



## WYCIECZKI Z MARION

reklamę znajdziesz na stronie 3

**80.** ROCZNICA  
WYBUCHU  
POWSTANIA  
WARSZAWSKIEGO



### „Chcieliśmy być wolni i wolność sobie zawdzięczać”\*

– kilka faktów o powstaniu warszawskim

Powstanie Warszawskie to jedno z najlepiej opisanych i opracowanych wydarzeń w dziejach naszego kraju. Pomimo, że od kilku lat o Powstaniu Warszawskim mówi się wiele, wciąż zapewne niektóre fakty nie są powszechnie znane. Co o Powstaniu Warszawskim wiedzieć trzeba?

Powstanie Warszawskie to największa bitwa miejska w dziejach Polski. Rozpoczęło się 1 sierpnia 1944 roku i trwało 63 dni.

#### Kilkanaście najważniejszych i najciekawszych faktów:

- Powstanie Warszawskie wybuchło 1 sierpnia 1944 roku w godzinie „W”, czyli o 17:00, jednak do pierwszych starć doszło już o godzinie 13:50 na Żoliborzu, gdzie żołnierze Zdzisława Sierpińskiego transportujący broń dla oddziału Zgrupowania „Żniwiarz” wdali się w potyczkę z niemieckim patrolem. Na Woli i w Śródmieściu Północnym walki rozpoczęły się około godziny 16:00.

- W Powstaniu Warszawskim walczyło około 45-50 tysięcy Polaków. Przeciwko nim stanęło, w kulminacyjnym momencie, 50 tysięcy Niemców. Polacy nie mieli jednak większych szans – byli słabo uzbrojeni. W broń palną

wyposażonych było niespełna 10 procent wszystkich Powstańców. Niemcy mieli do dyspozycji każdy rodzaj broni, łącznie z bronią pancerną i artylerią.

- Całością sił powstańczych dowodził Antoni Chruściel ps. „Monter”. Jego sztab znajdował się w gmachu PKO w Śródmieściu.

- 8 sierpnia uruchomiono w Warszawie radiostację „Błyskawica”, która nadawała do 4 października. Każdego dnia podczas audycji informowano o wydarzeniach ze świata, postępach w walkach powstańczych, a nawet prezentowano program artystyczny.

- 5 sierpnia rozpoczęła się Rzeź Woli. W ciągu kilku dni Niemcy wymordowali nawet 65 tysięcy cywilów. Rzeź dowodził SS-Gruppenführer Heinz Reinefarth, nazwany później katem Woli.

- Jednym z najważniejszych miejsc w powstańczej Warszawie było przejście przez Aleje Jerozolimskie łączące północną i południową część miasta. Pomimo ciągłego ostrzału, udało się je utrzymać do końca Powstania.

ciąg dalszy na str. 2

## AK AUTO LLC

Sprzedż samochodów  
Całkowita blacharka  
samochodowa  
Naprawy ogólne  
Szyby do samochodów

Telefon (860)827-0095  
Cell (860)490-3158  
Fax (860)225-7005  
akauto71@gmail.com



71 South Street  
New Britain, CT



AK Auto

WŁAŚCICIEL  
**ANDRZEJ KASICA**

# „Chcieliśmy być wolni i wolność sobie zawdzięczać”\* – kilka faktów o powstaniu warszawskim

ciąg dalszy ze str. 1

- Złapani przez Powstańców SS-mani i volksdeutsche nie mogli liczyć na żadną litość. Inaczej wyglądała sytuacja żołnierzy Wehrmachtu, których brano do niewoli jako jeńców, karmiono i dobrze traktowano.

- W całej Warszawie ostała się podobno w czasie Powstania Warszawskiego tylko jedna krowa. Była to krowa „specjalnego przeznaczenia”. Dzięki niej noworodki i niemowlęta miały zapewnione mleko. Niestety, nawet mimo to, wiele małych dzieci poniosło najwyższą cenę i zginęło pod gruzami bombradowanej, a później burzonej Warszawy.

- Do ostrzału Warszawy Niemcy używali najcięższego sprzętu. Był to m.in. 124-tonowy moździerz kalibru



„Kubuś” zbudowany w niespełna dwa tygodnie na bazie podwozia z ciężarowego Chevroleta. Powstał on w warsztacie samochodowym na rogu ulic Tamka i Topiel. Był prowizorycznym transporterem opancerzonym wyposażonym w miotacz ognia i karabin maszynowy.

- Powstanie Warszawskie zakończyło się 3 października 1944 roku po 63 dniach. W nocy z 2 na 3 października w Ożarowie podpisano układ o zaprzestaniu działań wojennych w Warszawie.

- Wielu ludzi, którzy wyszli z Warszawy po upadku Powstania, trafiło do niemieckiego obozu Dulag 121 w Pruszkowie (Durchgangslager 121), skąd Niemcy wywozili ich w różne części Polski lub do innych obozów, w tym obozów koncentracyjnych.

- W Powstaniu Warszawskim zginęło nawet 200 tysięcy osób, z czego zdecydowaną większość stanowili cywile.

\* Słowa te wypowiedział wicepremier polskiego rządu Jan Stanisław Jankowski 1 września 1944 roku, a więc dokładnie w piątą rocznicę wybuchu II wojny światowej. Padły one w sercu Warszawy, o którą od miesiąca walczyli Powstańcy.

[www.historia.dorzeczy.pl](http://www.historia.dorzeczy.pl)



- Dzieci brały udział w Powstaniu Warszawskim – głównie jednak roznosiły pocztę, gazety czy środki sanitarne. Choć w zbiorowej świadomości zapisał się obraz dziecka walczącego z karabinem w rękę, jest w tym więcej legendy niż prawdy.

- Powstańcy także dysponowali bronią pancerną, głównie tą, którą zdobyli od Niemców (m.in. słynny czołg typu „Panther” ochrzczony jako „Szary Wilk”). Na ich wyposażeniu był też wóz bojowy

600 mm Karl-Gerät 040 nazywany „Ziu”, który wystrzeliwał pociski o wadze ponad 2 ton. Regularne bombardowania przeprowadzały także bombowce Junkers Ju 87 Stuka tzw. „sztukasy”.

- Do dziś nie do końca wiadomo, kto odpowiada za podjęcie decyzji o wybuchu Powstania Warszawskiego. Powszechnie wskazuje się na Tadeusza „Bora” Komorowskiego, lecz niewykluczone, że dążył do tego także premier Stanisław Mikołajczyk, który uważał Powstanie za dobrą kartę przetargową w negocjacjach ze Stalinem.

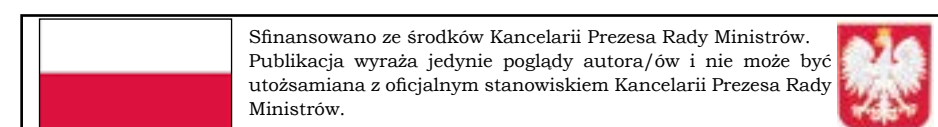
- Jednym z największych osiągnięć Powstańców było zdobycie PAST-y. Stało się to w nocy z 19 na 20 sierpnia. Powstańcom batalionu „Kiliński” udało się zdobyć ośmiopiętrowy gmach, czyli wieżowiec Polskiej Akcyjnej Spółki Telefonicznej.

- Szare Szeregi, czyli Harcerze brali czynny udział w Powstaniu Warszawskim. Nie tylko walczyli z bronią w rękę, ale także pracowali jako sanitariusze czy organizowali Harcerską Poczta. Zaczęła ona działać 6 sierpnia.

- Niezwykle znaczenie dla Powstańców miały kanały. Ewakuowano tamtędy cywilów i żołnierzy, przeprowadzono zasadzki na Niemców, przenoszono pocztę. Trasy w kanałach miały aż 25 kilometrów długości. Nie wszyscy wyprawy te wytrzymywali jednak fizycznie i psychicznie. Wielu ludzi zginęło w kanałach z powodu ataków Niemców, którzy wrzucali do środka np. granaty, albo też w wyniku stratowania przez przerażony tłum.

- Od 4 sierpnia alianci organizowali nad Warszawą zrzuty zaopatrzenia. Tylko (około) 25 procent, z 230 ton pomocy, trafiło do Powstańców; reszta dostała się w ręce Niemców. Alianci przeprowadzili nad Warszawą łącznie 300 lotów. Niemcy zestrzelili około 40 samolotów. Starając się pomóc Powstańcom, życie

- Do legendy wśród Powstańców przeszła tzw. „zupka-pluj”, to znaczy zupa przyrządzona z nieoczyszczonego owsa (tylko takim dysponowano). W czasie jedzenia należało wypluwać znajdujące się w zupie plewy – stąd nazwa. straciło ponad 200 pilotów różnych narodowości.





## Owens, Schine, & Nicola, P.C.

Legal Services Since 1928

KONSULTACJA SPRAWY  
**BEZPŁATNA**

Ponad 20 lat  
doświadczenia

OBRAŻENIA CIAŁA

Wypadki samochodowe  
Upadki i poślizgnięcia  
Pogryzienia 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  
(203) 375 0600

# „Powstanie Warszawskie w kulturze. Walka o walność i honor czy trauma i mit martyrologii narodowej?”

Powstanie Warszawskie lata 1944 roku bez zaprzeczenia jest wydarzeniem, które w historii Polski zapisało się wielkimi literami na zawsze. Zapisało się bardzo głęboko w duszach i pamięci Polaków oraz mentalności naszego narodu. Oczywiście było ono heroicznym wystąpieniem narodowym przeciwko okupantowi nazistowskiemu, który to pragnął zniewolenia Polaków oraz zniszczenia polskiej stolicy.

Przez wydarzenia, które składały się na przebieg zbrojnego wystąpienia ludności Warszawy, zostało ono zapamiętane dokładnie, co do dnia, oraz jest do teraz symbolem odwagi. Dlatego też pewnie tak silnie wrosło także w polską kulturę. Przykładem społecznym jest na pewno powszechna pamięć oraz dosyć huczne obchody każdej rocznicy. Sławetna „godzina W” jest znana wszystkim, chyba nie ma Polaka, który by nie znał tej umownej godziny początku tego powstania. Każdy też na pewno wie, jak mocną uwagę kładzie się na nie także na lekcjach historii. Do teraz



jest wspomniane i gloryfikowane, a także obecne w kulturze samej, jako inspiracja artystyczna (np. album zespołu Lao Che „Powstanie Warszawskie”).

Lecz czy należy to wydarzenie tak wychwalać i bez żadnej refleksji stwierdzać, że było konieczne? Patrząc na straty, przebieg, osiągnięte sukcesy, skutki pozostałe oraz przygotowanie

ciężko stwierdzić, żeby było ono heroiczne. Bo czy heroizmem można nazwać rzucanie się na nowoczesną broń pancerną bez żadnego przygotowania, z samym karabinem i koktajlem mołotowa? Oceniając sens powstania trzeba spojrzeć na dwa aspekty: przygotowanie, imperatyw, szanse oraz skutki (polityczne, narodowe i ofiary).

Założeniem Powstania Warszawskiego było wykonanie części planu operacyjnego AK „Burza”. Był ono planem zakładającym wyzwolenie najważniejszych miast i rejonów Polski przedwojennej w czasie ewakuacji niemieckiej, a jeszcze przed wkroczeniem Armii Czerwonej. Oczywiście na początku można już się zastanowić, czy miało to sens, żeby wyzwalać miasta, a jeszcze potem mieć nadzieję, że władze ZSRR uznają wtedy te terytoria za pełnoprawnie polskie. Było to złudne. Najbardziej dosadna właśnie była akcja „Ostra brama”, która miała za zadanie wyzwolenie Wilna. Udało się, lecz zaraz potem wszystkich bojowników AK, NKWD rozbroiło i zapakowało w pociągi z kierunkiem na wschód. Więc skąd po tym pomysł, że trzeba tak zrobić z Warszawą?

Z początku decyzja o wybuchu powstania nie była pewna, dowództwo AK podzieliło się w zdaniu, czy warto pogrążyć Warszawę i jej ludność w partyzanckich wręcz walkach ulicznych. Tadeusz „Bór” Komorowski, ówczesny dowódca naczelny AK nie miał w pełni wyklarowanego zdania, lecz optował za wystąpieniem przeciwko okupantom. Zaś przybyły zaraz przed powstaniem Leopold Okulicki był z początku przeciwnikiem, lecz później, nie wiadomo dokładnie do teraz, z jakiegoś powodu przekonał resztę dowództwa do powstania, na fali polskiego honoru i pytania „Co powie o nas historia?”.

Zadecydowano, Warszawa miała stanąć w ogniu walki z okupantem. Lecz jakie było przygotowanie? Parafrazując Wojciecha Drewniaka z kanału „Historia bez Cenzury”, gdybyśmy mieli się bić na pięści to pewnie by się udało, ale to była już era karabinów i broni pancernej, i samolotów. Już od początku było wiadomo, że nie wszyscy powstańcy dostaną broń, a też będą problemy z żywnością. Wszystko się opierało głównie na nadziei słabości niemieckiej, wkroczenia i ostrzału Armii Czerwonej oraz wsparciu aliantów zachodnich. Lecz tak jak we wrześniu 1939 „zderzyliśmy się ze ścianą”.

Pierwsze dni powstania były całkiem udane. Zaskoczeni Niemcy się wycofywali, kolejne dzielnice były wyzwolane, a „walec” wojskowy ZSRR miał się przedrzeć przez Wisłę. Niestety po pierwszym tygodniu walki zaczęły przybierać charakter wręcz desperacki. Naziści sprowadzili sprzęt ciężki i miotacze ognia, armia sowiecka zatrzymała się na Wisłę, a zaopatrzenie z zachodu przychodziło rzadko i z marnym skutkiem, jeśli chodzi o zrzuć zaopatrzenia z samolotów (i tak 1/3 trafiła w ręce niemieckie). Kolejne 1,5 miesiąca, było już po prostu próbami desperackiej obrony powstańców oraz mordowaniem ludności cywilnej i niszczeniem stolicy przez Wehrmacht.

Więc jakie były skutki? W skrócie mówiąc, tysiące ofiar cywilnych, zniszczona doszczętnie stolica, trauma mieszkańców i rodzin oraz żadnych zysków politycznych. Powstanie Warszawskie przyniosło jedynie traumę uczestnikom i mieszkańcom miasta, w których rodzinach do teraz się mówi o niewyobrażalnym głodzie i mordowaniu cywili. Przyniosło zniszczenie stolicy w 90%, która mogłaby zostać ocalona poprzez mniejsze działania partyzanckie czy też dywersyjne. Ale przede wszystkim przyniosło falę migracji z Warszawy i tysiące ofiar cywilnych w takich wydarzeniach, jak chociażby rzeź Woli. Tym samym można się zawsze zastanawiać, co naprawdę chciano osiągnąć. Najczęściej się mówi o chociaż chwilowym poczuciu wolności i tego, że jest się niepodległym Polakiem. Jednakże nie jest to usprawiedliwienie dla czynu, który doprowadził w dużej mierze do ostatecznego zniszczenia Warszawy i pozostawienia złudnych nadziei oraz traumy narodowej.

Michał Węglarz

## WYCIECZKI z MARION

**11 sierpnia (Niedziela) New York (Manhattan) . . . . . \$99.00**

**W programie:** Central Park, 5th Aleja, Statuę Wolności, Broadway, Time Square, Empire State Building, Chinatown (Canal St.) (911 Memorial) Rockefeller Center, Trump Tower, Katedra Św.Patryka

**Wyjazd z New Britain 8:00am**

**18/19 sierpnia (Niedziela-Poniedziałek) Niagara Falls.....\$385.00**  
Hotel on American Side

**We will also cross over to the Canadian Side to see the falls.**

**W programie:** Autokar, Hotel, Wjazd na wieżę obserwacyjną, zwiedzanie Niagary w dzień i w nocy. Wycieczka statkiem pod wodospad. Podróż wagonikami po Koziej Wyspie, przejście w płaszczach pod wodospadem. Następnego dnia w hotelu, serwowane będzie darmowe śniadanie.

**Wyjazd z New Britain 7:30am**

**Washington D.C All tours to Washington D.C. have been cancelled due to the violent protests that are shown on TV taking place by the Monuments.**

**1 września Niedziela Atlantic City (Labor Day Weekend)..... \$79.00**

**57 passenger bus with toilet from Dattco**  
**Bonus - \$20.00 Slot Play and \$20.00 Food coupon**

Możesz pospacerować po nadmorskiej promenadzie 'Boardwalk' odwiedzić jedno z oryginalnie zaprojektowanych kasyn, przejść się po przepięknej plaży, zrobić zakupy w licznych sklepach, możesz wspaniale spędzić czas.

**New Britain 5:30am, Bristol 5:45am, Waterbury 6:00am**

### BILETY KUPISZ

**New Britain - Agnieszka - Everest Travel (Polish)**

**213 Broad St. (860) 223-0142**

**Irena - Polish - (860) 502-4439**

**Marion - English Only - Cell (860) 620-7126**

## Dziennikarz pisał o trzeciej córce Władimira Putina. Teraz jest na celowniku Kremla



Andriej Zacharow, rosyjski dziennikarz śledczy

Andriej Zacharow został wpisany na listę osób poszukiwanych przez rosyjskie Ministerstwo Spraw Wewnętrznych - podał niezależny portal Mediazona. W przeszłości dziennikarz pisał między innymi o rosyjskiej ingerencji w amerykańskie wybory prezydenckie. Przeprowadził również śledztwo dotyczące domniemanej nieślubnej córki Władimira Putina.

Rosyjskie Ministerstwo Spraw Wewnętrznych umieściło dziennikarza śledczego Andrieja Zacharowa na liście osób poszukiwanych - przekazał opozycyjny portal informacyjny Mediazona. Dane resortu nie podają dokładnych informacji o stawianych mu zarzutach. Media przypominają jednak, że wcześniej przeciwko dziennikarzowi wszczęto sprawę karną o „uchylanie się od obowiązków zagranicznego agenta”. Powodem oskarżenia miały być posty opublikowane przez Zacharowa na Telegramie.

Jak przypomina portal The Moscow Times, Zacharow został uznany za „zagranicznego agenta” w październiku 2021 roku. Dwa miesiące później opuścił Rosję. W 2023 roku został dwukrotnie zaocznie pociągnięty do odpowiedzialności administracyjnej za dystrybuowanie materiałów bez oznaczenia „zagraniczny agent”. W czerwcu bieżącego roku został w związku z tym ukarany grzywną w wysokości 40 tys. rubli.

Informacje o toczącym się postępowaniu trafiły do mediów 19 kwietnia tego roku, kiedy rosyjskie służby przeprowadziły przeszukanie mieszkania niezależnej dziennikarki Ksenii Kloczkowej w Petersburgu. Służby bezpieczeństwa uzasadniły, że może ona znać Zacharowa i posiadać dowody w toczącej się sprawie karnej

Zacharow pracował wcześniej dla portalu informacyjnego Fontanka oraz jako specjalny korespondent BBC. Pisał między innymi o zaangażowaniu rosyjskich służb w wybory prezydenckie w USA w 2016 roku oraz o działaniach prowadzonych przez Kreml w ramach wojny informacyjnej, w tym o tzw. farmach trolli. Szerokim echem odbiło się również śledztwo dziennikarskie dla portalu Projekt poświęcone postaci Luisy Rozowej, młodej kobiety, mającej być rzekomo córką z romansu Władimira Putina ze Swietlaną Kriwonogich.

Poszlakami wskazującymi na więzy pokrewieństwa z Putinem ma być

między innymi ogromne podobieństwo kobiety do prezydenta Rosji oraz informacja, że jej ojciec miał na imię Władimir. Podejrzenia dziennikarzy wzbudził również fakt, że po urodzeniu córki Kriwonogich, niegdyś prosta sprzątaczką żyjącą w mieszkaniu komunalnym, błyskawicznie się wzbogaciła. Obecnie jest współwłaścicielką Banku Rossija, a jej majątek wyceniany jest na ponad 7,7 miliarda rubli.

## Ukraina wstrzymała rosyjską ropę. Węgry mają problem



Premier Węgier Viktor Orbán

Ukraina rozszerzyła sankcje wobec Łukoil, przez co dostawy rosyjskiej ropy na Węgry zostały wstrzymane. „Pracujemy nad rozwiązaniem” — powiedział minister spraw zagranicznych Węgier po spotkaniu z Siergiejem Ławrowem.

Rosyjski gigant energetyczny Łukoil zaprzestał transportu ropy na Węgry od końca czerwca 2024 r. po przedłużeniu sankcji wobec niego przez Radę Bezpieczeństwa Narodowego i Obrony Ukrainy.

Łukoil objęty był sankcjami przez Ukrainę od 2018 r., choć o ograniczonym charakterze, obejmującymi jedynie wycofanie kapitału, ograniczenia w handlu oraz zakazy angażowania się w prywatyzację lub dzierżawę majątku państwowego. W czerwcu 2024 r. Ukraina znacznie je rozszerzyła, dodając m.in. zakaz tranzytu.

„Na Ukrainie istnieje obecnie sytuacja prawna, w związku z czym Łukoil nie realizuje dostaw na Węgry. Teraz pracujemy nad rozwiązaniem prawnym” — powiedział dziennikarzom minister spraw zagranicznych Węgier Péter Szijjártó po spotkaniu ze swoim rosyjskim odpowiednikiem Siergiejem Ławrowem.

Rosyjskie dostawy stanowią obecnie dwie trzecie całej ropy dostarczanej węgierskiemu koncernowi Mol.

2 grudnia 2022 r. MOL wszedł na polski rynek dzięki finalizacji transakcji z PKN Orlen i Grupą Lotos, w wyniku której grupa przejęła ponad 400 stacji działających pod marką Lotos.

## Polka utrzymała stanowisko. Parlament Europejski zdecydował

Parlament Europejski wybrał nowych wiceprzewodniczących. Wśród nich znalazła się Ewa Kopacz. Oznacza to, że była premier utrzymała stanowisko, które sprawuje od 2019 roku. Kopacz nie była niejedyną kandydatką z Polski. O funkcję wiceprzewodniczącej walczyła również Ewa Zajączkowska-Hernik z Konfederacji.

17 lipca w głosowaniu wyłonionych zostanie 14 wiceprzewodniczących



PE. Ewa Kopacz utrzymała swoje stanowisko już w pierwszej turze. Była szefowa polskiego rządu otrzymała 572 głosy, co było drugim najwyższym wynikiem w serii głosowań.

W pierwszej turze udało się wyłonić 11 z 14 wiceprzewodniczących. Są to: Sabine Verheyen (604 głosy), Ewa Kopacz (572 głosy), Esteban Gonzales Pons (478 głosów), Katarina Barley (450 głosów), Pina Picierino (405 głosów), Victor Negrescu (394 głosy), Martin Hojsik (393 głosy), Christen Schaldemose (378 głosów), Javi Lopez (371 głosy), Sophie Wilmes (371 głosy), Nicolae Stefanuta (347 głosów).

W kolejnym głosowaniu brakujące wakaty objęli: Roberta Zila (490 głosów), Antonella Sberna (314 głosów) i Younous Omarjee (311 głosów).

Parlament Europejski. Wybór wiceprzewodniczących. Ewa Zajączkowska-Hernik jedną z kandydatek

Wśród 17 zgłoszonych kandydatów znalazła się także Ewa Zajączkowska-Hernik z Konfederacji, reprezentująca Europę Narodów Suwerennych, której przewodniczy Alternatywa dla Niemiec (AfD). Europarlamentarzystka w pierwszej turze otrzymała 102 głosy. W drugiej turze zagłosowało na nią 46 osób.

Przewodniczącą PE została Roberta Metsola, która już w pierwszym głosowaniu uzyskała bezwzględną większość. Kandydatka z ramienia Europejskiej Partii Ludowej (EPL) zebrała 562 głosy.

## Lekarka ostrzega. Nigdy nie zje tego produktu



Lekarka ostrzega. Nigdy nie zje tego produktu

Naukowcy i lekarze najlepiej wiedzą, jak dbać o zdrowie. Jeden z nich ujawnia, jakiej przekąski nigdy nie zje, choć wiele osób sięga po nią regularnie. Gastroenterolog wskazuje, że pozornie zdrowa przekąska ma puste kalorie, jest wysokoprzetworzona i zawiera zbędne dodatki, w tym cukier.

British Heart Foundation (BHF)

zaznacza, że większość osób spożywa więcej białka niż potrzebuje. Dietetyczka Tracy Parker z BHF podkreśla, że większość dorosłych potrzebuje każdego dnia od 1-2,5 g białka na 1 kg masy ciała.

Dr Harmony Allison - gastroenterolog z Tufts Medical Center - wskazuje, że nigdy nie sięga po jedną przekąskę, czyli batony białkowe.

Ekspertka wyjaśnia, że wiele osób uważa, że jest zdrowa, choć w rzeczywistości to wysokoprzetworzona, pełna zbędnych dodatków np. cukru, bomba pustych kalorii.

Zamiast tego radzi, by sięgać po zdrowsze źródła białka, takie jak groszek, fasola, soczewica, masło orzechowe, pestki dyni czy orzechy.

Białko jest niezwykle istotnym elementem zdrowej diety. Wpływa na funkcjonowanie całego organizmu i ma znaczenie m.in. dla produkcji hormonów, budowy mięśni, krzepnięcia krwi.

Głównym źródłem tego makroelementu w diecie większości osób na świecie jest białko pochodzenia zwierzęcego.

Dietetyczka UCLA Dany Hunnes podkreśla, że dla funkcjonowania organizmu nie ma znaczenia pochodzenia białka.

- Jednak dane pokazują, że spożywanie mniejszej liczby produktów pochodzenia zwierzęcego i większej ilości białka roślinnego wiąże się ze zwiększoną długowiecznością oraz zmniejszoną zachorowalnością - wskazuje ekspertka.

Co daje białko roślinne?

American Heart Association podaje, że spożywanie mniejszej ilości mięsa zmniejsza ryzyko wielu schorzeń w tym:

- chorób serca,
- nadciśnienia tętniczego,
- otyłości,
- udaru mózgu,
- cukrzycy typu 2

Co więcej, błonnik zawarty w produktach roślinnych wspiera dobre bakterie w jelitach.

I choć nie trzeba od razu rezygnować z mięsa w diecie, warto ograniczyć spożycie niektórych rodzajów na korzyść produktów roślinnych - bogatych w białko.

- Białka zwierzęce, które znajdziemy zwłaszcza w czerwonym i przetworzonym mięsie, są powiązane ze stanami zapalnymi - ostrzega dr Hunnes z UCLA.

Źródło: Interia, [zywnie.abczdrowie.pl](https://www.abczdrowie.pl), [Business Insider Polska](https://www.businessinsider.com), [Gazeta.pl](https://www.gazeta.pl)

Opracował Andrzej Więciorkowski

## Nowa posada Krawca. Gigantyczne zarobki byłego prezesa Orlenu

Były prezes Orlenu Jacek Krawiec został powołany na stanowisko przewodniczącego rady dyrektorów PGNiG Upstream Norway, spółki należącej do Grupy Orlen.

PGNiG Upstream Norway to spółka naftowo-gazowa z siedzibą główną w Stavanger w Norwegii. Jedynym właścicielem jest Orlen.

„Najważniejszym celem strategicznym PGNiG Upstream Norway jest zapewnienie nieprzerwanych dostaw gazu dla Grupy Orlen. Wierzymy, że cel ten można osiągnąć poprzez stabilną i zdywersyfikowaną produkcję węglowodorów z Norweskiego Szelfu Kontynentalnego” – czytamy na stronie internetowej spółki.

Jacek Krawiec został powołany na stanowisko przewodniczącego rady dyrektorów spółki PGNiG Upstream Norway. Informację jako pierwsza przekazała 23 lipca Telewizja Republika. Krawiec „zarobi około 100 tys. złotych brutto samej podstawy, nie mówiąc o różnych dodatkowych przywilejach i premiach”.

Do sprawy odniósł się rzecznik Orlenu. „Jacek Krawiec nie jest prezesem spółki PGNiG Upstream Norway. Został szefem Rady Dyrektorów tej spółki, czyli odpowiedzialnym Radą Nadzorczej. Nieprawdą jest, że zarobi 100 tys. zł miesięcznie” – stwierdził Mateusz Witczyński.

Przypomnijmy, że Jacek Krawiec był prezesem Orlenu od września 2008 r. do grudnia 2015 r. Wcześniej pełnił funkcję wiceprezesa zarządu. 11 grudnia 2008 r. objął także stanowisko przewodniczącego rady nadzorczej czeskiego holdingu rafineryjnego Unipetrol, należącego do Grupy Orlen.

Na początku maja tego roku media obiegrała informacja, że Krawiec wrócił do Orlenu. Został starszym doradcą prezesa zarządu Ireneusza Fafary.

Jak przypominała TV Republika, we wtorek 22 lipca odbyła się pierwsza rozprawa w Sądzie Okręgowym w Warszawie, w którym jednym z oskarżonych w procesie o korupcję jest właśnie Jacek Krawiec.

Krawiec został w lutym 2019 r. zatrzymany w związku z podejrzeniami dopuszczenia się przestępstwa niegospodarności w wielkich rozmiarach. Kilka miesięcy później, we wrześniu 2019 r., CBA ponownie go zatrzymało. Do kolejnego zatrzymania doszło we wrześniu 2020 r., w związku ze sprawą przeciwko byłemu ministrowi Sławomirowi Nowakowi (podejrzenie wręczenia Nowakowi łapówek).

Były prezes Orlenu przekonywał, że jest niewinny. Swoje zatrzymania określił jako „część szerszej operacji, której celem jest próba aresztowania byłych menedżerów państwowych spółek na podstawie fikcyjnych zarzutów”. – Tak podziękowano mi za prawie osiem lat pracy z sukcesami dla spółki i państwa. Za uratowanie Orlenu przed bankructwem i zrobienie z niego silnej, nowoczesnej firmy, gwiazdy polskiego biznesu na arenie międzynarodowej – mówił w 2019 r. w wywiadzie dla „Pulsu Biznesu”.



## Grube miliony za 3 hektary - rolnik zbił fortunę na sprzedaży gruntu. Kwota zwala z nóg

Nie od dziś wiadomo, że ceny gruntów w wielkich miastach przekraczają wiele milionów złotych. Chętnych na mieszkanie w aglomeracjach przybywa, stąd też duże zapotrzebowanie na działki pod zabudowę osiedlowe. Deweloperzy szukają nieruchomości do sprzedaży, a te najbardziej pożądane są najwięcej warte. Jeden z ostatnich warszawskich rolników wycenił swoją trzyhektarową działkę za niewiarygodną kwotę, kupiła ją firma deweloperska Marvipol. Rolnik wzbogacił się o ośmiocyfrową kwotę i dołączył do grona milionerów.

Zainteresowanych mieszkaniem w Warszawie stale przybywa. Jedni szukają nowego lokum, inni chcą przeprowadzić się ze wsi do miasta. Zapotrzebowanie na nowe osiedla mieszkaniowe rośnie, a wraz z nim zmniejsza się oferta wolnych działek do sprzedaży pod budowę. Firmy deweloperskie dwoją się i troją, by znaleźć grunty w najlepszych dzielnicach Warszawy i są w stanie wiele za nie zapłacić.

Nielicznym się to udaje. Deweloperzy z firmy Marvipol poinformowali niedawno w mediach społecznościowych o zakupie działki o powierzchni 3 hektarów na warszawskim Ursusie. Jak dowiedzieliśmy się „Gazeta Wyborcza” działkę sprzedał jeden z ostatnich warszawskich rolników.

Marvipol opublikował komunikat giełdowy, w którym znajdowała się informacja o podpisaniu umowy na kupno owej działki z osobą prywatną.

„Gazeta Wyborcza” ustaliła, że tą osobą prywatną był rolnik, a sama działka znajduje się w pobliżu skrzyżowania ulic Królowej Bony i Henryka Brodatego, na osiedlu Gołębki w warszawskim Ursusie. To trzy hektary pola, za które deweloper był w stanie zapłacić jak za złoto.

Cena za hektar nie gra roli, kiedy zakup działki pod budowę osiedla znajduje się jak w tym przypadku, na rejonie objętym od 2022 r. planem zagospodarowania. Dzięki temu, deweloperzy mają możliwość budowy bloków mieszkalnych o wysokości pięciu kondygnacji z dominanta ośmiokondygnacyjną.

Marvipol kupując 3 hektary pola uprawnego od warszawskiego rolnika, ma kolejny powód do zadowolenia. Mianowicie plan zagospodarowania na tej działce, upraszcza wszelkie procedury do uzyskania pozwolenia na budowę i skraca czas jej uzyskania.

Ta działka znajduje się w okolicy trwającej już budowy kilku

osiedli mieszkaniowych, dlatego deweloperom zależało właśnie na kupnie tego pola uprawnego. Marvipol zapłacił rolnikowi ponad 2,3 tys. złotych za metr kwadratowy pola. Rolnik wzbogacił się w sumie o 70 milionów złotych i dołączył do zacnego grona milionerów w Polsce.

## Schrony w Warszawie? Trzaskowski: To nie moja odpowiedzialność

Prezydent Warszawy Rafał Trzaskowski wskazuje, że zapewnienie mieszkańcom stolicy schronów na wypadek wojny, to nie jego odpowiedzialność.



Prezydent Warszawy Rafał Trzaskowski

Prezydent Warszawy Rafał Trzaskowski był pytany w Polsat News o hipotetyczną sytuację pojawienia się nad stolicą rosyjskiej rakiety. Czy miasto jest gotowe? – Na szczęście mamy swoją obronę, nie ma takiego zagrożenia – przekazał polityk Koalicji Obywatelskiej. – Uspokajam. Nic takiego się na razie nie wydarzy – dodał. Trzaskowski powiedział, że – gdy tydzień przed wojną wrócił z Kijowa – skierował pytania do rządu PiS o ustawę o ochronie ludności i obronie cywilnej. – Tamten rząd nie zrobił nic z tą ustawą – zaznaczył.

To ona będzie podstawą prawną pod plany ewakuacji i schrony. Do tej pory nie mam na jakiej podstawie pisać takich planów – podkreślił Trzaskowski. – Budowa schronów to nie jest moja odpowiedzialność, ale państwa. Ja zrobiłem audyt, mimo, że nikt mi nie kazał. Wykazaliśmy, że mamy miejsca schronienia na parkingach i stacjach metra – dodał.

Trzaskowski odniósł się też do kwestii wejścia Ukrainy do NATO. – To bardzo ważne, aby Ukraina stała się członkiem NATO. Dziś większość europejskich polityków prezentuje takie stanowisko – podkreślił. – Wszyscy mówią, że aby tak się stało, musi się skończyć wojna – dodał. Jak zaznaczył prezydent Warszawy, wszyscy wiedzą, że Putin rozumie tylko język siły. – Jedynie bardzo mocne zaangażowanie po stronie Ukrainy może spowodować, że Kijów wygra tę wojnę – podkreślił.

– Jestem przekonany, że gdyby wszyscy mieli tak pełną determinację, jak kolejne polskie rządy, to Ukraina już odbiłaby terytorium okupowane przez Rosję – przekazał Rafał Trzaskowski.

Prezydent Warszawy stwierdził, że Polska jest numerem jeden w NATO, jeżeli chodzi o wydatki PKB na obronność. – Mamy prawo domagać się od naszych sojuszników większego zaangażowania – wyjaśnił.

## Tyle pieniędzy można przechowywać w domu w 2024 roku

Zeszłoroczne dyskusje na temat wprowadzenia limitów płatności gotówką rozpały debatę dotyczącą przechowywania pieniędzy w domowych zaciszach. Choć ostatecznie ograniczenia płatności gotówką nie zostały wprowadzone, pozostawiając Polakom wolność w korzystaniu z gotówki bez jakichkolwiek limitów, pojawia się pytanie o bezpieczeństwo i przepisy związane z przechowywaniem pieniędzy w domu.



Decyzja o przechowywaniu pieniędzy w domu jest wyborem indywidualnym każdego z nas. Nie ma żadnych przepisów, które ograniczałyby nas w tej kwestii. Niemniej jednak, ważne jest, aby być świadomym zagrożeń związanych zarówno z przechowywaniem pieniędzy w domu, jak i na koncie bankowym.

Przechowywanie pieniędzy w domu może dawać poczucie większej kontroli nad własnymi środkami, anonimowości oraz bezpieczeństwa. Jednakże, niesie to za sobą pewne ryzyko, takie jak możliwość kradzieży czy zniszczenia środków. Mimo to, wielu Polaków wciąż preferuje tę formę przechowywania pieniędzy, widząc w niej pewną formę zabezpieczenia.

Pieniądze w domu to anonimowość i bezpieczeństwo. Niesie to za sobą oczywiście pewne ryzyko, jak kradzież czy zniszczenie. Mimo to większość z nas woli mieć pieniądze w tradycyjnej formie.

Od kilku lat pieniądze w banku nie są już tak bezpieczne. Oszuści skupili się teraz głównie na pieniądzach zgromadzonych na bankowych kontach. Nakłaniają nieświadomych klientów do udostępnienia danych pod pretekstem zagrożenia. Działanie w stresie i pod presją czasu sprawia, że podejmujemy nie najlepsze decyzje, co wykorzystują cyberprzestępcy. Banki umywają ręce od tych przypadków, a klienci tracą swoje pieniądze.

Źródło: Strefa Biznesu, DoRzeczy, Rolnikinfo,

Opracował Andrzej Więciorkowski

# Oprysk ze skrzypu na pomidory. Ochronisz je przed mączniakiem i zarazą

**N**aturalny oprysk ze skrzypu polnego stanowi skuteczną i ekologiczną metodę ochrony pomidorów przed mączniakiem i zarazą. Preparat z dużą zawartością krzemu wzmacnia rośliny, zwiększając ich odporność na choroby grzybowe oraz ataki szkodników. Regularne stosowanie oprysku zapewnia zdrowy wzrost i obfite plony, eliminując potrzebę używania chemicznych pestycydów. Wyjaśniamy, jak przygotować i zastosować oprysk ze skrzypu polnego, aby w pełni wykorzystać jego dobroczynne właściwości.



## Jak zrobić oprysk ze skrzypu polnego?



## Skrzyp polny — chwast potrzebny roślinom

Skrzyp polny, choć często postrzegany jako uporczywy chwast, posiada właściwości niezwykle cenne dla innych roślin ogrodowych. Wysokie stężenie krzemu czyni go wartościowym naturalnym suplementem dla gleby. Pierwiastek ten wzmacnia odporność roślin na stres, w tym na niedobory wody, co pomaga im przetrwać trudne warunki atmosferyczne. Pomidory z odpowiednią ilością krzemu mają silniejsze łodygi, są mniej podatne na złamania i bardziej odporne na choroby grzybowe, takie jak mącznik prawdziwy i brunatna plamistość liści.

Skrzyp polny pojawia się na działkach wczesną wiosną, często budząc niechęć właścicieli ogrodów. Dzieje się tak z uwagi na jego metodę rozmnażania poprzez rozbudowane podziemne kłącza, co sprawia, że jest rośliną trudną do całkowitego wypłcenia. Jednak pomimo trudności w pozbyciu się intruza, doświadczeni ogrodnicy nie załamują rąk, gdyż zdają sobie sprawę, że można go pożytecznie wykorzystać w uprawie innych roślin.

Zebrany skrzyp może być używany do produkcji skutecznych oprysków, wywarów i gnojówek, które wspomagają zdrowie i wzrost roślin. Gnojówka ze skrzypu jest szczególnie ceniona w uprawach pomidorów, gdyż wzbogaca glebę w krzemionkę, niezbędną do formowania wytrzymałych łodyg. Z kolei opryski z wywaru ze skrzypu są efektywnym środkiem przeciwko mszycom i innym szkodnikom, a także pomagają w zwalczaniu chorób grzybowych. Dzięki tym naturalnym preparatom ogrodnicy mogą ograniczyć stosowanie chemicznych środków ochrony roślin, co umożliwia im osiągnięcie obfitych, smacznych i ekologicznych plonów.

Przygotowanie naturalnego oprysku ze skrzypu polnego to skuteczny sposób na ochronę pomidorów przed szkodnikami i chorobami. Do wykonania oprysku potrzebne będzie 150 gramów suszonego skrzypu polnego oraz 10 litrów wody, najlepiej deszczówki. Składniki należy dokładnie wymieszać i odstawić na 12-16 godzin. Dla lepszego efektu wielu ogrodników dodaje do mieszanki odrobinę szarego mydła, które pomaga utrzymać oprysk na powierzchni roślin, zwiększając jego skuteczność. Następnie mieszankę należy przecedzić, aby pozbyć się stałych części skrzypu. Gotowy płyn przelewamy do opryskiwacza, najlepiej wyposażonego w drobną dyszę rozpylającą, aby równomiernie pokryć liście pomidorów.

Przygotowany roztwór należy stosować na całe rośliny, zarówno na górne, jak i dolne strony liści, ponieważ to właśnie tam często gromadzą się szkodniki i rozwijają choroby. Oprysk ze skrzypu polnego nie tylko zwalcza mszyce, przedziorki, miseczniki i tarczники, ale działa również profilaktycznie. Dzięki wysokiej zawartości krzemu wzmacnia ściany komórkowe roślin, zwiększając ich odporność na choroby grzybowe. Oprysk na pomidory należy stosować co dwa-trzy dni. Umożliwia to efektywne zwalczanie szkodników oraz zapobieganie ich ponownym atakom.

## Gnojówka i wywar ze skrzypu polnego na pomidory

Gnojówka i wywar ze skrzypu polnego to kolejne naturalne środki ochrony pomidorów, chętnie wykorzystywane przez doświadczonych ogrodników do podlewania upraw. Aby przygotować gnojówkę, potrzebne jest około 1 kg świeżego ziela skrzypu, który należy zalać 10 litrami wody. Miksturę odstawiamy na 3-4 tygodnie w

zaciemnione miejsce, zabezpieczając pojemnik przed owadami i zanieczyszczeniami.

Po zakończeniu fermentacji, co można rozpoznać po zaprzestaniu pienienia się mieszanki, gnojówka jest gotowa do użycia. Podlewanie pomidorów gnojówką ze skrzypu **wzmacnia rośliny**, poprawia ich odporność na choroby grzybowe oraz stymuluje zdrowy wzrost dzięki zawartości krzemu i innych minerałów. Zaleca się podlewanie pomidorów rozcieńczoną gnojówką (1 część gnojówki na 10 części wody) co 2-3 tygodnie, używając około 1-2 litrów na roślinę.

Alternatywą dla gnojówki jest wywar ze skrzypu polnego, który również posiada silne działanie owadobójcze i grzybobójcze. Aby przygotować wywar, należy zalać 1 kg świeżego ziela skrzypu 10 litrami wody i odstawić na 24 godziny. Następnie miksturę gotujemy przez około 30 minut na małym ogniu. Po ostudzeniu wywar odczynamy i rozcieńczamy wodą w stosunku 1:3. Taki roztwór można stosować do opryskiwania pomidorów co trzy dni przez trzy tygodnie, co pozwala

na skuteczne zwalczanie mączniaka prawdziwego oraz plamistości liści.



Zarówno gnojówka, jak i wywar ze skrzypu polnego mają dodatkową zaletę – wzbogacają glebę w pożyteczne mikroorganizmy, **zwiększając jej żyzność**. Regularne stosowanie tych naturalnych preparatów nie tylko chroni pomidory przed chorobami i szkodnikami, ale również poprawia ogólną kondycję roślin, co przekłada się na lepsze plony. Dla tych, którzy nie mają czasu na samodzielne przygotowanie gnojówki czy wywaru, w sklepach ogrodniczych dostępne są gotowe **preparaty na bazie skrzypu**, które oferują te same korzyści.

## A & M Chiropractic, LLC



### Leczenie Nieinwazyjne

- Dyskopatii
- Bóli głowy
- Rwy kulszowej
- Zapalenia mięśni i stawów
- Urazów powypadkowych
- Urazów w pracy (Worker's compensation)
- Kontuzji i 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](http://www.amchiro.com)

Lekarze wraz z personelem mówią w języku polskim  
Akceptujemy większość ubezpieczeń medycznych  
jak również oferujemy dogodny plan płatności

**860 - 398 - 5420**

# Ciekawostki

## Umiarkowane spożycie alkoholu wydłuża życie? Badania były źle przeprowadzone

Niejednokrotnie słyszeliśmy o badaniach, z których wynikało, że umiarkowane spożycie alkoholu – szczególnie czerwonego wina – jest korzystne dla zdrowia. Z badań tych wynikało, że osoby pijące regularnie niewielkie ilości alkoholu żyją dłużej, rzadziej cierpią na choroby układu krążenia i inne schorzenia chroniczne. Jak jednak informują autorzy artykułu opublikowanego w Journal of Studies on Alcohol and Drugs, badania, które dawały takie wyniki, były źle przeprowadzone. Dlatego też wyciągano z nich niewłaściwe wnioski.

Główny autor analizy, doktor Tim Stockwell z Canadian Institute for Substance Use Research na University of Victoria mówi, że badania takie koncentrowały się na starszych osobach i nie brały pod uwagę ich zwyczajów związanych ze spożywaniem alkoholu w ciągu całego życia. W badaniach tych starsze osoby pijące umiarkowane ilości alkoholu porównywano ze starszymi osobami, które piły rzadko lub wcale. Problem w tym, że w grupach wykorzystanych do porównania znajdowały się osoby, które rzuciły alkohol lub ograniczyły jego spożycie ze względów zdrowotnych. To zaś powodowało, że grupa osób spożywających umiarkowane ilości alkoholu wyglądała na zdrowszą na tle tych grup, stwierdza Stockwell.



Uczony i jego zespół przeanalizowali 107 badań, w ramach których śledzono losy ludzi przez pewien czas i szukano związków pomiędzy spożyciem alkoholu a długością życia. Kanadyjscy badacze zbiorczo przeanalizowali dane z tych badań i okazało się, że ryzyko zgonów osób spożywających umiarkowane ilości alkoholu – od 1 drinka tygodniowo po 2 drinki dziennie – było w badanych okresach o 14% niższe niż ryzyko zgonów wśród abstynentów. Jednak bardziej szczegółowe analizy zmieniały ten obraz.

Wśród analizowanych badań była niewielka grupa takich o wyższej jakości, w których pod uwagę wzięto osoby młodsze – były to badania, gdzie średnia wieku była niższa niż 55 lat – i w których byli pijący lub pijący okazjonalnie nie zostali uznani za abstynentów. Okazało się, że w takich badaniach nie było widać związku pomiędzy umiarkowanym piciem a większą długością życia. Innymi słowy, związek pomiędzy umiarkowanym

piciem a dłuższym życiem było widać tylko w badaniach, w których pod uwagę brano starsze osoby i nie rozróżniano pomiędzy osobami, które piły alkohol, ale go rzuciły, a osobami, które nigdy nie piły.

Korzyści ze spożywania alkoholu widać tylko w najgorzej przeprowadzonych badaniach, mówi Stockwell.

Uczony zwraca uwagę, że przekonanie o korzystnym wpływie niewielkich ilości alkoholu jest szeroko rozpowszechnione od dziesięcioleci. Przypomina o rozpowszechnionym w latach 90. XX wieku tzw. „francuskim paradoksie”, zgodnie z którym Francuzi rzadziej niż inne narody cierpią na choroby serca, gdyż spożywają czerwone wino. Stockwell stwierdza, że alkohol prawdopodobnie nie przedłuża życia, a niesie ze sobą liczne zagrożenia, w tym niebezpieczeństwo rozwoju różnych nowotworów. Dlatego też, jak podkreśla, żadna poważana instytucja zajmująca się zdrowiem publicznym, nie wyznaczyła bezpiecznej dla zdrowia ilości alkoholu. Nie ma czegoś takiego, jak całkowicie bezpieczny poziom spożycia alkoholu, mówi.

## Palenie – główny czynnik stylu życia odpowiedzialny za spadek zdolności poznawczych z wiekiem?

Palenie papierosów może być głównym czynnikiem stylu życia przyczyniającym się do spadku zdolności poznawczych wraz z wiekiem, donoszą naukowcy z University College London. Uczni badali tempo spadku zdolności poznawczych u osób zdrowych pod tym względem i porównywali je z tempem spadku osób, u których następował on zbyt szybko. Poszukiwali różnic i czynników, które przyczyniają się do tego szybszego spadku. Przyglądali się różnym kombinacjom zachowań powiązanych ze zdrowiem, od diety i korzystania z używek, przez aktywność fizyczną po kontakty społeczne.

Pod uwagę wzięto dane 32 000 osób z 14 europejskich krajów w wieku co najmniej 50 lat. Najpierw oceniono ich zdolności poznawcze, a następnie przypisano do grup związanych ze stylem życia. Okazało się, że spadek zdolności poznawczych był szybszy w tych grupach, które paliły tytoń. W grupach, które nie używały papierosów, spadek był wolniejszy i podobny, niezależnie od stylu życia. Badania wykazały, że palacze tracili w ciągu 10 lat o 85% zdolności poznawczych więcej, niż niepalący. Wyjątkiem była jednak ta grupa palaczy, która prowadziła zdrowy tryb życia w innych dziedzinach – regularnie ćwiczyła, spożywała niewiele alkoholu i miała dobre kontakty społeczne. Tutaj spadek zdolności poznawczych był podobny, jak w grupach niepalących.



To badania obserwacyjne i nie pokazują związku przyczynowo-skutkowego, jednak silnie sugerują, że palenie może być szczególnie ważnym czynnikiem wpływającym na zdolności poznawcze wraz z wiekiem. Już wcześniejsze badania wskazywały, że osoby prowadzący bardziej zdrowy tryb życia doznają mniejszego spadku zdolności poznawczych. Nie było jednak jasne, czy wszystkie czynniki odgrywają równie wielką rolę w tym spadku, czy też istnieją takie zachowania, które go napędzają. Uzyskane przez nas wyniki wskazują, że rzucenie palenia może być najważniejszym elementem walki ze spadkiem zdolności poznawczych. Osoby, które nie mogą przestać palić, powinny zaangażować się w inne prozdrowotne zachowania, jak regularne ćwiczenia, umiarkowana konsumpcja alkoholu i aktywność społeczna, mówi główna autorka badań, doktor Mikaela Bloomberg.

## Lista zakupów sprzed 3500 lat. Na glinianej tabliczce odnotowano kupno dużej liczby mebli

Podczas wykopaliśk w Alalah, stolicy starożytnego królestwa Mukisz, które znajduje się obecnie w tureckiej prowincji Hatay, znaleziono glinianą tabliczkę sprzed 3500 lat, na której odnotowano zakup dużej liczby mebli. Na niewielkiej tabliczce o wymiarach 4,2x3,5x1,6 cm spisanej w języku akadyjskim, widnieje informacja o dużej liczbie zamówionych stołów,



krzesel i taboretów. Dowiadujemy się też, kto zamówienie opłacił i kto je otrzymał.

Najstarsze wzmianki o Mukisz pochodzą z terenu Mezopotamii z przełomu III i II tysiąclecia przed naszą erą. W okresie, w którym powstała tabliczka – a jest ona datowana na XV wiek przed Chrystusem – Mukisz nie było niezależnym państwem. Wiemy, że już na przełomie XIX i XVIII wieku należało do państwa Jamhad i było zamieszkane głównie przez Hurytów.

W XV wieku – okresu, z którego pochodzi tabliczka – stało się zależne od Mitanni. To jedno z najsłabiej poznanych państw starożytnego Bliskiego Wschodu. Niewykluczone, że wykonany z meteorytu słynny sztylet Tutanchamona jest prezentem od jednego z władców Mitanni. W XIV wieku Mukisz zostało podbite przez Hetytów.



Pierwsze wykopaliśka w Alalah rozpoczął w latach 30. XX wieku słynny Leonard Woolley. W ich trakcie potwierdzono, między innymi, że osadnictwo w tym miejscu od końca IV tysiąclecia po około 1200 rok p.n.e. Miasto, ze względu na swoje pograniczne położenie, było ofiarą wielokrotnych najazdów. Jednak dzięki rozwiniętemu rolnictwu i szlakom handlowym, podniosło się z upadku. Ostateczny cios zadały mu najazdy Ludów Morza.

A.Z.

## Little Angels Home Care LLC

745 Osborn Road, Naugatuck CT 06770

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

Reg. # HCA0000732

203-278-1436

Disallowing number Telefonica

www.littleangeshomecare.com

E: littleangeshomecare48@yahoo.com



Ewa Grzymala





# Przybysz z Afryki – Powstańcem Warszawskim

Maria Legiec

„Panie Opalony ! „ – tak wtedy polufale zwracali się do niego Warszawiacy, albo po powstańcemu „Ali”....

W 74 rocznicę wybuchu Powstania Warszawskiego radio BBC wyemitowało audycję o Polaku z wyboru, Nigeryjczyku z urodzenia o nazwisku August Agboola O’Brownie’- najprawdopodobniej jedynego czarnoskórego uczestnika wojny obronnej we wrześniu 1939 roku i Powstania Warszawskiego w 1944 roku. Bardzo mało się o nim wie. Skoro jednak Warszawa zdecydowała się ufundować mu niewielki pomnik (odsłonięty 02.08.2019 r w Pasażu Wiecha, u zbiegu z ul. Chmielna) – to na pewno warto rozpropagować wiedzę o tym interesującym Człowieku. Wzbogaca on listę obcokrajowców, którzy swoim stosunkiem do naszej Ojczyzny zasługują na miano bohaterów. Choć tych – „z obcych ziem” – bohaterów walczących o i za Polskę było wielu, to jednak egzotycznego przybysza z Nigerii nikt nie przebiję. Przy okazji – nadmienię, że w godzinie „W” do rozprawy z Niemcami przyłączyło się około 300 obcokrajowców, m.in. Węgrzy, Słowacy, Francuzi, Belgowie, Holendrzy, Grecy, Brytyjczycy, Włosi, Ormianie, Rosjanie, uciekinierzy z armii niemieckiej, a nawet Australijczycy.

**Życiorys Agbali to historia człowieka, który uznawał Polskę za swoją drugą ojczyznę - i nie jest to zbytni patos.**

O nim:

August Agboola o’ Browne urodził się w 1895 roku w Lagos w Nigerii jako syn Wallace’a i Józefiny. Nigeria wchodziła wówczas w skład Imperium Brytyjskiego. Lata młodości spędził na pokładzie brytyjskiego statku handlowego, na którym jego ojciec był dokierem. Dostał się do Anglii, potem przybył najpierw do Niemiec, gdzie wstąpił do zespołu teatralnego przemierzającego Europę i przez Niemcy trafił najpierw do Wolnego Miasta Gdańska, a w 1922 r. - do Polski, co oznacza, że w momencie, gdy zaczynała się II wojna światowa mieszkał w niej już od 17 lat

Najpierw mieszkał w Krakowie, gdzie poślubił mieszkankę Małopolski, Zofię. (Rodzina jego pierwszej żony mieszka ponoć w Krakowie, ale to niesprawdzona informacja)

Potem wyjechał do Warszawy. W stolicy nowopowstałego państwa polskiego 27-letni Agbala zamieszkał na ulicy Złotej, później przeniósł się na Hożą. Ponoć cieszył się sporym wzięciem u pań, nic więc dziwnego, że niebawem ożenił się (po raz drugi) z jedną z nich. Był perkusistą jazzowym grającym w warszawskich restauracjach i knajpach, występując w modnej wówczas restauracji „Caveau Caucassien”. Finansowo powodziło mu się nieźle. We wspomnieniach świadków przewija się informacja, że Agbala często nawiązywał do faktu, że w jego rodzinie wszyscy muzykowali.



Co ciekawe, w przedwojennej Warszawie muzyk i świeżo narodzony Polak był postacią bardzo barwną i rozpoznawalną. Lubił spacerować z rodziną po Marszałkowskiej, chlubić się eleganckim jasnym garniturem, kolorowym krawatem i kapeluszem borsalino.

Tak odtworzył sylwetkę Agbali artysta – fotograf Andrzej Zborski : (w „Jazz Magazine”): „Przed samą wojną spotykałem go dosyć często, ot tak na ulicy, gdzieś na Marszałkowskiej, bliżej Ogrodu Saskiego. Zapamiętałem go jako faceta dość przystojnego, postawnego i niezwykle eleganckiego. Chodził w jasnych garniturach i kolorowym krawacie, no i oczywiście nosił stosowne kapelusze, jakieś borsalino. Bez wątplenia był człowiekiem inteligentnym i bystrym”.

Był „Polakiem z wyboru” - o jego losach nie wiemy dużo, jak to zwykle bywa z losami powstańcami. Czasem pojawiają się nawet negacje i wątpliwości w egzystencji jakiegoś czarnoskórego powstańca. No cóż, świadkowie już nie żyją, pamięć się zatarła, większość dokumentów zaginęła. Istnieją różne wersje jego życiorysu; dokąd jednak nie wypowie się ostatecznie Instytut Pamięci Narodowej, który podobnie jak Muzeum Powstania Warszawskiego i niezależni warszawianie – badają jego powstańcze losy – postanowiłam donieść o tej niezwykle osobowości, żeby „ocalić od zapomnienia”.

Oparłam się na książce historyka dr. Zbigniewa Osińskiego „Afryka w Warszawie”, gdzie w rozdziale poświęconym „Alemu” można przeczytać „Życiorys Agbali to historia człowieka, który uznawał Polskę za swoją drugą ojczyznę (...) i czuł się jej pełnoprawnym obywatelem” – napisał Osiński. Jako naukowiec badający w IPN autentyczność Agbali - stwierdził: „Nie ulega wątpliwości: August Agbala (lub Agboola) O’Brown brał udział w Powstaniu Warszawskim i był jego jedynym czarnoskórym uczestnikiem.” I: „Wśród tysięcy ochotników w Powstaniu był też strzelec Agbala, ps. „Ali”, przybysz z Afryki.” Wykorzystałam też wiadomości o nim z Centrum Informacji o Ofiarach Drugiej Wojny Światowej - Instytutu Pamięci Narodowej.

A więc:

Od momentu wybuchu wojny w 1939 roku – August Agbala brał udział w obronie Warszawy, pomagał z narażeniem życia ukrywającym się Żydom, kolportował ulotki, a nawet przenosił broń. Od roku 1941 był żołnierzem Związku Walki Zbrojnej. Jako strzelec „Ali” należał do AK-owskiego Obwodu „Radwan, Podobowodu „Sławbór - batalionu „Iwo”. Jego dowódcą był kapral Aleksander Marcinski, „Łabędź”. Obecność Alego w szlaku bojowym „Śródmieście Południe” potwierdza Jan Radecki „Czarny”, który na własne oczy widział czarnoskórego żołnierza na punkcie dowodzenia przy Marszałkowskiej 74.

Po zakończeniu wojny przebywał krótko w Pruszkowie, a następnie w Radomsku, potem powrócił do Warszawy, gdzie grał muzykę jazz w różnych hotelach i zakładach gastronomicznych m.in. „Bristol”, „Europa”, „Polonia”, „Stolica”. Od 1949 r. był zatrudniony również w Wydziale Kultury i Sztuki Zarządu Miejskiego w Warszawie. Jego atutem była znajomość pięciu języków: angielski, francuski, niemiecki, włoski i polski. W 1953 r. ożenił się z Olgą Miechowicz. Jego pierwsza żona Zofia Pyk została uznana przez Sąd Wojewódzki w 1949 r. za zmarłą w wyniku działań wojennych.”.

„Wydaje się, że dla Browne’a pobyt w Polsce po wojnie był wyborem, gdyż jako obywatel Imperium Brytyjskiego miał możliwość wyjazdu” - wskazuje BBC. Dopiero w roku 1958 wyjechał z Polski do Wielkiej Brytanii, z drugą żoną, również Polką. Nigdy już nad Wisłę nie wrócił.

Z opowiadań jego córki z drugiego małżeństwa, Tatiany, można się dowiedzieć, że jej rodzice w Anglii bardzo niewiele mówili o czasach wojny oraz że ojciec nigdy nie odwrócił się od polskiej kultury, w której żył przez prawie 35 lat, a w ich londyńskim domu jedynym językiem, w którym rozmawiano, był polski. Z kolei według relacji jednego ze znajomych Browne’a, mówił on „najczystszy językiem polskim, nawet z akcentem warszawskim”.

Jego losy na trwałe, „na dobre i złe” – były połączone z Polską!!!

August Agbala Browne zmarł 8 września (to dzień moich urodzin...) w 1976 r. a jego grób znajduje się w Hampstead Cemetery w Londynie.

Tutaj – ciekawostka: to właśnie on, Agbala, stał się jednym z protoplastów bohatera, którego stworzył „Wiech” na potrzeby swojej powieści. Czarnoskóry aktor występujący w polskiej wojennej komedii z 1959 r. „Cafe Pod Minogą”, zrealizowanej na podstawie powieści Stefana Wiecheckiego „Wiecha” (zagrał go Mok pok po Dravi z Togo) - to echo życiorysu Augusta Agbali. Wiech usłyszał jego historię już po wojnie i postanowił wpleść w tragikomiczne perypetie Konstatego Aniolka, właściciela dość szemranej restauracji III kategorii z wyszynkiem napojów alkoholowych. Na swoim koncie artystycznym ma Agbala również udział w filmie reż. Wandy Jakubowskiej „Żołnierz zwycięstwa”.

Te dzisiejsze słowa – niech będą moim wyrazem hołdu złożonego nieznanemu, czarnoskóremu Uczestnikowi Powstania Warszawskiego, którego osiemdziesiątą rocznicę wybuchu będziemy obchodzić za kilka dni. Chwała tym, którzy w godzinie „W” stanęli do walki przeciwko dwóm okupacjom – niemieckiej, i już wówczas zapuszczającej korzenie - sowieckiej.

Cześć i pamięć Bohaterom!

Viva Polonia!

Ps. W sierpniu 2017 odbyła się premiera filmu fabularnego „Cudzoziemcy w Powstaniu Warszawskim”, w reżyserii Małgorzaty Bramy z inicjatywy Instytutu Polskiego w Berlinie. Historyk, archiwista i znawca losów Powstania Mariusz Olczak (dyrektor Archiwum Akt Nowych, Wrocław) powiedział: „Jest potwierdzone, że (August Agbala – przyp. autorki) walczył w powstaniu od pierwszego dnia”. To do tych, którzy ciągle wątpią w autentyczność czarnego Powstańca .....

Bibliografia:

<https://ofiary.ipn.gov.pl/ofi/z-archiwum-ipn/aktualnosci/19877,Zolnierz-Powstania-Warszawskiego-August-Agbala-O039Brown.html>

<https://gazetawroclawska.pl/czarnoskory-powstaniec-ali-kim-byl-august-agbala-ktory-walczył-w-powstaniu-warszawskim-niezwykla-historia-przybysza-z/ar/c15-3526083>

<https://facet.onet.pl/warto-wiedziec/ali-losy-jedynego-czarnoskorego-powstancawarszawskiego/lw4dt5m>

<https://forum.odkrywca.pl/topic/681376-ali-czyli-jedyny-czarnoskok%C3%B3ry-powstaniec-warszawski/>

<https://i.pl/czarnoskory-powstaniec-ali-kim-byl-august-agbala-obrown-ktory-walczył-w-powstaniu-warszawskim-niezwykla-historia-przybysza-z/ar/c15-3526083>

<https://foto-info.pl/andrzej-zborski.html>

<https://24kurier.pl/aktualnosci/kultura/berlin-pokazal-film-o-cudzoziemcach-w-powstaniu-warszawskim-szczeciński-akcent/>

Cudzoziemcy w Powstaniu Warszawskim (2017) - Filmweb

# Bluźnierstwo w czystej postaci

Rozmowa z prof. dr. hab. Mieczysławem Rybą, historykiem, członkiem Kolegium IPN, wykładowcą KUL i AKSiM

**Francja kolejny raz przejdzie do historii, i kolejny raz w atmosferze skandalu – tym razem związanego z bluźnierczą ceremonią otwarcia XXXIII Igrzysk Olimpijskich w Paryżu...**

– Francja jest dzisiaj na ustach całego świata, ale to nie tylko Francja promuje tego typu obsceniczne zachowania, choć oczywiście przoduje w tych procesach rewolucyjnych. Zawsze w tym kontekście była na szczycie tej rewolucyjnej drabiny w Europie i na świecie. I tak zostało do dziś, stąd cała ta manifestacja ideologicznego laicyzmu.

**Święty Jan Paweł II nie bez powodu w 1985 r. pytał: „Francjo, najstarsza córko Kościoła, co zrobiłaś ze swoim chrztem”. Minęło blisko 40 lat, a ta francuska córka Kościoła wciąż się nie przebudziła i brnie dalej w drodze donikąd...**

– Francja już dawno nie jest chrześcijańska, ale co innego nie być chrześcijańskim, a co innego być obrazoburczym, walczącym z religią, z symboliką i tradycją chrześcijańską. To, co zaprezentowano podczas ceremonii otwarcia Igrzysk Olimpijskich, z parodią Ostatniej Wieczery, przekracza już nie tylko granice przyzwoitości, granice ideowe, ale granice moralne. To było po prostu niesmaczne.

**Co Pana Profesora najbardziej uderzyło w tym przekazie?**

– Wszystko. Mieliśmy do czynienia z manifestacją obrazoburstwa, satanizmu, z manifestacją Sodomy i Gomory, i to w najczystszej postaci. To była manifestacja wszelakich dewiacji przedstawiana w kontekście religijnym, to znaczy na zasadzie bluźnierstwa, i to takiego wprost. Udział transwestytów przedstawiających parodię Ostatniej Wieczery był nie tylko niesmaczny, ale obrazoburczy.

**Obrońcy tej manifestacji i zaprezentowanej tam dewiacji aprobują zarówno formę, jak i sam przekaz, twierdząc, że my, chrześcijanie, przesadzamy, że nadinterpretujemy to, co ich zdaniem było formą artystycznego wyrazu. Co wydarzyłoby się gdyby tak zakpiono sobie z islamu, z Mahometa?**

– Nagle okazuje się, że w gronie popierających ten obsceniczny spektakl mamy całą masę „znawców” sztuki. Natomiast, gdyby zamiast wartości chrześcijańskich uderzono w islam, to prawdopodobnie twórcy tego spektaklu już by nie żyli albo by się musieli ukrywać, a Paryż by płonął. Ci piewcy rewolucji neomarksistowskiej są tego świadomi, dlatego nie dotykają islamu. Zresztą mają pewne doświadczenia. Wszyscy pamiętamy, jak tragicznie zakończyło się zamieszczenie karykatury Mahometa na okładce tygodnika Charlie Hebdo w styczniu 2015 r. Natomiast na chrześcijaństwie można się wyżywać na różne sposoby, katolików można obrażać. To jest skrajnie przykre, ale taka jest prawda.

**Jak długo będziemy czekać z założonymi rękami. Może czas najwyższy nazywać rzeczy po imieniu, co więcej, aktywnie zacząć bronić wiary chrześcijańskiej i naszego świata wartości?**

– Mówić to jedno, ale my, chrześcijanie, powinniśmy już dawno się temu przeciwstawić, wyjść na ulice i manifestować. Gdyby tego typu ataki, które przybierają na sile, dotyczyły

jakiegokolwiek innej religii, na przykład hinduistów czy muzułmanów, to nikt nie pozwoliłby sobie, żeby takie rzeczy przechodziły płazem. My sobie niestety pozwalamy, dlatego nie traktuje się nas poważnie i stąd przypadki agresji, obrażania naszej wiary i symboliki chrześcijańskiej przybierają na sile.

**Ale żeby wyjść i protestować, to trzeba mieć przewodników, trzeba mieć pasterzy, takich jak mieliśmy w czasach zniewolenia komunistycznego. Czy my dzisiaj mamy takich pasterzy, bo oprócz indywidualnych wypowiedzi pojedynczych księży biskupów, głosu Episkopatu nie słychać?**

– Konferencja Episkopatu Francji opublikowała oświadczenie, w którym zaprotestowała, zwłaszcza w obliczu parodii Ostatniej Wieczery z udziałem transseksualistów i drag queens. Mamy więc ubolewanie wobec scen kpin ze spraw najważniejszych dla każdego chrześcijanina. Natomiast fakt, faktem są to wszystkie działania na miękko, wszystko jest dialogiczne, tak jakby to było pierwsze incydentalne zdarzenie. Tymczasem my mamy dziś do czynienia z wojną z religią, z chrześcijaństwem. Oczywiście wszystko można opleść w tzw. mowę-trawę, że jest to ekspresja artystyczna, ale nie o to chodzi. To, czy coś jest artystyczne, czy nie, nie ma absolutnie znaczenia, bo nie wszystko, co człowiek robi, co wytwarza, jest dziełem sztuki. Idąc tym tokiem rozumowania, dziełem sztuki możemy określić obóz koncentracyjny, bo też jest to wytwór ludzki. Jednak to nie znaczy, że takie podejście, takie czyny nie podlegają ocenie. Tymczasem próbuje się nas w pewnym sensie spacyfikować, w przekazie ograniczyć wszystkie te działania obrazoburcze do uczuć, a próbuje się z tego wyłączyć Pana Boga, który jako cel i sens naszego życia jest wykpiony na każdym kroku. Tu więc nie chodzi tylko o ranienie uczuć, ale o obrażanie naszego Boga Stwórcy. Zatem to nie jest tylko kwestia wrażliwości, to jest kwestia rzeczy samej i uderzenie w najbardziej fundamentalne kwestie związane z naszą tożsamością, z Panem Bogiem, w którego się uderza, którego się wyśmiewa. Uderzenie jest też w podstawy moralne, bo przecież postawy seksualne, które były promowane w Paryżu, w Biblii są określane wprost: mianem Sodomy i Gomory. Podczas ceremonii otwarcia Igrzysk Olimpijskich w Paryżu mieliśmy do czynienia z bluźnierstwem w czystej postaci, na które my reagujemy adekwatnie do stanu naszej wiary. Zatem jeśli nasza wiara jest letnia, to także w sposób letni podchodzimy do obrażania naszych uczuć religijnych.

**Smutna konstatacja...**

– Takie są fakty, choć uczucie do sprawy podchodząc, trzeba też powiedzieć, że są protesty wobec wydarzeń paryskich, bo słyszymy na przykład, że wicepremier Słowacji Tomas Taraba, który miał reprezentować swój kraj, nie weźmie udziału w ceremonii zamknięcia Igrzysk w Paryżu. Wyraził to za pośrednictwem mediów społecznościowych, gdzie uzasadnił, że „dla normalnego świata te igrzyska olimpijskie na zawsze pozostaną symbolem obrzydliwości, która nadużywa piękna sportu i zamienia go w postępowy teatr polityczny”. Natomiast my się kompromitujemy jako Zachód, bo przeciwstawienie się tej ideologicznej presji, której symbolem było otwarcie

Igrzysk w Paryżu, powinno być wyrazem szacunku do własnej kultury, do własnej tożsamości, czyli korzeni, z których jako Europa wyrastamy. Nic więc dziwnego, że w środowiskach islamistycznych pokazuje się Zachód jako siedzibę szatana, jako siedlisko wszelkiego zła i demoralizacji. Igrzyska Olimpijskie są oglądane na całym świecie, bo jest to wydarzenie sportowe, kulturowe, które chce oglądać każdy człowiek. I co ten świat myśli sobie o Francji, o Europie przedstawionej podczas ceremonii otwarcia. Kiedy w Azji, Afryce czy w Ameryce zobaczą, jak my traktujemy Pismo Święte, jak traktujemy chrześcijaństwo, kulturę czy tradycję, to bez problemu określa to jako barbarzyństwo w czystej postaci. W ten sposób Zachód w wojnie kulturowej, cywilizacyjnej rękami Francuzów daje potężne narzędzia terrorystom, żeby mogli używać swojej propagandy i mówić, że mamy do czynienia z siedliskiem szatana. Pamiętajmy, że dla muzułmanów Jezus Chrystus też jest postacią ważną. Jest uważany za proroka, a więc w jakiś sposób też domagają się szacunku, bo u nich – mimo że w wielu krajach chrześcijaństwo jest prześladowane, to nikt sobie nie pozwala na takie rzeczy.

**Skoro Zachód w oczach islamistów jest uznawany za siedlisko szatana, to chyba nic dziwnego, że próbują z tym Zachodem walczyć?**

– Dokładnie tak, bo to będzie argument wizerunkowy, że ze złem trzeba walczyć. To, co widać, działa lepiej niż grube tomy uczonych książek, niż traktaty ideologiczne, bo wystarczy, że wrzucimy taki obraz, taki przekaz z Paryża, który mówi więcej niż słowa.

**Te Igrzyska, ich ceremonia otwarcia, to był swoisty miszmasz...**

– Przekaz był jednoznaczny – rewolucyjny, nihilistyczny. Wszystko niszczyliśmy, wszystko zwalczamy, podważamy nie tylko kwestie religijne, podstawowe elementy moralne w zakresie ludzkiej seksualności, podważamy też wszystkie elementy związane z tzw. dobrym smakiem. Przecież każdy człowiek ma w sobie jakąś estetykę – nawet naturalną, która dotyczy nas wszystkich, która nie pozwala nam nago biegać po ulicy, i to nie tylko z powodów moralnych, ale również estetycznych. Natomiast to, co pokazywano w przekazie telewizyjnym z Paryża, powodowało, że wielu ludziom zbierało się na mdłości. Zatem, co to za kultura, co to za kraj, który mając grubo ponadtysiącletnią historię, nie ma świata nic do zaprezentowania ze swojego dorobku, tylko to lewackie, obsceniczne szaleństwo? Tymczasem widzieliśmy nihilizm w czystej postaci. I to jest dokładnie ilustracja tego, o czym

wielokrotnie pisał i wskazywał ks. prof. Tadeusz Guz, mówiąc, że ta ideologia neomarksistowska jest najbardziej nihilistyczna, a zarazem najbardziej satanistyczna spośród całej tradycji myśli ludzkiej. Chodzi o to, że nikt nie potrafił tak zanegować wszystkiego w świecie, w bytowości ludzkiej i bytowości świata, wszelkich zasad, wartości, jak czyni to ideologia neomarksistowska. To, co widzieliśmy, to była manifestacja właśnie tego. Bywa, że słuchając wywodów filozoficznych profesorów, autorytetów, którzy w tym siedzą bardzo głęboko, czasem myślimy sobie, że może to, co twierdzą, jest przesada, może zbyt radykalnie, że zbyt totalnie odnoszą się do rzeczywistości. Tymczasem po spektaklu w Paryżu mamy ilustrację, o co w tym wszystkim chodzi, że w twierdzeniach naukowców nie ma cienia przesady.

**Panie Profesorze, czy to, co ujrzelśmy w Paryżu, to jest już dno, od którego musimy się odbić i porócić do wartości, do korzeni, czy może z rewolucją neomarksistowską przebijamy się głębiej?**

– To jeszcze nie jest dno. Drażymy jeszcze głębiej. Nie sędzę, żeby to był kres, od którego nastąpi odwrót i powrót do świata wartości, jakie ukształtowały nasz świat. Jest przecież jeszcze cała masa zbroczeń, które będą promowane. Dopóki istnieje człowiek, dopóki jest coś, co można zanegować, to rewolucjonści będą to czynić. Akcja degradacja będzie zatem trwać.

**Jak się temu przeciwstawić, jak ten proces degradacji zatrzymać?**

– Potrzeba konsekwencji nas wszystkich, ludzi wierzących. Tu nie można być biernym, nie można być naiwnym, nie można ulegać modom. Trzeba ostro, jednoznacznie reagować na tego typu działania rewolucyjne, antychrześcijańskie. Dlatego dzisiejszy protest przed Konsulatem Francji w Krakowie pod hasłem „Stop obrażaniu chrześcijan”, był myślę ważnym wydarzeniem. W przeciwnym wypadku ta presja rewolucyjna będzie eskalować. Pojawiają się głosy, że tego typu ataki na wartości, na symbole religijne trzeba przemilczeć, co powstrzyma te środowiska – tak mówiono chociażby przy okazji pierwszych tęczyowych marszów, i wiemy jak to poszło dalej. Takie myślenie to jest błąd. Jeśli więc nie będzie reakcji adekwatnej do ataków na nasz świat wartości, jeśli będziemy się zgadzać, to w końcu wygra na tym jacyś dyktatorzy islamscy czy Putin, którzy wywrócą nasz świat do góry nogami.

Dziękuję za rozmowę.

Mariusz Kamieniecki  
naszdziennik.pl/



**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

## Pomnik Bohaterów Walki o Niepodległość po 1945 r i Solidarności

W duchowej stolicy Polonii Amerykańskiej w Doylestown (Amerykańska Częstochowa) stanie pomnik Bohaterów Walki o Niepodległość po 1945 r i Solidarności. Pomnik ten usytuowany będzie na lokalnym cmentarzu obok Monumentu Smoleńskiego, Pomnika Gen. Władysława Andersa, Żołnierzy Niezlomnych, naprzeciw pomnika Husarza-Mściciela.

Uroczyste odsłonięcie pomnika zaplanowane jest na **22 września 2024 r.**

Wszyscy, którzy pragną wspomóc budowę tego pomnika proszeni są o przesyłanie darowizny na:

**SDCC, PO Box 481, Bensalem, PA 19020**, z dopiskiem **Pomnik Solidarności**.

SDCC jest organizacją non-profit, zarejestrowaną w USA i na mocy amerykańskiego Kodeksu Skarbowego IRS sekcja 501(c)(3) wszystkie przekazane darowizny mogą być odliczane od podatku.

Telefonicznie informacji udzielają: **Tadeusz Antoniak** 215.917.6875, **Janusz Kudelko** 347.422.3850, **Adam Stępień** 732.947.2095.

W wydanej księdze pamiątkowej kolportowanej w dniu odsłonięcia pomnika zostaną umieszczone nazwiska osób i nazwy firm, które wsparły budowę pierwszego i jedyne pomnika Solidarności w USA.



### MEDICARE DLA SENIORÓW

Bezpłatna pomoc w:

- Medicare
- IRA, 401K inwestycje
- Ubezpieczenia na życie
- Access Health
- Szara karta
- Dodatkowe plany ubezpieczeń

**(203) 699-2611**



**Nicole**

Lokalizacja w New Britain

195 West Main Street,  
New Britain, CT 06052

Pon- Pt 9:00am-4:00pm  
Sobota: Tylko by appointment

**Beata**

Lokalizacja w Southington

360 North Main Street Suite 5  
Southington CT, 06489

Tylko by appointment

**Kasia**

email: [raymondseiorplanning@gmail.com](mailto:raymondseiorplanning@gmail.com) | website: [www.raymondseiorplanning.com](http://www.raymondseiorplanning.com)



**Wycieczki** NYC, BOSTON,  
Washington DC,  
LAS VEGAS, NIAGARA

**Transport na cruise** NYC - MANHATTAN & BROOKLYN, NEW JERSEY



**Wysyłka pieniędzy**



**Transport na lotniska** NYC - JFK & LaGuardia, BOSTON, NEWARK, BRADLEY CT



**Mienie przesiedleńcze**



**LUXERIDE enterprise**  
40 BROAD STREET  
NEW BRITAIN, CT  
LUXERIDE  
luxeride41@gmail.com  
luxerideenterprise.com  
(860) 922 1210, (860) 924 0913  
(860) 357 3023



**Odnawianie paszportu**



**Wysyłka paczek**





**CAR REPAIR - BODY SHOP & SALES**

1 FARMINGTON AVE. NEW BRITAIN, CT

(860) 505-0816

FACEBOOK.COM/AUTOONECT

Jesteśmy czymś więcej niż typowym warsztatem samochodowym. Jesteśmy dumni z naszej pracy i zapewniamy, że nasi klienci odjeżdżają zadowoleni. Relacje z klientami są dla nas bardzo ważne, dlatego możesz liczyć na to, że wykonamy najlepszą pracę!



## USŁUGI

SPRZEDAŻ UŻYWANYCH SAMOCHODÓW

DIAGNOSTYKA

USŁUGI BLACHARSKO - LAKIERNICZE

WYMIANA OLEJU

SPRZEDAŻ I WYMIANA OPON

NAPRAWA SAMOCHODÓW

## GODZINY OTWARCIA

MON - FRI 8:00AM - 5PM

SAT 8:00AM - 1:00PM

MÓWIMY PO POLSKU, UKRAIŃSKU I ANGIELSKU.

# 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.

**Zapraszam**

**tel. 860. 997. 3054**

**ola\_mroz@yahoo.com**

**Aleksandra Mroz**

Licencjonowany Specjalista Ubezpieczeń Medycznych  
w CT, MA, RI, SC

**185 Silas Deane Hwy. Wethersfield, CT**

**Now Accepting Fall Registration**

**August 13, 14,  
5:00p - 7:00p**



Celebrating  
36 Years



Register Online:  
**Dancestepllc.com**

**DANCE STEP**



**1107 Farmington Ave Berlin  
860.829.0703**



**OD POKOLEŃ  
SŁUŻYMY POLONII W  
TRUDNYCH CHWILACH**



*Właścicielami jest polska rodzina,  
która zarządza zakładem. Mówimy po polsku*

**NEWINGTON  
MEMORIAL**  
20 Bonair Avenue  
Newington  
860-666-0600



**BURRITT HILL  
FUNERAL HOME**  
332 Burritt Street  
New Britain  
860-229-9021

[www.duksa.net](http://www.duksa.net)

# Nowojorska mieszanka

W opracowaniu Anety Radziejowskiej

\* Adrian Kondratowicz, artysta obecnie nowojorski, wystawił swoje kolaże w Arsenal Gallery w Central Park. Jego pierwotny projekt- z 2008 roku- dotyczył zmiany worków na śmieci z czarnych na kolorowe i w różowe kropki. Sam je zaprojektował, zrobił i wraz z wolontariuszami rozdawał sprzątającym w ramach akcji artystycznej, która cieszyła się ogromnym powodzeniem. Z czasem udało mu się skupić dookoła tego projektu ludzi, którzy zaczęli spotykać się regularnie, żeby posprzątać swój park. Obrazy, które Adrian pokazuje w Arsenalu, to specyficzny dalszy ciąg i tego projektu i ich spotkań; portrety wolontariuszy i osób, które zbierają śmieci w parku i na ulicach. Kolorowe, optymistyczne obrazy z których każdy ma opis pozwalający lepiej poznać sportretowaną osobę.

Wejście do Arsenal Gallery od strony 5th Ave na wysokości 72nd Street. Nawiasem mówiąc, ten przypominający zamek z ilustracji do bajek budynek, był pierwszą siedzibą American Museum of Natural History. Czynne od 10.AM-5.PM, oprócz weekendów.

\* Paproć rosnąca w szklanej kapsule, dzieło Kapwani Kiwanga, zostanie zabrane z High Line 20 października, więc nie tak długo. Kiwanga jest znaną na całym świecie kanadyjską artystką, która ostatnio mieszka w Paryżu i wystawia swoje dzieła na pokazach w całej Europie. Studiowała antropologię i religioznawstwo, porusza problemy kolonializmu, równości płci, relacji między ludźmi i środowiskiem. Często tworzy obiekty, które w jakiś sposób nawiązują do przemysłu, rolnictwa i ogrodnictwa.

„On Growth” zrobiła ze szkła dichroicznego, które wychwytyje i światło tak, że zmienia ton i kolor w zależności od punktu patrzenia. Szklany diament mieni się wszystkimi kolorami tęczy nawet w pochmurne dni. Jednocześnie jest to nawiązanie do przypominających szkatułki na biżuterię skrzynek służących do transportu roślin zza Oceanu do Londynu pod koniec XIX wieku.

Natomiast, jeśli nie zna się zamysłu twórczyni i konotacji, jest to po prostu piękne nawiązanie do magicznych kryształów oraz szklanych kul i zaklętych w nich światów.

\* Celebrating the Creative Spirit of New York City Kids- to tytuł wystawy w Metropolitan Museum of Art. Nietypowej, bo zamiast dzieł uznanych mistrzów, pokazuje 126 prac uczniów z nowojorskich szkół publicznych w różnym wieku, zaczynając od przedszkolaków. Prace obecne na wystawie wyselekcjonowano spośród 1300 nadesłanych przez nauczycieli plastyki. Prace do pokazania wybierała komisja składająca się ze specjalistów od zajęć plastycznych, nowojorskich artystów i pracowników Met.

Uczniowie starali się pokazać swoje osobiste doświadczenia, a przy okazji można zaobserwować, jak zmieniają się, wraz z dojrzewaniem, nie tylko tematy, ale i dobór technik artystycznych i sposoby wyrażania tego, co uczeń chce przekazać. Wystawa będzie dostępna do 20 października, w Ruth and Harold D. Uris Center for Education, to jest na dole Met. To tam, gdzie działa- o czym wspominaliśmy przy okazji otwarcia rok temu- 81 Street Studio. Prowadzone są w nim zajęcia dla dzieci od 3-11 roku życia. W ich trakcie dzieci bawiąc się, przyswajają dostępne dla ich wieku pojęcia z nauki, uczą się patrzeć na sztukę, rozwijają kreatywność. Zajęcia są bezpłatne i nie jest wymagany bilet do muzeum. Nie ma rejestracji via internet. Po przyjeździe trzeba wybrać przedział czasowy na ten dzień, nie ma rezerwacji. Dziecko nie może wejść samo, musi mieć cały czas swojego opiekuna. Studio przygotowane jest także na wizyty dzieci niepełnosprawnych i specjalnej troski.

Studio 81 Street czynne jest we wszystkie dni tygodnia oprócz środy, w godzinach od 10.AM- 5.PM. Wejście od strony 81 Street.

\* Konkurs rzeźb z piasku ma się odbyć na Coney Island już 32-gi raz.

Tym razem w sobotę, 17 sierpnia, od 11AM- 4PM. Biorący udział w konkursie muszą być wcześniej, żeby dokonać rejestracji. Natomiast osoby, które chcą wykonać swoją własną rzeźbę, ale bez udziału w konkursie mogą zająć sobie miejsce gdzieś obok. Jury zaczyna oglądać piaskowe rzeźby o 3.30 i ocenia je w trzech kategoriach; grupa dorosłych, rodzina, rzeźbiarz indywidualny. Widzowie wybierają swoją rzeźbę- i wszystkie cztery otrzymują nagrody.

Trzeba zaznaczyć, że obecnie rzadko kto buduje w tym konkursie zwykle

zamki z piasku. Są za to twarze, całe postacie, krajobrazy innych planet, bohaterowie filmów i kreskówek. Dla każdego wieku.

\* Silent Disco przy Lincoln Square. 1, 2 i 3 sierpnia od 10.PM i następnie 9 i 10 sierpnia od 8 i 9 PM. Rozrywka ogromnie ostatnio popularna, coraz częściej obecna na nowojorskich festynach. Ale te organizowane przez Lincoln Center wyróżniają się ciekawą oprawą. Przyciągają więc i widzów zafascynowanych niezwykle efektami świetlnymi. Wstęp bezpłatny. Na parkiecie do tańca jest bar i bufet.



Wystawa w Arsenal Gallery



Rzeźba na High Line

## REPREZENTACJA przed IRS'em w języku polskim

AUDYTY - BŁĘDNE NALICZANIA - WINDYKACJE - ZAJĘCIA MAJĄTKU

Barbara Mrozik, EA - Enrolled Agent  
Rozmawiam po Polsku

Enrolled Agent jest najwyższym poziomem certyfikacji udzielanej przez amerykański URZĄD SKARBOWY

203 301 0555 biuro, 203 515 5709 cell, email: mgrouptax@gmail.com

Potrzebujesz pomocy zadzwoń! Samemu nie podejmuj walki z IRS!



# Talenty w spódnicach

Aneta Radziejowska

Pierwszą kobietą, która formalnie startowała w wyborach prezydenckich była Victoria Woodhull. Zgodnie z ówczesnym zwyczajem ogłosiła swoją kandydaturę w liście do New York Herald i została nominowana przez krajową konwencję Equal Rights Party do wyborów w 1872 roku.

Miała wtedy 33 lata, więc tak naprawdę nie mogła objąć stanowiska prezydenta. Ale była sufrażystką i doszła do wniosku, że trochę szumu dobrze zrobi sprawie walki kobiet o prawa wyborcze. Chciała też pokazać bezsens sytuacji; kobieta może startować w wyborach, ale nie może w nich głosować. A poza tym lubiła prowokować. Nie miała żadnego formalnego wykształcenia, w objazdowym przedsiębiorstwie rodziców od dziecka sprzedawała domowe medykamenty, wróżyła, miała na swoim koncie cudowne uzdrowienia, przepowiadała przyszłość. Za mąż wyszła mając 15 lat i szybko stała się zwolenniczką rozwodów i wolnych związków. Gdy pozbyła się męża alkoholika, została pierwszą kobietą-brokerką na Wall Street. Jej życie, aż do wyjazdu do Wielkiej Brytanii, gdzie wyszła za mąż za arystokratę, to pasmo wzlotów i ucieczek spowodowanych

także konsekwentną obroną poglądów, które nie były w jej czasach, mówiąc ogólnie, popularne.

Trudno o bardziej różne życiorysy i charaktery niż Viktoria i Shirley Chisholm- pierwsza Afroamerykanka, która została wybrana do Kongresu i pierwsza starająca się o nominację do wyścigu o prezydenturę. A jednak mają wspólne cechy.

Shirley Chisholm urodziła się w roku 1924 na Brooklynie. Jej rodzice poznali się w Stanach. Ojciec pochodził z Gujany Brytyjskiej, a matka z Barbadosu, który także był kolonią brytyjską w tamtym czasie. Ta karaibska wyspa licząca sobie obecnie niewiele ponad 280 tys. mieszkańców, słynęła z bardzo dobrego systemu edukacji publicznej. Matka Shirley zdecydowała więc, że dwie najstarsze córki wyśle do dziadków, żeby mogły z tego skorzystać.

Shirley spędziła tam siedem lat. W szkole dziewczynki miały min. lekcje prowadzenia dyskusji tak, żeby używać argumentów przedstawiając swoje racje i pisały przemówienia, czytały poezje i literaturę klasyczną. Angielski akcent miała do końca życia. Kiedy wróciła, okazało się, że jest daleko do przodu w nauce w stosunku do brooklińskich rówieśniczek i bez trudności dostała się do prestiżowej, eksperymentalnej szkoły dla dziewcząt



Wystawa w Museum of the City of New York poświęcona Shirley Chisholm z okazji stulecia jej urodzin

przy 457 Nostrand Avenue w Bedford Stuyvesant.

Shirley zdobyła stypendia, między innymi do Vassar, ale jej rodziców nie było stać na wszystkie dodatkowe opłaty. Ciężko obydwójce pracowali- mama jako krawcowa, ojciec w fabryce- i oprócz niej mieli jeszcze trzy córki. Nie chcieli jednak, żeby rezygnowała z wyższego wykształcenia, posłała więc do Brooklyn College. Uwielbiała debatować, była liderką klubu dyskusyjnego, profesorowie namawiali, żeby zaczęła myśleć o karierze politycznej. Odpowiedziała, że nie da rady przeskoczyć "podwójnego utrudnienia", które choć od niej niezależne, wyznaczyło tor jej życia; jest kobietą i jest czarnoskóra.

Bardzo aktywna, oprócz Delta Sigma Theta i innych stowarzyszeń, chciała wstąpić do klubu towarzyskiego. Odmówiono jej uzasadniając, że nie przyjmują osób- jak wtedy mówiono- kolorowych. Założyła więc własny klub.

Zdecydowała, że zostanie nauczycielką, ale specjalizowała się w socjologii i hiszpańskim. Ukończyła college z wyróżnieniem i wyszła za mąż za prywatnego detektywa, ale nie był to najlepszy wybór, nie mniej, wybiegając w przyszłość, rozwiedli się dopiero po 27 latach małżeństwa. Na razie pracuje w przedszkolu i znów zaczęła się uczyć. Uzyskała tytuł magistra w zakresie edukacji wczesnoszkolnej na Uniwersytecie Columbia. Dziesięć lat później została konsultantką Wydziału Opieki Diennej miasta Nowy Jork.

Działa w kilku jednocześnie stowarzyszeniach wspierających kobiety, namawia do głosowania, poznaje ludzi. Szczupła, energiczna, konkretna. - Musimy odrzucić nie tylko stereotypy, które mają na nasz temat inni, ale także stereotypy, które mamy na temat samych siebie- tłumaczy, namawiając kobiety do działań społecznych i walki o równouprawnienie. To wciąż czasy w których kobieta musi w banku przedstawiać zgodę męża na założenie konta.

W politykę weszła w 1964. W miastach kulminacja protestów. W Nowym Jorku strajki. W Madison Square odbywa

się dwugodzinny spektakl z udziałem gwiazd. Dochód przeznaczono na kaucje dla walczących na rzecz praw obywatelskich na Południu. W lipcu prezydent Johnson podpisuje Civil Rights Act znoszący segregację rasową. Trwa wojna w Wietnamie.

Idzie dalej i wygrywa wybory do Kongresu. Zaczęto ją tam nazywać „Fighting Shirley”. Wprowadza ponad 50 aktów prawnych, występuje w obronie praw kobiet, domaga się zwiększenia środków na edukację i zakończenia wojny w Wietnamie. Rozmawia ze swoimi wyborczyniami i styka się, na różnych poziomach, z dyskryminacją mniej oczywistą niż rasowa, ale istniejącą. Ujęła to lapidarnie:

„Nasze społeczeństwo traci ogromną ilość talentów, ponieważ talent nosi spódnice”.

W 1972 kandydaci do nominacji zaczynają swoje kampanie. Jest to rok w którym wybucha skandal Watergate i zostaje postrzelony George Wallace, gubernator Alabamy pragnący zostać prezydentem. Dostał cztery kule, był sparaliżowany do końca życia. Napastnik wyszedł na wolność po odsiedzeniu 35. lat z 53. zasądzonych wyrokami. Napisał książkę w której tłumaczy, że chciał zaznać sławy.

Shirley zaczyna od wystąpienia w kościele na Brooklynie. Mówi, że czas już na na zmianę, której mogą dokonać jedynie kobiety. Rzadko wyjeżdża. Nie ma środków. Nie ma dla niej miejsca w debatach telewizyjnych. Dopiero, gdy jej komitet podejmuje kroki prawne, dostaje czas na jedno wystąpienie. Nie poparli jej mężczyźni z klubu czarnoskórych kongresmenów. Ma natomiast poparcie kobiet, studentów, przedstawicieli różnych mniejszości. Zdobyła 152 głosy. Nie liczyła na zwycięstwo. Była pragmatyczną kobietą, która realizowała konsekwentnie cele. Zależało jej na zrobieniu następnego wyłomu. Chciała zostać, jak to nazwała: "katalizatorem zmian".



## 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](http://www.rllawfirm.com)

Tel: 860 - 461 - 5531

## WAKACJE 2024

# 340 dni ze słońcem w roku i tylko 3,5 godz. lotu z Polski

Cypr to malownicza wyspa położona we wschodniej części Morza Śródziemnego. To jedno z najśniejszych miejsc, w którym może być aż 340 pogodnych dni. Jest to wyspiarskie państwo położone na wschodnim krańcu Morza Śródziemnego. To trzecia co do wielkości wyspa na Morzu Śródziemnym. Położona na wschód od Grecji, na południe od Turcji oraz na zachód od Syrii i Libanu. Jest członkiem Unii Europejskiej i ma wprowadzoną walutę euro.



Cypr określany jest jako Wyspa Afrodyty. Nazwa ta nawiązuje do mitologii greckiej, według której to właśnie na tej wyspie urodziła się Afrodyta – grecka bogini miłości i piękna. Według tego mitu Afrodyta powstała z piany morskiej i pojawiła się u wybrzeży Cypru. Opowieść ta przyczyniła się do reputacji wyspy jako miejsca pełnego niepowtarzalnego piękna i uroku.

Cypr słynie z pięknych plaż i czystych wód, które są idealne do pływania i nurkowania. Jego atrakcjami są także starożytne zabytki, malownicze góry Troodos czy pyszna kuchnia. Na Cyprze znajdują się także słynne kurorty takie jak Limassol, Paphos, Larnaka i Ayia Napa.

Cypr jest położony w najcieplejszej części Morza Śródziemnego. To miejsce, w którym jest od 300 do 340 dni słonecznych rocznie oraz znikoma ilość opadów. To zatem idealna

destynacja dla osób lubiących słońce i ładną pogodę.

Typowy sezon turystyczny trwa od kwietnia do listopada. Średnie temperatury wahają się od około 20 stopni Celsjusza w kwietniu do 30 stopni i więcej w czerwcu, lipcu oraz sierpniu. Zimy są łagodne, z temperaturami rzadko spadającymi poniżej 15°C, co czyni Cypr atrakcyjnym kierunkiem również poza

sezonem. Najlepszymi miesiącami na odwiedzenie są kwiecień, maj, wrzesień i październik, kiedy jest ciepło, ale nie upalnie. Aczkolwiek szczyt sezonu, trwający w trakcie polskiego lata to idealny czas na odwiedzenie Cypru dla tych, którzy lubią ciepło i wysokie temperatury - od połowy czerwca do połowy września temperatura powietrza często przekracza 35 stopni, zaś temperatura morskiej wody sięga 30 stopni Celsjusza.

Podróż z Polski na Cypr jest stosunkowo krótka i wygodna. Lot bezpośredni z Warszawy do Larnaki lub Pafos trwa około 3,5 godziny. W sezonie letnim oferta lotów jest jeszcze bardziej zróżnicowana, dzięki czemu łatwo znaleźć dogodny połączenie. Koszt lotu na Cypr jest dość tani. Choć tu oczywiście wszystko zależy od wyboru linii lotniczych, ilości przesiadek, klasy czy różnych udogodnień. Ceny wahają się od kilkuset zł do kwot wielokrotnie wyższych.

Koszt wakacji na Cyprze zależy od wielu czynników, takich jak standard zakwaterowania, wyżywienie, atrakcje turystyczne i terminy podróży. Do wyboru mamy wiele opcji zakwaterowania, począwszy od kwatery prywatnych przez apartamenty po hotele. Przykładowo – na podstawie danych na stronie Booking.com - tygodniowy pobyt dla dwóch osób w hotelu z All inclusive może kosztować od 3000 do 6000 złotych. Do kosztów należy doliczyć także np.: wynajem samochodu czy bilety wstępu do atrakcji turystycznych.

Podsumowując, Cypr to wspaniałe miejsce na wakacje. Wyspa oferuje

piękne krajobrazy, ciepły klimat i bogatą kulturę. Choć nie jest to najtańsza destynacja, to jednak otrzymamy bardzo dobrą jakość za wydane pieniądze, dzięki czemu można tam spędzić niezapomniany urlop. Jeśli szukasz słonecznego miejsca z ciekawą historią i mnóstwem atrakcji, Cypr z pewnością jest wart rozważenia.

## Tłumy Arabów na Krupówkach.

Do Zakopanego przyjechały - podobnie jak w ubiegłym roku - tłumy arabskich turystów. Grupy ubrane w hidżaby i niosące torby z zakupami najchętniej spędzają czas na Krupówkach. Sprzedawczynie mówią o tym, jak się targują, co najczęściej kupują oraz jakie problemy sprawia ich zachowanie.

Poprzedni rok był - rekordowym, jeżeli chodzi o liczbę turystów z Bliskiego Wschodu. Teraz może ich być jeszcze więcej. Według danych podhalańskich przedsiębiorców już teraz 15 proc. wszystkich turystów to osoby z krajów arabskich, z Bahrajnu, Zjednoczonych Emiratów Arabskich czy Kataru.

## 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 kiełbasami,  
szynkami,  
boczkiem,  
smalcem  
i wiejskim  
chlebem

**EDYTA KULAK**

tel: 203 224 9470

Z dostawą do domu na terenie CT

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

Reprezentujemy Ubezpieczalnie:

Travelers  
Metropolitan  
Safeco  
National Grange Mutual  
Progressive  
Kemper  
National General Formerly Tower  
Dairyland  
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

NOWA LOKALIZACJA → 244 BRIDGEPORT AVE, MILFORD, CT 06460  
Duży parking z tyłu budynku





Według gazety góralskiej są zadowoleni z takich gości. Restauratorzy opisują, że przybywszy z Bliskiego Wschodu należą do najmniej problemowych turystów.

Co kupują Arabowie? Szklane kule śnieżne, takie, które się odwraca, bo u nich nie ma śniegu, dlatego ich to bardzo ciekawi - mówi sprzedawczyni jednego ze sklepów. Popularny jest także miód, głównie spadziowy i lipowy. Dla dzieci biorą góralskie spódniczki, spineczki i korale. Kupują też duże ilości krówek. Mamy takie pudełeczka prezentowe 220 g z napisem Zakopane, to potrafią wziąć 20 sztuk - dodaje.

Dodaje, że Arabowie zawsze próbują kupić towar taniej. Bardzo się targują, chcą kupić za połowę ceny, czasem mniej, u nas to nierealne - mówi góralka.

Według niej, Arabowie są „ciężkimi klientami”. Robią niesamowity bałagan

po sobie. Jak do sklepu wpadają dzieci, czasami pięcioro lub sześcioro, to rozwalają wszystko po prostu. Krzyczą, biorą krówki do degustacji i rzucają potem papierki na podłogę. Jak dorosłym zwracam uwagę, to są wręcz zde gustowani, że ktoś śmiał im coś powiedzieć - stwierdziła.

### Słynna włoska Droga Miłości znowu otwarta dla turystów. Widoki zapierają dech w piersiach

Droga Miłości to część Lazurowej Ścieżki, słynnego szlaku, który łączy pięć miasteczek Cinque Terre we włoskiej Ligurii. Widoki zapierają tam dech w piersiach swoją urodą. Via

dell'Amore była zamknięta przez 12 lat po tym, jak osunęła się tam ziemia. Teraz znowu turyści mogą wrócić na Drogę Miłości.

Via dell'Amore łączy Riomaggiore i Manarola. Była zamknięta od czasu, gdy w 2012 r. osunęła się tam ziemia - rannych zostało wówczas czterech australijskich turystów. W sobotę 27 lipca szlak został otwarty dla miejscowych, z kolei turyści będą mogli odwiedzać to miejsce od 9 sierpnia.

Cinque Terre to jedna z atrakcji włoskiej Ligurii / Shutterstock

Utwardzona ścieżka ma tylko około 900 metrów długości. Ale jest niezwykle atrakcyjna z powodu wspaniałych krajobrazów, które można podziwiać podczas wędrowki. Prace renowacyjne kosztowały 22 mln euro i obejmowały budowę systemu stalowych

uprząży i siatek. Droga Miłości to prawdopodobnie najpopularniejszy z 48 szlaków biegnących przez wioski Cinque Terre. Gdy spogląda się w dół z tej trasy, widać morze z impetem uderzające o skały. Park Narodowy Cinque Terre znajduje się na liście światowego dziedzictwa UNESCO, a Via dell'Amore jest jego częścią.

Koniec z wyznaniem miłości na skałach

Via dell'Amore biegnie wśród skał. Widnieją na nich, wyskrobane i napisane przez turystów, wyznania miłości. Miejscowe władze ostrzegają, że teraz będą za to groziły kary. Konieczne będzie także uiszczenie opłaty za przejście trasy, wynoszącej nawet 15 euro. Przed zamknięciem drogi każdego roku przechodziło przez nią ponad 850 tys. turystów.

Źródło: dziennik.pl

## 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:

- \* rozwody
- \* sprawy rodzinne
- \* prawo do opieki nad dzieckiem
- \* alimenty

#### Oprócz tego:

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

**mówi 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**

**Mówimy po Ukraińsku**

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

## OLIMPIJSKI ZNICZ ZAPŁONAŁ W PARYŻU, IGRZYSKA OTWARTE!

Igrzyska olimpijskie w Paryżu są imprezą, na którą sportowy świat czekał nawet bardziej niż na mistrzostwa Europy w Niemczech. Multidyscyplinarność tego wydarzenia ma swoje bardzo wyraźne przewagi. Na otwarcie Francuzi zorganizowali show na... Sekwanie. O tej ceremonii otwarcia igrzysk olimpijskich będzie mówiło się długimi latami. Znicz olimpijski zapłonął z rąk duetu Marie-Jose Percec - Teddy Riner. Z trybun całe widowisko oglądało ponad 300 tysięcy ludzi, absolutnie najwięcej w historii.

Po krótkiej przerwie od sportu na najwyższym poziomie wszyscy oczekiwali na otwarcie największej imprezy całego czterolecia. Mowa rzecz jasna o igrzyskach olimpijskich. Te w tym roku odbywają się w Paryżu. Pierwsza zmagania miały już miejsce na zielonej murawie, gdzie o punkty w fazie grupowej walczyły, między innymi piłkarze i piłkarki. Wszystko odbyło się jeszcze przed ceremonią otwarcia.

Ta zaplanowana była na piątek 26 lipca o godzinie 19:30 i zapowiadała się na wielkie show. Francuzi chcieli bowiem wszystko zorganizować na Sekwanie. Sam ten fakt sprawiał, że ekscytacja tym wydarzeniem musiała być ogromna. Do organizacji całego wydarzenia zaangażowano aż 85 różnych rodzajów łodzi, 2000 artystów, prawie 7000 sportowców, 206 krajowych delegacji i wiele innych niesamowitych szczegółów. Całe wydarzenie rozpoczęło się punktualnie o 19:30 przy słynnym moście Pont d'Austerlitz.

**Igrzyska olimpijskie w Paryżu rozpoczęte. Pierwsza taka ceremonia w historii**

Na samym początku realizator zaprezentował symboliczny uścisk dłoni między prezydentem Francji Emmanuelem Macronem i Tomaszem Bachem prezesem Międzynarodowego Komitetu Olimpijskiego. Chwilę potem trójka dzieci wpłynęła na łódce w okolicy mostu, trzymając olimpijski ogień, który odebrali od Zinedine'a Zidane'a, w swoich dłoniach, a świece dymne stworzyły wielką flagę Francji, która jeszcze przez jakiś czas unosiła się nad Sekwaną. Zaraz potem barka z reprezentantami Grecji otworzyła całą defiladę na Sekwanie, a za nią pojawiły się kolejne reprezentacje.

Po kilku barkach organizatorzy przedstawili pierwszą z zaplanowanych na ten wieczór niespodzianek. Było nią wykonanie jednego z utworów legendarnej Zizi Jeanmaire przez niemniej legendarną Lady Gage. Defilada wróciła do normalnego toku przewidzianego przez organizatorów, a w międzyczasie olimpijski ogień wędrował po... dachach paryskich budynków niesiony przez nieznanego osobnika.

Na bulwarach Sekwany odtajniony został bowiem kankan, a później oddano hołd ludziom, którzy pracują nad odbudową Katedry Notre-Dame. Następnie dostaliśmy kolejny artystyczny pokaz. Tym razem ludzie zgromadzeni na trybunach mogli posłuchać występu Gojiry oraz imponujące wykonanie Habanery



Bizeta. Chwilę później na niebie pojawiło się wielkie różowe serce, a olimpijski ogień rozpalili sztuczne ognie podczas występu piosenkarki Ayi Nakamury.

Po występie młodej artystki z olimpijskim ogniem przenieśliśmy się do Luwru. Wizyta w legendarnym miejscu szybko się zakończyła i wróciliśmy do prezentacji kolejnych reprezentacji. Wszystko odbywało się już w naprawdę potężnej ulewie. Mielśmy także wstawkę z dedykacją dla młodej widowni, bo swój udział w ceremonii wzięły... minionki. Zaraz potem została pięknie odśpiewana „Marsylianka“ przez francuską mezzosopranistkę Axelle Saint-Cirel i dostaliśmy pokaz dziesięciu najważniejszych historycznie kobiet w historii Francji.

Po uroczystości zagranej i odśpiewanej „Marsyliance“ wróciliśmy do prezentacji kolejnych reprezentacji, a w międzyczasie czas na swój pokaz dostali zawodnicy jeżdżący na BMX-ach, a także mieliśmy okazję na polski akcent. Zaśpiewał bowiem nasz tenor Jakub Orliński. Po Orlińskim mogliśmy obejrzeć i wysłuchać występów francuskiego rapera Rim'K oraz francuskiej DJ'ki Barbara Butch, któremu towarzyszył pokaz mody na moście Passerelle Debilly.

**W trakcie, gdy trwał pokaz mody zobaczyliśmy także reprezentację Polski w przepięknych strojach z chorążymi w postaci Anity Włodarczyk i Przemysławem Zamojskim. Nasza kadra płynęła na jednej barce z Peru oraz Portoryko. To oznaczało, że powoli zbliżamy się do końca ceremonii i wyczekiwanego przez wszystkich momentu, bo już dawno minęliśmy półmetek. Z racji tego, że zaczynało się już robić ciemno, realizator raz po raz prezentował nam piękny widok nocnego Paryża z lotu ptaka.**

Ostatnią z zaprezentowanych reprezentacji była oczywiście Francja, która mogła liczyć na kosmiczną owację i nie można się temu dziwić. W międzyczasie pokazano także tajemniczą postać, która przez cały ten czas niosła olimpijski ogień przez Sekwanę. Wszyscy wyczekiwali już tylko tego kulminacyjnego momentu. Pojawił się też motyw jednorodności i zjednoczenia w ramach Unii Europejskiej, której flagę wyświetlono na tle lśniącej pełnym blaskiem Wieży Eiffla. Zaraz potem mogliśmy wysłuchać legendarny utwór „Freed From Desire“ a następnie „Paroles, paroles“ i wiele innych hitów muzycznych.

W przedostatniej części dostaliśmy przepiękny wykon na płonącym fortepianie Sofiane'a Pamarta, któremu

towarzyszył śpiew Juliette Armanet, a wszystko odbywało się na.. wodzie. Cała ta część z piosenką „Imagine“ Johna Lenona miała wysłać do świata sygnał o pokój, a Paryż dosłownie zamilkł. Następnie realizator skupił się na metalowym koniu, który przemierzał te sześć kilometrów Sekwany, które wcześniej musieli przebyć sportowcy na swoich barkach.

W trakcie gdy koń przemierzał wody Sekwany sportowcy zaczęli wnosić flagi wszystkich państw, które uczestniczą w igrzyskach. Wszystko odbywało się naprzeciwko Wieży Eiffla na Placu Trocadero. W końcu na ów plac na koniu wjechała postać z flagą olimpijską na plecach. Za jej plecami szła procesja z flagami wszystkich państw, a zaraz potem postać weszła po schodach, aby flagę przekazać do zawieszenia. Wszystko odbywało się oczywiście przy dźwiękach francuskiej orkiestry. Ta scena z pewnością zostanie zapamiętana na całe długie lata. Podobnie, jak cała ceremonia.

Po wniesieniu flagi usłyszeliśmy hymn olimpijski, a w tym samym czasie flaga olimpijska w strugach deszczu unosiła się ku górze. Po uroczystym odegraniu i odśpiewaniu hymnu olimpijskiego nastąpiło wręczenie lauru olimpijskiego. Ten trafił na ręce Filippo Grandiego wysokiego komisarza Narodów Zjednoczonych do spraw uchodźców. Później byliśmy świadkami kilku przemówień, na czele z tym w wykonaniu Emmanuela Macrona, a także złożenia przysięgi olimpijskiej.

Następnie na scenę znów wszedł Zinedine Zidane, a zaraz po nim odnalazł się zamaskowany człowiek z płomieniem olimpijskim, który przekazał legendarnemu piłkarzowi. Z rąk Zidane'a ogień trafił do Rafaela Nadala, który ruszył z nim w podróż na łodzi aż do wieży Eiffla. Na tejże łodzi trafił on w ręce Sereny Williams, a potem także do Carla Lewisa i Nadii Comaneci.

Od tej czwórki znicz trafił do dyrektorki turnieju na kortach imienia Rolanda Garrosa, a więc Amelie Simone Mauresmo, byłej numer jeden żeńskiego tenisa. Od byłej tenisistki ogień powędrował do byłego francuskiego koszykarza Tony'ego Parkera, który wspólnie z Mauresmo dotarł do Luwru, gdzie czekała dalsza część olimpijskiej delegacji, która przekazała go w ręce Michaela Guigou byłego piłkarza ręcznego, trzykrotnego mistrza olimpijskiego. Po Guigou ogień trafił do Laury Flessel, która rozpoczęła kolejną część tej olimpijskiej sztafety.

Ostatecznie tą dwójką, która dostąpiła wielkiego zaszczytu zapalenia ognia olimpijskiego igrzysk w Paryżu był duet Marie-Jose Percec - Teddy Riner.

## Monsignor Bojnowski Manor



5 Star Rating  
for Overall Quality Care  
by Nursing Home Compare  
[www.medicare.gov](http://www.medicare.gov)

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

[www.medicare.gov](http://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**

Znicz znajdował się na balonie, a ten kilkadziesiąt sekund po zapłonięciu odleciał wysoko w powietrze przy rytmach wyśpiewywanych przez Celine Dion. Tym anielskim głosem zakończyliśmy to absolutnie historyczne widowisko.

przez 17 dni ponad 10,5 tysiąca uczestników będzie rywalizowało w 32 dyscyplinach i 329 konkurencjach. W tym gronie nie zabraknie, rzecz jasna, Polaków. Będzie ich aż 211. Podczas ostatnich igrzysk w Tokio biało-czerwonym udało się zdobyć 14 medali. Teraz kibice mają nadzieję na poprawę tego wyniku.

## TYLE POLSCY OLIMPIJCZYCY DOSTANĄ ZA MEDAL. POTWIERDZA PREZES PKOL

**Czas na igrzyska olimpijskie 2024 w Paryżu. Elitarni polscy sportowcy przygotowują się już do rywalizacji w najważniejszym turnieju ostatnich trzech lat. Kibice mają nadzieję, że biało-czerwoni zdobędą kilkanaście medali. Radosław Piesiewicz w rozmowie z Łukaszem Jachimakiem z portalu Sport.pl wyjawiał, na jaką gratyfikację mogą liczyć medaliści francuskiej imprezy.**

Igrzyska olimpijskie w Paryżu rozpoczęły się w piątek 26 lipca. W turnieju bierze udział 211 polskich sportowców, a Radosław Piesiewicz ujawnił, ile mogą zarobić, jeżeli uda im się sięgnąć po medal.

Igrzyska olimpijskie to zwykle okazja do podsumowania ostatnich czterech lat w międzynarodowym sporcie. Tym razem sytuacja jest jednak wyjątkowa, bo z powodu pandemii covid ostatnia edycja odbyła się trzy lata temu. Nie ulega wątpliwości, że począwszy od piątku 26 lipca, w następnych trzech tygodniach oczy całego sportowego świata zwrócone będą na Paryż. Tam

**Ile pieniędzy za medale dla Polaków? "Z budżetu państwa nie mamy ani złotówki"**

Nadchodzący turniej będzie też wyjątkowy dla Radosława Piesiewicza - w końcu po raz pierwszy podejście do nich w roli prezesa Polskiego Komitetu Olimpijskiego. 43-latek udzielił interesującego wywiadu Łukaszowi Jachimakowi, w którym wyjawiał, na jakie gratyfikacje mogą liczyć polscy medaliści.

250 tysięcy złotych dla każdego za złoto, 200 tysięcy za srebro i 150 za brąz. Do tego dochodzą wycieczki z Itaki, diamenty, obrazy, a mieszkania będą pięknie wykończone przez Leroy Merlin. Jak widać, nasz budżet jest potężny. I jesteśmy gotowi na to, żeby wszystko dobrze poszło ~ przekonuje Piesiewicz.

Na tym jednak nie skończył. Gdy dziennikarz przyznał, że część obserwatorów widzi u 43-latka parcie na szkło, odpowiedział: „Wie pan, w jakiej konkurencji ja startuję? W takiej, żeby nasi zawodnicy mieli wszystko, czego potrzebują. To jest poważna konkurencja! Jeżeli ktoś myśli, że tutaj jest rzeka miodem i mlekiem płynąca, to jest w błędzie. My z budżetu państwa nie mamy ani złotówki - chciałbym, żeby to wybrzmiało. Polski



Komitet Olimpijski ani się z budżetu państwa nie utrzymuje, ani nie dostaje choćby złotówki" - wyznał, tłumacząc, że pojawia się ze sportowcami, bo tego wymagają od niego umowy sponsorskie.

Światowi sportowcy nie mogą liczyć na żadne odgórnie ustalone nagrody - z małymi wyjątkami. O wysokości gratyfikacji decydują krajowe związki. Wspomniane wyjątki dotyczą dwóch dyscyplin. Światowa Lekkoatletyka (World Athletics) obiecała każdemu

złotemu medaliście 46 tysięcy euro, a jeśli mowa o konkurencji grupowej, kwotą tą będą musieli podzielić się wszyscy uczestnicy. Jeśli zaś chodzi o boks, w grze są jeszcze większe stawki. Za zwycięstwo można liczyć na 92 tysiące euro, za srebro na 46 tysięcy, zaś za brąz - na 23 tysiące euro. Wszystko to dzięki Międzynarodowemu Stowarzyszeniu Boksu (IBA)

Na podstawie: PAP, informacje własne, Interia  
Andrzej Więciorkowski

## 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





Żona wchodzi na wagę i woła z radością:

- Kochanie, spójrz! Ubyło mi z 2 kilo!
- To dlatego, że dzisiaj nie robiłaś jeszcze makijażu.

\*\*\*

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

\*\*\*

Dlaczego żonaci mężczyźni tyją?

Kiedy mężczyzna jest kawalerem, przychodzi do domu, zagląda do lodówki, nie widzi w niej nic ciekawego, więc idzie do łóżka. Kiedy jest żonaty, przychodzi do domu, zagląda do łóżka, nie widzi w nim nic ciekawego, więc idzie do lodówki.

\*\*\*

Podczas seansu kinowego pewien pan szturcha swego sąsiada:

- Mógłby pan łaskawie przestać wreszcie chrapać?
- Hmm. Ten film jest taki nudny, niech mi pan nie mówi, że się panu podoba...
- Nie nie, ale przez pana nie mogę spać!

\*\*\*

Inżynierowie: mechanik, chemik i informatyk jadą jednym samochodem. Nagle silnik prycha, buczy, silnik gaśnie, auto staje.

- To coś z silnikiem - mówi mechanik.
- Myślę, że paliwo jest złej jakości - stwierdza chemik.
- Wsiądźmy i wsiądźmy, może to pomoże - mówi informatyk.

\*\*\*

- Tatusiu, Marsjanie to nasi przyjaciele, czy wrogowie?

- A czemu pytasz, Jasiu?
- Bo przyleciał taki wielki statek i zabrał babcię.
- Aaa, to w takim razie przyjaciele.

\*\*\*

- Panie kierowniku, chciałbym z panem pogadać w trzy oczy.

- Jak to w trzy oczy? Chyba w cztery oczy?
- Nie, tylko w trzy, bo na to co zaproponuję jedno oko trzeba będzie przymknąć.

\*\*\*

Przychodzi chłopak do kiosku i pyta:

- Czy są kartki z napisem: „Dla mojej jedynej“?
- Tak, są - odpowiada kioskarca.
- To poproszę osiem!

\*\*\*

Ksiądz na religii chciał dzieciom wytłumaczyć pojęcie „cudu“:

- Dzieci, pewien pan wchodzi na dach założyć antenę i spada na ziemię, bo się pośliznął, ale nic mu się nie stało, przeżył. Co to jest?

Nikt się nie odzywa tylko Jasiu mówi do księdza:

- Przypadek.
- No tak Jasiu ale nie o to mi chodzi. Ten pan wraca na dach i znowu spada i nic mu się nie stało. Co to jest?
- To szczęście, proszę księdza - mówi Jaś.

Ksiądz nadal chce wyjaśnić co to jest „cud“:

- No tak, ale ten sam pan trzeci już raz wchodzi na dach i znowu spada, i znowu nic mu się nie stało, przeżył. Co to jest?!
- Przyzwyczajenie!

\*\*\*

Polak we francuskiej restauracji.

Nie zna języka, jednak usiłuje coś zamówić:

- La Spagetti proszę i La piwo.
- Okazuje się, że kelner nie ma większych problemów.
- Zadowolony Polak dodaje: - La jeszcze jedno piwo.
- Znowu otrzymuje to co zamówił.

Prosząc o rachunek mówi więc do kelnera:

- La kelner widzi jak ja La dobrze po La Francusku La mówię?
- Jakbym nie był Polakiem, to byś La gównu zjadł!

\*\*\*

Pyzdra i Kwiczol pracowali w kopalni. Pewnego dnia Pyzdra skończył wcześniej i zostawił wiadomość koledze na ścianie:

- Kwiczol jak będziesz tędy szedł to zabierz moją łopatę, bo jo muszę już iść.

Na drugi dzień Pyzdra przychodzi do pracy i czyta napis na ścianie:

- Pyzdra nie wziąłem twojej łopaty bom tędy nie przechodził.

\*\*\*

Przychodzi facet do lekarza i pyta:

- Panie doktorze, dlaczego wszystkie moje dzieci są rude?

Lekarz pyta:

- Czy na pewno nie ma nikogo rudego w pańskiej lub żony rodzinie?
- Nie, nie ma panie doktorze.
- A jak często uprawiacie państwo seks?
- Raz do roku.
- No to wszystko jasne: to rdza.

\*\*\*

Dwie staruszki spotkały się po wyjściu z kościoła i tak debatują:

- Genowefo, słyszałaś, co dzisiaj na kazaniu mówił nasz Ojciec Tadiusz?
- Wiem, wiem - mówił, żeby Owsiakowi nie dawać do puszeki, bo będzie usypiał staruszki. Jeden zastrzyk i fru do nieba.
- A wiesz Genowefo, ja jednak dam 5 zł do tej puszeki, bo Tadiuszowi tyle już dałam, a nieba nie widać...

\*\*\*

Pewien młody student miał egzamin pisemny.

Siedział sobie w ostatnim rzędzie, więc mógł spokojnie pisać.

- Pss...! Masz pierwsze? - usłyszał w pewnej chwili za plecami.
- Mam.
- To daj. - student przepisał zadanie i podał do tyłu.
- Po kilku minutach.
- Pss...! Masz drugie?
- Mam.
- To daj. - student przepisał i podał.
- Po kolejnych kilku minutach.
- Pss...! Masz trzecie?
- Mam.

## Dla Miłośników

Rozwiąż krzyżówkę: wpisz słowa-odpowiedzi do odpowiednich komórek. Dowiedz się „tajnego słowa“.

1. Każdego dnia ma być ... na świeżym powietrzu.  
2. Miejsce, gdzie sprzedają leki.  
3. Rosną na grzędach, są pożyteczne dla zdrowia.  
4. Kiedy utrzymujesz ciało i własne rzeczy w czystości.  
5. Obowiązkowy odpoczynek w nocy.  
6. Zawsze żyjemy tego na dodatek do zdrowia.  
7. Roślina, używana jako przyprawa kuchenna oraz jako środek leczniczy.  
8. Źródło energii dla człowieka.  
9. Substancje, potrzebne w małej ilości dla funkcjonowania organizmu.  
10. Ćwiczenia ruchowe wykonywane w celu uzyskania ogólnej sprawności fizycznej.  
11. Lekarz, który leczy zęby.  
12. Specjalny sposób odżywiania.  
13. Rosną na drzewach, są słodkim źródłem witamin.  
14. Szkodliwe drobnoustroje, mogące spowodować chorobę człowieka.  
15. Wzmocnienie zdrowia za pomocą słońca, powietrza, wody.  
16. Przerzeczysta ciecz - podstawa życia na Ziemi.  
17. Środek do mycia rąk.  
18. ... jest cenniejsze od pieniędzy“.

TAJNE SŁOWO: [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ]

- To daj.

Po chwili, student słyszy zza pleców cichy, stłumiony głos:  
- Pss...! Zdał pan, proszę indeks...

\*\*\*

Chłopiec pyta ojca: „Tato, czy robaki są dobre do jedzenia?“.

„Nie rozmawiajmy o takich rzeczach przy obiedzie” - odpowiada tata.

Po obiedzie ojciec pyta: „No dobrze synku, o co chciałeś mnie zapytać?“.

„O nic” - mówi chłopiec - „W twojej zupie był robak, ale już go nie ma“.

\*\*\*

Tata mówi do synka: „Pamiętaj, żeby nakarmić złotą rybkę.“

Po powrocie pyta: „Nakarmiłeś rybkę?“

Syn odpowiada: „Tak, dałem jej resztki z pizzy, ale chyba nie lubi pepperoni.“

\*\*\*

Klientka w chińskiej restauracji pyta kelnerkę:

- Co pani dziś poleca? Kurczaka orientalnego czy Kaczkę w sosie słodko-kwaśnym?
- Aaa... Jeden pies.

\*\*\*

Panie doktorze - żali się facet seksuologowi.

- Moja żona zupełnie straciła zainteresowanie seksem.

- No tak ... Dam panu takie pastylki, które działają na kobiety. Proszę niepostrzeżenie wrzucić jedną do

napoju.

Wieczorem, kiedy żona poszła po kolację, mąż wrzucił pastylkę do filiżanki żony. Czeka, czeka i nic. Żadnej reakcji. zaproponował więc wino, wrzucił żonie do kieliszka drugą pastylkę, a sam też postanowił łyknąć jedną. Położyli się spać. Nagle żona zaczyna się przeciągać i mruczy namiętnie:

- Misiu, jak ja potrzebuję mężczyzny. Mąż przerażony, bo dzieje się z nim coś niedobrego, szepcze:

- O rany, ja też.

\*\*\*

Rozmawia dwóch przyjaciół:

- Słyszałem, że Twoja teściowa miała wypadek.

- Tak, szła do piwnicy po ziemniaki na obiad, na schodach potknęła się i skrzyła kark.

- I co zrobiliście?

- Spaghetti.

\*\*\*

Mały chłopczyk obserwuje swą mamę siedzącą przed lustrem i nakładającą maseczkę kosmetyczną na twarz.

- Co robisz mamoo?

- Nakładam maseczkę. No wiesz... Rozsmarowuję taki krem.

- Dlaczego?

- Żeby być piękniejszą.

Po jakimś czasie kobieta zaczęła wacikiem zbierać maseczkę z twarzy.

Chłopczyk zainteresowany zapytał:

- Poddadaś się?

Opracował Jacek Zawojski

# Magdalena Działoszyńska-Kossow

## „San Francisco. Dziki brzeg wolności.“

Książka po części w formie reportażu, po części dokumentu przedstawiającego jedno z najsławniejszych miast świata w nowej, aktualnej odsłonie. Dzięki książce poznajemy San Francisco od podstaw, tj. od ciekawego położenia geograficzno-geologicznego. Miasto zbudowane na półwyspie, między Pacyfikiem a Zatoką San Francisco i cieśniną Golden Gate, na dwóch płytach tektonicznych, których ruchy skutkują dość częstymi trzęsieniami ziemi o różnej intensywności. Miejsce o specyficznym klimacie generowanym przez zimny prąd kalifornijski. Miasto o burzliwej historii powstania oraz rozkwitu w czasie gorączki złota. Dowiadujemy się o pierwszych osadnikach i budowniczych miasta, ludziach zdeterminowanych, przybywających do Kalifornii z całej Ameryki oraz z Azji w poszukiwaniu bogactwa i wolności. Autorka przybliżyła nam San Francisco poprzez charakterystykę kilku dzielnic. Z jednej strony piękne, położone na wzgórzach dzielnice ludzi bogatych, miejsca o ciekawej architekturze. Z drugiej strony dzielnice zdominowane przez biedotę i bezdomnych jak dzielnica Tenderloin, miejsca niebezpieczne, brudne i śmierdzące, przed którym ostrzega się turystów w internecie. Poznajemy miasto fascynujące i przerażające, pełne sprzeczności. Poznajemy też cały obszar metropolitalny położony wokół Zatoki San Francisco, liczący około 7 milionów ludzi. W poznaniu miasta, całej aglomeracji, łącznie z Doliną Krzemową, bardzo pomagają mapki zamieszczone na początku i końcu książki.



Najciekawszym zagadnieniem poruszonym w książce jest pochodzenie i życie mieszkańców metropolii San Francisco Bay Area. Ten rejon zamieszkują Amerykanie (głównie pochodzenia niemieckiego, irlandzkiego, włoskiego), także Latynosi, Meksykanie oraz Azjaci (m. in. Chińczycy, Japończycy, Hindusi). San Francisco to miasto wielu kultur, przyciągające artystów. Dawniej pełne hipisów, a obecnie gejów, zwolenników LGBT. Uznawane za miejsce rozluźnienia norm obyczajowych, duży ośrodek dla homoseksualistów. Ale to także miasto przedsiębiorców, robotników, naukowców, intelektualistów oraz informatyków i inżynierów z Doliny Krzemowej. Odnosi się wrażenie, że

mieszkańcami San Francisco są w przewadze ludzie samotni lub żyjący w wolnych związkach, nastawieni wyłącznie na rozwój kariery. Autorka zwraca uwagę, że bolączką miasta jest problemem bezdomności (około 30 tysięcy bezdomnych na niespełna 900 tysięcy mieszkańców) oraz narkomanii i przestępczości.

W rozdziale „Czarna siła“ znajdziemy informacje dotyczące czarnoskórych mieszkańców San Francisco, o czasie i przyczynach napływu Afroamerykanów na zachodnie wybrzeże, o ich wpływie na rozwój tego rejonu, o rozwijającym się rasizmie, o powstaniu partii Czarne Pantery z bazą w Oakland i jej działalnością, która rozszerzyła się na inne stany USA, oraz o współczesnej sytuacji tej mniejszości w metropolii Bay Area (rejon zatoki San Francisco).

Dzięki autorce i jej rozmówcom poznajemy Dolinę Krzemową, obejmującą teren na południe od zatoki San Francisco do San Jose. Są tu ośrodki firm technologicznych jak Googl, Apple, Facebook, Intel, Hewlett-Packard, Netflix. Luksusowe zarobki i warunki pracy ściągnęły do Doliny Krzemowej młodych i wykształconych ludzi z innych stanów USA oraz cudzoziemców. Dla mieszkańców miasta San Francisco to znaczący rynek pracy w branży IT i inżynierskiej. Poznajemy specyficzne środowisko Doliny Krzemowej, świat ludzi wykształconych, bogatych, a jednocześnie samotnych, nie umiejących budować relacji, ludzi, którzy cytują za autorką: „funkcjonują

w bańce, pozbawieni kontaktu ze światem zewnętrznym, pracują nad abstrakcyjnymi celami, szukają recept na wymyślane problemy“. Autorka zwraca uwagę, że w tym środowisku rośnie ilość ludzi znerwicowanych, z depresją. W rozdziale poświęconym Dolinie Krzemowej autorka przytacza wypowiedź znanego pisarza, socjologa i publicysty Duglasa Rushkoffa, zajmującego się problemem wpływu technologii na społeczeństwo. Mając na uwadze rozwój sztucznej inteligencji i widząc zagrożenie przestrzega: „Nie można się dać ogłupić technologii, która za każdym razem gdy jej używamy poznaje nas lepiej i mądrzej, a my wręcz przeciwnie“.

Na północ od San Francisco rozwinął się przemysł winiarski z centrami w dolinach Napa i Sonoma. Winom kalifornijskim i osobom ważnym dla rozwoju tej gałęzi przemysłu poświęcono jeden z rozdziałów książki. Rozdział ciekawy, warto się z nim zapoznać.

Reasumując książka nie zalicza się do lektur lekkich, łatwych i przyjemnych, czyli takich o charakterze relaksacyjno-odprężającym. Jest skarbnicą wiedzy o San Francisco Bay Area i dedykowana czytelnikom interesującym się tym rejonem świata, a szczególnie demografom i socjologom. Dla kogoś, kto nigdy nie był w Kalifornii, to źródło wiedzy, której nie ma w przewodnikach turystycznych. Lektura nie jest łatwa w odbiorze i wymaga od czytelnika koncentracji. Zaletą jest to, że książkę można czytać fragmentami, wybierając na przykład tylko interesujące nas rozdziały. San Francisco i życie jego mieszkańców bardzo różni się od naszych polskich realiów i naszego systemu wartości. Jest jednak tak wyjątkowym miejscem, że warto je poznać bliżej.

Renata Jarzębińska-Skupień

## Kącik Poezji



### WIERSZ WIESZCZA

Dziś nie porusza nic mej duszy  
Więc czas od serca strofy sklecić  
Wystarczy tylko z miejsca ruszyć  
By swojej sławie wyjść naprzeciw.

Bardzo to sobie w ludziach cenię  
Że co dnia są strof moich głodni  
Zawsze poety jest marzeniem  
Laur wieszca dostać właśnie od nich.

I rymem tym – nieczęstochowskim  
Gdy pióro ruszy w liter galop  
Napisać wiersz – bez mała boski  
Niech recenzenci kunszt mój chwala!

Był Norwid, Asnyk i Mickiewicz  
Słowacki, Leśmian, czy też Lechoń  
Dziś wiersz klasyczny Buszman krzewi  
Co dla poezji jest pociechą.

Bo ze mnie płyną słowa wartkie  
Lecz chwila mówi – proszę zamilcz  
Ten wiersz jest przeciw tylko żartem  
A może nie? Osądźcie sami!

Krzysztof Cezary Buszman

### Ojczyzna moja

Maria Konopnicka

Ojczyzna moja to ta ziemia droga,  
Gdzie ujrzał słońce i gdzie poznał Boga,  
Gdzie ojciec, bracia i gdzie matka miła  
W polskiej mnie mowie pacierza uczyła.

Ojczyzna moja to wioski i miasta,  
Wśród pól lechickich sadzone od Piasta;  
To rzeki, lasy, kwietne niwy, łąki,  
Gdzie pieśń nadziei śpiewają skowronki.

Ojczyzna moja to praojców sława,  
Szczerbiec Chrobrego, cecorska buława,  
To duch rycerski, szlachetny a męski,  
To nasze wielkie zwycięstwa i klęski.

Ojczyzna moja to te ciche pola,  
Które od wieków zdeptała niewola,  
To te kurhany, te smętne mogiły -  
Co jej swobody obrońców przykryły.

Ojczyzna moja to ten duch narodu,  
Co żyje cudem wśród głodu i chłodu,  
To ta nadzieja, co się w sercach kwieci,  
Pracą u ojców, a piosnką u dzieci!



### Górotworzenia

Tak, to jest możliwe -  
spiać się, mieć odwagę  
tylko sobie nie ufać.  
Tworzyć niestwarzalne.  
Bawiąc się, pieśnią kłiwą  
straszyć babę Jagę.  
I, w lipcu w dłonie chuchać;  
bez tchu, maniakalnie.

Pora dla niewiary,  
czas na przywidzenia...  
Nasłuchując w muszelce  
zawodzenia syren,  
na skrót, przez moczary  
- istnieć nieistnieniem -  
by zachłysnąć się wielce  
ulotności pyłem.

Niby przez przypadek  
- dać się zwieść mirażom -  
zapomnieć o pamięci,  
zgubić i nie szukać.

Czekać, by nikt nie przyszedł  
- zawrzeć pakt z bezładem -  
a na złość wszystkim świętym  
w miejsce po drzwiach pukać.

Kazimierz Kocharński

### Panna Stuimienna

Bądź pozdrowiona o poranku  
Panno przeczysta łaski pełna  
Srebrzystą rosą rozdzwoniona  
Mgłą co się snuje nad łąkami  
W zapachu mięty i rumianku  
Podmucha wiatru rozmodlona  
I rozśpiewana skowronkami  
Panno poranna nad pannami

Bądź pozdrowiona na południe  
W promieniach słońca jaśniejąca  
Jarzębinowo koralowa  
Jarzębinowo różańcowa  
W jaśminie który pachnie cudnie  
Lotem motyli pływająca  
Bądź pozdrowiona różańcowa  
Panno prześliczna - południowa

Wieczne zorze już na niebie  
Na Anioł Pański biją dzwony  
One dziś tylko są wspomnieniem  
Bo świat zatracił się szalony  
Wspomnieniem przeto szukam Ciebie  
Panno wieczorna całodzienna  
Niech będzie Syn Twój pochwalony  
Panno przedziwna - stuimienna

Paweł Szalaj

# USA: odnowa Kościoła przez Eucharystię

**K**ościół w Stanach Zjednoczonych przeżywa proces głębokiej duchowej odnowy opartej na Eucharystii. Centralnym punktem tego procesu jest rozpoczęty 17 lipca Krajowy Kongres Eucharystyczny

„Spodziewamy się cudów, ponieważ kiedy ludzie gromadzą się w imię Jezusa, On objawia się z wielką mocą” - powiedział Radiu Watykańskiemu przewodniczący komitetu organizacyjnego. Oczekujemy głębokich nawróceń, uzdrowień i przede wszystkim prawdziwego wzrostu ducha misyjnego - dodał bp Andrew Cozzens.

Podkreślił, że odnowa Kościoła oparta na Eucharystii zdaje egzamin. Episkopat zainicjował ten proces przed dwoma laty, najpierw na szczeblu diecezjalnym, a potem przez cały ubiegły rok w parafiach, małych grupach. Była to ewangelizacja ludzi, którzy choć są katolikami nie zawsze zdają sobie sprawę, czym jest Eucharystia - mówi bp Cozzens.

Pierwszym owocem tych starań jest trwający do niedzieli w Indianapolis kongres. Ponad 50 tys. wiernych codziennie uczestniczy tam we Mszy, adoracjach i katechezach. Wcześniej od 17 maja z czterech stron Stanów Zjednoczonych



zmierzała do Indianapolis pielgrzymka z Najświętszym Sakramentem. Przebyto w sumie ponad 10 tys. km. Na różnych etapach uczestniczyło w niej 100 tys. wiernych.

Zachęcony powodzeniem tej inicjatywy Kościół w USA myśli już o kolejnym Kongresie Eucharystycznym. Poprzedni

miął miejsce w 1941 r. Teraz ma się odbywać co 10 czy nawet co 5 lat. Chcemy, aby w ten sposób nasz Kościół doświadczył głębokiej transformacji, byśmy stali się misjonarzami - mówi bp Cozzens. Podkreśla, że jest to niezbędne właśnie w naszych czasach, bo w świecie istnieje dziś wielka potrzeba Jezusa, a w Eucharystii

On oddał swoje życie za świat. Chcemy być rozpaleni, aby móc Go zanieść tym, którzy najbardziej Go potrzebują” - dodaje organizator Kongresu Eucharystycznego w Indianapolis.

W otwarciu kongresu uczestniczył nuncjusz apostolski w USA kard. Christophe Pierre. Zapewnił, że jego obecność jest znakiem bliskości Papieża Franciszka. Zachęcił amerykańskich katolików do prawdziwej odnowy eucharystycznej, która nie ogranicza się do praktyk pobożnościowych. Zaznaczył, że realna obecność to nie tylko wiara, że Jezus jest obecny pod postaciami chleba i wina, ale że uobecnia się On również w zgromadzeniu swego ludu, a nawet w tych, którzy z trudem łączą się z Nim z powodu zranień, lęku czy grzechów. Dlatego, jak zaznaczył, trzeba dostrzegać też Chrystusa w tych, którzy myślą inaczej niż my.

Krzysztof Bronk i Joseph Tulloch/  
KAI



## Sprzedam

Sprzedam zajazd gastronomiczny, Mazury, 5 pokoi, 20 km od Suwałk. tel. 860-328-9347.

Sprzedam działkę na Mazurach uzbrojona, rolna, budowlana, 0.5 ha, w centrum wsi, 20 km od Suwałk. tel. 860-328-9347

## Usługi

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

Wykonuję wszelkie prace elektryczne. Nowe domy, jak i różne naprawy. Pełne uprawnienia i ubezpieczenie. Józef 860 906 8423.

Highlander Tree Services, polska firma oferuje Polonii usługi wycinania drzew. Posiadamy licencję i ubezpieczenie. Shelton. Tel. 203-922-8803. Zenek.

## POLONIJNE PROGRAMY RADIOWE

**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.

**VOICE OF POLAND** w każdą niedzielę o godz 8:30 do 9:00, WNTY, 1120 AM. Na komputerze: POLSKIEKSPRESS@SNET.NET Aktualności, polska muzyka, koncert życzeń, kącik poezji, dzieje wybitnych Polaków, ważne wiadomości bieżące.  
Kontakt  
Teresa Borowska.  
860-229 6470



## OGŁOSZENIA za \$5

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 \_\_\_\_\_ (\$5 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.com

### REDAKCJA:

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

### WSPÓLPRACUJĄ:

Wioletta Jusiński, Izabela Pardo-Malecka, Anna Czop, Jacek Zawojski, 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

# KARTA KREDYTOWA PSFCU VISA *Elite*



- BRAK OPŁATY ROCZNEJ
- BRAK OPŁAT ZA TRANSAKCJE ZAGRANICZNE
- USŁUGA POMOCY GLOBALNEJ
- NAGRODY GOTÓWKOWE

**...I WIELE WIĘCEJ**

**Zapraszamy do naszego  
oddziału w New Britain:  
38 Broad Street  
New Britain, CT 06053  
tel. (862) 233-3507**

Wszystkie karty kredytowe PSFCU podlegają weryfikacji kredytowej i akceptacji. Wymagane członkostwo w PSFCU. Produkty nie są dostępne we wszystkich stanach. Mogą obowiązywać inne ograniczenia. W przypadku pytań dotyczących kart kredytowych oferowanych przez PSFCU prosimy o kontakt z najbliższym oddziałem lub naszym Centrum Obsługi Klienta pod numerem 1.855.PSFCU.4U. Program punktów lojalnościowych dla kart kredytowych Liberty, Premier i Signature Elite jest oferowany za pośrednictwem CURewards®. 1,25 punkta za każdego wydanego dolara oferowane jest wyłącznie dla kart Signature Elite.



1.855.PSFCU.4U  
(1.855.773.2848)  
[www.NaszaUnia.com](http://www.NaszaUnia.com)



Your savings federally insured to at least \$250,000  
and backed by the full faith and credit of the United States Government  
**NCUA**  
National Credit Union Administration, a U.S. Government Agency



PSFCU is an Equal Opportunity Lender.

# Tutaj dla New Britain.

Personal Banking | Lending | Online & Mobile Banking

Contact Damian or  
Stop By To Get Started.

Damian Milewski,  
Assistant Branch Manager  
DMilewski@ThomastonSB.com  
860.283.3729

*Chętnie pomogę  
w języku polskim!*



Thomaston  
Savings Bank  
150 Years

233 Main Street, New Britain  
ThomastonSB.com | 860.283.1874

Member FDIC | Equal Housing Lender

## OFERUJEMY:

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

15 lokalizacji  
w całym  
CONNECTICUT!

więcej informacji na:  
[www.chc1.com](http://www.chc1.com)



Community  
Health Center, Inc.