



Prezentacja

27 lutego w Informacyjno-Ekspozycyjnym Centrum Muzeum Majdanu w Kijowie odbyła się prezentacja książki pt. „Polska solidarność z Majdanem” (kierownik projektu Leonid Finberg).

Książka pokazuje stosunek Polki i Polaków do ukraińskiej Rewolucji Godności z lat 2013-2014. Żaden kraj nie wykazał ukraińskiej Rewolucji Godności takiego wsparcia jak Polska, przy czym, ze strony wszystkich struktur, takich jak: władze państwowe, społeczności terytorialne, mieszkańcy województw i miast, organizacje pozarządowe, osoby prywatne i firmy.

Książka składa się z czterech części. Zamiast wstępu, poprzedza je dziewiętnaście reportaży Mirosława Czecha, przypominających czytelnikom o przebiegu wydarzeń rewolucji, powracających do atmosfery tamtych czasów, pomagających przedstawić sobie, jak postrzegali je czytelnicy polscy.

KONFERENCJA

Polski i Ukraińscy naukowcy w murach Uniwersytetu Pedagogicznego w Krakowie, szukali odpowiedzi na pytania dotyczące konsekwencji zmian w Polsce i Ukrainie. Czy im się udało?

Jaki kształt przybiorą współczesne wyzwania, problemy i napięcia?

W dniach 26-27 lutego 2020 roku, odbyła się I Międzynarodowa Polsko-Ukraińska Konferencja pt. „Polska i Ukraina w obliczu radykalnych zmian społecznych. Diagnozy i znaki zapytania”. Organizatorami był Instytut Filozofii i Socjologii oraz Instytut Politologii. Pomimo, że była to pierwsza jej edycja cieszyła się sporą popularnością wśród naukowców z kraju i zagranicy. W konferencji wzięło udział 58 naukowców, reprezentowali oni 15 polskich ośrodków oraz 9 ukraińskich ośrodków akademickich.

Duże zainteresowanie konferencją pokazało, że wśród uczonych z obu państw istnieje potrzeba organizacji bilateralnych wydarzeń naukowych, opartych na wzajemnej wymianie doświadczeń i wiedzy naukowej. Konferencja została objęta honorowym patronatem Rektora Uniwersytetu Pedagogicznego prof. dr. hab. Kazimierza Karolczaka. Swojego patronatu udzieliły też cztery uniwersytety z Ukrainy: Nieżyński Państwowy Uniwersytet im. Mikołaja Gogola, Przykarpaccy Uniwersytet Narodowy im. Wasyla Stefanyka, Czerniowiecki Uniwersytet Narodowy im. Jurija Fedkowycza oraz Lwowski Państwowy Uniwersytet Bezpieczeństwa Życia. Patronat nad konferencją objęli również Polsko-Ukraińska Izba Gospodarcza, Polskie Towarzystwo Nauk Politycznych oddział w Krakowie, oraz Samorząd Doktorantów Uniwersytetu Pedagogicznego, a patronat medialny Radio „Kraków” i „Dziennik Kijowski”. (Patrz str. 3)

ŁĄCZY NAS DUCH WOLNOŚCI

Pierwsza część to teksty autorstwa dyplomatów i polityków. Mówią o pracy dyplomatów przed i podczas Majdanu, próbach mediacji między władzami a opozycją, próbach wyjaśnienia zachodnim kolegom kwestii, bardziej dla nich zrozumiałych, oraz o ich zaangażowaniu w organizację bezprecedensowej skali akcji pomocy zainicjowanej przez polski rząd.

Drużga część zawiera relacje Polaków obecnych wówczas na Ukrainie, głównie w Kijowie: dziennikarzy, działaczy społecznych, biznesmenów, wolontariuszy, księży, ratowników, ludzi mieszkających w Kijowie na stałe lub czasowo, którzy celowo przybyli tu jako dziennikarze dla przekazu relacji z wydarzeń, lub jako wolontariusze, jak też osób, które znalazły się tu przypadkowo, przebywając w sprawach niezwiązanych z Majdanem – ale, którzy stali się aktywnymi świadkami

i uczestnikami wydarzeń. Teksty trzeciej części opisują, jak polskie społeczeństwo postrzegало Rewolucję Godności od wewnątrz, jak reagowało na epizody inspirujące i tragiczne. Opowiadają o różnych akcjach wsparcia Majdanu w Warszawie, Lublinie, Gdańsku, Krakowie, o spotkaniach, pikietach przed ambasadami Ukrainy i Rosji, rezolucjach i apelach, koncertach i wystawach, okrągłych stołach i akcjach artystycznych. Organizowały i uczestniczyły w nich zarówno ukraińskie organizacje mniejszościowe, jak i polskie organizacje pozarządowe, etniczni Ukraińcy mieszkający w Polsce i Polacy.

Mówią o tym, jak na tych wiecach rozpoczęto zbierać rzeczy, leki i wszelkie inne środki,



aby pomóc walczącym na Majdanie, jak nieoczekiwanie dużą i szczerą była chęć ludzi do okazania pomocy. Mówi się

tu też o przeciwdziałaniu kłamstwu i fałszywej propagandzie rozpowszechnianej przez rosyjskie i prorosyjskie media pod płaszczykiem „prawdziwej” informacji.

Czwarta część poświęcona jest bezpośrednio organizacji leczenia i rehabilitacji bohaterów Majdanu w Polsce, a później rannych w walkach toczonych na wschodzie Ukrainy, a także pomocy rodzinom rannych i zmarłych. Wolontariusze, działacze społeczni, menedżerowie, lekarze z Warszawy, Lublina, Krakowa, Gdańska, Szczecina, Poznania – wszyscy podkreślają ogrom pracy, w której przyszło się im uczestniczyć, gdyż setkom osób trzeba było okazać pomoc we właściwym czasie.

Ciąg dalszy na str. 3

Niezapomniany koncert

„Gdy polonez chopinowski tajne struny serca ruszy”



3 marca br. ten wers z wiersza Marii Konopnickiej zabrzmiał tworząc piękną okrasę do całego koncertu poświęconego 210. rocznicy urodzin Fryderyka Chopina w kijowskim Domu Aktora (Patrz str. 4)

POSIEDZENIE ZARZĄDU GŁÓWNEGO ZWIĄZKU POLAKÓW NA UKRAINIE



W dniu 29 lutego br. w siedzibie ZPU w Kijowie (ul. I. Franki 40 B) odbyło się kolejne posiedzenie Zarządu Głównego Związku Polaków na Ukrainie pod przewodni-

ctwem prezesa p. Antoniego Stefanowicza. Zgodnie z porządkiem dnia omówiono szereg ważnych zagadnień – plany działalności, kalendarz wydarzeń Związku Polaków Ukrainy, karty

rejestracyjne organizacji należących do ZPU.

Jednym z najważniejszych wydarzeń zaplanowanych w 2020 r. jest organizacja i przeprowadzenie Kongresu ZPU.

Na posiedzeniu powołana została komisja statutowa, której przewodnictwem powierzono p. Aleksandrowi Stefanowiczowi. Także podjęto decyzję o pozbawieniu członkostwa w Zarządzie Głównym p. Włodzimierza Szczepaniaka.

Dyskutowano i podjęto decyzję o potrzebie założenia

„Domu Polskiego” w Kijowie (orientacyjnie o powierzchni do 300 m²). Do priorytetów działalności „Domu Polskiego” należałyby: integracja środowiska polskiego, edukacja kulturalno-oświatowa polegająca na promowaniu Polski i polskości, oraz języka ojczystego wśród mieszkańców Ukrainy. ■



Poczynania godne pochwały

RZĄDY NA CAŁYM ŚWIECIE zaczynają rozdawać pieniądze

Niebezpieczeństwo związane z epidemią koronawirusa sprawiło, że rządy na całym świecie sięgnęły po wsparcie fiskalne, desperacko próbując oddalić niebezpieczeństwo recesji.

W odstawkę poszły reguły budżetowe oraz obawy przed zadłużeniem. Nadzwyczajna sytuacja wymaga nadzwyczajnych środków. Świadczy o tym m.in. pośpiech z jakim władze USA przystąpiły do tworzenia ogromnego pakietu stymulacyjnego.

Przygotowywany przez administrację Trumpa pakiet stymulacyjny dla gospodarki może sięgnąć nawet 1,2 bln dolarów. Z tego około 250 mld dolarów, to pieniądze, które trafią bezpośrednio do obywateli. Każdy dorosły obywatel USA ma dostać czek na ponad 1000 dolarów. Steven Mnuchin, amerykański sekretarz skarbu deklaruje, że czeki te mogą zostać wysłane w ciągu najbliższych dwóch tygodni.

Ma też dojść do odroczenia spłaty części podatków a linie lotnicze mogą dostać 50 mld dolarów wsparcia. Szczegóły tego pakietu wciąż są dopracowywane. Nie wiadomo również w jakiej formie przyjmie go Kongres. Mitch McConnell, przywódca republikańskiej większości w Senacie, twierdzi,

że prace nad pakietem fiskalnym będą odbywały się z „szybkością warpową”.

Kongres na pewno jest pod presją. Sekretarz Mnuchin ostrzega, że jeśli stymulacja nie zostanie zapewniona, to stopa bezrobocia w USA może skoczyć z 3,6 proc. do 20 proc. Prezydent Trump nakazał mu wcześniej przygotować wsparcie dla gospodarki „na wielką skalę”.

Tymczasem brytyjski kanclerz skarbu Rishi Sunak ogłosił w środę pakiet wsparcia dla gospodarki warty 350 mld funtów. 330 mld funtów z tej sumy przypadają będzie na gwarantowane przez rząd pożyczki dla spółek. 20 mld funtów ma natomiast przypaść na bezpośrednie wsparcie dla firm. Tydzień wcześniej Sunak ogłosił już pakiet stymulacyjny warty 37 mld funtów. – Działamy jak każdy wojenny rząd, by wspierać gospodarkę – powiedział premier Boris Johnson.

W Niemczech rząd zapowiedział już w ostatnich tygodniach wzrost wydatków budżetowych i odejście od nadwyżki fiskalnej. Dał również wytyczne państwowemu bankowi KfW, by udzielił spółkom kredytów na łącznie 550 mld euro.

We Francji pakiet stymulacyjny przewiduje 45 mld euro pomocy dla spółek i obywateli

(z czego 35 mld euro przypadnie na obniżkę składek). Dodatkowo rząd udzielił gwarancji dla pożyczek opiewających na 300 mld euro. Minister finansów Bruno Le Maire zapowiada, że może dojść do nacjonalizacji części dużych firm, które nie poradzą sobie ze skutkami gospodarczymi epidemii.

We Włoszech rząd przyjął kilka dni temu pakiet fiskalny opiewający na 25 mld euro. Wsparcie otrzymają m.in. firmy, których obroty spadły o co najmniej 25 proc.

Zapewnione będą też „wakacje kredytowe” i wstrzymanie spłat czynszów. Matteo Salvini, przywódca opozycyjnej Ligi Północnej, twierdzi, że to za mało i że gospodarka Włoch potrzebuje co najmniej 50 mld euro wsparcia. Ministerstwo Finansów mówi, że dostarczy też gospodarce 340 mld euro „zlewarowanego finansowania”, ale plan ten jeszcze się nie skonkretyzował.

W Hiszpanii rząd przedstawił pakiet stymulacyjny opiewający na 220 mld euro, z czego 117 mld euro ma zostać zapewnione przez sektor publiczny. Pomoc będzie obejmowała m.in. wstrzymanie spłat czynszów, wsparcie płynnościowe dla spółek oraz zagwarantowanie dostaw wody, prądu oraz usług internetowych dla

biednych. Chińskie władze jak dotąd nie ogłosiły dużego pakietu stymulacyjnego i skupiły się bardziej na dawaniu wytycznym bankom, by zwiększyły akcję kredytową. Po stymulację budżetową sięgają jednak inne państwa Azji.

Rząd Japonii już w grudniu zaczął pracować nad pakietem stymulacyjnym dla gospodarki wartym 120 mld USD, zawartym w budżecie na rok fiskalny 2020-2021.

W lutym dorzucił równowartość 4,6 mld dolarów na wsparcie dla biznesu a w marcu dodatkowo 11 mld dolarów.

Władze Korei Południowej ogłosiły w pierwszym tygodniu marca dosyć skromny pakiet wsparcia dla gospodarki warty 13,7 mld dolarów. Obejmuje on m.in. subsydia dla małych i średnich spółek a także zasiłki na opiekę nad dziećmi.

Niekonwencjonalne działania fiskalne podjęły też władze Hongkongu. Rozdają one każdemu dorosłemu jej mieszkańcowi wsparcie o równowartości 1200 USD na osobę.

Oplacą też jeden miesiąc czynszu ludziom mieszkającym w mieszkaniach komunalnych. Obcięte zostały podatki dochodowe, biznesowe i od nieruchomości.

„Rzeczpospolita”

FILM

Oleg Sencow w POLSCE

Wielkim zwycięzcą tegorocznej Polskiej Nagrody Filmowej Orły 2020 w kategorii najlepszy film okazało się „Boże Ciało” Jana Komasy, którego twórcy otrzymali aż 11 statuetek m.in. za najlepsze pierwszoplanowe i drugoplanowe role męskie i kobiece, reżyserię, scenariusz, montaż i zdjęcia.

Na gali, zorganizowanej w Warszawie obecny był ukraiński reżyser filmowy, prozaik, pisarz, aktywista społeczny Oleg Sencow. Były więzień polityczny podziękował polskim filmowcom i narodowi za wszystko, co dla niego robili. Zwrócił uwagę, że walka Ukrainy z agresorem nie zakończyła się na jego uwolnieniu, bo około 100 osób znajduje się wciąż w niewoli rosyjskiej - cały czas o nich walczymy - zapewnił.

Ukraiński twórca przypomniał także o polskiej premierze filmu „Numery”, który zrealizował na podstawie sztuki teatralnej pod tym samym tytułem. - Nie jest łatwo kręcić filmy z więzienia na podstawie listów. Mam nadzieję, że to doświadczenie już nigdy się nie powtórzy. Mam nadzieję, że będziemy wspólnie współpracować nad dobrym filmem, dlatego że wszyscy pragniemy robić filmy i żyć spokojnie. Na razie Ukraina robić tego nie może, dopóki u władzy jest Putin, ale wierzę w nasze zwycięstwo i że będziemy żyli razem - powiedział.

KOS

Prezentacja

Ciąg dalszy ze str. 1

ŁĄCZY NAS DUCH WOLNOŚCI



Prezentację otworzył kierownik projektu dyrektor kijowskiego wydawnictwa „Duch i Litera” Leonid Finberg

Polacy i Ukraińcy - redaktorzy wydania, w tym autorzy książki: Mirosław Czech, Paweł Bobołowicz, Marcin Święcicki, Dariusz Górczyński, znani in-

tektualiści i uczestnicy Rewolucji Godności Ołeksandr Suszko, Kostiantyn Sigow, Swiatosław Pawluk i inni wystąpili na prezentacji książki.

Redaktor naczelna książki „Polska solidarność z Majdanem” Irina Berland artykułowała: „Nie chodzi tu tylko o współczucie i pomoc Ukraińcom walczącym o wolność. Politycy i dyplomaci, ale nie tylko, zdają sobie sprawę, że europejska Ukraina jest gwarancją bezpieczeństwa własnego kraju. Wolna Ukraina to gwarancja wolnej Polski. Rosja, która odziedziczyła imperialne ambicje od ZSRR i rwie się ku władzy nad światem, zagraża nie tylko Ukrainie, ale także globalnemu bezpieczeństwu europejskiemu, a nasi polscy autorzy rozumieją to lepiej niż zdecydowana większość Europejczyków”.

Wybitna ukrainistka, tłumaczka i popularyzatorka literatury ukraińskiej w Polsce dr hab. nauk humanistycznych Ola Hnatiuk mówiąc o naszych narodach konstatowała: „Jednoczy



nas duch wolności”. Na zakończenie, wszyscy uczestnicy spotkania otrzymali w prezencie omawianą książkę.

„Jednoczy nas duch wolności”. Na zakończenie, wszyscy uczestnicy spotkania otrzymali w prezencie omawianą książkę.

Anatol ZBOROWSKI

KONFERENCJA

Ciąg dalszy ze str. 1

Podczas otwarcia konferencji gości przywitani: Rektor prof. dr hab. Kazimierz Karolczak, oraz dyrektorzy Instytutu Politologii prof. dr hab. Andrzej Jaeschke oraz Instytutu Filozofii i Socjologii prof. dr hab. Janusz A. Majcherek. Sesję plenarną otworzył swoim wystąpieniem prof. dr hab. Janusz A. Macherek pt. „30-lecie polskiej transformacji społeczno-gospodarczej”.

Kolejnym prelegentem był dr Marcin Frybes z Wyższej Szkoły Nauk Społecznych w Paryżu (CADIS-EHESS-Paris), który w referacie pt.

Jaki kształt przybiorą współczesne wyzwania, problemy i napięcia?



Prezydium I Międzynarodowej Polsko-Ukraińskiej Konferencji pt. „Polska i Ukraina w obliczu radykalnych zmian społecznych. Diagnozy i znaki zapytania”

podręcznika do nauki historii Ukrainy, w swoim wystąpieniu pt. „Rozwój społeczno-polityczny Ukrainy w latach 2014-2019: główne trendy, problemy i zagrożenia dla bezpieczeństwa państwa”, przybliżył uczestnikom współczesne wyzwania instytucjonalne Ukrainy. Sesję plenarną zamykał referat dr hab. prof. UP Krzysztofa Czekaja, który mówił o potrzebie wykorzystywania diagnoz społecznych do prowadzenia inżynierii społecznej w obu krajach.

Następnie w siedmiu sesjach plenarnych w pierwszym dniu konferencji, wzięło udział 40 naukowców z Polski i Ukrainy. Panele, w których toczyły się obrady: „Emigracja ze wschodu – szanse i wyzwania”, „Młode pokolenia a transformacja”, „Europa w cieniu wojny hybrydowej”, „Stare problemy, nowe wyzwania”, „Wyzwania instytucjonalne Ukrainy”, „Polsko-ukraińska współpraca transgraniczna” oraz „Historia polsko-ukraińska – pole konfliktu

czy źródło porozumienia”. Pierwszy dzień obrad zakończyła sesja plenarna pt. „Stare zagrożenia, nowe problemy środkowoeuropejskich demokracji”, w której moderatorem jak i uczestnikiem był dr hab. prof. UP Radosław Marzęcki, oraz dr hab. Tomasz Słomka z Uniwersytetu Warszawskiego, dr hab. prof. US Sebastian Kubas, dr hab. prof. UP Grzegorz Forys i dr Bogusław Kotarba z Uniwersytetu Rzeszowskiego. W drugim dniu konfe-

rencji odbyły się dwa panele: „Nauczanie języka polskiego, jako obcego” oraz „Migracje i ich socjokulturowe aspekty”. W czasie podsumowania i zamknięcia konferencji, głos zabrali organizatorzy tj. dr hab. prof. UP Piotr Długosz oraz mgr Mateusz Kamionka, którzy podziękowali w imieniu Komitetu Organizacyjnego wszystkim prelegentom, patronom, Biurze Współpracy Międzynarodowej UP oraz studentom Instytutu Politologii, którzy wsparli organizacyjnie obsługę konferencji. Zakończenia konferencji dokonał Dziekan Wydziału Nauk Społecznych Uniwersytetu Pedagogicznego w Krakowie dr hab. prof. UP Grzegorz Forys, który podziękował wszystkim uczestnikom i wyraził nadzieję na organizację kolejnych wspólnych polsko-ukraińskich wydarzeń naukowych w ramach wydziału.

Mgr Mateusz KAMIONKA
Przewodniczący Komitetu Organizacyjnego (Instytut Politologii)



Przewodniczący Komitetu Organizacyjnego Konferencji mgr Mateusz Kamionka

„Promocja własnego kraju za granicą: doświadczenia polskie i ukraińskie (czy Polska i Ukraina mogą/powinny mieć wspólną dyplomację kulturalną?)”, rozważał ciekawą koncepcję wspólnej promocji kultury Polski i Ukrainy. W dalszej części obrad plenarnych głos zabrali prof. dr hab. Ołeksander Bojko z Nieżyńskiego Państwowego Uniwersytetu im. Mikołaja Gogola, Profesor autor najpopularniejszego w Ukrainie



Niezapomniany koncert

Ciąg dalszy ze str. 1

Koncert zaszczylicili obecnością Kierownik Wydziału Konsularnego i Polonii Ambasady Rzeczypospolitej Polskiej w Kijowie Dorota Dmuchowska oraz Konsul RP w Kijowie ds. współpracy z Polakami - radca Jacek Gocłowski. Również z okazji jubileuszu pani Helenie Arendarewskiej złożył życzenia prezes ZPU Antoni Stefanowicz.

Był to wspaniały wieczór! I chociaż słowo nie jest w stanie konkurować z genialną muzyką Fryderyka Chopina,

„Gdy polonez chopinowski tajne struny serca ruszy”

poetka i piękne ujęcia filmowe potęgowały wrażenia, wywołane grą utalentowanych artystów. A wśród nich nie zabrakło takich znanych mistrzów jak: organizatorka koncertu, Zasłużona dla Kultury Polskiej Helena Arendarewska (fortepian), zwyciężczyni ponad 25 międzynarodowych konkursów Tatiana Szafran (fortepian), solista Filharmonii Narodowej

Ukrainy Leonid Gerzhan (wiolonczela), zwycięzca międzynarodowych konkursów Midea i Adriana Naruckie (sopran) wraz z ich nauczycielką Tetianą Stefanyszyn (sopran), Zasłużony Artysta Ukrainy Borys Łoboda (słowo artystyczne).

Na jednej scenie z mistrzami profesjonalistami stanęli też amatorzy - uczennica



Organizatorka koncertu Zasłużonej dla Kultury Polskiej Helenie Arendarewskiej kwiaty i gratulacje złożył radca WK Ambasady RP Jacek Gocłowski

Kijowskiej Dziecięcej Szkoły Muzycznej nr 38 Juliana Szocha i aktorzy nowo powstałego teatru amatorskiego przy Kijowskim Narodowościowo Kulturalnym Stowarzyszeniu Polaków ZGODA. Wszyscy razem stworzyli niepowtarzalną i niesamowitą atmosferę prawdziwej wysokiej sztuki i to, co w swoim wierszu Maria Konopnicka nazwała „wrażenie narodowej polskiej duszy”.

Trwałe i głośne brawa, morze kwiatów i (to jest najgłośniejsze) pełne natchnienia twarze widzów - takim był finał koncertu. I taką była nagroda za genialną muzykę Chopina i wzniosłą poezję w przepięknym wykonaniu.

**Olga OZOLINA,
Ludmila SLESAREWA**
(Zdjęcia: Katarzyna SKOCZELAS)

W bibliotece im. Zbigniewa Religi

GWOLI WYMIANY MYŚLI I WSPARCIA POLONII MEDYCZNEJ NA UKRAINIE

Stolicznym symbolem polsko-ukraińskiego konsultingu od dawna jest Polska Biblioteka Medyczna, która od 2017 roku nosi imię wybitnego polskiego kardiochirurga i polityka Zbigniewa Religi.

W swojej działalności pracownicy Biblioteki koncentrują się na zaangażowaniu polskich i ukraińskich lekarzy w współpracę i wymianę ich osiągnięć zawodowych, kolejnym dowodem czego stała się prelekcja poświęcona działalności polskich lekarzy otolaryngologów. 5 marca w Złotej Sali Narodowej Biblioteki Naukowo-Medycznej szereg wykładów, wygłosili pracownicy naukowcy Narodowego Uniwersytetu Medycznego im. O. Bohomolca, w których szcze-



Radca Ewa Matuszek-Zagata przekazała od polskich partnerów na potrzeby Polskiej Biblioteki Medycznej w Kijowie zbiór najbardziej aktualnej literatury fachowej

gólną uwagę przydzielono pracy prof. Henryka Skarzyńskiego.

W imprezie uczestniczyli też uczniowie Kijowskiej Miejskiej Akademii Muzycznej im. R. M.

Gliera, urozmaicając naukowy całokształt wydarzenia utworami Henryka Wieniawskiego.

W trakcie konferencji Ewa Matuszek-Zagata - kierownik referatu naukowo-oświatowego Ambasady RP w Kijowie, przekazała na potrzeby Polskiej Biblioteki Medycznej zbiór najbardziej aktualnej literatury fachowej w dziedzinie otolaryngologii, wśród którego znalazły się prace uczonych Dariusza Maciejewskiego, Andrzeja Obrębowskiego i Antoniego Pruszewicza.

Informacja NBNM



Żyjmy dłużej!

Siedzisz w domu przez koronawirusa? WEŹ WITAMINĘ D

Koronawirus zamyka nas w czterech ścianach. Nasz organizm o tej porze roku dramatycznie potrzebuje witaminy D, która jest produkowana w skórze pod wpływem słońca. Jak uzupełnić jej deficyt?

Witamina D potrzebna nam do utrzymania dobrej odporności działa przeciwzapalnie, czyli hamuje aktywność układu immunologicznego. Jej niedobór objawia się m.in. zmęczeniem, gorszym nastrojem, bezsennością czy bólem głowy. Możliwe są też zmiany zapalne w ustach i przełyku, nadmierne wypadanie włosów, bóle w dolnej części pleców, bóle mięśni, nóg i stawów.

Witamina D jest naturalnym silnym antybiotykiem, dlatego jej niedobór może skutkować słabszą odpornością i większą liczbą infekcji, również jamy ustnej. Coraz więcej badań naukowych wskazuje na to, że niedobór tej witaminy ma związek z depresją, bezsennością i podatnością na stres.

Marcowe słońce wystarczy?

Żeby dostarczać sobie naturalnej witaminy D, powinniśmy codziennie przez 15-30 minut pomiędzy godziną 10 a 15 wystawić się na działanie promieni słonecznych. Jeśli nie możemy wyjść na spacer, np. do lasu czy parku, to warto chociaż wyjść na balkon. Ale uwaga, jeśli posmarujemy się filrami UV, synteza witaminy D w skórze spadnie nawet o 90 proc.

Prawdopodobnie marcowe słońce i tak nie zapewni nam zalecanej dziennej dawki witaminy. W naszej szerokości geograficznej jest to możliwe tylko od kwietnia do października. Dlatego wielu lekarzy zaleca suplementację witaminy D3 w kapsułkach.

Witamina D jest też w jedzeniu, ale...

Witamina D obecna jest także w jedzeniu, niestety, w niewielkiej ilości. Źródłem witaminy D są głównie tłuste ryby (węgorz, łosoś, śledź), mleko, żółtko jaja kurzego. Gdybyśmy jednak chcieli poprzestać na tym sposobie dostarczania jej sobie, musielibyśmy zjeść dziennie kilkaset gramów ryb, kilkadziesiąt żółtek lub wypić kilka litrów mleka. To raczej nierealne.

Joanna BUJAKIEWICZ

Spacery po mieście

Część V

(Ciąg dalszy z nr 611)

Kijowskie wydawnictwo „Duch i Litera” tradycyjnie przykłada dużą wagę do książek poświęconych historii i kulturze Polski, stosunkom polsko-ukraińskim oraz postaciom wybitnych Polaków. Jedną z takich pozycji jest książka Hanny Litwin pt.: „Kijów po polsku: od Chrobrego do Majdanu”. Z zezwolenia dyrektora wydawnictwa Leonida Finberga na łamach naszego pisma publikujemy fragmenty tego najnowszego przewodnika w języku polskim, prezentującego najciekawsze historyczne i kulturalne miejsca stolicy Ukrainy.

Rozpoczynając kolejny etap spaceru po Kijowie spod najpiękniejszej na świecie barokowej cerkwi - Soboru św. Andrzeja karkołomnie w dół, wchodzimy w ulicę Andrijiwskij Uzviz (Zjazd św. Andrzeja). Praktycznie wszystkie budynki na tej ulicy są zabytkami i mają swoje odrębne historie związane z ludźmi, którym służyły. Architektonicznie wyróżnia się kamienica pod nr 15, zwana Zamkiem Ryszarda Lwie Serce,



Dom Kontraktowy

ze względu na neogotycki styl i narożną wieżę.

Pod numerem 13 znajduje się jedno z najczęściej odwiedzanych w Kijowie muzeów - Muzeum Michaiła Bułhakowa (1891-1940). To mekka wielbicieli twórczości tego pisarza. Przed budynkiem muzeum można zrobić sobie zdjęcie zarówno z pomnikiem Bułhakowa, jak i rzeźbą zadowolonego z siebie, tłustego Behemota.

Bułhakow urodził się w Kijowie, spędził tu szczęśliwe dzieciństwo i skończył studia medyczne. W budynku na Zjeździe św. Andrzeja rodzina Bułhakowów mieszkała przez 13 lat. Czas tu spędzony znajduje swoje odzwierciedlenie w utworach Bułhakowa, takich jak „Biała Gwardia” i „Dni Turbinów” oraz „Pan Piłsudski w Kijowie”. Muzeum, którego

„KIJÓW PO POLSKU: OD CHROBREGO DO MAJDANU”

zwiedzanie trwa pół godziny, warte jest zobaczenia ze względu na unikalną atmosferę, jakby zachowano z dawnych lat i kilka bajkowych niespodzianek, których celowo nie zdradzamy.



Jedna z sal muzealnych domu Michaiła Bułhakowa autora znakomitej powieści „Mistrz i Małgorzata”

Podobną atmosferę pielegnuje Muzeum Jednej Ulicy, pod numerem 2b. Zebrano

tu, trochę bez ładu i składu, przeróżne pamiątki z końca XIX i XX wieku. Ciekawe dla miłoś-

nych przez niego wojsk kozackich uwidoczniły się również w słynnej bitwie pod Chocimiem w 1621 roku. Gdy kozacy Sahajdacznego wycieli w pień atakujących janczarów, sułtan turecki Osman II miał rzec: „Nie będę pić, ani jeść, aż mi tego psa siwego, Sahajdacznego, nie przyprowadzicie”. Ale, niestety nie dotrzymał słowa i jeszcze długo jadł i pił.

Piotr Konaszewicz-Sahajdaczny był nie tylko znanym rycerzem w służbie Rzeczypospolitej, ale również człowiekiem wykształconym i dbającym o wykształcenie innych. Ukończył Akademię Ostrogską w Ostrogu. Następnie w Kijowie wspierał materialnie nieistniejący już dzisiaj klasztor Bracki, w którym powstała pierwsza cerkiewna szkoła, przekształcona z czasem w Akademię Kijowsko-Mohylańską.

Plac Kontraktowy zawdzięcza swoją nazwę oczywiście kontraktom handlowym, jakie były tu zawierane. Od końca XVIII wieku, z początkiem każdego roku, w styczniu i lutym przybywali tu kupcy, handlowcy, arendarze i ziemianie, aby ubijać interesy i bawić się w karnawale. Na placu wzniesiono w tym celu dwa budynki, Dom Kontraktowy i Gościnny Dwór. Poza pomieszczeniami wynajmowanymi przez różne firmy i kantory notarialne, obydwie budynki mieściły w sobie również sale balowe i koncertowe. Podobno był tu Adam Mickiewicz (1798- 1855) podczas swojej podróży do Odessy, później zaś jego brat Aleksander (1801-1871), który po likwidacji słynnego Liceum Krzemienieckiego objął w Kijowie (1832)

Był wybitnym wodzem i strategiem. Jego wojska wielokrotnie broniły granic Rzeczypospolitej przed Moskalami i Turkami. Choć nie uzyskał tego, czego pragnął i o co zabiegał, czyli zwiększenia rejestru kozaków oraz uznania ich praw w Rzeczypospolitej, pozostał wiernym i lojalnym poddanym królewskim.

Zaprzyjaźniony osobiście z królewiczem Władysławem IV Wazą, w 1618 roku poprowadził na Moskwę 20 tysięcy kozaków, by wspomóc wojska koronne. Brawura i odwaga dowodzo-

ników staroci. Po sąsiedzku, już przy końcu ulicy, znajduje się lokal sieci „Lwowska Pracownia Czekolady”, gdzie warto napić się pysznej ciepłej czekolady, by nabrać sił przed spacerem po Padole.

W czasach średniowiecznych Padół był podgroziem księżęcego Kijowa i dzielnicą rzemieślniczą. Choć częściowo otoczony murami obronnymi z racji bezpośredniego sąsiedztwa Dniepru, jako pierwszy był atakowany z rzeki. Był łupiony i palony przez Połowców, Mongołów, Tatarów i wszelkie inne wojska pragnące zdobyć Kijów. Jednak dostęp do rzeki był dla Padołu bezcenny ze względu na handel. Dzięki niemu się bogacił i piękniał, aż stał się jedną z ważniejszych części miasta.

Centrum tej dzielnicy to Plac Kontraktowy (Kontraktowa Płozsca).

W polskiej literaturze XIX wieku miejsce to było dość często wspomniane - pojawia się w „Kontraktowej mozaice” Aleksandra Grozy i „Latarni czarnoksiężskiej” J. I. Kraszewskiego. Apollo Korzeniowski (ojciec Josepha Conrada) akcję swej komedii „Dla miłego grosza” umieścił w Kijowie w czasie trwania jednego z kontraktowych jarmarków.

Zapiski swoich wrażeń z Domu Kontraktowego pozostawił w korespondencji również Honoriusz de Balzac (1799-1850). Prawdopodobnie był tu ze swą przyszłą żoną, pochodzącą spod Bercyzowa polską arystokratką, Ewelina z Rzewuskich Hańska (1801-1882) W Domu Kontraktowym koncertowali Franciszek Liszt (1811-1886) i Henryk Wieniawski (1835- 1880) oraz jego nauczyciel Karol Lipiński (1790-1861).

Ten trochę dziś zapomniany kompozytor i wirtuoz skrzypiec, przyjaciel Paganiniego, Schumannna i Wagnera, długoletni „koncertmistrz” (solista) kapeli króla saskiego w Dreźnie, koncertował w Kijowie wraz z Marią Szymanowską (1789-1831), jedną z pierwszych kobiet-pianistek w historii kultury europejskiej. Warto wspomnieć tę niezwykłą kobietę, Polkę, która prócz talentu łączyła w sobie hart ducha i nieprzeciętny intelekt. W Berlinie, Londynie i Luwrze grała na królewskich dworach. Goethe poświęcił jej wiersz „Pojednanie”. W Petersburgu prowadziła salon artystyczny, w którym bywali Puszkina, Glinka, Karamzin i wielu innych artystów. Jej córka Celina została żoną Adama Mickiewicza, do „Ballad” którego Maria skomponowała Nokturn b-moll. Pozostawiła po sobie liczne utwory na fortepian, z których najbardziej znanym jest nokturn Le Murmure (Szmer). Takie to postacie bywały, koncertowały i bawiły się na Placu Kontraktowym w Kijowie.



Piotr Konaszewicz-Sahajdaczny herbu Pobóg (1570- 1622)

Henryk Wieniawski

Adam Mickiewicz

Karol Lipiński



Ewelina Hańska

Maria Szymanowska

Honoriusz de Balzac

Czas ograniczeń wywołanych inwazją koronawirusa wykorzystaj na przygotowanie do poniższej propozycji

Nauka języka polskiego przestała dawać efekty? To może oznaczać tylko jedno – przestałeś się cieszyć z procesu. A więc potrzebujesz się zresetować i spróbować spojrzeć na sprawę pod innym kontem. Punktem zwrotnym w tej sytuacji może stać się Podróż. Nie ma chyba lepszego sposobu na naukę języka obcego niż otoczenie się nim w kraju jego pochodzenia.

Nie nie! Nie mówimy tu o byle wycieczce, tylko o Podroży życia, przez duże P. Do takiej podróży się przygotowuje, na nią się czeka, ją się celebrowa! A więc wybierz najbardziej odpowiednie miasto, które tylko zdołasz znaleźć, lub niezwykle atrakcyjne wg Ciebie wydarzenie (np. festiwal czy koncert). Zaznacz dzień X na kalendarzu i zacznij działać.

By czas przed wyjazdem się nie dłużył, stwórz coś w rodzaju kalendarza adwentowego, tylko zamiast słodczy będą nowe słowa. Zastanów się jakich

Podróż – ucz się języka inaczej

wyrazów brakuje Twojemu słownictwu, a mogły by się przydać w podróży? Zapisz je na kalendarzu ściennym lub w smartfonie. Jeden dzień – jedno słowo. Oczywiście zawsze możesz podejść do wyzwania bardziej ambitnie.

Gdzie szukać nowych słów? Słowniki i rozmówki są starym i sprawdzonym źródłem. Chcesz bardziej kreatywnego sposobu poszukiwania? Proponujemy kupić sobie dwa przewodniki po wybranym mieście. Muszą być identyczne: od tego samego autora i wydawnictwa. Niech się różnią tylko językiem. Oczywiście jeden z nich to polski. Zacznij czytanie od przewodnika w języku, którym posługujesz się biegle, a potem przejdź do polskiego. Porównaj tłumaczenie i zanotuj nieznanne wyrazy. Ta sama metoda dobrze sprawdza się w przypadku filmów i książek.

Nie masz problemów ze słownictwem, tylko z gramatyką? A może największe kłopoty sprawia Ci wymowa czy

zrozumienie współmówcy? Porozmawiaj ze swoim lektorem, stwórzcie razem plan działań, a następnie nanieś go na kalendarz. Jeśli jeszcze nie masz lektora, rozważ ofertę Polonista Center. Zadzwoni do szkoły, a konsultant dobierze najlepszą dla Ciebie formę nauki, na przykład zajęcia grupowe, indywidualne czy też rozmówki.

Zacznij obserwować fanpage miasta do którego się wybierasz na portalach społecznościowych. Upieczesz dwie pieczenie na jednym ogniu: dowiesz się czym w tym momencie żyje miasto, a także będziesz miał mnóstwo okazji do ćwiczenia języka na piśmie. Kto wie, może komentując kolejnego posta, zdobędziesz nowe znajomości.

A więc dzień X nastał. Walizki spakowane, słówka wyczone i już jesteś w drodze. Nie marnuj czasu. Masz możliwość się zrelaksować, pobawić i nauczyć się czegoś nowego. Karteczki z przydatnymi wyrazami, wszelakie aplikacje mobilne, filmy z napisami lub bez

czy po prostu muzyka pomogą Ci miło i pożytecznie spędzić czas. Co do muzyki, jeśli podróżujesz ze znajomymi, możecie zagrać w grę. Zadajcie pytanie i włączcie losową, ale konieczną polską piosenkę. Pierwsze usłyszane zdanie będzie odpowiedzią na ww. pytanie. Nie podoba się odpowiedź? Po prostu przełącz piosenkę.

Będąc na miejscu ciesz się Podróżą. To czas by zbierać owoce ciężkiej pracy. Zdobywaj nowe znajomości oraz jak najwięcej rozmawiaj. Zagadaj personel hotelu czy restauracji. Zapytaj przechodnia o drogę, nawet jeśli wiesz gdzie masz iść. Fotografuj wszystkie nieznanne słowa na tablicach informacyjnych, menu czy afiszach. Kup miejscową gazetę. Dzięki temu będziesz miał mnóstwo nietypowego materiału do nauki. Notuj też wszystkie językowe pytania, które przyjdą do głowy. Wtedy na pewno nie uciekną Ci przed następnymi zajęciami z polskiego.

Po powrocie nie śpiesz się opuszczać lokalny fanpage, do

którego dołączyłeś przed wyjazdem. Opisz tam swoją Podróż i wrażenie, zaprosz do dyskusji znajomych. Postaraj się utrzymać nowe znajomości. W czasach Internetu LTE, Skype i portali społecznościowych nie będzie to misją niewykonalną. Może nowi koledzy zechcą przyjechać do Ciebie? Pokazując im miasto, będziesz miał kolejną okazję by przećwiczyć mowę.

Gdyby przypadkiem nie udało Ci się znaleźć znajomych native-speakerów, zapisz się na kurs konwersacyjny w Polonista Center, to jest szkoła nauki języka polskiego, gdzie pracują prawdziwi eksperci z języka. Kurs taki na pewno pomoże, ponieważ ćwiczenie wymowy jest niezwykle ważnym dla twoich postępów. W odróżnieniu od procesu nauki języków obcych, Podróże się kończą. Zatem pamiętaj, że im kreatywniej podejdziesz do tego zadania, tym większe będziesz miał szanse na osiągnięcie zadowalających efektów.

A zatem - powodzenia! ■

Pod „Pegazem”

„Jarosława Pawluk - autorka, której utwory wypełnione powagą do człowieka, tolerancją, pragnieniem zasiewać dobroć i zaufanie pomiędzy ludźmi i narodami. Osobistość twórcza, która niesie w duszy swej głębokie uszanowanie i miłość do dwóch kultur, historii obu narodów, przekonana, że tylko ich szczerą przyjaźń, widzenie podobieństwa losów, wspólnych niebezpieczeństw teraźniejszego nieprostego świata, mogą pomóc im zapewnić spokojną i szczęśliwą przyszłość. Tę prawdę konstatuje ona w takich swoich książkach, jak „Zwracam się do pamięci”, „Z wiarą i miłością”, „W imię prawdy i dobroci” i innych”.

Tak o Pani Jarosławie pisze Antoni Lisowski, profesor żytomierskiego uniwersytetu, w posłowniu do piątego, już z kolei, tomiku jej poezji pt. „Wierność”.

Nowa książka naszej Rodaczki, znanej działaczki społecznej, nauczycielki, tłumaczki i poetki, która w latach 90. stała na czele Lubarskiego Oddziału Związku Polaków Ukrainy, ukazała się pod koniec 2019 roku dzięki wsparciu Stowarzyszenia „Wspólnota Polska” i Domu Polskiego w Żytomierzu.

Zamiast słowa wstępnego zbiór otwiera następujący wiersz:

*Słowa jak ludzie – rodzą się i umierają,
Jednym wypada króciutki wiek,
Inne wiecznie w pamięci trwają.*

A troska nasza z tego powodu:

*By wiecznie żyło w sercach narodów
Słoweczko – wierność dwusylabowe,
W słowiańskiej mowie tak wartościowe.
Wierność Ojczyźnie i wierność matce,
Wierność tradycjom i wam, rodacy,
Swym obietnicom, których nie złamię
Pieniężne chęci nagrodą tanią.*

SŁOWO, CO JEDNOCZY NARODY

I, jako, że zbliża się kolejna 80. rocznica Zbrodni Katyńskiej i 10. rocznica katastrofy smoleńskiej, proponujemy jeszcze jeden wiersz poetki (napisany w ubiegłoroczną Gwiazdkę).

ODWAGA – NA CZELE

*Zapraszam na wigilijną wieczerzę!
Ja mówię do pamięci szczerze.
Przychodźcie, polscy bohaterzy,
Legiony poległych żołnierzy,
Męczennicy Katynia i Ostaszkowa,
Tragedii ofiary nowej,
Co zginęli pod Smoleńskiem
Z Katyniem w sercu,
Z życia swego złożyli wieńce.
Niewypowiedziane zostały ich słowa...
Przychodźcie wieczerza gotowa!
Już pierwsza gwiazdka się ukazała.
Dlaczego was, bracia, tak mało?
Jesteśmy do świętych zaproszeni,
W niebiańskiej już my przestrzeni.
U stóp Dzieciątka i Matki*

*Dzielimy się rajskim opłatkiem,
Ale czuwamy wciąż w duchu,
Rodakom niesiemy otuchę.
Dlatego więc, przyjaciele,
Odwagi – w polskości na czele!*

MRÓWKA

*A więc dąży. I nie pyta dlaczego?
Cały świat i jedno spojrzenie
Jest dla niej wiecznym dążeniem.
Do czego? Chyba do doskonałości,
Co się przekształca w pałac mrówiczy.
A co odziedziczy? Chyba niczego.
A za to przez pokolenia
Zakłada się uczucie obowiązku świętego.*



Jarosława Pawluk w Domu Polskim podczas tegorocznej prezentacji tomiku „Wierność” w gronie przedstawicieli środowiska polskiego Żytomierszczyzny

WIECZYSTE ZAPYTANIE

*Bohaterowie nie umierają,
Jak gwiazdy patrzą z nieba na nas,
Świecą nam w duszę i się pytają:
A co zrobiliście w ten trudny czas,
By każda kropla krwi naszej bratniej
Daremnie nie wypływała z żył?
Ich myśl w tej chwili była ostatnia:
By nowym życiem kraj nasz zalsnił.
Bohaterowie nie umierają
A żyją w duszach rodaków i
Ich oczy pilnie nas się pytają:
A co zrobiliśmy w imię ich?*

CO MOŻE SŁOWO

*Ja będę kroczyć dopóki mogę,
Dopóki znam swoją własną drogę.
I chociaż trudną, lecz za to wierną
I niespodzianek, i kółców pełną,
no za to moją i tę jedyną,
którą obrałam w słuszną godzinę -
nieść ludziom światło, co pełni duszę,
I znaleźć ulgę, co innych zmusza
Pośród ciemności odszukać zorze.
Co los nie w siłach, to słowo może!*

Przygotował

KOS

Represje

28 lutego w ścianach stoteicznej biblioteki im. Gogola odbyła się konferencja pt. „Losy Polaków deportowanych do obwodu archangielskiego. Luty 1940”. Z przejrzystości usystematyzowaną informacją na ten temat wystąpił członek zarządu Kijowskiego Polskiego Stowarzyszenia Kulturalno-Oświatowego im. A. Mickiewicza Andrzej Amons – weteran organów prokuratury, pułkownik w st. sp. były kierownik Departamentu Rehabilitacji Prokuratury Wojskowej centralnego regionu Ukrainy.

Pan Andrzej zapoznał zebranych z genezą i przebiegiem deportacji, przytoczył akty prawne związane z wysiedleniem obywateli polskich oraz przedstawił unikatowe dokumenty i dane z różnych archiwów rosyjskich i ukraińskich, fakty i zdjęcia ilustrujące warunki ich pobytu na zesłaniu, opowiedział o losie swojej rodziny, którą również razem z wieloma polskimi rodzinami, deportowano do Okręgu Ustjanowskiego w obwodzie archangielskim, na obszary wiecznej zmarzliny do najbardziej na północ wysuniętego terenu Eurazji.

W opisywanym przez niego przypadku miejscem zamieszkania przesiedleńców stały się baraki, zbudowane w lesie nieopodal osiedla, służące, jeszcze niedawno, jako więzienie dla prześladowanych obywateli ZSRS. O ucieczce nie było mowy, dookoła był gęsty las, a w nim leżał 2-metrowy śnieg.

– W tych lasach działy się takie rzeczy, że tylko Bóg jeden wie... Tu nawet nie było gdzie uciec. Bez szans. Wtedy dróg w ogóle nie było, wzdłuż kolei od razu złapia, a po tajdze bez szans. Jeśli nie masz bronii, to po tobie – opowiadał znający losy polskich zesłańców Władimir Strumieński, Rosjanin polskiego pochodzenia, potomek polskich emigrantów z XIX w.

Warunki pobytu na miejscu zesłania były nadzwyczaj

W tych okrutnych czasach

ciężkie. Głód, chłód, ciężka praca przy wyrębie lasu, pod nadzorem enkawudystów, stwarzały koszarne trudności. Wielu nie wytrzymało tego napięcia. Zmarłych chowano w lesie na starym cmentarzu, w tym samym miejscu, gdzie wcześniej zakopywano zmarłych więźniów.

Dopiero po sierpniowej amnestii 1941 roku warunki pobytu w obozie zmieniły się nieco. Wtedy też zaczęto sporządzać listy Polaków na powrót z zesłania.

Niezwykle wyraziste i wzruszające opisy z wywózki na zesłanie do obwodu archangielskiego i warunków egzystencji na tamtejszej katordze pozostawili nam polscy tułacze:

MARIA GILECKA
(luty 1940)

„Wagon wewnątrz po ciemku wydał się biały jakby pobielony, a to był mróz na ścianach i suficie. W wagonie były już 4 rodziny razem, było nas 33 osoby. Wagon był bez oświetlenia. Po obu stronach rozsuwanych drzwi były nary, małe zakratowane okienka, na środku blaszany piecyk („ciepłuszka”) i dziura wycięta w podłodze dla załatwiania potrzeb fizjologicznych. W czasie jazdy i na niektórych postojach drzwi wagonu były zamknięte i zablokowane od zewnątrz. Otwierano je na stacjach etapowych dla dostarczenia wody i ewentualnie zupy”.

FELICJA KONARSKA
(luty 1940)

„Postoje były również i po to, by wynosić z wagonów trupy, bo niestety ludzie umierali. Czasami wynoszono kobiety, które miały lada moment rodzić. Wtedy po raz pierwszy słyszałam krzyki rodzących kobiet. Na noszach zobaczyłam naszą dalszą sąsiadkę p. Nadie, też niesiono ją do szpitala na poród, ale na „posiołek”



przyjechała bez dziecka. Umarło. Przeważnie kobiety dosyłano do mężów na „posiołki”, ale bez noworodków, podobno wszystkie umarły. Zresztą jak mogły żyć?

(...) Weszliśmy smutni do baraku i staliśmy bezradni, to nie był dom dla nas, to był wspólny, z ohydny mi narami, pusty barak. (...)

okazało się, że nikt z dorosłych nie spał. Ciągłe nie wiedziałam o co chodzi, aż tu nagle przy zapalanej latarni zobaczyłam niezliczony rój czerwonych, ohydnych robaków pełzających po pościeli, poduszkach, kołdrach, suficie i gdzie spojrzalam, wszędzie laziły te robaki. – „Coto?” - krzyknęłam przerażona (...). – „To pluskwy” - odpowiedział



Konferencję prowadził b. prokurator wojskowy pułkownik w st. sp. Andrzej Amons

Byłam przygnębiona i apatyczna. Niczego mi się nie chciało. Nie byłam jeszcze całkiem zdrowa. Położyłam się i błyskawicznie zasnęłam. W środku nocy zbudziło mnie głośne szlochanie. Od razu otrzeźwiałam, serce waliło mi jak młot, bo... to płakała mama. (...) Nie wiedziałam co się stało. Na wszystkich pryczach pozapalano lampki,

Fajfer, nasz sąsiad z dołu. (...) Patrzyłam na to ruszające się i pędzące gdzieś paskudztwo z obrzydzeniem i wstrętem. Było po prostu czerwono od nich. Mama najpierw je tłukła, potem rozcierała jakąś szmatą, a kiedy stwierdziła, że nie da im rady, zalamowała się i rozplakała

MARIA ŁAWIŃSKA
(1940–1941)

Pewnego razu do Solugi przysły wagony do „nagruzki”. Jeden z wagonów miał napis „Lwów” i orła białego wymalowanego na deskach, widocznego jeszcze, choć zamazanego. Wszyscy, ile nas tam było, zbiegliśmy się, dotykaliśmy napisu i rysunku, tuliśmy się do nich i szlochali tak, że chyba Pan Bóg w niebie słyszał.

ZDZISŁAW RATAJ
(1940–1941)

Pamiętam do dziś, że moim marzeniem było najeść się do syta prawdziwego chleba. Czułem jego zapach na jawie i widywałem go w snach. Przy

słowach modlitwy „chleba naszego powszedniego daj nam dzisiaj” męczyłem się okropnie i nie byłem w stanie wymawiać dalszych słów.

Liczba obywateli polskich wywiezionych w głąb ZSRR od lutego 1940 roku do czerwca 1941 do dziś budzi kontrowersje. Źródła NKWD podają, że deportowano około 330-340 tys. osób. Związek Sybiraków przedstawia dużo wyższe dane. Według jego szacunków, z ziem wschodnich RP wywiezionych zostało ok. 1,3 mln osób. Celem sowieckich deportacji była eksterminacja elit oraz ogółu świadomej narodo polskiej ludności. Miały one rozbić społeczną strukturę, dostarczając jednocześnie totalitarnemu sowieckiemu imperium siłę roboczą.

Organizatorem konferencji było Kijowskie Polskie Kulturalno-Oświatowe Stowarzyszenie im. A. Mickiewicza,



„Dziennik
Kijowski”
można
zaprenumerować
na 2020 rok
na poczcie!!!

Індекс передплати
3 0 6 7 8
УКРПОШТА



MYŚLI O POLSCE

„Istnieje jedna tylko alternatywa dla Europy: albo azjatyckie barbarzyństwo pod przywództwem moskiewskim zaleje ją jak lawina, albo Europa musi odbudować Polskę, stawiając między sobą a Azją 20 milionów bohaterów, by zyskać na czasie dla dokonania swego społecznego odrodzenia”.

Karol MARKS

„Wydaje się, że kraj ten jest nierozzerwalnie związany z niekończącą się serią katastrof i kryzysów, które – w sposób paradoksalny – stają się źródłem jego bujnego życia. Polska znajduje się bez przerwy na krawędzi upadku. Ale jakimś sposobem zawsze udaje jej się stanąć na nogi”.

Norman DAVIES

„Odległości z Warszawy do Moskwy i z Warszawy do Brukseli są identyczne. Znak mówi, że Polska nie jest ani na wschodzie, ani na zachodzie. Polska jest centrum cywilizacji europejskiej. Wniosła rzeczywiście wiele w kształtowanie się tej cywilizacji. Czyni to również dzisiaj w sposób znaczący, nie godząc się na uciemnienie”.

Ronald REAGAN

TO I OWO O POLSCE

- W latach 1079 - 1138 stolicą Polski był Płock, a od 1290 do 1296 - Poznań.
- W traktacie Ryskim kończącym wojnę polsko-bolszewicką, Rosjanie mieli wypłacić Polsce odszkodowanie o wartości 23 ton czystego złota. Niestety na obietnicach się skończyło.
- Podczas II wojny światowej zginęło ponad 16 % obywateli Polski.
- Polska zajmuje 18 miejsce w rankingu państw posiadających najpotężniejsze armie na świecie.
- Średnio Polak zużywa dziennie 250 litrów wody.
- 5 czerwca 1443 roku w okolicach Wrocławia ziemia zatrzęsła się z siłą około 6 stopni w skali Richtera. Podczas tego największego odnotowanego trzęsienia ziemi w Polsce zginęło 30 osób.

Niemiecki dziennikarz Kurt Tucholsky w swojej pracy z 1925 r. przytoczył opinię anonimowego francuskiego dyplomaty na temat wojny: „Wojna? Nie uważam jej za coś okropnego. Śmierć jednej osoby to katastrofa, śmierć stu tysięcy to statystyka”. (Nb. wypowiedź tę często przypisywano Stalinowi)



Na przystanku autobusowym stoi gazeciarka i krzyczy:
- Sensacja, sensacja!
W naszym mieście już 56 ofiar!!!
Zaciekawiony przechodzień kupuje od niego gazetę.
Po chwili sprzedawca wrzeszczy:
- Sensacja, sensacja!
W naszym mieście już 57 ofiar!!!

Zmarznięty w czasie śnieżycy turysta puka do baczki - otwiera baczki.
- Macie baco coś do jedzenia? - Niii! - To może chociaż wrzątek macie??
- Mom... ino zimny.

Blondynka zwierza się:
- Nie wiem co w tamtych czasach kobiety widziały w mężczyznach?
- W tamtych czasach, to znaczy kiedy?
- Zanim wynaleziono pieniądze...

Idzie dwóch lekarzy szpitalnym korytarzem.
- Powiedziałeś temu pacjentowi z 316, że umrze?
- Tak.
- Świnia! Ja mu chciałem powiedzieć!

Stirlitz wchodzi do sklepu. Zobaczył cebulę.
- Cebula - pomyślał Stirlitz.
- Następny głupi kawał o Stirlitzu - pomyślała cebula.

Dzwoni blondynka na pogotowie:
- Mój mąż połknął igłę. Kobieta, która odebrała telefon mówi:
- Za kilka minut u pani będziemy.
Po kilku minutach blondynka znowu dzwoni na pogotowie:
- Już nie trzeba przyjeżdżać, znalazłam drugą.

PSEUDONIMY LITERACKIE JANA PAWŁA II

Swoje wczesne utwory Jan Paweł II publikował od roku 1950 w prasie katolickiej pod pseudonimami literackimi *Andrzej Jawień*, *AJ* i *Piotr Jasień*, a po 1961 roku – *Stanisław Andrzej Gruda*. Jako Andrzej Jawień debiutował w Dzwoneczku, dodatku krakowskiego tygodnika Dzwon Niedzielny (w roku 1933 nr 37).

Po uzyskaniu święceń kapłańskich Karol Wojtyła kontynuował używanie pseudonimu, gdyż kardynał Sapięha uznał, że księdzu nie przystoi pisać wierszy pod swoim nazwiskiem.

Frazeologizmy polskie

GĘBA Z GUTAPERKI

Gutaperka to plastyczne tworzywo pochodzenia roślinnego, podobne do kauczuku. Jego nazwa pojawiała się w związkach frazeologicznych już w literaturze międzywojnia, np. u Gombrowicza w *Ferdydurke*: „(...) Syfon wystawił twarz i odwalił pierwszą minę tak gwałtownie, że i moja twarz skrzyła się jak gutaperka”.

Gęba z gutaperki występuje w *Jeziorku Bodeńskim* Dygata (1946): „Myślałeś, że wojna daje ci urlop, że Los umieszcza cię pośród francuskich guwernantek i angielskich neptunów, ażebyś sobie jeszcze trochę wypoczął i modelował swoją błazeńską gębę z gutaperki, kłamiąc przed sobą samym, że walczysz o to, żeby była prawdziwa (...)”.

Z kontekstu można wnosić, że ktoś, kto ma gębę z gutaperki, jest pozbawiony charakteru, por. zwrot *stracić twarz* o znaczeniu „stracić dobrą opinię, przestać być wiarygodnym”. Częściej mówi się o *twarzy z gutaperki*, por. opinię internauty o jednym ze współczesnych polskich polityków: „Śmieszno-groźny. Dureń. Zarozumiały. Wygląda, że dla władzy gotów na wszystko. Twarz z gutaperki”.

NAJMŁODSZY ZAMEK

W Poznaniu znajduje się *Zamek Cesarski* (niem. *Königliches Residenzschloß*) jeden z najmłodszych zamków w Europie wybudowany w 1910 roku. Budowlą ta powstała dla ostatniego cesarza niemieckiego i króla Prus Wilhelma II. Zaprojektował go Franz Schwechten, jednak cesarz osobiście ustalił szczegółowy plan swojej nowej rezydencji.



DZIENNIK
KIJOWSKI

«Дзєннїк Кїївський»
Реєстр. свїд. КВ 23769-13609ПР
вїд 14.02.2019 р.

ЗАСНОВНИКИ:
Спїлка полякїв України
Рєдакцїя газети «Дзєннїк Кїївський»

WYDAWCA: PRG „Dziennik Kijowski”
Adres redakcji – Адреса редакції
ul. M. Stelmacha 10a, biuro 512, Kijów, 03040
вул. М. Стєльмаха, 10а, офіс 512, Київ, 03040

Tel./fax: (044) 257 45 49
e-mail: okodk@ukr.net

Za treść reklam i ogłoszeń Redakcja nie ponosi odpowiedzialności, nie zamówionych rękopisów nie zwraca i zastrzega sobie prawo do skrótów. Materiały podpisane nie zawsze odpowiadają poglądom redakcji.

Zespół redakcyjny:

Stanisław Panteluk – redaktor naczelny,
Andżelika Płaksina – z-ca red.nacz., red.technicz.,
Eugeniusz Gołybard – korespondent,
Stanisław Szewczenko – korespondent,
Leszek Wątróbski – korespondent,
Olga Ozolina – korespondent,
Sergiusz Łukasz – menedżer promocji i reklamy,
Łarysa Kaszczuk – księgowość.

Numer przygotowało Kolegium Redakcyjne reprezentujące organizacje Polaków Ukrainy.

Projekt jest współfinansowany w ramach sprawowania opieki Senatu Rzeczypospolitej Polskiej nad Polonią i Polakami za granicą za pośrednictwem Fundacji Wolność i Demokracja



SENAT
RZECZYPOSPOLITEJ
POLSKIEJ



Газета виходить 2 рази на місяць. Індекс передплати 30678.
Передплатити можна протягом року в усіх відділеннях зв'язку України.
Передплатна вартість 8,48 грн. на місяць. Роздрібна ціна у продажу – договірна.

Газета надрукована у ТОВ Фірма «Антологія».
Зам. № 11-03-20