu ogromna zasługa komisarzy spisowych i Pani sekretarz Grażyny Cierpis – Przysuchy, która mocno zaangażowała się w ten projekt. To była ważna lekcja i swego rodzaju test przed tym, co czeka nas w przyszłym roku – czyli ogólnym spisem ludności – podsumowuje wójt Gminy Teresin Marek Olechowski.

Przypomnijmy, że Narodowy Spis Powszechny Ludności i Mieszkań będzie odbędzie się w terminie od 1 kwietnia 2021 r. do 30 czerwca 2021 r.

Redakcja

NABÓR WNIOSKÓW NA INWESTYCJE PRZECIWSUSZOWE I USŁUGI ROLNICZE

Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa prowadzi nabór wniosków:

- o dotację na nawadnianie gospodarstw w ramach działania „Modernizacja gospodarstw rolnych”. O dotację może wystąpić rolnik posiadający gospodarstwo o powierzchni co najmniej 1 ha i nie większe niż 300 ha, który w okresie 12 miesięcy poprzedzających miesiąc złożenia wniosku wykazał przychód w wysokości co najmniej 5 tys. zł. Konieczne jest również posiadanie wpisu w krajowym systemie ewidencji producentów, ewidencji gospodarstw rolnych oraz ewidencji wniosków o przyznanie płatności. Limit finansowy na jednego beneficjenta i jedno gospodarstwo wynosi 100 tys. zł, przy czym refundacji podlega 50 % kosztów poniesionych na realizację inwestycji (60 % w przypadku młodego rolnika). Minimalny poziom kosztów inwestycji

musi być wyższy niż 15 tys. zł. Wniosek należy przesłać do 28 stycznia 2021 roku.

- o dotację dla przedsiębiorców, którzy już pracują na rzecz rolników i chcą rozwijać swoją działalność w zakresie usług wspomagających produkcję roślinną lub chów i hodowlę zwierząt gospodarskich, czy też usług świadczonych po zbiorach. O dotację może ubiegać się osoba fizyczna, prawna, jednostka organizacyjna nieposiadająca osobowości prawnej, która jako mikro – lub małe przedsiębiorstwo wykonuje działalność gospodarczą obejmującą świadczenie usług dla gospodarstw rolnych przez okres co najmniej 2 lat poprzedzających dzień złożenia wniosku. Refundacji podlega do 50 % kosztów kwalifikowanych, do których zalicza się m.in. koszty zakupu lub leasingu nowych maszyn, narzędzi lub urządzeń do produkcji rolnej, aparatury pomiarowej

i kontrolnej, sprzętu komputerowego i oprogramowania służących do zarządzania przedsiębiorstwem lub wspomagających sterowanie procesem świadczenia usług.

Pomoc przyznaje się i wypłaca do wysokości limitu, który w okresie realizacji programu wynosi maksymalnie 500 tys. zł na jednego beneficjenta. Wniosek należy przesłać do 13 stycznia 2021 roku.

Wnioski przyjmują oddziały regionalne ARMiR. Można je składać osobiście, drogą elektroniczną lub rejestrowaną przesyłką pocztową. Więcej szczegółów na www.armir.gov.pl



OGŁOSZENIE

Zarząd Gminnej Spółki Wodnej w Teresinie zwołuje na dzień 12 stycznia 2021 roku o godzinie 10.00 Walne Zgromadzenie Gminnej Spółki Wodnej, które odbędzie się w sali konferencyjnej UG w Teresinie. Wszystkich członków i zainteresowane osoby zapraszamy do udziału w obradach.

prezes Zarządu GSW w Teresinie
Leszek Jarzyński





CO SŁYCHAĆ U SENIORÓW?

DODATEK DO TERESIŃSKIEGO MIESIĘCZNIKA SAMORZĄDOWEGO „PROSTO Z GMINY”

DRODZY SENIORZY!

Jak ten czas szybko mija, to już czwarte wydanie gazetki „CO SŁYCHAĆ U SENIORÓW” i ostatnie w tym roku.

W pierwszym wydaniu wspominaliśmy początki działalności klubu, pisaliśmy o naszych bieżących działaniach, o wycieczkach, wyjazdach na wczasy i imprezach, które tak wszyscy lubimy, ale też o grupie teatralnej, plastycznej i muzycznej. Działo się naprawdę dużo! To się działo w 2019 r. i w pierwszym kwartale tego roku. Nagle wszystko się skończyło.

Nasze wspólne spotkania musiały zostać bardzo ograniczone. Ostatecznie po przełożonym z maja na wrzesień wyjazdu do Krynicy Morskiej, nie spotykamy się. Obawa przed zakażeniem wirusem powoduje, że wychodzimy z domu tylko w sytuacjach koniecznych.

Moi drodzy, w naszym wieku możemy śmiało powiedzieć, że czas nie jest naszym sprzymierzeńcem. Stąd pytanie, jak zagospodarować ten uciekający czas?

Zróbmy coś, na co wcześniej nie mieliśmy czasu, a może nawet nie pomyśleliśmy, żeby tym się zająć. Przejrzyjmy nasze domowe archiwa, może znajdziemy stare fotografie, opiszmy kogo przedstawiają, jakich uroczystości rodzinnych czy wydarzeń dotyczą. Przypomnijmy sobie nasze lata, które są już za nami. Pozwólmy sobie na chwilę nostalgii nad tym, co przeminęło i bądźmy otwarci na to co jeszcze przed nami.

Mam nadzieję, że nadchodzący rok będzie lepszy, że będziemy normalnie działać, regularnie się spotykać, wyjeżdżać do teatru i na wycieczki, tańczyć i śpiewać. Tak będzie!!!

„Życie ma jedną zasadę, chcesz czy nie musisz dawać radę...”

Bożena Dentko



Niech magiczna moc wigilijnego wieczoru przyniesie Wam spokój i radość świąt Bożego Narodzenia, a Nowy Rok niech obdarzy pomyslnością i szczęściem. W imieniu całego zarządu składam serdeczne życzenia dla koleżanek i kolegów z klubu seniora „Radosna Jesień” oraz wszystkim seniorom naszej gminy.

Prezes
Henryka Jaworska



Autor grafiki: Kinga Kowalczyk, uczennica Szkoły Podstawowej im. św. Maksymiliana Kolbego w Teresinie



JAK TO Z MOIM COVIDEM BYŁO

Na początku października poproszono mnie o przygotowanie dla naszego Klubu Seniora pogadanki o rozprzestrzeniającej się coraz szybciej pandemii COVID-19. Pogadanka miała być przeznaczona dla nas seniorów o tym, jak się zabezpieczyć przed chorobą i jak zachować się w wypadku zachorowania.

W zasadzie wszystko, co najważniejsze powiedziała w bardzo pięknie i ciekawie przedstawionym wykładzie pani Anna Gogół. Ja miałam powiedzieć, jak to jest z lekarskiego punktu widzenia. I stała się niebывала okazja! Sama zachorowałam na COVID-19, a więc mogę opowiedzieć o mojej chorobie, jej przebiegu, lękach jej towarzyszących i co robiłam, żeby poczuć się lepiej.

Chorobę wywołuje virus SARS-CoV 2 i jest bardzo groźny. Szybko rozprzestrzenia się, daje ciężkie zapalenia płuc, dla starszych i schorowanych osób często jest śmiertelny. Przebieg choroby może być bardzo różny: od infekcji bezobjawowych (i tych jest najwięcej), po objawy łagodne lub umiarkowane, po ciężkie zapalenia płuc z ostrą niewydolnością oddechową i zgonem.

Wirus przenosi się drogą kropelkową, atakuje drogi oddechowe. Łatwiej zakaża w zamkniętych, słabo wentylowanych pomieszczeniach i zanieczyszczonym powietrzu. Choroba dotyczy nie tylko płuc, ale również wątroby, centralnego układu nerwowego, nerek, serca. Okres inkubacji trwa zwykle 5-6 dni, ale mogą to być 24 godz. lub 2 tygodnie. Najczęstszymi objawami są: gorączka, kaszel, duszność, uczucie zmęczenia, bóle kostno-mięśniowe, ból głowy, gardła, zapalenie spojówek, biegunka, utrata węchu i smaku, wysypka. Podobno rzadko bywa katar i to między innymi różni tę chorobę od przeziębienia czy grypy. Objawy ustępują w ciągu około 2 tygodni.

U większości chorych przebieg jest łagodny lub umiarkowany i pozwala na leczenie w domu. A jak wyglądała choroba u mnie? Chyba typowo, więc opiszę. Zaczęła się uczuciem silnego osłabienia, zmęczenia, nasileniem bólu stawów. Nie wiedziałam, co się dzieje. Tak nagle przyplwł starość? Po kilku dnach dowiedziałam się, że miałam dwukrotny kontakt z osobą chorą. Miła pani ze stacji sanitarno-epidemiologicznej telefonicznie poinformowała mnie, że zaleca 10-dniową kwarantannę. Po 7 dniach miałam się udać do punktu Drive thru celem wykonania testu w kierunku zakażenia COVIDEM-19 (co to jest punkt drive thru: pacjent podejżdża do wyznaczonego przez sanepid mobilnego punktu, aby bez wysiadania z samochodu pobrać od niego wymaz do badania). Test wypadł dodatnio. Zarządzono izolację pod opieką lekarza POZ-u. Izolacja, podobnie jak kwarantanna, polega na byciu w odosobnieniu, braku kontaktu z innymi osobami.

I tu zaczyna się gehenna chorych osób „na izolacji”. Jesteś chora, osłabiona, masz poczucie zagrożenia, męczą cię napady okropnego kaszlu, czasem uczucie ciężaru w klatce piersiowej. Na szczęście nie miałam wysokiej gorączki, jedynie stany podgorączkowe, brak apetytu, potrawy miały smak trocin. Nie miałam utraty węchu. Dołączyła się biegunka bez bólów brzucha. I z tym wszystkim jesteś sama! Pojawia się uczucie zagrożenia i lęk. Mam wspierać, troskliwą rodzinę, która bardzo o mnie dbała, ale poza zaopatrywaniem w posiłki i potrzebne produkty, nic nie mogła zrobić.

Przekonałam się na własnej skórze, jak ważną rzeczą jest poinformowanie chorego, jak powinien postępować i dlatego przekażę Państwu kilka spostrzeżeń. Wiedziałam, że duszność jest wykładnikiem ciężkości choroby i dopóki nie duszę się, mogę pozostać w domu. I tu na wysokości zadania stanęła moja siostrzenica, która po rozmowie z koleżanką pracującą na COVIDowym oddziale, kupiła pulsoksymetr – aparat mierzący puls i wysycenie krwi tlenem. Pulsoksymetr jest prosty w obsłudze, nie jest drogi, a udziela niezmiernie ważnej informacji. Informuje, czy nasz układ oddechowy jest wydolny, czy jeszcze jesteśmy bezpieczni. Wartość SpO2 (wskaźnik nasycenia hemoglobiny krwi obwodowej tlenem) nie powinna spaść poniżej 90, 91, przy 90 należy wezwać Pogotowie Ratunkowe, bo za chwilę będziemy wymagali tlenoterapii. Podobno pulsoksymetry mają być rozdawane chorym w przychodniach.

Bóle w klatce piersiowej mogą być związane z uciążliwym kaszlem, ale ból za mostkiem, szybki puls mogą zwiastować zawał serca, więc lepiej wezwać Pogotowie Ratunkowe.

Jak walczyć z kaszlem? Jeżeli kaszel jest męczący, suchy, należy brać leki wykrztuśne i zwiększające wydzielanie śluzu (Flegamina, ACC, Erdomed). Na noc można wziąć Thiocodin, który uśmierza kaszel. Przy suchym kaszlu pomocne są nawilżające inhalacje z soli fizjologicznej. Jeżeli odkrztuszamy bez trudu białą plwocinę, nie powinniśmy uśmierzać kaszlu. Możemy stosować gimnastykę oddechową, aby ułatwić ewakuację wydzieliny. Ważny jest kolor plwociny: biała nie wymaga leczenia antybiotykiem, żółta lub zielona wymaga antybiotykoterapii, a więc interwencji lekarza rodzinnego. Antybiotyku nie powinny brać osoby mające biegunkę, ponieważ łatwo można spowodować po antybiotykowe zapalenie jelit.

Jak walczyć z biegunką? Przede wszystkim stosować dietę niedrażniącą jelita, przyjmować bakterie jelitowe, czasem Loperamid i Nifuroksazyl.

Uczucie osłabienia ustąpi samo i któregoś dnia pocujemy się jak Wańki-Wstańki – dziś jestem silniejsza i wracam do zdrowia! W czasie choroby nie wolno odstawiać leków, które stale przyjmujemy. W dalszym ciągu leczymy nadciśnienie tętnicze, chorobę wieńcową, cukrzycę, wysoki cholesterol, astmę. To bardzo ważne! O diecie był bardzo ciekawy wykład pani Anny Gogół, więc tylko króciutko: powinna być łatwa, pełnowartościowa i w zasadzie organizm sam podyktuje nam, na co ma ochotę. Ważne jest odpowiednie nawodnienie organizmu i kontrola ilości oddawanego moczu. Jeżeli jest gorączka, polecany jest Paracetamol, Pyralgina, Ibuprofen, Naproxen itp.

Na zakończenie przyznam się do niezbyt dobrego postępowania, ale myślę, że pozwoliło mi przetrwać w niezłej kondycji psychicznej. Na noc brałam pół tabletki leku nasennego. Pozwoliło to wyeliminować w nocy uczucie lęku i rano budziłam się wyspana. Po chorobie (np. miesiąc po) proponuję wykonać podstawowe badania krwi i moczu.

Chciałabym, aby ten artykuł przybliżył Państwu chorobę i pozwolił oswoić się z nią. Jest zła, ale do przeżycia, niestety w samotności, dobrze jest wiedzieć, jak postępować.

W ostatnich dniach podano wiadomość, że jest szczepionka. Czeka na nią cały świat i wkrótce być może przestaniemy bać się COVID-u.

*Życzę Państwu zdrowia i do zobaczenia w Klubie Seniora.
Antonina Gigier*



KĄCIK KULINARNY

Przed nami święta Bożego Narodzenia. Kolacja wigilijna która rozpoczyna te najbardziej rodzinne święta, to przyjęte w tradycji postne potrawy. Nasze propozycje to klasyki w menu wigilijnym i świątecznym. Jeżeli ktoś z Państwa preferuje czerwony barszcz, może zechce tym razem spróbować zupy grzybowej. Będą też pierogi z kapustą i grzybami oraz pasztet, ale w trochę innym wydaniu.

Propozycje naszej koleżanki Elżbiety Bigaj

PIEROGI Z KAPUSTĄ I GRZYPAMI

Składniki na ciasto:

50dkg mąki pszennej
5 dkg drożdży 100ml mleka
100 ml mleka
200 ml gęstej śmietany
15 dkg masła
3 żółtka, jedno całe jajko
1 łyżeczka gałki muskatołowej

Składniki na farsz:

1-1,50 kg kapusty
5 dkg suszonych grzybów
2 duże cebule
1-2 łyżki oleju lub masła

Sposób przygotowania farszu:

Grzyby suszone umyć i namoczyć w wodzie na około 2 godz. Następnie gotujemy około pół godziny. Kapustę gotujemy około 1 godz. Kapustę i grzyby pokroić na drobno. Cebulę zeszklić na oleju lub masle, dodać grzyby i chwilę podsmażyć. Kapustę zmieszać z grzybami i cebulą doprawić solą i pieprzem wg smaku.

Przygotowanie ciasta:

Podgrzać mleko, aby było letnie, rozkruszyć drożdże i pozostawić do wyrośnięcia. Do przesianej mąki dodajemy wyrośnięte drożdże, 3 żółtka, całe jajko, śmietanę, gałkę muskatołową, masło, szczyptę soli. Wyrabiamy ciasto i zostawiamy do wyrośnięcia. Wyrośnięte ciasto podzielić na części, rozwałkować, wycinać krążki i nadziewać farszem. Tak przygotowane pierogi układamy na blasze, smarujemy jajkiem. Piekarnik nagrzewamy do 180 stopni, pieczemy około 20 minut.



ZUPA GRZYPBOWA

Składniki:

grzyby suszone 4 dkg
śmietana
pietruska, marchewka, cebula, kawałek selera
liść laurowy, ziele angielskie 4-5 szt
pieprz, sól.

Sposób przygotowania:

Grzyby umyć w czystej wodzie, namoczyć. W drugim garnku przygotować wywar z warzyw i przypraw. Grzyby gotujemy w wodzie, w której się moczyły. Łączymy wywar warzywny z grzybami i wywarem, w którym się gotowały. I jeszcze chwile gotujemy. Zaprawiamy mąką i śmietaną. Podajemy z łazankami.



Propozycja Zdzisława Goszcza

PASZTET W CIEŚCIE

Składniki na ciasto:

400 g mąki
250 masła lub margaryny
2 żółtka, sól

Składniki na pasztet:

40 dkg mięsa wieprzowego
2 udka z kurczaka
25 dkg boczku surowego
30 dkg wątróbki
30 dkg mięsa wołowego na gulasz
4 jajka
2 kajzerki, sól, pieprz, gałka muskatołowa, majeranek

Sposób przygotowania:

Ciasto zagnieść, zawinąć w folię i włożyć do lodówki na 1 godzinę. Mięsa obsmażyć i dusić do miękkości z cebulą i przyprawami. Miękkie mięso mielimy trzy razy, dodajemy namoczoną bułkę, jajka, przyprawy. Farsz wyrobić. Przygotować formę keksówkę, wysmarować masłem i obsypać tartą bułką.

Ciasto rozwałkować, wyłożyć foremkę tak, aby ciastem przykryć wierzch pasztetu. Piec około 1 godz. w temperaturze 180 stopni.

Smacznego!



Foto: Pixabay, przyslijprzepis.pl



KĄCIK KULTURALNY

W świąteczny nastrój Bożego Narodzenia wprowadzą nas nasze klubowe koleżanki.

Teresa Zdanowicz

JUŻ NIEDŁUGO NAM GWIAZDA ZAŚWIECI

Już niedługo przyjdą w swej skromnej postaci,
grudniowe święta Bożego Narodzenia,
byśmy nic z tych Świąt nie mogli zatracić,
świętości, czci, radości i przebaczenia.

Już blaskiem migocą świąteczne reklamy,
i dzieci czekają na swe upominki,
to chociaż trudne dzisiaj czasy mamy,
będziemy jak zawsze ubierać choinki.

Bo my czekamy na tę Gwiazdę Jedyń,
która przyniesie nam miłość i nadzieję,
niech nasze modlitwy na ten dar popłyną,
niech między nami zawsze dobro istnieje.

Dzieci wypatrują pierwszej gwiazdki
ukradkiem,
wieczera już czeka i choinka błyszczy,
bo za chwilę będziemy dzielić się opłatkiem,
w świątecznym uniesieniu trwajmy
dzisiaj wszyscy.

Hej kolędo, kolędo nieś nas do stajenki,
byśmy klęcząc z pokorą przed „Słomianym
tronem”,
tam, gdzie się narodził Boży Syn małeńki,
zanieśli swe dary, chyląc się w pokłonem.

Choć niepokój w owym czasie istnieje,
jest Boże Narodzenie – raduj się nasze serce,
Betlejemską Gwiazdą nad żłóbkiem jaśnieje,
jest Dzieciątko Jezus – coś nam trzeba więcej.

MIGAWKI Z REALIZACJI PROJEKTU „JAK ZAPEWNIĆ BEZPIECZEŃSTWO I PRZYWRÓCIĆ DO AKTYWNOŚCI SENIORÓW W CZASIE PANDEMII”

Ze względu na ograniczenia związane z pandemią COVID-19 musieliśmy ograniczyć realizację naszego projektu do spotkań w mniejszych grupach. Oto fotorelacja z jednego z naszych spotkań.

*Wiesława Stalpińska
Moje inspiracje plastyczne*



TERESIN ŚPIEWA KOŁĘDY. ŚWIĄTECZNY PREZENT OD TERESIŃSKIEGO OŚRODKA KULTURY

Bo ja mam taki pomysł, żeby nagrać w tym roku płytę z kolędami „TERESIN ŚPIEWA KOŁĘDY”. Żeby zebrać kilka śpiewających osób, od nas z Toku, może kogoś jeszcze, sporo osób śpiewa w Teresinie. Skombinować podkłady i nagrać kolędy. Nie jakieś tam wielkie halo, tylko prosto, skromnie. Bo tak sobie myślę, że ten rok taki trudny. I dla nas i dla ludzi. Wszelkie koncerty świąteczne były takie optymistyczne, a teraz nic nie będzie, teraz trudno dać radość. A ta płyta byłaby substytutem takiego wydarzenia. I została już na zawsze – Jakub Kamiński

Te słowa dźwięczały nam w uszach parę dni. Podzieliliśmy się pomysłem z dyrektorem Mariuszem Cieśniewskim, któremu przedsięwzięcie ogromnie się spodobało. Wpadł na pomysł, aby płytę dołączyć do grudniowego numeru miesięcznika „Prosto z Gminy”. Wójt Marek Olechowski spojrział na to przychylnym okiem i nawet nieznacznie zwiększył nakład gazety. Dostaliśmy też zielone światło na zamówienie profesjonalnych podkładów.

Wybraliśmy 15 kolęd i zrobiliśmy listę mieszkańców naszej gminy, którzy śpiewają, a nagrywanie w studiu nie jest im obce. Zależało nam na tym, aby każdy mógł się sam przygotować w domu, z ewentualną niewielką pomocą. Wszak ograniczamy kontakty, a śpiewanie w maseczce mija się z celem. Zadzwoniliśmy do 14 osób z listy, i o dziwo, wszyscy się zgodzili. Każdy wybrał sobie kolędę, w której się najlepiej czuje, a potem ustaliliśmy tonację. Tak przygotowani skontaktowaliśmy się z Wiktorem Tatarkiem, który, pomimo natłoku własnych spraw i nagrań, zgodził się stworzyć dla nas jedyne w swoim rodzaju podkłady do kolęd. Z pomocą kolegi Kamila Barańskiego, który zaaranżował całąłość i nagrał instrumenty klawiszowe, Wiktor dostarczył nam wspaniały efekt pracy dwóch zawodowych muzyków.

Uzbrojeni w optymizm, marzenia i nadzieję, że wszystko pójdzie jak z płatka, ustaliliśmy terminy nagrań w studiu. Musieliśmy zadbać o reżim sanitarny, dezynfekcję sprzętu, mikrofonów, słuchawek, częste wietrzenie, przerwy między artystami. Wszystko się udało i w trzy dni mieliśmy wszystko nagrane. Artyści przeszli samych siebie. To było wspaniałe doświadczenie i dla nas, i dla śpiewających. Spotkaliśmy się pomimo tego fatalnego czasu, wszyscy się znakomicie przygotowali. Po nagraniu otrzymaliśmy mnóstwo ciepłych słów. Dla wszystkich było to ogromne przeżycie.

W tydzień trzeba było zmiksować płytę, a mastering powierzyliśmy Przemkowi Kuczyńskiemu z KAKOFONIA STUDIO, łódzkiemu muzy-

kowi, który uporał się w dwa dni z pracą. Czas gonił. Tłocznia czekała na materiał. Do tego grafika. Niezastąpiony Daniel Staniak jak zwykle stanął na wysokości zadania i zaprojektował najbardziej lekką i optymistyczną okładkę. Bez ciężkich bombek, ciężkiej czerwieni i gałązek.

A potem wszystko poleciało do WM FONÓ, a nam pozostało cierpliwie czekać.

Wreszcie odebraliśmy płyty z magazynu. Gdy odsłuchiwalismy tych utworów po raz pierwszy z krążka, czuliśmy wzruszenie, radość i dumę. Z wszystkich osób, które pracowały przy tym projekcie. W pierwszej kolejności płyta trafiła do Artystów. Po jej wysłuchaniu mówili:

– *Naprawdę świetny pomysł mieliście z takim przedsięwzięciem. Będzie to wspaniała pamiątka.*

– *Nie wiem czy to dobrze czy źle o mnie świadczy, ale przy 3 zwrotce się popłakałam. Dzięki za zaproszenie.*

– *Bardzo dziękuję za możliwość zaśpiewania.*

– *Strasznie się cieszę, że jestem na tej płycie. To wielkie wydarzenie dla mnie. To zaszczyt móc zaśpiewać z takimi osobistościami. Dzięki za zaproszenie.*

I tak właśnie to się wszystko potoczyło. Na płycie śpiewają dla Was naprawdę wspaniali ludzie, którzy na co dzień mieszkają w naszej gminie. Kochają śpiewać, kochają kolędy i z pewnością kochają dawać innym radość i zadumę. Bo to przecież jest cel i misja każdego prawdziwego artysty. A w tym trudnym czasie takich postaw nie może zabraknąć.

Dziękujemy więc wszystkim za Wasz wkład pracy. Wielkie uściski: **Magda Ptasińska, Klara Zawadzka, Kasia Bednarek, Gosia Szymańska, Zuzia Gołąb, Majka Kapłon, Julia Rumińska, Ola Sobota, Kasia Rosa, Marcelina Więsek, Julia Kołodziejak, Marek Jarzębowski, Artur Maciejewski, Przemek Okurowski, Wiktor Tatarek, Kamil Barański, Przemek Kuczyński, Zbyszek Murawski, Daniel Staniak oraz Mariusz Cieśniewski i Marek Olechowski** za przychyłność.

Dziś ta płyta trafia w Wasze ręce. Życzymy wszystkim wspaniałego odbioru naszego międzypokoleniowego projektu. I abyście odkryli ciepło, które bije z tego dzieła wielu serc.

*Joanna Cieśniewska i Jakub Kamiński
Teresiński Ośrodek Kultury*



**Prosto
z Gminy**

Wydawca: Urząd Gminy Teresin; **Redakcja:** Teresin, ul. Zielona 20, tel. 46 86 138 15 do 17;

Redaktor prowadzący: Tomasz Daczko, tel. 609 455 011, e-mail: prostozgminy@teresin.pl

Opracowanie graficzne i druk: Wydawnictwo Ojców Franciszkanów Niepokalanów, ul. o. M. Kolbego 5, 96-515 Teresin, tel. 46 864 22 08, wydawnictwo@niepokalanow.pl

Liczba egzemplarzy: 1 900

Redakcja nie zwraca tekstów niezamówionych i zastrzega sobie prawo do ich skracania.

Za treść reklam redakcja nie ponosi odpowiedzialności.

Świąteczny prezent od TOK-u

CZEGO PAŃSTWU ŻYCZYĆ NA TE ŚWIĘTA? NA NADCHODZĄCY ROK? TRUDNE.
NIECH TO BĘDZIE CZAS BEZ NIESPODZIANEK. STABILNY, PRZEWIDYWALNY.
NIECH W ŻYCIU WASZYM ZAGOŚCI HARMONIA,
SPOKÓJ WEWNĘTRZNY I OPTYZMIZM.
BO PRZECIEŻ W KOŃCU BĘDZIE DOBRZE.
I ZDROWIA. TEGO NIGDY ZA DUŻO, NIGDY ZA WCZEŚNIE.
I NIECH NIE BRAKNIE WAM ŻYCZLIWOŚCI, WSPÓŁCZUCIA
I POMOCNEJ DŁONI W POTRZEBIE.
SPOKOJNYCH ŚWIĄT I DOBREGO NOWEGO ROKU.

Dyrektor i Pracownicy Teresińskiego Ośrodka Kultury

TOK!
TERESIŃSKI OŚRODEK KULTURY



Przemysław Okurowski



Katarzyna Bednarek



Katarzyna Rosa



Aleksandra Sobota



W NAGRANIACH UDZIAŁ WZIĘLI:



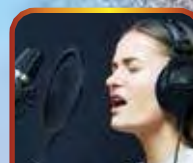
Klara Zawadzka



Marek Jarzębowski



Julia Rumińska



Zuzanna Gołąb



Joanna Cieśniewska



Maja Kapłon



Magdalena Ptasińska



Małgorzata Szymańska



Julia Kołodziejak



Artur Maciejewski



Marcelina Więsek

ŚWIĘTY MIKOŁAJ ODWIEDZIŁ LUDWIKÓW

Nielatwe mamy teraz czasy. Covid pokrzyżował plany niejednej osobie, wyrzucił wszystko do góry nogami, odebrał marzenia. Ciężki okres przeżywają też dzieci. Bardzo brakuje im szkoły i spotkań z kolegami i koleżankami na żywo. Żeby choć trochę rozchmurzyć smutną rzeczywistość, wyruszył z pomocą św. Mikołaj; 6 grudnia ze swoimi pomocnikami odwiedził miejscowość Ludwików. Rozwoził prezenty dla dzieci, pamiętał też o dorosłych. Uśmiech i radość na twarzach mieszkańców były najlepszym podziękowaniem.

Sołtys z radą sołecką pragną z tego miejsca serdecznie podziękować za zaangażowanie i poświęcenie czasu o. Bartoszowi Boguckiemu, wikariuszowi Parafii Niepokalanów, panu Tomaszowi Dronikowskiemu, właścicielowi Stajni Blueberry z Pawłowic oraz wszystkim za bezinteresowne wsparcie tej akcji.

*Mirosław Matyska
Sołtys wsi Ludwików*



WYSTAWA MIKOŁAJKOWA NA DWORCU TO.KULTURA

Pracownia Plastyczna Teresińskiego Ośrodka Kultury zaprasza na „Wystawę Mikołajkową” w poczekalni TO.Kultura.

Jak co roku przygotowaliśmy okołoświąteczną wystawę naszych prac. To już tradycja w naszej pracowni, a okres świąt jest dla nas inspiracją i mobilizacją.

Ekspozycja przedstawia około 50 prac powstałych w krótkim czasie, kiedy to mogliśmy się spotykać w małych gronach. W wystawie udział biorą grupy młodzieży „Młodzi zdolni”, dorosłych „Po godzinach” oraz seniorów „Radosna Jesień”. Prace powstały pod okiem Beaty Salacińskiej.

Na wystawie możecie oglądać malarskie szkice wykonane w technice akwareli i akrylu, rysunkowe studia martwej natury oraz rękodzieło - szydełkowe ozdoby i haftowane karty.

Gorąco zachęcamy do oglądania wystawy, która trwać będzie do końca stycznia.

*Beata Salacińska
instruktorka Teresińskiego Ośrodka
Kultury*



NIEBIESKA GWIAZDKA WYSTARTOWAŁA PO RAZ ÓSMY



W tym roku wszystkie wydarzenia mają inny charakter niż latach ubiegłych. Pandemia wymusiła szereg zmian i ograniczeń. W tym trudnym czasie nie możemy zapomnieć jednak o osobach, które znalazły się w trudnej sytuacji finansowej, osobach samotnych i nieporadnych życiowo. Dlatego dzielnicowa gminy Teresin, sierż. szt. Anna Opęchowska-Ciak, mimo iż dwa tygodnie temu urodziła dziecko, nie zwalnia tempa. Razem z prezes Stowarzyszenia Przyjaciół Mieszkańców Gminy Teresin „IMPULS” Agnieszką Ptaszkiewicz organizują pomoc dla najbardziej potrzebujących.

Sierż. szt. Anna Opęchowska-Ciak zawsze pomagała innym. Nie tylko tym, którzy znaleźli się w trudnej sytuacji finansowej, ale także życiowej. Dlatego też wstąpiła do Policji. Dwanaście lat temu rozpoczęła służbę w sochaczewskiej komendzie, a cztery lata później zorganizowała pierwszą Niebieską Gwiazdkę. U jej boku stoi zawsze Agnieszka Ptaszkiewicz, prezes Stowarzyszenia Przyjaciół Mieszkańców Gminy Teresin „IMPULS”. To one zorganizowały akcję charytatywną, w którą zaangażowało się liczne grono mieszkańców oraz darczyńców, którzy mieszkają także poza granicami kraju. Jak co roku zbierają żywność długoterminową, środki czystości, sprzęt AGD, artykuły szkolne i zabawki. Dzięki ich zaangażowaniu i pomocy ludzi dobrej woli, co roku udaje się zorganizować pomoc na święta dla wielu rodzin.

Paczki trafiają do najbardziej potrzebujących tuż przed Wigilią. W poprzednich latach policjantka niczym Święty Mikołaj zjawiała się z podarunkami, wywołując na twarzach ludzi uśmiech, wdzięczność i łzy szczęścia. Dzięki pomocy darczyńców, niektóre dzieci po raz pierwszy w życiu dostały prezenty.

Sierż. szt. Anna Opęchowska-Ciak służy w Policji od września 2008 roku. Od początku służbę pełniła w posterunku w Teresinie. Zawsze jest zaangażowana w swoje działania. Odwiedzała potrzebujących nawet będąc w zaawansowanej ciąży. Jej kilkuletni synowie też dzielnie pomagają podczas akcji. Dwa tygodnie temu, dzielnicowa powitała na świecie córeczkę – Anię, więc nie będzie mogła uczestniczyć w działaniach tak aktywnie, jak w ubiegłych latach, ale obdarowani na pewno będą mieli okazję spotkać się z dzielnicową.

ml. asp. Agnieszka Dzik
Źródło: KPP w Sochaczewie



CHOINKA PRZED STRAŻNICĄ OSP W TERESINIE JUŻ GOTOWA I „CZĘKA” NA ŚWIĘTA

5 grudnia, dzień przed Mikołajkami, świąteczne drzewko pojawiło się w Teresinie. Ustawili je strażacy przed swoją remizą. Druhowie zwyczaj ten kultywują od wielu lat i dbają o świąteczny klimat co roku. Prezes OSP Teresin Paweł Przedpełski zachęca mieszkańców do przygotowania ozdób wraz z dziećmi i zawieszenia ich na strażackim drzewku.

Dziś przed remizą strażacką na Osiedlu Granice, pojawiła się choinka. Strażacy przystroili świąteczne drzewko światłkami. Prezes OSP Teresin, Paweł Przedpełski zachęca mieszkańców do powieszenia swoich ozdób na strażackim drzewku.

Choinka przy OSP Teresin już czeka na święta. Jeżeli, ktoś ma ochotę powiesić ozdoby to zapraszam. Jak będziecie szli z dziećmi na spacer, to niech „zrobią” jakąś ozdobę i niech zawieszą. Myślę, że dla dzieci będzie to frajda. Wielkie dzięki dla firmy Krukowski za pomoc -podsumowuje Paweł Przedpełski.

Jednocześnie na swoim facebookowym profilu informują, że zakończyli wszystkie zaplanowane prace na stanowiskach garażowych dzięki dotacji z MSWiA.

Pierwszy etap prac związany był z przygotowaniem i zmodernizowaniem instalacji do napełniania wozu bojowego wodą. Posiadaliśmy zawór wewnątrz garażu, teraz możemy tankować się również z zaworu w ścianie frontowej budynku. Wykonana została instalacja pneumatyczna w całym garażu, dzięki czemu będziemy w stanie utrzymać ciśnienie powietrza w pojazdach na każdym stanowisku garażowym. Dodatkowo instalacja wyposażona jest w osuszacz powietrza przy kompresorze – informują druhowie z OSP Teresin.



Redakcja
Foto: OSP Teresin



TAJEMNICE EGZEKUCJI SPRZED 77 LAT

Najbardziej tragiczne wydarzenie z okupacyjnej historii Teresina – egzekucja 20 Więźniów z hitlerowskiego więzienia na warszawskim Pawiaku z grudnia 1943 roku – znane zdecydowanej większości naszym mieszkańcom, kryje w sobie kilka nierozstrzygniętych kwestii.

Czym dysponujemy?

Poza nielicznymi lokalnymi wspomnieniami, w tym pozostawionymi w „Okruchach wspomnień” H. Kucharskiego, najważniejsze informacje na temat akcji zbrojnej żołnierzy AK oraz samej egzekucji zawarte są w „Polsce Walczącej” J. Ślaskiego oraz w „AK na Ziemi Sochaczewskiej” H. Zaczekowskiego i St. Janickiego. Bezcennym źródłem jest „Historia Klasztoru” spisana w Niepokalanowie w latach 1939 – 1951, podająca również wydarzenia z najbliższej okolicy.

Szymanów czy Teresin?

Starsze i średnie pokolenie doskonale jeszcze pamięta położoną w Teresinie stację kolejową o nazwie Szymanów. Taka oficjalnie obowiązywała od roku 1923. Dlatego rozstrzelanie więźniów w przedmiotowej literaturze i wspomnieniach utrwaliło się jako egzekucja w Szymanowie. Nazwa Teresin Niepokalanów obowiązuje dopiero od 1998 roku.

Co jest pewne?

Z obwieszczenia podpisanego przez dowódcę SS i Policji na Dystrykt Warszawski Franza Kutschere datowanego na 1 grudnia 1943 roku dowiadujemy się o wydaniu wyroku śmierci na 20 więźniach jako kara za dokonanie zamachu na niemiecki pociąg w dniu 22 listopada 1943 roku. Bezsprzeczny jest fakt rozstrzelania przywiezionych tu z Warszawy więźniów. Egzekucja uliczna więźniów pochodzących z terenu powiatu sochaczewskiego miała być skuteczną przestrogą dla lokalnej społeczności przed podobnymi czynami. Znane jest też miejsce egzekucji.

Gdzie wysadzono pociąg?

Już na wstępie rodzą się wątpliwości co do miejsca akcji zbrojnej żołnierzy Armii Krajowej i wysadzenia niemieckiego pociągu. Obwieszczenie Kutschery podaje, iż zamach miał miejsce w pobliżu miejscowości Szymanów. Jedno ze źródeł – „AK na Ziemi Sochaczewskiej” – lokalizuje tę akcję zbrojną w odległości ok. 2 km od stacji kolejowej Piasecznica. Zupełnie inną wersję zamieszcza Henryk Kucharski w swoich „Okruchach wspomnień”. Według tego ostatniego dywersyjna akcja polskiego podziemia miała miejsce w pobliżu



miejscowości Żaby, pomiędzy stacją Seroki i Boża Wola. Tę wersję potwierdza też Kronika Niepokalanowa.

Transport wojenny czy pasażerski?

Druga rozbieżność dotyczy rodzaju wysadzonego pociągu. Cytowane powyżej okupacyjne obwieszczenie informuje o zamachu na jadący z Warszawy niemiecki pociąg pospieszny. Wersja ta jest zbieżna z Panem Kucharskim, wspominającym wysadzony w powietrze pociąg wiozący z frontu wschodniego do Berlina m.in. żołnierzy Wehrmachtu. Z kolei „AK na

Ziemi Sochaczewskiej” pisze o niemieckim pociągu towarowym. Wydaje się, że gdyby prawdziwą była wersja o pociągu pasażerskim, Niemcy znakomicie wykorzystaliby to w swojej propagandzie, obwieszając o bestialstwie „polskich band” w stosunku do pasażerów osobowego pociągu. Być może mamy tu do czynienia z dwoma różnymi zamachami w pobliżu Szymanowa w listopadzie 1943 roku kojarzonymi z egzekucją z 1 grudnia tegoż roku.

Kiedy odbyła się egzekucja?

Obwieszczenie o egzekucji nosi datę 1 grudnia 1943 roku. Nie wiemy zatem, dlaczego na pomniku uroczystie odsłoniętym 9 czerwca 1945 roku (czyli stosunkowo szybko po zakończeniu wojny) pojawiła się data 3 grudnia 1943 roku? Ta druga została powielona na nowym pomniku z 1980 roku. I tu znów kluczem do rozstrzygnięcia spornej daty jest niepokalanowska kronika, podtrzymująca wersję 1 grudnia. O szczególności i dokładności tego źródła świadczy fakt, iż prowadzący ją kronikarze zapisywali nawet codzienną pogodę! Dzięki temu znamy też imię i nazwisko kapłana, który poświęcił pomnik w czasie uroczystości jego odsłonięcia. Był to o. Arkadiusz Zapaśnik z Niepokalanowa. Dlatego powstały w 2010 roku nowy pomnik przy obecnym Skwerze Niepodległości przywrócił prawidłową datę egzekucji: 1 grudnia 1943 roku.

Jedno wydarzenie – trzy pomniki

Egzekucji dokonano na terenie obecnego parkingu przy torach kolejowych należącego do Klasztoru Niepokalanów, a dokładnie na jego nieogrodzonej części. Tu też stanął zaraz po wojnie pierwszy pomnik poświęcony tej tragedii. Dysponujemy archiwalnym zdjęciem i wspomnieniami Pani Jadwigi Zalewskiej. Uroczystość zgromadziła bardzo wielu mieszkańców, w tym liczną młodzież ze Szkoły w Paprotni wraz ze sztandarem. W latach

80-tych ubiegłego wieku w związku z modernizacją stacji kolejowej w Teresinie, graniczącej bezpośrednio z Niepokalanowem, pomnik przeniesiono na cmentarz parafialny w Paprotni. Kronika teresińskiego Koła Związku Bojowników o Wolność i Demokrację podaje tu datę – II połowa października 1988 roku. Skąd zatem wziął się pomnik po teresińskiej stronie torów? W latach 60-tych ówczesna władza, po pozorem kolizji figury z projektowaną kładką nad torami, chciała zlikwidować stojącą na peronie figurę Matki Bożej Niepokala-



AKCJA „BOHATERON” W SZKOLE PODSTAWOWEJ IM. ŚW. MAKSYMILIANA KOLBEGO W TERESINIE

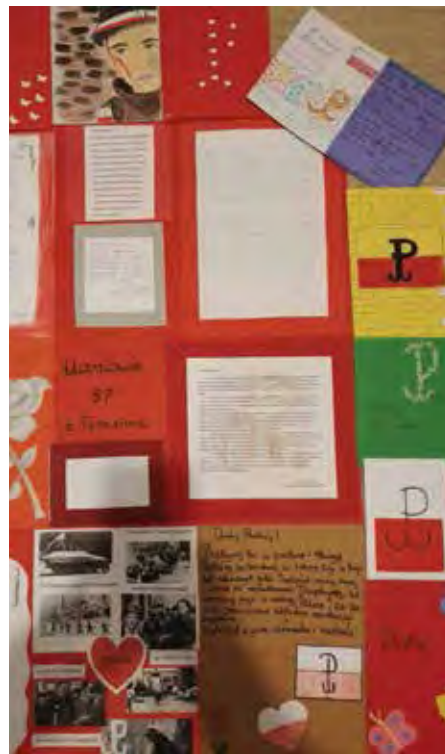
W roku szkolnym 2020/2021 Szkoła Podstawowa w Teresinie po raz drugi przystąpiła do akcji wysyłania kartek do Powstańców Warszawskich – „BohaterON w Twojej Szkole”.

Celem Akcji dla szkół było upamiętnienie i uhonorowanie uczestników Powstania Warszawskiego poprzez wysłanie im wspólnie wykonanych prac. Chętni uczniowie mogli napisać życzenia lub listy do weteranów II wojny światowej.

Choć warunki pracy były inne niż rok temu, w klasach starszych udało się przeprowadzić lekcje związane z tematem powstania warszawskiego. Uczniowie przygotowali 24 kartki, z czego część została wklejona na wspólny plakat od Szkoły w Teresinie, a część – 13 prac – zostało przekazanych osobno.

Część prac miała formę wzruszających listów z osobistymi przemyśleniami, inne natomiast samodzielnie napisanych wierszy. Wszystkie kartki wyróżniały się estetyką wykonania. Teresińscy uczniowie pokazali, że są kreatywni, znają polską historię i przejmują się losami bohaterów walczących w obronie Ojczyzny.

Klaudia Kantorska



77. ROCZNICA EGZEKUCJI W TERESINIE

1 grudnia 1943 roku rozegrała się największa w okupacyjnej historii Teresina tragedia.

W tym dniu w odwecie za wysadzenie kilkanaście dni wcześniej pociągu, Niemcy rozstrzelali obok ówczesnej stacji kolejowej Szymanów 20 więźniów przywiezionych tu z warszawskiego więzienia Pawiak. Wszyscy więźniowie pochodzili z terenu powiatu sochaczewskiego. Miało to być skuteczną przestrogą dla miejscowej ludności przed podobnymi akcjami. Rozstrzelanych wywieziono w nieznanne dotąd miejsce.

Z tej okazji co roku mieszkańcy gminy Teresin oddają hołd i otaczają modlitewną pamięcią poległych Bohaterów. We wtorek 1 grudnia b.r. o godzinie 11.00 w niepokalanowskiej Bazylice

sprawowana była msza święta w intencji rozstrzelanych. Przewodniczył jej o. Mariusz Książek, proboszcz Niepokalanowa, który we wstępie Eucharystii przybliżył wiernym historię egzekucji sprzed 77 lat. Po mszy zebrani udali się na przydworcowy Skwer Niepodległości, aby złożyć kwiaty i zapalić znicze przy Pomniku 20 Więźniów z Pawiaka. Kwiaty złożyli wójt gminy Teresin Marek Olechowski, wiceprzewodniczący Rady Gminy Lech Kaźmierczak, wicewójt Marek Jaworski, proboszcz o. Mariusz Książek a także dyrektor Szkoły Podstawowej w Szymanowie i prezes Stowarzyszenia „Teresin – Nasze Korzenie” Jarosław Żejmo.

Ze względu na panującą pandemię ograniczona została w sposób zdecydowany liczba uczestników, organizatorzy zrezygnowali również z udziału pocztów sztandarowych miejscowych szkół i jednostek ochotniczych straży pożarnych.

Redakcja

Foto: Janusz Frychiel, TOK



lanej. W tym celu awansem przygotowano odpowiedni postument na przykolejowym terenie wśród drzew. Ostatecznie w wyniku bardzo różnych zdarzeń dziejących się wokół tego pomysłu zrezygnowano z niego. Ale betonowy cokół w „parku zieleni” pozostał. Według świadków służył on jako „mównica” dla klientów z pobliskiej budki z piwem do wygłaszania niekoniecznie cenzuralnych i poprawnych politycznie wystąpień. Pod koniec lat 70-tych opracowano plan wybudowania nowego pomnika na istniejącym postumencie. Oficjalne jego odsłonięcie z udziałem władz partyjnych, gminnych i kombatanów nastąpiło 13 października 1980 roku (szerzej na temat – w kolejnym numerze naszego miesięcznika). Około 2000 roku pojawił się pomysł reaktywacji pomnika w pierwotnym miejscu egzekucji, ale nie doszedł do skutku. Tymczasem czas płynął, ubywało miejscowych kombatanów, pomnik stał się coraz bardziej zapomniany, niszczał, zarastał drzewami. Przetrwał 30 lat. Z inicjatywy władz samorządowych gminy Teresin, po uzyskaniu akceptacji Koła Kombatanów i w uzgodnieniu z Radą Ochrony Pamięci, Walk i Męczeństwa zdecydowano o gruntownej modernizacji pomnika. W 2010 roku, w niedzielę 19 września odsłonięto pomnik w obecnej szacie.

Kogo rozstrzelano w Teresinie?

Choć odpowiedź na to pytanie wydaje się oczywista, to i tu kryją się różne wątpliwości. Obwieszczenie z 1 grudnia podaje listę 20 osób, samych mężczyzn. Historyk Bogusław Kwiatkowski wysnuwa hipotezę, iż w Teresinie rzeczywiście rozstrzelano 30 osób, w tym 10 kobiet. Ze względów propagandowych okupanci to ukryli. Lokalni świadkowie egzekucji nie potwierdzają tego faktu.

Gdzie zakopano rozstrzelanych?

W tej kwestii nie ma żadnych konkretnych poszlak. Wiadomym jest, że po egzekucji zwłoki zamordowanych wrzucono na ciężarówkę, która odjechała w kierunku drogi sochaczewskiej. Co stało się z ciałami, do tej pory nie wiemy. Kilka lat temu na łamach Expressu Sochaczewskiego ukazał się artykuł o zakopanych w lesie koło Kozuszek ciałach z okresu II wojny światowej. Prawdopodobnie odbywały się tam również egzekucje. Wielce prawdopodobnym jest, iż zamordowani z Teresina tam zostali zakopani. Wszak Niemcy nie zadali chyba sobie trudu, aby wieźć zwłoki bardzo w odległe od Teresina miejsce. Ale to tylko moja hipoteza. Sprawa wymaga dalszych poszukiwań i badań.

Marek Jaworski

Stowarzyszenie „Teresin – Nasze Korzenie”

P.S.

Autor pragnie podziękować o. dr Romanowi Aleksandrowi Soczewce z Niepokalanowa za nieocenioną merytoryczną pomoc w przygotowaniu artykułu.

Czytelników posiadających jakiegokolwiek informacje na temat opisywanych wydarzeń proszę o kontakt telefoniczny 603-660-300 lub mailowy wicewojt@teresin.pl.

GAŁA I POWIATOWEGO KONKURSU LITERACKIEGO „SZUFLADA’2020”

Uroczysta Gala I Powiatowego Konkursu Literackiego „SZUFLADA ‘2020” odbyła się wirtualnie za pośrednictwem kanału YouTube 28 listopada o godzinie 12.00 w Teresińskim Ośrodku Kultury – siedzibie organizatora konkursu. Pomysłodawczyni wydarzenia Katarzyna Rospędowska wygłosiła słowo wstępne podsumowujące Konkurs oraz odczytała oficjalny werdykt. Laureatom wręczono nagrody, wśród nich Grand Prix przyznane Mateuszowi Borowskiemu za tekst „Dziwny jest ten świat” oraz nagrodę specjalną miesięcznika „Prosto z Gminy”, którą otrzymała pani Anna Gogół.

Do konkursu ogłoszonego na początku października zgłosiło się 45 osób. W sumie nadesłano 59 prac. Autorzy byli w różnym wieku – począwszy od dziewięciu – do siedemdziesięciolatków. Temat ani forma nie zostały określone, autorzy mieli więc całkowitą dowolność w ich wyborze. Mogli napisać felieton, esej, opowiadanie, wiersz, szkic, piosenkę na wybrany przez siebie temat. I ta formuła m.in. zdecydowała o tym, że konkurs spotkał się z ogromnym zainteresowaniem.

– Najwięcej wpłynęło wierszy, ale nie zabrakło tekstów piosenek, opowiadań, trafiła się też kartka z życzeniami dla naszego kraju oraz przepis kulinarny. Dzieci i młodzież w dużej mierze opierały się na fantastycznych, baśniowych historiach. Młodzi autorzy nie raz zaskoczyli nas dojrzałością i dojrzałym stylem pisania. Starsi autorzy częściej opierali się na własnych przeżyciach i dzielili się z nami swoimi historiami, co było bardzo poruszające. We wszystkich grupach wiekowych częstym motywem była pandemia, która wywróciła nasze życie do góry nogami i bądź co bądź stała się inspiracją do zorganizowania tego konkursu – informuje Katarzyna Rospędowska.

W ocenie jury nagrodzony Grand Prix tekst Mateusza Borowskiego wyróżnia się formą – krótką, zwięzłą, ale jednocześnie zamkniętą, stanowiącą doskonałą całość. Łącznie wyróżniono i nagrodzono 17 tekstów, co zdaniem organizatorki Konkursu świadczy o jego bardzo



wysokim poziomie. Poza nagrodami rzeczowymi, które wyróżnieni autorzy otrzymali od organizatorów, dodatkową nagrodą jest publikacja ich tekstów na facebookowym profilu Teresińskiego Ośrodka Kultury a także w kolejnych numerach „Prosto z Gminy”.

– Wierzę, że dzięki temu pamięć o nich i o tym konkursie pozostanie z nami na dłużej – puentuje Katarzyna Rospędowska.

Mamy nadzieję, że wielu z autorów biorących udział w Konkursie nie spocznie na laurach, „rozwinie skrzydła”, pozwoli działać wyobraźni i ukaże pełnię swojego talentu i umiejętności pisarskich już w nieodległej przyszłości. Wierzmy także, iż za jakiś czas będziemy mogli z satysfakcją oglądać książki ich autorstwa na księgarskich półkach. Czekamy z niecierpliwością.

Redakcja

Publikujemy kolejne prace nagrodzone w I Powiatowym Konkursie Literackim „Szuflada 2020”. Konkurs zorganizowany został przez Teresiński Ośrodek Kultury. Życzymy przyjemnej lektury!

II NAGRODA W I POWIATOWYM KONKURSIE LITERACKIM „SZUFLADA 2020”

Jakub Gacki

Siedzę..., siedzę i myślę

Bezapelacyjnie najlepszy dla mnie tekst w tej kategorii wiekowej. Bardzo autentyczny, szczery. Autor opisuje swoje dramatyczne przeżycia, nie uderzając w płacziwe tony. Wręcz przeciwnie, jest zabawny, ma duży dystans do siebie. Świetna konstrukcja tekstu, najpierw poznajemy marzenia młodego chłopaka o wypasionym komputerze, luksusowym samochodzie, a potem łup! Super lektura.

Jolanta Śmielak-Sosnowska

Siedzę..., siedzę i myślę. Przemyślam..., myślę..., a niech będzie, jak chce... Zastanawiam się... Jestem 13-to latkiem. Mam na imię Kuba-Jakub, jakich pełno na tym świecie. Podsumujmy: Jakub lat 13, normalny chłopak, nastolatek. Marzę, jak większość moich rówieśników. O czym marzę? O komputerze, o full wypas komputerze, a właściwie marzę o „Predatorze”. Hmmm, co ja bym na nim robił, a czego nie robił?.... Grał, siedział i grał! Grał całe dnie i całe noce. Testowałbym jego możliwości i zwiększał swoje skille. Myślę, że chciałbym też mieć sportowy wóz, Bugatti Veyron Super Sport w kolorze czerwonym. I ta jego prędkość... Hmmm... Ale, czy to są moje marzenia? Jawa? A może sen?

Budzę się. Otwieram oczy, gdzie ja jestem? Gdzie mój komputer, gdzie „szybka bryka”? Rozglądam się, coś jest nie tak. Na pewno nie jestem w domu, to nie jest mój pokój, otoczenie jakoś mi mało znane. Ściany w kolorze żółto – kremowym, mocne jarzeniowe światło, biały sufit, obok łóżka siedzi moja mama. No tak, już wiem. Jestem w szpitalu, czar prysł... Predator wyparował, Bugatti znikł. Jestem ja – zwyczajny chłopak, leżę w łóżku szpitalnym. Poruszam się, chcę się podnieść i nic z tego. Coś mi ciąży. Mama zauważa ruch, pyta, jak się czuję, czy coś mnie boli? Czuję..., jak ja się czuję? Czy ja czuję? Co ja właściwie czuję?

Co mam odpowiedzieć? Niewiele czuję, ale próbuję się podnieść. Mama mi pomaga. Podnoszę głowę, spoglądam na nogi. Nic nie czuję! Póki co, nic nie czuję... Widzę! No tak, widzę zabandażowane nogi. Z bandażów wystają druty, śruby, jakieś kosmiczne obręcze... Halo tu kosmos!... Kosmici atakują!...

Śmieszne, bardzo śmieszne.... Jaki kosmos? Jacy kosmici? – to ja: zwyczajny chłopak, najzwyczajniejszy 13-to letni Kuba, Kubuś – jak kto woli. Kuba z obręczami na nogach. Chłopak, który ma marzenia, jak każdy na tym świecie i tak bardzo chce, aby te marzenia się spełniły – marzenia o normalności, marzenia o kolejnych 6 centymetrach wzrostu. Marzenia nie o wypasionym komputerze (choć to też), wcale nie o szybkich samochodach, czy o ładnych dziewczynach, tylko o tym, abym jak najszybciej ściągnęli mi te blachy, obręcze i śruby, i abym był normalnego wzrostu...

Chcę stąd uciec, zwiąć. Nic z tego! Dorwaj mnie! Namierzaj szybko. Jak twierdzi doktor, jestem zbyt cenny. Te aparaty to wartość niezłego samochodu, a o komputerze nie wspominając. Marzenia... ehh, czasami lepiej nie marzyć, bo marzenia mogą się spełnić.

Anna Gogół

Patrzę na mój dzisiejszy świat

Jolanta Śmielak-Sosnowska napisała, że „to piękna publicystyka, w której liryzm miesza się z trudną codziennością życia. Bez pretensji, roszczeniowej postawy, że coś mi się należy. Być może dlatego tak zapada w serce. Głęboko. Autorka w subtelny, ale dojrzały sposób analizuje swoje życie. Jego troski, radości, a w końcu to, co dzisiaj dzieje się w kraju. Trafność spostrzeżeń sprawia, że utożsamiamy się z tym, co czytamy. Bardzo mi się podoba!”

Pani Anna Gogół otrzymała za ten tekst wyróżnienie specjalne miesięcznika „Prosto z Gminy”.

Patrzę na mój dzisiejszy świat nie tylko własnymi oczyma. Życiowe doświadczenie to zupełnie za mało. Dzieci i ich dojrzałość pozwalają mi na szersze horyzonty.

Kiedy przed laty moje dni wypełniała praca, dbanie o dom i wychowywanie trójki małych dzieci, a przy tym borykanie się z niedostatkiem na wielu płaszczyznach naszego rodzinnego życia, wszystko wydawało się takie przewidywalne i zarazem ograniczone.

Lato pachniało pięknym warzywnym ogrodem, którego grządki przeplatane były cyniami, nagietkami i astrami. Pędy malin zwieszały się, chyląc pachnące, dojrzałe w pięknym, kresowym słońcu owoce, niemal wprost do blaszanych kubeczków naszych małych, rozbrykanych dziewczynek.

Zima była zawsze sroga. Podczas niedzielnych mszy świętych, w wiejskiej kaplicy siła wiary poddawana była niejednokrotnie próbie. Nikt nie myślał o tym, że może być inaczej. Dzieci niczym rumiane jabłuszka stały grzecznie albo tuliły się do nas.

Pewnie trudno byłoby znaleźć odwagę na zmianę, gdyby ona sama nie runęła nam na głowę. Kiedy po wprowadzeniu reformy szkolnictwa musieliśmy wraz z mężem zmierzyć się z przyjęciem wypowiedzenia z pracy z rąk przyjaciółki, nie było łatwo znaleźć drogę do słońca.

Wokół byli sami znajomi i przyjaciele, z otwartym sercem, lecz tak samo bezradni w tej beznadziei jak my. Wyjazd do pracy, za granicę, wydawał się jedynym rozwiązaniem. Emigrowaliśmy z mężem na zmianę, czasami zabierając dzieci. Trudno opisać emocje, które były nieodłącznym towarzyszem tych rozstań. Zarobione pieniądze łatwo można było policzyć, ale tego co odeszło, minęło, stracone, już nie.

Nigdy nie sięgnęliśmy po pomoc społeczną, publiczną lub inną. Byliśmy dumni, że ta głęboka studnia, do której wpadliśmy, miała tak długą drabinę, po szczeblach której dało się wyjść na powierzchnię. W Niemczech spotykaliśmy dobrych i mądrych ludzi. Nawiązane relacje się umacniały, pozwalały na zwierzanie się z życiowych dylematów. To tam podejmowaliśmy trudne decyzje i tam znajdowaliśmy wsparcie.

Lata mijały, przemieszczaliśmy się pomiędzy polskimi kresami wschodnimi, Niemcami i Mazowszem. Dzieci dorastały, studiowały, rozwijały swoje zainteresowania i pasje. Szukały swoich życiowych, czasem niełatwych dróg, a nade wszystko kształtowały swoje poglądy. Dorastanie pokolenia naszych córek odbywało się w państwie demokratycznym, wolnym i otwartym... Pozwoliło im na poznanie ludzi z całego świata, na poznanie innych kontynentów i innych kultur. Wielobarwny świat tych młodych zawsze emanował i zarażał nadzieją. Podczas rodzinnych spotkań nierzadko seniorzy rodziny, patrząc na piękną wschodzącą młodość z dumą mawiali:

– To jest przyszłość naszego narodu.

Łza nie raz i niejedna spadła nam ze szczerego wzruszenia.

A ta ich spontaniczność, szacunek do pacy i do innych ludzi, dobroci

i empatia czy zaangażowanie w akcje charytatywne pozwalały nam poznać ich przyjaciół, którzy wiele razy stawali się naszymi dobrymi znajomymi. To dzięki naszym dzieciom z najmłodszą Antosią jesteśmy przez całe jej życie wiernymi wolontariuszkami WOŚP. Każdego roku wraz z mężem przeżywamy ten dzień, jak prawdziwe święto dobroci i miłości.

Patrząc wstecz na nasze życie, staramy się każdy dzisiejszy dzień doceniać. Dzielimy się z innymi wszystkim, co mamy najcenniejsze; naszą pracą, pasjami, naszym sercem. Znamy smak niedostatku, ciężar śmiertelnej choroby, wartość pracy, los tułaczy czy budowanie nowej tożsamości.

To wszystko krzepi i dodaje sił, ale jednocześnie uczy pokory, pozwala zrozumieć głodnego czy zupełnie innego. Cały nasz optymizm jednak kruszy się pod nogami tych, którzy chcą nam po tylu latach wytoczyć nową drogę.

Kiedy podróżowaliśmy do Niemiec, wówczas Polska nie była jeszcze członkiem Unii Europejskiej. Często żartujemy, że byliśmy tam pierwsi. To tam nasi przyjaciele mówili:

– U nas zawsze będą dla Was i Waszych dzieci drzwi otwarte. Zawsze będziecie też mogli przyjechać do pracy. Jednak pamiętajcie, że gdy wszyscy wyjadą, to trudno będzie o zmiany na lepsze w Waszym kraju.

Mieliśmy też liczne propozycje pozostania na obczyźnie. Wybraliśmy Polskę.

Ostatnie miesiące skłaniają nas, każdego dnia, do głębokich refleksji. Kiedy w rodzinnych domach coraz częściej siada się przy „pękniętym”, podzielonym stole, to optymizm miesza się z goryczą. Niepojęte staje się to, że stratę dziecka, którą noszę od 20 lat w sercu, ktoś z pozycji urzędnika próbuje ocenić, zmierzyć... Za mnie zdecydował Bóg, nie stawiając mnie przed wyborem.

Podczas gdy zapach dopiekającego się domowego chleba wypełnia cały dom, słyszę, że medycy nie angażują się zbyt mocno w swoją pracę. Ja wiem, że nasze dziecko, w tym samym czasie w pełnym rynsztunku covidowym czuwa w szpitalu, na intensywnej terapii, przy łóżku umierającej osoby. Wiele kilometrów dalej układają się do snu nasze wnuki, a córka pisze listy do polityków i mówi do mnie:

– Piszę, bo przecież z 3-miesięczną Apolonią przy piersi, protestować na ulicę nie wyjdę.

Z jeszcze dalszych zakątków kolejna córka przesyła zdjęcie i tylko jedno zdanie.

– Było nas dużo.

Wszystkie jeszcze mają nadzieję, że będzie normalnie i że będzie przepięknie. A my spoconymi oczyma wypatrujemy lepszego jutra. Wierzymy, że nadejdzie.



GMINA TERESIN W RADIU
SOCHACZEW 94,9 FM

Środa, 13 stycznia 2021 roku o godzinie 9.30
rozmowa z Markiem Jaworskim wicewójtem
Gminy Teresin.



GMINA TERESIN W RADIU
NIEPOKALANÓW 102,7 FM

Piątek, 8 stycznia 2021 roku o godzinie 13.10
rozmowa z Markiem Jaworskim wicewójtem
Gminy Teresin.



Maja Majewska

Paragon i maska

„Paragon i maska” – niezwykle dojrzała literacko proza wyjątkowo młodego autora. Opowiadanie wydaje się być wstępem do większego dzieła, co jednak nie ujmuje mu bynajmniej uroku. Oto niesforny anioł zostaje wyrzucony z nieba, będzie musiał rozpocząć życie na twardej ziemi. Niby banał, a jednak – w tym opowiadaniu nic banalne nie jest. Zaskakująca treść, wyjątkowe, odkrywcze metafory, poszukiwanie własnego stylu i języka, oryginalne, nieoczekiwane pomysły. I finał, który zwala z nóg. Nieposkromiony talent.

Natalia Fijewska-Zdanowska

Wylatujesz!

Słowa dalej pobrzmiwały echem, jak w pustej jaskini. Bolały go plecy. Bolała go głowa. Czuł jakby coś wwiercało mu się do środka próbując ją jednocześnie rozsadzić. Obraz rozmywał się przed oczami. Kolorowe plamy zlewały się w jedną wielką, niewyraźną całość. Może i nie widział w tym momencie za wiele, ale nos go nie zawodził. Czuć było silny zapach igieł sosnowych. Czyli był w lesie. Aureliusz mógł postarać się o coś oryginalniejszego. Chociażby jakiś krater wulkanu, pustynia może? Cokolwiek. Ewidencja brak mu było wyobraźni. O co właściwie poszło? Dezydery – brunet o piwnych oczach, który zginął podczas burzy na szlaku górskim, trafił do Nieba. Wbrew wszelkim wyobrażeniom ludzkim, to wcale nie jest tak, że robi się to co chce, jak chce i kiedy chce. Tam również istnieją zasady, reguły i ograniczenia. Lista ich się dłuży i dłuży, słowem; do wyrzucania. Głównym zadaniem zmarłych zjaw jest pełnienie funkcji Stróża nad jednym człowiekiem bądź całą rodziną – w zależności od posiadanego doświadczenia i rangi. Dezydery jednak do pracowitych nie należy i najwyczejniej w świecie się urywał, obijał, czy po prostu lekceważył wydawane polecenia. Nic więc dziwnego, gdy pewnego dnia, jego szef – Aureliusz go zwolnił. Nie stawiając oczywiście przełożonego w złym świetle. Dawał mu „drugą szansę”. Nawet wiele razy, po prostu z nich nie skorzystał – na własną niekorzyść. Była to dla anioła największa zniewaga. Spadało się z niebiańskiej rangi, na zwykłe, przyziemne widmo. Tak więc obecnie wyglądała jego przyszłość. Snucie się bez celu po świecie w nieskończoność.

Zasłonił ręką twarz, przepuszczając tylko drobne promienie słońca. Czy widać nie mogły się przyzwyczaić. Gdy je otwierał miliony jasnych, oślepiających płamek lawirowało przed nimi, nie pozwalając zobaczyć czegokolwiek. Przekłute słońce.

Okolica była spokojna. Roilo się od drzew iglastych, aczkolwiek las był mieszany i tu, i ówdzie rosła sobie niewinnie jakaś brzołka, lipa czy dąbek. A i traw nie brakowało! Trawska wciskały się, gdzie tylko mogły, starając się przejąć dominację w lesie. Powoli rozchylał oczy, mrugając przy tym szybko. Im szybciej się oswoić, tym lepiej. Jęknął cicho dźwigając się do siadu. Przeszywający ból głowy znowu się odezwał uderzając piorunem. W tym samym momencie dotarło do niego, że cały czas ma w rękę maskę. Jak można było tego nie zauważyć? Maska była kształtu twarzy, wyglądała jakby była z metalu, w rzeczywistości była z tworzywa zupełnie niepodobnego raz to twardego, raz miękkiego, w zależności jak się ją trzymało. Każdy Anioł schodząc na ziemię, miał obowiązek zakrywania twarzy. Styl maski był zależny od rangi. Ta, którą trzymałem w rękę była podrapana, obklejona, popękana i wyglądała na

to, że dużo przeszła. Mimo to, ten stary brudny, niezadbany grat, o póżółkłych brzegach wywołał silny wstrząs. Każdy zewnętrzny obserwator mógłby zauważyć, że oczy widma zasnuła mgła. Gdyby jednak byłby to niezwykle sprostegawczy, ktoś więcej niż przeciętny zjadacz chleba, zauważyłby, że nie jest to mgła, jaką mają w oczach trupy. Była to swego rodzaju mgła smutku, posiadająca taki jeden szczególny błysk. Poglądził jedno z pęknięć. Gładka, matowa powierzchnia była chłodna w dotyku. W tamtym momencie coś w nim pękło. Sprzeczne uczucia mieszały się ze sobą, jak w wielkim garze. Wszystkie się zagotowały wytwarzając własne aromaty. Ta mieszanina toczyła walkę z własnymi jej składnikami. Obraz bliskich, śmiech, płacz, ich troska, złość, nienawiść i zmieszanie. Emocje się ze sobą zderzały tworząc ściany deszczu. Po policzku spłynęła łza wielka jak groch... Między palce weszły miękkie źdźbła trawy. Włosy przykleiły się do twarzy. Nie dbał o to. Przeklęty Aureliusz. Przekłute prawo. Przekleci bliscy. Przekłeta śmierć. Przekłety świat. Przekłute emocje. Przeklinał wszystko. Cisnął maską w ziemię łapiąc się za głowę. Miał dość. Dość tego nieśmiesznego cyrku.

W tym całym zamieszaniu był jeden obserwator. Jedno niewinne stworzenie nierozumiejące tragizmu sytuacji, przypatrywało się temu wszystkiemu nie odzywając się słowem. Chował się w pobliskich krzakach spoglądając na tajemniczego kogoś z zaciekawieniem. No właśnie, spoglądał! Więc musiał widzieć zjawę! Ten właśnie stwór wypełził ze swojej kryjówki zmierzając do załamanego, na wpół zwałowanego jego mościa, po czym zatrzymała się tuż przed jego oczami bezczelnie się przyglądając. W tym momencie wymaga wyjaśnienia, że owy obserwator nie był żadną istotą człokształtną. A był to wężyk grubości palca i długi od łokcia, po czubki palców W pierwszej chwili Dezydery skamieniał przyglądając się gadowi. Gad zrobiło to samo.

– Na co się gapisz? – wyburczał drżącym głosem nastolatek, ocierając opuchnięte oczy z łez. Czuł się już lepiej, po tym jak się wypłakał. Przystał się mazać – skarcił się w myślach. Wężyk w odpowiedzi przechylił łepkę nic nie rozumiejąc z paplaniny chłopaka. Podpełził bliżej zwiżając się w kłębek nieśmiało.

– Czekaj chwilę... – wymamrotał grzebiąc w tylnej kieszeni spodni. Wyjął z niej paragon, najzwyczajniejszy w świecie. Zaczął z niezwykłym skupieniem składać świstek w jakąś konstrukcję, a ta nabierała kształtu. Po chwili w jego rękę zamiast paragonu była mała czapeczka. Podniósł węża w dwa palce rozwijając go z jego zwiniętej formy. Umieścił czapeczkę na jego łebku uśmiechając się czule.

– Gotowe.

POMÓŻMY ERYKOWI!

Drodzy Czytelnicy! Zwracamy się z gorącą prośbą o wsparcie akcji zbiórki pieniędzy na rzecz ucznia Szkoły Podstawowej w Paprotni Eryka Burakowskiego, który od wielu miesięcy jest przykuty do łóżka i wymaga całodobowej opieki.

Prosimy ludzi o dobrych sercach o pomoc i wsparcie dla Eryka, chłopca, który mimo cierpienia i choroby, jest radosny i bardzo pogodny. Rodzice chłopca nie poddają się i walczą o zdrowie syna każdego dnia. Aby jego życie było lżejsze, Eryk potrzebuje rehabilitacji i opieki lekarzy. Jest to ogromny koszt, którego rodzina nie jest w stanie udźwignąć. Dlatego zwracamy się z apelem do wszystkich ludzi, którym los Eryka nie jest obojętny o wsparcie finansowe, aby zapewnić mu wszystkie potrzebne środki.

Na Facebooku, pod hasłem „Ratujemy Eryka”, trwa obecnie wiele licytacji, z których całkowity dochód zostanie przekazany na leczenie chłopca. Serdecznie zapraszamy do udziału. A tym, którzy chcieliby wesprzeć akcję i pomóc Erykowi przypominamy, że można też dokonać bezpośredniej wpłaty, dowolnej kwoty na konto Fundacji Dzieciom „Zdążyć z Pomocą” Alior Bank S.A.: 42 2490 0005 0000 4600 7549 3994, tytułem: 26792 Burakowski Eryk darowizna na pomoc i ochronę zdrowia. **Pomóżmy Erykowi powrócić do zdrowia!**



Redakcja

ZAPASY

KAROLINA ZIEŃ BRĄZOWĄ MEDALISTKĄ MISTRZOSTW POLSKI MŁODZICZEK W ZAPASACH!

W Nowinach koło Kielc w dniach od 20 do 22 listopada odbyły się IX Mistrzostwa Polski Młodziczek w Zapasach. Na starcie ujęliśmy 158 zawodniczek z 60 klubów z całej Polski. W mistrzowskim turnieju stoczono 267 pojedynków, z czego 227 zakończyło się przed czasem. Podczas imprezy znakomitą formą błysnęła walcząca w kategorii wagowej 46 kg zawodniczka LKS Mazowsze Teresin, Karolina Zień.

Karolina zajęła 3. miejsce, przegrywając jedynie z mistrzynią Polski. Inna nasza zawodniczka, Maja Nowakowska (62 kg) uplasowała się na 6. miejscu, ale był to dopiero jej trzeci



start na tak ważnych zawodach.

Mieczysław Czwaliński – wiceprezes PZZ ds. zapasów kobiet, podsumowując mistrzostwa powiedział:

– Obserwując te zawody mogę stwierdzić, że poziom wyszkolenia zawodniczek, zwłaszcza tych które dotarły do strefy medalowej był wysoki, a niekiedy bardzo wysoki. Zawodniczki prezentowały dość dobre wyszkolenie, a kilka z nich śmiało można już szkolić w kadrze kadetek.

Wielkie gratulacje dla trenera oraz zawodniczek!

Redakcja

Foto: LKS Mazowsze Teresin

BARTŁOMIEJ NOWAKOWSKI MISTRZEM POLSKI!

W dniach 27-29.11.2020 w Zgierzu odbyły się Mistrzostwa Polski młodzików w zapasach w stylu wolnym. W zawodach udział wzięło ponad 300 zawodników reprezentujących 65 klubów z całego kraju, a wśród nich trzynastu reprezentantów LKS Mazowsze Teresin. Nasi zawodnicy po raz kolejny udowodnili klasę, przywożąc z imprezy o randze mistrzowskiej cztery medale – złoty, srebrny i dwa brązowe. LKS MAZOWSZE TERESIN w klasyfikacji klubowej zdobył 1. miejsce, wyprzedzając LKS Orzeł Namysłów oraz ZKS Koszalin.

MISTRZEM POLSKI w kategorii 62 kg został Bartłomiej Nowakowski.

Tytuł wicemistrzowski w kategorii 41 kg wywalczył jego brat Filip Nowakowski.



Brązowe medale zdobyli: **Dawid Bielski** (kat. wag. 44 kg), a w kat. wag. 100 kg **Krzysztof**

Chudecki.

Poza podium znaleźli się:

Adam Łukasik 38 kg – 5. miejsce
Kacper Chojnacki 48 kg – 17. miejsce
Karol Selterski 48 kg – 22. miejsce
Seweryn Grądzik 48 kg – 28. miejsce
Mateusz Zawadzki 52 kg – 10. miejsce
Aleksander Bielski 57 kg – 11. miejsce
Krzysztof Goliński 57 kg – 15. miejsce
Adrian Kowalski 62 kg – 15. miejsce
Patrik Kutyłowski 68 kg – 5. miejsce
Gracjan Ignatowicz 75 kg – 15. miejsce.

Zawodnikom i trenerom LKS Mazowsze Teresin składamy serdeczne gratulacje.

PIŁKA NOŻNA

PECHOWY FINAŁ RUNDY JESIENNEJ

W ostatnim meczu rundy jesiennej sezonu 2020/2021 drużyna KS Teresin zmierzyła się u siebie 21 listopada z LKS Chlembia. Zagrały odpowiednio 5. i 6. drużyna w rozgrywkach. Mecze z Chlembią od kilku lat są bardzo zacięte, najczęściej wyrównane, nie inaczej było w sobotę.

W pierwszej części rywalizacji gra była wyrównana. W 25. minucie po rzucie wolnym wykonywanym z lewej strony pola karnego, po dośrodkowaniu, piłka znalazła się w naszej bramce. W 45. minucie w obrębie szesnastki sfalowany został Kamil Bartosiewicz. Do piłki ustawionej na jedenastym metrze tradycyjnie podszedł Kamil Smoliński i pięknym strzałem w okienko wyrównał stan spotkania i pozwolił zespołowi do szatni z remisem.

Po zmianie stron KS Teresin zaczął wyraźnie dominować, co jednak nie przełożyło się na ostateczny wynik spotkania. W 85 minucie przyjezdnym udało się zdobyć zwycięskie trafienie. Konrad Drązikowski nie zdołał obronić strzału tuż przy prawym słupku bramki. Niestety, po prawdę dobrej grze, mecz zakończył się dla nas porażką.

Ostateczny wynik 2:1 na pewno nie satysfakcjonuje trenera Kęsi i jego zawodników. Dla KS Teresin był to ostatni oficjalny mecz w tym roku kalendarzowym. Podopieczni Sebastiana Kęsi zakończyli rundę jesienną na 6. miejscu z dorobkiem 33 punktów. Tracą niewiele do ścisłej czołówki tabeli, tak więc runda wiosenna zapowiada się naprawdę pasjonująco. Miejmy nadzieję, że skład drużyny nie zmieni się radykal-

nie, a być może uda się go realnie wzmocnić.

XVII kolejka Warszawskiej Klasy Okręgowej

KS Teresin – LKS Chlembia 1:2; gole: Kamil Smoliński (45'+1 z rzutu karnego)

KS Teresin (skład): Drązikowski – Popławski, Binienda, Smoliński, Szewczyk – Stencel, Sosnovskij (82' Stojek), Bartosiewicz, Parśniak (46' Węsek), M. Bargiel – K. Bargiel

Redakcja, Foto: LKS Chlembia



ŁUCZNICTWO SUKCESY JUNIORÓW LKS MAZOWSZE TERESIN W HALOWYCH MISTRZOSTWACH POLSKI

Udany start na swoim koncie po raz kolejny zanotowali łucznicy LKS Mazowsze Teresin. W weekend 14-15 listopada w Wilkowie k. Żywca odbyły się XXX Halowe Mistrzostwa Polski Juniorów Młodszych w łucznictwie. Na starcie zobaczyliśmy blisko 100 utalentowanych łuczniczek i łuczników reprezentujących 23 kluby z terenu całego kraju. W zawodach tych najlepszy wynik osiągnęła Ewelina Lisiecka, zdobywając tytuł wicemistrzyni Polski.

Dwudniowa impreza przyciągnęła 98 zawodników. Ewelina Lisiecka ustąpiła pola jedynie Aleksandrze Wider z żywieckiej Szkoły Mistrzostwa Sportowego.



Srebrny medal Mistrzostw Polski to wielki sukces. Ale to nie koniec osiągnięć teresinian. Zespół kobiet w składzie: Alicja Zygmunciak, Maria Małolepsza, Ewelina Lisiecka i Agata Michałowska zakończył mistrzostwa na 3. miejscu. Na trzecim stopniu podium stanęła także drużyna męska: Sebastian Błaszczuk, Mateusz Nguyen i Miłosz Olczak. W kategorii drużyn mieszanych, mikst LKS Mazowsze Teresin w składzie – Ewelina Lisiecka i Mateusz Nguyen został sklasyfikowany na 7. miejscu, a indywidualnie Maria Małolepsza była piątą. Serdecznie gratulujemy!

Redakcja

Foto: LKS Mazowsze Teresin

MŁODZI ŁUCZNICY LKS MAZOWSZE TERESIN CELNIE STRZELALI W ZGIERZU

Kolejne medalowe zdobycze mają na swoim koncie młodzi łucznicy LKS Mazowsze Teresin. Z odbywających się 21-22 listopada w Zgierzu Halowych Mistrzostw Polski Juniorów i Młodzieżowców przywieźli 3 srebrne medale. Mistrzostwa rozgrywane były w konkurencjach: drużynowej, indywidualnej oraz mikstów. Rywalizowali zawodnicy z całej Polski. Ze względów bezpieczeństwa turniej odbywał się bez udziału publiczności.

W konkurencji drużynowej tytuły wicemistrzowskie wywalczyły drużyny:

- junierek w składzie: Natalia Skrok, Aleksandra Rutkowska, Magdalena Zygmunciak i Dominika Gajda,
- juniorów w składzie: Dominik Kozłowski, Jakub Kłata i Krystian Kryszkiewicz,
- młodzieżowców w składzie: Agnieszka Grądzik, Julia Lempart i Marta Narloch.

Indywidualnie nasi zawodnicy spisali się

równie dobrze.

Juniorzy:

6. miejsce – Dominik Kozłowski

8. miejsce – Krystian Kryszkiewicz

Juniorki:

7. miejsce – Natalia Skrok

8. miejsce – Magdalena Zygmunciak

Młodzieżowki:

7. miejsce – Marta Narloch

Nie zawiodły też nasze miksty. Natalia Skrok i Dominik Kozłowski ukończyli zawody na 5. miejscu, a drugi mikst, Aleksandra Rutkowska i Krystian Kryszkiewicz wywalczył 7. miejsce.

Każdy zawodnik wrócił z medalem, moty-



wacją i nowymi doświadczeniami. Sezon halowy przed nami. Szlifujemy formę i czekamy na nowe sukcesy – informuje trenerka młodych łuczników Katarzyna Kłata.

Redakcja

Foto: LKS Mazowsze Teresin

MAMY ZŁOTO! JAN LISIECKI MISTRZEM POLSKI MŁODZIKÓW

Najmłodszy uczestnik Halowych Mistrzostw Polski Jan Lisiecki, zdobył tytuł Halowego MISTRZA POLSKI Młodzików łucznictwie. 12-letni Jan Lisiecki zawodnik LKS Mazowsze Teresin wywalczył złoty medal w X Halowych Mistrzostwach Polski Młodzików w łucznictwie. To jego największy sukces w dotychczasowej karierze sportowej. W zawodach, które odbyły się 28 listopada w Nowej Rudzie, wzięło udział 161 zawodniczek i zawodników z 30 klubów z całej Polski. Zawodnicy reprezentowali wysoki poziom, a o miejscach medalowych decydowała ilość strzelonych dziesiątek.

To kolejny, jakże znaczący triumf łuczników LKS Mazowsze Teresin. Tym razem

w roli głównej wystąpił Jan Lisiecki. Okazał się najlepszy, mimo tego, że znacznie odbiega wiekiem od swoich rywali. Pierwsze miejsce w krajowym czempionacie, to niepodważalne osiągnięcie młodego zawodnika, jak i jego kadry trenerskiej.

– Jasio zrewanżował się konkurentom za letnie Mistrzostwa Polski, gdzie wywalczył wtedy czwarte miejsce – informuje szkoleniowiec Ryszard Kowalski. W tych samych zawodach na dwudziestej czwartej pozycji uplasowała się Emilia Pakuła. Natomiast w rywalizacji miksta para Lisiecki – Pakuła otarła się o podium, ostatecznie plasując się na szóstym miejscu.



LEKKA ATLETYKA

PRZEŁAJOWE SUKCESY ZAWODNIKÓW UKS FILIPIDES TERESIN PODCZAS MISTRZOSTW MAZOWSZA



Niesieni dobrymi startami na bieżni oraz dobrze przetrenowanej jesieni i obozie w Borowicach, zawodnicy UKS Filipides Teresin świetnie zaprezentowali się podczas Mistrzostw Mazowsza w biegach przełajowych. Z zawodów, które kolejny raz odbyły się na terenie warszawskiego AWF-u, wracamy zadowoleni i przekonani, że praca idzie w dobrym kierunku.

W pierwszym biegu na dystansie 1 kilometra wystartowali najmłodsi zawodnicy z kategorii U12 i U14. Wśród dziewcząt znakomicie zaprezentowały się **Julia Giejbatow**, **Maja Łuczko**, **Basia Bargieł** oraz **Pola Giejbatow**. Julka i Majka rywalizowały z o rok starszymi koleżankami, a mimo to zajęły miejsca na podium, odpowiednio drugie i trzecie. Basia również zajęła wysokie miejsce choć jest sprinterką. Dostarczycielką emocji była Pola, która w kategorii U12 dobiegła jako szósta, choć jej rywalki były trzy lata starsze!

W kategorii U14 chłopców wygrał lider list krajowych na 1000 m – **Mikołaj Olejnik**. „Miko” prowadził wyraźnie od startu do mety. Na dobrym piątym miejscu dobiegł **Michał Lewandowski**. W kategorii U12 na pudło wskoczył **Filip Olejnik**.

Z kolei kategoria U16 dziewcząt to całkowita dominacja tereśskich lekkoatletek – królowe są tylko dwie!!! Na kilometr nie miała sobie równych **Lena Suchowolak** – liderka list światowych U16 na 600 m. Na dwa razy dłuższym dystansie wygrała **Eliza Galińska** – ale to przecież tegoroczna mistrzyni i rekordzistka Polski na 2000 m. Z dobrej strony pokazała się **Maja Słowińska**, dobiegając na piątej pozycji.

Panowie z U16 tym razem wylądowali na czwartych miejscach. **Wiktor Sot** w biegu na dwa, a **Piotr Kleczewski** na trzy kilometry. Nasi juniorzy młodsi (**Karolina Szklarska** i **Damian Pietruszewski**) również poza podium. Mieli oni trudne zadanie, ponieważ rywalami była czołówka krajowa (Zuzia Bronowska czy Kasia Napiórkowska to klasa sama w sobie). Wszyscy wracamy z tarczą!

Źródło: tekst i foto UKS Filipides Teresin

UKS FILIPIDES NA I MIEJSCU W KONKURSIE NA NAJCIEKAWSZĄ PREZENTACJĘ ORGANIZACJI Z ZIEMI CHEŁMOŃSKIEGO

UKS FILIPIDES działa w tym roku intensywnie zarówno na stadionach jak i w sieci – nasi zawodnicy biją rekordy Polski (Eliza Galińska), zdobywają mistrzostwo Polski (Lena Suchowolak) oraz stają na podium w różnych zawodach lekkoatletycznych.

Zawodnicy trenują i biorą udział w zawodach, a równolegle w sieci realizowany był projekt „Ćwicz bezpiecznie w domu z Filipidesem”, w ramach którego powstała nowa strona www.uksfilipides.pl oraz seria filmów promujących Klub i lekką atletykę zamieszczonych na kanale You Tube UKS FILIPIDES. Udział w konkursie organizowanym przez LGD „Ziemia Chełmońskiego” w ramach projektu „Drogowskazy Aktywności Obywatelskiej na Ziemi Chełmońskiej” jest kontynuacją tych działań - zwycięska prezentacja pokazuje, czym zajmuje się UKS FILIPIDES - pokazuje, że każdy, nawet z małej miejscowości może bić rekordy, jeśli tylko tego bardzo chce.

Wielkie podziękowania należą się zawodnikom trenującym w Klubie jak i ich rodzicom, którzy chętnie zaangażowali się w przygotowanie zwycięskiej prezentacji.

Prezentację można obejrzeć na Kanale You Tube UKS FILIPIDES

<https://www.youtube.com/channel/UCg-uCdP7b2mDlx4v4G413Pg>

Izabela Andryszczyk



PARTNERZY PROGRAMU „KARTA 3+”

LISTA FIRM, KTÓRE WSPIERAJĄ RODZINY 3+ NA TERENIE GMINY TERESIN

SKLEPY

Sklepy EFEKT PLUS Piotr Ksit – Paprotnia, ul. o. Maksymiliana Kolbego; Teresin, ul. Kaska; Szymanów, ul. Szkolna; 5% zniżki na wszystkie towary oprócz wyrobów alkoholowych i tytoniowych, kart telefonicznych, cukru oraz artykułów promocyjnych.

Sklep ABRAKADABRA Robert Króliczak – Teresin, ul. Szymanowska 7; 5% zniżki na cały asortyment.

Sklep odzieżowy HOKUS Agnieszka Króliczak – Teresin, ul. Szymanowska 7; 5% zniżki na cały asortyment.

Sklep BIELIZNA Paweł Liberadzki – Teresin, ul. Szymanowska 8; 5% zniżki na cały asortyment.

Sklep obuwniczy KACPER Kamil Króliczak – Teresin, ul. Szymanowska 19; 10% zniżki na obuwie z wyjątkiem skózanego, 5% zniżki na obuwie skórzane. Rabat nie dotyczy artykułów objętych promocją.

Sklep odzieżowo-obuwniczy RED-STAR Cezary Szamaniak – Teresin, ul. Szymanowska 1; zniżka 8% na cały asortyment.

Kwiaciarnia ALICJA Alicja Rutkowska – Paprotnia, ul. Cmentarna; 10% zniżki na wszystkie artykuły.

Sklep odzieżowy AVANTIS Anna Bargieł – Teresin, ul. Kwiatowa 1; 5% zniżki na cały asortyment z wyjątkiem artykułów objętych przeceną.

PHU VIKI Nowak Sylwia – Elżbietów 23B; 5% zniżki na cały asortyment z wyłączeniem wyrobów tytoniowych.

FERMA DROBIU Mateusiak Jarosław i Katarzyna – Czerwona Parcel 93; 20% zniżki na jaja.

FHU DE-FACTO Sklep Wielobranżowy Anna Kalinowska – Teresin, ul. Lipowa 1A; 5% zniżki na cały asortyment.

Sklep FUKS Kołodziejska Agnieszka – Teresin, ul. Rynkowa 1; 5% zniżki na wszystkie towary oprócz wyrobów alkoholowych i tytoniowych, kart telefonicznych, artykułów promocyjnych.

Centrum Ogrodowe Krzysztof Owczarek – Paprotnia, ul. Sochaczewska 28; 5% zniżki na cały asortyment.

JETTA Zbigniew Podlasiński Sp.j. – Teresin ul. Szymanowska 2; 5% na cały asortyment.

GASTRONOMIA

Pizzeria PIERROT Renata Olechowska – Teresin, ul. Lipowa; zniżka 10% oprócz wyrobów alkoholowych i tytoniowych.

USŁUGI

Nadzory i projekty budowlane Józef Górzyński – Elżbietów 15; zniżka 10%, tel. 608 516 983.

Ośrodek Kształcenia Kierowców MAKO Leszek Ćwikliński (nauka jazdy, jazdy doszkalać, płyta poślizgowa) – ul. 1 Maja 27a; zniżka 5% na lekcje nauki jazdy + 2 godziny gratys.

Stomatologia, lekarz dentysta Mariusz Cierech – Teresin, ul. Szymanowska w budynku TER-MED; 10% zniżki na usługi dentystyczne.

Nauka języka angielskiego Honorata Mrowińska – Granice, ul. Południowa 47; 30% zniżki na zajęcia indywidualne dla dorosłych.

Usługi fryzjerskie damsko-męskie Edyta Kosińska – Paprotnia, ul. o. M. Kolbego 51A; 10% zniżki na strzyżenie włosów.

PROGRESS Szkoła języków obcych Karolina Sałyga – GOSiR Teresin ul. Aleja XX-lecia 32; bezpłatny podręcznik, 45 zł upustu na wybrany kurs przy zapisie na cały rok szkolny.

IGIELKA Beata Bachura – Teresin-Gaj, ul. Spacerowa 100; 20% zniżki na szycie firan i zasłon, na skracanie odzieży, na haft dekoracyjny, na haftowanie liter na odzieży, na reperowanie odzieży, na wszywanie zamków do odzieży.

Towarzystwo Ubezpieczeń Wzajemnych – „Tuw” Janusz Sowiński – punkt ubezpieczeniowy Teresin, ul. Szymanowska 19; 15% zniżki na OC i AC komunikacyjne, 30% zniżki na ubezpieczenie domów i mieszkań „Bezpieczna Rodzina”, 30% zniżki na – Bezpieczna zagroda-mienie, 30% zniżki na NNW osobowe, 30% zniżki na Bezpieczny dom w budowie, 30% zniżki na obowiązkowe ubezpieczenie budynków rolniczych.

AP SERVICE Sp. z o.o. Agnieszka Rudnicka – Teresin, ul. Brata Cherubina Pawłowicza 10; 15% zniżki na usługi księgowe, 10% zniżki na artykuły szkolne oraz zabawki, 5% zniżki na zakup sprzętu komputerowego oraz usługi komputerowe.

„TWS” UBEZPIECZENIA Sławomir Tomaszewski – punkt ubezpieczeniowy Teresin, ul. Szymanowska 19, Sochaczew ul. Stefana Żeromskiego 27/6; 15% zniżki na OC i AC komunikacyjne, 30% zniżki na ubezpieczenie domów i mieszkań „Bezpieczna Rodzina”, 30% zniżki na – Bezpieczna zagroda-mienie, 30% zniżki na NNW osobowe, 30% zniżki na Bezpieczny dom w budowie, 30% zniżki na obowiązkowe ubezpieczenie budynków rolniczych.

Najlepsze Biuro Rachunkowe Tomasz Smolarek – Paprotnia, ul. Sochaczewska 51; 15% zniżki na usługi księgowe, 15% zniżki na usługi pomocy w wypełnianiu PIT-ów rocznych.

Biuro Rachunkowe Barbara Smolarek – Paprotnia, ul. Sochaczewska 51; 15% zniżki na usługi doradztwa podatkowego.

SP Media Pracownia Reklamy – Teresin, ul. Szymanowska 19, lok. 1a, tel. 604 612 069; 10% zniżki na wszystkie oferowane usługi.

TRAWKA Konrad Walichnowski – Teresin, ul. Lipowa 28; 10% zniżki na usługi pielęgnacji ogrodu oraz 10% zniżki na projektowanie ogrodu.

Gospodarstwo Agroturystyczne „MALOWANY KOŃ” Iwona Gręda – Mikołajew 14; 10% zniżki na jednorazowe jazdy konne i warsztaty twórcze.

E i M Miller Firma Prawnicza Michał Miller – ul. Świą-



tokrzyska 14A, 00-050 Warszawa oddział Teresin ul. Szymanowska 2 lok. 2; 20% zniżki na zlecenie i prowadzenie spraw, reprezentowanie przed instytucjami – Sąd, Prokuratura, Policja w sprawach wypadków drogowych, sprawach karnych, błędów medycznych, sprawach cywilnych.

„STUDIO URODY” Salon kosmetyczno-fryzjerski Maria Grabowska – Paprotnia ul. o. M. Kolbego 29, 10% zniżki na usługi fryzjerskie (fryzjerstwo damskie, męskie i dziecięce); usługi kosmetyczne (peeling kawitacyjny, sonoforeza, mezoterapia bezigłowa, microdermabrazja diamentowa, kwasy, ultradźwięki, liposukcja, fale radiowe, regulacja brwi, henna brwi i rzęs, parafina, oxybrazja, depilacja woskiem; stylizacja paznokci: manicure, pedicure, makijaż dzienny, okolicznościowy, wieczorowy; zabiegi liftingujące, przeciwzmarszczkowe, odmładzające, oczyszczające, rozjaśniające przebarwienia, wysuszające-antycellulitowe.

PRZEDSZKOLA

Przedszkole Niepubliczne STUDIO DZIECKA FIGIEL Katarzyna Kłata – Granice, ul. Zacisza 1; 15% zniżki na czesne.

Niepubliczne Przedszkole LEŚNA AKADEMIA Damian Tymorek – Teresin, Aleja XX-lecia 3; 15% zniżki na wpisowe.

INSTYTUCJE SAMORZĄDOWE

Teresin – 50% zniżki na ofertę Teresińskiej Ośrodka Kultury i Gminnego Ośrodka Sportu i Rekreacji.

Błonie – 50% na ceny biletów do kina w Centrum Kultury.

Sochaczew – 50% na ceny biletów na basen w Miejskim Ośrodku Sportu i Rekreacji.

Partnerom programu dziękujemy za wspieranie rodzin wielodzietnych. Zachęcamy przedsiębiorców, punkty usługowe i sklepy działające na naszym terenie do przystąpienia do programu partnerskiego. Z naszej strony zapewniamy bezpłatną promocję na stronie internetowej oraz w naszym miesięczniku „Prosto z Gminy”. Szczegóły pod nr. tel. 46 864 25 35, 603 660 300.

PARTNERZY PROGRAMU „KARTA SENIORA”

LISTA FIRM, KTÓRE WSPIERAJĄ SENIORÓW NA TERENIE GMINY TERESIN:

FHU DE-FACTO Sklep Wielobranżowy Anna Kalinowska – Teresin, ul. Lipowa 1A; 5% zniżki na cały asortyment.

Sklep ABRAKADABRA Robert Króliczak – Teresin, ul. Szymanowska 7; 5% zniżki na cały asortyment.

Sklep odzieżowy HOKUS Agnieszka Króliczak – Teresin, ul. Szymanowska 7; 5% zniżki na cały asortyment.

Sklep BIELIZNA Paweł Liberadzki – Teresin, ul. Szymanowska 8; 5% zniżki na cały asortyment.

Sklep FUKS Kołodziejska Agnieszka – Teresin, ul. Rynkowa 1; 5% zniżki na wszystkie towary oprócz wyrobów alkoholowych i tytoniowych, kart telefonicznych, artykułów promocyjnych.

„STUDIO URODY” Salon kosmetyczno-fryzjerski Maria Grabowska – Paprotnia ul. o. M. Kolbego 29, 10% zniżki na usługi fryzjerskie (fryzjerstwo damskie, męskie i dziecięce); usługi kosmetyczne (peeling kawitacyjny, sonoforeza, mezoterapia bezigłowa, microdermabrazja diamentowa, kwasy, ultradźwięki, liposukcja, fale radiowe, regulacja brwi, henna brwi i rzęs, parafina, oxybrazja, depilacja woskiem; stylizacja paznokci: manicure, pedicure, makijaż dzienny, okolicznościowy, wieczorowy; zabiegi liftingujące, przeciwzmarszczkowe, odmładzające, oczyszczające, rozjaśniające przebarwienia, wysuszające-antycellulitowe.