

# GAZETA

DLA WSI ZACHODNICH NR 1 2016

## Z ŻYCIA KULTURALNEGO WSI ZACHODNICH

( Oprac. Dorota Tondera)

**1 października 2016r.** to początek cosobotnich spotkań mieszkańców Wsi Zachodnich w Filii Gminnego Centrum Kultury i Sportu w Skierdach. To spotkanie połączyliśmy z zakończeniem gminnej gry terenowej związanej z Powstaniem Warszawskim, organizowanej przez Urząd Gminy w Jabłonie.

Wspólne świętowanie zaczęliśmy od zupy grochowej dla uczestników biegu. Wszyscy musieli się nie tylko troszkę posilić, ale przede wszystkim rozgrzać. Potem powitaliśmy gości - sponsorów: przedstawicieli Klubu Rotary Warszawa Józefów, którzy uroczystie przekazali do publicznego użytku Plac Zabaw który otrzymał imię „Wojtek”.

Wojtek to imię nieżyjącego już członka i założyciela Klubu RC Warszawa Józefów - Wojciecha Sierpińskiego, dla którego działania rotariańskie pod hasłem: „Służba dla innych ponad korzyść własną” były szczególnie bliskie. W Skierdach pojawili się: Jarosław Wojtach – Prezydent RC Warszawa Józefów, Tomasz Mieszkowski – Prezydent Elekt RC Warszawa Józefów i gość Iwona Kamionka - Prezydent RC Warszawa Belweder. Pieniądze na ten Plac Zabaw, w kwocie ok. 22 tys. zł pochodziły od klubów rotariańskich z całej Polski. Cała Polska usłyszała o Skierdach i jej mieszkańcach, jako ludziach którzy potrafią świetnie się zorganizować w pracy na rzecz społeczności lokalnej. Cała Polska usłyszała o zwycięstwie Skierd w corocznie organizowanym Festiwalu Sołectw: Dąbrówka 2016.

A potem powitaliśmy fantastycznego gościa : pułkownika GROM-u Pana Krzysztofa Przepiórkę, który oficjalnie powiedział kilka słów na temat urokliwego miejsca, jakim są Skierdy, a potem rozmawiał już z innymi zupełnie prywatnie. Razem z innymi mógł uczestniczyć w prawdziwie widowiskowym wyjściu z lasu grupy

rekonstruktorów „AK Kampinos”. Było nawet kilka wystrzałów, które zmusiły do podejścia, do ogniska kilkoro przedstawicieli młodszej młodzieży. Byli oni lekko zaniepokojeni, ale potem już na pełnym luzie, razem ze wszystkimi oglądali prezentację grupy: stroje żołnierzy „AK Kampinos”. Również i ci goście po oficjalnej części udzielali informacji mieszkańcom, którzy nie tylko pytali, ale robili sobie z nimi zdjęcia.

A na koniec był poczęstunek przygotowany przez Urząd Gminy Jabłonna (zupa grochowa i kiełbaski na ognisko), Gminne Centrum Kultury i Sportu w Jabłonie i, oczywiście jak zwykle, przez mieszkańców naszych wsi. Także i tym razem nie zawiódła nasza Radna – Dorota Świątko, która jak zwykle przyniosła przepyszne rogaliki, Panie Sołtysowe: Teresa Młynarek i Hanna Grzelak, Wolontariat Skierdy, Magdalena Spława – Neyman - właścicielka Stadniny Koni „Na Kępie” oraz Kawiarenka „Pod Bocianim Gniazdem” – sponsorzy bezpłatnych kuponów na lody dla dzieci.

Bawiliśmy się do późna.

**7 października 2016r.** to kolejne sobotnie spotkanie w Gminnym Centrum Kultury i Sportu w Skierdach, tym razem z jednym z najbardziej znanych polskich rysowników – Edwardem Lutczynem. Gościliśmy go już po raz drugi.

Tym razem były to warsztaty, czasie których każdy miał szansę zaprezentować gościowi swoje umiejętności, zadać pytania. Tym razem gość dużo mówił o swojej pracy i rysunku: podsumowaniem pracy każdego rysownika powinno być zdanie: Rysując „pamiętaj o kolejności: najpierw jest myśl, potem oko, serce i na koniec ręka.

W czasie spotkania rysowaliśmy zwierzęta domowe i egzotyczne, ludzi pochodzących z innych kultur, a efektem były piękne prace, które zostały zaprezentowane w Filii GCKiS w Skierdach na wernisażu w sobotę 15 października . Wzruszającym elementem spotkania był rysunek dziadków dla wnuczka Adasia, który nie mógł uczestniczyć w zajęciach.

Także i w tym spotkaniu były konkursy i podziękowania dla wszystkich. Nagrody, jak zwykle, były pozyskane od sponsora.

A propos: 15 października Adaś brał udział w spotkaniu z 3D i odszukał pracę dziadka.

**15 października 2016r.** kolejne sobotnie spotkanie w Filii Gminnego Centrum Kultury i Sportu w Skierdach. Tym razem spotkanie z drukowaniem w 3D. Niesamowite przeżycie, w czasie którego można było na własne oczy ujrzeć, w jaki sposób powstaje trójwymiarowy przedmiot.

Zaczęło się od prezentacji, przez Pana Bartka Jarkiewicza, dwóch drukarek: tańszej za 1,5 tys. zł i drugiej za 7 tys. zł. Potem uruchomienie jednej z nich i drukowanie figurki Pokemona Pikachu. Mieliśmy 1, 30 min. Figurka się drukowała: w temperaturze 210 o Celsjusza, z niebieskiego „kabla”, tworzona warstwami przez mały rysik.

W międzyczasie mogliśmy oglądać rzeczy wydrukowane w 3D: modele kół, narzędzia (małe imadło), model czaszki, śrubki, nakrętki, łożysko, części sztywne i elastyczne urządzeń mechanicznych. Zadawaliśmy wiele pytań, na przykład: Po co drukowanie w 3d? Odpowiedzią była zamknięta metalowa kłódka, którą otwieraliśmy plastikowym kluczykiem. Otóż, jeżeli ktoś ma problemy z ciągłym gubieniem kluczy i ich dorabianiem, może pozbyć się kłopotu. Wystarczy zapisać odpowiedni plik w komputerze, a potem drukować klucz, który się zgubiło, tyle razy, ile razy jest to potrzebne.

Niesamowitą opowieścią była historia pingwina w warszawskim ZOO, który utracił dziób: opracowano program w komputerze i wydrukowano dla nieszczęsnego zwierzęcia protezę dziobu, która zastąpiła ten narząd do momentu jego odrośnięcia. To samo dzieje się z protezami dla ludzi.

Mnie zaszokował wydruk zdjęcia w 3d. Dano mi do ręki kawałek plastiku. Podniosłam go, spojrzałam na niego pod światło i zobaczyłam zdjęcie ze ślubu prezentującego temat.

Mało kto wie, że aktualnie można drukować w 3D torty do jedzenia, jadalny makaron czy jadalne i pachnące maliny. W czasie spotkania były konkursy, także w 3D: rysowanie obrazów oraz składanie bajkowych historii. Tam gdzie są konkursy, są i nagrody... dla wszystkich. Prezenter- Pan Bartek,

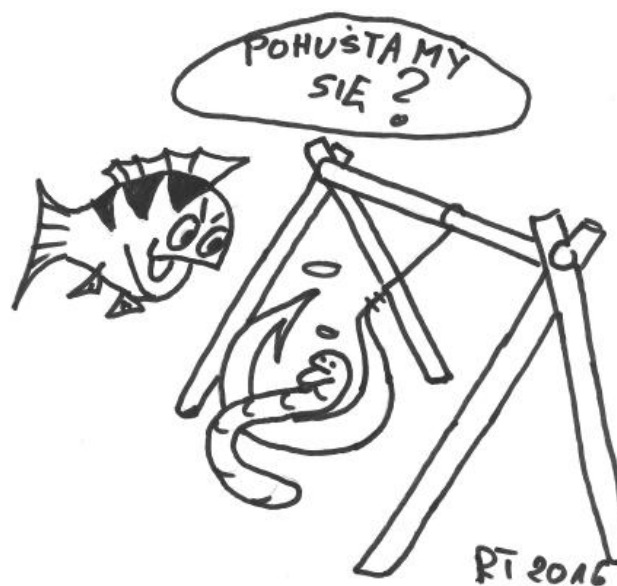
podarował każdemu uczestnikowi, wydrukowanego w 3D, Pikachu, zaś wszyscy otrzymali drewniane, wcale niełatwe do ułożenia, magiczne łamigłówki. Ponadto były nagrody pocieszenia. Wszystkie nagrody były pozyskane od sponsora.

A na koniec: wyróżniona praca, rysunek w 3D, będzie wydrukowany w 3D: jeden egzemplarz otrzyma, osoba, która go narysowała, drugi egzemplarz będzie można oglądać w Filii Gminnego Centrum Kultury i Sportu w Skierdach, razem z wydrukiem żółędzia- symbolu Skierd.

I na koniec refleksja: szkoda, że na ponad dwugodzinnym spotkaniu, w czasie którego nasz gość - Pan Bartek, za darmo prezentował możliwości drukarki 3D, było tak mało widzów. No cóż, może będzie lepiej...

P.S. Oprócz spotkania z 3D można było wziąć udział w wernisażu prac plastycznych ze spotkania z Edwardem Lutczynem, w ubiegłą sobotę. Warto zobaczyć. Wystawa do 10 grudnia 2016r Zapraszamy!

## **ŻARTY Z WĘDKĄ – TYLKO DLA WAS**



**22 października 2016r.** to kolejne spotkanie w Filii GCKiS w Skierdach, a właściwie była to prawdziwa muzyczna uczta, ponieważ w naszej wsi gościliśmy światowej sławy wokalistów musicalowych: Jakuba Wociała i Annę Kędroń. Oboje występują w warszawskim Teatrze Rampa w przedstawieniach: „Rent”, „Rapsodia z Demonem” i „Jesus Christ Superstar”.

Spotkanie zaczęliśmy w naszym kościółku, który sprawdził się jako miejsce z doskonałą akustyką. Głosy wykonawców brzmiały niesamowicie, a samo wykonanie utworów wzruszyło słuchających do łez. Z niesamowitym wzruszeniem wysłuchaliśmy nie tylko utworów z musicalu „Jesus Christ Superstar”, ale też z „Nędzników” – w wykonaniu Jakuba Wociała. Po mini recitalu przeszliśmy do szkółki i tam rozmawialiśmy o śpiewaniu ,pasji, o karierze,

## **O chorej miłości do zwierząt... w odcinkach**

**Świat się zmienia... Patologią nazwać można brak dbałości o zwierzęta domowe, które bywają głodne, brudne, bite, porzucane... Jednak coraz częściej pojawia się inny rodzaj patologii, który w skrócie można nazwać „zagłaskaniem kota na śmierć”.**

### **Dlaczego pies nie chce wychodzić na spacer?**

Psy i koty stają się członkami naszej rodziny. Kupujemy im dobrą karmę, dbamy, kąpiemy, czesemy, odrobaczamy, karmimy, karmimy, karmimy... Pies towarzyszy nam przy stole i żałośnie patrzy... To nic, że przed chwilą dostał miskę z karmą, ale przecież tak pięknie prosi... I zaczynają spadać smakołyki. Wędzona szyneczka, smażona cebulka, mięsko z czosnkiem, kiełbaska, kawałek ciasta z rodzynkami, czekoladka... Ależ nasz pies musi być szczęśliwy, skoro ma takich kochających właścicieli! Co prawda ostatnio trochę przytył i zamiast dwudziestu pięciu kilogramów waży czterdzieści dwa, ale to nic, przecież pójdziemy pobiegać! A cóż to – nie chce biegać i w ogóle jakoś nie ma ochoty na spacer... Coraz więcej

stawie , perfekcji , o zadowoleniu z pracy, do których wiedzie ciężka , ciężka praca.

Warto powiedzieć, że Jakub przyjechał do nas prosto z dworca. Zmęczony, niewyspany po koncercie w Gdyni. Wzruszył mnie, kiedy zauważyłam, że może być nas – słuchających troszkę mało. Na moją uwagę Kuba odpowiedział: „ Najważniejsze, że ty jesteś”. A mój mąż stale powtarza: Aktor wystąpi nawet wtedy, kiedy na widowni jest jeden widz. Na początku było nas dwoje...

A potem była już tylko zabawa do łez: oglądaliśmy nagranie z naszego występu na VII Festiwalu Sołectw: Dąbrówka 2016. Każdy widział tylko siebie: Jedna stwierdziła, że nigdy więcej, inna , że musi zacząć się odchudzać, jeszcze inna, że nie poznaje samej siebie, ale wszyscy płakaliśmy ze śmiechu. To było jedyne tego typu przeżycie. Oj, warto było

czasu spędza na swoim postaniu i tylko sapie i chrapie...  
Może chory?

### **Idziemy do weterynarza!**

Standardowo najpierw odbywa się ważenie. Lekarz patrzy na nas ze zdziwieniem... Badania - i wreszcie diagnoza – pies ma otłuszczone serce i narządy wewnętrzne, problemy z wątrobą, przeciążony kręgosłup, kłopoty z oddychaniem i trawieniem... i tak dalej. Jeśli natychmiast nie zostanie wdrożona rozsądna dieta, długo nie pożyje... Jedzenie przeznaczone dla ludzi jest szkodliwe dla zwierząt. Nie wolno podawać psu wędzonych wędlin, cebuli, czosnku, winogron ani czekolady, bo to jest dla niego zabójcze. Produkty te nie są przez niego trawione i pochodzące z nich toksyny odkładają się w organizmie, regularnie go zatruwając.

Oprac. Dziewczyny z PET SHOP

**W Y W I A D Y** prowadzi Agnieszka

## **Ultramaratończyk z Rajszewa**

***Przemek Romanów mieszka z rodziną w Rajszewie od czterech lat. Dla jego synka Mikołaja Rajszew jest pierwszym i jedynym domem. Przemek opowiedział mi o swojej pasji – ultramaratonach.***

**Jesteś ultramaratończykiem. Co się kryje za tym określeniem?**Oznacza to, że ukończyłem przynajmniej jeden bieg o długości powyżej 42 km, a dokładniej ponad dystans maratonu. Najpopularniejsze trasy to 60- 120 kilometrów, jednak zdarzają się wielodniowe imprezy liczące np. 260 kilometrów.

### **Jak wyglądają biegi ultra?**

Przeważnie odbywają się w górach, gdzie warunki są bardzo trudne – duże przewyższenia, strome zbocza, zmrok, niepewna pogoda. Biegacze często ruszają przed świtem; z latarką na głowie i małym plecaczkiem, w którym mają wodę, trochę jedzenia i kilka innych rzeczy, niezbędnych by przetrwać wiele godzin na górskim szlaku. Co kilkanaście kilometrów w specjalnym punkcie, tzw. 'przepaku', można uzupełnić zapasy i chwilkę odpocząć.

### **Jaka była Twoja motywacja by podjąć się takiego wyzwania?**

Biegam już od dłuższego czasu, jednak do zmierzenia się z ultramaratonem zachęciła mnie lektura książek o tej tematyce. Malownicze i dramatyczne opisy biegów sprawiły, że ultramaratony jawiły mi się przede wszystkim jako wspaniałe przeżycie, niezapomniana przygoda ale również walka ze słabościami. Również perspektywa obcowania z naturą przez tak długi czas i w tak bezpośredni sposób wydawała mi się zupełnie wyjątkowa.

### **Czy Twój pierwszy start potwierdził te oczekiwania?**

Było dokładnie tak, jak sobie to wyobrażałem. Mimo, że jak na debiut dystans był długi, 83 kilometry po mocno pofałdowanym terenie, od początku wiedziałem jedno - że dotrę do mety, mimo, że nie byłem pewien czego mogę się spodziewać na trasie. Oczywiście, pod koniec byłem wyczerpany, ale podczas biegu cieszyłem się ruchem i pięknym otoczeniem. Przebiegnięcie takiego dystansu okazało

się łatwiejsze niż się wydawało, choć wcale nie chcę powiedzieć, że było łatwo.

### **Wiem, że to doświadczenie zachęciło Cię do dalszych startów.**

Od czasu tej imprezy, która odbyła się w lipcu, przebiegłem jeszcze dwa ultramaratony, ostatnio 60 kilometrów w Beskidach. Bardzo ciężki bieg.

### **Czy na co dzień również biegasz tak dużo?**

Staram się biegać w większość dni, zwykle kilka lub kilkanaście kilometrów po okolicznych lasach. Cieszy mnie, kiedy przemierzając leśne ścieżki wciąż znajduję nowe miejsca i zakamarki. Okolice Rajszewa to raj dla biegacza.

### **Mam nadzieję, że Twoja historia zachęci naszych sąsiadów do biegania. Czy masz jakieś porady dla tych, którzy chcieliby zacząć?**

Potrzebne Ci tylko odpowiednie buty. Załóż je i wyjdź z domu. Zaczynij od krótkich dystansów przerywanych marszem. Organizm szybko przyzwyczaja się do wysiłku, jednak warto zwiększać dystans i tempo stopniowo. Przede wszystkim chodzi o przyjemność. Zapewniam, że można ją mieć biegając nawet w jesiennej lub zimowej aurze.

Dla osób którym zależy na szybkości dobrym pomysłem są starty w biegach ulicznych. Element rywalizacji motywuje do pokonywania barier. Można też zastanowić się nad przystąpieniem do jakiegoś klubu biegowego. Ja jestem członkiem stowarzyszenia Trucht Tarchomin Team.

### **Nie myślałeś o zorganizowaniu biegu dla mieszkańców naszej okolicy?**

Podoba mi się pomysł zorganizowania biegu sztafetowego na niewielkiej pętli dla np. 5-osobowych drużyn z naszego sąsiedztwa. Organizujemy tego typu bieg z naszym klubem. Zawsze jest świetna zabawa, atmosfera, a przede wszystkim doskonała integracja. Jeśli będą chętni, chętnie pomogę w przygotowaniu takiej imprezy.

### **Dziękuję za rozmowę i powodzenia w realizacji planów biegowych**