



W 44. rocznicę czerwcowej „rewolucji ducha“

2 czerwca 1979 r. rozpoczęła się pierwsza z trzech pielgrzymek Jana Pawła II do zniewolonej Ojczyzny. Oficjalnym hasłem podróży apostolskiej były pierwsze słowa hymnu ku czci św. Stanisława ze Szczepanowa – „Gaude Mater Polonia” („Raduj się, Matko Polsko”). Papież odwiedził kolejno Warszawę, Gniezno, Częstochowę, Kraków, Kalwarię Zebrzydowską, Wadowice, Oświęcim, Nowy Targ i ponownie Kraków.

Wybór Polaka na papieża 16 października 1978 r. natychmiast postawił przed Kościołem katolickim w Polsce i władzą komunistyczną kwestię jego przyjazdu do kraju. Prymas Polski kardynał Stefan Wyszyński zaraz po powrocie z Rzymu, już 6 listopada 1978 r. w przemówieniu skierowanym do wiernych w katedrze warszawskiej stwierdził wprost: „A jest nadzieja na to, że Ojciec Święty chce jak najprędzej przybyć do Polski. Najlepszą sposobnością są uroczystości św. Stanisława w Krakowie, zapowiedziane na 13 maja przyszłego



roku. Może przy tej okazji Ojciec Święty zobaczy nie tylko Kraków i Częstochowę. Ale pozwólcie, że jako człowiek dyskretny, zamknę usta i nie pozwolę mówić mojemu sercu, a powierzę te myśli waszym sercom. Co wymodlicie, to będzie zyskiem Kościoła w Polsce i w Rzymie”. Komuniści w zamkniętym gronie szczerze określali swój stosunek do papieża Polaka i „tragedii”, z którą

nalegało się zmierzyć: „Dzisiaj jest już jasne, że do licznych kłopotów wewnętrznych dochodzi kłopot nowy i to z importu – komentował Stanisław Kania, odpowiedzialny za politykę wyznaniową państwa, konieczność podjęcia rozmów na temat przyjazdu Ojca Świętego do Polski. □ I nie jest to na pewno wydarzenie, z którego należy się cieszyć. Potrzebny będzie wielki wysiłek, żeby zminimalizować

ujemne skutki wizyty” – kontynuował wywód podczas konferencji partyjnej 2 marca 1979 r.

Na całej trasie pielgrzymki, która rozpoczęła się w Warszawie, papieża witały nieprzebrane tłumy wiernych, udekorowane domy i balkony. Wsłuchiowano się w słowa człowieka, który mówił prawdę do ludzi żyjących od lat w zakłamanym panującym w mediach, w pracy i wdzierającym się do rodzin. Władze państwowe nagle się wycofały. „Myśmy się wtedy zobaczyli i policzyli” – wspominało w Polsce po latach. A Ojciec Święty mówił o historii narodu, o prawach człowieka, o demokracji i prawie do wolności Polaków. Mówił o zakłamanym fragmentach dziejów z ostatnich dziesięcioleci czy o tych, o których milczano w oficjalnych programach szkolnych: „Wylączenie Chrystusa z dziejów człowieka jest aktem wymierzonym przeciwko człowiekowi – mówił na placu Zwycięstwa w stolicy. – Nie sposób zrozumieć tego Narodu, który miał przeszłość tak wspaniałą – ale zarazem tak straszliwie trudną – bez Chrystusa [...] Nie sposób zrozumieć tego miasta, Warszawy, Stolicy Polski, która w roku 1944 zdecydowała się na nierówną walkę z najeźdźcą, na walkę, w której została opuszczona przez sprzymierzone

ciąg dalszy na str.2

OWENS, SCHINE & NICOLA, P.C.

Usługi prawne od 1928



Konsultacja sprawy BEZPŁATNA
Ponad 20 lat doświadczenia

OBRAŻENIA CIAŁA

Wypadki samochodowe
Upadki i poślizgnięcia
Pogryzienie przez psa

ODSZKODOWANIA PRACOWNICZE

"DUI"

KUPNO I SPRZEDAŻ NIERUCHOMOŚCI

PRAWO RODZINNE

Rozwody

Opieka nad dzieckiem

Alimenty

Mediacje

Ostatnia wola Testamentu



LISA PYTERAK MAINOLFI

Adwokat - Mówię po polsku

799 Silver Ln, Trumbull, CT 06611
(203) 375 0600

17 Lenox Place, New Britain, CT 06050
(860) 356 7774

Agencja Europol



Heidi Jadwiga Konarska

Notariusz Publiczny

115 Paine Rd. Newington, CT 06111

(860) 218-8004

Zapraszam nowych i stałych klientów oferując następujące usługi:

- obywatelstwo USA po polsku
- imigracja: petycje, karty stałego pobytu
- sponsorstwo, tzw. białe paszporty
- wyjazdy do urzędów, lekarzy, na odciski
- tłumaczenia dokumentów (akty, metryki, świadectwa)
- pełnomocnictwo, upoważnienia, apostille
- bilety lotnicze (sprawdź zanim kupisz)
- wysyłka paczek, kontenerów, motorów, aut
- wakacje na Karaibach "all inclusive"

W 44. rocznicę czerwcowej „rewolucji ducha“

ciąg dalszy ze str. 1

potęgi [...], nie może być Europy sprawiedliwej bez Polski niepodległej na jej mapie [...] I wołam z głębi tego tysiąclecia: Niech zstąpi Duch Twój i odnowi oblicze ziemi. Tej ziemi”. Tego dnia słuchali go wszyscy Polacy. Podczas spotkania z młodzieżą wśród osób niosących dary znalazła się delegacja wiernych z Grodna, która – ku zaskoczeniu najbliższego otoczenia (w tym funkcjonariuszy SB) – wyjechała z zawiniątka składający się z trzech części krzyż przewieziony „nielegalnie” przez granicę. W Gnieźnie papież przywitał z kolei nielegalnie przybyłą delegację z Czechosłowacji, przypominając za poetę, Juliuszem Słowackim, że jest papieżem Słowianinem, upominającym się o prawa do wolności religijnej na całym kontynencie europejskim. Na Jasnej Górze Prymas Tysiąclecia i Jan Paweł II oddali cześć Maryi, dziękując jej za sprawowaną opiekę nad narodem: „Ojciec św. odczytał głosem pełnym wzruszenia swoje »Maryjne Wyznanie Wiary« □ czytamy w Pro memoria kardynała Wyszyńskiego. – Publicznie zobowiązał się do tego, że Matce Kościoła zawiera siebie i swoje zadanie w Kościele”. Na Jasnej Górze – notował prymas – „Ojciec św. wdał się jeszcze w dialog z wiernymi,



okrzykom i śpiewom nie było końca”. Wszędzie papieżowi towarzyszyła polska młodzież, a spotkania z nią – w Warszawie, w Częstochowie, a potem w Krakowie – przeszły do

historii. Pamiętne spotkanie na krakowskich Błoniach oraz spotkanie na Franciszkańskiej, podczas którego papież z balkonu nawiązywał dialog z tłumami wiernych, stały

się symbolami faktycznego związku Kościoła z narodem. Szczególnie mocno zapadły w pamięć słowa wypowiedziane pod koniec homilii na krakowskich Błoniach, w obecności co najmniej miliona wiernych: „Musicie być mocni, drodzy bracia i siostry [...] Musicie być mocni mocą wiary [...] Działajcie tej mocy bardziej wam potrzeba niż w jakiegokolwiek epoce dziejów. Musicie być mocni mocą nadziei, która przynosi pełną radość życia i nie pozwala zasmucać Ducha Świętego! [...] I dlatego [...] proszę was [...] abyście nigdy nie zwątpili i nie znużyli się, i nie zniechęcili się [...] abyście mieli ufność [...] abyście szukali zawsze duchowej mocy u Tego, u którego tyle pokoleń ojców naszych i matek ją znajdowało”. W kręgach władzy na bieżąco reagowano na każde słowo papieskie. Strona rządowa słała protesty do abpa Agostina Casarolego, by ten wpłynął na papieża i treść jego „nieprawomyślnych” homilii: „Każdego wieczora pan Kania przekazywał mi uwagi albo niepokoje rządowe w związku z tym, co wielki gość uczynił lub powiedział w ciągu dnia, albo mógł uczynić lub powiedzieć dnia następnego” – wspominał Casaroli.

Pielgrzymka Jana Pawła II dobiegła końca. Jeszcze w atmosferze uniesienia tym, co się stało, prymas Polski notował: „Największym osiągnięciem w wymiarze religijnym i historycznym był sam fakt obecności Ojca św. w Polsce. 1. Ma to oczywiście znaczenie religijno-kościelne – ożywienie kontaktu z Kościołem ludzi żywych; łączność z Papieżem, który przestał być mityczną abstrakcją, ale stał się dotykalna

STEVEN'S Ford OF MILFORD

717 Bridgeport Ave, Milford, CT 06460

DANUTA MILANA
Mówiąca po polsku
MANAGER do spraw sprzedaży w
STEVEN'S FORD serdecznie zaprasza
do naszego salonu.
Pomagam w kupnie i rejestracji
samochodu bez względu na
status imigracyjny!!!
Możliwość finansowania
bez Social Security
(na TAX ID, tzw. „zastępczą SS”
dla kupujących po raz pierwszy
nawet bez historii kredytowej!
Rejestruję samochody na polskie i
ukraińskie Prawa Jazdy.
**ZAPRASZAM STAŁYCH I
NOWYCH KLIENTÓW!!!**
914 882 9758 - KOMÓRKA
203 876 6464 wew 5841 - BIURO

FROM THE HEART HOME CARE LLC
300 New Britain Rd., Berlin, CT 06037
tel. 860-882-4623
EMAIL: fromtheheartllc@att.net
WWW.FROMTHEHEARTHOMECARE.ORG

**Nasza agencja oferuje doskonałą
i niedrogą opiekę w twoim domu**

Oferujemy opiekę w zakresie pomocy pielęgniarstwa CNA

PCA	Opieka nocą
HHA	Opieka całodobowa
CHORE	Opieka tymczasowa
Adult Family Living	Oferujemy także opiekę nad
Opieka na godziny	pacjentami z chorobą Alzheimera
(pół etatu i cały etat)	Demencja starcza
	ALS, MS

Akceptujemy pacjentów z Title 19
Akceptujemy Long/short Term Care Insurance
(ubezpieczenie długoterminowe
oraz płatności z kont prywatnych)

lic. HCA.0000796

(jak bardzo!) rzeczywistością dla każdego katolika i dla ludzi dalekich od Kościoła. 2. Znaczenie społeczno-polityczne – gdyż uwydatnia istotną wartość, jaką Kościół ma dziś dla Narodu i jego kultury. 3. Znaczenie polityczno-międzynarodowe – gdyż ukazuje Polskę w świecie w centrum zainteresowania świata, wdziera się do Bloku, odgradzonego żelazną kurtyną od takich sił, które nie są uznane przez monopolistyczne rządy totalitarnej Partii. Nadwerża to mur dzielący Europę na dwa światy. [...] Na tym terenie – Moskwa przestała być wyłącznym gospodarzem. Jest inna moc, której pragnie świat zamknięty w diamacie”. Wizyta papieża i relacje państwo-Kościół w przyszłości stanęły także w centrum debaty Rady Głównej Episkopatu Polski na Jasnej Górze z udziałem Jana Pawła II, który tak podsumował głosy płynące ze strony polskich biskupów (głównie prymasa i bp Bronisława Dąbrowskiego, sekretarza Konferencji Episkopatu): „raczej należy wyczekać z inicjatywą [nawiązania stosunków dyplomatycznych ze Stolicą Apostolską – J.Ż.], aż im będzie na tym zależeć, aż oni przyjmą wszystkie warunki. Taki jest wniosek”. Papież trzymał się tego wniosku aż do końca lat osiemdziesiątych, kiedy to dopiero w lipcu 1989 r., a więc po wyborach czerwcowych, zostały nawiązane stosunki dyplomatyczne Państwa Watykańskiego z odradzającą się Polską.

Do pełniejszej oceny wizyty doszło także w gremiach państwowych zaraz po pielgrzymce. „Na płaszczyźnie ideologicznej Kościół nie tylko, że nie zrezygnuje z konfrontacji, ale należy przypuszczać, że nadal będzie rozwijał jej formy i metody, zwracając przede wszystkim uwagę na: – utrwalenie wyników wizyty papieża i symboli z nią związanych, szczególnie w wersji z placu Zwycięstwa, kreowanie się do rangi nośnika narodowej kultury, odpowiedzialnego za przekazanie tradycji narodowych, zbliżenie się do środowisk młodzieżowych i robotniczych” – analizowano wizytę papieża w Wydziale Administracyjnym KC PZPR. Postulowano znalezienie środków zaradczych, które zmierzać miały ku „integrowaniu społeczeństwa, wierzących i niewierzących wokół programu dalszego rozwoju kraju”. Co światlejsi przedstawiciele władzy zdawali sobie sprawę z pustki oferty rządzących, z bezpowrotnej porażki komunistów i ich ateistycznej ideologii, marksizmu-leninizmu, podniesionej do rangi doktryny państwa.

Jako Polacy dziś jesteśmy zgodni co do tego, że wizyta Jana Pawła II w Polsce w czerwcu 1979 r. stanowiła fundament wszystkich późniejszych przemian ustrojowych, które miały miejsce w latach osiemdziesiątych XX w., w tym przyczyniła się do powstania 10-milionowego ruchu „Solidarność”, odzyskania wolności i niepodległości przez Polskę oraz kraje całego bloku sowieckiego. Pamięć o Kościele powszechnym i katolicyzmie w Polsce jako nosicielach wolności niech nigdy nie zgaśnie, byśmy się nie stali, jako Polska i jako Europa, kolejną krainą niewoli i domem niewolników!

Jan Żaryn



Przygotowania do pielgrzymki

Moskwa odradzała wyrażenie zgody na przyjazd papieża, ale Edward Gierk – ostatecznie – otrzymał w tej kwestii wolną rękę. W zakulisowych rozmowach, prowadzonych od grudnia 1978 r., władze targowały się zatem o termin przyjazdu Ojca Świętego. Nie chciano zgodzić się na wspomniany maj, kiedy to w Krakowie miały mieć miejsce planowane od dawna uroczyste obchody 900. rocznicy męczeńskiej śmierci św. Stanisława, patrona Polski. Termin pielgrzymki ustalono ostatecznie na 2–10 czerwca 1979 r. Nadal jednak dyskutowano o trasie przejazdu, co oczywiście wiązało się z zasięgiem oddziaływania papieża na wiernych.

Utworzono wspólny Komitet Organizacyjny – kościelno-państwowy, w tym z udziałem przedstawicieli Watykanu – którego oficjalnym zadaniem było harmonizowanie działań wspierających papieską pielgrzymkę. Niezależnie od wspólnych zadań komitetu, władze przygotowywały się do pielgrzymki samodzielnie w ramach tajnej operacji SB pod kryptonimem „Lato ’79”.

Na czele sztabu stanął wiceminister spraw wewnętrznych gen. Bogusław Stachura, który wyznaczył specjalne zespoły rozpoznania, działań operacyjnych i technicznych w skali kraju oraz w tych województwach, w których miał przebywać papież. Władze zmobilizowały tysiące funkcjonariuszy MO, wszystkie struktury SB w centrali i na szczeblach wojewódzkich; funkcjonariuszom wstrzymano urlopy, a jednocześnie zaktywizowano setki aktywnych i uśpionych tajnych współpracowników,

mających docierać do środowisk kościelnych i opozycyjnych. Zadaniem wszystkich służb podległych komunistom, poza oczywistym zapewnieniem bezpieczeństwa Ojcu Świętemu, było pomniejszenie – jak pisano – szkodliwych skutków wizyty Polaka papieża. Komuniści wykorzystywali swą rzekomą troskę o bezpieczeństwo Jana Pawła II na forum Komitetu Organizacyjnego do stosowania nacisków na hierarchów, by ograniczono liczbę spotkań papieża z wiernymi oraz by wprowadzono limity kart zezwalających na uczestnictwo w ceremoniach kościelnych. (Przykładowo władze za swój sukces poczytywały zgodę strony kościelnej, by papież poruszał się po Polsce śmigłowcem, a nie samochodem: „Jest to sprawa techniczna, ale ma i inne znaczenie. Nie będzie mianowicie sprzyjać gromadzeniu się tłumu na trasie” – przekonywał Kania partyjnych towarzyszy).

Również episkopat Polski, kapłani i wierni przygotowywali się do pielgrzymki papieskiej niezależnie od przygotowań prowadzonych w ramach prac komisji kościelnej w Komitecie Organizacyjnym – zarówno duchowo, przez modlitwę, jak i organizacyjnie. Po stronie kościelnej powołano służbę porządkową, która miała zabezpieczać trasy pielgrzymki, a także pilnować porządku podczas pobytu papieża w zamkniętych, kościelnych pomieszczeniach. Z formacji tej powstała stała organizacja świeckich w Kościele: Kościelna Służba Porządkowa Totus Tuus, obsługująca kolejne pielgrzymki Ojca Świętego oraz większe uroczystości kościelne (np. procesje w Boże Ciało).

Maluszewski Law LLC

Attorney Katarzyna Maluszewski
785 Farmington Avenue
Kensington, CT 06037
telefon (860) 225-8447

Katarzyna Maluszewski *adwokat z wieloletnim doświadczeniem, bardzo skuteczna szczególnie w sprawach rodzinnych. Pomoc z zachowaniem najwyższych standardów zawodowej staranności.*

Nasza specjalizacja:

- * **rozwoły**
- * **sprawy rodzinne**
- * **prawo do opieki nad dzieckiem**
- * **alimenty**

Oprócz tego:

obrażenia cielesne
 przekroczenia drogowe
 jazda pod wpływem alkoholu
 sprawy kryminalne
 spadki
 kupno i sprzedaż nieruchomości

mówi po polsku



Partyzantka w Rosji? To dopiero początek!

Akcje Rosyjskiego Korpusu Ochotniczego (RDK) i Legionu Wolność Rosji w obwodzie biełgorodzkim „to dopiero początek“, do takich incydentów dojdzie w innych regionach Rosji

Akcje Rosyjskiego Korpusu Ochotniczego (RDK) i Legionu Wolność Rosji w obwodzie biełgorodzkim „to dopiero początek“, do takich incydentów dojdzie w innych regionach Rosji - oświadczył szef ukraińskiej Rady Bezpieczeństwa Narodowego i Obrony Ołeksij Daniłow.

„To nie pierwszy przypadek, gdy Rosjanie z bronią w ręku idą bronić swojego kraju. Przyzwyczajamy się do tego. (...) Jestem przekonany, że to jest dopiero początek i że będzie ciąg dalszy. Będzie to nie tylko Biełgorod” - powiedział Daniłow w rozmowie z Radiem Swoboda.

Szef Rady Bezpieczeństwa oświadczył, że „nie dzieje się nic dziwnego” i „że jest tylko kwestią czasu, gdzie takie akcje będą obserwowane” w przyszłości. Dodał następnie: „spójrzcie, co się tam (w Rosji) dzieje - oni sami z siebie zaczynają odpalać drony w Moskwie”.

Legion Wolność Rosji, składający się z Rosjan walczących po stronie ukraińskiej, opublikował 1 czerwca film, w którym twierdzi, że jego partyzanci znajdują się na granicy rosyjskiej i „wkrótce” wejdą na jej terytorium.

Również RDK, inna ochotnicza formacja rosyjska, opublikował również 1 czerwca oświadczenie, w którym wynika, że po raz kolejny walczy na terytorium Rosji w obwodzie biełgorodzkim. W ciągu dnia w 1 czerwca pojawiały się doniesienia o domniemanych atakach na terenie Szebiekina w obwodzie biełgorodzkim.

Do rajdu zbrojnego obu formacji na terenie obwodu biełgorodzkiego doszło w zeszłym tygodniu. Władze ukraińskie zapewniły, że nie są zaangażowane w te operacje.

USA podjęły działania odwetowe wobec Rosji. Chodzi o broń nuklearną

Od czerwca br. Stany Zjednoczone przestaną przekazywać Rosji dane dotyczące startów międzykontynentalnych rakiet balistycznych.

W związku z zawieszeniem udziału Rosji w porozumieniu o redukcji zbrojeń strategicznych Nowy START, od 1 czerwca USA nie będą już przekazywać Moskwie danych telemetrycznych dotyczących startów amerykańskich międzykontynentalnych pocisków balistycznych (ICBM) oraz pocisków balistycznych wystrzeliwanych z okrętów podwodnych (SLBM).

Departament Stanu wyjaśnia w oświadczeniu, że wymiana takich informacji odbywała się w ramach START, ale Rosja „odmówiła spotkania w ramach dwustronnej komisji konsultacyjnej w celu osiągnięcia porozumienia” w tej sprawie.

Co więcej, Waszyngton nie będzie już powiadamiał Moskwy o stanie lub lokalizacji obiektów objętych układem START, w szczególności rakiet i wyrzutni,

a także przestanie wydawać wizy rosyjskim inspektorom (wizy już wydane USA będą cofać).

Departament Stanu podkreślił, że USA wcześniej uprzedziły Rosję o działaniach odwetowych i są gotowe je odwołać, jeśli tylko Moskwa powróci do przestrzegania traktatu.

Napięcia nuklearne między Rosją a Stanami Zjednoczonymi wzrosły od początku wojny na Ukrainie, a Władimir Putin wielokrotnie ostrzegał, że Rosja jest gotowa użyć swojego arsenału atomowego, jeśli będzie to konieczne, do obrony swojej „integralności terytorialnej”.

Rzecznik Kremla Dmitrij Pieskow pytany o możliwość użycia broni jądrowej na Ukrainie odpowiedział dziennikarzom: „Przeczytajcie doktrynę, tam jest wszystko napisane”.

Doktryna zakłada, że Rosja może użyć broni jądrowej w odpowiedzi nie tylko na atak nuklearny lub z użyciem innej broni masowego rażenia, lecz także na atak z wykorzystaniem broni konwencjonalnej, który zagraża istnieniu państwa lub kraju sojuszniczego.

Według ekspertów Moskwa ma około 2 tys. ładunków z taktyczną bronią jądrową, która może zostać dostarczona drogą powietrzną, morską lub lądową i użyta na polu bitwy.

Część analityków wojskowych uważa, że istnieje poważne niebezpieczeństwo użycia broni atomowej przez Putina w momencie, w którym definitywnie zacznie przegrywać wojnę lub kiedy Ukraina będzie bliska odbicia Krymu. W kwietniu Putin ogłosił, że rosyjska broń jądrowa zostanie rozmieszczona na Białorusi. Powołał się na działania Stanów Zjednoczonych i ich głowice atomowe przechowywane na terytorium państw Europy Zachodniej.

Chińskie linie dostały ultimatum: ominą Rosję albo nie polecą do USA

Amerykańskie instytucje odpowiedzialne za ruch lotniczy zgodziły się na zwiększenie liczby rejsów między lotniskami amerykańskimi i chińskimi. Prawdopodobnie kartą przetargową było to, czy chińskie linie będą skłonne ominąć terytorium Rosji, co wydłuża lot i skutkuje wzrostem ceny biletów.

Jeszcze przed pandemią między Chinami a Stanami Zjednoczonymi latało ponad 150 samolotów tygodniowo. Dzisiejsza siatka połączeń jest tylko wspomnieniem tego, co było, ale powodem zmniejszenia liczby rejsów nie jest tylko zmniejszone zainteresowanie pasażerów. Drugą kwestią jest to, że po tym, jak Rosja zaatakowała Ukrainę w lutym 2022 roku, państwa europejskie i amerykańskie zabroniły liniom lotniczym wlatywać w ich przestrzeń powietrzną. Tak samo zagrała Rosja i wydała zakaz przewoźnikom europejskim i amerykańskim przelatywania nad swoim terytorium. Zakaz nie objął chińskich linii.

Dzięki temu, że chińskie samoloty przelatywały nad Rosją, skracały trasę, a więc zużywały mniej paliwa. Mogły zaoferować niższe ceny niż

linie amerykańskie, więc nie była to uczciwa konkurencja. Z tego powodu amerykańskie służby odmawiały zgody na zwiększenie liczby lotów bezpośrednich między tymi krajami. To ogranicza jednak turystykę i kontakty biznesowe, więc pojawiły się głosy wzywające do zliberalizowania ograniczeń. Tak też się stało: amerykańskie służby wyraziły zgodę na zwiększenie liczby rejsów do 12 tygodniowo.

Anne Petsonk, asystentka sekretarza ds. lotnictwa i spraw międzynarodowych Departamentu Transportu USA odmówiła potwierdzenia, czy warunkiem wydania zgody dla chińskich linii lotniczych na dodanie czterech nowych połączeń była zmiana tras, tak by omijały rosyjską przestrzeń, ale można z dużą dozą prawdopodobieństwa założyć, że tak było. Rejestry portalu FlightAware, który umożliwia śledzenie lotów, pokazują, że chińskie linie lotnicze latają z pominięciem rosyjskiego terytorium – podała 2 czerwca agencja Reutersa.

„Zrobiliśmy wszystko, co możliwe“. Ważne oświadczenie Białego Domu

John Kirby, koordynator Rady Bezpieczeństwa Narodowego USA ds. Komunikacji Strategicznej, w wywiadzie dla „Voice of America” stwierdził, że Zachód zrobił wszystko, co mógł, aby odpowiednio wyposażać ukraińską armię do przeprowadzenia ofensywy na froncie.

– Zaspokoiłiśmy potrzeby Ukrainy w zakresie kontrofensywy. Od nich zależy, kiedy zaczną działania ofensywne. Ale jesteśmy przekonani, że zrobiliśmy wszystko, co możliwe, aby ich do niej przygotować – powiedział Kirby.

Kirby zaznaczył, że mówiąc o kompleksowym wsparciu dla Ukrainy, chodziło mu nie tylko o systemy obrony powietrznej, pojazdy opancerzone i artylerię, ale także o amunicję i szkolenia wojskowe.

– W ciągu ostatnich kilku miesięcy wykonaliśmy dużo pracy, aby upewnić się, że skompletowaliśmy ich „listę zakupów” i że mają to, czego potrzebują – wyjaśnił Kirby.

Amerykański urzędnik wskazał, że ponieważ Rosjanie będą się bronić i mogą atakować, ważne jest, aby przygotować się do dynamicznych starć i mieć pewność, że sojusznicy są „dynamicznie gotowi do dalszego wspierania” Ukrainy w nadchodzących miesiącach.

Dodał, że USA nie poprą wezwań do zawieszenia broni, bo to tylko „zamrozi” sytuację i legitymizuje okupację terytorium Ukrainy.

Ponadto zawieszenie broni bez wycofania wojsk z Ukrainy pozwoliłoby prezydentowi Rosji Władimirowi Putinowi „skonsolidować kontrolę nad zdobytym przez siebie terytorium” i dać mu „czas i przestrzeń na odpoczynek, uzbrojenie i ponowny atak”.

Miedwiediew grzmi. Padają straszne słowa

Dmitrij Miedwiediew znów grozi Ukrainie strasznymi konsekwencjami. Padają skandaliczne słowa. Stwierdził, że „operacja wojskowa” przekształciła się w obecnie walkę z terroryzmem. Mówi o całkowitym zniszczeniu.

– Żadnego kraju nie stać na negocjacje z terrorystami, terrorystów trzeba zniszczyć – stwierdził Dmitrij Miedwiediew, usprawiedliwiając dalsze zbrodnie Rosji w Ukrainie.

Udostępnił na swoim koncie na Telegramie nagranie, na którym widać jego rozmowę z żołnierzami na poligonie w obwodzie wołgogradzkim. Były prezydent Rosji mówił, że „specjalna operacja wojskowa”, jak nazywa brutalny atak

na Ukrainę, przekształciła się w obecnie walkę z terroryzmem.

Dodał, że trzeba zniszczyć samo „gniazdo szerszeni”, cały reżim w Ukrainie. Za „gniazdo szerszeni” uważa Kijów.

– To nawet nie pasuje do żadnych zasad prowadzenia wojny - grzmi Miedwiediew. Stwierdził także, że celem Ukrainy było wyrządzenie szkody ludności cywilnej, a „drony, które zostały użyte, nie mogą uszkodzić ani obiektów wojskowych, ani budynków administracji publicznej”.

Jego zdaniem „akty terrorystyczne muszą wiązać się z możliwie najsurowszym odwetem”. Padają kuriozalne słowa, że Ukraina „zachowuje się jak terrorysta”. Dodał, że to charakterystyczne dla ukraińskiego reżimu, ale także „tych, którzy za nim stoją – przede wszystkim Amerykanów i Europejczyków, którzy de facto weszli na wojenną ścieżkę”.

Przypomnijmy, że we wtorek 03 maja rano stolicę Rosji zaatakowały drony, w efekcie czego miało dojść do uszkodzeń kilku budynków. Według oficjalnych danych rosyjskich maszyn było osiem, jednak nieoficjalnie podawano wyższą liczbę. Strona ukraińska nie potwierdziła bezpośredniego udziału w tym ataku, który – pomimo spowodowania nieznacznych szkód - stał się poważnym wyzwaniem dla Rosji, demonstrując, że Ukraina najprawdopodobniej jest w stanie atakować cele na terytorium tego kraju.

Do ataku dronów na Moskwę doszło na tle zintensyfikowanych ostrzałów powietrznych (raketowych i przy użyciu dronów) na Ukrainę, a zwłaszcza na Kijów. Od początku maja miało miejsce już kilkanaście takich ataków. Wbrew deklaracjom Moskwy, że atakowane są obiekty wojskowe i „centra decyzyjne”, ostrzały są skierowane na cele cywilne.

Łódź podwodna przejęta. Nafaszerowana gigantycznym i trefnym ładunkiem

Kolumbijscy agenci ostatnio zatrzymali 30-metrową łódź podwodną, która przewoziła trzy tony kokainy. Aresztowali trzech mężczyzn podejrzanych o przemyt.

Lokalne władze odebrały zgłoszenie o największym od 1993 roku zarejestrowanym statku podwodnym, który przewoził kokainę na Oceanie Spokojnym.

Zgodnie z informacjami przekazanymi przez władze marynarki wojennej, statek o długości 30 metrów miał na pokładzie ponad trzy tony narkotyków.

Wykryto go dzięki radarom zainstalowanym na okrętach marynarki wojennej patrolujących obszar Oceanu Spokojnego.

Personel wojskowy znalazł 102 paczki narkotyków i próbował wypłynąć jednostką, jednak ostatecznie musiała ona zostać zatopiona, aby nie utrudniać żeglugi w okolicy - pisze Euronews

Zatrzymani to mężczyźni w wieku 45, 54 i 63 lat. Przemysłowcy twierdzą, że zostali zmuszeni przez grupę handlującą narkotykami do podjęcia tej podróży i przewiezienia kokainy do Ameryki Środkowej.

Przesłuchanie podejrzanych odbyło się w dystrykcie Tumaco, pod nadzorem odpowiednich władz.

W sumie, w ciągu 2023 roku - kolumbijskie siły morskie zdołały przechwycić cztery jednostki przewożące narkotyki. Jednak ta interwencja okazała się jedną z największych od prawie 30 lat.

Cały czas trwa śledztwo w sprawie zatrzymanych mężczyzn i pochodzenia przewożonej kokainy.

*Na podstawie: PAP, wp.pl, DoRzeczy, Wprost, wGospodarcie.pl
Andrzej Węciorkowski*

„Muszę to powiedzieć, może nawet po raz pierwszy“. Cenckiewicz o otoczeniu Tuska

Polityka resetu z Rosją prowadzona przez obóz Donalda Tuska doprowadziła do katastrofy i oni sami o tym mówią – powiedział Sławomir Cenckiewicz, szef Wojskowego Biura Historycznego.

– Im więcej czytam, tym mniej rozumiem z tej koncepcji, którą przyjęto na przełomie 2007 i 2008 r., bo to jest jakiś rodzaj, przepraszam za słowo, korby prorosyjskiej, która zapanowała w ministerstwach polskiego rządu w roku 2007, ale przede wszystkim 2008, 2009 i 2010 – mówił w TVP Info Cenckiewicz, nawiązując do polityki tzw. resetu z Rosją, prowadzonej za rządów PO-PSL.

Jak dodał, „każdy chciał się w jakimś sensie wykazać, wnieść jakieś wiano do relacji polsko-rosyjskich, przy czym te relacje były budowane bardzo wyraźnie na postawie defensywnej ze strony Polski, we wszystkich sprawach“.

– Muszę to powiedzieć, może nawet po raz pierwszy: w kręgu decyzyjnym, na pewno wpływowym, obozu Donalda Tuska, ludzie pokroju ambasadora (Polski w Rosji w latach 2010-14) Wojciecha Zajackowskiego czy byłego ministra spraw zagranicznych (w 2005 r.) Adama Rotfelda oznajmili na przełomie 2013 i 2014 r., a nawet w 2012 r. pojawiają się pierwsze udokumentowane sygnały o tym, że nasza polityka, oni to mówią o polityce, którą realizowali po 2007 r., doprowadziła do katastrofy, i tak naprawdę z resetu Polska nic nie ma, a nawet wytworzyła sytuację, która stała się problemem, w wielu aspektach w stosunkach polsko-rosyjskich – tłumaczył Cenckiewicz.

Dodał, że Polska „zrezygnowała z tarczy antyrakietowej, wpuściła hordy Rosjan w ramach polityki otwartych drzwi, czyli ruchu bezwizowego, co wygenerowało szereg różnych problemów – kontrwywiadowczych, kryminalnych i spraw związanych z bezpieczeństwem strefy Schengen“.

Cenckiewicz zwrócił również uwagę na fiasko polityki historycznej tamtego rządu. – Przecież celem resetu miało być uzyskanie kluczowych materiałów dotyczących Katynia. Przepraszam, ale gdzie są te materiały? – pytał.

Jarosław Kaczyński o potrzebie zmian w stosunkach z Rosją. „Nieuświadomiona sprawa“

– Jestem wdzięczny ministrowi spraw zagranicznych Zbigniewowi Rau za to, że przypomniał tę często w Polsce nieuświadomioną sprawę – trudną walkę o ostateczne uchylene, uznanie za nieważny aktu stanowiącego między Rosją a NATO z 1997 r. – mówił 14 maja 2023 Jarosław Kaczyński

Prezes PiS podsumował konwencję „Programowy UI Prawa i Sprawiedliwości. – Główne pytanie, które musieliśmy sobie postawić w dyskusji, także tej ze społeczeństwem to jaką drogą idziemy dalej. Czy to ta droga, którą wybraliśmy i już wiele kroków na niej zrobiliśmy? Czy też potrzebna jest jakaś inna droga? Tu z jednej strony odpowiedź jest prosta. My chcemy w dalszym ciągu iść drogą szybkiego rozwoju, doganiania UE, tych najbogatszych państw, budowania dobrobytu na poziomie tego, który został osiągnięty w zamożnych państwach – zwrócił uwagę Jarosław Kaczyński.

Jak podkreślił, rząd PiS chce iść także drogą wzmacniania bezpieczeństwa Polski, poprzez jej siłę militarną, pozycję i status polityczny. – Pozycja to coś zmiennego, dla każdego państwa. Nawet USA niekiedy ma mocniejszą pozycję, a niekiedy słabszą. Status to coś innego. Mój świętej pamięci

brat, prezydent Lech Kaczyński mówił, że Polska ma mieć status państwa poważnego, takiego, z którym trzeba się liczyć – mówił.

– Jestem wdzięczny ministrowi spraw zagranicznych Zbigniewowi Rau za to, że przypomniał tę często w Polsce nieuświadomioną sprawę – trudną walkę o ostateczne uchylene, uznanie za nieważny aktu stanowiącego między Rosją a NATO z 1997 r. To jest już coś, co w praktyce nie obowiązuje, nie istnieje, jest nieużywane, ale pozostaje ciągle w porządku czymś sformułowanym i mającym pewne walory. Musimy to także uchylić. To jeden z naszych celów. To jest też pewien konkretny, o którym trzeba powiedzieć – zaznaczył.

Kaczyński podsumował, że rządy PiS są dowodem na to, że „można dobrze rządzić Polską“. – Ale spotkaliśmy się po to, by mówić o przyszłości. Wniosek jest jeden: chcemy nadal iść drogą, którą obraliśmy. Idziemy drogą ku zwiększeniu bezpieczeństwa, statusu i bogactwa Polski – mówił.

W czasie szczytu w Paryżu w 1997 r., 16 państw członkowskich NATO podpisało z Rosją „Akt Stanowiący o podstawach wzajemnych stosunków, współpracy i bezpieczeństwa“. Obie strony uznały w nim m.in., że nie uważają się nawzajem za przeciwników i zobowiązały się do współpracy oraz budowy trwałego i całkowitego pokoju na obszarze euroatlantyckim.

W maju 2022 r. zastępca sekretarza generalnego NATO Mircea Geoana oświadczył, że akt ten „w zasadzie nie funkcjonuje z powodu Rosji“. Sprecyzował, że Moskwa podejmując decyzję o inwazji na Ukrainę odeszła od warunków tego porozumienia.

Uważaj! Nie odbieraj nieznanych telefonów, bo stracisz pieniądze!

W większości przypadku numery oszustów są zarejestrowane poza granicami Europy. Dlaczego? To daje im większą szansę na bezkarne działanie, ponieważ ich namierzenie oraz ukaranie jest niezwykle trudne. W przypadku połączenia z takim numerem możemy zapłacić nawet kilkaset złotych - a zdarza się, że sumy te idą w tysiące.

Podstawą ochrony jest nieodbieranie połączeń od numerów, których nie znamy. Zanim to zrobimy lepiej wyszukać dany numer w wyszukiwarce internetowej, aby określić, czy ktoś zgłaszał go jako niebezpieczny.

W trakcie rozmowy powinniśmy unikać potwierdzeń, zwłaszcza słowa „tak“. Niektórzy oszuści wykorzystują to, aby wmawiać nam, że udzieliliśmy na coś zgodę. Oczywiście jest, że absolutnie nie powinniśmy podawać numeru PESEL lub innych danych osobowych.

Pamiętajmy też o tym, aby sprawdzać, czy faktycznie zakończono połączenie - niektórzy oszuści tylko udają rozłączenie, ale faktycznie to my musimy kliknąć czerwoną słuchawkę, aby połączenie uległo zakończeniu.

Taką emeryturę ma Lech Wałęsa. Jego słowa oburzyły Andrzeja Gwiazdę

Lech Wałęsa bardzo mocno wypowiedział się na temat poczynąń Andrzeja Gwiazdy. Na odpowiedź nie musiał czekać zbyt długo. - Agent bezpieczeństwa nie ma prawa mnie krytykować. Nie interesują mnie opinie współpracowników bezpieczeństwa - podkreślił były opozycjonista PRL, cytowany przez „Super Express“.

Andrzej Gwiazda w czasach PRL był opozycjonistą. Działacz domagał się ponad 3,5 mln zł zadośćuczynienia i odszkodowania za dwuletni pobyt w

areszcie. W lipcu 2022 roku Wojskowy Sąd Okręgowy w Warszawie przyznał mu ponad 942 tys. zł. Wtedy jego pełnomocnik zawnioskował o wyższe zadośćuczynienie. 22 marca bieżącego roku Sąd Najwyższy podwyższył je do 1,3 mln zł.

Ta sprawa oburzyła Lecha Wałęsę. - Wstydzę się za niego, tym bardziej że wielu ludzi jest w potrzebie. To bezczelność, że domagał się pieniędzy. Ja na pewno nie będę się domagał żadnych pieniędzy! - powiedział legendarny przywódca „Solidarności“.

Były prezydent na finanse zdecydowanie narzekać nie może. Otrzymuje około 11 tysięcy złotych emerytury. Poza tym zgarnia niemałe pieniądze za wykłady i różne inne przedsięwzięcia.

Andrzej Gwiazda dosadnie odpowiedział na „zaczepkę“ Lecha Wałęsy. Wręcz zrównał go z ziemią! - Agent bezpieczeństwa nie ma prawa mnie krytykować. Nie interesują mnie opinie współpracowników bezpieczeństwa. Wałęsa to facet, który donosił na kolegów i jego opinie się nie liczą w cywilizowanym świecie - podkreślił były opozycjonista w PRL w rozmowie z „Super Expressem“.

Ohydą było donoszenie na kolegów! Wałęsa był noszony przez członków „Solidarności“ na rękach, a cały czas działał na osłabienie „Solidarności“. Upomina się, żeby przeświecić jego dochody, bo to nie zostało zrobione! - podsumował Andrzej Gwiazda.

Szykuje się wielki powrót do rządu? „Przypieczętowanie sojuszu z premierem“

Z nieoficjalnych informacji wynika, że w ciągu najbliższych dni do rządu wróci Jadwiga Emilewicz. Była minister i wicepremier zabiegała o to już dwa lata temu. Decyzja o powrocie ma świadczyć o jej bliskim sojuszu z premierem Mateuszem Morawieckim.

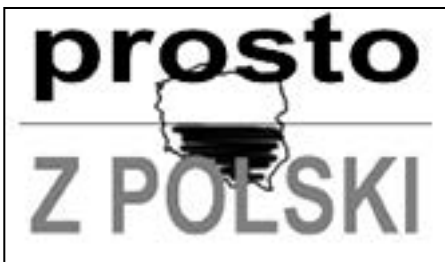
O powrocie do rządu byłej wicepremier pisze Polityka. „To przypieczętowanie jej sojuszu z premierem Mateuszem Morawieckim“ – czytamy.

Z ustaleń tygodnika wynika, że Jadwiga Emilewicz w ciągu kilku dni zostanie nominację na pełnomocniczkę rządu ds. pomocy dla polskich firm za granicą. W szczególności ma zajmować się przedsiębiorcami, którzy dostaną kontrakty na odbudowę Ukrainy. – To ostateczny dowód na to, że Emilewicz gra w jednej drużynie z premierem i może liczyć na jego poparcie w wyborach do Sejmu. Będzie prawdopodobnie znów startować z naszych list z Poznania – powiedział jeden z informatorów.

W 2019 roku Jadwiga Emilewicz dostała się do Sejmu z poznańskiej listy Prawa i Sprawiedliwości. Większość wyborców kojarzy polityk z pracą w resortach związanych z gospodarką i współpracy z Jarosławem Gowinem. W latach 2015–2018 sprawowała funkcję podsekretarz stanu w Ministerstwie Rozwoju. W 2019 roku została ministrem przedsiębiorczości i technologii w pierwszym rządzie Mateusza Morawieckiego. W latach 2019–2020 stała na czele resortu rozwoju, a w 2020 roku została wicepremierem. W kwietniu 2020 roku drogi Emilewicz i Gowina rozeszły się. Polityk tłumaczyła to sporami wokół poważnych kryzysów ostatnich miesięcy. 26 września Emilewicz odeszła z Porozumienia i z rządu. Pozostała posłanką w klubie PiS.

Jak pisano we „Wprost” w 2021 roku Emilewicz zabiegała o powrót do rządu – Był opór w partii przeciw jej powrotowi. Chodziło o aferę związaną z zamkiem w Stobnicy – mówił nam wtedy polityk Zjednoczonej Prawicy.

– Wojewoda sądził, że uzgadniając z nią decyzję ma poparcie rządu, tymczasem Kamiński uznał zatwierdzenie budowy za demonstrację słabości państwa i skandal, stąd jego ostra reakcja – mówił rozmówca ze Zjednoczonej Prawicy. Inny twierdził, że Jadwiga Emilewicz nie miała w tej sprawie poparcia premiera, a jedynie twierdziła, że je ma.



Ten sojusz przeraża Putina!

Niedawne ćwiczenia Aurora’23 były nie lada sprawdzianem dla Wojska Polskiego. Nasi żołnierze sprawdzili się świetnie i, co istotne, doskonale współdziałali z sojusznikiem

Niedawne ćwiczenia Aurora’23 były nie lada sprawdzianem dla Wojska Polskiego. Nasi żołnierze sprawdzili swoje umiejętności i, co istotne, doskonale współdziałali z sojusznikiem.

Ćwiczenia Aurora’23 były największymi ćwiczeniami wojskowymi z udziałem Szwecji od czasu... Zimnej Wojny! Wojsko Polskie było zaangażowane w nie w bardzo istotnym stopniu, dzięki czemu nasi wojskowi mogli nie tylko sprawdzić swoje umiejętności ale też poznać przyszłego sojusznika z NATO!

Jak wskazuje gen. Rajmund T. Andrzejczak, szef Sztabu Generalnego Wojska Polskiego, Szwecja jest dla Polski coraz bardziej istotnym partnerem!

Mówimy o dużym państwie położonym nad Bałtykiem, który przecież ma kluczowe znaczenie także dla naszej gospodarki. Wystarczy wymienić gazoport w Świnoujściu, Baltic Pipe czy porty Trójmiasta. To właśnie drogą morską trafia do nas większość surowców energetycznych. Bezwzględnie należy więc zadbać o stabilność tego regionu.

Co ćwiczone podczas manewrów? Przede wszystkim należy wskazać kto w nich uczestniczył – z ramienia Polski była to 6 Brygada Powietrznodesantowa oraz moduł bojowy Morskiej Jednostki Rakietowej. Dobór nie był przypadkowy, bowiem, jak wskazuje generał:

Badamy różne możliwości integracji oraz współdziałania naszych sił, choćby w kontekście zapewnienia bezpieczeństwa Gotlandii, która ma kluczowe znaczenie dla panowania nad Bałtykiem. Wariantów współpracy jest tutaj sporo i dotyczą one nie tylko Szwecji. Niedawno byłem także w Finlandii, gdzie długo rozmawiałem z szefem sztabu tamtejszej armii. Wcześniej spotykałem się z moimi odpowiednikami w państwach bałtyckich. Generalnie zależy nam na zacieśnianiu więzi w północnym sektorze Europy

Rzecz jasna nie jest tak, żeby NATO i Szwecja były dla siebie ciałami obcymi - interoperacyjność między wojskami szwedzkimi a natowskimi zawsze była wysoka. Co istotne, wojskowo Szwecja jest gotowa do integracji z Sojuszem, posiadającym np. własny, samodzielny przemysł zbrojeniowy.

Jak wskazuje gen. Andrzejczak: Sprzęt i systemy używane przez armię, doktryna, sposób szkolenia żołnierzy – wszystko to sprawia, że włączenie jej do struktur NATO będzie jedynie formalnością.

Wejście Szwecji (i wcześniej - Finlandii) do Sojuszu oznacza gigantyczne zmiany w architekturze bezpieczeństwa regionu. Finlandia nie tylko zyskuje głębię strategiczną, ale też sam basen Bałtyku stanie się de facto „morzem wewnętrznym” NATO.

Polska słusznie wzmacnia więc współdziałanie ze Szwedami - potomkowie Wikingów pozostają však pacyfistami, jednak jest to pacyfizm mądry, zakładający, iż pokój dany jest tym, którzy potrafią obronić się przed napaścią, zniechęcić agresora. Dobrze, że nasz kraj zacieśnia ten bałtycki sojusz - zwiększa to bezpieczeństwo i nasze i zamorskiego sąsiada.

Na podstawie PAP, o2, Wprost, wGospodarce.pl, Gazeta Krakowska, DoRzeczy
Andrzej Więciorkowski

PORADNIK DLA KAŻDEGO

samo życie

w opr. Zofii Więciorkowskiej

W jej kolorze tkwi sekret zdrowia. Zbija ciśnienie, cholesterol i wspiera jelita

Czerwona kapusta smakuje podobnie do białej, zatem z powodzeniem może stanowić jej zamiennik. Doskonale sprawdzi się jako dodatek do obiadu i co ważne - będzie zdecydowanie zdrowym uzupełnieniem posiłku. Ta odmiana kapusty zawiera wiele cennych witamin i składników, które korzystnie wpływają na układ krwionośny, trawienny, a nawet na wzrok. Jakie wartości odżywcze ma czerwona kapusta i czy jest odpowiednia dla cukrzyków? Kto powinien jej unikać, a komu jest szczególnie zalecana? Odpowiadamy.



Żelazo, witaminy: A i B12 - dla nich warto jeść czerwoną kapustę

Czerwona kapusta - wartości odżywcze

Czerwona kapusta, nazywana także modrą, charakteryzuje się czerwono-fioletową barwą. Warzywo było już znane w starożytnej Grecji i Rzymie, gdzie było chętnie spożywane ze względu na wartości odżywcze i właściwości zdrowotne.

Ta odmiana kapusty ma niewiele kalorii, bowiem w 100 gramach znajduje się zaledwie 30 kilokalorii. Czerwona kapusta jest zatem najlepszym wyborem dla osób, które są na diecie odchudzającej.

Spożywając czerwoną kapustę dostarczymy także bardzo dużo witamin i minerałów. Będą to:

- witamina A
- witamina C
- witamina K
- witamina D
- witamina E
- witaminy z grupy B
- potas
- siarka
- wapń
- fosfor
- magnez
- żelazo.

Bogactwo witaminowe czerwonej kapusty jest naprawdę ogromne. Ponadto, kapusta zawiera dużo błonnika, który jest niezbędny do prawidłowego funkcjonowania przewodu pokarmowego, w tym usuwania resztek pokarmowych i zapobieganiu powstawania złożeń.

Jakie właściwości ma czerwona kapusta?

Czerwona kapusta ma właściwości

antyoksydacyjne. Antocyjany w warzywie usuwają szkodliwe wolne rodniki z organizmu. Dzięki tym właściwościom proces starzenia spowalnia, a badania wykazują, że antyoksydanty mogą zapobiegać namnażaniu komórek nowotworowych w organizmie.

Dzięki zawartości fitoskładników, witaminy C, siarki oraz krzemu czerwona kapusta ma właściwości przeciwzapalne. Należy więc ją spożywać podczas chorób przewlekłych. Wspomaga także leczenie podczas przeziębienia lub grypy.

Czerwoną kapustę warto wprowadzić do diety, jeśli zależy nam na poprawie odporności. Witamina C pobudza aktywność białych krwinek, które są niezbędne w walce z drobnoustrojami. Białe krwinki zapobiegają również infekcjom ran, dlatego regularne jedzenie kapusty wpływa na proces gojenia po urazie.

Spożywanie czerwonej kapusty pozytywnie wpłynie na zdrowie serca. Antocyjany i błonnik pomogą obniżyć poziom złego cholesterolu LDL we krwi oraz zmniejszyć ciśnienie tętnicze. Dzięki temu czerwona kapusta zminimalizuje ryzyko zachorowania na miażdżycę i nadciśnienie. Zapobiegnie również udarom i zawałom.

Duża zawartość błonnika w czerwonej kapuście korzystnie zadziała na układ trawienny. Składnik pomaga w przyspieszaniu metabolizmu i poprawia perystaltykę jelit. Kapustę powinny zatem wybierać osoby, które cierpią na uciążliwe zaparcia. Dodatkowo czerwona kapusta korzystnie wpływa na mikroflorę jelitową. Sok z czerwonej



Czerwona kapusta to źródło witamin, minerałów i błonnika. Wspomaga pracę jelit i opóźnia procesy starzenia

kapusty może stanowić wsparcie w leczeniu choroby wrzodowej żołądka.

O zdrowy wzrok zadba witamina A zawarta w czerwonej kapuście, która zapobiega zachorowaniu na zwyrodnienie plamki żółtej i zaćmę. Spożywanie warzywa może nawet poprawić jakość widzenia. Co ważne, witamina A pozytywnie wpływa również na stan skóry, włosów oraz paznokci.

Czy czerwona kapusta jest zdrowsza od białej?

Zdecydowanie czerwona kapusta jest zdrowsza od białej. Oba warzywa wykazują podobne właściwości, między innymi przeciwnowotworowe, przeciwzapalne, antyoksydacyjne. Posiadają także liczne witaminy i minerały, które są niezbędne do prawidłowego funkcjonowania organizmu.

Jednak to czerwona kapusta przoduje w tym zestawieniu. Ma ona większą zawartość witamin, m.in. witaminy C, A. Zawiera również więcej antyoksydantów, ma silniejsze właściwości przeciwnowotworowe i przeciwzapalne.

Czy cukrzyk może jeść czerwoną kapustę?

Jak najbardziej cukrzyk może jeść czerwoną kapustę, gdyż jej indeks glikemiczny wynosi jedynie 15. To bardzo niski wynik, dlatego jedzenie jej przez diabetyków jest bezpieczne. Dodatkowo korzystna jest mała zawartość kaloryczna i niewielka ilość węglowodanów.

Czerwona kapusta – przeciwwskazania

Przeciwwskazaniem do jedzenia czerwonej kapusty jest nietolerancja histaminy. Warzywo to zawiera dużą ilość związku, przez co alergicy mogą

powinni ograniczyć jej spożywanie.

Czerwonej kapusty nie powinny jeść osoby, które chorują na kamice nerkową. Kapusta bogata jest w kwas szczawiowy, który zwiększa ryzyko tworzenia się kamieni nerkowych, może zaostrzać chorobę i jej objawy.

KATERING u Edyty

*Tradycyjna polska kuchnia
na wszystkie okazje!*

Wesela, komunie, chrzty,
pogrzeby, urodziny, święta
i inne imprezy okolicznościowe

POLECAMY DOMOWE:



dania,
potrawy,
ciasta i torty,
swojski stół
z kielbasami,
szynkami,
boczkami,
smalcem
i wiejskim
chlebem

EDYTA KULAK

tel: 203 224 9470

Z dostawą do domu na terenie CT



Oglądając wielokrotnie zdjęcia żywności, czujemy się najedzeni

Internet pełen jest zdjęć jedzenia. Widzimy je i w mediach społecznościowych, i na witrynach WWW, i na reklamach. Wiele z nich prezentowanych jest po to, by wywołać w nas chęć zjedzenia konkretnej rzeczy czy dania. Widok żywności ma spowodować, że staniemy się głodni. Jednak badania przeprowadzone przez naukowców z Aarhus University pokazują, że prezentacja zdjęć z jedzeniem może mieć na nas przeciwny wpływ. Szczególnie, jeśli wielokrotnie widzimy tę samą potrawę.

Duńscy uczeni dowodzą, że gdy widzimy to samo zdjęcie pożywienia ponad 30 razy, czujemy się bardziej najedzeni, niż zanim zobaczyliśmy fotografię po raz pierwszy. Ponadto uczestnicy badań, którym wielokrotnie pokazywaliśmy to samo zdjęcie i pytaliśmy ich, jak dużo danego produktu by zjedli, już po trzeciej prezentacji wybierali mniejsze porcje, mówi doktor Tjark Andersen.

Może się wydawać dziwne, że uczestnicy badań czuli się najedzeni, podczas gdy niczego nie zjedli. Ale to naturalnej zjawisko. To, co myślimy o jedzeniu ma bowiem wpływ na apetyt. Apetyt jest ściślej powiązany z doświadczeniem poznawczym, niż się większości z nas wydaje. Bardzo ważny jest sposób, w jaki myślimy o jedzeniu. Eksperymenty pokazały na przykład, że jeśli ludziom powie się, że są różne kolory żelków i pozwoli im się jeść do woli żelki czerwone, to nadal będą chcieli zjeść żelka żółtego, mimo że żółte smakuje tak samo jak czerwone, wyjaśnia Andersen. Z kolei z innych badań wynika, że jeśli wyobrażamy sobie, jak nasze zęby zagłębiają się w soczyste jabłko, dochodzi do aktywacji tych samych obszarów mózgu, co podczas jedzenia. Mamy tutaj do czynienia z reakcją fizjologiczną na samą myśl o czymś. To dlatego możemy poczuć się najedzeni bez jedzenia, dodaje uczony.

Ciekawostki

Naukowcy z Aarhus nie są pierwszymi, którzy zauważyli, że same obrazy jedzenia zwiększają uczucie sytości. To wiedzieli już wcześniej. Chcieli się jednak dowiedzieć, jak wiele ekspozycji na obraz potrzeba, byśmy czuli się najedzeni oraz czy różne zdjęcia tego samego pożywienia zniosą uczucie sytości.

Z wcześniejszych badań wiemy, że zdjęcia różnych rodzajów żywności nie mają tego samego wpływu na uczucie sytości. Dlatego gdy najemy się obiadem, mamy jeszcze miejsce na deser. Słodkocze to zupełnie inny rodzaj żywności, mówią naukowcy.

Duńscy przygotowali więc serię online'owych eksperymentów, w których wzięło udział ponad 1000 osób. Najpierw pokazywano im zdjęcie pomarańczowych M&M'sów. Niektórzy widzieli je 3 razy, inni 30 razy. Okazało się, że ta grupa, która widziała zdjęcie więcej razy, czuła się bardziej najedzona. Uczestników zapytano też, ile (od 1 do 10) draży by zjedli. Po obejrzeniu 30 zdjęć uczestnicy wybierali mniejszą liczbę.

Później eksperyment powtórzono, ale z drażami o różnych kolorach. Nie wpłynęło to na wyniki badań. Jednak później zdjęcia M&M'sów zastąpiono zdjęciami draży Skittles, w przypadku których różne kolory smakuje różnie. Okazało się jednak, że znowu nie było różnicy. To sugeruje, że wpływ na zmianę naszego poczucia sytości ma więcej parametrów niż kolor i smak, dodaje Andersen.

Naukowcy nie wykluczają, że ich spostrzeżenia można będzie wykorzystać w walce z nadwagą i spożywaniem śmieciowego jedzenia. Wyobraźmy sobie aplikację, korzystającą z wyszukiwarki obrazów. Gdy masz ochotę na pizzę, wpisujesz to w aplikację, a ona prezentuje Ci zdjęcia pizzy. Ty sobie wyobrażasz, jak ją jesz i czujesz się nasycony. Ochota na pizzę ci przechodzi, wyjaśnia uczony.

Zdjęcia jedzenia zalewające internet mogą być jedną z przyczyn, dla której wiele osób ulega chwilowym pokusom i sięga po niezdrową wysoko przetworzoną żywność. Jednak, jak wynika z powyższych eksperymentów, te same zdjęcia i ten sam internet mogą pomóc w pozbyciu się niezdrowych nawyków i nieuleganiu pokusom.

Niezdrowe jedzenie upośledza sen

Wiele badań epidemiologicznych wskazuje, że to, co jemy, ma wpływ na jakość naszego snu. Jednak niewiele badań pokazuje, w jaki sposób żywność wpływa na sen. To, co jemy może wpływać na głęboki sen. Jednak nikt wcześniej nie sprawdzał, jak śpi ten sam zdrowy człowiek po zdrowym oraz niezdrowym jedzeniu. Postanowiliśmy sprawdzić to w całym zakresie dynamiki snu. Sen składa się z różnych faz, na przykład podczas fazy głębokiej dochodzi do regulacji wydzielania hormonów. Ponadto każda z faz snu charakteryzuje się odmienną aktywnością elektryczną mózgu. To ona reguluje kwestię dobrej regeneracji i jest różna dla różnych obszarów mózgu, stwierdza profesor Jonathan Cedernaes.

Badania wymagały wielodniowego monitorowania w laboratorium snu. Dlatego wzięło w niej udział tylko 15 osób. Byli to zdrowi mężczyźni o prawidłowej wadze. Najpierw przeanalizowano ich zwyczaje dotyczące snu. Następnie uczestnikom, w losowej kolejności, podawano zdrowe lub niezdrowe pożywienia. Obie diety zawierały tyle samo kalorii, a ich ilość była indywidualnie dopasowana do potrzeb każdego z badanych. Niezdrowa dieta zawierała m.in. więcej cukru, tłuszczu i produktów wysoko przetworzonych. Badani jedli posiłki w indywidualnie dopasowanych do swoich potrzeb porach. Na każdej z diet byli przez tydzień. W tym czasie spali w laboratorium snu, gdzie byli monitorowani.

Badania wykazały, że rodzaj diety nie zmienił ani długości samego snu, ani długości trwania poszczególnych jego faz. Jednak szczególnie interesowały nas cechy snu głębokiego. Przede wszystkim zaś badaliśmy fale wolne (SWA) w mózgu, które wskazują na to, jak bardzo regenerujący jest sen. Okazało się, że gdy uczestnicy spożywali niezdrowe pożywienie, w czasie snu głębokiego doświadczali mniejszej aktywności fal wolnych, niż gdy wtedy, gdy jedli zdrowsze pożywienie. Innymi słowy, niezdrowe pożywienie powodowało, że sen głęboki był płytszy. Podobne zmiany snu zachodzą, gdy się starzejemy lub cierpimy na bezsenność. Stawiamy więc hipotezę, że w kontekście zdrowego snu należy większą wagę przywiązywać do diety, mówi Cedernaes.

W tej chwili nie wiadomo, jak długo mogą utrzymywać się niekorzystne dla snu skutki niezdrowej diety. Uczni nie badali, czy niezdrowa dieta może zmienić funkcje mózgu regulowane przez sen głęboki.

Naukowcy mówią, że warto by przeprowadzić testy funkcjonalne, na przykład zbadać, czy niezdrowa dieta, spływając sen, ma wpływ na przykład na funkcjonowanie pamięci, która jest w dużej mierze przez sen regulowana. Innymi interesującymi badaniami mogłoby być sprawdzenie, czy niekorzystne zmiany długo się utrzymują, które z substancji w niezdrowej diecie wpływają na pogorszenie jakości snu oraz czy

jeszcze bardziej niezdrowa dieta wpływa w większym stopniu na sen.

Ketamina równie skuteczna jak elektrowstrząsy w leczeniu depresji

Po badaniach przeprowadzonych na 403 pacjentach z depresją naukowcy z Mass General Brigham zauważyli, że u 55% z tych, którzy otrzymywali dożylnie ketaminę doszło do poprawienia nastroju. Tym samym stwierdzili, że niewielkie dawki ketaminy są równie skuteczne u pacjentów z oporną na leczenie niepsychotyczną depresją, co terapia elektrowstrząsowa. Leczenie elektrowstrząsami jest wciąż stosowane, ale niesie ono ze sobą ryzyko, skutki uboczne i ma złą prasę w opinii publicznej.

Terapia elektrowstrząsowa przez ponad 80 lat była złotym standardem leczenia ciężkiej depresji. Jest to jednak również terapia kontrowersyjna, gdyż powoduje utratę pamięci, wymaga znieczulenia i jest stygmatyzowana w społeczeństwie. Przeprowadziliśmy największe badania porównawcze terapii za pomocą ketaminy oraz elektrowstrząsów. Jako jedyni oceniliśmy też utratę pamięci w obu typach leczenia, mówi Amit Anand, profesor psychiatrii z Harvard Medical School i dyrektor Psychiatrii Translational Clinical Trials w Mass General Brigham.

Zaburzenia depresyjne dotyczą dziesiątków milionów ludzi na całym świecie. Terapia elektrowstrząsowa polega na wywołaniu napadu drgawkowego za pomocą prądu elektrycznego przepuszczanego przez mózg. Dochodzi wówczas do uwolnienia neuroprzekazników, zwiększenia aktywności receptorów czy pobudzenia zaburzonej osi podwzgórze-przysadka. Z kolei ketamina to lek używany głównie w anestezjologii oraz jako środek przeciwbólowy. Już wcześniej pojawiały się wskazówki, że jej niewielkie dawki mogą wywierać korzystny wpływ na osoby z depresją.

Naukowcy z Mass General Brigham prowadzili swoje badania w latach 2017-2022. Wzięło w nich udział 403 pacjentów, z których połowa przez trzy tygodnie była leczona elektrowstrząsami aplikowanymi trzy razy w tygodniu, a połowa otrzymywała dwa razy w tygodniu ketaminę. Wpływ terapii na pacjentów badano przez 6 miesięcy po jej zakończeniu.

Okazało się, że 55% osób otrzymujących ketaminę i 41% leczonych elektrowstrząsami doświadczyło co najmniej 50-procentowego zmniejszenia objawów depresji oraz poprawy jakości życia. W przypadku terapii elektrowstrząsowej skutkami ubocznymi były utrata pamięci i objawy ze strony układu mięśniowo-szkieletowego. W przypadku ketaminy jedynym skutkiem ubocznym było przejściowe poczucie dysocjacji w trakcie leczenia.

Dla rosnącej grupy pacjentów, którzy nie reagują na konwencjonalne leczenie, terapia elektrowstrząsowa pozostaje najlepszym sposobem leczenia. Nasze badania pokazują, że dożylnie podawanie ketaminy nie jest gorszą metodą i powinno być rozważone jako alternatywny sposób leczenia, dodaje doktor Murat Altinay z Cleveland Clinic.

A.Z.

Little Angels Home Care LLC

745 Osborn Road, Naugatuck CT 06770

Providing:

Elderly Care, Hourly Companion,
Live-in Caregivers, Weekends

We take long term life ins. and state cases

Reg. # HCA0000732

203-278-1436

Disallowing number Telefonica

475 439 3878

www.littleangels-homecare.com

E: littleangelshomecare48@yahoo.com



Ewa Grzymala

*W oczach polskiego amerykańskiego nastolatka /
In the eyes of a Polish-American Teen*

The Future of our Polish Festivities Jaka jest przyszłość Polskich Festiwali?

My life always consisted of two things.

1. To be a good, fair and kind person to whomever comes into play in my life. To empathize with strangers as if they were my friend, and to treat people the way I'd like to be treated.

2. And the second key part of my life would be to remember what and where I have come from.

These are key elements that I have brought along through my early years in school, community and friendships to now. My experiences living away from home, attending college as a young Polish American Teen. These instances and experiences have drastically changed since I've been away, especially not being around my family and hometown friends as I endeavor into the world of going to school in the city. Meeting individuals from across the

country, all sharing their unique and significant life stories. And in the end, how we all are uniquely similar in a way.

Now, how do these ideals and questions relate to my own understanding of the value of where I came from? More importantly, what responsibility do I have to promote and portray where I come from as a Polish-American Teen? And, how do I intend to do it?

This past Sunday, June 4, I was proudly invited to the 10th Annual Little Poland Festival in New Britain, Connecticut, representing myself as Miss Polish America Connecticut 2022-23. With much gratitude I cannot thank my family, friends and Polish community for their support in this accomplishment and could not have done it without them. That being said, being away from home for almost a year finishing my first

year in college, made me excited to go back to the comfort of home. Especially, when home means I would attend the annual Little Poland Festival that I have attended since the beginning.

It feels as if time has not gone by since the first time I had attended the festival in New Britain. I was seven years old, still not clear on what this whole event was about. However, what I do recall and do remember of attending every year was the pride and multitude of colorful costumes I wore along with my dance group, known as Zespol Piesni i Tance Polanie/Sing and Dance Group Polanie. Although I remember trembling on that stage in the middle of April, I could feel the heartfelt radiation of others. We danced, we sang, we laughed and applauded one another, and most importantly we represented our culture through dance and creativity. As a young girl, I didn't



Curtiss*Ryan Honda

333 Bridgeport Ave * Shelton, CT 06484



- * Jeden z największych dealerów samochodowych marki Honda
- * Curtiss Ryan Honda, dealer otwarty od 1973 roku
- * Kupno, sprzedaż, porada, pożyczka, ubezpieczenie, wyposażenie.... wszystko załatwimy na twą korzyść.
- * Większy wybór - lepszy serwis - niższe ceny - łatwa decyzja - Curtiss Ryan Honda!!!

tel. 203.929.1484

Otwarty: Pon.-Czw. 9AM-8PM,
Piątki 9AM-6PM, Soboty 9AM-5PM

(Exit 13 z drogi numer 8)

Serdecznie Zapraszamy



know then that these groups like Polanie were vital in our Polish communities- I have come to find the importance in them. They were a scope to present and mark our heritage, our background and to show others what our Polish culture is about. To enlighten those who visited festivals like these, to understand the value of our Polishness so that we, as a Polish community could show strangers the beauty of our Polish culture. Those who might not even be aware of such beauty, and something that Poles need to remember and cherish as time goes on for the new generation.

It also means we need to recognize those who made these types of accomplishments in our American communities as Polish individuals. To remember those who made things possible to grow a better understanding of our Polish heritage in our American towns and communities. Helena Knapczyk, who to this day shares her story of being sent to Siberia during the second world war, ripped away from her home, family and country, Poland. Shedding light on her story, so that we not only remember our Polish history but also educate those who are not aware of this forgotten part of history. Another would be Lucian Pawlak, who was born of Polish heritage and made it his life's work, serving as New Britain's Mayor to create a neighborhood where once streets that were too dangerous to



Lucian Pawlak, Leiutenant Governor Susan Bysiewicz, Julia Karwacki

walk on alone, is now known to the esteemed "Little Poland" followed with dozens of Polish businesses, organizations and churches. And thus, creating the annual festival to show our background. Now known as the largest Polish Festival in New England, bringing tens of thousands of patrons every year, has shown the dedication these individuals have for our Polish culture. The pure red and white love, sweat and tears were put into

making these events happen, but to grow year after year. Ultimately, distinguishing the beauty of Poland.

Now, after attending the 10th annual Little Poland Festival, understanding the value of showing up in support of these Polish festivities, I have presented myself with some daunting questions for the future of these Polish events. And that is for my generation and younger, what is at stake if we

don't continue to support events like these? Through experience, I have obtained the role to take responsibility to attend these festivals. They highlight the heritage I'm a part of and something that young Polish Americans also take part in yearly. But it also questions what is the future if there's nothing to continue. Even though today, we pride ourselves with festivals like Little Poland to be the biggest Polish Festivals in all New England, we have to be aware that we must continue these traditions and to stay true to the Polish traditions presented to us from the beginning. How will young Poles continue these traditions of singing, dancing and art if they are no longer there? If they are erased or replaced? These are things that as a Polish community, we must hold onto. We must pride ourselves with where we came from, the roots placed down and those who created the framework to present our culture. If not, what will the future entail at Polish festivals like these to my younger generations? And what can we do to steer clear from forgetting our traditions as young Polish-Americans? We are the coming generation to make these decisions, and we must choose wisely or else, what will become of these accomplishments of these great individuals that made an impact in our American communities as Polish leaders? What will become of this beauty of Poland we truly love and support?

Julia Karwacki



Rembish & LaSaracina, LLC

Mecenas Prawa
w Connecticut
Kinga Kostaniak
Mówi po polsku



Sprawy cywilne

Wypadki samochodowe

31 High Street, New Britain, CT
www.rllawfirm.com

Tel: **860 - 461 - 5531**

POLSKI SKLEP MEBLOWY STAN Furniture LLC

*Jadalnie * Sypialnie * Biura * Przedpokoje
*Meble dziecięce * Wersalki * Narożniki*

Kanapy * Fotele *
Krzesła *
Krzesła barowe *



European solutions
for
*Super Living
Experience!*

Godziny otwarcia

Wtorek - Piątek.
10:00am do 5:00pm

Sobota i niedziela.
10:00am do 2:00pm



**59 High St.,
New Britain**

call (860) 817-6225 (860) 229 - 0879
email: superliving@sbcglobal.net

Nowojorska mieszkanka

W opracowaniu Anety Radziejowskiej

* Miło donieść, że kolejki do **Zwirner Gallery** są zdecydowanie mniejsze. Także dzięki temu, że do kabiny z Infinity Mirror oglądający wpuszczani są łatwymi do przypilnowania szóstkami i czas podziwiania ograniczono do kilku chwil. Nie mniej, jest to doświadczenie z faktorem "wow!" - jedyne w swoim rodzaju i zawsze można stanąć w kolejce powtórnie. Najmniej chętnych jest w okolicach 1-3 po południu. Dla przypomnienia; Zwirner wystawia obecnie prace 94-letniej Yayoi Kusama, japońskiej artystki podziwianej na całym świecie. Nawiasem mówiąc, mieszkała w Nowym Jorku od 1958 roku. Zdecydowała się opuścić miasto i wróciła do Tokio 15 lat później. Miała ostrą depresję i jej kariera stała w miejscu. Po powrocie do Japonii zdiagnozowano, że cierpi na psychodeliczną schizofrenię, która powoduje omamy i rozbijanie widzianej rzeczywistości na poszczególne elementy. Nikomu nieznana na japońskim rynku sztuki, zaczęła wszystko od początku i w ciągu następnych dziesięciu lat jej prace w których przetwarzała wizje na dzieła sztuki, pokazywano już w galeriach Tokio, Londynu i Paryża - i tak jest do dziś. Ponad trzydzieści lat temu zdecydowała się zamieszkać w ośrodku psychiatrycznym w Tokio, gdzie ma zapewnioną opiekę i cały czas tworzy. Zwirner pokazuje jednocześnie kilkanaście jej obrazów, dwie instalacje - kwiaty i dynie - oraz jeden z Infinity Mirror Rooms w których doświadcza się nieskończoności.

Adres:

525 West 19th Street, od 10 rano do 6 p.m. To tuż obok High Line, więc jest dużo do oglądania przy okazji.

*W Polish Institute of Arts and Science na Manhattanie promowała swoją napisaną w 2001 roku **książkę "Wilga" Joanna Rostropowicz-Clark**. 84-letnia autorka pierwszą powieść napisała 20 lat temu i obecnie ma na swoim koncie siedem książek. Z wykształcenia socjolog i polonistka, wcześniej współpracowała z trzema uniwersytetami stanowymi oraz z amerykańskimi wydawnictwami wydającymi literaturę polską. Między innymi konsultowała serię "Pisarze innej Europy" i napisała wstęp do tłumaczenia „Kompleksu polskiego” Tadeusza Konwickiego. Pisywała też do prasy polonijnej, działała w wielu organizacjach.

"Wilga" to dystopijna powieść, której akcja toczy się w bliżej nieokreślonej przyszłości w Polsce rządzonej przez partię uzurpującą sobie prawo do wymuszania urodzeń poprzez

odbieranie matkom pierwszego dziecka. Bohater, dojrzewający chłopiec, który uciekł z domu poprawczego, przypadkowo zostaje opiekunem małej dziewczynki i usiłuje ją uratować.

Pani Joanna - dowcipnie i z ogromnym humorem - opowiedziała nie tylko o procesie tworzenia, ale i o swoich doświadczeniach z wydawcami w Polsce. Ogólnie stwierdziła też, że w ciągu ostatnich lat zainteresowanie emigracją, emigrantami i literaturą tworzoną na emigracji ogromnie spadło.

* Czas zaplanować przyjazd do NYC na **Museum Mile Festival 13 czerwca**.

I trzeba planować precyzyjnie, bo możliwość bezpłatnych wejść do muzeów potrwa w tym roku jedynie od 6 - 9 wieczorem. A bierze udział w tej imprezie sporo - 9 dokładnie - instytucji muzealnych położonych na tej trasie, którą każdego innego dnia, spacerowych krokiem można przebyć w 20 minut. Najmniejsze kolejki są zwykle do Metropolitan Museum of Art - to ogromne muzeum i nowojorczyści mają możliwość wejścia tam za niewielką opłatą, więc wolą wykorzystać ten czas gdzie indziej. Jeśli można pokusić się o radę, to biorąc pod uwagę aktualne wystawy i bogate zbiory oraz fakt, że normalny bilet kosztuje \$30, dla seniorów \$22 i jedynie uczniowie/studenci z CT mogą zapłacić ile chcą - jest to bardzo dobry wybór. Jeśli chodzi o inne muzea na tej trasie; kolejka do Guggenheim poraża długością, ale porusza się szybko, nie mniej okres oczekiwania może trwać 30-40 minut i dłużej. Spora kolejka jest też zawsze do Cooper-Hewitt i Neue Galerie. Pracownicy muzeów informują jaki jest przewidywany czas oczekiwania, więc od razu wiadomo na co się decydować. Dodatkowo, 5 Avenue od 82-105 Street jest zamykana i organizowane są tam koncerty, pokazy i rozrywki, także dla dzieci - w każdym wieku - więc impreza ta przyciąga całe rodziny.

* W NYC coraz większe tłumy i coraz więcej rozrywek. Po raz pierwszy będzie możliwość pójścia na zakupy i do stoisk z jedzeniem wyłącznie z roślin oraz posłuchania muzyki na żywo i zrobienia sobie nocnego pikniku w **"Vegan Night Market" w Central Park. Czynne od 2 czerwca do 10 października, od 4-10 p.m w każdy wtorek, w Wollman Rink** - najłatwiej dotrzeć tam wchodząc do Parku od strony 5 Avenue.



Kusama, Infinity Mirror Room



Kusama, Flowers



Kusama, Dydia

Przypominamy:

- pierwszy raz w historii tej imprezy, filmy obecne na New York Polish Film Festival można do końca czerwca oglądać via internet na stronie: <https://www.nypff.com>

COLDWELL BANKER REALTY



COLDWELL BANKER
REALTY

Oferuję profesjonalną pomoc
w kupnie i sprzedaży
nieruchomości.

email alicia.kochanowicz@cbmoves.com

71 Oxford Rd, Oxford, CT 06478

cell. 203-980-2642



Alicia Kochanowicz
Realtor

Pożegnanie Absolwentów w PSS Derby

„Wielkość człowieka polega na jego postanowieniu, by być silniejszym niż warunki czasu i życia.” /Albert Camus/

W dniu 19 maja tego roku po raz czternasty w historii Polskiej Szkoły Sobotniej w Derby, CT odbyła się Matura. Do egzaminu dojrzałości przystąpili uczniowie trzeciej klasy licealnej **Gabriella Grabowski, Justyna Jusiński, Natalia Kuna, Helena Moroz, Kayla Tomasik i Andrew Sidorowicz**. Komisja egzaminacyjna, w skład której weszły: **pani dyrektor Wioletta Jusińska oraz nauczycielki pani Monika Fryc-Gabrys i pani Alina Zawojski**, przeprowadziła w tym dniu drugi etap egzaminu maturalnego.

Wszyscy uczniowie świetnie poradzi sobie z częścią pisemną, tzn. z testem gramatycznym – ortograficznym, a potem wykazali się imponującą wiedzą

z geografii i historii Polski podczas egzaminu ustnego. Częścią egzaminu ustnego była również obrona prac, które zostały napisane przez naszych uczniów i ocenione przez komisję w pierwszym etapie Matury. Tegoroczne prace zostały napisane na podstawie książki „Wszystkie lajki Marczuca” Pawła Beręsewicza i dzielnie obronione, a uczniowie otrzymali oceny celujące i bardzo dobre z egzaminu maturalnego. Dodajmy, że poziom prac jak i egzaminu ustnego pokazał kolejny raz, że młodzież, która kończy nasze liceum to młodzi ludzie, którzy odpowiedzialnie i odważnie umieją reprezentować i bronić swoich poglądów jak i polskości tu w Stanach Zjednoczonych.

Z kolei 27 maja pożegnaliśmy wszystkich absolwentów klas 8 i 3 licealnej. Z klasy 8 żegnaliśmy: **Emmę Bednarz, Lucjana Binderbergera, Nicholasa Choromańskiego, Amelię**



Guzy, Karolinę Jaworską, Klaudię Jaworską, Alexandrę Porczyńskiego oraz Zosię Turosieński.

Każdy z nich rozpoczynając naukę w naszej szkole nie myślał o tym, że spędzi w niej tyle lat, dla niektórych uczennic było to nawet 13 lat. Dla wielu z nich było to na pewno poznanie nowych ciekawych osób, z którymi nawiązali przyjaźnie, ale dla wszystkich było to przede wszystkim zapewnienie sobie lepszej przyszłości poprzez dobrą znajomość kolejnego języka. Z pewnością było to bardzo trudne. Wymagało wielu poświęceń i pracy, ale to właśnie im się to udało. Wśród naszych absolwentów nie ma osoby, która w żaden sposób nie wpłynęłaby na dzisiejszy kształt naszej szkoły. Wszystkie wydarzenia takie jak Jasełka, akcja “Dzieci Dzieciom”

czy akcja “Bo lubię język polski” czy konkursy “Być Polakiem” lub “Żołnierze Wyklęci” nie napawałyby nas taką dumą, gdyby nie ich uczestnicy i laureaci, czyli nasi uczniowie. To oni cały czas przypominają nam, że możemy na nich polegać, i że warto w nich wierzyć.

Gratulujemy naszym absolwentom świetnych wyników i wspaniałej wiedzy na temat języka, geografii i historii Polski. Życzymy im samych sukcesów, dużo radości i spełnienia wszystkich marzeń w kolejnym etapie życia.

Zachowajcie dobre wspomnienia z polskiej szkoły, a Wasza wewnętrzna siła i wola walki niech pomagają Wam w trudnych chwilach. Jesteśmy z Was bardzo dumni. Powodzenia!

Monika Fryc-Gabrys





Godziny otwarcia:
Poniedziałek-Sobota 6am-6pm
Niedziela 6am-2pm

Oferujemy
zawsze świeże pieczywo
śniadania i lunchy
jagodzianki i crossanty
drożdżówki

Billy's Bakery
billysbakery.com
(203) 337-5349
1885 Black Rock Tpke, Fairfield, Connecticut

 /Billysbakery

OFERUJEMY:

- Opieka medyczna
- Stomatologia
- Zdrowie psychiczne
- Pediatria
- Fizykoterapia
- Wizyty na telefon
- oraz inne...

15 lokalizacji
w całym
CONNECTICUT!

więcej informacji na:
www.chc1.com



Community
Health Center, Inc.



ABY LEPIEJ SPROSTAĆ TWOIM POTRZEBOM

Przefinansowania Kredytów Hipotecznych



POLAM
FEDERAL CREDIT UNION

55 BROAD ST, NEW BRITAIN, CT

**Twoje potrzeby mogą się
zmienić podobnie jak
Twój kredyt hipoteczny.**

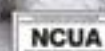


Nasza uproszczona **aplikacja online ułatwia** rozpoczęcie przefinansowania kredytu hipotecznego.

| polamfcu.com



TWOJA UNIĄ NA WYCIĄGNIĘCIE REKI



Myślisz O Wymianie **OKIEN** lub **DRZWI**?

**Potrzebujesz Wysokiej Jakości Produktów Oraz
Firmy Której Możesz Zaufać.**

Jesteśmy Lokalną Polską Firmą, Która Dba O **Jakość, Czystość i Detale.**
Oferujemy Tradycyjne Produkty Amerykańskie i
Nowoczesne Polskie Okna Firmy OKNOPLAST.



Instalujemy Tylko
PROFESJONALNE PRODUKTY:



OKNOPLAST



Zbyszek-Właściciel

17 Lat Na Rynku
BEZPŁATNE Konsultacje
Prosty Proces Sprzedaży
Dbałość O Detale
Czyste Instalacje
Polskie Okna OKNOPLAST
Tradycyjne Produkty Amerykańskie
Właściciel Obecny Na Każdej Wycenie



Zadzwoń Po BEZPŁATNĄ Konsultację W Twoim Domu:
SevenSunWindows.com **860.357.5177**



RABAT
\$100 Na Każde* Okno Z
energize CT
CONNECTICUT
*Tylko Okna Z Potrójną Szybą

FINANSOWANIE
0% APR \$0 Zaliczki*
25-Miesięcy
*Na Projekty Poniżej \$10,000

SD SLAWEK LLC

CALL STANLEY, TEL. (860)-944-9778

- ALTERNATORS
STARTERS
- GENERATORS
REBUILDERS
- CARS & TRUCKS
INDUSTRIAL & MARINE
DOMESTICS
- IMPORTS
- DISK & ROTOR REWORK
- NAPRAWA
ALTERNATORÓW
- STARTERÓW DO
SAMOCHODÓW
OSOBOWYCH
I CIĘŻAROWYCH
- TOCZENIE TARCZ
HAMULCOWYCH

59 High Street, New Britain, CT 06053

OPEN

Mon-Fri 8:00am-6:00pm

Sat 8:00am - 12:00pm

STONE & GARDEN

NEWINGTON LLC



W OFERCIE:

- Przesiewana ziemia ogrodowa
- Kamienie ozdobne - duży wybór
- Dekoracyjne ściółki z kory
 - naturalne i koloryzowane
- Rośliny jednoroczne i byliny
- Krzewy i drzewa
- Sadzonki warzyw
- Drewno kominkowe
- Piasek murarski
- Miął kamienny

Odbiór na
miejscu lub
z dostawą
do domu

200 FRANCIS AVENUE
NEWINGTON, CT 06111
860.666.TREE (8733)

Tony Colagiovanni - właściciel
www.newingtonstoneandgarden.com

MÓWIMY PO POLSKU!



Country Flower Farms in Middlefield

320 Baileyville Rd. Middlefield, CT 06455

**Sadzonki warzyw
oraz wiele innych ciekawych
sadzonek, które mogą być
wspaniałym prezentem na**

na każdą okazję

**Kwiaty wiszące
Mandevilles-Kwiaty tropikalne
Kwiaty niespotykane
Warzywa
Koniecznie musicie zobaczyć
Zapraszamy**

**Ogromny wybór
kwiatów wiszących**

**Otwarcie jesteśmy od poniedziałku do niedzieli
w godzinach od 9 rano do 6 wieczorem**

Caritas dla dzieci

Z okazji Dnia Dziecka 20 tys. Pudełek Szczęścia trafiło za pośrednictwem oddziałów diecezjalnych Caritas do najmłodszych ze świetlic środowiskowych, domów dziecka, domów samotnej matki i do rodzin pod opieką parafialnych zespołów Caritas – przekazała Magdalena Antolik, koordynator programów dziecięcych w Caritas Polska.

Caritas wspiera najmłodszych przez cały rok. Wśród czołowych programów są: Wakacyjna Akcja Caritas, w której bierze udział blisko 15 tys. dzieci, Tornister Pełen Uśmiechów – 10 tys., Skrzydła w ramach – obejmujący 900 programów stypendialnych, czy turnusy wytnieniowe dla dzieci z Ukrainy. Z okazji Dnia Dziecka w całym kraju odbyły się festyny, pikniki rodzinne i spotkania integracyjne. „20 tys. Pudełek Szczęścia trafiło za pośrednictwem oddziałów diecezjalnych Caritas do dzieci ze świetlic środowiskowych, domów dziecka, domów samotnej matki i do rodzin pod opieką parafialnych zespołów Caritas. W pudełkach znajdują się m.in. maskotki, książki, gry planszowe i słodycze” – wskazała Magdalena Antolik, koordynator programów dziecięcych w Caritas Polska.

Podobnie jak w ubiegłych latach, wraz z początkiem lipca ruszy Wakacyjna Akcja Caritas realizowana w ośrodkach Caritas diecezjalnych nad morzem i w górach. Organizowane są również półkolonie w postaci



wypoczynku stacjonarnego czy jednodniowe wycieczki. Wśród propozycji zaplanowane są m.in. zajęcia sportowe, muzyczne, taneczne, teatralne.

„Aktualnie jesteśmy na etapie zbierania danych dotyczących liczby dzieci, które wezmą udział w akcji, ale tak jak w latach ubiegłych możemy wstępnie oszacować, że zainteresowanie będzie duże” – przekazała M. Antolik. Przypomniała, że w ubiegłym roku z Wakacyjnej Akcji Caritas skorzystało blisko 15 tys. najmłodszych, w tym ok. 4 tys.

z wypoczynku stacjonarnego. Na kolonie wyjechało 10,5 tys. dzieci, zaś pozostałe 4,3 tys. dzieci – z tego ok. 2 tys. z Ukrainy – skorzysta z innych form wypoczynku, tj. półkolonii i wycieczek przygotowanych przez Caritas diecezjalne.

Antolik zwróciła uwagę, że nowym programem dla dzieci są „turnusy wytnieniowe” skierowane do najmłodszych z Ukrainy. Trwają one 14 dni. „Planowane jest wysłanie na nie 800 dzieci. Do tej pory z tej możliwości skorzystało 517 najmłodszych zza wschodniej granicy. Wyjazdy odbywają się głównie do ośrodków Caritas diecezjalnych, zlokalizowanych blisko granicy z Ukrainą, by dodatkowo nie przeciążać dzieci wielogodzinnymi podróżami po Polsce” – wyjaśniła Antolik. Dodała, że „dzieci pochodzą z różnych terenów Ukrainy np. z Drohobycza, Kijowa, Charkowa, Lwowa czy Mariupola”.

Jedną z najbardziej znanych akcji Caritas jest Tornister Pełen Uśmiechów. Dzięki niej, co roku tysiące dzieci, wytypowanych przez pracujące z nimi na co dzień diecezjalne oddziały Caritas, otrzymują szkolne wyprawki. W ubiegłym roku trafiły one do 10 tys. dzieci, w tym 4 tys. uczniów z Ukrainy. „Wyprawki szkolne otrzymało również ok. 200 dzieci uchodźczych innych narodowości, m.in. z Turcji, Afganistanu, Czeczenii, Tadżykistanu, Białorusi, Kazachstanu, Uzbekistanu

i z Dagestanu” – poinformowała Renata Makuch z Centrum Pomocy Migrantom i Uchodźcom w Warszawie.

Kolejną inicjatywą Caritas dla najmłodszych jest akcja „Podaruj dziecku książkę – dodaj mu skrzydeł”, która ma zachęcić dzieci i młodzież do czytania i rozwijania swoich zainteresowań. Jak zaznaczyła Katarzyna Nowińska z Caritas Polska, w ramach tego programu książki otrzymały świetlice socjoterapeutyczne i domy dziecka prowadzone przez Caritas, gdzie przez opiekunów organizowane będzie wspólne czytanie.

Programami wyrównującymi szanse edukacyjne są „Skrzydła” oraz „Dwa Talenty”. „Od września 2022 do czerwca 2023 r. udało się wesprzeć 900 dzieci w obydwu programach. Wsparcie wyniosło 2000 zł i 1500 zł na rozwój talentów, pasji i dziecięcych marzeń” – powiedziała Antolik. Dzięki tym środkom stypendyści pokrywają wydatki związane m.in. z zakupem przyborów szkolnych czy podręczników, ale także np. wyrobów medycznych, bez których uczęszczanie do szkoły byłoby dla nich utrudnione (okulary, baterie do aparatów słuchowych). Mogą też sfinansować udział w zajęciach pozalekcyjnych, wyjazdach (np. obozach sportowych, spotkaniach naukowych), zakup instrumentów muzycznych, oprogramowania komputerowego i szereg innych nakładów przeznaczonych na naukę i rozwój osobisty.

„W przypadku programu »Skrzydła« i »Dwa Talenty« w porównaniu z poprzednim rokiem liczba przyznanych stypendiów wzrosła o 386 dzieci” – akcentowała Antolik. Wskazała, że obecnie „ze względu na sytuację za wschodnią granicą, większa pomoc kierowana jest na tereny przygraniczne, czyli do diecezji lubelskiej, zamojsko-lubaczowskiej, rzeszowskiej czy przemyskiej”.

APW, PAP

Artykuł opublikowany na stronie: naszdziennik.pl



Foto: Caritas Polska

The ReCONstruction Center
A Building Materials Re-use Store

Używane materiały budowlane

Drzwi
Okna
Farby
Żyrandole
Hydraulika oraz wiele innych

Materiały budowlane
Szafki kuchenne i łazienkowe
Zlewozmywaki
Meble
Armatura kuchenna i łazienkowa

Otwarci: od środy do soboty od 10 rano do 5 po południu
w niedziele od 12 do 4 po południu

65 Burritt St., New Britain, CT 06053 tel. 860-597-3390
email: info@reconstructioncenter.org www.reconstructioncenter.org

Silver Key Realty
Anna Prusko
Broker
REB.0792186

Kupno i sprzedaż nieruchomości, wynajem mieszkań
Tel: (203) 906-2494

Pomoc przy zakupie domów na Florydzie, Arizona, Colorado, i we wszystkich stanach
Kupujący lub wynajmujący nie płaci za usługę

Zygmunt (Ziggi) Staszewski – ambasador polskiej sprawy „za wielką wodą”

„Ten , który „podołał wielkiemu zadaniu służby Polsce i w kraju i za oceanem” – słowa Mateusza Morawieckiego na medalu dla Zygmunta Staszewskiego z okazji 100-lecia Odzyskania Niepodległości.



Zygmunt Staszewski, źródło: Google, Bilder.de

W jednej z polonijnych gazet, wydawanej w USA - można było przeczytać takie zdanie: „Żeby w Ameryce Północnej powstał profesjonalny polski lobbying i lobbying obywatelski, musi przede wszystkim zaistnieć wola polityczna w Warszawie”. Okazuje się jednak, że bez „wyciągania ręki” z Warszawy do amerykańskich biznesmenów, istnieją wśród nich tacy, którym dobro i przyszłość ich starej Ojczyzny leży na sercu - i inwestują swój kapitał w Polsce. Takim przykładem jest inżynier Staszewski, emigrant polityczny, wierny syn Polski o amerykańskim obywatelstwie. Premier Mateusz Morawiecki w liście z 4 lipca 2022 r. tak się o jego postawie wypowiedział: „Świadectwo nurtu cichego bohaterstwa”.

Oto jego sylwetka:

„Były działacz Solidarności, internowany w stanie wojennym, działacz polonijny w USA, aktywista Partii Republikańskiej, właściciel biura projektów ZS Engineering w Nowym Jorku, instruktor i zawodnik strzelecki. Odznaczony przez Prezydenta Andrzeja Dudę Krzyżem Wolności i Solidarności oraz Krzyżem Oficerskim Orderu Odrodzenia Polski za działalność na rzecz niepodległości Polski. Znany działacz polonijny, członek wielu organizacji polonijnych”.

To jest taki ogólnikowy zarys osoby Zygmunta Staszewskiego. Ale On zasłużył na to, żeby powiedzieć o Nim coś więcej, żeby podkreślić jego rolę we wzajemnych stosunkach Polska: USA, jego wkład w głoszenie Polski za oceanem i w świadczenie pomocy Polsce w aktualnych potrzebach.

Swoje curriculum vitae przedstawił sam w wywiadzie, udzielonym 23 sierpnia 2012 *Strefie Wolnego Słowa*. Dowiadujemy się, że jego „opór” przeciwko komunistycznej władzy w PRL- przejął od swojego ojca, adiunkta na Akademii Medycznej we Wrocławiu, który z powodu

poparcia strajku studentów w roku 1968 został pozbawiony możliwości prowadzenia wykładów na uczelni. Pomimo doktoratu i opinii świetnego nauczyciela nauk medycznych - nie mógł wykonywać pracy na uniwersytecie. Wyjechał więc („w celach turystycznych”, tak to wtedy się nazywało) na Zachód, do Duesseldorfu, gdzie długo chorował i gdzie też zmarł (SB nie zezwoliła synowi na wyjazd do umierającego!)

W 1977 Zygmunt Staszewski ukończył Wydział Elektryczny Politechniki Wrocławskiej i otrzymał funkcję asystenta projektanta w biurze projektów Instytutu Automatyki Systemów Energetycznych (CNPAE).

W działalność antykomunistyczną zaangażował się jeszcze przed 1980, pracując właśnie w w/w biurze. Jako bezpartyjny - potrafił doprowadzić do tego, że władza w branżowych związkach zawodowych przeszła już w roku 1978 z rąk SB-ków do młodych działaczy, zaangażowanych w walce o wolne związki zawodowe. To była kolebka „Solidarności”. Zygmunt Staszewski przyczynił się do zorganizowania we Wrocławiu słynnego strajku komunikacji miejskiej MKS, do nawiązania kontaktów z Gdańskiem i strajkami stoczniovców, drukowaniu i kolportażu ulotek - aż do powstania autentycznej solidarności robotników i intelektualistów, która przybrała formę: Niezależny Związek Zawodowy - NSZZ „Solidarność”. Był też współzałożycielem Komitetu Obrony Więzionych za Przekonania we Wrocławiu (taki komitet już istniał w innych miastach).

Po ogłoszeniu stanu wojennego 13-go grudnia wraz z wieloma działaczami wyładował w więzieniu przy ul. Kleczkowskiej we Wrocławiu, a następnie w ośrodku internowania w Grodkowie Śląskim w woj. opolskim. Gdy po 5 miesiącach internowania Jaruzelski zezwolił internowanemu na wyjazd z Ojczyzny „w jedną stronę” - Ziggi zdecydował się na emigrację do Ameryki (miał tam rodzinę). W USA od razu wziął się za pracę dla pozostawionych w Kraju Związkowców, organizował dla nich pomoc pieniężną, redagował publikacje na tematy życia w kraju pod batem Jaruzelskiego, „uświadamiał” amerykańską opinię publiczną w sprawach politycznych dot. reżimu komunistycznego, każdego dnia 13-go grudnia organizował demonstracje przed polskim konsulem. To było wtedy Polakom bardzo potrzebne, podbudowujące; wiedzieć, że Nowy York czy Paryż demonstruje poparcie i solidarność z uciemiężoną Polską! Sam tego doświadczył przebywając jeszcze w więzieniu i w zabroniony sposób słuchając o tym - w przemycanym odbiorniku - wiadomości z Wolnej Europy. W USA spotykał się też ze zwolennikami komunizmu (np. z polskiej misji przy ONZ). W w/w wywiadzie opowiada o wydarzeniu, które można uznać za kwintesencję jego działalności w pierwszych latach pobytu w Ameryce: gdy 25 września 1985 przybył do Nowego Yorku I sekretarz wszechwładnej PZPR Wojciech Jaruzelski (formalnie w celu wygłoszenia przemówienia podczas XL sesji Zgromadzenia Ogólnego ONZ, ale

faktycznie na rozmowę z 70-letnim Davidem Rockefellerem) - z inicjatywy Staszewskiego została zorganizowana demonstracja, której uczestnicy wołając: „Jaruzelski - morderca !” zepsuli humor dyktatorowi i „zszargali jego dobre imię”. Amerykanie zanotowali to na dobre w pamięci.

W Nowym Jorku stał się bohater tego felietonu znaną postacią, zwłaszcza w kręgach Republikanów, których jest wiernym członkiem.



Zaprzyjaźnił się z (byłym już teraz) republikańskim burmistrzem tego miasta Rudy Giulianim, źródło: Google, Bilder.de

W 1989 r. otworzył w NY największe w tym mieście biuro projektów, kierunek: projektowanie systemów obrony przeciwpożarowej do wysokich nowojorskich budynków. Specjalizuje się w projektowaniu systemów ochrony przeciwpożarowej nie tylko w wysokościowcach, ale też w salach koncertowych, szpitalach i uczelniach. Brał udział w tworzeniu nowych przepisów i standardów przeciwpożarowych w Nowym Jorku, które później zostały zaakceptowane w całej Ameryce i w wielu innych krajach, które używają amerykańskich standardów. Jako inżynier-specjalista w tej dziedzinie - zajmuje się tworzeniem nowych certyfikatów sprawności (COF) dla „weryfikacji systemów sygnalizacji pożaru” czy np. „Certyfikacji usuniętych usterek w instalacjach systemu alarmu przeciwpożarowego”. Jego biuro ZS Engineering DPC mieści się w Floral Park, NY, i jest obecnie prowadzone przez jego zastępcę, gdyż pan Staszewski mieszka od 7 lat na Florydzie i dogląda biura na odległość. Prowadził też między innymi takie sprawy, jak bycie biegłym sądowym w procesie dotyczącym pożaru na Bronksie w Nowym Jorku, gdzie zmarło 17 osób.

Był wykładowcą na prestiżowym New York University - i członkiem organizacji kierowników ewakuacji budynków, tzw. Fire Safety Directors' Association. Na uniwersytecie prowadził kursy podplomowe dla Stowarzyszenia Właścicieli i Menadżerów Budynków w Nowym Jorku (Building Owners & Managers Association) i uwaga - już wtedy (1995!) mówił o fatalnym

zaprojektowaniu i konstrukcji wieżowców WTC!

Jako przewodniczący Stowarzyszenia Inżynierów Pożarnictwa w Nowym Jorku (posiada honorowy tytuł „Fellow” Międzynarodowego Stowarzyszenia Inżynierów Pożarnictwa) oraz jest członkiem Rady Doradczej Nowojorskiej Straży Pożarnej, jak również Honorowym Komendantem Nowojorskiej Straży Pożarnej, posiadającym dokumenty

identyfikacyjne - jak również ten hełm:



Hełm Honorowego Komendanta Straży Pożarnej. Zdjęcie ze zbiorów: Zygmunta Staszewskiego

Inżynier Staszewski był tragicznego wrześniowego poranka 2001 roku w World Trade Center. Oto jak przedstawia ten dzień w artykule „Wspomnienia polskiego strażaka: „W Nowym Jorku istnieje organizacja kierowników ewakuacji budynków, tzw. Fire Safety Directors' Association. Jestem od lat jej członkiem i często prowadzę dla niej wykłady. Członkowie tej organizacji spotykają się na wspólne śniadania i prelekcje w pierwszy poniedziałek każdego miesiąca, oprócz miesięcy letnich. W czerwcu ustaliliśmy termin i miejsce wrześniowego spotkania, które w związku ze Świętem Pracy wypadło w drugi wtorek miesiąca, czyli właśnie 11 września. Przedstawiciel jednej z firm ubezpieczeniowych zaproponował, aby spotkać się u niego

w sali konferencyjnej na bodajże 86. piętrze WTC 2 11 września o 8:30 rano. Wtedy wstał szef ewakuacji New York Athletic Club Stanley Galoski, Polak z pochodzenia, i zaproponował spotkanie w jego ekskluzywnym prywatnym klubie przy Parku Centralnym. Zaoferował wystawne śniadanie, więc wszyscy jednogłośnie zgodzili się tam właśnie spotkać. Tam też byliśmy 11 września rano. Po kilkunastu minutach spotkania włączyło się kilka sygnalizatorów, tzw. pagerów. Poinformowano nas, że podobno mały samolot uderzył w wieżowiec numer 1. Czterech obecnych na sali pracowników Silverstein Properties pożegnało się z nami, złapali taksówkę i udali się pośpiesznie do World Trade Center, aby pomóc w ewakuacji budynków. Niestety wszyscy czterej zginęli”.

W roku 2003 był twórcą organizacji New York Fire Alarm Association, która jest obecnie największą tego typu organizacją w USA. Za te zasługi otrzymał zaszczytny tytuł „Fellow” międzynarodowej organizacji Society of Fire Protection Engineers.

Nadeszła pora, żeby nawiązać do początkowych słów niniejszego tekstu i pokazać, że przedstawiciele amerykańskiej Polonii włączają się w życie kraju swego pochodzenia, niekoniecznie czekając na „zaproszenie” do tej współpracy ze strony polskiego rządu. Jako przykład może tu posłużyć najnowsze „dzieło” Zygmunta Staszewskiego: baza antyrakietowa wojsk USA w Redzikowie koło Słupska. To właśnie pan Staszewski, jako właściciel Biura Projektów ZS Engineering DPC w USA otrzymał kontrakt na zaprojektowanie i wykonanie systemów ochrony przeciwpożarowej tej bazy antyrakietowej. Także nadzór projektowy nad tym obiektem należy do Właściciela biura.

Tu trzeba nadmienić, że na konferencji

Stowarzyszenia Inżynierów i Techników Pożarnictwa (SITP) w Wyższej Szkole Oficerskiej Pożarnictwa i w Naczelnej Organizacji Technicznej (FSNT- NOT) w Warszawie - prowadził inżynier Staszewski wykłady jako specjalista w tej dziedzinie. I tutaj pojawia się znowu, nie po raz pierwszy – wyraz powiazań i ścisłej współpracy polskiego Amerykanina, czy jak ktoś woli –amerykańskiego Polaka z krajem własnego pochodzenia, z Polską. Ta jego wierność sprawie polskiej widoczna była też w udziale w IV Edycji Konferencji, która odbyła się w dniach 24 i 25 maja 2022 w Warszawie pod hasłem: „Obrona, Przemysł, Odporność”(ang. Defence, Industry, Resilience).

Inżynier Staszewski był oczywiście na tą konferencję zaproszony. Była ona bardzo znacząca, uczestniczyli na niej politycy, którym los Polski naprawdę leży na sercu i mają wizję, jak jej przyszłość czynić bezpieczną - między innymi: Minister Obrony Narodowej Mariusz Błaszczak, Szef Biura Bezpieczeństwa Narodowego Paweł Soloch, generałowie Jarosław Mika i Artur Kamczyński, ambasador Ukrainy Andrij Deszczyca i inni przedstawiciele korpusu dyplomatycznego.

Obecność Amerykanów – i pana Staszewskiego na tej konferencji, jak też na towarzyszącej jej wystawie zagranicznych koncernów, takich jak Northrop Grumman, General Atomics, Boeing, Airbus, Dassault Systems. Raytheon Technologies i Gara - świadczy o tym, że współpraca Polski i Ameryki „ma się dobrze”! I sylwetka pana Staszewskiego – także!

Jak widać – między obecnym rządem polskim i Polonią amerykańską istnieje lobbing i polski i obywatelski, istnieje wola polityczna i w Warszawie i w USA. Niech poparciem powyższego będzie list od Premiera Polski - do Polonusa z USA!

PREZES RADY MINISTROW

Warszawa, 4 lipca 2022 r.

Szanowny Panie!

Polska w swojej historii często nie miała szczęścia do wielkich procesów dziejowych. Miała jednak szczęście do wielkich ludzi. Niekoniecznie byli to ludzie o głośnych nazwiskach, patroni szkół i ulic. Polska trwa od wieków, mimo tak licznych przeciwności losu, dzięki ludziom wielkiego ducha i wielkiej odwagi, którzy w kluczowych momentach swojego życia kierowali się interesem Ojczyzny, a nie własnym.

Pański życiorys jest właśnie świadectwem tego nurtu cichego bohaterstwa, który wciąż niesie Polskę przez meandry i mierzyny dziejów. Nie ufał się Pan dołączyć do Międzyzakładowego Komitetu Strajkowego w Zajezdni Autobusowej nr VII MPK we Wrocławiu. Angażował się Pan w tworzenie i działalność Komitetu Obrony Więzionych za Przekonania.

W czasie I Zjazdu Delegatów NSZZ „Solidarność” kolportował Pan, zresztą wraz z moim Ojcem, „Białą Dłonią”, w którym opublikowane zostało Pismo do Zjazdu NSZZ „Solidarność” przekazane przez formujące się głównie w Moskwie konspiracyjne niezależne związki zawodowe.

Poparcie płynące od ludzi pracy z samego serca Związku Sowieckiego zrobiło na delegatach piorunujące wrażenie. Uznano, że taki głos nie może pozostać bez odpowiedzi i sformulowano szynne Pismo I Zjazdu Delegatów NSZZ „Solidarność” do ludzi pracy Europy Wschodniej.

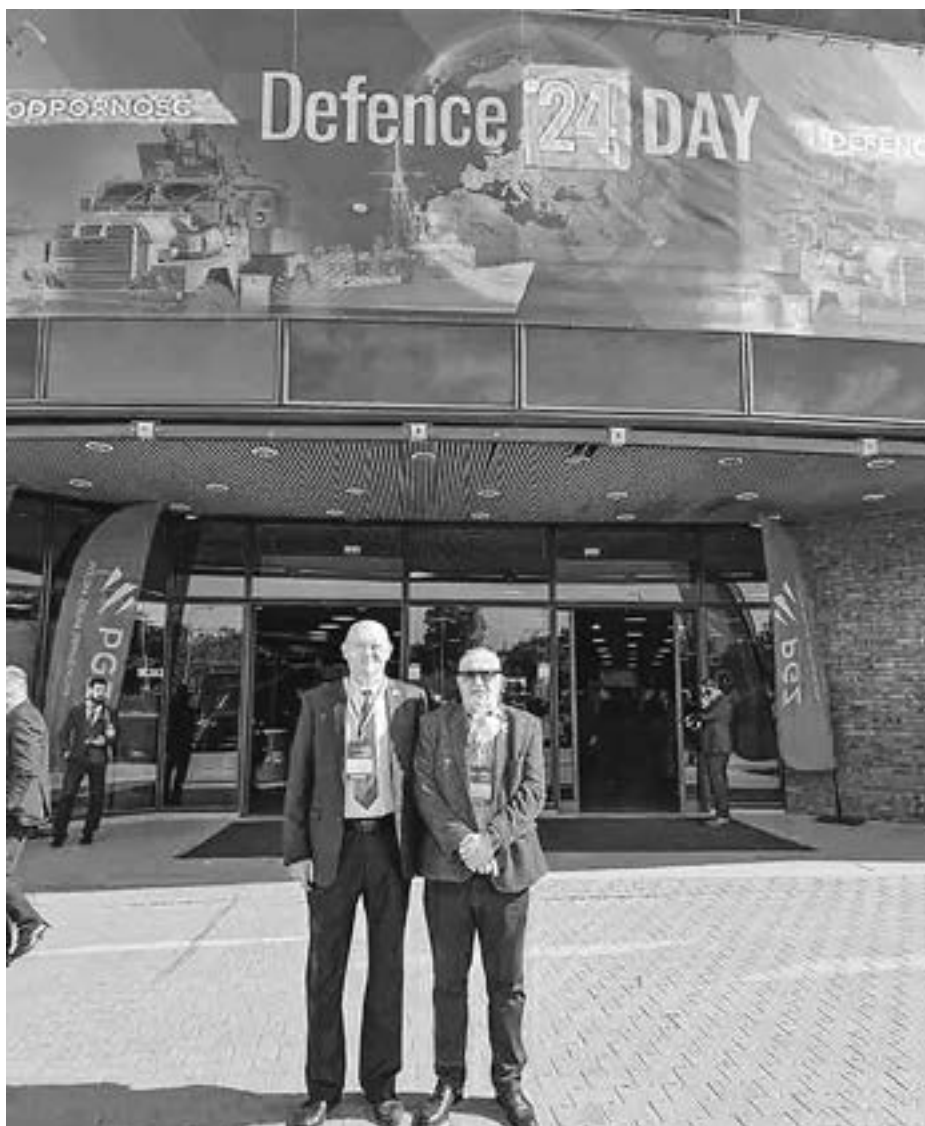
Wprowadzenie stanu wojennego oznaczało dla Pana internowanie. Z powodu działalności patriotycznej i związkowej został Pan zmuszony do emigracji. Życiowy dramat osobisty i wielką stratę dla Polski potrafił Pan przekuć w dobro.

Oto dowód, że Pan Bóg pisze prosto nawet po krzywych liniach. Polska straciła wybitnego inżyniera, za to zyskała wielkiego ambasadora polskiej sprawy w Stanach Zjednoczonych – człowieka, który w nowym środowisku i w trudnych okolicznościach odniósł sukces zawodowy, nie zapominając przy tym nigdy o swoich korzeniach.

List Mateusza Morawieckiego do Zygmunta Staszewskiego

Ps. Baza US Navy w Redzikowie jest wyposażona w radar oraz 24 pociski przechwytyjące rakiety RIM-161 Standard Missile 3 Block IIA. Na miejscu służy około dwustu żołnierzy amerykańskiej Marynarki Wojennej.

Koszt tarczy antyrakietowej - to około 844 milionów dolarów. Za zapewnienie bezpieczeństwa wokół amerykańskiej jednostki odpowiada polski Batalion Ochrony Bazy.



Zygmunt Staszewski i Chris Węgrzycki h. Lubicz. IV Edycja wystawy Warszawa, źródło: Google, Bilder, de



Baza w Redzikowie k.Słupska, źródło: Google, Bilder, de.

Maria Legiec

Bibliografia:

Notacje SWS: Zygmunt Staszewski - YouTube

<https://www.britishpoles.uk/zamachy-na-world-trade-center-wspomnienie-polskiego-strazaka/>

https://uk.linkedin.com/in/ziggy-staszewski-252000105?original_referer=https%3A%2F%2Fwww.google.de%2F

<https://www.kurierpolski.us/pl/Page/View/poczatki-solidarnosci-we-wroclawiu>

<https://www.gazetaprawna.pl/wiadomosci/kraj/artykuly/8681006,usa-pentagon-nato-baza-w-redzikowie-zacznie-funkcjonowac-w-tym-roku>

DZIEWIĄTY TYTUŁ KRÓLA STRZELCÓW ROBERTA LEWANDOWSKIEGO!

Choć nie był tak skuteczny jak w Bayernie Monachium, a do tego przeszedł poważny kryzys, to i tak w klasyfikacji napastników nie miał sobie równych. Robert Lewandowski debiutancki sezon w lidze hiszpańskiej kończy z 23 bramkami, które bez problemu zapewniły mu koronę króla strzelców. W ostatnim meczu, który został rozegrany 4 czerwca Polak gola nie zdobył, a Barcelona przegrała na wyjeździe z Celtą Vigo 1-2.



Z jednej strony nie trafiał tak często jak w poprzednich sezonach, ale z drugiej wielu przepowiadało mu, że w Hiszpanii w ogóle przepadnie. Robert Lewandowski stanął jednak na wysokości zadania i **po raz kolejny w karierze zdobył koronę króla strzelców.**

Okres przygotowawczy nie zapowiadał, że napastnik Barcelony będzie rządził w klasyfikacji strzelców. W sparingach za nic nie mógł zdobyć bramki, ale trafiać zaczął w idealnym momencie. Co prawda w pierwszym spotkaniu ligowym gola nie strzelił, ale później zdobywał je w sześciu kolejnych potyczkach i **szybko wdrapał się na szczyt klasyfikacji strzelców**, gdzie pozostał już do końca rozgrywek.

W zdobyciu korony Polakowi **nie przeszkodził nawet poważny kryzys, bo przez pięć miesięcy** (od listopada do marca) zdobył tylko dwie bramki. W tym czasie „Lewy” był zawieszony na trzy mecze, zmagając się z drobnym urazem, a także poszukiwał formy. Końcówkę rozgrywek miał już jednak znacznie lepszą, bo w ośmiu ostatnich spotkaniach zdobył sześć bramek.

Ostatecznie Polak strzelił **23 gole w 34 meczach** i o cztery trafienia wyprzedził poprzedniego króla strzelców – Karina Benzemę.

23 bramki w tym sezonie ligowym to jednak niewiele, jeśli porównać to z najlepszym osiągnięciem Lewandowskiego w karierze. W sezonie 2020/2021 Polak pobił rekord legendarnego Gerda Mullera, gdy dla Bayernu strzelił w Bundeslidze aż **41 goli!** Z kolei w poprzednim sezonie Polak zdobył 35 bramek, a dwa lat wcześniej - 34. By znaleźć gorszy wynik Lewandowskiego od obecnego, należy **cofnąć się do sezonu 2018/2019**, gdy do siatki trafił 22 razy, ale to i tak wystarczyło do tego, by został najlepszym strzelcem Bundesligi.

Zdobytą przez Lewandowskiego tytuł króla strzelców La Liga jest **dziwiątym w jego karierze** w najwyższych klasach rozgrywkowych. Wcześniej to wyróżnienie otrzymał

w barwach Lecha Poznań i Borussia Dortmund oraz sześciokrotnie jako zawodnik Bayernu.

UEFA POSTAWIŁA WARUNEK!



Szymon Marciniak uratował się przed odebraniem prowadzenia finału Ligi Mistrzów. Musiał jednak pójść na pewien układ.

Nie będzie nagłej zmiany sędziego w finale Ligi Mistrzów. Szymon Marciniak zgodnie z planem poprowadzi hitowe spotkanie Manchester City - Inter Mediolan. Taką decyzję podjęła UEFA po przeanalizowaniu afery, która nagle wybuchła 25 maja.

Polski arbiter najadł się mnóstwo strachu. W polskich i światowych mediach zawrzało, gdy stowarzyszenie „Nigdy Więcej” nagłośniło fakt, że Marciniak uczestniczył w konferencji biznesowej organizowanej przez Sławomira Mentzena (polityk Konfederacji). Podobno niewiele brakowało, a przez 42-latek straciłby wielki mecz.

Tomasz Włodarczyk z portalu meczyki.pl wyjaśnia, że w ratowaniu Marciniaka dużą rolę odegrał Zbigniew Boniek. W sprawę zaangażowały się także obecne władze PZPN. Dzięki temu udało się nakłonić działaczy UEFA, aby nie wyciągali surowych konsekwencji

wobec Polaka. To się udało, ale na pewnych warunkach.

Marciniak już skomentował całe zamieszanie w oficjalnym oświadczeniu. Kolejnych komentarzy już nie będzie. Polski arbiter miał otrzymać od UEFA „zakaz wypowiadania się o całej sprawie”.

Najważniejsze w tej chwili jest to, że udało się opanować zamieszanie. Szymon Marciniak na pewno będzie sędzią finału Ligi Mistrzów. Ostatnio przeżywa przepiękne chwile, bo w grudniu ubiegłego roku prowadził finał mistrzostw świata.

ZASKAKUJĄCE DONIESIENIA Z BARCELONY!



Jak informuje hiszpańska prasa, FC Barcelona niebawem stanie przed **koniecznością skompletowania kapitańskiego kwartetu na przyszły sezon. Według informacji jednego z dziennikarzy o opaskę ubiegać ma się m.in. Robert Lewandowski, który już dostał zielone światło**

od Xaviego. To może być pewnym zaskoczeniem. Wszak „Lewy” w „Dumie Katalonii” jest od niedawna. Cieszy się natomiast ogromnym zaufaniem trenera, dlatego jego szanse na wygranie głosowania są całkiem spore.

Hiszpańskie media donoszą o zmianach, do których niebawem ma dojść w szeregach Barcelony. Kibice liczą, że jedną z nich będzie powrót Lionela Messiego. Za taki obrót zdarzeń kciuki trzyma m.in. Pep Guardiola. „Jego odejście było bardzo szybką rzeczą. Stało się to z powodu trudnej sytuacji ekonomicznej i tysiąca powodów, w które nie mogę się zagłębić. Wiedzą to ci, którzy tam pracują. Mam tylko nadzieję, że pewnego dnia Messi będzie mógł wrócić. Wiem tylko, że Joan Laporta będzie się starał to zrobić i Leo również, a on i jego rodzina otrzymają miłość, przywiązanie i wdzięczność

od wszystkich ludzi w Barcelonie” - powiedział niedawno w ESPN.

Pewnym jest natomiast coś innego - że w przyszłym sezonie w barwach katalońskiej drużyny nie zobaczymy już Sergia Busquetsa. Wieloletni kapitan zespołu odchodzi z klubu, co potwierdzono w środę, 10 maja.

Nie odnawiaj obecnej POLISY, zanim nie sprawdzisz naszej oferty!!!

Reprezentujemy Ubezpieczalnie:

Travelers
Metropolitan
Safeco
National Grange Mutual
Progressive
Kemper
National General
Foremost
American Modern
Quincy



Barbara Mrozik

- ★ Posiadamy SUPER ceny dla młodych kierowców
- ★ Nazbierałeś mandatów i szukasz taniego UBEZPIECZENIA?
- ★ Skontaktuj się z nami
- ★ Jesteśmy w stanie uaktywnić POLISĘ przez telefon



Posiadamy również atrakcyjne ceny polis na:

DOMY JEDNORODZINNE I WIELORODZINNE, BIZNESY ORAZ ŻYCIE

15 LAT doświadczenia w ubezpieczeniach

Barbara - 203-301-0555, cell: 203 515 5709

www.mgroupnow.com BasiaMrozik@optonline.net

244 BRIDGEPORT AVE, MILFORD, CT 06460



„Nadszedł czas, aby ogłosić, że to będzie mój ostatni sezon w Barcelonie. Jako mały chłopiec, zawsze kiedy oglądałem mecze w telewizji, marzyłem o grze w tej koszulce i na tym stadionie. Rzeczywistość przerosła wszystko, o czym marzyłem” - powiedział Busquets w klipie wideo zamieszczonym w mediach społecznościowych.

Na sytuacji „skorzystać” może Robert Lewandowski, o czym rozpisuje się „AS”.

Robert Lewandowski kapitanem Barcelony? Xavi podjął decyzję, w grze jeszcze jeden konkurent

„Odejście Sergia Busquetsa pozostawia poważną lukę w kapitańskim składzie Barcelony. Jego absencja zwolni stanowisko pierwszego kapitana, które od tej pory obejmie Sergi Roberto. Ustanowiony do dziś porządek w kapitanacie uzupełnili Jordi Alba i Ter Stegen” - opisuje Javi Miguel z „AS”.

Według jego informacji o ostatnie miejsce w kapitańskim kwartecie zaważy dwóch graczy: Robert Lewandowski i Ronald Araujo. Dostali już nawet zielone światło od Xaviego Hernandeza. Ostatecznie czwartego kapitana wyłonić ma wewnątrzgrupowe głosowanie, które zaplanowano na letni okres przygotowawczy.

Dziennikarz nie wyklucza jednak pewnego zwrotu akcji. „Możliwe, że w przypadku ostatecznego potwierdzenia odejścia Alby nie będzie żadnego głosowania. W takim przypadku zarówno Lewandowski jak i Araujo weszliby na stanowiska kapitańskie z pełnymi prawami” - czytamy.

Szyki obu panom pokrzyżować może

jeszcze ewentualnie Ousmane Dembele. „Zaskoczył, kiedy zadeklarował chęć noszenia opaski. Jego towarzysze nie wiedzieli, jak zareagować, bo nie mieli pojęcia, czy to żart, czy na poważnie” - doprecyzowano.

Potencjalne kapitanowanie „Lewego” może niektórych zaskoczyć, wszak Polak jest w katalońskim klubie dopiero od niespełna roku. Szybko jednak stał się ważnym ogniwem zespołu i koncepcji Xaviego. Szkoleniowiec Barcy niejednokrotnie podkreślał, że darzy Lewandowskiego ogromnym zaufaniem. Bronił go m.in. przed zarzutami o gorszą skuteczność drugiej połowie sezonu.

„Robert Lewandowski strzelił w tym sezonie więcej goli niż jakikolwiek inny zawodnik. Z czterema pomocnikami, z trzema napastnikami lub w jakimkolwiek innym systemie - zawsze zdobywał bramki” - uciął temat kilka tygodni temu.

KADROWICZ PODJĄŁ DECYZJĘ WS. PRZYSZŁOŚCI

Feyenoord Rotterdam osiągnął ustne porozumienie z Sebastianem Szymańskim ws. warunków kontraktu na przyszły sezon. Obie strony są chętne do przedłużenia współpracy, lecz nie wszystko od nich zależy.

Sebastian Szymański został wypożyczony do Feyenordu Rotterdam z Dynama Moskwa przed sezonem 2022/23. Polak czaruje w Holandii swoją grą i Feyenoord zamierza go



Sebastian Szymański

zatrzymać. O tym, że klub doszedł do porozumienia z piłkarzem w kwestii kontraktowej, poinformował portal 1908.nl. Doprowadzenie do transferu nie będzie jednak łatwe. A wszystko przez zespół z Moskwy.

Dziennikarze portalu 1908.nl wskazują, że jest kilka możliwych scenariuszy, w tym ten najbardziej znany z uruchomieniem opcji wykupu.

W takim przypadku Rotterdamczycy muszą przelać na konto Dynama Moskwa sumę około 10 mln euro. Z drugiej strony poprzez sankcje nałożone na Rosję po wybuchu wojny w Ukrainie wiadomo, że obecnie nie można robić zbyt wielu interesów z rosyjskimi klubami.

Holendrzy piszą również o tym, że

Szymański będzie mógł spróbować zerwać kontrakt z Dynamem. Wtedy jednak będzie wolnym piłkarzem i Feyenoord boi się, że Polaka ktoś „podkupi”, oferując mu zdecydowanie lepsze warunki kontraktu.

Działacze holenderskiego klubu z niecierpliwością czekają na rozwiązanie sprawy, bo chcą mieć Szymańskiego u siebie jeszcze chociaż przez jeden sezon.

Natomiast w obecnej kampanii Polak rozegrał dla Feyenoordu 37 spotkań. Zdobył 10 goli i zaliczył 7 asyst.

Na podstawie PAP, Informacje własne, wp.pl, Interia.pl

Andrzej Więciorkowski

Zakład Pogrzebowy

Newington Memorial Funeral Home
Zakład Pogrzebowy
50 Lat Działalności
20 Bonair Avenue
Newington, CT 06111
Tel. (860) 666-0600
Fax (860) 666-8377

Burritt Hill Funeral Home
Zakład Pogrzebowy
70 Lat Działalności
332 Burrit St.
New Britain, CT 06053
Tel (860) 229-9021
Fax (860) 612-0093

Właścicielami jest polska rodzina, która zarządza zakładem
Mówimy po polsku !

Teresa Ciechanowski D.M.D.

Serdecznie zaprasza do gabinetu dentystycznego

T.C. Dental

Oferujemy pełny zakres usług dentystycznych
Honorujemy większość ubezpieczeń medycznych

Prosimy dzwonić pod numer
860-229-0622

Akceptujemy pacjentów w wieku do 21 lat
z ubezpieczeniami stanowymi
Husky A, Husky B

LEKARZ I PERSONEL MÓWIĄ PO POLSKU
393 West Main St. New Britain, CT



Rozmawia urzędniczka z urzędnikiem:

- Ja zaczynam pracować dopiero po trzeciej kawie.
- A ile ich dziennie pijesz ?
- Dwie.

Marian umiera i mówi do faceta, który spisuje testament:

- Chciałbym, aby na moim pogrzebie zagrała orkiestra symfoniczna.
- A co chciałbyś usłyszeć?

- Czy chciałbyś zarabiać miesięcznie dwadzieścia tysięcy złotych jak mój brat?
- Oczywiście! A on zarabia tyle forsy?
- Nie, ale też by chciał.

Marian zamawia w restauracji setkę z zakąską i podaje kelnerowi dwieście złotych.

- Reszta dla pana! - mówi.
- Kelner uśmiechając się chowa pieniądze do kieszeni.
- Widzę - grzmi Marian - żeś ty, już zapomniał, kto tu jest panem!?

- Ja się pytam, kiedy mi wypłacicie odszkodowanie?
- To zależy w czym pan chce je dostać. W dolarach czy w złotychkach?
- A co to ma za znaczenie?
- Bo jak w dolarach, to nie dostaniesz pan ani centa, a jak w złotychkach, to ani grosza.

Do pokoju wchodzi strasznie pobity hrabia.

- O rany, sir, co się panu stało? - pyta Jan.
- Dostałem w twarz od barona Mariana.
- Od barona Mariana? Przecież to chucherko! Musiał mieć coś w ręku!
- Miał. Łopatę.
- A pan, panie hrabio? Nie miał pan nic w ręku?
- Miałem. Lewą pierś barona żony Heleny. Piękna rzecz, nie przeczę, ale do walki zupełnie się nie nadaje.

Co to znaczy urlop?

- Urlop to kilkanaście dni w roku, kiedy przestaje się robić to, co każe szef, a zaczyna się robić to, co każe żona.

Spotykają się dwa jeże. Jeden ma zabandażowaną łapkę.

- Co Ci się stało?
- Chciałem się podrapać!

- Nie zasłaniaj się gazetą! - woła Helena do Mariana.

- Nie udawaj, że czytasz.
- Dobrze wiem, że mnie słyszysz, bo widzę, że ci się kolana trzęsą.

- Fajna jesteś, jak wypijesz!

- Ty też jesteś fajny, jak wypiję.

Na dworcu kolejowym zainstalowano "Inteligentny automat do sprzedaży biletów".

Podchodzi Nowak wrzuca pięć złotych i z automatu wypada kartka i rozlega się głos:

- Pan Marian Nowak, wiek czterdzieści osiem lat,
- jedzie pan do Warszawy i bilet w pierwszej klasie będzie pana kosztował pięćdziesiąt złotych.
- Do odjazdu ma pan jeszcze dziesięć minut czasu.

Nowak nie może zrozumieć skąd ta maszyna zna jego imię, nazwisko i wiek, oraz dokąd jedzie.

Chwyta więc pod pachę stojącego obok Indianina, ciągnie go do maszyny, wrzuca piątką.

Znów wypada kartka, a maszyna nadaje:
- Wojownik Orle Pióro ze szczepu Kiowa, wiek trzydzieści lat. Jedziesz do Krakowa. Twój pociąg odjeżdża za czterdzieści minut, a bilet pierwszej klasy będzie pana kosztować siedemdziesiąt złotych. Nowak tego nie może zrozumieć... Pożycza od Indianina ubranie i pióropus, wrzuca pieniądze.

Z automatu wypada karteczka i maszyna mówi:

- Nowak. Jesteś czterdziestoośmioletnim niedowiakiem.
- Chciałeś jechać do Warszawy, ale przez to, że robisz tu z siebie głupka odjechał Twój pociąg.
- Zaoszczędziłeś pięćdziesiąt złotych na bilecie!

Wiesz, Marian? Podobno warto dla zdrowia chodzić na bosaka.

- To szczerą prawdą! Za każdym razem, gdy budzę się rano w butach, strasznie mnie boli głowa.

- Mamo, dlaczego dajesz mi taki mały kawałek tortu? - pyta Jaś.

- Ależ kochanie, to nie dla ciebie tylko dla Zosi ...
- Co?! Dla Zosi taki duży?!

- Dziadku - pyta Jasiu - Kto to jest człowiek dobrze wychowany?

- Wiesz... To ktoś, kto jak potknie się po ciemku o kota, nadal nazywa go kotem!

Nowak starał się na kolei o pracę dróżnika. Jego przyszy szef postanowił przeprowadzić mały test.

- Co by pan zrobił, gdyby się pan zorientował, że dwa pociągi jadą po jednym torze w swoim kierunku? - zapytał.
- Przekierowałbym jeden z nich na inny tor.
- Co jeśli nastawnia by się zepsuła?
- Zadzwoziłbym do najbliższej stacji żeby powiadomili prowadzących pociągi.
- Co jeśli telefon byłby zepsuty ?
- Wtedy pobiegłbym po wujka Leona.
- Pytający trochę się zdziwił, ale zapytał:
- A w czym pomógłby wujek Leon?
- W niczym, ale jeszcze nigdy nie widział zderzenia pociągów.

Rozmawiają dwie psiapsioły przy kawie i nagle jedna mówi:

- Wiesz, razem z mężem wynaleźliśmy wspaniały środek antykoncepcyjny. Sto procent skuteczności!
- No co Ty? No mów jaki?
- Przed każdym pójściem do łóżka, spędzamy wieczór z naszymi dziećmi.

Jaś rozmawia z ojcem:

- Tato, tak bardzo chciałbym być choć raz na Twoim miejscu.
- A co byś zrobił, gdyby Twoje marzenie się spełniło synku?!
- Dałbym mojemu ukochanemu synkowi dwadzieścia złotych na ciastko i lody!

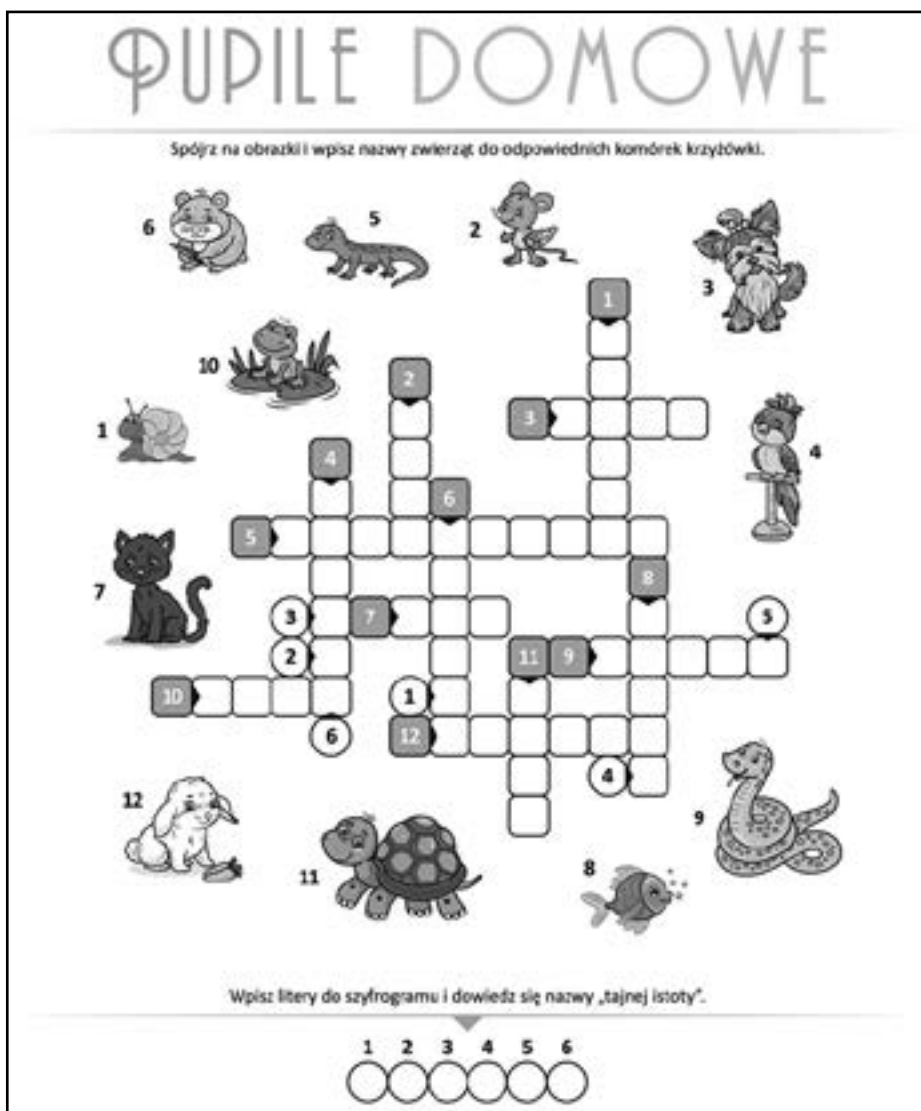
Nauczycielka do Jasia:

- Kto jest najlepszym czworonożnym przyjacielem człowieka?
- Łóżko, proszę pani ...

Kowalski pyta Nowaka:

- Dlaczego jesteś taki przygnębiony, Marian?
- A bo pokłóciłem się z teściową i przysięgła mi, że przez miesiąc się do mnie nie odezwie.
- No to co w tym złego? Powinieneś to uczcić i świętować!

Dla Milusińskich



- Nie, nie, nie... To było cztery tygodnie temu i dziś już jest ostatni dzień.

Młody bankier został wiceprezesem, wpadł do domu i chwali się żonie.

- Głupi jesteś mój drogi. - odpowiada połowica - Wiceprezes to zero, kompletne. Nawet w byle spożywczym znajdziesz takie nic jak wiceprezes do spraw fasolki.
- Poważnie? - zapytał, myśląc iż żona żartuje i uznał, że pójdzie to sprawdzić.
- Wszedł do spożywczego i pyta:
- Czy mógłbym rozmawiać z wiceprezesem do spraw fasolki?
- Oczywiście. Puszczkowanej czy mrożonej?

Spotyka się trzech kolegów:

- Wczoraj wróciłem z wycieczki do Holandii - mówi pierwszy - i kupiłem sobie krowę- holenderkę.
- Drugi:
- A ja wczoraj wróciłem ze Szwajcarii i kupiłem sobie złoty zegarek marki "Tissot".

Trzeci milczy i zazdrości. Następnego dnia spotykają się w tym samym miejscu.

- Pierwszy mówi:
- Ktoś mi ukradł moją krowę!
- Drugi:
- Gdzieś mi zginał mój zegarek!
- Trzeci spoglądając na zegarek mówi:
- O, już druga! Pora doić krowę!

Kasa biletowa w kinie. Pani w kasie sprzedaje bilety na kryminał i przy tej okazji proponuje różnego rodzaju dodatki.

- Tak więc jakiś koleś kupuje bilet no i taki dialog mamy: Bileterka:
- A może wodę jeszcze Pan kupi?
- Nie dziękuję.
- To orzeszki może?
- Też nie, dziękuję.
- To chociaż lody niech Pani weźmie.
- Koleś zdenerwowany:
- Nie. Nie chcę. Już mówiłem przecież!
- Koleś odchodzi od kasy.

Bileterka niepokieszona wystawia głowę przez okienko i jak gdyby nic tak od niechcenia:

- A mordercą jest szofer!

Przy krawężniku stoi facet i macha ręką na przejeżdżającą taksówkę.

Taryfa się zatrzymała, gość wsiadł, a szofer zagaja:

- Idealnie żeś pan na mnie trafił. Zupełnie jak Marian.
- Przepraszam, kto?
- Jak to kto? Marian Nowak. Niesamowity gość, zawsze wszystko robił porządnie i na czas.

Potrzebowałeś pan taksówki akurat wtedy, kiedy byłem wolny i tędy przejeżdżałem.

Marian taki fart to miał za każdym razem.

- No, nie przesadzajmy... czysty przypadek.
- Dla Mariana nie istniały „przypadki“. On wszystko robił profesjonalnie i perfekt.
- Spokojnie mógłby grać w tenisa albo w golfa z zawodowcami.
- Mógłby też bez wysiłku, jako gwiazda programu, śpiewać w operze albo tańczyć w balecie.

- Hmm... to musiał być wybitnie uzdolniony człowiek!
- Żebyś pan wiedział! Miał niesamowitą pamięć,
- pamiętał daty urodzin i imienin wszystkich członków swojej rodziny i wszystkie rodzinne rocznice.

Wiedział wszystko o winach, no wiesz pan, które wino do jakiego dania, i w jakim kieliszku.

W domu umiał wszystko naprawić sam, lodówkę, telewizor.

Panie, nie to co ja, jak wymieniałem bezpiecznik to na całą ulicę było zaciemnienie.

- Mmm... jakoś nie mogę skojarzyć tak wybitnej osoby...
- No, ja też nigdy go nie spotkałem.
- Jak to? To skąd pan tyle o nim wie?!
- Ożeniłem się z wdową Heleną po nim...

Opracował Jacek Zawojski

Klub Dobrej Książki prezentuje

w opr. Marii Suchy

Piastowskie intryki – recenzja książki Niewidzialna korona

Elżbieta Cherezińska „Niewidzialna korona”

O kres rozbicia dzielnicowego na ziemiach polskich, zapoczątkowany ustawą sukcesyjną Bolesława III Krzywoustego to znakomity materiał na powieść. Wie o tym najlepiej Elżbieta Cherezińska, która Koroną śniegu i krwi podbiła serca wszystkich pasjonatów średniowiecznej historii Polski. Nim opadł zachwyt nad pierwszym tomem trylogii Odrodzone Królestwo, autorka przygotowała już dla nas Niewidzialną koronę, drugą część przygód dobrze znanych i lubianych bohaterów historycznych.

Bramą do średniowiecznego świata, który także w tej części otwiera przed nami swoje podwoje jest nietypowa sekcja zwłok tragicznie zmarłego króla Przemysła II, dzięki której raz jeszcze przypomnimy sobie wątki podejmowane w poprzednim tomie tego cyklu. Zaraz po tym interesującym z medycznego punktu widzenia rozdziale, akcja rozwija się błyskawicznie prezentując nam po drodze sylwetki pretendentów do spadku po królu odrodzonej Polski. Znajdziemy tu zapalczego Henryka



głogowskiego, który bez wahania wyciągnie rękę po Starszą Polskę, nieobliczalnego Vaclava II, gotowego zabić każdego, kto stanie na jego drodze i wreszcie sympatycznego Małego Księcia, którego dojrzewanie (bo przecież nie dorastanie) śledziliśmy już w Koronie śniegu i krwi. Czy któremuś

z prezentowanych władców uda się osiągnąć cel i ozdobić swoje skronie królewską koroną? Odpowiedzieć na to pytanie może jedynie Niewidzialna korona.

Fanów fantastyki, którą Cherezińska zgrabnie przemycała w Koronie śniegu i krwi pragnę zapewnić, że i w Niewidzialnej koronie znajdą osławioną już grupę niewiast, które poza podobną etymologią imion i pracą w „Zielonej Grocie” łączy również inna misja, wypełniana pod przewodnictwem Dębiny. Przy tym wszystkim nie braknie i arcybiskupa gnieźnieńskiego Jakuba Świnki, znanego ze swojej dociekliwości bohatera, który przyjmując boską wolę sięgnie po tytułową niewidzialną koronę i zaszczytne miano interrexa. Do bijących rekordy popularności bohaterów dołączy cała rzesza nowych postaci, na czele z Vaclavem III, gotowym zjeść wszystko i w każdej ilości. Jeśli zatem macie ochotę na spotkanie z przeszłością, to wygospodarujcie kilka godzin, by wziąć udział w nietypowej lekcji historii.

Wszystko to, czego zabrakło w pierwszym tomie cyklu Odrodzone Królestwo autorka zamieściła w drugiej części przygód przedstawicieli

piastowskiej dynastii. Niewidzialna korona nie jest już opowieścią o Przemysle II. Tutaj prym wiedzie Władysław Łokietek i jego waleczne czyny podejmowane w obronie ojczyzny. I choć w drugim tomie tej trylogii Cherezińska nieco bardziej popuściła wodze fantazji, to nadal starała się dbać o to, by najważniejsze wydarzenia pozostawały w zgodzie z ich historycznym przekazem. Chyba właśnie dlatego kolejna książka tej autorki niczym nie ustępuje jej poprzedniczce i mimo rozległej objętości, zachęca nas do zapoznania się z historią Polski przełomu XIII i XIV wieku.

Wszystkich zainteresowanych Niewidzialną koroną zachęcam do zapoznania się z jej treścią i z czystym sercem polecam tę książkę każdemu, kto fascynuje się średniowieczną historią ziem polskich i pragnie poznać główne wydarzenia polityczne mające wpływ na ówczesne losy naszego kraju, a przy tym nie boi się spędzić czasu w towarzystwie swych słynnych praprzodków.

Ewa Kluska

historykon.pl/niewidzialna-korona-recenzja/

Krzysztof Cezary Buszman

Krzysztof Cezary Buszman – urodzony 17 lipca 1967 roku w Gdańsku – poeta, autor tekstów piosenek, podróżnik. Dzieciństwo i młodość spędził w Gdyni. W 1997 wyjechał do Wielkiej Brytanii, gdzie w maju 2000 w Londynie powołał do życia Agencję Promocji Kultury Polskiej. W październiku 2001 został przyjęty do Związku Pisarzy Polskich na Obczyźnie z siedzibą w Londynie, w 2002 zasiadł w jego zarządzie. Należy do Polskiego Stowarzyszenia Autorów Dziennikarzy i Tłumaczy w Europie z siedzibą w Paryżu. W 2005 powrócił do Polski gdzie wstąpił do Stowarzyszenia Autorów Polskich.

A BYŁO ...

Jesteś zachłannym wspomnieniem
Spowiedzią magicznych godzin
Które nad uczuć omdleniem
Zgubiły datę narodzin.

A byłeś zmysłów eureka
Nad rzeką sennych igraszek
Daleko płynąć dziś miła
By złowić znów szczęście nasze.

A byłeś złudzeń przepustką
Co ustom dały ich zwieźność
Przebudzę się, spojrzę w lustro
Ono nie kłamie na pewno -

Zobaczę w słonym odbiciu
Prawdę o życiu w swej twarzy
Że szczęścia trudno jest dotknąć
Że dużo łatwiej wymarzyć.

O mnie się nie martw – przeżyję
Wypiję za nasze zdrowie
A resztę o nas - już bez nas
Życie dopowie.

Byliśmy żrenic lazurem
Co wyrwał nas z chwil ponurych
Zmieniając w dotyk dwóch cieni
Co mogły przenosić góry.

Jesteśmy śmiechem bez echa
I drwiną słów bez pokrycia
I grzechem łez, których winą
Jest wiara w jaskrawość życia.

W kalendarz chwil nie odkrytych
Już świty się nam nie garna
A barwa naszej nadziei
Jest barwą czarną.



Paweł Szalaj

BOŻE CIAŁO

Chleba naszego prosimy codziennie
Tak przykazałeś modlić się nam
Chryste
Do Ojca Twego w Trójcy Jedynej
O pokarm dla nas na życie wieczyste

Idąc w procesji do czterech ołtarzy
Jak w cztery strony świata podróżując
Nie dbamy o to co się nam przydarzy
Hosanna Tobie Boże wyśpiewując

Chleba naszego powszedniego Panie
Niech nie zabraknie nam i naszym
wrogom
Bo skoro jesteś naszym
zmartwychwstaniem
Cóż nam wrogowie złego zrobić mogą

Bądź
pozdrowione
przeto Boże
Ciało
W dymie
kadzieli i
pszenicznym
kłosie
W złotej
monstrancji
w którejś
zamieszkało
I w naszym
ludzkim
niezbadanym
losie



DZIĘKCZYNIENIE

Jak Ci dziękować Panie za Twą dobroć
wszelką

Którą nam darowujesz mimo naszej
winy

Jaką pieśnią wyśpiewać Twoją miłość
wielką

Skoro nawet śpiewając tak często
grzeszymy

Bądź tedy uwielbiony w naszych
polskich świętych

We krwi co nie szczędzili głosząc
Twoją chwałę

Ojcie wszego stworzenia zmysłem
niepojęty

Tobie z chórem Aniołów śpiewa żywion
cały

Łączymy nasze głosy do anielskich
pieni

Za polskiego papieża dziękując w
pokorze

Wierząc że znów przyniesie Ducha co
odmieni

Oblicze Polskiej Ziemi -
Wszechmogący Boże

Monsignor Bojnowski Manor



5 Star Rating
for Overall Quality Care
by Nursing Home Compare
www.medicare.gov

poziom naszego serwisu
oceniany jest na 5 gwiazdek
który możesz sprawdzić na

www.medicare.gov

- * wykwalifikowany personel medyczny 24 godziny na dobę
- * fizykoterapia oraz inne terapie dla pacjentów
- * programy socjalne i terapeutyczne
- * hospicjum
- * piękne wnętrza
- * pomoc w przygotowaniu pacjentów na powrót do domu
- * koordynacja serwisów po powrocie do domu
- * możliwość tymczasowej opieki nad pacjentem
- * serwis klerykalny
- * **rehabilitacja krótkoterminowa**
- * **serwis terapeutyczny przez 7 dni w tygodniu**

Akceptujemy: Medicare, Medicaid, Blue Cross,
Connecticare and Aetna Insurances.

tel. 860-229-0336

50 Pulaski St, New Britain, CT 06053

A & M Chiropractic, LLC



Leczenie Nieinwazyjne

- Dyskopatii
- Bóli głowy
- Rwy kulszowej
- Zapalenia mięśni i stawów
- Urazów powypadkowych
- Urazów w pracy (Worker's compensation)
- Kontuzji o urazów sportowych
- Wad postawy u dzieci
- Bóli kręgosłupa w czasie ciąży

*Bezpłatna
Konsultacja*

**Dr. Anita
& Dr. Maciek
Kolodziejczak**

**160 West Street, Ste C
Cromwell, CT 06416**

www.amchiro.com



**Lekarze wraz z personelem
mówią w języku polskim**

**Akceptujemy większość ubezpieczeń medycznych
jak również oferujemy dogodny plan płatności**

860 - 398 - 5420

OGŁOSZENIA

Usługi

HIGHLANDER TREE SERVICE - polska firma oferuje Polonii usługi wycinania drzew (\$50 zniżki do \$1000 i \$100 powyżej \$1000 z tym ogłoszeniem) ZENEK 203-922-8803. Shelton, posiadamy licencje i ubezpieczenie.

Międzynarodowe Prawo Jazdy, Drive International LLC, PO Box 1200, New Britain, CT 06050. Info tel. 860-299-5153.

Drożność rur kanalizacyjnych oraz sprawdzanie kamerą stanu w jakim się one znajdują. Marek, dzwonić na numer 860-331-1866

Malowanie wewnątrz, zewnątrz, mycie domów, ściąganie tapet, szpachlowanie sufitów oraz małe naprawy (stolarstwo, malarstwo) Stanisław tel. 860-518-5826.

OGŁOSZENIA

Inne

Doświadczona, ciepła kobieta w średnim wieku zaopiekuje się osobą starszą przez 5 dni w tygodniu. tel. 475-988-5690

Szukam pracy do opieki osoby starszej na 4 dni w tygodniu od poniedziałku do czwartku tel. 203 521 1316

Poznam Pana do lat 75 w celu towarzyskim. tel. 860 517 6885

Rodzina Radia Maryja organizuje pielgrzymkę do Amerykańskiej Częstochowy 2go lipca. Więcej informacji tel. 860 515 4777

Sprzedam

Volvo 2007 po kapitalnym remoncie, **silnik Kumis** oraz **Trailer 2017** z Pracą. tel.203-924-9833

Sprzedam łóżko szpitalne firmy Hill Room, Total Care Sport. Niska cena. Tel. 860 402 4244

POLONIJNE PROGRAMY RADIOWE

VOICE OF POLAND w każdą niedzielę od 9:30 do 10:00, WRYM, 840 AM. Polska muzyka, kącik poezji, aktualności, kącik porad i inne bieżące wiadomości. Kontakt Teresa Borowski, 860-229-6470.

POLSKA W MUZYCE I PIEŚNI W każdą niedzielę w godzinach 10.00-12.00 na falach FM 88.7 i na internecie na stronie www.wnhu.org.

OGŁOSZENIA za \$2

max 15 wyrazów

Sprzedam, kupię, oferuję pracę, szukam pracy, do wynajęcia, usługi, inne

Wypełniony kupon proszę przesłać na adres:

Polonia Publishing, PO Box 563, Oxford, CT 06478

z załączonym czekiem wystawionym na Polonia Publishing.

Tekst:

.....
.....

Ilość wydań _____ Łączna opłata _____ (\$2 za każde wydanie)

Do informacji redakcji:

Imię i nazwisko _____

Adres _____ Tel. _____

**POLONIA – Dwutygodnik
Społeczno - Kulturalny**

adres: P.O. Box 563, Oxford, CT 06478

tel./fax: (203) 881-1962

email: Poloniakaz@aol.com

web: Polonia-news.cba.pl

REDAKCJA:

Kazimierz Kochanowicz - wydawca, redaktor naczelny, Alina Zawojski - redaktor wydania, Alicja Kochanowicz - opracowanie graficzne, Andrzej Więciorkowski - redaktor, ogłoszenia, reklamy, Zofia Więciorkowska - redaktor, Maciej Kochanowicz - web designer

WSPÓŁPRACUJĄ:

Wioletta Jusiński, Izabela Pardo-Malecka, Anna Czop, Jacek Zawojski, O. Marcin Cwierz, Kazimiera Ferenc

Nie zamówionych materiałów redakcja nie zwraca. Zastrzega sobie również prawo skracania i opracowania tekstów niezamówionych. Za treść i język tekstów redakcja nie ponosi odpowiedzialności. Przedruk bez zezwolenia wzbroniony.
© 2009 Polonia Publishing, LLC

Czy Twoje OSZCZĘDNOŚCI EMERYTALNE są bezpieczne i dobrze zarządzane? Czy jesteś gotowy na emeryturę?



BEZPŁATNA POMOC I EDUKACJA
w zakresie Medicare i planowania finansowego oraz wsparcie przy podejmowaniu ważnych decyzji emerytalnych.

Aleksandra Mróz
licencjonowany specjalista ubezpieczeń medycznych i na życie w stanach: CT, MA, RI
Tel. 860-997-3054
185 Silas Deane Hwy. Wethersfield, CT 06109

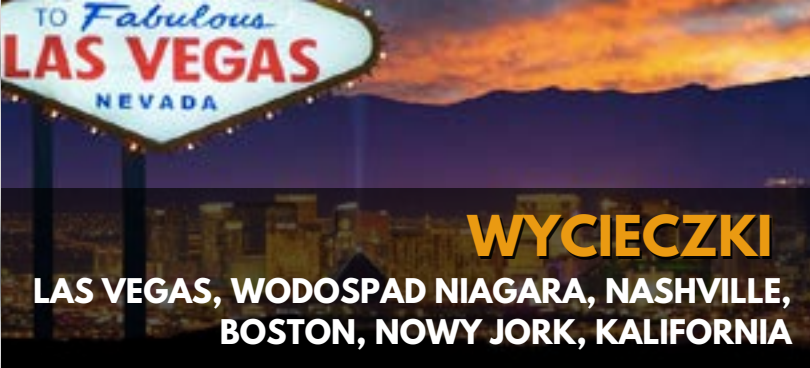
401K
IRA
ANNUITY



TRANSPORT NA LOTNISKACH
Lotniska: JFK, Logan, Newark, Bradley



WYSYŁKA PACZEK
Prosto z naszego biura do Polski



WYCIECZKI
LAS VEGAS, WODOSPAD NIAGARA, NASHVILLE, BOSTON, NOWY JORK, KALIFORNIA



MIENIE PRZESIEDLEŃCZE
Wysyłamy samochody, quady, skutery, mienie przesiedleńcze



ODNAWIANIE PASZPORTÓW
Pomagamy we wszystkich formalnościach



WYSYŁKA PIENIĘDZY
Prosto z naszego biura do Twoich najbliższych



LUXE RIDE
TRAVEL AGENCY

Nasz adres:
40 BROAD ST,
NEW BRITAIN,
CONNECTICUT

Nasze numery telefonów:
(860)922 1210
(860)924 0913
(860)357 3023

Nasza strona:



luxerideenterprise.com

luxerideenterprise.com

MoneyGram

MEDICARE

UBEZPIECZENIA ZDROWOTNE DLA SENIORÓW

- pomoc w zapisaniu się na Medicare
- pomoc w wyborze właściwego planu Medicare
- pomoc w sprawdzeniu Twoich kwalifikacji na zapomogę, która może pomóc płacić za Twoje ubezpieczenie i pokryć koszty lekarstw
- porady finansowe: IRA, 401K, ANNUITY, ROTH IRA itp.
- pomoc w zapisaniu się na "Obama Care" - ACCESS HEALTH
- plany Medicaid dla osób w domach opieki seniorów
- ubezpieczenia na życie
- NOTARIUSZ PUBLICZNY

Osoby z niskimi dochodami, które otrzymują ze stanu (Gray Card), właśnie teraz mają okazję skorzystania z planu, który pokrywa usługi dentystyczne okulistyczne, koszty dojazdu do lekarza, koszty kupna aparatów słuchowych, pomaga sfinansować zakupy produktów spożywczych i medycznych, które nie wymagają recepty.

Chroń i powiększaj swoje oszczędności zaczynając od 5% rocznej stopy procentowej. Nie zwlekaj z podjęciem decyzji. Zadzwoń do nas już dziś! Stawki mogą już wkrótce ulec zmianie.

LIMIT MIESIĘCZNYCH DOCHODÓW, ABY KWALIFIKOWAĆ SIĘ NA POMOC STANOWĄ		
QMB	1 osoba małżeństwo	\$2,564.00 miesięcznie \$3,467.00 miesięcznie
SLMB	1 osoba małżeństwo	\$2,807.00 miesięcznie \$3,797.00 miesięcznie
ALMB	1 osoba małżeństwo	\$2,989.00 miesięcznie \$4,043.00 miesięcznie

195 WEST MAIN STREET, NEW BRITAIN CT 06052
360 N MAIN ST, SUITE 5, SOUTHTON CT 06489

WEBSITE: RAYMONDSENIORPLANNING.COM
EMAIL: RAYMONDSENIORPLANNING@GMAIL.COM

We do not offer every plan available in your area. Any information we provide is limited to those plans we do offer in your area. Please contact Medicare.gov or 1-800-MEDICARE to get information on all of your options



**BEATA
RAYMOND**

**LICENCJONOWANA
AGENTKA NA
STANY:
CT, MA, FL**



**GODZINY PRACY
BIURA NEW BRITAIN
PON-PT 9AM-4PM
SOBOTA 9AM-12AM (CO DRUGĄ)**

(203) 699-2611