

## Kosmiczne technologie służą pacjentom w Otwocku

Urządzenia testowane przez astronautów w stacjach orbitalnych wykorzystywane do rehabilitacji w Centrum Origin w Otwocku.

● Czytaj na str. 5

## Ich troje – w restauracji w Liverpool...

Niezwykli ludzie serwują niezwykle dania w nowo otwartej restauracji w Liverpool

● Czytaj na str. 9



# PortalPOLSKA.pl

BEZPŁATNA GAZETA LOKALNA

KALISZ I OKOLICE

ISSN 2544-9672

LIPIEC 2019

Kończy się przebudowa ulicy Piwonickiej

Najciekawsze wydarzenia kulturalne w Kaliszu

## Nasz hejnał zabrzmiał w Lublinie

Czytaj na str. 2



Fot. Dominika Brzeżańska

## Pół wieku temu ludzie wylądowali na Księżycu

**P**przed odlotem z Księżyca astronauta mieli spać. Zasłonili iluminatory. Aldrin skulił się na podłodze, Armstrong usadowił na pokrywie silnika startowego, opierając się plecami o ścianę. Nogi podtrzymywał mu pasek okręcony wokół jednej z pionowo ustawionych części. Spali źle, właściwie tylko drzemali. W kabinie stało się chłodnawo, a po trzech godzinach właściwie zimno.

Przed startem pierwszej wyprawy księżycowej dziennikarze dociekali: - Jak wykorzystaliby astronauta czas, gdyby stwierdzili, że nie mogą wystartować z Księżyca? Modlili się, przesyłali bliskim ostatnie słowa pożegnania, czy też przekazywaliby informacje o Księżycu? Armstrong odpowiedział: - Woleliśmy dotąd o tym nie myśleć. Nie sądzimy, by była to prawdopodobna sytuacja. Jest po prostu możliwa... Gdyby się to wydarzyło w czasie tej wyprawy, pozostaniemy bez pomocy. Aldrin podszedł do tej kwestii bardziej praktycznie: - Ja prawdopodobnie wykorzystałbym ten czas usiłując naprawić silnik startowy.

● Czytaj na stronach 6-7

ZDARZYŁO SIĘ 50 LAT TEMU





## Ulica Łowicka zamknięta



Miejski Zarząd Dróg i Komunikacji w Kaliszu informuje, że od 12 lipca zamknięta dla ruchu będzie ulica Łowicka. Kierowcy oraz pasażerowie Kaliskich Linii Autobusowych muszą przygotować się na utrudnienia.

Zamknięcie ulicy wiąże się z jej przebudową. Z uwagi na fakt, że jest ona na trasie linii 9 i 11 autobusów Kaliskich Linii Autobusowych, będą one kursowały inną drogą. Autobusy pojadą przez ulicę Gajową, z pominięciem ulic Cieszyńskiej i Łowickiej. W czasie trwania objazdu nieczynne będą przystanki Będzińska 01 i 02. Przystanek tymczasowy dla autobusów linii nr 9 i 11 zlokalizowany zostanie na ulicy Gajowej przed skrzyżowaniem z ulicą Chocimską.

Zmiany w organizacji ruchu mogą powodować zakłócenia w punktualności kursowania autobusów na wymienionych liniach. Wszelkie informacje dotyczące rozkładu jazdy dostępne są w Punkcie Obsługi Klienta KLA przy ulicy Podmiejskiej 2A, pod numerami telefonów: 62 768 00 91/92 lub na stronie internetowej [www.kla.com.pl](http://www.kla.com.pl).

## Kończy się przebudowa ulicy Piwonickiej

Miejski Zarząd Dróg i Komunikacji w Kaliszu informuje, że kierowcy muszą liczyć się z utrudnieniami w ruchu. Kończy się kolejny etap przebudowy ul. Piwonickiej.

Prace prowadzone są na skrzyżowaniu ulic Zagorzynnek i Piwonickiej. Wiąże się to z całkowitym zamknięciem dla ruchu pojazdów ulicy Zagorzynnek na odcinku między Smolną i Piwonicką. Dojazd do posesji znajdujących na zamkniętym fragmencie możliwy jest od strony ulicy Smolnej. Ten etap prac ma zakończyć się w najbliższych dniach.

## Ciekawie zapowiada się kulturalny sierpień w Kaliszu

Kolejne koncerty z cyklu: "Muzyczny Rynek" gromadzą liczną publiczność. W lipcu dla kaliszian wystąpił zespół Big Day oraz odbył się koncert „Arie z uśmiechem i słońcem” – w repertuarze muzyki klasycznej wystąpili: Małgorzata Piotrowska – sopran, Maciej Falkiewicz – baryton oraz Monika Woźniak – fortepian.

Wszystkie występy będą odbywały się na Głównym Rynku Kalisza, o godz. 19.00.

Program następnych koncertów:

26.07. – Piotr Porada oraz Piano SONG

2.08. – Duo Kasprowicz i Marinczenko – w programie pieśni Włodzimierza Wysockiego

9.08. – Zespół muzyczny „Folusz” z solistką Katarzyną Wieczorek

16.08. – The Cuban Latin Jazz – koncert muzyki kubańskiej

23.08., g. 16.00 – Koncert Finałowy Letniej Akademii Instrumentów Błaszanych

23.08., g. 19.00 – Koncert zespołu grającego na ukulele z Preston – Anglia

30.08. – NEW BONE – jazz Kraków

Anna Błaszczuk

# Hejnał Kalisza zabrzmiał w Lublinie

Marcin Wieczorek, kaliski trębacz, kapelmistrz orkiestry dętej Ochotniczej Straży Pożarnej w Kościelnej Wsi, zagra hejnał kaliski w XXVI Ogólnopolskim Przeglądzie Hejnałów Miejskich, który odbędzie się w Lublinie 15 sierpnia 2019 r.

**O**rganizatorem przedsięwzięcia jest Ogólnopolskie Stowarzyszenie Miłośników Hejnałów Miejskich w Lublinie. Tegoroczna muzyczna podróż, w jaką zabierają widzów trębacze z kilkudziesięciu miast Polski przypada w 450. rocznicę zawarcia Unii Lubelskiej. Sejm RP, ustanowił rok 2019 Rokiem Unii Lubelskiej.

Coroczne wydarzenie muzyczne, którego głównym celem jest zaprezentowanie tradycyjnych hejnałów polskich miast i ich promowanie, stanowi dla Lublina utrwalenie tradycji hejnałowej sięgającej XVI w., kiedy to 7 maja 1575 r. rozpoczęto odgrywanie hejnału miejskiego.

Historia kaliskiego hejnału sięga XIV wieku. Postać trębacza widoczna jest na najstarszej pieczęci miasta Kalisza z 1374 r. Dokumenty z tych czasów mówią o tym, że



trębacz miejski zobowiązał się do służby na ratuszowej wieży (w tym wypatrywania pożarów) i do codziennego odgrywania hejnału w samo południe na czterech rogach tejże wieży. Po pożarze ratusza, w końcu XVIII wieku, hejnał i inne pieśni religijne, a także patriotyczne grane były z wieży kolegiackiej przez miejscowego organi-

stę. Po II wojnie światowej odstąpiono od tej tradycji.

Ponownie kaliszanie usłyszeli hejnał z kaliskiej wieży ratuszowej w 1977 r. Jest to sygnał fanfarny skomponowany przez Romana Gorzelniaka. Nagrania dokonał Adam Królak, trębacz kaliskiej Szkoły Muzycznej II stopnia. Na zamówienie Ogólnopolskiego Festiwalu

Trębaczy w Kaliszu powstał utwór na zespół instrumentów dętych, oparty na motywach hejnału kaliskiego.

Marcin Wieczorek bierze udział w przeglądzie hejnałów w Lublinie nie po raz pierwszy. Poprzez odgrywanie kaliskiego hejnału na Starym Mieście w Lublinie rozślawia nasze miasto od ponad dwudziestu lat.

## Konkurs: „Na wsi najlepiej – 12 dobrych praktyk w turystyce wiejskiej

**R**ozpoczął się konkurs Polskiej Organizacji Turystycznej, który ma wyłonić dwanaście najlepszych atrakcji turystyki wiejskiej w Polsce. Ubiegłoroczna edycja cieszyła się dużym powodzeniem, a wyłonieni laureaci oraz zgłoszone kandydaty jasno wskazały, że w polskiej wsi tkwi szeroki potencjał turystyczny.

Polska Organizacja Turystyczna rozpoczyna drugą edycję konkursu: „Na wsi najlepiej – 12 dobrych praktyk w turystyce wiejskiej”, którego celem jest wyłonienie najciekawszych miejsc i atrakcji związanych z turystyką wiejską. Wszystko, by promować dobre praktyki, wymieniać się doświadczeniami i wspierać lokalnych przedsiębiorców oraz społeczności. Celem działań POT jest zwiększenie zainteresowania taką formą turystyki i gospodarcze aktywizowanie obszarów wiejskich, bazując na ich potencjale.

- Polska wieś to wyjątkowe połączenie: tradycji, zróżnicowanej przyrody, smacz-

nej kuchni, natury, spokoju i życzliwych ludzi. Staje się modnym kierunkiem podróży, a terminy w najlepszych gospodarstwach agroturystycznych, będących laureatami poprzedniej edycji, zarezerwowane są nawet rok wcześniej. Baza noclegowa i gastronomiczna wraz z ofertą uzupełniającą stale się rozwijają, ścigając światowe trendy – mówi prezes POT Robert Andrzejczyk.

Polska Organizacja Turystyczna zaprosiła do konkursu właścicieli obiektów turystycznych, podmioty prowadzące działalność turystyczną na wsi, a także regionalne organizacje turystyczne, lokalne organizacje turystyczne, instytucje administracji samorządowej czy lokalne grupy działania. Kandydaty można zgłaszać na stronie [nawsinajlepiej.polska.travel](http://nawsinajlepiej.polska.travel) w następujących kategoriach:

- wypoczynek u rolnika,  
- wypoczynek na wsi,  
- oferta uzupełniająca wypoczynek na wsi,

- tradycyjna kuchnia polskiej wsi.

Zgłoszenia były przyjmowane do 20 lipca. Teraz prace rozpocznie kapituła konkursu, która wybierze po 3 laureatów w każdej kategorii. Zwycięskie obiekty staną się bohaterami filmów, publikacji i reportaży, a dodatkowo odwiedzą je w trakcie wizyt studyjnych blogerzy, którzy zapewnią dodatkową promocję w blogosferze.

W skład kapituły wejdą eksperci z dziedziny turystyki, kreowania i promocji produktów turystycznych, komunikacji społecznej i marketingowej. Nie zabraknie w niej także przedstawicieli, mediów oraz izb branżowych. Finałowa konferencja połączona z wręczeniem nagród odbędzie się 9 sierpnia w Warszawie.

Na realizację konkursu i kampanii „Na wsi najlepiej – 12 dobrych praktyk w turystyce wiejskiej” POT przeznaczy w 2019 r. blisko 600 tysięcy złotych. Są to środki unijne uzyskane z Programu Roz-

woju Obszarów Wiejskich i działającej w jego ramach Krajowej Sieci Obszarów Wiejskich. Główne cele tego programu, koordynowanego przez Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi, to poprawa konkurencyjności rolnictwa, zrównoważone zarządzanie zasobami naturalnymi i działania w dziedzinie klimatu oraz zrównoważony rozwój terytorialny obszarów wiejskich.

Operacja pn. „Identyfikacja, upowszechnianie i promocja dobrych praktyk w turystyce na obszarach wiejskich - kontynuacja” jest współfinansowana ze środków Unii Europejskiej w ramach Schematu II Pomocy Technicznej „Krajowa Sieć Obszarów Wiejskich” Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014-2020. KSOW jako instytucja wspierająca rozwój obszarów wiejskich organizuje nabór podmiotów zainteresowanych współpracą w ramach Krajowej Sieci Obszarów Wiejskich.

/POT/



# Kaliska firma podbija Europę



Hurtownia materiałów budowlanych Jolania, dwukrotny laureat prestiżowej nagrody Gazeta Biznesu sprzedaje towary w wielu krajach Europy. Kluczem do sukcesu jest szeroki asortyment, wysoka jakość produktów i niskie polskie ceny.

Już w kilku krajach agencja handlowa Eurotrader321.pl rozwija sieć sprzedaży ofert polskich fabryk materiałów budowlanych, dostawców Hurtowni Materiałów Budowlanych Jolania z Kalisza.

Ponad 25 lat temu ta hurtownia zaczęła działalność wtedy jeszcze dość skromnie, jak wiele powstających w tamtych pierwszych latach transformacji ustrojowej i ekonomicznej, ale odważne wychodzenie z ofertą na zagranicę mocno się opłaciło, bo obecnie ta hurtownia coraz szerzej rozwija dystrybucję szerokiego asortymentu już wielu producentów – z pomocą agencji handlowej Eurotrader321.pl

W Niemczech, Belgii, Holandii dobrze sprzedają się polskie wyroby, bo są tańsze, a technologicznie i jakością nie odbiegają od ofert tamtejszych producentów, a często je przewyższają. Tak w praktyce dokonuje się idea zjednoczonej Europy, swoboda handlu na terenie całej UE. - Polskie firmy coraz lepiej uczą się reguł gry na rynkach zagranicznych – podkreśla Jan Bajkowski, menadżer Eurotrader321.pl. – Nie mamy kompleksów, już nie jesteśmy tylko podwykonawcami, czy jakimś tylko uzupełnieniem rynków zagranicznych, ale równorzędnymi uczestnikami wymiany handlowej na coraz większą skalę.

Dostawcami Hurtowni Budowlanej Jolania są takie znane firmy produkcyjne jak: Arsanit, Betard, Cemex,

Drogbruk, Greinplast, Pohndruk, Rembet, Wienerberger oraz zapraszane są inne firmy produkcyjne do tej coraz szerszej współpracy. – Sprzedaje się za granicą kostka brukowa, cegły, pustaki, farby i lakiery i inne polskie materiały wykończeniowe – wyliczają Jan Olszewski, Waldemar Rosa i Małgorzata Rosa, zarządzający Hurtownią Jolania. - W Niemczech, Belgii, Holandii mamy nasze placówki i handlowców rozwijających sprzedaż.

Jolania to firma rodzinna, która od ponad 25 lat niezmiennie zajmuje się dystrybucją materiałów budowlanych. Początkowo działalność firma prowadziła na terenie Kalisza i okolic, ale stopniowo rozwijała i nadal rozwija sprzedaż na terenie całej Polski, jak i poza jej granicami, już w kilku krajach. Poszukuje kolejnych menadżerów, partnerów, współpracowników zagranicznych, obecnie także w Wielkiej Brytanii. Dostar-



• Siedziba firmy w Kaliszu

cza towar zarówno firmom wykonawczym, jak i indywidualnym kontrahentom. Tajemnicą sukcesu jest na-

stawienie na kompleksowy zakres działania - od sprzedaży materiałów budowlanych i wykończeniowych,

po polecenie solidnych wykonawców. Jolania wciąż dynamicznie się rozwija, za co została już dwukrotnie

wyróżniona prestiżową nagrodą Gazeta Biznesu.

(ac)



**PRACOWNICY  
Z GRUZJI I UKRAINY  
REKRUTUJEMY PRACOWNIKÓW  
BEZPOŚREDNIO DLA PRACODAWCY**



**EMULSJA POLINAK 10L**

Antyrefleksyjna farba akrylowa przeznaczona jest do dekoracyjnego malowania ścian i sufitów wewnątrz pomieszczeń.



**17,04 €**

**EMULSJA EKO-ŚNIEŻKA 10L**

Śnieżnobiała emulsja przeznaczona do malowania ścian i sufitów. Pozwala w pełni „oddychać ścianom”. Jest przyjazna dla alergików.



**15,99 €**

**WANNA AKRYLOWA TELIMENA  
180 WRAZ Z ZABUDOWĄ**



**296 €**

**KLEJ DO PŁYTEK  
CERAMIK CZ-01.**

Klej do płytek wewnętrzny, klasy C1 -25kg. Przeznaczony do przyklejania płytek do sztywnych podłoży



**3,55 €**

**KLEJ CERAMIK  
ELASTYCZNY**

Cienkowarstwowa zaprawa klejąca o podwyższonych parametrach przyczepności. Do wewnątrz i na zewnątrz



**7,84 €**

**Komplet mebli  
łazienkowych  
Vancouver  
Grey**



**248 €**

**BETON B20  
CX-P220 25KG**

Do wykonywania drobnych prac betonowych i małej architektury.



**2,49 €**

**KLEJ DO PŁY-  
TEK ELASTYCZ-  
NY ŻELOWY CX-  
K650 25KG**



**9,70 €**

**KLEJ  
DO PŁYTEK  
WEWNĘTRZNY  
CX-K110 25KG**

Do przyklejania glazury i terakoty wewnątrz budynków.



**3,02 €**

**HYDROISOLATOR – FOLIA  
W PŁYNIE 5 KG**

Jednoskładnikowa, gotowa do użycia płynna masa uszczelniająca na bazie elastycznej dyspersji.



**19,69 €**

**HOLENDERKA  
MADURA**

Naturalna czerwień!  
Cena za sztukę.



**1,16 €**

**TYNK MINERALNY  
KAMYCZKOWY  
BIAŁY (BARANEK  
1,5 MM) CX-D800  
25KG**



**8,24 €**

**FARBA AKRYLOWA WEWNĘTRZNA  
MATOWA FWM BIAŁA 10L**

Do ręcznego lub natryskowego wykonania wewnętrznych powłok malarskich o charakterze ochronnym i dekoracyjnym



**30,70 €**

**THERMATYK-A STRUKTURALNY  
TYNK AKRYLOWY 25KG**

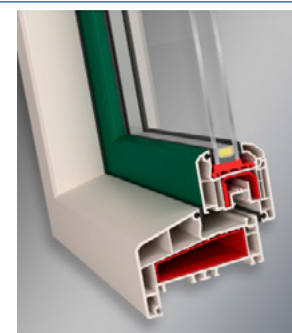
Dostępne struktury i uziarnienie: „Baranek” (str. pełna) w odmianach 1,0; 1,5; 2,0; 2,5 mm. „Kornik” (str. drapana) w odmianach 1,5; 2,0; 2,5 mm



**29,80 €**

**BLOCKPROFILE  
NL – „OKNA HO-  
LENDERSKIE”**

Cena według projektu +  
montaż



**TYNK MASZYNOWY CEMENTOWO  
-WAPIENNY PREMIUM ZTM-019 P 30**

Służy do (maszynowego ewentualnie ręcznego) wykonywania gładkich, cienkowarstwowych wypraw tynkarskich



**3,12 €**

**JOKERFarb-AW EKO Akrylowa far-  
ba wewnętrzna. Biała. 10L**

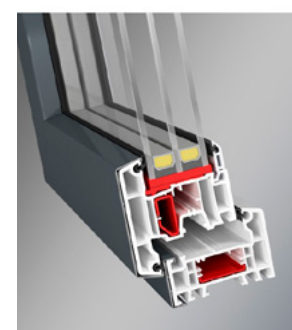
Do malowania podłoży z betonu, tynku cementowego i cementowo-wapiennego, kamienia, gładzi gipsowych oraz płyt gipsowo-kartonowych.



**11,55 €**

**IDEAL 4000  
CASEMENT –  
„OKNA HOLEN-  
DERSKIE”**

Cena według projektu +  
montaż



**TYNK MASZYNOWY STANDARD  
ZTM-019 S 30KG**

Do wykonywania jedno i wielowarstwowych wypraw tynkarskich na zewnątrz i wewnątrz budynków



**3,04 €**

**AKRYL GRUNT GRUNTEX**

Uniwersalna emulsja gruntująca na silnie chłonne podłoża. Stabilizuje i wzmacnia podłoża. Zwiększa przyczepność, odporny na zmydlenie



**2,45 €**

**JOKERFarb-AW SPECIAL BIAŁA 10L**

Silnie kryjąca lateksowa farba akrylowa do wnętrza. Dyspersyjna farba nawierzchniowa, przeznaczona do wykonywania powłok malarskich o przyjemniej matowej optyce.



**20,40 €**



# Kosmiczne technologie służą pacjentom w Otwocku

Znana amerykańska firma Motorika USA Inc., specjalizująca się w technologii robotycznych urządzeń rehabilitacyjnych zainstalowała w Otwocku, w Centrum Origin wielozadaniową platformę z modułem wirtualnej rzeczywistości, służącą do reedukacji narządów ruchu.

**Robotyczne urządzenia firmy Motorika USA Inc. będą dostępne na terenie Polski w przyszłości nie tylko w Otwocku, ale sukcesywnie także w innych miastach, w sieci nowych supernowoczesnych centrów rehabilitacyjnych Origin Polska.**

Urządzenie o nazwie Reo-Ambulator™ umożliwia terapeutom programowanie ćwiczeń dostosowanych do indywidualnych potrzeb pacjenta. Jest przeznaczone do rehabilitacji zdrowotnej narządów ruchu dla osób cierpiących na zaburzenia i schorzenia neurologiczne, takie jak udary mózgu, uszkodzenia rdzenia mózgowego, urazy mózgu, porażenie mózgu, a także dolegliwości ortopedyczne i pooperacyjne. Prace nad takimi urządzeniami zaczęli kilkadziesiąt lat temu specjaliści techniki kosmicznej, gdy po pierwszych długotrwałych załogowych lotach orbitalnych okazało się, że ludzki organizm traci tkankę mięśniową z powodu bezruchu i braku ciążenia podczas lotu kosmicznego trwającego dłużej niż 10 dni. W amerykańskiej stacji kosmicznej Skylab użytkowanej w latach 1973 – 1974 astronauta ćwiczyli na ruchomej bieżni, aby zachowywać sprawność fizyczną, a potem kolejne konstrukcje doskonalono dla potrzeb Międzynarodowej Stacji Kosmicznej, która już od 20 lat okrąża Ziemię. Na jej pokładzie działają podobne stanowiska do ćwiczeń ruchowych dla astronautów. Z tą tylko różnicą, że pasy

podtrzymujące ćwiczącego są w wersji ziemskiej podwieszane u góry i podtrzymują pacjenta, a w wersji kosmicznej takie pasy są zamocowane pod bieżnią. Od dołu przytrzymują, dociskają astronautę do bieżni, aby nie uleciał pod sufit – z powodu braku ciążenia w stanie nieważkości w locie kosmicznym.

Te doświadczenia techniki kosmicznej zostały przeniesione na potrzeby pacjentów wymagających rehabilitacji narządów ruchu. Także sportowcy wyczynowi przechodzą treningi i badania wydolnościowe na podobnych stanowiskach. - Na tym urządzeniu ćwiczą pacjenci po wypadkach oraz z niedowładem kończyn – wyjaśnia dr Rafał Trąbka, dyrektor Oddziału Rehabilitacji Centrum Origin Otwock. - Komputerowe oprogramowanie pozwala nam precyzyjnie dobrać obciążenia, tempo ćwiczeń, a obraz rzutowany na monitorze poprawia orientację ruchowo-przestrzenną pacjenta, narzuca wymagane tempo ćwiczenia.

Motorika USA Inc., będąca częścią holdingu Hobart Group jest wiodącym producentem robotycznego sprzętu rehabilitacyjnego na świecie. Naczelną misją firmy jest przywrócenie pacjentom ortopedycznym i neurologicznym możliwości samodzielnego, bezpiecznego poruszania się, odzyskania samodzielności i prowadzenia aktywnego trybu życia. Motorika może się poszczycić trzydziestoma patentami i zgłoszeniami patentowymi, w tym opracowaniem dwóch sztandarowych platform rehabilitacji robotycznej: ReoGo™- urządze-



nia przeznaczonego do rehabilitacji kończyn górnych oraz ReoAmbulator™ - wykorzystywanego przy rehabilitacji kończyn dolnych.

Z urządzeń firmy Motorika skorzystało dotychczas ponad milion pacjentów na całym świecie. Jej produkty są dostępne w 33 krajach, w tym USA, Europie i Chinach. Więcej informacji na temat firmy można znaleźć na stronie [www.motorika.com](http://www.motorika.com). Natomiast holding Hobart Group zajmuje się rozwojem i komercjalizacją technologii medycznych w sektorach medycznych poszukujących najbardziej zaawansowanych, nowatorskich rozwiązań. Wciąż rosnące portfolio korporacji jest odbiciem głównych jej zainteresowań, obejmujących zagadnienia dotyczące kardiologii, cukrzycy, neurologii oraz rehabilitacji. Firmy zrzeszone pod marką Hobart

Group zatrudniają łącznie ponad 150 naukowców, inżynierów, specjalistów ds. regulacji prawnych i rynków zagranicznych na 4 kontynentach. Więcej informacji na temat firmy można znaleźć na stronie [www.hobartgroup.com](http://www.hobartgroup.com)

- Jesteśmy niezmiernie zadowoleni z możliwości współpracy z Origin Polska – podkreśla Din Hadass, członek zarządu Motorika USA Inc. - Z optymizmem patrzymy na możliwość wprowadzenia do Polski najnowocześniejszego urządzenia do rehabilitacji chodu, które pomoże wielu pacjentom w Polsce odzyskać samodzielność, niezależność i dobre samopoczucie.

Plan współpracy przewiduje wyposażenie w urządzenia firmy Motorika dwudziestu planowanych centrów rehabilitacji Origin Polska. Ma to nastąpić w ciągu najbliż-

szych 10 lat. Origin Polska staje się liderem na polskim rynku rehabilitacji neurologicznej. - Zakup do Centrum Rehabilitacji Origin w Otwocku innowacyjnego urządzenia ReoAmbulator™ firmy Motorika USA Inc. pomoże nam w osiągnięciu tego celu – dodaje Krzysztof (Kristof) Jacunski, współzałożyciel i dyrektor zarządzający firmy Origin Polska, stale podróżujący między Kanadą a Polską.

Origin Polska została założona w 2013 przez Neila Prashada i Krzysztofa Jacunskiego w celu zapewnienia nowoczesnej rehabilitacji neurologicznej i ortopedycznej pacjentom ze wszystkich grup wiekowych oraz organizowania sieci obiektów senioralnych, poprawiających warunki i jakość życia osób starszych. Aby zrealizować tę wizję, Origin Polska projektuje swoje obiekty opierając się

na wytycznych architektury terapeutycznej, szkoli personel spełniający najwyższe standardy oraz wyposaża swoje obiekty w najbardziej innowacyjny, supernowoczesny sprzęt rehabilitacyjny i terapeutyczny.

Neil Prashad, twórca marki Origin, ma ponad 30-letnie doświadczenie w branży opieki medycznej. Zarówno on, jak i zespół jego pracowników w Kanadzie wspierają Origin Polska w działaniach zmierzających do stania się liderem w sektorze usług rehabilitacyjnych i senioralnych na rynku polskim.

(ac)

Więcej informacji na temat firmy można znaleźć na stronie [www.OriginPolska.com](http://www.OriginPolska.com)





# Woleliśmy dotąd o tym nie

21 lipca 1969 roku amerykańscy astronauta Neil Armstrong i Edwin Aldrin na pokładzie statku wyprawowego Apollo – „Orzeł” wylądowali na Księżycu i jako pierwsi ludzie zeszli na jego powierzchnię.

**T**a niezwykła, pierwsza podróż na Księżyc była szalenie ryzykowna. „Gdyby wyprawę Apollo-11 – pisał znany amerykański pisarz Norman Mailer – spotkał nagle tajemniczy, katastrofalny koniec, przerażenie i niepewność zapanowałyby na całe dziesięciolecie”.

Miliony ludzi śledzący na ekranach telewizorów przebieg pierwszego lądowania na Księżycu nie do końca zdawali sobie sprawę, jak wiele ryzykowali astronauta i jak wielką odpowiedzialność ponosili operatorzy misji na Ziemi.

Po pierwsze istniały obawy, czy wylądowanie na Księżycu w ogóle jest możliwe. Jedną z hipotez zakładała, że grunt Księżyca może być niejednorodny i mogą na jego powierzchni występować obszary tworzące jakby cienką warstewkę lukru na cieście, co spowodowałoby, że ciężka maszyna lądująca mogła po dotknięciu gruntu księżycowego przebić go i zapasć się głęboko pod powierzchnię.

Dlatego, choć brzmi to paradoksalnie, pierwszą i najważniejszą czynnością wykonaną przez astronautów po opadnięciu na grunt Księżyca było przygotowanie się do natychmiastowego awaryjnego startu. Mógł on nastąpić w trzech „okienkach” czasowych – po pierwszych 60 sekundach od wylądowania, po dziesięciu minutach i po dwóch godzinach, co było związane z położeniem członu macierzystego statku Apollo na orbicie wokółksiężycowej.

Zaraz więc po tym, gdy astronauta Armstrong i Aldrin zbliżyli „Orła” do powierzchni Księżyca i po otrzymaniu z Ziemi sygnału GO, wylądowali, gotowi byli do bezwzględnego zapłonu silnika startowego, gdyby grunt zaczął się pod nimi załamywać. Poprzez rury nóg lądownika LM nie dotarły jednak do nich żadne odgłosy kruszenia skorupy Srebrnego Globu.

Natychmiast po zapadnięciu pierwszej decyzji o pozostaniu, astronauta rozpoczęli pospieszne sprawdzanie według listy stanu najważniejszych urządzeń, by upewnić się, że nic nie uległo uszkodzeniu podczas lądowania. W dziesięć minut po wylądowaniu specjaliści na Ziemi kontrolujący przebieg wypra-

wy podjęli drugą decyzję pozostania. Dopiero wówczas astronauta mogli odłączyć rękawice w nadgarstkach, hełmy u szyi i zdjąć je. Mogli też wreszcie rozzejrzeć się po okolicy przez iluminatory, opisali pokrótce krajobraz, wymienili gratulacje z Ziemią.

## I OD RAZU ZACZĘLI PRZYGOTOWANIA DO AWARYJNEGO STARTU

w trzecim „okienku” czasowym. Zajęli się komputerem pokładowym, przeprowadzili symulowane odliczanie startu i ustawili na nowo układ nawigacyjny, to jest linię księżycowego pionu i wprowadzili do komputera Program 12 – automatycznego startu.

Gdy przysłała kolej na wypoczynek, astronauta, podnieceni niezwykłością chwili, poprosili o zrezygnowanie ze snu i przyspieszenie wyjścia na zewnątrz. Ziemia zgodziła się, i to z nieukrywaniem entuzjazmem. Transmisję telewizyjną z lądowania oglądało około 500 milionów ludzi na całym świecie.

Podczas schodzenia pierwszego astronauta na powierzchnię Księżyca – był nim Neil Armstrong – także przedsięwzięto szczególne środki ostrożności.

Armstrong po otwarciu pokryw wylazu z trudem przecisnął się przez niewielki kwadratowy otwór i znalazł się na pomoście, a potem powoli, niezgrabnie, bo w piętnastostopniowym pancerzu skafandra ochronnego, zszedł po drabince i ostrożnie stanął na podstawie nogi lądownika. Zanim stanął na księżycowym gruncie, wskoczył z powrotem na najniższy szczebel drabinki. W kilka godzin później, po zakończeniu programu wyjścia, taki skok z podstawy na szczebel mógł być dla zmęczonego Armstronga bardzo uciążliwy, a należało sprawdzić, czy nic nie stanie na przeszkodzie w powrocie astronauty do kabiny, a jeżeli tak, to na ile ten powrót będzie trudny.

Chwilę później Armstrong oznajmił: - Jestem u dołu drabinki. Stopy LM zagłębiły się ledwie na cal lub dwa, chociaż z bliska grunt wydawał się bardzo drobnoziarnisty. Wygląda niemal jak pył. Astronauta, dla bezpieczeństwa trzymając się ciągle drabinki, relacjonował: - Powierzchnia jest miękka i pokryta pyłem. Mogę... mogę go z łatwością rozcierać czubkiem buta.

Pył otrząśnięty z buta opadał powoli jak na filmie ze zwolnionym tempem. Przywiera cienką warstwą do podeszwy i brzegów buta, jak sproszkowany węgiel drzewny. Stopy zagłębiają się zaledwie na ułamek cala, może na jedną ósmą. Ale widzę ślady moich butów i wzór podeszwy odcisnięty w bardzo miłym piasku. Oderwał się od drabinki, zrobił pierwsze kroki po księżycowym gruncie. Dla człowieka to jeden mały krok, dla ludzkości skok ogromny - wypowiedział Armstrong historyczne oświadczenie.

Poruszał się niezgrabnie, w krępującym ruchu skafandra wykonywał jakby kangurze skoki. Zachowywał nadzwyczajną ostrożność w obawie utraty równowagi i upadku – grunt był gorący, rozpalony Słońcem, a skały mogły rozedrzeć mu skafander. Przewrócić mógłby się łatwo, konstrukcja skafandra wykluczała podniesienie rąk do góry, ponad głowę, jak również opuszczenie ich poniżej kolan. Zasobnik na plecach mógł w momencie upadku astronauty obrócić go lub pociągnąć w dół, a powstać samodzielnie byłoby mu trudno. Sześciokrotnie mniejsze niż na Ziemi ciężenie utrudniało orientację w przestrzeni.

Zawodziło wycieczce pionu. Człowiek mógł być pochylony do przodu lub do tyłu bardziej niż mu się zdawało. Nie powodowało to jednak upadku, podczas gdy w warunkach ziemskich bezwzględnie musiałoby do niego dojść. Zestaw życiodajny umieszczony na plecach o masie kilkunastu kilogramów ciągnął do tyłu, a żeby go zrównoważyć, trzeba było dość wyraźnie nachylać się do przodu, co przypominało pozycję „zmęczonego goryla”.

Dowódca wyprawy zaraz po zejściu na powierzchnię Księżyca miał obowiązek zaczerpnąć rękawicą garść pyłu księżycowego oraz zebrać niewielkie kawałki materiału skalnego i umieścić próbki w specjalnej, dość pojemnej kieszeni naszytej na skafander na lewej nodze, powyżej kolana. To na wypadek, gdyby nagle, niespodziewanie stało się coś, co zmusiłoby astronautów do natychmiastowego przerwania misji i powrotu w trybie awaryjnym. Wówczas, powróciwszy, zabrałby ze sobą chociaż tych kilka kamieni i odrobinę księżycowego piasku. Przynajmniej tyle można byłoby dokładnie

z badać na Ziemi.

18 minut po wyjściu dowódcy na zewnątrz wyszedł także E. Aldrin. Jego ruchami kierował bogatszy już o swe własne doświadczenie Armstrong. Aldrin powtórzył manewr próby awaryjnego powrotu do kabiny, a potem dołączył do dowódcy. Ich był na powierzchni Srebrnego Globu trwał nieco ponad dwie godziny. Po wykonaniu programu wyjścia astronauta powrócili do kabiny „Orła”.

Po powrocie z powierzchni Księżyca astronauta poczuli w kabine dziwny zapach – podobny do zapachu prochu strzelniczego, tak ten zapach skojarzyli, zna ten zapach każdy wojskowy. Taki zapach ma pył księżycowy.

Przed odlotem z Księżyca astronauta mieli spać. Zasłanili iluminatory.

## ALDRIN SKULIŁ SIĘ NA PODŁODZE,

Armstrong usadowił na pokrywie silnika startowego, opierając się plecami o ścianę. Nogi podtrzymywał w pasek okręcony wokół jednej z pionowo ustawionych części. Spali źle, właściwie tylko drzemali. W kabine stało się chłodno, a po trzech godzinach właściwie zimno. Ich skafandry chłodzone były dodatkowo układem rurek z wodą, więc astronauta postanowili wyłączyć to urządzenie, ale nie na wiele się to zdało. Mogli co prawda odsłonić iluminatory i wpuścić do wnętrza kabiny silne światło słoneczne, lecz wówczas z pewnością nie zdołaliby usnąć. Dręczyła ich także obawa o bezpieczeństwo powrót z zuchwałej wyprawy. Największe, najbardziej tragiczne zdarzają się zaraz po oszalałymi zwycięstwach.

Ewentualna awaria silnika startowego LM spowodowałaby, że zdobywcy Księżyca zostaliby jego gośćmi na zawsze. Przed startem pierwszej wyprawy księżycowej dziennikarze dociekali: - Jak wykorzystaliby astronauta czas, gdyby stwierdzili, że nie mogą wystartować z Księżyca? Modlili się, przesyłali bliskim ostatnie słowa pożegnania, czy też przekazywaliby informacje o Księżycu? Armstrong odpowiedział: - Woleliśmy dotąd o tym nie myśleć. Nie sądzimy, by była to prawdopodobna sytuacja. Jest po prostu możliwa... Gdyby się to wydarzyło w czasie tej wyprawy, pozostaniemy bez pomocy. Aldrin podszedł do tej kwestii bardziej praktycz-

nie: - Ja prawdopodobnie wykorzystałbym ten czas usiłując naprawić silnik startowy.

Silnik startowy LM, aby wprowadzić statek, a właściwie już tylko jeden jego segment, kabinę załogi na orbitę spotkania z członem macierzystym Apollo-11, musiał w czasie pierwszych trzech dziesiątych sekundy od momentu zapłonu osiągnąć co najmniej 90 proc. pełnego ciągu. Stopień startowy musiał wznieść się i nie opaść z powrotem. Nie mogło być mowy o powtórzeniu startu. Silnik musiał zadziałać raz. Raz i skutecznie.

Dla maksymalnego zwiększenia bezpieczeństwa wyprawy większość żywo- nie ważnych podzespołów i urządzeń statku była podwojona. Z jednym wyjątkiem – w postaci owego silnika startowego. Nie było czym go zastąpić. W dodatku nigdy dotąd nie był on sprawdzony w warunkach kosmicznych.

Specjaliści NASA wyodrębniali w programie wypraw księżycowych cztery punkty krytyczne, w najwyższym stopniu ryzykowne. Jednym z tych krytycznych momentów był właśnie odlot kabiny załogowej LM z Księżyca po zakończeniu pobytu astronautów. Tak więc silnik startowy bezwzględnie musiał zadziałać prawidłowo. W przeciwnym razie nikt w żaden sposób nie mógłby astronautom pomóc. Pozostaliby gośćmi Srebrnego Globu już na zawsze.

Podczas przygotowania procedury startu z powierzchni Księżyca jeden z astronautów, Aldrin ze zdumieniem zauważył wyłamanie trzpienia w gnieździe przełącznika silnika startowego, akurat tego najważniejszego w ich sytuacji przełącznika.

Najgorsze, że nie mieli pojęcia, w jakim położeniu się on wyłamał, czyli co trzeba zrobić, w jakie położenie przesunąć wewnętrzny mechanizm gniazda, żeby uruchomić silnik startowy. Na domiar złego Aldrin sprawdził, że nie jest możliwe manipulowanie tym przełącznikiem za pomocą palca, który Aldrin skutecznie próbował wsunąć w otwór, nie mieścił się.

Astronauta zgłosił zapytanie do kontroli lotu o położenie mechanizmu przełącznika, ale Ziemia odpowiedziała, że może on być w jednym lub drugim położeniu, czyli dowiedzieli się tego samego, czego sami

nie wiedzieli. A jednocześnie zaczęli się rozglądać za przedmiotem na tyle ciekawym, a jednocześnie wytrzymałym, żeby można go było użyć. Trudno jednak w kabine precyzyjnie wyposażonej tylko w potrzebne elementy znaleźć coś zbędnego, co można byłoby oderwać, złamać, żeby użyć jako prowizorycznej dźwigni.

Jeśli nie uda się uruchomić przełącznika lub silnik nie zadziała mimo przełączenia mechanizmu, to zostaną na Księżycu na zawsze. Aldrin odruchowo poklepał się po kombinezonie szukając jakiegoś przedmiotu dopasowanego kształtem do gniazda przełącznika i... znalazł pisak wetknięty mu w rękę przez Collinsa wkrótce po rozpoczęciu lotu. Przymierzył końcówkę pisaka do gniazda i z ulgą przekonał się, że pasuje ona do gniazda, zmieści się w nim, czyli będzie można tym pisakiem próbować uruchomić feralny przełącznik. - Powinniśmy podziękować Michaelowi – zauważył z ulgą Armstrong.

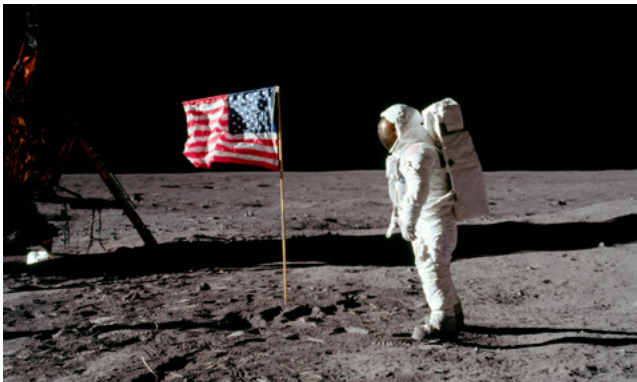
Ustalili, że Armstrong odliczy wstecznie do momentu uruchomienia silnika, a Aldrin użyje pisaka, żeby go włączyć. Armstrong odliczył, Aldrin z trudem przesunął przełącznik i... nie stało się nic. Cisza... Silnik nie zadziałał. Przez umysł astronautów nie mogła nie przejść myśl, że to koniec, że utknęli na Księżycu na zawsze. jako bohaterowie, jego pierwsi Zdobywcy, ale już bez możliwości powrotu. Grymas twarzy Armstronga mówił: - Próbujemy, do skutku... I wtedy huk silnika startowego szarpnął kabiną i astronautami uwięzionymi w niej. Jednak zadziałał! Po prostu potrzebna była ta chwila na jego chemiczną aktywację. Chwila, która astronautom wydawała się wiecznością, ich życie zależało od sprawności tego silnika. Równy, głośny hałas pracującego silnika pozwolił im odetchnąć z ulgą, zaczęli wznoszenie.

W Archiwach Narodowych w Waszyngtonie znajduje się kopia notatki z 18 czerwca 1969 r. zatytułowanej: Na wypadek katastrofy na Księżycu. Notatka zawiera tekst orędzia, które prezydent Richard Nixon miał wygłosić, gdyby astronauta nie byli w stanie powrócić na Ziemię:

*Zrządzeniem losu ludzie, którzy wyruszyli na Księżyc, by w pokoju go badać, pozostaną w nim, by spo- cząć w pokoju. Ci dzielni ludzie, Neil Armstrong i Edwin*



# myśleć...



Aldrin, wiedzą, że nie ma już dla nich nadziei na ratunek. Ale wiedzą też, że z ich ofiary płynie nadzieja dla całej ludzkości. Ci dwaj ludzie składają swoje życie na drodze do osiągnięcia najszczytniejszego celu ludzkości: poszukiwania prawdy i wiedzy. Będą oplakiwani przez rodziny i przyjaciół; będą oplakiwani przez swój naród; będą oplakiwani przez wszystkich ludzi ich świata; będą oplakiwani przez Matkę Ziemię, która odważyła się wysłać dwóch swoich synów w podróż w nieznaną.

Ich misja sprawiła, że wszyscy ludzie tego świata poczuli się jednością; ich ofiara umocni braterstwo ludzkości. Starożytni spoglądali w gwiazdy i widzieli w ich konstelacjach swoich bohaterów. Dziś czynimy to samo, lecz nasi bohaterowie to dzielni ludzie z krwi i kości.

Inni pójdą w ich ślady i odnajdą drogę do domu. Poszukiwania ludzkości nie zostaną przerwane. Ale ci ludzie byli pierwszymi, i pozostaną pierwszymi w naszych sercach. Bo każdy człowiek, który w przyszłości zwróci nocą wzrok na Księżyc, będzie wiedział, że jest zakątkiem innego świata, który na zawsze pozostanie świadectwem ludzkości.

Po orędziu łączność radiowa z uwięzionymi na Księżycu astronautami miała zostać przerwana, a kapłan miał, w nawiązaniu do ceremoniału morskich pogrzebów, powierzyć dusze umierających astronautów „Najgłębszej z głębi”.

Silnik startowy LM „Orzeł” uniósł pięcioletnią kabinę załogową po torze wznoszenia, a po czterech godzinach dochodzenia przybliżył ją do członu macierzystego, w którym dyżurował trzeci



astronauta wyprawy, Michael Collins. Wyrównano prędkości obu obiektów poruszających się po orbicie wokółksiężycowej, po czym węzeł stykowy „Orła” wszedł w urządzenie cumownicze Apolla.

I wtedy z „Orłem” zaczęło dziać się coś dziwnego. Kiedy Collins włączył ściąganie, kabina LM zaczęła gwałtownie chybotać, przez co naruszyła stabilność także członu macierzystego Apolla. Chybocąc i podskakując jak podczas jazdy po bruku, oba statki objęły się o siebie. Trwało to 8-10 sekund, trudnych sekund.

## ROZPĘTAŁO SIĘ PIEKŁO! – KRZYKNAŁ COLLINS

Tak zapisano w stenogramie na Ziemi, lecz astronauta nie przypominał sobie później, by coś takiego po-

wiedział.

Obaj piloci, Collins w Apollo i Armstrong w „Orle” próbowali ustabilizować szalejące pojazdy. Przez cały czas pracował też automat sprzęgający. W końcu statki połączyły się z hukiem, dwanaście zaczepów mechanicznych mocno je szczypiło i wszystko się uspokoiło. Armstrong i Aldrin, otrzepawszy uprzednio swe skafandry z pyłu księżycowego, przeszli do kabiny Apolla. Odrzucono zbędną już kabinę „Orła” (spadła na Księżyc) i statek wziął kurs na Ziemię.

W tym czasie w spodziewanym rejonie wodowania przeprowadzono trening akcji ewakuacyjnej. Na wody oceanu zrzucano makietę kabiny Apolla. Szkwał i wzburzony ocean utrudniły akcję. Makietę wyłowiono z opóźnieniem. Ratownicy przeżyli chwile grozy, gdy

ostrzeżono ich, że w wodzie krążą wokół nich rekiny. Nastąpiła krótkotrwała panika. Wszyscy rzucili się do tratwy ratunkowej. Przeczekali aż krwiożercze potwory odpłynęły.

24 lipca 1969 roku lądownik Apollo-11 z drugą prędkością kosmiczną wszedł w atmosferę Ziemi i wodował. Upadł w wodę dnem do góry. Pływaki szybko napełniły się gazem i przywróciły mu właściwe położenie. Armstronga, Aldrina i Collinsa przetransportowano śmigłowcem na lotniskowiec Hornet, na pokładzie którego, aby oficjalnie powitać astronautów, płynął sam prezydent USA, Richard Nixon. Pierwsza wyprawa ludzi na obcy glob zakończyła się pełnym sukcesem.

Mniej szczęścia mieli astronauta J. Lovell, J. Swigert i F. Haise, stanowiący załogę Apollo-13. Gdy

w kwietniu 1970 roku zmierzając do Księżyca, w pobliżu celu wyprawy na pokładzie statku kosmicznego, w jego członie napędowym, nastąpił wybuch zbiornika ciekłego tlenu. Sytuacja załogi stała się dramatyczna. Tylko nadzwyczajna mobilizacja specjalistów ośrodka kosmicznego NASA w Houston i walczących o przeżycie astronautów pozwoliła doprowadzić do udanego wodowania poważnie uszkodzonego statku kosmicznego. Akcja ratownicza trwała 87 godzin.

Wyprawy księżycowe Apollo-12, 14, 15, 16 i 17 w latach 1969-1972 przebiegały bez większych przeszkód natury technicznej. Dowódca wyprawy Apollo-11, Neil Armstrong zmarł 25 sierpnia 2012 roku w wieku 82 lat.

Marek Jarosiński



# Rozsławiają polską kulturę



## Zespół Senza Nome prezentuje swoją płytę „The Best of Senza Nome”

- |                            |  |
|----------------------------|--|
| 1. Bogurodzica             | 9. You Raise Me Up                     |
| 2. Gaude Mater             | 10. Pie Jesu                           |
| 3. Nieście chwałę, mocarze | 11. The Majesty and Glory of Your Name |
| 4. Oj, nasi jada           | 12. The Prayer                         |
| 5. Rota                    | 13. Only You                           |
| 6. Czerwone jabłuszko      | 14. Lollipop                           |
| 7. Rota                    | 15. Swing Chariot.                     |
| 8. Laudate Dominum         |  |

Płytę można zakupić na stronie chóru: <http://senzanome.co.uk/cd>. Cena : £ 6 plus koszt przesyłki

enjoy the amazing voices of



Senza  
Nome  
CHOIR

available now on CD from  
[director@senzanome.co.uk](mailto:director@senzanome.co.uk)

**W** pierwszą niedzielę marca odbył się w Coventry Kiermasz Polskich Firm w Polskim Klubie Springfield Road. Jego corocznym organizatorem jest polski chór Senza Nome, który co tydzień, w niedziele o godz. 19 spotyka się w Polskim Klubie.

Nie tylko działalnością artystyczną zajmują się chóralnie muzykujący, ale także dbają oni o rozwijanie polskich firm na miejscowym rynku. Organizują Targi Polskich Firm tworząc w ten sposób platformę ułatwiającą promocję i współpracę lokalnym polskim przedsiębiorcom. Zespół Senza Nome jest chórem mieszanym istniejącym od blisko dziesięciu lat i śpiewającym różnorodny repertuar, począwszy od muzyki klasycznej poprzez ludową, aż po rozrywkową i taneczną. Jego celem jest wyrażanie

polskości śpiewem i przybliżanie polskiej kultury szerokiej publiczności międzynarodowej.

Zespół Senza Nome zaczął jako kwartet w 2008 roku, ale szybko rozrósł się do rozmiarów małego chóru. Obecnie w zespole śpiewają młodzi ludzie, którzy w ostatnich latach przyjechali do Wielkiej Brytanii z różnych zakątków Polski, od Trójmiasta po Opole, a obecnie mieszkają w Coventry, Rugby, Birmingham, Leamington Spa i Reditch.

W 2010 roku grupa członków zespołu reprezentowała Polonię z Anglii na Festiwalu Chórów Polonijnych w Koszalinie. W 2012 wraz z angielskimi chórami z regionu West Midlands zespół wziął udział w spektakularnym projekcie Godiva Awakes przygotowanym specjalnie na Olimpiadę Kulturalną 2012.

W grudniu 2013 roku ukazała się pierwsza płyta z kilkoma utworami chóru; zawierała ona kolędy w wykonaniu zarówno zespołu

Senza Nome, jak solistów i innych grup muzycznych działających przy polskiej parafii w Coventry. A w ubiegłym roku ukazała się pierwsza płyta zawierająca pełny przekrój repertuaru chóru.

Zespół występuje w wielu miastach Wielkiej Brytanii. W 2015 roku został zaproszony do Ambasady Polskiej w Londynie, gdzie wystąpił z programem kolęd w czasie dorocznego oficjalnego spotkania wigilijnego. Zespół regularnie bierze udział w licznych koncertach o charakterze wielokulturowym, promując polską muzykę i kulturę. Również w 2016 roku zespół otrzymał propozycję wzięcia udziału w koncercie Diversity Rocks w Belgrade Theatre, organizowanym przez BBC Coventry & Warwickshire. Od kilku lat zespół jest członkiem organizacji Coventry Association for International Friendship.

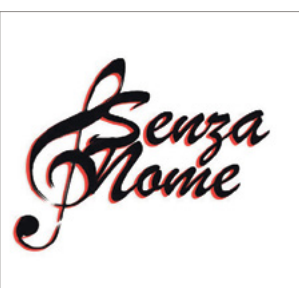
Spotkania zespołu odbywają się w każdą niedzielę o godz. 19.00 w sali Polskiego Klubu w Coventry. Więcej informacji oraz nagrania i zdjęcia chóru Senza Nome można znaleźć na [www.senzanome.co.uk](http://www.senzanome.co.uk)

tysiące kibiców na trybunach i o wiele więcej przed telewizorami. Członkowie zespołu wystąpili na antenie ITV oraz zbiorowo udzielili wywiadu dla radia BBC Coventry & Warwickshire.

Zespół regularnie bierze udział w licznych koncertach o charakterze wielokulturowym, promując polską muzykę i kulturę. Również w 2016 roku zespół otrzymał propozycję wzięcia udziału w koncercie Diversity Rocks w Belgrade Theatre, organizowanym przez BBC Coventry & Warwickshire. Od kilku lat zespół jest członkiem organizacji Coventry Association for International Friendship.

Spotkania zespołu odbywają się w każdą niedzielę o godz. 19.00 w sali Polskiego Klubu w Coventry.

Więcej informacji oraz nagrania i zdjęcia chóru Senza Nome można znaleźć na [www.senzanome.co.uk](http://www.senzanome.co.uk)





# Damian, Paweł, Aleksandra – ich troje w nowo otwartej restauracji w Liverpool

Restauracja to kultura, to styl życia, to jego piękno, zwłaszcza pod opieką zespołu oddającego serce tej misji.

**W** Liverpool działa restauracja Foodies prowadzona przez Polaków, pod adresem: L20 2AB, 76 Stanley Road, Liverpool, Bootle. Jej zespół tworzą: Damian Łochyński, Paweł Grzelczak, Aleksandra Cieślińska. Przyjechali do UK z różnych miejsc Polski, zaprzyjaźnili się i tworzą zgrany zespół restauracji, coraz bardziej znanej w Liverpool. Mają ambicje, aby nie tylko podawać posiłki klientom, ale z zaangażowaniem podchodzą do swojej pracy.

W restauracji Foodies przygotowywane są dania zarówno tradycyjne, angielskie, jak też różne propozycje wywodzące się z tradycji kulinarnych innych narodów. Menu jest ciągle uzupełniane, dostosowywane do upodobań gości, wielojęzycznych. Oprócz Polaków gośćmi są liczne inne nacje, oczywiście Brytyjczycy, ale też wielu przybyszów z różnych krajów. Przybywa stałych klientów. Po prostu: kto raz wpadł na lunch lub inny posiłek, odtąd nie tylko chętnie tu wraca, ale także zaprasza tu także swoich przyjaciół. W weekendy szczególnie licznie przyjeżdżają goście z Manchesteru i z innych okolicznych miast i miejscowości, w niektórych przypadkach z dość odległych miejscowości.

Damian Łochyński jest szefem kuchni. – Moja decyzja o wyjeździe za granicę była spowodowana chęcią poznawania nowych kuchni, odkrywania nowych smaków

– mówi Damian. – Stąd dość spontaniczna moja decyzja o wyjeździe najpierw do Norwegii, gdzie zaczęłem się w mieście Tromsø, jako sushi master.

Pochodzi z Poznania, gdzie prowadził takie lokale, jak np. Bazylika i Oregano, także kuchnię na Uniwersytecie Ekonomicznym w Poznaniu. Był szefem kuchni w kilku restauracjach. – A także prowadziłem przez pewien czas własną restaurację Venezia w Poznaniu – dopowiada. Od lat zajmuje się rozkręcaniem kolejnych restauracji. Po dłuższym okresie pracy w Norwegii, przeniósł się do UK, a w Liverpool zainteresował się nową wtedy restauracją Foodies, tworzoną przez Polaków. Tchnął w nią swój entuzjazm, umiejętności i już dość duże doświadczenie w zarządzaniu innymi restauracjami – w kraju, w Norwegii i w UK. Jeszcze przed przyjazdem do UK prowadził w Polsce warsztaty gotowania, często z młodzieżą, bo nauka zainteresowanych gastronomią, to jego pasja.

Paweł Grzelczak przyjechał do Liverpool w połowie marca 2019 r. Pochodzi z okolic Zielonej Góry. Wcześniej pracował jako kelner i barman oraz szef sekcji w kilku restauracjach. Za główny cel przyjazdu z Polski do UK obrał sobie polepszenie sytuacji materialnej. – Jednak chciałem także zmienić swoje życie, poznać nowe miejsca, nowych ludzi, nowe zwyczaje – podkreśla. – Pracując w restauracji Foodies, z nowym zespołem, tworzymy zgraną, uprzejmą i szanującą się wzajemnie atmosferę. Chcemy stworzyć miejsce spotkań całych rodzin przy



• Od lewej: Paweł Grzelczak, Aleksandra Cieślińska, Damian Łochyński

naszych daniach, aby nasi goście wychodzili z restauracji w pełni usatysfakcjonowani i aby oczywiście chętnie do nas wracali.

Aleksandra Cieślińska w UK jest od stycznia 2015 roku, na stałe. Mieszka w Liverpoolu z narzeczoną i synkiem 3-letnim. Pochodzi ze Śląska, jednak ostatnie lata spędzone w Polsce mieszkała w małej miejscowości koło Kielc. – Zdecydowałam się wyjechać do UK w celach zarobkowych – mówi o swoich motywacjach. – Po przyjeździe do UK najpierw przebywałam w Nottingham, jednak po pół roku przeniósłam się do Liverpoolu. W restauracji foodies pracuję od maja, atmosfera jest bar-

dzo fajna, zespół jest zgrany, a ja osobiście bardzo lubię to miejsce.

Restauracja Foodies w Liverpool zaprasza klientów stawiających na dobry styl życia, ale także entuzjastów zdrowego żywienia do współpracy, do przeprowadzania pokazów prezentujących ciekawe potrawy, także potrawy dietetyczne. Można też zgłaszać telefonicznie rezerwację miejsc, wyżywienie dla grup zorganizowanych, a także można zamawiać telefonicznie dostarczanie dań restauracyjnych, cateringowych i przekąsek do domów i miejsc pracy w promieniu 5 mil od restauracji Foodies L20 2AB 76 Stanley Road, Liverpool, Bootle.

**Zamówienia i bliższe informacje na temat restauracji, organizacji imprez, usług cateringowych itp. pod numerem tel. 0044 (0)1519 227 632 oraz w serwisie: [WDomowychCenach.pl/Liverpool](http://WDomowychCenach.pl/Liverpool)**





# Eksportowy hit ze Śląska

Kluski śląskie są tradycyjnym daniem Ślązaków, ale trafiają na talerze w całej Polsce. Niewiele osób wie, że zrobienie ich jest niezwykle proste. Z naszym przepisem stanie się to jeszcze łatwiejsze.

**O**krągłe, mięciutkie, z charakterystyczną dziurką (wgnębieniem) w środku. Kluski śląskie to najstynniejsza potrawa regionalna Śląska, bardzo popularna także na Opolszczyźnie. W moim odczuciu to typowo polskie danie. Często serwuje się je na przyjęciach czy weselach jako danie alternatywne wobec zwykłych ziemniaków. Uwielbiam ich smak. Idealnie smakują z mięsnym sosem. Ludwik Stomma w swojej książce pt. *Polskie złudzenia narodowe kwestionuje jednak śląskie pochodzenie klusek. Przypisuje im czeskie korzenie.*

Kluski śląskie to inaczej kartofelmelkły, gumikłyży. Określane są przez Ślązaków również jako kluski białe (białe), guminowe albo gumione. Kluski śląskie przyrządza się z ugotowanych ziemniaków, mąki ziemniaczanej (czasem też z dodatkiem mąki pszennej), jajka (niektóre śląskie gospodynie go nie dodają) oraz soli.

Zasada dotycząca przygotowania klusek jest bardzo prosta. Ilość ugotowanych ziemniaków do mąki powinna wynosić 4:1 (niektóre źródła podają też 3:1). Wówczas kluski śląskie będą mięciutkie nie zaś gumowate czy twarde. Ważne, aby ziemniaki były wcześniej ugotowane i całkowicie ostudzone. Wtedy znacznie łatwiej uda nam się zagnieść ciasto. We zwyczaju jest, że śląskie gospodynie przygotowują zawsze nieparzystą ilość klusek.

Tradycyjne kluski śląskie podaje się zamiast ziemniaków, jako dodatek do pieczenia, wszelkich gulaszów mięsnych czy sosów. Świetnie smakują również solo, polane masłem albo ze zrumienioną bułką tartą czy może ze stopioną słoniną z cebulką. Są także zwolennicy podawania na stół klusek śląskich na słodko z dżemem albo ze śmietaną i cukrem.

Zagnębienie w środku klusek śląskich zwane potocznie „dziurką” nie tylko pełni rolę dekoracyjną, co też ułatwia równomierne ugotowanie ciasta, ale także ułatwia zatrzymanie sosu. Dziurkę w klusce robi się palcem.

W tradycji kuchni Śląska oprócz białych klusek śląskich znane są również kluski czarne, określane jako kluski czarne, szare, żelazne, tarte albo kluski polskie. Przyrządza się je zarówno z ugotowanych, jak i tartych ziemniaków w proporcji 1:1. Kluski czarne miałam okazję jeść niegdyś, będąc przejazdem w Rybniku. Pamiętam, że bardzo mi smakowały. Ciemna barwę klusek osiąga się poprzez pozostawienie utartych ziemniaków na kilka godzin. Czasem też uformowane kluski muszą odstać przykryte ściereczką cały dzień, aż staną się ciemne.

Kluski czarne na Górnym Śląsku podaje się zazwyczaj razem z białymi, lecz na osobnych półmiskach. Obie wersje klusek śląskich, czarne i białe uważam za równie smaczne. Jeśli nie słyszeliście o czarnych kluskach, spróbujcie je przyrządzić na obiad któregoś dnia, a pozytywnie zaskoczącie swoich bliskich.

Helen G.



• Zaczynamy oczywiście od przygotowania ciasta

Kluski podawano na Śląsku obowiązkowo na niedzielny obiad. Na pierwsze danie serwowano rosół (nudelzupa), na drugie zaś były kluski śląskie, rolada oraz modrą kapustę (zwaną także modro kapusta albo czerwona). Posiłek popijało się domowym kompotem np. z wiśni albo z truskawek. Brzmi niezłe, prawda?

Teoretycznie nie ma konieczności dodawania do ciasta jajka. Sądzę jednak, że warto, gdyż jajko powoduje lepsze związanie masy oraz nada kluskom apetyczny kremowo-żółty kolor. Zwróćmy również uwagę, aby ziemniaki, które chcemy użyć do klusek były z gatunku tych mącznych. Zatem do dzieła!

#### Składniki:

- 4 części ziemniaków
- 1 część mąki ziemniaczanej
- 1 łyżka miękkiego masła (opcjonalnie)
- 1 płaska łyżeczka soli
- 1 jajko

#### Jak zrobić kluski śląskie?

Ziemniaki obrać i ugotować osolone do miękkości. Odcedzić. Jeszcze gorące dokładnie utłuc lub przecisnąć przez praskę, by nie było grudek. Pozostawić do całkowitego ostudzenia. Ziemniaki można nawet ugotować poprzedniego dnia i przechowywać w lodówce.

Ugotowane ziemniaki wyłożyć na stolnicę obsypaną mąką albo do większej miski. Zabrać 1 część, w to miejsce nasypać mąki ziemniaczanej. Następnie dodać pozostałą 1 część ziemniaków. Zrobić zagnębienie, wbić jajko, dodać sól i miękkie masło. Zagnieść gładkie ciasto.

Z ciasta odrywać niewielkie kuleczki wielkości orzecha (pod wpływem gotowania nieco napęczniejają) i w środku zrobić palcem dziurkę. Kluski wrzucać partiami do osolonego wrzątku z dodatkiem odrobiny oleju (nie będą się sklejać) i gotować od momentu wypłynięcia około 5 minut, w zależności od wielkości klusek. Najlepiej wyjąć jedną kluskę łyżką i sprawdzić. Ugotowane kluski wyjmować łyżką cedzakową na półmisek. Kluski śląskie podawać do pieczenia z sosem, gulaszu albo solo polane masłem z bułką tartą.

Smacznego!



• Kluski śląskie przygotowane do ugotowania



• Kluski śląskie już ugotowane



# Poradnia fizjoterapeutów Olczyków jest znana także za granicą



**N**ZOZ Poradnia Rehabilitacyjna Reh-Med Rafała Olczyka i Sylwii Olczyk działa w Ostrowie Wielkopolskim, ale przyjmuje pacjentów także z odległych miast i miejscowości. Oboje specjaliści stosują najnowsze metody terapeutyczne, dostosowane do indywidualnych potrzeb. Zapytania do tej poradni zgłaszają także pacjenci zagraniczni.

Kierownikiem zakładu jest Rafał Olczyk, specjalista fizjoterapii. Prowadzi terapię głównie w zakresie neurorehabilitacji, fizjoterapii ortopedycznej, terapii manualnej i fizykoterapii. Jest terapeutą PNF oraz terapii manualnej według Lewita. Fizykoterapia prowadzona jest na aparatach międzynarodowej firmy BTL. Rehabilitacją medyczną pediatryczną zajmuje się Sylwia Olczyk, dyplomowany terapeuta neurorozwojowy.

Zespół stosuje najnowsze techniki terapeutyczne, by zapewnić pacjentom kompleksowe zabiegi dostosowane do indywidualnych potrzeb. Przeprowadza indywidualne zabiegi profilaktyczne, najnowocześniejsze terapie rehabilitacyjne oraz masaże lecznicze.

- Zabiegi fizykoterapeu-

tyczne przeprowadzamy z wykorzystaniem terapii falami uderzeniowymi, lasera niskoenergetycznego i wysokoenergetycznego, diatermii, elektroterapii, magnetoterapii, krioterapii azotowej oraz co2 – dwutlenku węgla – wylicza Rafał Olczyk. – A także z zastosowaniem najnowszej generacji elektroterapii, terapii ultradźwiękowej, jonoforezy, lampy kwarcowej itp.

Najmłodszymi pacjentami zajmuje się Sylwia Olczyk: - Trafiają do nas dzieci z diagnozami neurorozwojowymi – z zaburzeniami sensorycznymi i posturalno-motorycznymi, czyli z zaburzeniami mechanizmu antygravitacyjnego.

Zapominamy na co dzień, że od narodzin żyjemy w warunkach ziemskiej grawitacji i dlatego nasze organizmy kształtują się z uwzględnieniem naturalnej siły przeciwdziałania ziemskiemu przyciąganiu. Gdyby nie te mechanizmy, ukształtowane w procesach ewolucji i dziedziczone z pokolenia na pokolenie, nie byłibyśmy w stanie utrzymać wyprostowanej sylwetki, byłibyśmy stworami pełzającymi przy powierzchni gruntu. Właś-

nie zakłócenia tych mechanizmów antygravitacyjnych poddawane są terapii posturalno-motorycznej.

- Układ kostno-szkieletowy niemowląt i małych dzieci to delikatne, jeszcze nieuksztaltowane struktury – mówi Sylwia Olczyk. – To nam daje pewne możliwości korygowania wad rozwojowych, wcześniej zdiagnozowanych. Mamy w tym duże doświadczenie, monitorujemy rozwój dzieci, naszych pacjentów aż do wieku dorosłego, do pełnego ukształto-

wania układu kostno-szkieletowego.

W wieku niemowlęcym korygowane są zaburzenia ruchowe pochodzenia ośrodkowego, opóźnienie rozwoju psychomotorycznego, rehabilitowany jest często kręć szyi, objawy mózgowego porażenia dziecięcego, uszkodzenia nerwów obwodowych, przydatny jest nieraz masaż Shantala. Zgłaszają się także pacjentki w ciąży, wymagające bardzo specjalistycznych i umiejętnie stosowanych zabiegów rehabilitacyjnych.

Zespół specjalistów fizjoterapeutów wykorzystuje najnowsze techniki terapeutyczne, by zapewnić pacjentom kompleksowe zabiegi dostosowane do indywi-



dualnych potrzeb. Przeprowadzane są indywidualne zabiegi profilaktyczne, masaże oraz terapie rehabilitacyjne.

Prowadzi rehabilitację w ortopedii, neurologii, pediatrii – rehabilitacji od pierwszego dnia życia dziecka, chorobach układu krążenia, medycynie sportowej, dermatologii, onkologii, skoliozach, neurorehabilitacji, geriatrii, chorobach układu oddechowego, reumatologii, rehabilitacji kobiet w ciąży oraz po porodzie, przed i po zabiegach chirurgicznych.

Zabiegi: laseroterapia wysokoenergetyczna i niskoenergetyczna, terapia falami uderzeniowymi, terapia radiofalowa ukierunkowana, pełna gama prądów o niskich i średnich częstotliwościach oraz ich modyfikacje + VACUM, terapia

ultradźwiękami, najnowocześniejsze bezobsługowe głowice HandsFree Sono unikalna Technologia Pola Rotacyjnego (RFT - Rotary Field Technology), terapia skojarzona, ultradźwięki z elektroterapią, krioterapia azotowa oraz dwutlenkiem węgla, naświetlania sollux, kwarcówka, magnetoterapia, diatermia.

Zakład rehabilitacyjny w Ostrowie Wielkopolskim jest znany także z przeprowadzania zabiegów terapii manualnej potocznie nazywanej „nastawianiem stawów kręgosłupa”.

Bardzo często oboje specjaliści, Sylwia Olczyk, dyplomowany terapeuta neurorozwojowy i Rafał Olczyk, specjalista fizjoterapii otrzymują zapytania o możliwości korzystania z zabiegów także od pacjentów z zagranicy, głównie z Niemiec i Holandii. Poradnia przygotowuje więc ofertę dla tych zagranicznych pacjentów.

(ac)





### Pieśń o ziemi naszej

W góry! w góry, miły bracie!  
Tam swoboda czeka na cię.  
Na szalase do pasterzy,  
Gdzie ze źródła woda bieży,  
Gdzie się serce z sercem mierzy  
I w swobodę człowiek wierzy!  
Tutaj silniej świat oddycha,  
Tu się szczerzej człek uśmiecha(...)

Wincenty Pol

# Gdzie na wakacje?

**Żywiec** leży w południowej Polsce, w województwie śląskim. Miasto położone jest malowniczo w Kotlinie Żywieckiej, u zbiegu rzeki Soły i potoku Koszarawa, nad Jeziorem Żywieckim, na wysokości 345-350 m n.p.m.

Najwyższe szczyty górskie widoczne z okolic miasta to pobliski Grojec (612 m n.p.m.), Łyska (646 m n.p.m.), Pilsko (1557 m n.p.m.), Babia Góra (1725 m n.p.m.), Lipowska (1324 m n.p.m.), Wielka Rycerzowa (1226 m n.p.m.), Romanka (ok. 1200 m n.p.m.) oraz Wielka Racza (1236 m n.p.m.) oraz Skrzyczne (1257 m n.p.m.).

Historia Żywca i pobliskich miejsc, gdzie osiedlali się ludzie na terenie Kotliny Żywieckiej sięga czasów starożytnych Celtów. Kolebka Żywca to wzgórze Grojec (612 m n.p.m.), na którym górowała nad okolicą wczesnośredniowieczna warownia. Na początku XV w. została ona przekształcona w zameczek myśliwski rozbójniczej rodziny Skrzyńskich herbu Łabędź. W 1462 r. zameczek został zniszczony przez wojska Kazi-

mierza Jagiellończyka. Historycznie miejscowość należy do Małopolski.

Najstarsza wzmianka pisana pochodzi z 1308 r., dotyczy miejscowej parafii katolickiej. Po raz kolejny wzmiankowana została w spisie świętopietrza parafii dekanatu Oświęcim diecezji krakowskiej z 1326 r. pod nazwą Zivicz. Ówczesny Żywiec, będący częścią najpierw księstwa cieszyńskiego, a od 1315/1316 księstwa oświęcimskiego, znajdował się w nieco innym miejscu – na terenie późniejszej wioski Stary Żywiec, zalanej w roku 1966 wodami Jeziora Żywieckiego. W 1327 książę Jan I Scholastyk oddał księstwo oświęcimskie w lenno Królestwu Czech, a w towarzyszącym dokumencie wymieniono również miasteczko Żywiec.

Żywiec jest niezwykle atrakcyjny turystycznie, dzięki okolicznym górcom Beskidu Żywieckiego, Beskidu Małego, Beskidu Śląskiego i dzięki pobliskiemu Jezioru Żywieckiemu oraz okolicznym ośrodkom sportów zimowych w Korbielowie, Zwardniu i Szczyrku. W samym mieście atrakcje turystyczne stanowi szereg obiektów zabytkowych, m.in. Stary

Zamek i Pałac Habsburgów wraz z otaczającym je parkiem. Ponadto przez samo miasto i jego okolice biegną dwa szlaki nizinne: szlak turystyczny zielony „Szlak Wyzwolenia Żywca” i szlak turystyczny żółty „Szlak Najazdu Szwedzkiego”.

Żywiec jest głównym ośrodkiem miejskim regionu kulturowego Żywiecczyzna. Jest jednym z głównych miast, gdzie na przełomie lipca i sierpnia odbywa się, obok Wisły i Makowa Podhalańskiego, największy i najstarszy polski festiwal folklorystyczny „Tydzień Kultury Beskidzkiej”, a w jego ramach m.in. „Festiwal Folkloru Górali Polskich” oraz „Międzynarodowe Spotkania Folklorystyczne”. Co roku w kategorii lokalnych zespołów folklorystycznych występują zespoły z kraju i z zagranicy (np. z Jabłonkowa, prezentujący folklor górali Śląskich zza czeskiej granicy, z Rapa Nui (z Polinezji), Nowej Zelandii, Chile, Meksyku i USA, Chin, Korei, Nigerii oraz wielu krajów Europy).

(ac)

Publikacja promocyjna  
Pokoje gościnne „To i Owo”  
www.toiowo.com.pl

**Pokoje gościnne „To i Owo” [www.toiowo.com.pl](http://www.toiowo.com.pl) oferują do wynajęcia pokoje 2 i 4-osobowe.**

Pokoje 2-osobowe z TV - obok łazienka z prysznicem, WC  
Pokój 2-osobowy z TV z łazienką  
Pokój 2-osobowy z TV z łazienką i kuchnią  
Pokój 4-osobowy z TV, lodówka, łazienka z prysznicem i WC.

Dla wszystkich gości dostępne są aneksy kuchenne z pełnym wyposażeniem, piec gazowy, czajnik, lodówka. Na terenie posesji ogród z grillem i stolikami. Zmotoryzowanym gościom oferowany jest parking.

A w pobliżu:

- restauracja 500 m
- las 1500 m
- sklep 100 m
- kościół 500 m
- Browar Żywiec z możliwością zwiedzania, restauracja, piwiarnia
- wyciągi narciarskie w odległościach - 2,5 km, 4 km, 17 km
- Jezioro Żywieckie 8 km
- basen kryty 3 km
- Figlo Raj 6 km
- mini skate park 3 km
- amfiteatr 2.5 km, park miejski 3 km
- Góra Żar 15 km - elektrownia szczytowo-pompowa oraz stok narciarski i kolejka górską
- Góra Łyska 1,5 km, Góra Grojec 3,5 km.

