



# W CENTRUM POLSKI

GAZETA GMINY ANDRESPOL



ISSN 2450-193X

Numer 2/2023

GRUDZIEŃ 2023 r.

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY

*Na ten niezwykle czas Bożego Narodzenia  
życzymy Państwu wielu ciepłych chwil  
w gronie najbliższych.*

*Niech nowy rok 2024 będzie pełen radości  
i nadziei oraz pomyślności  
w życiu prywatnym i zawodowym.*

**Jan Woźniak**

Przewodniczący Rady Gminy  
Andrespol

**Dariusz Kubus**

Wójt Gminy  
Andrespol



## GINA BUDUJE ŻŁÓBEK W ANDRESPOLU I PRZEDSZKOLE W JUSTYNOWIE

Czeka na to wiele rodzin. Obecnie w przedszkolach brakuje około 30 miejsc. Nie mamy ani jednej prowadzonej przez gminę placówki, która sprawuje opiekę nad maluchami do lat 3. Tymczasem młodych rodzin przybywa. Przez ostatnie 3 lata w USC w Andrespolu każdego roku zarejestrowanych zostało ponad 100 nowonarodzonych dzieci. Prosta kalkulacja wskazuje, że na stosunkowo tanią opiekę liczyć mogą jedynie niektórzy rodzice. Dlatego władze gminy i radni zdecydowali o budowie pierwszego w historii gminy publicznego żłobka i kolejnego przedszkola.

### Żłobek już za półtora roku

W listopadzie 2023 r. gmina Andrespol podpisała umowę dotyczącą dofinansowania budowy i bieżącego funkcjonowania przez pierwsze 3 lata żłobka dla 40 dzieci. Ma być gotowy do końca 2025 r., będzie mieściła się przy ul. Krzywej 7. Zgodnie z założeniami projektowymi budynek będzie miał powierzchnię ok 300 mkw. Zostaną urządzone w nim 3 kolorowe sale z bezpośrednim dostępem do łazienek dostosowanych do potrzeb najmłodszych. W każdej sali znajdzie się wyjście na zewnątrz. Oprócz pomieszczeń dla

dzieci powstaną też zaplecze kuchenne, pomieszczenia socjalne i zaplecze techniczne. Plac wokół budynku zostanie ogrodzony.

Szacowany koszt budowy żłobka wyniesie ok. 3,5 mln zł, z czego 1,6 mln zł będzie pochodziło z tzw. środków zewnętrznych (1,4 mln z Krajowego Planu Odbudowy, 193 tys. zł z budżetu Państwa). Dodatkowo gmina otrzymała 1,2 mln zł na bieżące koszty działania, co oznacza, że przez pierwsze 3 lata rodzice zapłacą jedynie za wyżywienie.

### Nowe przedszkole jesienią 2025

Gmina przygotowała już plan architektoniczny i kilka dni temu złożyła wniosek o środki finansowe na budowę nowego przedszkola w Justynowie. Projekt zakłada, że nowy obiekt będzie bu-



Tak zaprojektowano budynek przedszkola

dowany obok istniejącego przedszkola przy ul. Kasprzaka 18. Powstanie na 2 działkach specjalnie w tym celu zakupionych niedawno przez gminę. Do nowego gmachu zostaną przeniesione wszystkie dzieci i personel ze starego przedszkola. Dodatkowo powstanie jeszcze jeden oddział. To dobra wiadomość, ponieważ pomieszczenia, w których obecnie przebywają maluchy, okazują się mało funkcjonalne. Nowy parterowy

budynek będzie miał 3 sale z miejscem do leżakowania, w tym 2 z nich będą mogły być okazjonalnie łączone – mają dzielić je przesuwne drzwi. W projekcie znalazły się również stołówka, łazienka dla osób

z niepełnosprawnościami, pomieszczenie do zajęć rewalidacyjnych

Investycja została wyceniona na ok. 4,7 mln zł. Gmina wystąpiła o 3,2 mln dofinansowania.



Tak zaprojektowano budynek żłobka





# Sporo zmieniło się w gminie w 2023 roku

**Mijający rok zapisuje się w historii gminy Andrespol jako czas inwestycji: budowy, remontów, zakupów oraz sówitego korzystania z pozyskanych dofinansowań. Jakie miejsca ostatnio się zmieniły? Co cieszy, z czego warto skorzystać, co zobaczyć...**

Na konto urzędu wciąż wpływają pieniądze ze zdobytych w tym roku dotacji, nadal rozliczane są faktury z wykonawcami i za zakupy. Nawet na tym etapie cyfry mówią same za siebie.

Zgodnie z planem budżetu na 2023 r. na prowadzone inwestycje: budowy, remonty, zakupy przeznaczono 59,7 mln zł. Dzięki tym środkom udało się np. zakończyć budowę boiska z pneumatycznym zadaszaniem w Wiśniowej Górze, które od stycznia ma być wynajmowane m.in. piłkarzom Widzewa i innych klubów oraz udostępniane uczniom. Tuż obok dobiega końca wznoszenie budynku zaplecza technicznego boiska. Wkrótce zawodnicy i trenerzy będą mieli do dyspozycji 6 nowych szatni z sanitariatami, pomieszczenie służące przechowywaniu powłoki pneumatycznej i sprzętu potrzebnego do utrzymania obiektu. Koszt tej inwestycji to ok. 4,4 mln zł. Ponadto na terenie Gminnego Ośrodka Sportu i Rekreacji praktycznie zakończyła się już przebudowa basenu. Koszt inwestycji to ok. 15,7 mln zł, z czego środki zewnętrzne stanowiły 9,3 mln zł, w tym 5,9 mln zł to dotacja unijna.

Skoro mowa o obiektach sportowo-rekreacyjnych, w mijającym roku całkiem

nowe oblicze zyskał Marysinek. Latem wokół stawów urządzono chodniki i szutrę dla rowerzystów. Dwa tygodnie temu zakończona została budowa ścieżki przyrodniczo-edukacyjnej, z kolorowymi tabli-



Na placu budowy basenu trwają ostatnie prace.

cami, grammi i innymi pomocami dydaktycznymi zachęcającymi do poszerzania wiedzy o przyrodzie. Rewitalizacja Marisinka kosztowała 1,4 mln zł.

Z kolei bywały Gminnego Ośrodka Kultury w Wiśniowej Górze przy ul. Tuszynskiej już mogą odliczać dni do rozpoczęcia zajęć w całkowicie odremontowanym budynku. Związane z nim prace budowlane to 3,4 mln zł.

Na mapie zakończonych inwestycji pojawiła się także świetlica KGW w Kraszewie.

Sporo zmieniło się w tym roku także w szkołach. W Bedoniu Wsi w Zespole Szkolno-Przedszkolnym im. Jana Pawła II gruntowny remont przeszły stołówka i sale dla przedszkolaków. W szkolnej stołówce rozebrano jedną ze ścian, wymieniono podłogę i gładź pokryto tynki. Sukcesywnie prowadzone są gruntowne prace remontowe we wszystkich pozostałych pomieszczeniach. W maju na tyłach istniejącego gma-

chu rozpoczęto dobudowę wschodniego skrzydła, gdzie zaprojektowano m.in. 7 sal lekcyjnych, pokój nauczycielski, bibliotekę. Nowy budynek będzie połączony z już istniejącym, ale zaprojektowano do niego

oddzielne (boczne) wyjście. Mury pną się sukcesywnie, a zakończenie budowy zaplanowano na lipiec 2024 r. Finalnie inwestycja ma kosztować ponad 9,9 mln zł.

W podstawówce w Wiśniowej Górze, powstała nowoczesna pracownia chemiczna, na ścianach pojawiły się nowe dotykowe monitory interaktywne, doposażone zostały pracownie językowe i informatyczne. W budynku liceum powstała pracownia chemiczno-fizyczna i przybyła już 4. multimedialna pracownia językowa. W klasach pojawiły się nowe tablice interaktywne, a do sali przedsiębiorczości wstawiono nowe meble. Urzędnikom udało się również pozyskać fundusze na wyposażenie wirtualnej strzelnicy, która wkrótce ma być udostępniona uczniom.

Lista okolicznych inwestycji: budów, remontów, zakupów jest długa, stąd tylko kilka kolejnych przykładów. Od jesieni osoby starsze i z niepełnosprawnościami w budynku przy ul. Rokicińskiej 125, gdzie mieści

się biblioteka i ośrodek pomocy społecznej, mają do dyspozycji windę. Jej budowa była dofinansowana przez PEFRON i kosztowała 312 tys. zł.

Udało się również zrealizować długą wyczekiwane prace związane z budową nowych sieci kanalizacyjnych wraz przyłączami, co do połowy grudnia 2023 r. kosztowało ok. 5,8 mln zł. W 2024 r. podobna inwestycja ruszy w Stróży, gdzie pojawi się również unowocześniona stacja uzdatniania wody. W mijającym roku doczekali się jej mieszkańcy Wiśniowej Góry, przez co w zapomnienie odeszły m.in. problemy ze słabym ciśnieniem. Była to inwestycja całkowicie sfinansowana z gminnej kasy. Kosztowała 2,9 mln zł. Podobna stacja powstanie w przyszłym roku w Stróży.

Nie mam zamiaru ukrywać, że temat dotyczący stanu dróg i chodników w gminie budzi emocje. Ale tu też dzieje się sporo w ramach możliwości pozyskiwania funduszy. Tegoroczne prace pochłonęły ok. 2,9 mln zł.

Obiektywnie patrząc, nie wszystko jednak idzie zgodnie z planem. Wiele wskazuje na to, że budowa wiaduktu kolejowego w Bedoniu przedłuży się o co najmniej kilka miesięcy. W 2023 nie doczekamy się nawet obiecanego przejścia na drugą stronę dla pieszych. Jak twierdzą ekipy budowlane, powodem są trudne warunki ziemne i wodne. Z tej przyczyny latem trzeba było odgradzać ściany tunelu od wód gruntowych, które go zalewały, a także zbudować dodatkowe zbiorniki odwadniające. Ledwie ruszyły prace, okazało się, że poziom wód gruntowych jest jednak wyższy, niż pierwotnie zakładano i konieczne było położenie aż 2 warstw płyt żelbetowych uszczelniających dno tunelu. Najprawdopodobniej tunel zostanie ukończony wiosną przyszłego roku.

materiał promocyjny



Rzeczpospolita  
Polska



Unia Europejska  
Europejski Fundusz  
Rozwoju Regionalnego



Gmina Andrespol realizuje projekt pn. „Budowa infrastruktury rekreacyjnej na terenie Gminy Andrespol” (RPLD.06.02.01-10-0008/20) w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa łódzkiego na lata 2014-2020 (oś priorytetowa 06 – VI. Rewitalizacja i potencjał endogeniczny regionu, działanie 02 – VI.2 Rozwój gospodarki turystycznej, poddziałanie 01 – VI.2.1 Rozwój gospodarki turystycznej).

Inwestycja obejmuje m.in. rozbudowę infrastruktury rekreacyjno-basenowej i budowę boiska sportowego z zadaszaniem. Wartość całkowita projektu wyniesie, wg. dokumentacji aplikacyjnej 15 738 060,51 zł, a kwota wsparcia ze środków Regionalnego Programu Operacyjnego 7 269 682,93 zł.

## Ważne telefony

### URZĄD GMINY ANDRESPOL

95-020 Andrespol,  
ul. Rokicińska 126  
tel./faks: 42 213 24 40  
e-mail: ug@andrespol.pl  
www.andrespol.pl  
Facebook: Andrespol – Urząd Gminy

### POLICJA - POSTERUNEK ANDRESPOL

tel. 42 213 20 07

### ZAKŁAD GOSPODARKI KOMUNALNEJ

tel. 42 213 24 57, 535 526 367

### GMINNA PRZYCHODNIA ZDROWIA

tel. 42 213 23 62

### APTEKI:

- Apteka Najlepsza dla Ciebie  
Andrespol, Rokicińska 125 D,  
tel. 42 647 00 51  
Apteka prowadzi zbiórkę leków niewykorzystanych
- Apteka ROSA,  
Andrespol, ul. Rokicińska 124  
tel. 42 213 40 97
- Apteka – Apteka Dr.Max,  
Andrespol, ul. Rokicińska 146  
tel. 573 169 239
- Apteka Dbam o Zdrowie,  
Andrespol, ul. Projektowana 16  
tel. 736 697 896
- 4 Apteka Farm-Med, Justynów,  
ul. Łódzka 37, tel. 42 236 23 31  
Apteka prowadzi zbiórkę leków niewykorzystanych



„W Centrum Polski”, gazeta gminy Andrespol. Wydawca: Gminna Biblioteka Publiczna w Andrespolu. Redaktor: Marzena Magda Maciejczyk. ADRES REDAKCJI: Gminna Biblioteka Publiczna 95-020 Andrespol, ul. Rokicińska 125; telefon – dzięki uprzejmości sekretariatu Urzędu Gminy Andrespol – 42 235 27 11; e-mail: wcentrum@andrespol.pl. Redakcja zastrzega sobie prawo skrótu materiałów nadesłanych i nie odpowiada za treść ogłoszeń płatnych. Skład, łamanie: Agencja Wydawnicza PAJ-Press. Druk: JW PROJEKT.



*Na zdjęciu dworek w czasach swojej świetności*

**Po latach popadania w ruinę bedońskiego dworku przy ul. Sienkiewicza gmina zdobyła fundusze na zabezpieczenie go przed dalszym niszczeniem. Pieniądze pochodzą z Rządowego Programu Odbudowy Zabytków i pozwoliły już m.in. na oszacowanie kosztów najpilniejszych prac przy budynku, który miał niezwykle burzliwe dzieje...**

– Miło, że nie będziemy musieli dłużej patrzeć na niszczący nasz dawny dom i rodzinny park – mówi Andrzej Korwin-Kochanowski, spadkobierca dawnych właścicieli. I pokazuje wiszącą na ścianie fotografię dworku z czasów jego świetności.

Przez dłuższą chwilę patrzę w milczeniu na dwupiętrowy budynek z kolumnami, kobietę z niemowlakiem w beczku, 2 chłopców w krakowskich strojach, mężczyznę w białej koszuli. Wydają się radośni, beztrudni...

– Dwór zbudował mój pradziadek, Jan Korwin-Kochanowski herbu Ślepowron, adwokat i sędzia spod Opoczna, który po ślubie z Eufemią Koźmińską sprowadził się do bedońskiego majątku teściów. – Andrzej Korwin-Kochanowski, jakby czytał w moich myślach, zaczyna opowiadać rodzinną historię. – Na zdjęciu, które zostało zrobione w 1924 roku, jest ich syn Roman z żoną Wandą i trojgiem dzieci, najstarszym Andrzejem, czyli moim ojcem oraz stryjami Janem i małym Piotrem. Kobieta na fotelu była ich nianią, a mężczyzna z psem pomocnikiem w domu moich dziadków. Niespełna 3 lata po zrobieniu tego zdjęcia dziadek Roman zmarł w wieku 51 lat z powodu powikłań pogrypowych. Wkrótce życie zafundowało babci kolejne nieszczęście. – Andrzej Korwin-Kochanowski zawieszając głos...

Po śmierci męża wdowa wraz z dziećmi mieszkała w dworku jedynie do wybuchu II wojny światowej. Wyrzucona przez niemieckie wojsko, najpierw schroniła się w rodzinnych stronach, w majątku w Bratoszewicach. Gdy i ten został skonfiskowany za pomoc partyzantom, uciekła z dziećmi w okolice Warszawy. Najmłodszy z synów, Piotr, wieku 20 lat w zginął w powstaniu warszawskim. Kiedy po wojnie średni syn, Jan, przyjechał do bedońskiego domu,

# Dworek Kochanowskich dostał kolejną szansę

usłyszał, że jeśli się natychmiast nie wyniesie, jako potomek dawnych dziedziców zostanie rozstrzelany. Wkrótce bedoński pałac, który w czasie wojny Niemcy przebudowali na dom mieszkalny dla swoich oficerów, park, stawy, 100 hektarów pól na mocy tzw. dekretu Bieruta przeszły na Skarb Państwa i zostały przekazane Lasom Państwowym. W pałacu zakwaterowano rodziny pracowników leśnych.

Pytam, jak to się stało, że Kochanowscy, którzy po wojnie zostali z niczym, wrócili do Bedonia?

– Strój był adwokatem, dopatrzył się, że bezprawnie odebrano nam 20 hektarów gruntów rolnych, które nie wchodziły w skład majątku Bedoń. Babcią ku-

Dopiero pod koniec życia tato nam opowiedział, jak jego mama czasem przyklekła przed ufundowaną przez naszą rodzinę pobliską kapliczką, pytając Boga: „Czym zawiniłam, że mnie taki los spotkał, żebym mieszkając w ruderze, patrzyła na swój pałac, do którego już nie mam wstępu?”. Fotografie dawnego dworku przy Sienkiewicza są cenną pamiątką również w domu Barbary Graneckiej, której rodzice byli jednymi z jego powojennych lokatorów. Zamieszkała tam w 1953 roku i spędziła ponad 40 lat.



*Pałacowe wnętrza z albumu Barbary Graneckiej*

– Wciąż mam przed oczami wysokie pokoje, ogromne okna i parapety tak szerokie, że można było na nich siadać. Pamiętam piękną klatkę schodową z małymi żółtymi kafelkami, zakreconymi drewnianymi schodami i poręczą z ciepłego w dotyku naturalnego drewna. Na podwórku mieliśmy rozłożyste drzewa i własny plac zabaw. Kiedy wrócili Kochanowscy, bawiliśmy się tam z ich młodszymi dziećmi. Do dziś noszę w sercu rodzinną atmosferę naszego domu, jedni drugim pomagali, wszyscy dbaliśmy o pałac. Bardzo żałowałam, gdy musiałam się stamtąd wyprowadzić – dodaje Barbara Granecka. I opowiada, jak w 1993 wśród mieszkańców dawnego dworku rozeszła się wieść, że Lasy Państwowe zamierzają budować w Bedoniu osiedle dla swoich pracowników. Wkrótce ruszyły prace, a kiedy ukończono pierwszy z planowanych budynków, pod pretekstem remontu przeprowadzono tam lokatorów pałacu. Niedługo potem pomysł z sadybą upadł. Pozostawiony sam sobie budynek dworku w ciągu roku popadł w ruinę. Reszty dokonał pożar, który wybuchł w 1996 roku.

– Nie liczymy, że kiedykolwiek odzyska swój dawny blask, ale bardzo byśmy chcieli, aby nasz dawny pałac i pobliski park znów mogły cieszyć okolicznych mieszkańców. Więc marzy nam się altana wśród tutejszych zabytków przyrody, gdzie będzie można organizować sąsiedzkie spotkania, koncerty. Ucieszyłby nas pokój pamięci o historii wsi i naszej rodzinie. W Bedoniu nie ma na to żadnej sali – mówią Ewa i Andrzej Korwin-Kochanowscy.

Z Rządowego Programu Odbudowy Zabytków Gminie Andrespol udało się uzyskać dokładnie 3 234 000,00 zł państwowego dofinansowania na ratowanie obiektu. Rozpoczęło już przygotowywanie dokumentacji potrzebnej do przeprowadzenia prac konserwatorskich i remontowych. W jakim zakresie zostaną ostatecznie wykonane zależy od tego ile jeszcze tzw. funduszy zewnętrznych uda się gminie pozyskać na ten zabytek. Z najnowszych wycen wynika, że wcześniej szacowane koszty choćby odbudowy okazują się znacznie wyższe, niż sądzono.



*Jedyna pamiątka z przedwojennego dworku, jaka jest w domu Andrzeja Korwin-Kochanowskiego i jego żony Ewy, to szkatułka, którą kiedyś przyniósł im jeden z okolicznych stolarzy. Usłyszeli, że jego ojciec był nadzorcą stawów, szkatułka była prezentem ich babci Wandy i wydaje mu się, że w tej sytuacji powinna wrócić do rodziny.*

piła je już jako wdowa i stanowiły jej odrębną własność. Odzyskaliśmy tę ziemię dopiero w 1956. Żeby mieć gdzie mieszkać, trzeba było wykupić od Lasów Państwowych nasze dawne budynki gospodarcze – wspomina Andrzej Korwin-Kochanowski.

Jak wracali do życia w Bedoniu?

– Mój tato Andrzej jeszcze przed wojną tuż po maturze poszedł do szkoły rolniczej w Cieszynie, aby kontynuować i rozwijać to, czego nie zdążył jego ojciec. Odebrał dyplom w czerwcu 1939 roku i tylko przez 2 miesiące cieszył się nim na własnej ziemi. Po powrocie natychmiast rzucił się więc w wir pracy. Trzeba było wszystko ze zgłiszczy podnieść, mieć z czego utrzymać rodzinę. A miał już nas wtedy 8 dzieci. Myślę, że wszyscy dorośli ciężko przeżywali przeszłość, ale w domu się na ten temat nie mówiło.

## Druhowie z OSP Justynów mają supernowoczesnego drona

Wyobraź sobie, że w trudno dostępnym terenie trwa wielogodzinna akcja poszukiwawcza z udziałem policji, a siły oraz zasoby powoli się kończą...

Ale mamy dobre wiadomości: w podobnych sytuacjach druhowie z OSP Justynów z Grupy Poszukiwawczo-Ratowniczej mogą skorzystać z pomocy psów ratowniczych oraz supernowoczesnego drona z termowizją. Dzięki temu urządzeniu są w stanie prowadzić skutecznie poszukiwania w nocy, gdy pada deszcz, śnieg, podczas gęstej mgły.

– Jako strażacy ochotnicy przez całą dobę jesteśmy dostępni dla policji jako pomoc przy poszukiwaniach osób zaginionych w terenach otwartych, oraz współpracujemy z Państwową Strażą Pożarną i okolicznymi jednostkami OSP – mówi Jacek Stefaniak, naczelnik, wiceprezes Ochotniczej Straży Pożarnej w Justynowie. – Nasze działania obejmują całe województwo. Dron jest dopełnieniem pracy psów ratowniczych – operator drona może skupić

się na przeszukiwaniu obszarów wielkopowierzchniowych, np. pól zaś przewodnicy mogą przeczesywać tereny o gęstym zalesieniu. Pozyskanie drona jest zwiększeniem całości naszego systemu poszukiwawczego. Jest on jednym z nielicznych tego typu sprzętów w skali województwa. Został zakupiony w sierpniu dzięki dotacji z Funduszu Sprawiedliwości oraz wsparciu Urzędu Gminy Andrespol za kwotę ok. 73 tys. zł. I już nieraz się przekonaliśmy, że nie tylko może przyspieszyć akcję ratowniczą, ale też zmniejszyć jej koszty – dodaje naczelnik.

Co takiego szczególnego ma w sobie ten bezałogowy statek powietrzny? W ciągu ostatnich 5 miesięcy urządzenie było wykorzystywane już kilkanaście razy. Za każdym razem użycie drona okazywało się nieocenione. Zamontowana na urządzeniu kamera termowizyjna, wychwytyjąc punkty ciepłe, jest w stanie zlokalizować człowieka lub pożar z wysokości nawet 120 metrów. Do tego dron jest wyposażony

w dalmierz, który pozwala na precyzyjne wskazanie namierzonego celu, ustalając jego współrzędne.

Poza tym pomaga poznać teren, zanim w ogóle ratownicy dotrą na miejsce, więc strażakom łatwiej jest np. ocenić, czy istnieje ryzyko zagrażające ich bezpieczeństwu albo okolicznych mieszkańców.

Jednak technologia to nie wszystko. Wbrew pozorom obsługa drona nie jest prosta. Wymaga wiedzy o samym urządzeniu i współdziałających z nim multimediami, jak na przykład oprogramowania do analizy zdjęć termowizyjnych.

– Dlatego nieustannie się szkolimy – mówi Michał Bogucki, koordynator grupy dronowej. – Na ten moment przeszkoliliśmy 11 osób. Wszyscy zdobyli podstawowe certyfikaty, a 7 z nich posiada uprawnienia umożliwiające sterowanie dronem, gdy jest poza zasięgiem wzroku lub gdy lata w trybie autonomicznym. Za kursy doszkolające płacimy około 1 tysiąca zł za każdą osobę. Stąd wciąż szukamy kolejnych źródeł pozyskiwania funduszy.



*Wiedza teoretyczna i praktyczna to jedno, lecz ważne jest również, by pamiętać, że żaden kurs i szkolenie nie zdejmuje z operatora drona odpowiedzialności. Oglądając świat z lotu ptaka, trzeba pamiętać o rozsądku, uważności i być odpornym na stres.*



## NOWE ATRAKCJE NA MARYSINKU

To niemal od zawsze idealne miejsce na odpoczynek i kontakt z niezwykłą naturą. Ale teraz można robić tam więcej. Bawić się i uczyć – kilka dni temu tuż obok małego stawu została zbudowana ścieżka przyrodniczo-edukacyjna, która składa się z ponad 30 elementów. Są wśród nich na przykład tablice edukacyjne, dzięki którym można dowiedzieć się wielu ciekawostek o pobliskich roślinach, a także zobaczyć, jak wyglądają ślady wilka, borsuka, łosia czy niedźwiedzia.

Można także przyjrzeć się muchołowce małej albo grubodziobowi zwyczajnemu. A przy okazji zagrać na leśnych cymbałach, sprawdzając, jakie dźwięki wydają różne



gatunki drzew. Ciekawym miejscem do zabawy dla najmłodszych z pewnością będzie ścieżka sensoryczna. Składa się ona z kilku modułów z wypełnieniem z kamienia, kory, piasku, mchu, krążków drewnianych, szyszek, żółdździ, żwiru i gałęzi. Relaksuje, zmusza do ćwiczeń, poszerza świat doznań. Z pewnością na dłuższą wiarę zatrzymać się przy kostkach wiedzy, czyli sześciennach z drewna, obracających się dookoła własnej osi, z których można dowiedzieć się choćby, po co i jak segregować śmieci. Inne atrakcje to skocznia z grafiką do porównywania długości naszych skoków do wyników zwierząt. Niczym kołem fortuny możemy zakreślić tablicą poznawczą z obracanymi panelami edukacyjnymi albo oglądać z bliska domek



dla owadów, który nie tylko pozwala zobaczyć, jak wygląda ul od środka. Zresztą przekonajcie się sami! A kiedy się już pobawicie, wybierzcie się na pobliski spacer albo wyruszenie na dwukilometrową ścieżkę rowerową. I uważnie się przy tym rozglądajcie. Jesienią na Marysunku zostało posadzonych blisko 600 różnych

roślin. Można zobaczyć wśród nich takie okazy jak dąb błotny, jabłoń rajaska, Bez Palibin, dereń, jaśminowiec, śnieguliczki, grab Fastigiata. Dlatego dobrze wybrać się z atlasem albo florystyczną aplikacją. Wtedy będzie można czytać o przyrodzie albo zachwycać się jej urokami, siedząc w altanie lub na ławce czy hamaku z drewna. Teraz w Marysunku zakochacie się od pierwszego spaceru.

### SPORT

## Justynowska jesień na piątkę

W listopadzie zakończyli zmagania nasi piłkarze. Mamy grudzień, ale boisko na obiekcie im. Andrzeja Lasoty dalej tętni życiem. Seniorzy mają okres roztrenowania, mimo to spotykają się na gierkach, by potrzymać formę. Młody Justynów dalej trenuje. W końcu podnoszenie piłkarskich umiejętności musi następować z treningu na trening. Koniec roku to czas podsumowań i postaramy się spojrzeć na sezon z perspektywy tego czasu.

Po zakończeniu sezonu 2022/23 w drużynie seniorów LZS Justynów nie było euforii. Piłkarze 6. miejsce w lidze odebrali w kategorii porażki. Do tego z pracy z zespołem zrezygnował trener Michał Buchowicz. Zarząd nie zasypywał gruszek w popiele. Dość szybko udało się „zakontraktować” trenera Sebastiana Maderę – byłego piłkarza kilku ekstraklasowych zespołów i trenera młodzieży w piłkarskich akademiach Widzewa i Lecha Poznań. Już pierwsze treningi z nowym trenerem pokazały piłkarzom drogę, jaką będą musieli podążać zawodnicy. Gra wysokim pressingiem, szybkie przetrzymywanie ciężaru akcji z własnej połowy pod bramkę rywali i obrona totalna całym zespołem, to miał być klucz do sukcesu według Madery. Drużynę wzmocniło siedmiu nowych piłkarzy, z czego aż sześciu z nich to gracze nie mający jeszcze 20 lat. Najbardziej przebudowana została obrona. LZS Justynów wzmocnił doświadczony Mateusz Turek, który miał zostać centralną postacią defensywy. Do pomocy dostał młodych, obiecujących i głodnych gry Sebastiana Stępnia, Marcela Doliwę i Alana Zycha. Drugą linię uzupełniono Kacprem Gumińskim, a przednią formację Erykiem Dybisiakiem. Do klubu przyszedł również Jędrzej Simiński, by wzmocnić rywalizację na pozycji bramkarza.

4 zwycięstwa w pierwszych meczach ulokowały nasz klub w czołówce. W 5. kolejce zmierzaliśmy się z drużyną Stali Niewiadów. Spadkowicz z IV ligi uznawany przez fachowców za głównego faworyta okazał się za silny. Tydzień później straciliśmy 2 punkty, remisując bezbramkowo z Concordią. Kolejne 3 zwycięstwa pozwoliły doskoczyć do czołówki i zagościć tam na dłuższą wiarę. Do tego LZS Justynów ustanowił rekord minut bez straty gola. Od 63 minuty meczu ze Stalą w 5. kolejce do 90 minuty spotkania w Drzewicy w 10. serii spotkań nasz bramkarz nie wyjmował piłki z siatki przez 477 minut. Drugi kryzys nasi piłkarze mieli w 10. i 11. kolejce. Porażka z Gerlachem była dość niespodziewana, ale w futbolu liczą się gole, a nie sytuacje bramkowe. Za to domowy mecz z Pilicą to istny rollercoaster z 5 golami i tyleż samo czerwonymi kartkami. I tak naszym zawodnikom należało się za to spotkanie duże brawo, bo grając 9 na 11, cały czas atakowali i dążyli do zwycięstwa, nie broniąc kureczowo remisu. Po tym spotkaniu padła jasna deklaracja wygrania pozostałych 4 meczów. Tak też się stało. Miały one swoich bohaterów. Najpierw w Moszczenicy Mateusz Stąporski ustrzelił hat-tricka, ratując zwycięstwo dla Justynowa w doliczonym czasie gry, potem Przemek Wilk wziął na siebie podobny ciężar w prestiżowym meczu z Zawiszą Rzgów. Mimo, iż przegrywaliśmy do 88 minuty, to 3 strzelone gole przez Przemka w 6 minut spowodowały, że Justynów oszalał ze szczęścia. Rozgrywki zakończył wyjazdowy mecz, w którym pokonaliśmy Kasztelana Żarnów 5:2, a ostatniego gola roku strzelił, ten co zaczął strzelanie, czyli Eryk Dybisiak. Gol padł, a jakże w ostatniej minucie.

Seniorzy LZS Justynów zajmują na półmetku rozgrywek 2. lokatę. Do lidera z Niewiadowa tracimy tylko 2 punkty. Nasi gracze strzelili 37 goli, tracąc tylko 15. Najwięcej goli strzelił Mateusz Stąporski. Uzbierał ich 13. Kolejny Przemek Wilk ma ich 7, a Eryk Dybisiak 5. Bramki zdobywało aż 10 graczy, więc rozłożyło się to na cały zespół. Na pewno kibice już nie mogą doczekać się wiosennej rundy, bo oglądanie naszych piłkarzy, to nie lada przyjemność dla oka. Na meczach domowych trybuna zapełnia się prawie w 100 procentach, a co ciekawe za naszym zespołem na spotkania wyjazdowe jeździ kilkudziesięcioosobowa grupa kibiców. Doprowadzenie LZS Justynów stało się modne.

Michał Pietrzykowski, LZS Justynów

## Wielka wymiana oświetlenia ulicznego w całej gminie

Będzie jaśniej na drogach i chodnikach za mniejsze pieniądze. Gminie udało się zdobyć fundusze na wymianę starych sodowych lamp na energooszczędne oprawy ledowe. UG Andrespol aplikował o dofinansowanie w połowie roku, w ramach rządowego programu „Rozświetlamy Polskę”. Był on przeznaczony na modernizację oświetlenia ulicznego. Otrzymaliśmy 2.280.000 zł, co stanowi 80 proc. wartości inwestycji. 20 proc. będzie musiała wyłożyć gmina.

Co konkretnie zyskamy? Diody LED charakteryzują się o co najmniej 60 proc. niższym zużyciem energii i dużo dłuższą żywotnością

w porównaniu do oświetlenia tradycyjnego. To przekłada się na mniejsze rachunki za energię elektryczną. Poza tym nowe oprawy są wyposażone w specjalne sterowniki, dzięki czemu będzie można dostosowywać źródło i natężenie światła do warunków panujących na drodze, co w praktyce oznacza również większe bezpieczeństwo dla pieszych i kierowców. Prace związane z wymianą około 1400 lamp będą przeprowadzane w 2024 r. Po ich zakończeniu wszystkie spośród około 2 tysięcy opraw oświetleniowych będą działać w technologii LED (energooszczędne i przyjazne środowisku).

## Spełniły się marzenia Kraszewian. Jest nowa świetlica

To długo wyczekiwana inwestycja, która posłuży gospodyniom z lokalnego Koła Gospodyń Wiejskich, a także mieszkańcom jako przyjazna przestrzeń do ciekawego spędzania wolnego czasu. Wszystkie zaplanowane prace budowlane zostały zakończone i obecnie trwają zakupy mebli oraz wyposażenia do kuchni. Wnętrze wygląda pięknie, już można się spodziewać, że będzie też przytulne jak w domu. Koło ma szansę dostać dodatkowe fundusze. To pieniądze z nagrody, jaką gmina otrzymała za frekwencję wyborczą wynoszącą powyżej 60 proc. Zgodnie z rządowym rozporządzeniem mają wpłynąć na konto urzędu do lipca 2024 i być w całości przekazane gminnym organizacjom, które w dniu wyborów parlamentarnych widniały w Krajowym Rejestrze Kół Gospodyń Wiejskich. Budowa świetlicy rozpoczęła się w 2021 roku. Inwestycja kosztowała gminę 1 705 132 zł, z czego 675 756 zł pochodziło z Rządowego Funduszu Inwestycji Lokalnych.

## Remont ośrodka kultury zakończony!

Zniknęły już rusztowania i płachty, zakrywające elewację budynku, w środku budowlańcy pakują swoje narzędzia. GOK przy u. Tuszyńskiej w Wiśniowej Górze zyskał nowe oblicze.

Inwestycja pochłonęła blisko 3,5 mln zł.

W ramach prac budowlanych, które trwały pół roku, obiekt zyskał inny dach, nową elewację oraz ocieplenie ścian zewnętrznych, panele fotowoltaiczne z własnym zasilaniem. Wymienione zostały instalacja elektryczna, kanalizacyjna i grzewcza. Widzimy nowe okna, drzwi. Są nowe tynki, podłogi z panelami, podwieszane sufity z nowoczesnym oświetleniem. Najbardziej spektakularną przemianę przeszedł hol. Przede wszystkim zobaczymy w nim nową windę, która była robiona na specjalne zamówienie i sprowadzona ze Szwecji. Chodziło o to, by nie zajmowała dużo miejsca i nie szpeciła wejścia. Schody, największa bolączka w dawnym GOK, wyjątkowo niefunkcjonalne zostały całkowicie przeprojektowane. Teraz ukrywają się za szybą windy i stały się bezpieczniejsze. Jedną z sal na górze ma całą ścinę wyłożoną lustrem, drążek dla tancerek i baletnic. Pomieszczenia do zajęć, socjalne, techniczne – wszystkie zyskały nowe oblicze. To jeszcze nie koniec, ponieważ już wkrótce rozpocznie się urządzenie sal. Na nagłośnienie i oświetlenie sceny wydane zostało prawie 600 tys. zł.



## ŚWIETNA SZKOŁA DLA PRZYSZŁYCH RODZICÓW

Właśnie mija pół roku, odkąd w Andrespolu zaczęła działać Szkoła Edukacji Przedporodowej. Mogą tu zapisać się przyszłe mamy i ojcowie, aby przygotować się na przyjście dziecka na świat. O tym, co można zyskać, uczestnicząc w zajęciach, rozmawiamy z **mgr Marleną Wasiak, położną specjalistką w dziedzinie pielęgniarstwa ginekologiczno-położniczego w Gminnej Przychodni Zdrowia przy ul. Rokicińskiej 125.**

– Jeszcze przed chwilą myślałam, że skoro wychowałam własne dziecko, mogę być ekspertem w opiece nad noworodkiem, a tu słyszę, że w świetle dzisiejszej wiedzy nie tylko nieprawidłowo bym go podnosiła, ale też karmiła czy nosiła.

– I dlatego do naszej szkoły edukacji przedporodowej zapraszamy również rodziców, których dzieci będzie dzielila spora różnica wieku. W ostatnich latach powstało wiele publikacji naukowych, które dużo zmieniły w kwestii zaleceń, jak należy opiekować się noworodkiem.

– Czyli ...

– Jeszcze kilka lat temu byliśmy nieświadomi, jak duże znaczenie ma sposób podnoszenia noworodka. Dziś przede wszystkim propagowane są techniki, które jednocześnie mają wspierać rozwój psychoruchowy maleństwa, zapewniać odpowiednie napięcie mięśni. Na przykład w świetle najnowszej wiedzy okazało się, że zamiast podnosić noworodka, podtrzymując dłońmi głowę i pupę, lepiej jest robić to z tak zwanej pozycji bocznej – najpierw delikatnie układamy dziecko na bok, następnie swoją dłoń układamy pod policzkiem, miednicę noworodka opieramy na naszym ramieniu i lekko dociskamy jego górny bark, stabilizując w ten sposób chwyt. Później wystarczy

już tylko przytulić maleństwo do swojej klatki piersiowej.

– Widzę lalki, ubranka, wanienkę. Opowie pani więcej o tym, jak wyglądają zajęcia?

– Odbywają się indywidualnie i zawsze dostosowuję ich przebieg do oczekiwań przyszłych rodziców. Nasze spotkania polegają m.in. na przyjacielskiej rozmowie, która ma przynieść odpowiedzi na pytania, rozwiać wątpliwości, wnieść konkretną wiedzę. Opowiadam m.in., jakie emocje mogą towarzyszyć ciąży, jakich dolegliwości ciężarne panie mogą się spodziewać, jak powinny prawidłowo się odżywiać i ćwiczyć. Wyjaśniam, jak zachować się w pewnych sytuacjach, które mogą wydarzyć się na sali porodowej, ale i w późniejszych okresach życia dziecka. Mam przygotowanych mnóstwo prezentacji wideo i slajdów niemal na każdy temat związany z macierzyństwem. W przychodni posiadamy piłkę do ćwiczeń pozycji pomagających zmniejszyć ból podczas pierwszego okresu porodu, plansze edukacyjne i matę m.in. do ćwiczeń rozciągających. Mamy fantom do nauki karmienia piersią, a przede wszystkim fantomy, które dokładnie oddają specyfikę ciała wcześniaka oraz maluszka o wadze ok. 3 kilogramów z przepukliną

pępkową. Dzięki temu mogę pokazać, jak pielęgnować takie miejsce. Uczę, jak stymulować rozwój niemowlaka, a także, jak udzielić mu pierwszej pomocy w sytuacjach, które tego wymagają. Poza tym w planie naszych zajęć są ćwiczenia oddechowe, relaksacyjne, demonstruję, jak zniwelować ból przy porodzie, szeroko omawiamy także temat laktacji. Z kolei panie, które wiedzą już, że nie będą rodziły siłami natury, przygotowuję na to, co je czeka, pokazuję, co robić, by szybciej wrócić do formy po cięciu cesarskim. Ponadto podczas zajęć zwracam przyszłym mamom i ich najbliższym uwagę na to, jak istotne jest wsparcie kobiety w okresie połogu, jak rozpoznać wczesne objawy depresji poporodowej i gdzie szukać wtedy pomocy.

– Kto może zapisać się na zajęcia?

– Każda kobieta w ciąży powyżej 21. tygodnia z gminy Andrespol, która posiada złożoną deklarację wyboru położnej w naszej przychodni. Przez pierwsze około 2 miesiące zajęcia odbywają się raz w tygodniu, a po 32 tygodniu ciąży możemy spotykać się 2 razy. Harmonogram ten wynika z wymogów Narodowego Funduszu Zdrowia i przewiduje do 26 darmowych zajęć teoretycznych i praktycznych. Godziny spotkań usta-



mgr Marlena Wasiak

lamy indywidualnie. Każde trwa co najmniej 90 minut, ale zawsze przedłużam je, jeśli tylko zachodzi taka potrzeba.

– Przyznam, że zaimponowała mi pani wiedzą, która niewątpliwie wykracza poza podręczniki.

– Cały personel naszej przychodni regularnie uczestniczy w różnego rodzaju szkoleniach i kursach. W każdej chwili w razie jakichkolwiek pytań, wątpliwości można przyjść na konsultację. W poradni pracują 3 położne, zawsze któraś jest na miejscu. Czekamy na wszystkich: tych, którzy dopiero rozpoczynają swoją rodzicielską karierę, ale i tych, którzy na nowo pragną w radosny sposób przygotować się do powiększenia rodziny.

Zapraszam nie tylko przyszłych rodziców. Osobą towarzyszącą może być ktoś z rodziny czy przyjaciel, kto zamierza być obecny przy porodzie.

## JEDNO PYTANIE DO...

Co zrobić, by zimą odpowiednio chronić cerę nie tylko przed mrozem, ale też smogiem i drastycznymi zmianami temperatury, gdy ze spaceru wracamy do nagrzanego pomieszczenia? Opowiada Olga Jaszczura, właścicielka Glam Studio Urody w Stróży przy ul. Tuszyńskiej.



– Większość kobiet jest świadoma, że powinnyśmy używać na noc kremów nawilżających i regenerujących, a w ciągu dnia ochronnych i odżywczych. Problem w tym, że nie do końca wiemy, czym kierować się, wybierając te na zimę. Na co powinnyśmy zwrócić uwagę przy sklepowej półce?

– Przede wszystkim o tej porze roku musimy bardzo dobrze nawilżać cerę. I tu radzę sięgnąć po kremy o zdecydowanie gęstszej, bogatszej konsystencji. Kosmetyki w formie żelowej nie są najlepszym wyborem, ponieważ co prawda nie zaszkodzą, ale też niewiele pomogą. Zbyt szybko się wchłaniają, więc nie utworzą odpowiedniej bariery ochronnej. Po nałożeniu kosmetyku nawilżającego posmarujmy cerę kremem z filtrem UV SPF minimum 30. Generalnie tego rodzaju kremy należy stosować przez cały rok jako tzw. tarczę ochronną. Latem zabezpieczą przed promieniami UVA i UVB, które wpływają na fotostarzenie się skóry. Natomiast zimą nie tylko chronią warstwę lipidową skóry przed utratą wody, ale stanowią dodatkową barierę zabezpieczającą przed szkodliwym działaniem warunków atmosferycznych.

– Jakich składników warto szukać w zimowych kosmetykach?

– Najbezpieczniej byłoby poprosić o pomoc kosmetologa, który na podstawie analizy skóry i wywiadu kosmetycznego dobierze optymalny preparat. Najważniejszym kryterium powinny być konkretne składniki dobierane w zależności od rodzaju i kondycji cery. W naszym studio jest to usługa bezpłatna. Jednym klientkom wystarczą popularne kremy do kupienia w drogerii, u innych konieczne są dermokosmetyki albo nawet specjalistyczne preparaty używane w gabinetach kosmetycznych. Często panie pytają mnie, czy nie wystarczy sięgać po kosmetyki dedykowane porze roku lub osobom w różnym wieku. Moim zdaniem to za mało, aby dać cerze wszystko, czego potrzebuje.

## Tu samodzielnie sprawdzisz stan trzeźwości

Jesteś kilka godzin po imprezie i właśnie musisz wsiąść za kierownicę? Dla pewności chcesz skorzystać z alkomatu, ale ani ty, ani nikt znajomy nim nie dysponuje takim urządzeniem. Od poniedziałku do piątku w godzinach 7:30-15:30 możesz samodzielnie bezpłatnie skontrolować promile na posterunku policji w Andrespolu. Urządzenie wisi przy dyżurce naprzeciwko wejścia. Na tablicy obok jest instrukcja obsługi sprzętu. Inny samoobsługowy alkomat dostępny jest przez całą dobę w budynku stacji paliw „Notex”. Koszt sprawdzenia to 2 zł.

## Suplementy jako prezent na Gwiazdkę?

### Przeczytaj, na co warto uważać

Na wzmocnienie, lepszą cerę, a nawet przeziębienie – kolejny suplement diety kusi w pięknym bożonarodzeniowym opakowaniu. Myślisz: idealny pomysł na prezent pod choinkę. Niekoniecznie!

Problem nie tylko w tym, że niemało tego rodzaju specyfików nie ma udowodnionej skuteczności i stąd najlepiej wybierać je z pomocą specjalistów. Trzeba też mieć na uwadze, że niektóre suplementy można przyjmować razem, a inne nie. Ale przede wszystkim preparaty te mogą wpływać na działanie już przyjmowanych leków. Jest o czym mówić, zwłaszcza jeśli myślimy o ludziach w dojrzałym wieku. Z eksperckich statystyk wynika, że co 3. osoba powyżej 65 roku życia zażywa minimum 5 różnych leków dziennie, przepisywanych przez lekarzy różnych specjalizacji. Tylko co 7. pamięta, by poinformować każdego ze specjalistów o już przyjmowanych lekach. Przez to wielu pacjentów w niekontrolowany sposób zażywa te same substancje lecznicze, co może skutkować ich przedawkowaniem, albo takie, które zakłócają działanie dotychczasowych leków. Dotyczy to także witamin.

– Teraz, gdy wiele leków dla seniorów jest dostępnych za darmo, rośnie ryzyko, że takie sytuacje będą zdarzały się jeszcze częściej. Dlatego radzę, aby zwłaszcza osoby starsze, jeśli wcześniej nie informowały swoich lekarzy o przyjmowanych lekach, porozmawiały o tym przynajmniej w aptece – mówi Sylwia Ziółek, kierownik apteki „Najlepsza dla ciebie” przy ul. Rokicińskiej 125 w Andrespolu. – Co prawda jako farmaceuci zwykle obserwujemy stałych pacjentów, wypyujemy o terapie, ale nie jesteśmy w stanie czuć nad każdym, dlatego widzę tu duże pole do popisu dla najbliższych. Warto zainteresować się, co przyjmują dziadkowie, rodzice, wybrać się wspólnie do apteki i przedyskutować farmakoterapię. Nie tylko po to, by usłyszeć, których lekarstw nie łączyć jednocześnie, które przyjmować oddzielnie, o jakich porach najlepiej je zażywać, na czczo czy w trakcie posiłku, ale też, czym nie popijać i jaką dietę wtedy stosować, jakich suplementów wtedy unikać. – dodaje farmaceutka.

**Jak przygotować się do rozmowy z farmaceutą w aptece, aby przebiegła sprawnie i wniosła jak najwięcej?**

\* Zrób spis leków, jakie przyjmujesz, także tych bez recepty i suplementów, a nawet ziół, które popijasz w ciągu dnia.

\* Wypisz objawy, jakie zaniepokoiły cię po ich zażyciu. Nie wstydź się również mówić o krępujących dolegliwościach.

\* W trakcie rozmowy nastaw się na słuchanie, nie przerywaj, nie komentuj.

\* Przyjmij, że po drugiej stronie lady stoi człowiek, który ma wiedzę w temacie i wciąż się szkoli.

\*Zaufaj i zastosuj się do porady.



# Wszyscy jesteśmy wyjątkowi

**Od dawna uważałam, że gmina Andrespol to dobre miejsce do mieszkania. Dlatego gdy w listopadzie okazało się, że w rankingu „Gmina Dobra do Życia” mamy 10. miejsce w województwie wśród gmin wiejskich, po prostu wzięłam notes, wyszłam na ulicę i zaczęłam rozmawiać o... życiu.**

Co usłyszałam? Dobre warunki to jedno, ale nasza gmina staje się wyjątkowym miejscem także dzięki aktywnym mieszkańcom, którzy integrują lokalne społeczności. To ci, bez których nie byłoby choćby tak wyjątkowej oprawy gminnych obchodów tegorocznego święta odzyskania niepodległości. Organizowali je przede wszystkim kadra i uczniowie szkoły podstawowej w Justynowie, włączyli się też nauczyciele i licealiści z klas mundurowych z Wiśniowej Góry, strażacy, muzycy z zespołu Okaryna, członkinie koła gospodyń wiejskich z Andrespola. Było uroczyste, sportowo, artystycznie i pysznie. Nie zabrakło takich atrakcji jak: wspólne tańczenie poloneza, marsz patrio-



Zespół Pieśni Ludowych „Okaryna” na gminnych obchodach Narodowego Święta Niepodległości



tyczny, uroczysty apel. Sala gimnastyczna wypełniła się po brzegi, gdy uczniowie odgrywali przepiękny spektakl patriotyczny, a muzycy występowali z wiązanką pieśni. Na boisku szkoły goście i uczestnicy spotkania rozgrzewali się przy pożywej grochówce, delectowali sałatkami, sernikami, szarlotkami.

Tymczasem członkowie Związku Dużych Rodzin Trzy Plus oraz Andrespol Aktywnie z okazji 105. rocznicy odzyskania niepodległości organizowali uroczystość w bardziej swobodnej i rodzinnej atmosferze. Najpierw pomaszzerowali z kijkami do miejsca pamięci w kraszewskim lesie, a potem nastąpił czas na rodzinną zabawę i śpiewanie pieśni przy ognisku.

Znana w Andrespolu społeczniczka, prezeska Stowarzyszenia Andrespol Aktywnie i szefowa andrespolskiego koła Związku Dużych Rodzin Trzy Plus Elżbieta Żaczek, jest wyraźnie onieśmielona, gdy mówię, jak wiele osób ją chwali i docenia. Przywołujemy z pamięci organizowane przez nią od lat rodzinne spotkania, marsze Nordic Walking, rowerowe wycieczki nie tylko po okolicy, gdzie wspólnie spędzany czas jest okazją do integracji społecznej, wzajemnej pomocy, poszerzania wiedzy. Rozmawiamy o biegu kobiet współorganizowanym przez nieformalną grupę Ekipa Abramsa na czele z Katarzyną Abramczyk, Stowarzyszenie Andrespol Aktywnie, i Gminą Andrespol, w którym uczestniczyło 150 osób. Lekarze i pielęgniarki z gminnej przychodni zdrowia pokazywali, jak kontrolować piersi, mierzyli poziom cukru, ciśnienia, robili test na depresję, a związek Dużych Rodzin prowadził warsztaty rękodzieła.

– Od dziecka miałam poczucie odpowiedzialności społecznej, uwielbiałam wszystkim dookoła pomagać, robić coś dobrego dla innych. W dorosłym życiu, gdy założyłam rodzinę, nie było na to czasu – opowiada Elżbieta Żaczek. – 10 lat temu poproszono mnie o pomoc przy organizacji pikniku, spotkałam wtedy wielu chętnych do działania, wyjątkowych ludzi. Jednocześnie zauważyłam, że w każdej takiej grupie jest potrzebny lider, poczułam, że potrafiłabym to robić. Mam w sobie ogromną chęć działania i bycia z ludźmi. Nabieram energii, gdy widzę, że wokół, nie brakuje osób, którym chce się działać, zmieniać i upiększać otaczający

nas świat. Wiele się od nich uczę, także tego, że warto zarażać pasjami.

Sztuka, hobby? Ludzi z pasjami, wybitnie zdolnych mamy w naszej społeczności wielu. Rozślawiają Andrespol nie tylko w Polsce, ale również za granicą. W październiku Zdzisław Matczak z Andrespola zdobył srebrny medal na organizowanych w Republice Czeskiej Mistrzostwach Świata Modeli Statków i Okrętów NAVIGA klasy C. Konkurowało w nich 450 modeli z 30 krajów. Replika okrętu raketowego „Metalowiec”, który wystawił tam sponsorowany przez gminę Andrespolanin, okazała się jedną z najlepszych wśród 53 modeli, klasy C2.

– Na podstawie dokumentacji planów sam robię wszystko od podstaw – opowiada Zdzisław Matczak. – Mojego „Metalowca” budowałem ponad 3 lata, poświęciłem mu około 2,5 tysiąca godzin. Trzeba było zdobyć odpowiednie materiały, na tokarce wytoczyć potrzebne elementy. Co jest najtrudniejsze? Wymyślić sposób, jak dany element zbudować – dodaje modelarz i z radością zaprasza do swojej pracowni. Opowiada o modelach, a też o ludziach, którzy go dopingują, wspierają, kibicują. Rodzinie, sąsiadach, znajomych.

Kiedy stamtąd wychodzę, mam w głowie jedną myśl: w naszej gminie jest wielu wyjątkowych ludzi, którzy na co dzień wykorzystują swoje talenty i umiejętności, aby żyło nam się lepiej i ciekawiej. Wystarczy uważniej się rozejrzeć. Może nawet we własnym domu albo wśród osób spotykanych w codziennym życiu.



Zdzisław Matczak swój zwycięski model budował ponad 3 lata

## NASZE SPRAWY

### Jak wybrać węgiel, by mieć w święta ciepło, nie przepłacić i być bardziej eko

Program „Czyste powietrze” działa! Wielu z nas zdążyło już wymienić „kopciuchy” na kotły ekologiczne, ale w okolicznych składach wciąż jest spory popyt na węgiel kamienny. Podpowiadamy, na co zwrócić uwagę, aby zimą zużyć go jak najmniej i tym samym mniej szkodzić środowisku.

Wbrew pozorom wybór nie jest prosty. Często kierujemy się wyłącznie ceną, a to może oznaczać, że kupimy nieodpowiedni opał. Wtedy za ogrzewanie finalnie zapłacimy więcej.

– Opłacalność zakupu pokazuje stosunek ceny do wartości opałowej – tłumaczy Anna Szczepaniak, właścicielka składu węgla przy ul. Brzezińskiej w Andrespolu. – Można to wyliczyć przy pomocy tego wzoru: cena za tonę [zł] podzielona przez wartość opałową [MJ/kg] = cena ciepła [zł/GJ]. Nierzadko daje się wtedy zauważyć, że opał, którego cena jest najniższa, wcale nie okazuje się najtańszym źródłem ciepła.

Zdaniem ekspertów dobry węgiel to taki, który jest odpowiednio dobrany do pieca pod względem wielkości brył, długo się pali, oddaje jak najwięcej ciepła i pozostawia niewiele popiołu. Stąd najważniejszym kryterium powinny być parametry naszego kotła i zalecenia jego producenta. Warto też zwrócić uwagę na zawartość popiołu. Im niższa, tym wyższy stopień kaloryczności i mniej zanieczyszczeń. Prawdą jest, że w przypadku kotła z nadmuchem lepiej sprawdzi się gatunek bardziej płomienny lub bardziej kaloryczny, ale...

– Radzę rozważyć zakup dwóch rodzajów węgla, ponieważ palenie węglem wysokokalorycznym rekomendowane jest przede wszystkim w mroźne dni. W przypadku dodatkowych temperatur lepszym wyborem może okazać się węgiel o mniejszej kaloryczności, bo w takich warunkach spala się efektywniej i czystiej – radzi Anna Szczepaniak. – W ubiegłym roku, gdy trzeba było osobiście wypełnić gminne deklaracje o zakup na preferencyjnych zasadach, przekonałam się, że wielu klientów nie zdaje sobie sprawy, że tzw. orzech może mieć bryły wielkości do 8 centymetrów, a kostka nawet do 20. Dlatego jeśli nie jesteśmy do końca pewni, jaki gatunek węgla kupić, radzę udać się lub zadzwonić do składu węgla i skorzystać z pomocy profesjonalistów. To nic nie kosztuje, a często pozwoli uniknąć rozczarowań i dodatkowych wydatków.

W okolicznych składach węgla można zamówić również ten sprzedawany przez sklep internetowy PGG. Zwykle jest tańszy, ale trzeba liczyć się, że będziemy musieli dodatkowo zapłacić za transport ze składu do domu.

– Takiej osobie zakładamy konto w sklepie internetowym i zamawiamy dla niej konkretny opał, a następnie drukujemy lub przesyłamy na adres mailowy blankiet do zapłaty na pocztę lub przelewem. Wtedy tak zakupiony węgiel trafia do nas na skład i odwozimy go do domu osoby, która złożyła zamówienie w PGG za naszym pośrednictwem. Dzięki temu także osoby, które nie posługują się internetem, mogą nadal w łatwy sposób kupić opał za pośrednictwem składów – mówi Anna Szczepaniak.

## Świetne spotkanie autorskie w świątecznej atmosferze

W swoich książkach stawia na autentyczność i emocje, które budzą refleksję. A kiedy nie pisze, uwielbia malować, odkrywać nowe miejsca, smaki, tradycje. O tym wszystkim i nie tylko o tym Anna Stryewska, autorka trzatomowej Sagi Klonowego Liścia opowiadała na spotkaniu autorskim zorganizowanym przez Gminną Bibliotekę Publiczną w Andrespolu. Związana z Łodzią pisarka szczególnie zaskoczyła obecnych serdecznością, otwartością i szczerością, opowiadając, skąd czerpała inspirację do pisania swoich bestsellerów. Spod jej pióra wyszły m.in. „Głowa do góry, Matyldo”, „Szara godzina”, „Chłopiec z ulicy Wschodniej”, „Kochankowie miasta” oraz pachnąca jeszcze farbą drukarską powieść „Kanadyjski raj”. Nikt, kto je przeczytał, nie ma wątpliwości, że każda z książek jest idealną propozycją na długie zimowe wieczory.



Spotkania odbyło się 5 grudnia w Centrum Usług Społecznych „Wisienka”

## Druhowie OSP Wiśniowa Góra zbierają elektrośmieci

Oni zawsze spieszą nam z pomocą. Co roku sprzedają jemiołę, by wesprzeć leczenie dziecka mieszkającego w naszej okolicy. Ale tym razem to my możemy zrobić gest, który niewiele kosztuje, a pomoże strażakom zdobyć pieniądze dla jednostki. Wystarczy, że przyniesiemy lub przywieziemy do strażnicy przy ul. Tuszyńskiej 101 niepotrzebne komputery, pralki, telewizory i wszystko, co działa na prąd lub baterie. Jeśli ktoś ma problem z dostarczeniem elektrośmieci do remizy, wystarczy, że skontaktuje się z koordynatorem akcji pod nr tel. 500 133 809. Zgromadzone elektrośmieci druhowie prześlą do recyklingu. W zamian otrzymają środki finansowe na swoją działalność. Zbiórka potrwa do 10 stycznia.

## Bilety bez zmian

Z biletów okresowych będziemy korzystać na dotychczasowych zasadach. Gmina po raz kolejny podpisała porozumienie z Łódzką Koleją Aglomeracyjną PKP Polskie Linie Kolejowe S.A., co oznacza, że nadal będzie ona dopłacać do

biletów okresowych dla pasażerów wsiadających do pociągów na stacjach Justynów i Bedoń. Bilety te honorowane są we wszystkich pojazdach lokalnego transportu zbiorowego na obszarze administracyjnym miasta Łodzi oraz w publicznych autobusach kursujących na terenie gminy Andrespol (linie 201, 202, 82B, N5B, 92A).

# Filmy przyrodnicze z Bedonia do obejrzenia całą rodziną

**Mądre, merytoryczne, ciekawe, niekiedy zabawne. Tak o filmach przyrodniczych wyprodukowanych przez bedońskie studio filmowe mówią krytycy. I polecają widzom w każdym wieku, bo nie bez powodu niemal wszystkie produkcje mogą poszczycić się nagrodami, wyróżnieniami i projekcjami na festiwalach w kraju i za granicą.**

– Tylko w tym roku nasz film „Leśne rzeki” zdobył 7 nominacji do międzynarodowych festiwali przyrodniczych oraz został finalistą włoskiego konkursu Giove International Film Festival. Sukces odniósł również „Żółw błotny. Osobliwy relikwiarz polskiej przyrody” – został oficjalnie wybrany do pokazu na Międzynarodowym Festiwalu Filmów o Migracji i Środowisku w Kanadzie. Film „Leśni zapylacze” zdobył srebrną nagrodę w kategorii przyrodniczej, a film „Życie lasu. Storczyki” znalazł się w finale festiwalu ITFF Africa – Międzynarodowego Festiwalu Filmów Turystycznych Afryka 2023 w RPA – wylicza Elżbieta Trzonek, st. specjalista w Leśnym Studio Filmowym działającym przy Ośrodku Rozwoju-Wdrożeniowym Lasów Państwowych w Bedoniu.

Tematem przewodnim filmowej i najbardziej ostatnio nagradzanej opowieści „Leśne rzeki” są urzekające magią małe i większe rzeki, przepływające przez polskie lasy. Doskonałe podwodne ujęcia pozwalają podziwiać różnego rodzaju stworzenia. Nie tylko ryby, ale również takie, o których istnieniu wielu

z nas nie miało pojęcia. Malownicze zdjęcia krajobrazów i polskich zakątków, które wyglądem bardziej przywodzą na myśl miejsca z egzotycznego świata, pokazano już milionom widzów w Europie, a także w Indiach czy Kanadzie. Z kolei film „Życie lasu. Storczyki” prezentuje polskie storczyki występujące na leśnych polanach i w lasach. Natomiast „Leśni zapylacze” to opowieść o tym, jak leśnicy w Polsce troszczą się m.in. o ginące gatunki dzikich pszczół, sadząc miododajne drzewa i krzewy, żeby zapewnić owadom pokarm w czasie ich aktywności od wiosny do jesieni.

Te i wiele innych filmów, jak choćby „Życie lasu. Grzyby”, „Leśni mocarze”, można obejrzeć w serwisie YouTube na kanale Echa Leśne oraz w języku angielskim na kanale Forest Film Studio. Piękne kadry, niespieszne tempo, krótkie, proste, pasjonujące historie, z których można się dużo dowiedzieć. Do tego znakomite połączenie obrazu i dźwięku, często z głosem Krystyny Czubówny, sprawiają



*Wcześniej w ofercie studia były audiobooki oraz wydawnictwa multimedialne. Obecnie produkowane są przede wszystkim filmy przyrodnicze. W ciągu ostatnich 30 lat powstało ich prawie 140. Pokazywano je m.in. w Albanii, Portugalii, Indiach, Kanadzie.*

że nie sposób oderwać się od ekranu. Również tego dużego, na którym w kinach wyświetlany jest obecnie ostatni z filmów studia „Dziuple i ich mieszkańcy”. Ta nieszablona produkcja stanowi wyjątkową okazję, by zobaczyć, jak toczy się życie w dziupli sikor, szpaków czy dzięcioła czarnego. Filmowcy z Bedonia nie ukrywają, że nie było łatwo je podglądać. Na przykład w dziuplach w naturalnych warunkach panuje ciemność, więc trzeba było budować sztuczne „ptasie domki” i zachęcić skrzydlatych aktorów do ich zasiedlenia, a dopiero potem, dzięki zainstalowanym kamerom i oświetleniu, można było filmować ich zachowanie.

– Dzięcioły czarne nagrywaliśmy między innymi w gałkowskim lesie w pobliżu Janówki – opowiada Michał Ogródowczyk, szef bedońskiego studia. – To ptaki, które co roku wczesną wiosną, zazwyczaj w marcu, przez 2-3 tygodnie wykuwają 2-3 nowe dziuple, z których para wybiera jedną. Tam samica składa 4-5 jaj, ale przeciętnie wychowuje troje piskląt.

Film „Dziuple i ich mieszkańcy” zobaczymy w przyszłym roku na oficjalnym pokazie, który odbędzie się w LO im. J. Karskiego w Wiśniowej Górze. A tymczasem można wykorzystać świąteczne dni, zasiąść wygodnie przed ekranem i zanurzyć się w świat przyrody. W krainy, gdzie zwierzęta stają się bohaterami i nieustannie nas zaskakują, zmuszając do refleksji na temat potęgi przyrody.

## WYDARZENIA

### Wyjątkowy orszak Trzech Króli w Kraszewie

Grupa Andrespol Aktywnie, UG Andrespol oraz Sołectwo Kraszew zapraszają do udziału w XIX edycji Marszu Nordic Walking Trzech Króli w Kraszewie, który rozpocznie się 6 stycznia o godzinie 10.00. Będzie to nie tylko spotkanie w niesamowitej atmosferze, zakończone poczęstunkiem, ogniskiem i nagrodami za najpiękniejsze korony. To również marsz – w szczytnym celu. Uczestnicząc w nim, w tym roku mamy szansę wesprzeć zbiórkę dla małej Zuzi, która walczy z nowotworem. Opłata wpisowa wynosi 20 zł. Zwolnione są z niej dzieci i nastolatki poniżej 18 lat. Do pokonania będzie ok. 7 kilometrów. Kto nie ma własnych kijków, będzie mógł je bezpłatnie wypożyczyć, a obecni na marszu instruktorzy chętnie udzielą szkolenia z prawidłowej techniki Nordic Walking. Wszyscy mający ochotę wziąć udział w tym wyjątkowym marszu, proszeni są o zgłaszanie się poprzez link dostępny na facebookowym profilu wydarzenia.

### Strażacy z Justynowa ogłosili nabór do swojej słynnej sekcji

Kto obserwował z podziwem działania druhow z OSP w Justynowie i marzył, aby choć przez moment znaleźć się na miejscu tych, którzy zajmują się poszukiwaniem i ratowaniem osób zaginionych lub poszkodowanych w wypadkach i katastrofach, dziś to marzenie może spełnić. Grupa poszukuje nowych ratowników. Chcesz rozpocząć swoją nową życiową przygodę, nauczyć się wielu ciekawych umiejętności i poznać świetnych ludzi? Jak najszybciej wypełnij ankietę zgłoszeniową dostępną pod linkiem zamieszczonym na profilu facebookowym Grupa Poszukiwawczo-Ratownicza OSP Justynów.

### Sylwestrowa zabawa w remizie

Ochotnicza Straż Pożarna w Justynowie zaprasza na huczne pożegnanie 2023 i powitanie nowego roku. Zabawa rozpocznie się o godz. 20.00 i poprowadzi ją DJ Ardi, który już nieraz uświetniał okoliczne imprezy. Organizatorzy zapewniają 3 gorące posiłki, przystawki, napoje, ciasto i oczywiście szampana o północy. Koszt zaproszenia dla 2 osób – 500 zł. Zapisy przyjmowane są pod nr tel. 609-900-340.

### Warsztaty robienia pizzy

Chyba każdy z nas próbował kiedyś pizzy, którą trudno zapomnieć. Jest okazja, by skosztować kolejnej wyjątkowej wersji. W dniu święta pizzy, czyli 17 stycznia kucharze z Pizzerii 105 przy ul. Tuszyńskiej w Wiśniowej Górze zamierzają dzielić się tajnikami włoskiej sztuki kulinarnej z najmłodszymi i zapraszają na warsztaty. Każdy uczestnik zajęć otrzyma drożdżowy podkład, na którym będzie mógł skomponować swoją autorską wersję z indywidualnym doborem dodatków. A później skosztować na miejscu swojego dzieła lub zabrać je do domu. Koszt udziału w warsztatach to 37 zł. Zapisy przyjmowane są pod nr tel. 501 119 105.

## Masz na sumieniu... nieoddane do biblioteki książki?

### Skorzystaj z okazji, by zwrócić je bez płacenia kary za zwłokę

Wszyscy czytelnicy andrespolskiej biblioteki i jej filii w Justynowie, którzy zapomnieli lub nie mogli z różnych powodów oddać wypożyczonych woluminów, mogą do końca stycznia zwrócić je bez ponoszenia jakichkolwiek regulaminowych konsekwencji za przetrzymywanie.

– Zależy nam przede wszystkim, by odzyskać utracone książki i dlatego zwracamy się z uprzejmą prośbą o przynoszenie nawet tych, które zostały wypożyczone kilka lat temu – mówi Małgorzata Kawula, dyrektor Gminnej Biblioteki Publicznej w Andrespolu. – Dotyczy to także osób, które otrzymały pisemne upomnienie wysłane pocztą.

Warto skorzystać z tzw. bibliotecznej amnestii ponieważ po pierwsze, nie ma co liczyć, że zapominalscy odejdą w zapomnienie. Po drugie, od lutego za dzień zwłoki za każdą książkę będziemy płacić 30 groszy. Przypomnijmy, że lektury szkolne możemy wypożyczać na maksymalnie 2 tygodnie, a pozostałe tytuły na miesiąc.

– Mamy nadzieję, że dzięki akcji uda się zachęcić do oddania książek także osoby, które się wstydzą. Rozumiemy, że upływające tygodnie, miesiące, lata sprawiają, że coraz trudniej nam wybrać się do biblioteki i takie sytuacje są stresujące. Ale dla nas ma znaczenia, czy książka była przetrzymywana tylko

przez kilka dni czy przez parę lat. Teraz wystarczy po prostu przyjść i położyć ją na biurku. Każdego powitamy z uśmiechem – dodaje dyrektor biblioteki.

Zaproszenie do biblioteki dla zapominalskich czytelników to także okazja do rozliczenia się z długiem dla tych, którzy nie mogą zwrócić wypożyczonych pozycji z powodu ich zagubienia czy zniszczenia. Wtedy wystarczy, że odkupią utracony tytuł, ale nie będą musieli już płacić kar za zwłokę.

**Biblioteka czynna jest w poniedziałki, środy w godz. 11.00–19.00, a we wtorki, czwartki i piątki 8.00–16.00.**

## „Przyjaciele Caffé” zapraszają po wędrujące po gminie książki

– Nie marnujemy książek, których już nie przeczytamy. Znajdźmy im nowych właścicieli, sprawmy komuś radość. Kto wie, może w ten sposób sami też trafimy na literackie perełki. – Tymi słowami Małgorzata Skrzypek, właścicielka kawiarni „Przyjaciele Caffé” przy ul. Rokicińskiej 125, zaprasza swoich klientów do dzielenia się książkami.

Co trzeba zrobić, aby się przyłączyć do andrespolskich książkomaniaków, którzy twierdzą, że książka nieczytana będzie nieśczęśliwa? Zasada jest prosta – przyjdź do kawiarni, połóż na półce jedno dzieło, zabierz inne ze sobą z podobnej kategorii. Jednora-

zowo można wymienić nie więcej niż 3 egzemplarze.

– Wiadomo, że nie wszystkich stać, żeby wciąż kupować nowe bestsellery, więc chodzi mi o to, aby ułatwić poszerzenie domowej biblioteki także mniej zamożnym mieszkańcom naszej gminy. Jednocześnie to propozycja dla osób, które chcą być eko. Ale też marzy mi się, by była to okazja do nawiązywania nowych znajomości i przyjaźni – mówi Małgorzata Skrzypek.

Dlatego w kawiarni rozdawane są kartki-zakładki, na których można napisać dedykację dla następnego czytającego. W „Przyjacie-

le Caffé” można bowiem nie tylko wymieniać utwory literackie, ale też wyciągnąć coś do poczytania na miejscu przy filiżance pysznej kawy i kawałku domowego ciasta. Przyjść, by porozmawiać o życiu lub wziąć udział w organizowanych cyklicznie spotkaniach z ciekawymi ludźmi. Przykładowo już 13 stycznia odbędą się noworoczne warsztaty sensoryczne, dzięki którym będzie można dowiedzieć się m.in., jak dobierać perfumy i poznać zapach wszystkich perfum dostępnych w polskich perfumierach. Spotkanie rozpocznie się o godz. 16.00 i potrwa 2 godziny. Koszt zaproszenia dla 1 osoby to 100 zł.



# Pomysł na prezent z sąsiedztwa

**Wbrew pozorom znalezienie bożonarodzeniowych podarunków, nie jest w naszej gminie trudne. Wystarczy zapukać do domu mieszkających w okolicy twórców rzeczy niebanalnych.**

## Szydełkowe podobizny

Na spotkanie zaprasza do domu. Parzy kawę i z rozbijającą serdecznością opowiada o sobie i odkrytej niedawno pasji. Skończyła studia magisterskie na kierunku zarządzanie i marketing. Od 8 lat prowadzi w Justynowie firmę zajmującą się grawerowaniem, wyrobem pieczętek, dostarczaniem artykułów biurowych.

– Moja przygoda z szydełkowymi maskotkami zaczęła się rok temu, gdy kuzynka przysłała mi z lotniska w Londynie zdjęcie precudnej małpki z podpisem: „Piękna, ale szalenie droga” – wspomina Anna Wazia. – Odpisałam: „Nie kupuj. Zrobię taką”. Pierwsza nie była najładniejsza, ale z czasem się wprawiłam.

Niedawno policzyła. Gdyby nie rozdawała i nie sprzedawała wydzierganych przez siebie maskotek, dorobiłaby się kolekcji liczącej prawie 150 „eksponatów”. Każdą maskotkę, każdy breloczek dokładnie pamięta, bo w każdą rzecz wkładała dużo serca, myśląc o osobie, do której trafi. Wielu nadaje imiona. Sowa Aleksander, ośmiornica Genowefa, kot Kubuś, pies Adaś.

– Na początku sama wymyślałam, co będę dziergała, podpatrywałam innych w in-



*Szydełkowe maskotki Anny Wazia można zamawiać, pisząc wiadomość na facebookowym profilu „Sploty i inne głupoty”*

terecie, dziś zazwyczaj wzoruję się na zdjęciach, które dostają wraz z zamówieniami. Wszystkie moje psy też mają swoje szydełkowe sobowtóry.

Z pobliskiego regału „spoglądają” na mnie nie tylko psy, koty, ale też kasztanowe kukielki, dinozaury, krokodyle, foki, a nawet laleczka przypominająca z wyglądu Johna Lennona.

– Szydełkowanie bardzo mnie relaksuje i sprawia radość, więc przytulankę przybywa z tygodnia na tydzień. Dzięki dziernianiu latem zarabiałam pieniądze na chemioterapię dla mojego 11-letniego pieska, ale w tej pasji najbardziej cenię to, że czuję się szczęśliwa, gdy widzę, że moja praca komuś się podoba, sprawia dzieciom radość – mówi pani Anna.

## Zegary z drewna

Był na drugim roku studiów na inżynierskich, kiedy uświadomił sobie: „To nie moja bajka” i na dobre zajął się wytwarzaniem pięknych rzeczy z drewna.

– Od dziecka lubiłem majsterkować, jednak po gimnazjum za namową taty poszedłem do technikum elektrycznego, a później z rozsądku wybrałem studia wyższe – opowiada swoją historię Marcin Kostrzewa z Andrespola. – Przez cały ten czas nie przestawałem jednak działać w drewnie. Z każdym rokiem coraz bardziej mnie to fascynowało. Obroniłem dyplom inżyniera i postawiłem wszystko na jedną kartę. Kupiłem profesjonalne narzędzia i nazwałem swoją firmę Stylowe Drewno.

Początkowo robił artystyczne wieszaki, obrazy, jednak wkrótce, dzięki zamówieniom od rodziny i znajomych, zagłębił się w świat drewnianych zegarów.

– Każdy jest inny, choćbym nawet chciał coś powielić – opowiada Marcin Kostrzewa. – I nie chodzi tylko o strukturę drewna. Często jest tak, że po skończeniu pracy patrzę na nowe dzieło i stwierdzam, że czegoś jednak brakuje. Tu dodam drzewko, tu pomaluję, tu podszlifuję. I tak oto tworzy się kolejna unikatowa kompozycja.

Pracuje głównie z drewnem, czasem sięga po stal. Chętnie realizuje zamówienia indywidualne. Szczególnie docenia klientów, którzy nie przynoszą „inspiracji z sieci”, tylko proszą o stworzenie czegoś wyjątkowego. Potem lubi słyszeć, że komuś się podoba, dowiadywać od kolejnych klientów, że przyszli z polecenia. Przyznaje, że trochę sam jest zaskoczony mocą poczty pantoflowej i internetu. Być może dlatego ostatnio zaczął szukać kolejnej przestrzeni do pracy i robić kompozycje z drewna, mchu, kamyków.



*Cuda z drewna Marcina Kostrzewy można oglądać i zamawiać poprzez facebookowy profil „Stylowe Drewno”.*

– Miałem 10 lat, gdy projektowałem pierwsze makiety statków z zapalek, więc to zajęcie traktuję trochę jak zabawę, powrót do spełnienia marzeń z dzieciństwa. Można usiąść i całkiem zanurzyć się w mikroświat prosto z bajki. Zaczynam od domku, dodaję jedną, drugą rzecz, co rusz coś przestawiam, przerabiam. Nawet jeśli wzoruję się na rysunku, ukończone dzieło często wygląda zupełnie inaczej. I to prawda, że liczba poświęconych tej pracy godzin nie zawsze przekłada się na zysk, ale ciągnie mnie ciekawość, co będzie na końcu. A potem radość tych, którzy odbierają zamówienie jest bezcenna.

## Artystyczna ceramika

Ma jedną zasadę, jeśli chodzi o jej ceramiczne naczynia. Każde musi być dopracowane w najdrobniejszych szczegółach. Pomysł, forma, materiał, wykonanie. Wszystko jest równie ważne. Jak to się stało, że ponad 10 lat temu urzędniczka z łódzkiego magistratu znalazła w sobie akurat taką pasję? I to na długo przed tym, nim ceramika tworzona w domowym zaciszu stała się modną i popularną.

– Zachęciła mnie koleżanka z pracy, która usłyszała, jak zachwycam się naczyniami oglądanymi w internecie i narzekam, że mnie na takie nie stać – wspomina Aleksandra Goździk z Andrespola. – Zapytała, dlaczego więc sama ich nie robię i zaprowadziła do pracowni przy Piotrkowskiej.

Aleksandra od razu połączyła bakcyla. Wkrótce zapisała się na zajęcia ceramiczne w łódzkim domu kultury „Widok”. Niewiele jednak z nich skorzystała. Zaczęła uczyć się

sama, podpatrując innych. Kupiła koło garncarskie, wreszcie piec. Każdego dnia godzinami tworzyła własne miski i rozdawała je rodzinie, koleżankom z pracy. Potem doszły talerze do przystawek, kubki, cukiernice, patery, maselniczki, świeczniki, wazon, które wyglądały jak rzeźby. I wreszcie artystyczne rzeźby, które stworzyła na zajęciach w warszawskiej ASP.

– Namówił mnie na te studia profesor Stanisław Brach. Spotkaliśmy się na jego werniszu w Ośrodku Propagandy Sztuki w Łodzi. Dzięki omyłce w ogłaszającym na Facebooku wydarzeniu, na wystawę dotarłam, kiedy galeria była już zamknięta. Moja determinacja przyniosła jednak skutek – otworzono dla mnie drzwi, a sam artysta oprowadzał mnie, opowiadając o swojej twórczości. Nie wiem jak to się stało, ale odważyłam się pokazać swoje prace, a wtedy on zaprosił mnie do kierowanej przez siebie Pracowni Ceramiki na Wydziale Rzeźby warszawskiej ASP – wspomina Aleksandra Goździk.

Mówi szybko, skacze po tematach. Promienieje, gdy zaczyna opowiadać o swojej pasji. Wtedy z uśmiechem przyznaje że w pracy z gliną jest coś magicznego: wycisza, pozwala oderwać się od codzienności i przenosi w świat wyobraźni, dając radość tworzenia i nieskończone możliwości.

– Lubię jak dużo dzieje się na stole, więc żartuję, że specjalizuję się w wymyślaniu nowych rzeczy, a monostylizacjom mówię kategoryczne nie. Czasem próbuję uwolnić ceramikę od jej standardowej funkcji, więc staram się wymyślać takie rzeczy, by mogły pełnić inne funkcje. Kubek stać się ozdobą stołu, patera podstawką na świecę itd. I uwielbiam ten moment, gdy okazuje się, że w trakcie wypalania moje naczynia same decydują o kolorze i wzorach, gdy szkliska się mieszają i staje się magia.



*Wyroby ceramiczne Aleksandry Goździk można zobaczyć i zamówić poprzez facebookowy profil „Aleksandra Goździk Andrespól”*

## Warto wiedzieć przed świętami, czyli jak to robią ci, którzy dobrze się na tym znają

### Co zrobić, by długo cieszyć się choinką?

Jeśli decydujemy się na zakup naturalnej choinki, najlepiej wybierzmy tę w doniczce. Będzie ją można potem zasadzić w ogrodzie. Życie bez korzeni jest krótkie. Świerk już po 2 tygodniach zaczyna wędznąć i usychać, jodła ładnie się prezentuje przez około miesiąc. Po czym poznać, że są świeżo ścięte?

– Świerk i jodła pospolita powinny być ciemnozielone i mieć sprężyste gałęzie – podpowiada Sylwia Zajdler, właścicielka centrum ogrodniczego Bombus przy ul. Rokicińskiej w Kraszewie. – U drzewek, które sprzedajemy odcinamy dolny kawałek pnia – krządek o grubości kilku centymetrów i zalecamy klientom, aby przez pierwsze 2-3 dni po zakupie trzymali drzewko w chłodnym pomieszcze-

niu na podstawce z wodą. Wtedy dobrze się nawodni i będzie stopniowo przyzwyczajało się do nowych warunków, co przedłuży jego trwałość. Kupując choinkę z korzeniami, starajmy się wybierać te w dużych donicach.

Niezależnie, czy chodzi o choinkę ciętą czy w donicy, trzymając ją w domu, trzeba zadbać o regularne nawadnianie. Przy ściętej można np. zastosować stojak z opcją nawadniania. Natomiast te w donicach najlepiej wstawić do podstawki z wodą, zwłaszcza gdy mamy ogrzewanie podłogowe. Unikniemy ryzyka, że korzenie na dnie donicy będą suche. Przy drzewku w tej opcji warto też stosować specjalny preparat do choinek, do kupienia w marketach budowlanych. Pomaga roślinie ukorzenić się, gdy zasadzimy ją w ogrodzie. I pamiętajmy, że choinki w doniczce nie trzymamy zbyt długo w domu.

### Przepis na wigilijne pierogi

Dla mnie smaki świąt to smak zupy grzybowej, kompotu z suszu i oczywiście pierogów z kiszoną kapustą i grzybami – mówi Wioletta Turek, współwłaścicielka pierogarni Wiolanka przy ul. Rokicińskiej w Andrespolu. – Jaki jest mój niezawodny przepis na pierogi?

Jak mawia moja współpracownica Ania Pira, tajemnica pulchnego ciasta tkwi w użyciu gorącej wody, a farszu w dobrze wypłukanej kapuście.

Aby przygotować ciasto z kilograma mąki, potrzebne będą 2 szklanki gorącej wody, 4 łyżki oleju oraz pół łyżeczki soli. Ciasto po zagnieceniu powinno mieć konsystencję podobną do tego na makaron, a później być cienko rozwałkowane.

Do farszu przygotowuję 1 kg kapusty kiszanej bez konserwantów, którą płuczę 2 razy i gotuję przez ok. 2 godziny, w wodzie z dodatkiem liścia laurowego, odrobiny przyprawy Vegeta, pieprzu soli do smaku. Po ugotowaniu kapustę dokładnie odsączam i drobno kroję.

Kolejne składniki farszu to podgrzybki, które moczę 2 godziny i gotuję przez 40 minut oraz 2 średnie cebule pokrojone w drobną kostkę. Następnie na dużej patelni rozgrzewam olej, rumienię cebulę, dodaję ugotowane grzyby, kapustę i wszystko razem podsmażamy przez około kwadrans.

Ulepione pierogi gotuję w osolonym wrzątku, aż wypłyną. Następnie polewam odrobiną tłuszczu, żeby się nie pokleily. Nadmiar pierogów można zamrozić.

Smacznego!