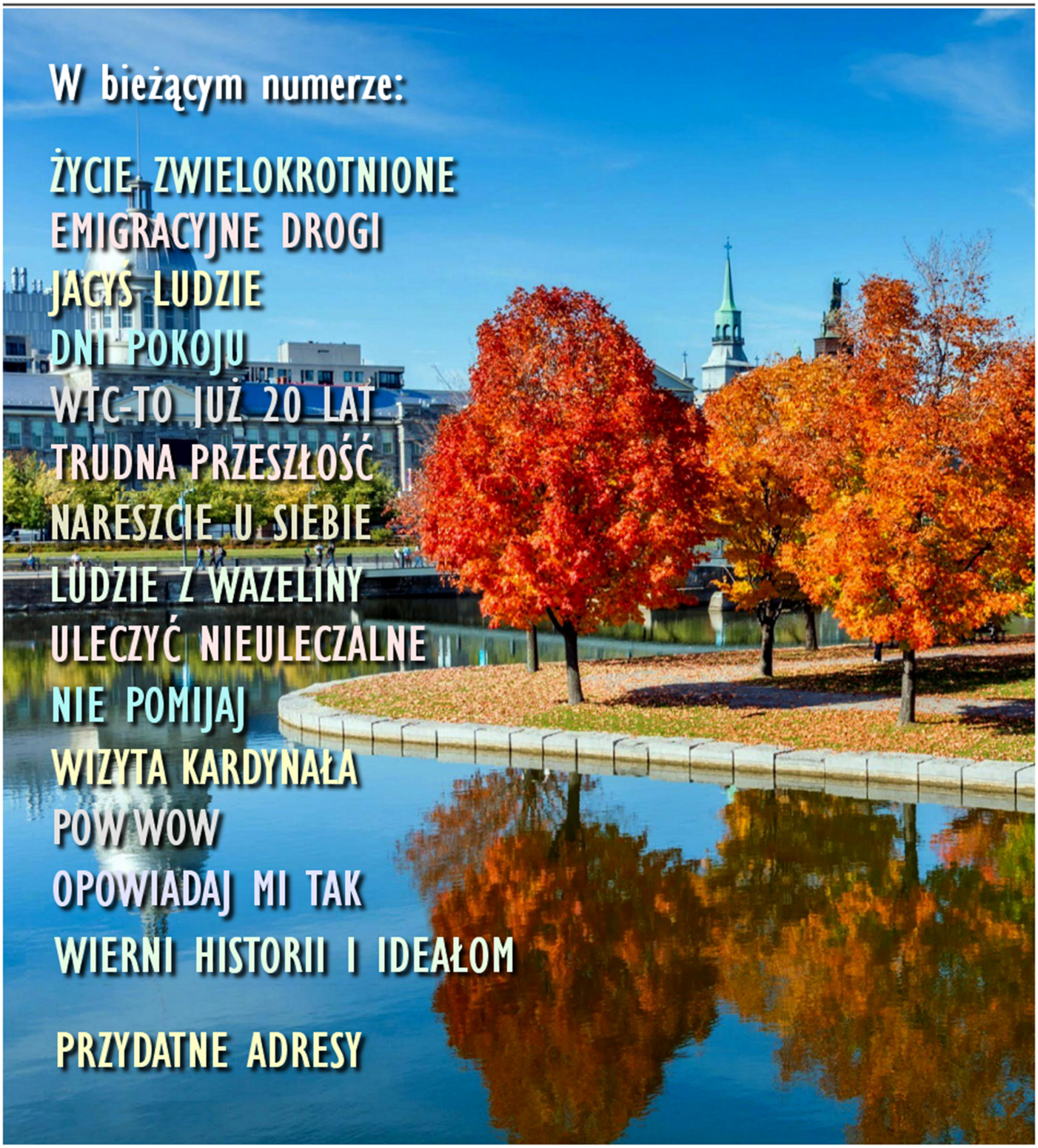
PANORAMA

MAGAZYN RADIA POLONIA, MONTREAL Nr 3 (9) WRZESIEŃ 2021

MAGAZYN POLONII MONTREALSKIEJ - LE MAGAZINE DE LA COMMUNAUTÉ POLONAISE À MONTRÉAL - THE ONLY POLISH COMMUNITY MAGAZINE IN MONTREAL



W bieżącym numerze:

ŻYCIE ZWIELOKROTNIONE

EMIGRACYJNE DROGI

JACYŚ LUDZIE

DNI POKOJU

WTC-TO JUŻ 20 LAT

TRUDNA PRZESZŁOŚĆ

NARESZCIE U SIEBIE

LUDZIE Z WAZELINY

ULECZYĆ NIEULECZALNE

NIE POMIJAJ

WIZYTA KARDYNAŁA

POW WOW

OPOWIADAJ MI TAK

WIERNI HISTORII I IDEAŁOM

PRZYDATNE ADRESY

YOUR HOME DID NOT SELL YET?

YOUR HOME SOLD IN 21 DAYS, GUARANTEED, AT YOUR PRICE, OR WE WILL PAY YOU $4,000!*

(CHECK ENCLOSED)

CHOSING THE WRONG REAL ESTATE BROKER TO SELL YOUR HOME CAN COST YOU VALUABLE TIME AND MONEY. OUR 21-DAY ACCEPTABLE OFFER GUARANTEE SOLVES THIS DILEMMA.

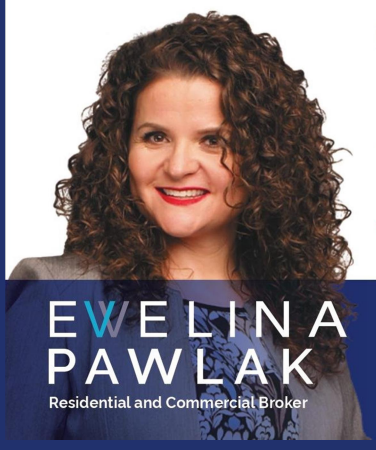
HERE'S HOW IT WORKS:

1. WE WILL MARKET YOUR HOME AGGRESSIVELY USING OUR PROPRIETARY DATA BASE OF OVER **2000 BUYERS**, OUR CITY WIDE BUYERS BROKER **NETWORK** AND OUR PLATINUM **INTERNATIONAL REFERRAL** NETWORK.

2. IN THE UNLIKELY EVENT THAT YOU DO NOT RECEIVE, IN 21 DAYS, AN OFFER THAT IS ACCEPTABLE, AND IF YOU WISH, WE WILL SIGN THE **$4,000 CHECK** (CHECK ENCLOSED) AND YOU CAN CASH IT AT THE CLOSE OF SALE.

NO GIMMICKS!

FOR MORE INFORMATION ON OUR 21-DAY ACCEPTABLE OFFER GUARANTEE



CALL US TODAY AT 514-699-8650

OR VISIT

WWW.21DAYSOFFER.COM

EWELINA PAWLAK
Residential and Commercial Broker

NICOLAS FORTIN
Residential Broker

* Certains conditions apply **If you have a contract with another broker please ignore this publicity. ***

OD REDAKTORA

Szanowni Czytelnicy,

„Obyś żył w ciekawych czasach” – to stare chińskie przysłowie od zawsze było raczej przekleństwem, złorzeczeniem, niż życzeniem nadejścia dobrych czasów. Wielu z nas powie, że czasy, w których przyszło nam teraz żyć, to okres bardzo stresujący, że jest ciężko, że pandemia, że wieści które nadchodzą ze świata nie należą do optymistycznych.

A gdyby tak na to przysłowie spojrzeć inaczej i potraktować nie jako rodzaj przekleństwa, ale szansy na rozwój, na zmianę życia, na zdobywanie nowych umiejętności, na dostrzeżenie możliwości jakich do tej pory nie mieliśmy. Strach o to, czy gospodarka podniesie się po kilkumiesięcznym lockdownie miał wielkie oczy. Media kanadyjskie donoszą, że tak dobrej kondycji ekonomicznej kraju nie było od bardzo dawna.

Piętnaście miesięcy bez koncertów na żywo, wydarzeń sportowych lub wielu innych wakacji stworzyło poziom stłumionego popytu konsumenckiego, którego ekonomiści nie widzieli od prawie pół wieku. Wracają więc koncerty na żywo, wydarzenia sportowe, a nawet podróże statkami wycieczkowymi przeżywają boom jakiego nie było od bardzo dawna.

Rekordowa sprzedaż w każdej kategorii, od dzieł sztuki po designerskie torebki i samochody kolekcjonerskie, są także dowodem na to, że gospodarka kwitnie.

Pandemia zmusiła wielu liderów biznesów do ponownej oceny swoich firm, ponownego przemyślenia sposobu, w jaki angażują się i przeprowadzają transakcje z klientami, a także do wprowadzenia innowacji w nowych modelach biznesowych.

Niekwestionowanym zwycięzcą, o ile można w ogóle o takowych mówić, obecnego kryzysu, może się okazać branża e-commerce. Na całym świecie zamykano sklepy, restauracje czy siłownie, ale ludzie nadal musieli lub chcieli jeść, ubierać się, ćwiczyć, czytać czy majsterkować, naturalne było zatem zwrócenie się w stronę e-handlu.

Z danych zawartych w Adobe Digital Economy Index wynika, że dzienna sprzedaż w e-commerce w kwietniu była w USA o 50 proc. wyższa od tej notowanej w marcu. Spory wpływ miał na to internetowy handel żywnością. Podobnie było w Kanadzie.

Mimo pandemii Covid-19 kanadyjska gospodarka w sektorach związanych z ekologią i "zielonymi" branżami zyskała prawie 35 tys. nowych miejsc pracy - wynika z najnowszego raportu organizacji ECO Canada.

Prawie półtora roku po zamknięciu granic dla turystów Kanada zaczęła wpuszczać zaszczepionych Amerykanów. Media donoszą o kolejkach na przejściach granicznych i na lotniskach. Wkrótce restrykcje przestaną dotyczyć podróżnych z innych krajów.

W ciągu roku pandemii popularność kamperów wzrosła tak, jak w ciągu 5-10 lat. Liczba rejestracji nowych domów na kółkach w 2020 r. i pierwszym kwartale 2021 r. wzrosła o 300 proc., a używanych - o 165 proc. - podała firma analityczna HRE Investments.

Epidemia koronawirusa zmieniła przyzwyczajenia dotyczące sposobów spędzania wolnego czasu. Szukamy wszystkiego, co bez ograniczeń pozwala nam zażyć więcej swobody i pozwala na kontakt z naturą.

Kryzys? Jaki kryzys? Wiele firmy pokazuje, że w trudnych czasach można odnieść sukces.

I na zakończenie jeszcze słowa Jamesa Branch Cabella: *„Optymista twierdzi, że żyjemy w najlepszym z możliwych światów, a pesymista obawia się, że jest to prawda.*"

Z pozdrowieniami,

Bożena Szara

SPIS TREŚCI

OD REDAKTORA - 3

Życie zwielokrotnione - *Stefan Władysiuk* - 5

Montrealskie Dni Pokoju - *Anna Król* - 8

Emigracyjne drogi (cz. 9) - *Jan Duniewicz* - 10

WTC - to już 20 lat - *Bożena Szara* - 14

Ubezpieczenie na życie - *Magdalena Ptaszkiewicz* - 16

Ludzie z wazeliny - *Danuta Owczarz-Kowal* - 18

Jacyś ludzie - *W. Szymborska* - 20

Wierni historii i ideałom - *Józef Foltyn* - 22

Nareszcie u siebie - *Michał Stefański* - 26

Katastrofa klimatyczna - *Bożena Szara* - 28

Uleczyć nieuleczalne - *Agnieszka Stalkope*r - 30

Nie pomijaj - *Elżbieta Stan* - 34

Wizyta Kardynała - *Stefan Władysiuk* - 36

Pow Wow - *Bożena Szara* - 40

Opowiadaj mi tak... - *Tomasz Rudomino* - 42

Przydatne adresy i telefony - 49

Punkty dystrybucji Panoramy - 50

REDAKCJA MAGAZYNU PANORAMA

Bożena Szara - redaktor naczelna
Andrzej Leszczewicz - z-ca redaktor naczelnej, redaktor wydania internetowego
Jolanta Duniewicz - redakcja tekstów i korekta

Zespół dziennikarzy i współpracowników: Jan Duniewicz, Ela Hübner, Katarzyna Knieja, Anna Król, Danuta Owczarz-Kowal, Andrzej Pijet, Tomasz Rudomino, Elżbieta Stan, Michał Stefański, Stefan Władysiuk.

MAGAZYN PANORAMA
6625, 38e Avenue, Suite 5
Montréal, Qc H1T 2X8

WWW.PANORAMANEWS.ORG
E-mail: kontakt@panoramanews.org
Tel. (514) 367-1224, (514) 963-1080

WYDAWCA
Radio Polonia - Montreal

Materiały do publikacji we wrześniowym wydaniu Panoramy są przyjmowane do 15 listopada 2021.

Redakcja PANORAMY nie odpowiada za treść zamieszczanych ogłoszeń, ani za jakość reklamowanych towarów i usług. Opinie i poglądy wyrażane w artykułach niekoniecznie odzwierciedlają stanowisko redakcji PANORAMY i są wyłącznie poglądami autorów.

POLONIA

Życie zwielokrotnione

Wspomnienie o Kazimierzu Stańczykowskim

Przed 40 laty, dnia 12 lipca 1981 roku w tragicznym wypadku drogowym niedaleko miasteczka Rawdon zginął Kazimierz Stańczykowski. Niespodziewana śmierć tego człowieka była ogromną stratą nie tylko dla jego rodziny, ale także dla całej naszej montrealskiej polonijnej wspólnoty, której był on jednym z nieformalnych przywódców. Był człowiekiem sukcesu, a wszystko to, co osiągnął zawdzięczał sobie.

Urodzony w 1927 roku w Warszawie brał udział w Powstaniu Warszawskim. Po jego upadku został wywieziony do Niemiec. Wiosną 1945 roku udało mu się zbiec z niemieckiej niewoli i przedostał się do Francji. Z polecenia polskiego rządu w Londynie, ukończył szkołę średnią w Szkocji i w 1947 roku wyemigrował do Kanady, gdyż jak wspominał "wydawała się ona dobrym miejscem".

Rozpoczął pracę w gazecie "Montreal Star", a w 1950 roku wieczorowe studia biznesu na Sir George Williams (obecnie Concordia) University. Od początku interesował się stacjami radiowymi. Już w latach 50-tych posiadał cztery nadające programy lokalne, w tym także wiadomości z polskiej grupy etnicznej.

Największe jego osiągniecie to założenie i długoletnie prowadzenie stacji CFMB 1280AM, pierwszej w Kanadzie stacji radiowej nadającej programy w językach etnicznych. W okresie kiedy Kanada zmierzała w swojej polityce do multikulturalizmu, był to przysłowiowy strzał w dziesiątkę. Istniała bowiem wielka potrzeba radia nadającego audycje w ojczystych językach w środowiskach nowo-przybyłych imigrantów, a nie tylko, jak dotychczas po angielsku lub francusku.

Stańczykowski nie ograniczał się w swych działaniach tylko do Polonii, rozwijał stosunki z różnymi grupami etnicznymi, brał udział w organizowanych przez nich imprezach, wielokrotnie udostępniał swój program dla akcji zbierania pieniędzy na cele społeczne.
W zorganizowanym przez niego radio-teletonie na rzecz uchodźców z Ugandy zebrano w Montrealu w 1972 ponad 100 tysięcy dolarów.

Wspierał uniwersytet Concordia. W latach pięćdziesiątych odegrał kluczową rolę w uruchomieniu Radia Sir George – prowadzonego przez studentów – pierwszego i jedynego wówczas radiowego programu uniwersyteckiego w Montrealu. W ciągu tych wszystkich lat zapewniał studentom nie tylko stałe wsparcie ich wysiłków na rzecz radiofonii, ale także pracę. W uznaniu tych zasług otrzymał w 1972 roku doktorat "honoris causa" Uniwersytetu Concordia.

Widział możliwości jakie daje prowadzenie stacji telewizyjnej. Niestety jego starania o uzyskanie licencji na prowadzenie stacji telewizyjnej nie powiodły się. Wobec tego złożył podanie o prowadzenie stacji radiowej wielojęzycznej w Winnipegu, na które otrzymał zgodę.

Poza tym, że był właścicielem radia, był również bardzo czynnym działaczem społecznym. Był prezydentem Quebec Ethnic Folk Arts Council; prezesem i założycielem Polish Soccer Club Polonia; prezydentem Canadian Citizenship Federation, vice-prezydentem Montreal Citizenship Council. Był też sekretarzem montrealskiego

koła Towarzystwa Przyjaciół Katolickiego Uniwersytetu w Lublinie.

Kardynał Wojtyła podczas wizyty w Radio CFMB (30 sierpnia 1969. Przemawia Prezydent Radia CFMB Kazimierz Stanczykowski

Za swoje zasługi dla Kanady otrzymał w 1973 roku Order of Canada. W 1986 roku, pośmiertnie został wprowadzony do „Hall of Fame" Kanadyjskiego Stowarzyszenia Nadawców jako osoba, która wykazała się niezwykłym zaangażowaniem w innowacje, rozwój i utrzymanie najwyższych standardów doskonałości w nadawaniu radiowym.

Prywatnie Kazimierz Stańczykowski był zapalonym kolekcjonerem dokumentów historycznych, obrazów, książek, antyków. Swoją pasję rozwinął już w młodości we Francji. Marzeniem jego było, aby w Montrealu lub Ottawie powstało muzeum poświęcone historii Europy. Swoją cenną kolekcję 29 listów napoleońskich przekazał w 1974 roku do Kanadyjskiego Archiwum Państwowego w Ottawie.

W zbiorach posiadał liczne polonica. Między innymi w jego kolekcji było wiele dokumentów dotyczących Ignacego Jana Paderewskiego. Po śmierci Stańczykowskiego trafiły do archiwum Zamku Królewskiego w Warszawie.

Kiedy w 1971 roku w Polsce, nowe kierownictwo PZPR ogłosiło odbudowę Zamku Królewskiego, Stańczykowski jako warszawiak, energicznie włączył się w akcje propagowania zbierania pieniędzy i eksponatów. Stojący na czele Komitetu Odbudowy Zamku Królewskiego, prof. Stanisław Lorentz, pisał: „Stańczykowski bardzo mi pomógł w czasie mojego pobytu w Montrealu w Kanadzie w sprawach Zamku".

Ostatnio Zamek Królewski w Warszawie wszedł w posiadanie cennych egzemplarzy polskiej historycznej porcelany ze zbiorów Kazimierza Stańczykowskiego.

Biblioteka Polska w Montrealu cieszyła się poparciem zarówno pana Kazimierza jak i jego rodziny. W programie „Polskiej Fali" mogła bezpłatnie umieszczać swoje ogłoszenia czy apele zbiórki na Bibliotekę. Po jego tragicznej śmierci, część jego cennych książek trafiło do Biblioteki.

W dniu12 marca 2013 r. Annick St. Germain Stańczykowski oraz prezes Polskiego Instytutu Naukowego w Kanadzie - Stanisław Latek zaprezentowali pochodzący z kolekcji poloników Kazimierza Stańczykowskiego, zabytkowy mosiężny dzwon przywieziony z Polski do Polskiego Pawilonu Światowej Wystawy w Nowym Jorku w 1939 roku.

Dzwon wyeksponowany przy wejściu do Biblioteki zachwyca swoim pięknem i przykuwa wzrok wchodzących. Zamontowana tabliczka mówi, że jest to dar rodziny Stańczykowskich dla uczczenia 50-lecia założenia stacji radiowej CFMB 1280 AM, sztandarowego dzieła Kazimierza Stańczykowskiego, człowieka sukcesu, który tak wiele uczynił dla naszej polonijnej wspólnoty.

Stefan Władysiuk

Stefan Władysiuk-bibliotekarz
Biblioteki Polskiej w Montrealu

Sutton

38, Place du Commerce, Bureau 280
Île des Soeurs (Verdun), Qc H3E 1T8

Zawsze jesteśmy do Państwa usług.
Posiadamy bardzo długie doświadczenie profesjonalne. Po informacje prosimy dzwonić pod numery telefonów.

Małgosia Arciuch
514-909-3961
marciuch@gmail.com

Serge Martineau
514-952-9442
serge.martineau@gmail.com

(514) 483-1042
5499 Sherbrooke, Mtl (róg Girouard)

PÂTISSERIE
POLONAISE
Wawel

Nasza oferta cukiernicza to kilkadziesiąt rodzajów wspaniałych tortów, wiele gatunków ciast pieczonych, deserowych, a także ciastek. Oferujemy najlepsze pączki w Montrealu.

W cukierni WAWEL znajdą Państwo wyroby cukiernicze najwyższej jakości, na bazie naturalnych produktów spożywczych, bez dodatku konserwantów i polepszaczy.

Nasze wyroby zaspokoją gusta nawet najbardziej wymagających Klientów.

POLITYKA

Dni Pokoju

Od czterdziestu lat początek jesieni jest związany z obchodami Dnia Pokoju. W 1981 roku Organizacja Narodów Zjednoczonych uchwaliła, że w każdy trzeci wtorek września będzie obchodzony Dzień Pokoju. Tak było do 2001 roku, kiedy to zdecydowano o przyznaniu temu świętu stałej daty tj. 21 września.

Jego obchody mają przypominać o tym jak ważny jest pokój oraz jego podtrzymywanie, a jednocześnie zachęcać społeczeństwa do rozwijania projektów sprzyjających pokojowemu współżyciu ludów i narodów. 21 września jest też dniem zawieszenia broni i niestosowania przemocy oraz apelem o wstrzymanie działań wojennych na przynajmniej 24 godziny. Symbolem tego święta jest gołąb.

Oficjalne obchody inauguruje Sekretarz Generalny ONZ uderzając w Dzwon Pokoju, który znajduje się przed siedziba ONZ w Nowym Jorku. Dzwon ten, na którym widnieje napis „Niech żyje absolutny pokój na świecie", został podarowany w 1954 roku przez japońską organizację World Peace Bell Association i jest kopią dzwonu w Hiroszimie - miasta zniszczonego w 1945 roku wybuchem bomby atomowej.

Dni pokoju (Journées de la paix/ Peace Days) w Montrealu

W Montrealu obchody Dnia Pokoju przerodziły się w Dni Pokoju i w tym roku będą trwały od 21 września do 2 października. Od siedmiu lat inicjatorem tego przedsięwzięcia jest Réseau pour la paix et l'harmonie sociale (Peace Network for Social Harmony) zapraszając do współpracy liczne instytucje, przedsiębiorstwa, organizacje pozarządowe, kulturalne, edukacyjne, filantropijne. Dzięki wspólnej pracy program Dni Pokoju oferuje mieszkańcom miasta bogatą ofertę bezpłatnych wydarzeń. Każde z nich, na swój sposób, jest okazją do refleksji nad ideą pokoju i konkretnymi działaniami na jego rzecz. Jest to też moment by zwrócić uwagę i/lub poznać tych, którzy pracują przez cały rok nad osiąganiem i podtrzymywaniem pokoju i harmonii społecznej.

W tym roku Dni Pokoju w Montrealu odbędą się pod hasłem „Działać na rzecz równości". Jest to apel do społeczności montrealskiej, do każdej osoby tworzącej tę społeczność, by stać się działaczem w tworzeniu społeczeństwa sprawiedliwego, równego, otwartego i bezpiecznego.

W kalendarzu wydarzeń dostępnym w językach angielskim i francuskim na stronie journeesdelapaix.com można znaleźć ponad 40 propozycji, które są pogrupowane w kategorie: „W dialogu" - centrum aktywności zajmują debaty, np. wydarzenia międzykulturowe, między-generacyjne; „Sztuka i kultura" - kategoria, w której znajdziemy wystawy i koncerty; „Nauka" - oferuje propozycje wykładów, dyskusji, warsztatów naukowych na określony temat; „Społeczność" - to kategoria, obejmująca wydarzenia o charakterze obywatelskim jak mobilizacja obywatelska, wydarzenia kolektywne, kioski informacyjne; „Dni Pokoju w Winnipeg" - kategoria, która prezentuje wydarzenia mające miejsce w Winnipeg i które są dostępne on-line.

Tegoroczna edycja będzie miała charakter hybrydowy, tzn. część wydarzeń odbędzie się w świecie realnym, a część w wirtualnym. Niektóre zajęcia wymagają wcześniejszego zapisania się.

Dni Pokoju są przedsięwzięciem, które dzięki współpracy, zaangażowaniu i wsparciu wielu osób daje możliwość skorzystania z bogatej oferty wydarzeń.

Udział w Dniach Pokoju jest połączeniem przyjemnego z pożytecznym.

Peace!

Anna Król

Anna Król – doktor filozofii, specjalistka etyki języka i walki z dyskryminacją.

BARBARA MICHALAK

AGENT NIERUCHOMOŚCI

LAUREAT LICZNYCH NAGRÓD!

Courtier Immobilier
Real Estate Broker

bmichalak@videotron.ca

Proprio Direct inc.
AGENCE IMMOBILIÈRE

KUPUJESZ LUB SPRZEDAJESZ DOM?
ZADZWOŃ: (514) 714-2918
SUPER SERWIS! KONKURENCYJNA PROWIZJA!

ILE-BIZARD, piękny, słoneczny split level, 4 sypialnie, duży, wykończony basement, klimatyzacja, szeroki garaż, teren 5800 sf, taksy 3637$, **529.000$**

SAINT-LEONARD (MTL), duży semi-detached, 3 sypialnie na piętrze, 1 1/2 łazienki, garaż, taksy 3696$, **534.000$**

LES CEDRES, piękny cottage, 2005, 3 sypialnie na piętrze + 1 w basement, 21/2 lazienki, central heat pump, piękny teren 9208 sf, taksy 3119$, **599.000$**

VALLEYFIELD, duży, ładnie wykończony bungalow, 3 sypialnie na parterze + 2 w basement, teren 6375 sf, taksy 2592$, dobry dojazd do autostrady 20, **369.000$**

Direct Travel®

Ewa Bielińska oferuje:

- specjalne ceny na bilety lotnicze również w sytuacjach nagłych
- atrakcyjne ceny na wakacje indywidualne i grupowe
- rezerwacje hoteli
- wynajem samochodów
- ubezpieczenia dla podróżnych oraz wizytujących Kanadę
- tłumaczenia

ZANIM WYKUPISZ BILET, SPRAWDŹ NASZE CENY!

CELL: (514) 910-2594, E-mail: ewa.bielinski@gmail.com
TEL: (514) 342-9554 wew. 2050 E-mail: ebielinski@dt.ca
TEL: spoza Montrealu: 1-800-342-9554 wew. 2050

cst canadian scholarship trust plan
C.S.T. Consultants Inc.

Marieta Belina-Brzozowska
Alternate Branch Manager
C.S.T. Consultants Inc.
marieta.belina@cstresp.com
514-994-5811

CANADIAN SCHOLARSHIP TRUST PLAN

C.S.T. jest najstarszą i najbardziej doświadczoną instytucją rozprowadzającą grupowe REGISTERED EDUCATION SAVINGS PLANS - RESP w Kanadzie od 1960 roku.

C.S.T. pomaga RODZICOM oraz DZIADKOM w planowaniu i oszczędzaniu funduszy na edukację ich dzieci lub wnuków.

C.S.T. administruje 5.2 milliardów dolarów.

C.S.T wypłaciło studentom już ponad 4 milliardy dolarów.

DLACZEGO RODZICE WYBIERAJĄ CST Plan?

1. **Ich kapitał jest zabezpieczony.**
2. **Korzystają z procentów oszczędzania grupowego.**
3. **CST ma dodatni dochód inwestycyjny (ROR 4% ostatnie 10 lat)**
4. **Dostają RZĄDOWE GRANTY (RESP) 30% up to 10,800$ na każde dziecko.**
5. **CANADA LEARNING BOND up to $ 2000 (net family income of $ 48,000).**
6. **Oszczędności rosną bez podatku (Tax free)**

ZACZNIJ OSZCZĘDZAĆ NA EDUKACJĘ TWOJEGO DZIECKA JUŻ DZIŚ!

POLONIA

Emigracyjne drogi (cz. 9) - Stan wojenny w Polsce, a jak to było w Austrii...

Wigilia 1981...

W wigilię z samego rana, gdy Joleczka wyszła na spacer z dziećmi, podeszła do niej matka Marii Peck i wręczyła jej sporą paczkę. Powiedziała, że w paczce jest świeżo zakupiona ciepła bielizna dla tuzina osób i prosiła, by rozdać ją pomiędzy tych, którzy tego potrzebują. Kontynuując przyjazną rozmowę, zaprosiła Joleczkę, mnie i dzieci do swego domu na pierwszy dzień świąt. Następnie, pod hotel Tauber podjechała swym samochodem Kristl Ganser, żona doktora i poprosiła Joleczkę o wyjście na zewnątrz. Tam otwarła bagażnik i wyjęła duże pudło wypełnione po brzegi pomarańczami, czekoladami i różnymi łakociami pochodzącymi ze zbiórki towarzystwa podersdorfskich pań. Poprosiła, by Joleczka przyjęła to pudło jako prezent świąteczny dla Polaków. Były to wówczas niezwykłe dla nas rarytasy. Joleczka natychmiast powiadomiła Ewę i Marylę. Zebrały się w jednym z pokoi by rozdzielić te dobra pomiędzy uchodźców. Zrobiły listę wszystkich mieszkańców i od razu było jasne, że nie wystarczyłoby ciepłej bielizny dla wszystkich. Wiedząc, kto, kiedy przyjechał i w jakiej sytuacji materialnej się znajduje, starały się rozdzielać te rzeczy tak, by przede wszystkim dostały te rodziny, które były w największej potrzebie, gdyż wyjeżdżali z Polski jeszcze w lecie i nie mieli ciepłych ubrań na zimę. Wszystkie dzieci, natomiast, dostały pięknie zapakowane paczki z łakociami, niby od św. Mikołaja.

Te nasze dziewczyny zostały później skrytykowane, że podział był tendencyjny i niesprawiedliwy. A kto je skrytykował? Zrobił to ten sam Polak, który pojawił się w Podersdorfie na krótki czas, zbierał co się tylko dało, pakował w paczki i wysyłał do swojej rodziny w Polsce, a potem sam zniknął z paczkami na dobre.

Na kolację w wieczór wigilijny, poprosiliśmy Tauberów by według polskiej tradycji podali tylko posiłki bez mięsa. (Austriacy nie przestrzegają tej tradycji). Tauberowie stanęli na wysokości zadania, jadalnia była świątecznie przystrojona, zapaliliśmy świeczki, było uroczyście i nastrojowo, kolacja była rzeczywiście świąteczna, bezmięsna, smaczna i gustownie podana. Mieliśmy prezenty dla dzieci, zakupione za pieniądze zarobione w winnicy, Joleczka wręczyła mi wełnianą kamizelkę w wielokolorowe wzorki, którą zrobiła dla mnie na drutach w czasie spotkań "basteln" u Kristl Ganser.

O dziesiątej wieczorem, Polacy zebrali się w kościele na polską pasterkę, zorganizowaną przez Seppa. Pasterka była o dziesiątej, bo zaraz po niej, o północy, miała odbyć się pasterka austriacka. Kościół był pełen, przyszli uchodźcy ze wszystkich pensjonatów Podersdorfu i okolic. Było również kilkoro Austriaków, którzy przyszli albo z przyjaźni i solidarności albo z ciekawości. Sepp grał na organach, a my, którzy ćwiczyliśmy u Seppa jako chór śpiewaliśmy kolędy. Msza była prowadzona z pełnym namaszczeniem przez proboszcza, co mu się specjalnie chwaliło, bo miał przed sobą jeszcze jedno takie nabożeństwo. Po komunii, gruchnęliśmy historycznym patriotycznym hymnem kościelnym:

Boże coś Polskę przez tak liczne wieki,
Otaczal blaskiem potęgi i chwały,
Coś ją osłaniał tarczą swej opieki
Od nieszczęść, które przygnębić ją miały.

Przy refrenie, który śpiewaliśmy tak głośno, że słychać nas było daleko, na zewnątrz kościoła, na twarzach wszystkich pojawiły się łzy wzruszenia:

Przed Twe ołtarze zanosim błaganie:
Ojczyznę wolną racz nam wrócić Panie!

I następna zwrotka:

Niedawnoś zabrał wolność z polskiej ziemi
A łez, krwi naszej popłynęły rzeki;
Jakże to okropnie to być musi z temi,
Którym Ty wolność odbierzesz na wieki

Gdy doszliśmy znowu do refrenu, płakały już nawet największe zapijusy:

Przed Twe ołtarze zanosim błaganie:
Ojczyznę wolną racz nam wrócić Panie!

Na pierwszy dzień świąt Bożego Narodzenia, byliśmy zaproszeni na obiad do rodziców Marii Peck, którzy mieszkali w małym domku tuż przy hotelu Tauber. Byli to starsi państwo, już na emeryturze, bardzo grzeczni, spokojni, cisi. Po wypowiedzeniu formułek grzecznościowych, których znaliśmy tylko bardzo ograniczoną ilość i po zjedzeniu posiłku, w czym mieliśmy większą wprawę, zasiedliśmy do herbaty i ciasteczek. Gospodarz przyznał, że jest entuzjastą papieża, wychwalał jego niezwykłość, jego hardą postawę wobec fundamentalnych zasad religii, jak również jego wpływ na politykę światową, a w szczególności Polski. W prezencie wręczył nam kasetkę z nagraniami pieśni śpiewanych przez papieża, a następnie włączył telewizor, nastawił kanał z Watykanem, gdzie akurat papież wygłaszał swoją coroczną świąteczną homilię. Siedzieliśmy i gapiliśmy się w telewizor. Nie bardzo wiadomo było o czym mówić, gospodarze grzecznie wypytywali o sytuację w Polsce, o której wiedzieliśmy mało, tyle co z gazet, nasz język niemiecki był jeszcze zbyt prymitywny, by mówić o naszych uczuciach czy opiniach. Wkrótce rozmowa zamarła. Widać było wyraźnie, że pan domu gwałtownie szuka tematu, o którym można by było porozmawiać.

- A wiecie - oznajmił - ja trochę znam Polskę, byłem tam kiedyś.
- O tak? - zapytałem z ożywieniem - gdzie, kiedy?...
- Ano - odpowiedział chętnie gospodarz - byłem w Krakau i w Breslau i w okolicach...
- No i co - dopytywałem się - i jak się panu podobało?
- Podobało się i nie podobało się - powiedział żywo pan domu - to były takie czasy, ale ale... mam nawet jeszcze zdjęcia z tamtych czasów.
Podniósł się energicznie z fotela i podreptał do komody. Wyciągnął stamtąd stary gruby album i rozłożył go sobie na kolanach. Pochyliliśmy się z ciekawością. Jego żona wydawała się z lekka zaniepokojona.
- Eee tam - rzuciła - co tam będziecie stare zdjęcia oglądać.

Podersdorf am See, Austria

Pan domu jednak przeglądał już kartka po kartce i pokazywał nam jak był dzieckiem, jak był młodzieńcem, jak się ożenił i wreszcie... jak znalazł się w Polsce. Na środku strony było wpięte duże zdjęcie pana domu w grupie rozbawionych kolegów, wszyscy w hitlerowskich mundurach Wehrmachtu, na tle niemieckiego czołgu z lufą skierowaną wprost na kamerę. Joleczka i ja zastygliśmy. Nie wiedziałem, jak mam zareagować, co powiedzieć. Czy mam do czynienia z głupotą czy ze zniewagą. Tej drugiej nie podejrzewałem, byli zbyt na to mili, życzliwi i uprzejmi, zostawało więc to pierwsze - głupota. Nie chciałem się odzywać, by nie robić afery. Joleczka też milczała. Gospodarze musieli się zorientować, że coś tu nie gra. Czułem, że oboje w panice szukają jakiegoś wyjścia.

- No... - wreszcie wybąkał gospodarz - ja wiem... to czasy wojenne, może nie powinien był wam pokazywać tego zdjęcia... ale wiecie... była wojna... ja też musiałem iść na wojnę... choć nie chciałem, nikt nie chciał, a ja zresztą... byłem tylko kucharzem.

- Ja, ja - pokiwałem głową ze zrozumieniem - ich verstehe...

Z braku lepszego zajęcia, kartkowaliśmy więc dalej ów stary album. Przed naszymi oczami przesuwały

się zdjęcia tych, którzy kolejno się rodzili, tych co się żenili i tych co umierali, ale ja myślami byłem już gdzie indziej. Zdaje się, że przejrzeliśmy wszyscy ten album do końca w trochę przyśpieszonym tempie, zrobiło się już dość późno, wstaliśmy, pożegnaliśmy się i wyszliśmy. W drodze do domu nie komentowaliśmy wizyty.

Styczeń 1982

Nastał rok 1982. Z Polski niewiele jeszcze dochodziło wieści, a jeśli już, to były one mgliste i niepewne. Mieliśmy nadzieję, że nasze rodziny nie były w poważnym zagrożeniu życia, martwiliśmy się bardziej o tych, którzy byli zarejestrowani w systemie, jako dysydenci zaangażowani w otwartą czy ukrytą walkę z reżimem. Byli między nimi i nasi przyjaciele, którzy mogli być internowani w obozach, w warunkach, jakie tylko nasza wyobraźnia mogła sobie tworzyć. O ich losach nie wiedzieliśmy nic.

Wiedeń, Austria

W Podersdorfie, wraz z zimą nastał bezruch w interesach, skończyły się prace w winnicach i na farmach, skończył się sezon turystyczny, zrobiło się pusto na ulicach, w sklepach, hotelach i restauracjach, właściciele wyjeżdżali na wakacje do ciepłych krajów. Uchodźcy smętnie snuli się z kąta w kąt, grali w karty, pili tanie wino, na które było ich coraz mniej stać, bo nie było pracy.

My, w naszej maleńkiej grupce przyjaciół, kontynuowaliśmy nauczanie w szkole dla polskich dzieci, a ja dodatkowo prowadziłem lekcje angielskiego z niewielką już grupką chętnych.

Mój język niemiecki był całkiem niezły, rozumiałem prawie dobrze i prawie wszystko to, co się do mnie mówi i mogłem już wyrazić się prawie poprawnie i prawie zrozumiale. Mogłem już odważyć się szukać pracy bliskiej mojej profesji. Zbyszek cierpliwie przeglądał gazety w poszukiwaniu czegoś dla nas, a gdy znalazł to natychmiast telefonował, ale od razu mu odmawiano. Pewnego razu znalazł ofertę dla programistów i dla operatorów systemu komputerowego w firmie o nazwie "Kleider Bauer" w Wiedniu. Namówił mnie, byśmy tam pojechali. W moich oczach było to beznadziejne przedsięwzięcie, ale pojechałem z ciekawości i chęci przygody. Firma mieściła się w imponującym, nowoczesnym budynku w centrum Wiednia i okazała się być jedną z najbardziej wykwintnych domów mody w Austrii. Znaleźliśmy się na lśniących marmurowych korytarzach, mijaliśmy eleganckie panie i piękne zgrabne modelki w najmodniejszych kreacjach. W odbiciu kryształowych luster zawieszonych na ścianach korytarzy, widzieliśmy również nasze uchodźcze sylwetki, obaj w wyszarzałych, wystrzępionych kurtkach zimowych i zużytych dżinsach, Zbyszek w swych ulubionych trampkach, a ja w nowych ciepłych butach zimowych, które dostałem w prezencie od Seppa. Musieliśmy wyglądać niezwykle w tym otoczeniu, bo mijające nas szykowne damy rzucały na nas dyskretne, ale zaskoczone spojrzenia. Zapukaliśmy nieśmiało do jakichś drzwi z napisem, z którego Zbyszek wydedukował, że to biuro przyjęć aplikantów do pracy. Powitała nas kobieta w nienagannie eleganckim stroju, dyskretnym makijażu, pachnąca subtelnymi perfumami. Była z lekka zaskoczona naszym wyglądem, ale wyraźnie starała się tego nie okazywać. Bardzo grzecznie i uprzejmie, a nawet ciepło wysłuchała wydukanego przez Zbyszka celu wizyty. Równie grzecznie, uprzejmie a nawet ciepło wyjaśniła, że wszystkie wakujące pozycje zostały już skompletowane, była nam niezmiernie wdzięczna, że okazaliśmy zainteresowanie pracą w Kleider Bauer, a także było jej bardzo przykro, że trudziliśmy się na marne.

Jan Duniewicz

Jan Duniewicz - magister inżynier Doradca międzynarodowy w biznesie, leadership i transformacji osobistej.

ADAM SPISAK
Chartered Real Estate Broker

B | L | V | D
BOULEVARD

20 - letnie doświadczenie w firmach Re/max, Groupe Sutton.
Oferuje serwis w zakresie kupna i sprzedaży nieruchomości: domów jednorodzinnych, mieszkań własnościowych oraz budynków apartamentowych począwszy od 2-plexów do 100 apartamentów włącznie.
Oferuje pomoc w znalezieniu najkorzystniejszej oferty oprocentowania hipotecznego na nową hipotekę przy zakupie nieruchomości oraz przy odnowieniu hipoteki i refinansowaniu.

BLVD IMMOBILIER
Agence Immobilière | Real Estate Agency
Cell: 514.730.8800
E. aspisak3@gmail.com W. blvdimmobilier.com

CHATEAUGUAY - Ładny semi-detached cottage, 3 sypialnie, 2 łazienki. Sprzedany w 8 dni $8.000 pow. ceny wywoławczej.

LASALLE - semi detached cottage 1998 3 sypialnie, 1 + 1/2 łazienki, garage. Mój listing. Już sprzedany.

VAUDREUIL - Bardzo duża działka 51.000 SF. Budynek używany ostatnio jako biuro. Sprzedany za $ 419.000.

LONGUEUIL - Triplex 3 x 5 1/2. Dochód $30.000 na rok. Mój listing. Sprzedany $37.500 powyżej ceny wywoławczej.

les services
Direct Travel

Konsultant podróży
IZABELA POTOCKA
Szybkie i solidne usługi
w dziedzinie podróży i turystyki
bilety lotnicze | wczasy | rejsy
hotele | samochody | ubepieczenia
(514) 909-3403 | ipotocka@dt.ca

PERMIS D'ALCOOL

CHOPIN
4200 Decarie Blvd.
(Metro Villa Maria)
(514) 481-0302

Sklep Chopin od 27 lat służy Polonii
W sprzedaży wyłącznie produkty domowego wyrobu: wędliny, kiełbasy, pierogi, zupy, gołąbki, bigos, szarlotka, sernik Chopina, sernik z brzoskwinią, ciasto z rabarbarem, wiśnią i śliwką.
Serdecznie zapraszamy!

Euro-Deli ***(514) 948-2161***
BATORY
Właściciel:
Jadwiga Czerkawska
Polskie delikatesy *- Garmaż - Ciasta -*
Wędliny - Wypożyczanie i sprzedaż DVD
115 St. Viateur O., Montreal, QC H2T 2L2

HISTORIA

WTC – to już 20 lat

Dzień w którym świat wstrzymał oddech był jednym z najtragiczniejszych dni w historii Stanów Zjednoczonych. 20 lat temu terroryści z Al-Kaidy dokonali największego w dziejach zamachu terrorystycznego.

11 września 2001 roku o godzinie 8.46 czasu nowojorskiego Boeing 767 (lot 11) z 92 osobami na pokładzie uderzył w górne piętra jednego z dwóch wieżowców World Trade Center w Nowym Jorku. Kilkanaście minut potem samolot (lot 175) z 65 osobami na pokładzie uderzył w środkową część drugiego wieżowca. Budynki zawaliły się. Trzeci porwany Boeing 757 (lot 77) z 64 osobami na pokładzie uderzył o godzinie 9.37 w budynek Pentagonu w Waszyngtonie. Czwarty samolot (lot 93) z 44 osobami rozbił się kilka minut po godzinie 10 koło Pittsburgha. Wcześniej na jego pokładzie doszło do walki pasażerów z porywaczami, która została zarejestrowana przez magnetofon w kokpicie samolotu. Porywacze najprawdopodobniej zamierzali skierować maszynę na Biały Dom lub Kapitol.

To był wtorek. We wtorki rano nagrywałam reklamy do audycji JEDYNKA w stacji CFMB 1280AM w Montrealu. Tego dnia przyjechałam do radia jak zawsze czyli rano. Kilka minut po dziewiątej wszyscy pracownicy radia zbiegli się do news roomu, gdzie na żywo na trzech monitorach pokazywane były wydarzenia w Nowym Jorku. Nie od razu zrozumiałam co się dzieje. Przez myśl przebiegło mi, że jakieś dziwne zwyczaje zapanowały w naszej stacji, bo wszyscy zamiast pracować oglądają z samego rana filmy katastroficzne. Po chwili w górnym roku największego z monitorów dostrzegłam czerwony napis – LIVE.
Zamarłam. Do stojącego obok mnie Alexa wyszeptałam:
- What's happening?
- War - odparł również szeptem.
Tego dnia już nikt nie pracował. Nie nagrałam reklam i zamiast do domu pojechałam do centrum Montrealu. Nie chciałam być sama.

11 września 2001 roku upadł mit bezpiecznej Ameryki, a konsekwencje dramatycznych wydarzeń transmitowanych na żywo przez światowe telewizje, dotknęły sfery psychicznej wszystkich ludzi. Nasiliły się strach i depresje, obawiano się kolejnych ataków. Hasło "dżihad" - "święta wojna" przywoływane przez islamskich fundamentalistów, a oznaczające walkę z cywilizacją Zachodu, przewijało się wielokrotnie w groźbach terrorystów.

Po atakach z 2001 roku upowszechniły się fałszywe stereotypy, że każdy spotkany muzułmanin może okazać się terrorystą. W tych kwestiach toczyła się publiczna dyskusja w światowych i lokalnych mediach, między innymi głośne były artykuły włoskiej dziennikarki Oriany Falacci, radykalnie krytykującej islam, przede wszystkim współczesny. Publicznie stanowisko zajął także papież Jan Paweł II, który następnego dnia po zamachu potępił przemoc i wezwał Kościół do modlitwy w intencji ofiar. Było to bardzo wymowne, ponieważ papież silnie angażował się w działania na rzecz porozumienia między wyznawcami chrześcijaństwa, judaizmu oraz islamu.

Centrum Montrealu, zawsze gwarne i pełne przechodniów, tego dnia było jeszcze bardziej gwarne, ale jakoś inaczej. Wszędzie, co prawda było mnóstwo ludzi, ale nikt nigdzie się nie spieszył. Mieszkańcy Montrealu stali w wielu dość dużych

grupach, niektórzy palili papierosy, inni żywo gestykulowali, ale większość stała w milczeniu. Ponadto, znamienne było to, że wszyscy byli niemal jednakowo ubrani w uniformy pracowników korporacji: dziewczyny w ciemne spódnice lub sukienki, a mężczyźni w garnitury. Dopiero po chwili zrozumiałam skąd taka jednolitość w ubiorze. Ludzie stojący w grupach byli pracownikami biur w okolicznych wieżowcach, którzy wyszli na ulice po usłyszeniu syren, które zawyły na znak niebezpieczeństwa.

Nowojorskie centrum handlu WTC zbudowano w latach 1966-1973. Kompleks składał się z 7 budynków, z których najwyższe były dwie bliźniacze wieże zwane Twin Towers. Budynki te liczyły po 110 pięter, a ich wysokość wynosiła - 415 oraz 417 metrów. W WTC pracowało około 25 tysięcy osób. W10. rocznicę zamachu w Nowym Jorku zostało otwarte muzeum i pomnik poświęcone ofiarom poległym w World Trade Center.

Władze Stanów Zjednoczonych podjęły decyzję o nieodbudowywaniu Twin Towers. Na ich miejscu powstał nowy kompleks budynków, które składają się między innymi z wieży Freedom Tower o wysokości ponad 541 metrów, i 200 Greenwich Street, o wysokości 411 metrów. Projekt zagospodarowania terenu opracował Daniel Libeskind, amerykański architekt polskiego pochodzenia.

W ataku zginęło prawie trzy tysiące osób, wśród nich sześcioro Polaków. Podczas akcji ratunkowej śmierć poniosło ponad trzystu strażaków i policjantów. Kilka tygodni po tym straszliwym wydarzeniu na antenie JEDYNKI rozmawiałam z jednym z nowojorskich strażaków polskiego pochodzenia, który brał udział w akcji ratunkowej. Opowiadał o strachu i odwadze, o ludzkich tragediach i o dziwnych odgłosach, które ciągle słyszał, mimo, że upłynęło wiele tygodni. Tymi odgłosami były odgłosy spadających na bruk ciał. Ludzie wyskakiwali z najwyższych płonących pięter wież WTC.

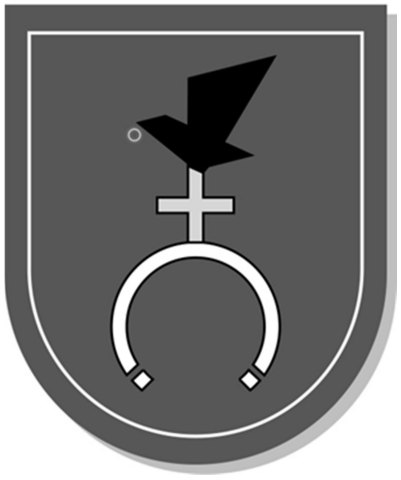
Chociaż od zamachów terrorystycznych na World Trade Center w Nowym Jorku upłynęło już 20 lat, atak ten przynosi wciąż nowe ofiary. Wśród tych, którzy wówczas pospieszyli z pomocą, wielu cierpi na różne schorzenia, w tym na raka. Ich liczba ciągle rośnie. Według badań nowojorskiego Mount Sinai Medical Center, na które powołuje się nowojorski dziennik "Daily News", 1140 osób ma chorobę nowotworową. Wskaźnik zachorowań wśród policjantów, strażaków i innych osób biorących udział w akcji ratunkowej w Strefie Zero jest o 15 proc. wyższy niż u reszty populacji. Byli oni bowiem narażeni na działanie różnych substancji toksycznych. Podobny los spotkał także osoby pracujące przy usuwaniu gruzów.

Ludzie służący pomocą zostali narażeni na niekorzystne działanie substancji unoszących się w powietrzu po zburzeniu gmachów WTC. Ofiary cierpią m.in. na ziarnicę złośliwą, różne odmiany raka skóry, na nowotwory tarczycy, płuc, nerek, pęcherza, okrężnicy i piersi. Niekiedy na ujawnienie i zdiagnozowanie choroby trzeba było czekać całe lata. Lekarze wciąż odkrywają nowe przypadki. Po atakach z 11 września 2001 roku dziesiątki tysięcy ludzi wciąż cierpią na różne schorzenia. 65 tysięcy z nich korzysta ze specjalnego programu medycznego WTC, monitorującego przypadki zachorowań i umożliwiającego kurację. Pacjenci leczą się nie tylko w klinikach metropolii nowojorskiej, ale też w innych, zlokalizowanych w całej Ameryce.

Bożena Szara

Bożena Szara – dziennikarka, producentka programów radiowych, redaktor naczelna PANORAMY.

Fundacja Rodziny
KORWIN-SZYMANOWSKICH



Ubezpieczenie na życie. Dlaczego warto?

Ubezpieczenie na życie to produkt, którego wykupienie nie jest twoim obowiązkiem. Jednak warto pomyśleć racjonalnie o przyszłości oraz bezpieczeństwie finansowym swoich najbliższych. Przysłowie mówi, że "przypadki chodzą po ludziach" i zgodnie z tym stwierdzeniem nie jesteś w stanie przewidzieć tego, co wydarzy się za chwilę.

Gdy nasze życie gwałtownie się zmienia – pojawia się choroba, nieszczęśliwy wypadek, śmierć bliskiej osoby – wyjątkowym wsparciem są ubezpieczenia ochronne. Ubezpieczenia na życie i ubezpieczenia zdrowotne pomagają przywrócić stabilizację i poprawić sytuację życiową.

Ubezpieczenie na życie pozwala na utrzymanie stabilności finansowej najbliższych po śmierci ubezpieczonego. Pozwala zabezpieczyć i uchronić rodzinę przed dodatkowymi finansowymi kłopotami. Świadczenie zapewni też dobry start dzieciom osoby ubezpieczonej.

Warto wiedzieć, że długi osoby zmarłej przechodzą na rodzinę i muszą być spłacone. Jeśli w tak trudnym momencie rodzina dysponuje pieniędzmi z ubezpieczenia, to spłaty zadłużenia są o wiele łatwiejsze, a spadkobiercy mają pewniejszą sytuację finansową.

Największym i najbardziej obciążającym rodzinę długiem jest hipoteka. Przedwczesna śmierć członka rodziny jest dramatem nie tylko ze względów uczuciowych, ale często burzy stabilność finansową. Ważne, by w takim trudnym momencie utrzymać dom. Banki oferują ubezpieczenie hipotek, ale na korzystnych warunkach dla banku. Prywatne ubezpieczenie hipoteki w firmie ubezpieczeniowej bez pośrednictwa banku ma wiele zalet:

- Przez cały czas trwania ubezpieczenia cena jest bardzo dostępna i stała.
- Ubezpieczenie na życie jest ważne niezależnie od zmian banków i kredytów.
- Dzięki ubezpieczeniu na życie można pokryć wszystkie długi (samochody, domy, linie kredytowe) w jednym kontrakcie.
- Wyznaczony spadkobierca otrzymuje w całości kwotę z ubezpieczenia niezależną od wysokości długu.

Dla młodych rodzin ubezpieczenie na życie stanowi zabezpieczenie dla dzieci w przypadku śmierci jednego bądź obojga rodziców. Zapewnia dzieciom dobry start w przyszłości.

Co to oznacza? Otrzymane z ubezpieczenia pieniądze pozwolą im na dalsze kształcenie oraz pokryją codzienne wydatki. Zazwyczaj suma ubezpieczenia jest na tyle wysoka, iż środki zapewnią dzieciom odpowiednie warunki życia do momentu osiągnięcia przez nie pełnoletności.

Wykupienie ubezpieczenia na życie zapewnia poczucie bezpieczeństwa. Dlaczego? Ubezpieczona osoba nie musi już w tak dużym stopniu obawiać się o przyszłość swoich najbliższych. Przynajmniej przez kilka lat ich sytuacja finansowa będzie na takim poziomie, jak miało to miejsce przed śmiercią ubezpieczonego.

Jako doradca finansowy oferuję Państwu najkorzystniejsze warunki ubezpieczenia. Gwarantuję pełną dyskrecję. Odpowiem na każde Państwa pytanie.

Warto porównać obecne ubezpieczenia z tym jakie warunki oferuje moja firma. Zapraszam do kontaktu ze mną. W celu umówienia się na bezpłatne konsultacje proszę dzwonić lub pisać.

Magdalena Ptaszkiewicz
Doradca finansowy- Industrielle Alliance
514-567-2323 / m.ptaszkiewicz@agc.ia.ca

WARTO WIEDZIEĆ: Zadłużenia przeciętnego Kanadyjczyka w 2020 wynosiły 177% w stosunku do zarobków (oblicza się to, dzieląc całość długów danej osoby przez roczny dochód netto). Można łatwo sobie obliczyć własny współczynnik: całość długów dzielona przez dochód po podatkach x 100.

Jak w gwarantowany sposób można zarobić 30% na swoich pieniądzach?

Czy wiedzą Państwo, że można otworzyć konto na edukację dziecka, które nazywa się REEE/RESP czyli Registered Education Savings Plan? Na takie konto można wpłacać od 25$ do 208$ miesięcznie (max. 2,500$ na rok), a rząd prowincjonalny i federalny będą dopłacać wspólnie 30% co roku aż do 17. roku życia dziecka.

Biorąc pod uwagę, że w takim funduszu pieniądze są zainwestowane, staje się to jedną z bardziej opłacalnych lokat pieniędzy. Mimo, że koszt edukacji w Qc może się wydawać nieduży, ale z roku na rok jest coraz drożej. Po 17 latach wpłat, gdy dziecko zacznie College, można zacząć korzystać z pieniędzy funduszu. Warto wiedzieć, że kwota ta jest do wykorzystania wedle potrzeb, np. wynajem mieszkania, zakup auta, nie tylko do opłacenia studiów. Pieniądze w funduszu są do wykorzystania nawet na studia zagraniczne, także w Polsce.

Jako doradca finansowy oferuję różne porady i strategie, na przykład połączenie funduszu na edukację z planowaniem emerytalnym. Moja firma Industrielle Alliance oferuje również dostęp do bonusu 15%, proszę dzwonić do mnie po detale. Załatwienie programu jest szybkie i nieskomplikowane. Myślę, że każda rodzina może z niego skorzystać. Może to także być wspaniałym prezentem od dziadków dla wnuków.

https://ia.ca/reee/?uid=EC40C0

Magdalena Ptaszkiewicz
doradca finansowy dla Industrielle Alliance
514-567-2323

iA Groupe financier Financial Group

Magdalena Ptaszkiewicz

514-567-2323

Pomagam w załatwieniu wszelkiego rodzaju ubezpieczeń:

- na życie
- chorobowe
- medyczne i na podroże
- hipoteki
- domów i samochodów
- grupowe

Oferuję rownież strategie finansowe na :

- edukację dzieci (REEE-RESP)
- kupno domu
- emeryturę (FERR, REER, CELI -TFSA)
- i wszelkie inne plany oszczędnościowe

Proszę dzwonić po darmową konsultację. Zapewniam rzetelny i miły serwis.

Magdalena Ptaszkiewicz
Conseillère en sécurité financière, B COM Finance
Industrielle Alliance – Assurance et services financiers Inc.*
Agence Brossard
m.ptaszkiewicz@agc.ia.ca | https://ia.ca/magdalena-ptaszkiewicz
@Magdalena-Ptaszkiewicz-Financial-Securities-Advisor

ALEX MAMON
AGENT | NIERUCHOMOŚCI
chartered real estate broker
514.575.6223
everestrealty.ca
IMMOBILIER EVEREST REALTY

POLITYKA

Ludzie z wazeliny

Od razu poczułam nieprzyjemny fetorek kiedy polityk Paweł Kukiz pochwalił się, że spędził uroczy wieczór z prezesem Prawa i Sprawiedliwości, podczas którego miała miejsce nie tylko interesująca konwersacja i reasumpcja alkoholu, ale również śpiewy chóralne. Zapaszek ów zgęstniał kiedy Paweł Kukiz, muzyk przecież i wokalista publicznie skomplementował występy prezesa, twierdząc, że ów ma ładny głos... Oho, pomyślałam, coś się kroi. I faktycznie, okazało się, że być może prezes obdarzony jest przez naturę słowiczym głosem, ale to Kukiz zaśpiewał tak, jak mu prezes zagrał.

Jak wszyscy Państwo widzieli w dniu 11 sierpnia w głosowaniu na temat odroczenia posiedzenia Sejmu w sprawie ustawy wymierzonej w TVN, PiS nie uzyskało większości, a wspólnie z opozycją w obronie wolnych mediów zagłosowali kukizowcy. Po przerwie trzech z nich: Kukiz, Sachajko i Żuk zmieniło zdanie. Podobno cały ten tercet egzotyczny jednocześnie się pomylił i nacisnął zielony, prawy guzik, ale chłopcy się opamiętali, otrząsnęli, odzyskali zdrowe zmysły i uświadomili sobie czego tak naprawdę chcą.

I patrzcie Państwo jak to jest: osiem lat rządziła PO, już sześć lat władzę sprawuje PiS, a nieustępliwy i niezłomny Kukiz ciągle walczy „o zmianę ustroju i wyjście z postkomunistycznego, neokolonialnego systemu Polski”! Tacy antysystemowcy, a dali się kupić w ciągu dwóch godzin!

Tylko dzięki nim PiS przepchnęło TVN-lex, więc tym samym umościli się wygodnie na prezesowskiej liście płac i stanowisk. Tyle, że na Kukiza wylała się fala hejtu, m.in. odezwał się Janusz Panasewicz: „Wstydzę się każdego dnia, kiedy podawałem ci rękę, ty gnoju!”. Następnego dnia Kukiz poszedł do restauracji:
- Mam tu zamówiony stolik!
- Pana godność?
- Nie posiadam.

TVN dostała koncesję na nadawanie od Holandii. Podobno urażony tym faktem Marek Suski zdecydował, że da Holendrom odpór, okaże im swoje oburzenie i do tego ich Paryża już nigdy więcej nie pojedzie.

Według Słownika Języka Polskiego PWN wazeliniarstwo to pochlebianie komuś i usługiwanie dla korzyści. Od 2016 roku używane jest również słowo „nawilżanie”, kiedy to gale wręczenia nagrody Człowieka Roku tygodnika „Wprost” internauci nazwali „uroczystością nawilżania panu prezesowi”. Logiczne - bo przecież nawilżanie jest formą wpływu, łatwo też w wazeliniarstwie odpłynąć, można też popłynąć.

Trzeba przyznać, że osoba Jarosława Kaczyńskiego zasiała twórczy ferment wśród ludzi słowa, dłuta, pędzla, a przede wszystkim pióra, wpływając w sposób znaczący na rozwój piśmiennictwa panegirycznego w Polsce.

Kult Jarosława Kaczyńskiego zaczął kwitnąć zaraz po objęciu władzy przez PiS. Wtedy to seniorzy z Pabianic, którzy wcześniej malowali tylko pejzaże i kwiatki zapragnęli sprawdzić się w ambitniejszej tematyce i rozpoczęli malowanie „pana Jarosława” olejem i akwarelą. Już po 10 miesiącach w miejscowym Ośrodku Kultury wystawionych zostało 35 portretów J.K, składającego ręce do modlitwy, z oczami otwartymi oraz przymkniętymi, melancholijnie patrzącego w przestworza, otoczonego poświatą, grożącego opozycji wskazującym palcem w stanie wzburzenia, a jeden to nawet nosi figlarny góralski kapelutek z muszelkami!

W hołdach i pochlebstwach wygłaszanych pod adresem J.K. przodowało zawsze „W sieci” czyli bracia Karnowscy, tygodnik „Wprost” oraz „Gazeta Polska”. Naczelny tej ostatniej - Sakiewicz: „Jarosław Kaczyński odbierze kiedyś Pokojową

Nagrodę Nobla". Komu odbierze? Wałęsie? Światłość dookoła osoby prezesa rozpyliła od razu Beata Szydło, zapewniając Polaków, że zarówno ona jak i wicepremier Morawiecki są „pomazańcami Jarosława Kaczyńskiego". Pamiętam, że Roman Giertych natychmiast zadał publicznie szereg zasadniczych pytań, m.in. jakie części ciała obojga premierostwa zostały namaszczone i czym.

Jednak największy wazelinowy poślizg zaliczył prezes Stronnictwa Narodowego, który pod pomnikiem Romana Dmowskiego przy placu Na Rozdrożu hucpiarsko prezesa awansował: „Panie naczelniku, prezes Stronnictwa Narodowego Ludwik Wasiak melduje … Rozdroże gotowe na uroczyste przyjęcie pana naczelnika państwa polskiego".

Prezes hołd przyjął, a tytuł, który przez cztery lata nosił Józef Piłsudski życzliwie zaakceptował. W momencie składania wieńca powitano Kaczyńskiego przez megafon jako „niekoronowanego króla Polski".

W zachwytach nad Jarosławem Kaczyńskim nie pozwoliłby się wyprzedzić naczelny lizus III RP Ryszard Czarnecki „Czopkiem" zwany. Z wywiadu dla magazynu Polska. The Times:
- „Wpływ Jarosława Kaczyńskiego na życie Polski już od paru dekad jest ogromny.
- Chce pan powiedzieć, że tak ogromny jak Piłsudskiego?
- Nie będę oceniał czy większy, czy mniejszy. Jest jedna rzecz, która ich łączy. Nawet najwięksi wrogowie Jarosława Kaczyńskiego nie mogą mu zarzucić jakiejkolwiek interesowności. Kaczyński to człowiek piekielnie uczciwy i oddany Polsce. Tak jak naczelnik Piłsudski".

Wystarczy nie kraść? A Kaczyński faktycznie jest bezinteresowny, nie przepisał przecież wszystkiego co ma na żonę.

Ale trzeba przyznać, że wymienieni politycy mają pewną cechę, która ich łączy: obaj nie lubili Sikorskiego…

O Czarneckim można nieskończenie, więc już tylko jeden cytat: „Europa ma i będzie miała przywódcę, który polityczną skuteczność potrafi pogodzić z wiarą w zasady. Jest nim Jarosław Kaczyński". Kiedy Kaczyński stanie na czele Europy to Czarneckiego postawią w szopce bożonarodzeniowej, tuż poniżej muła.

Do wymienionych sykofantów niewątpliwie dołączył minister Michał Wójcik: „Największym politykiem w Polsce jest Jarosław Kaczyński, który uchronił Polaków przed złymi skutkami tego, co dzieje się w Europie". A poseł Radosław Fogiel, też jest niezły:
- „Ma pan wykształcenie średnie, a podważa pan autorytet sędziów Sądu Najwyższego, jak pan uzupełnia braki wykształcenia?
- Staram się przebywać jak najczęściej w obecności Jarosława Kaczyńskiego".

Szczyt subtelności to nie był - fakt. Bo już na przykład posłanka Małgorzata Wasserman, osoba wykształcona i obyta, to samo włazidupstwo prezentuje w formie wytworniejszej: - „Jestem zafascynowana Jarosławem Kaczyńskim. Każde jego spojrzenie jest długofalowe". Nie wiadomo co baba ma dokładnie na myśli sugerując, że prezesa cechuje niedookreśloność, a nawet metafizyka, wiadomo jednak o co jej chodzi: o jego życzliwość.

Rząd już powinien uzupełnić zapas wazeliny zużywanej tak beztrosko przez PiS-owskich polityków i popleczników wynoszących pod niebiosa prezesa, który tak dużo dla nas zrobił i jeszcze na pewno zrobi. Im wszystkim ku przestrodze pragnę zadedykować pewną anegdotkę: Po ucieczce Napoleona z Elby francuskie gazety pisały: „Ludożerca wymknął się z Elby. Widziano go tu i ówdzie, ale z pewnością nie umknie naszym wojskom… Tyran jest już w Lyonie" …Bonaparte zbliża się do stolicy… Napoleon będzie jutro w Paryżu… Wczoraj wieczorem nasz ukochany cesarz wjechał do Tuileries wśród nieopisanego zapału całego narodu".(!)

Tę opowiastkę można oczywiście opowiedzieć odwrotnie, cofając się w czasie. Tyrani, satrapowie, autokraci i ich poplecznicy teoretycznie wiedzą, że łaska tłumu nie jest trwała, ale każdy myśli, że on będzie wyjątkiem, że jemu się uda. Ale naród, który korzystał już ze zdobyczy demokracji, tak łatwo ich nie odda… Chociaż są i tacy, którzy uważają, że demokracja to bardzo zła forma rządów i jedynym jej plusem jest to, że inne sprawdzają się jeszcze gorzej.

Danuta Owczarz-Kowal

Danuta Owczarz-Kowal – filolog orientalny, prawnik, felietonista.

Jacyś ludzie

Jacyś ludzie w ucieczce przed jakimiś ludźmi.
W jakimś kraju pod słońcem
i niektórymi chmurami.

Zostawiają za sobą jakieś swoje wszystko,
obsiane pola, jakieś kury, psy,
lusterka, w których właśnie przegląda się ogień.

Mają na plecach dzbanki i tobołki,
im bardziej puste, tym z dnia na dzień cięższe.

Odbywa się po cichu czyjeś ustawanie,
a w zgiełku czyjeś komuś chleba wydzieranie
i czyjeś martwym dzieckiem potrząsanie.

Przed nimi jakaś wciąż nie tędy droga,
nie ten, co trzeba most
nad rzeką dziwnie różową.
Dokoła jakieś strzały, raz bliżej, raz dalej,
w górze samolot trochę kołujący.

Przydałaby się jakaś niewidzialność,
jakaś bura kamienność,
a jeszcze lepiej niebyłość
na pewien krótki czas albo i długi.

Coś jeszcze się wydarzy, tylko gdzie i co.
Ktoś wyjdzie im naprzeciw, tylko kiedy, kto,
w ilu postaciach i w jakich zamiarach.
Jeśli będzie miał wybór,
może nie zechce być wrogiem
i pozostawi ich przy jakimś życiu

Wisława Szymborska

CHARCUTERIE

684-5760 M. D.

Tradycyjne wyroby wędliniarskie najwyższej jakości, naturalnie wędzone
Duży wybór produktów importowanych z Polski

4882 boul. Des Sources, D.D.O.
ZAPRASZAMY !

VICTORIA WLODARCZYK
POŚREDNIK KREDYTÓW HIPOTECZNYCH
tel: 514-295-4255 / w: www.groupeorbis.com
e-mail : victoria.wlodarczyk@groupeorbis.com

PROCENT Z **ORBIS** na dzień 22 sierpnia 2021 r.:
1 ROK STAŁY: 1,84% / 3 LATA STAŁE: 1,84%
5 LAT STAŁE: 1,94% / 5 LAT ZMIENNA: 1,20%
*Obowiązują pewne warunki, które mogą ulec zmianie bez uprzedniego powiadomienia.

Katarzyna Plachta
AGENT NIERUCHOMOŚCI

JESTEM POŚREDNIKIEM W OBROCIE NIERUCHOMOŚCIAMI Z PONAD 8-LETNIM DOŚWIADCZENIEM W BRANŻY BANKOWEJ I NIERUCHOMOŚCIACH. OFERUJĘ NAJLEPSZY SERWIS.

ZADZWOŃ (514) 476-1787
KPLACHTA@SUTTON.COM
Sutton | clodem

GOPLANA

Kawiarnia Goplana poleca specjały kuchni polskiej przygotowane według tradycyjnych przepisów rodzinnych.

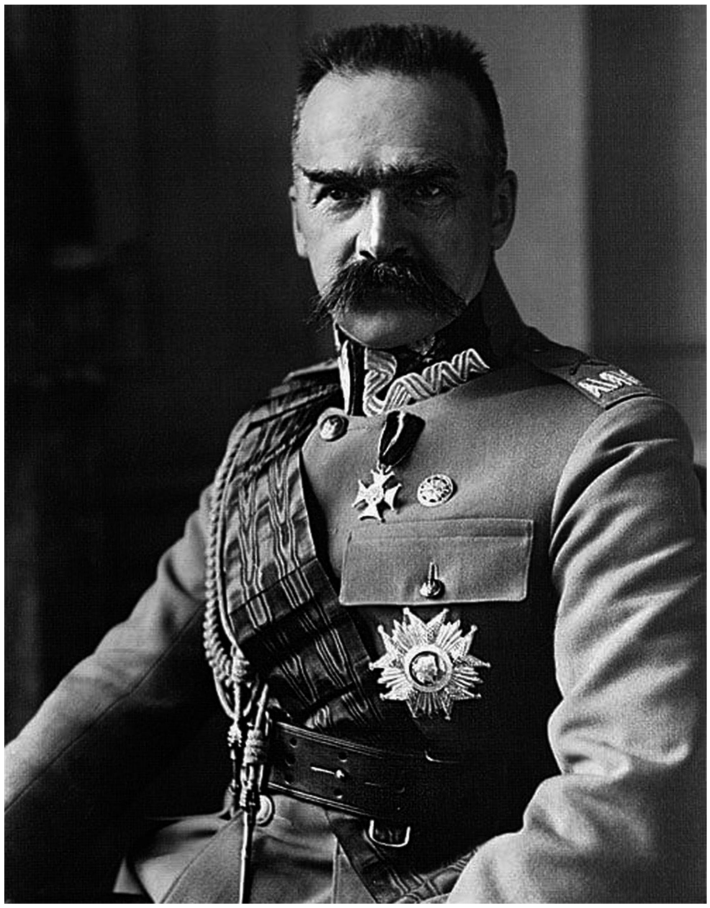
Zapraszamy zarówno na dania obiadowe (gołąbki, pierogi, krokiety, bigos), jak i przepyszne desery własnej produkcji.

Adres: 1187 Charlevoix
H3K 2Z6, Montreal
(438) 382-0870
(metro Charlevoix)

HISTORIA

Wierni historycznym ideałom - krótka historia Związku Weteranów Polskich

Związek Weteranów Polskich im Marszałka J. Piłsudskiego został założony w 1930 roku przez Żołnierzy Wojska Polskiego a w szczególności weteranów I wojny światowej oraz weteranów wojny Polsko-Bolszewickiej 1920 roku żyjących w Montrealu, aby zapewnić wzajemne wsparcie w trudnych latach Wielkiego Kryzysu.



Marszałek Józef Piłsudski

Pierwszym prezesem i założycielem był Kpt. Ludwik Wiktor. W swojej działalności ZWP kierował się postanowieniem statutu, który mówił:

„Celem Związku jest niesienie pomocy swoim członkom i ich rodzinom oraz szerzenie oświaty i wzmacnianie poczucia jedności narodowej. Związek jest Stowarzyszeniem apolitycznym, lojalnym wobec nowej Ojczyzny Kanady oraz wiernym historycznym ideałom starej Ojczyzny Polski”.
Na zebraniu w dniu 22-go maja 1933 roku Julian Topolnicki postawił wniosek o dodaniu do nazwy ZWP - „im. Marszałka Józefa Piłsudskiego”. Wniosek uchwalono jednogłośnie i wysłano do Belwederu następujący apel:

„Wodzu, Dawni Żołnierze Twoi, zgromadzeni tu na dalekiej obczyźnie w Związku Weteranów Polskich w Montrealu, uchwalili jednogłośnie, by zwrócić się do „Twego Ojcowskiego Serca” z pokorą o łaskawe przyjęcie protektoratu nad naszym związkiem. Równocześnie ślubujemy, że ani odległość, ani długie lata rozłąki nie zdołają wyrwać z naszych serc żołnierskich tej gorącej miłości, jaką żywią dla Ciebie i Ojczyzny byli Twoi żołnierze, że pozostaniemy wierni zawsze naszym zasadom i tradycjom żołnierskim, że godnie będziemy reprezentować imię Polaka na obczyźnie”.

Odpowiedź od Marszałka była szybka, że z radością i zadowoleniem przyjmuje patronat nad ZWP. Następnie przyjęto projekt sztandaru ZWP, który uszyto i wyhaftowano w Warszawie.

Już przed II Wojną Światową nasi członkowie czynnie wspierali Polskę tworząc Fundusz Obrony Narodowej, a w czasie wojny cały czas wspierali Macierz finansowo. Do Montrealu w czasie II Wojny Światowej przyjechało wielu Polaków wśród których byli inżynierowie związani z przemysłem zbrojeniowym, piloci bombowi, którzy przylecieli na szkolenia jak również piloci, którzy odbierali samoloty z zakładów Canadair by dostarczyć je na front. Związek Weteranów Polskich zawsze otaczał ich opieką.

Wśród Polonii nie zabrakło też ochotników, których organizował Gen. Bronisław Duch, Gen. Józef Haller i Gen Władysław Sikorski, który gościł w Montrealu trzykrotnie w latach 1941, 1942 i 1943. W 1944 roku gen. Kazimierz Sosnkowski przyjechał na stałe do Montrealu.

Zarząd Związku Weteranów Polskich już w czasie II Wojny Światowej zaczął myśleć o własnej siedzibie. 8 lutego 1942 roku przyjęto odpowiedni wniosek, ale dopiero 11 lutego 1945 roku został zakupiony budynek przy ul. Prince Arthur 57. Cztery lata później pożar strawił część Domu ZWP, w pożarze spłonął pierwszy Sztandar ZWP, zniszczeniu uległa też część biblioteki.

Po odbudowie z pożaru w 1950 roku w budynku ZWP swoje miejsce znalazło wiele polonijnych organizacji: KPK, SPK koło nr 7, Stowarzyszenie Techników Polskich, koło byłych Żołnierzy AK, Stowarzyszenie Lotników. Polskich Skrzydło 310 „Wilno", chór „Lachmana" a nawet polska szkoła. Dzięki odbudowie ZWP stał się również właścicielem lokali, które można było udostępniać za odpłatą, co pozwoliło Związkowi stać się organizacją niezależną finansowo. Dzięki temu można było wspierać finansowo inne polonijne organizacje. Związek pomagał także nowo przybyłym członkom, weteranom II Wojny Światowej wypłacaniem różnego rodzaju zapomóg, co było bardzo potrzebne i pomocne w tamtych trudnych czasach.

Założyciele Związku z nowym sztandarem (1934 r.)

Obecnie Związek Weteranów Polskich im. Marszałka Józefa Piłsudskiego liczy 75 członków. Szeregi Weteranów powoli się wykruszają, ale tradycja wojskowa Związku nadal trwa. Dzięki zmianie Statutu w pracach organizacji biorą udział rodziny i potomkowie Weteranów II Wojny Światowej, wstępują nowi członkowie z przeszłością wojskową służący w Wojsku Polskim (zamieszkali na stałe w Montrealu), a także Kanadyjczycy polskiego pochodzenia służący w Wojsku Kanadyjskim.

W ogromnym skrócie, opierając się na opracowaniu Zbigniewa Małeckiego, próbowałem opisać jak powstawał Związek Weteranów Polskich w Montrealu, który już od 90–ciu lat służy Polonii wspierając w różnej formie polonijne organizacje. Aby kontynuować działalność Organizacji potrzebne są osoby oddane ideałom które przyświecały założycielom Związku Weteranów Polskich im. Marszałka Józefa Piłsudskiego. Zapraszamy do współpracy wszystkich, którym leży na sercu dobro Polonii montrealskiej oraz polonijnych organizacji.

Siedziba Związku Weteranów Polskich przy 63 Prince Arthur Est.

Organizacja nasza jest organizacją otwartą na nowych członków, którzy obecnie mieszkają w Montrealu i okolicy a szczególnie tych, którzy są byłymi żołnierzami Wojska Polskiego oraz armii sprzymierzonych. Czekamy na ich rodziny. Czekamy również na żołnierzy Wojska Kanadyjskiego szczycących się polskim pochodzeniem.

Weterani na wycieczce w Ottawie.

Deklaracje członkostwa Związku Weteranów Polskich im Marszałka Józefa Piłsudskiego można znaleźć na stronie internetowej Organizacji.

Józef P. Foltyn – Prezes ZWP

Rozszerzona historia Związku oraz inne informacje znajdują się na stronie: www.weterani.ca

REKLAMA

Lukoma - Ultra Prevention

Celem suplementu diety Ultra Prevention jest działanie prewencyjne polegające na wsparciu oraz wzmocnieniu organizmu, i przez to na zapobieganiu chorobom.

Suplement diety **Ultra Prevention** został przygotowany z czterech podstawowych roślin: Algi Morskie, Ostropest Plamisty, Kurkuma, Kozieradka. Rośliny te są stosowane w medycynie naturalnej od ponad 4000 lat. Ich jakość oraz prawidłowo dobrane proporcje gwarantują optymalną skuteczność tego suplementu.

Alga morska, która wchodzi w skład naszego suplementu **Ultra-Prevention** ze wszystkich wodorostów morskich jest najbogatsza w jod, zawieraja również selen (niezbędny do asymilacji jodu), cynk, żelazo, wapń i magnez. Alga ta jest doskonałym składnikiem odżywczym suplementu diety, również ze względu na zawartość witaminy A, B, C, D, E i K. Składniki algi morskiej pozwalają zwalczać deficyt jodu i idące z nim problemy z tarczycą. Mogą hamować rozwój komórek rakowych. Skutecznie pozwalają utrzymać właściwą wagę ciała. Obniżają ryzyko chorób serca. Korzystnie wpływają na poziom cholesterolu, LDL i triglycerydów. Obniżają ryzyko wystąpienia włókniaków i zmian nowotworowych. Zapobiega chorobom dziąseł i poprawia higienę jamy ustnej (ślinianki zatrzymują jod).

Ostropest plamisty - używany jako ziołowe lekarstwo zwłaszcza przy zaburzeniach czynności wątroby, nerek i woreczka żółciowego. Liczne badania naukowe wskazują, że substancje zawarte w ostropeście (o nazwie sylimaryna) mają właściwości przeciw-utleniające i przeciw-zapalne, co może pomóc wątrobie zregenerować się przez produkcję nowych komórek w miejsce uszkodzonych. Ostropest znacząco zwiększa np. produkcję glutationu (ważny przeciwutleniacz) - substancji, która ma kluczowe znaczenie dla dobrego funkcjonowania naszego organizmu. Tradycyjnie ostropest jest stosowany w leczeniu marskości wątroby, zapalenia wątroby i niewydolności wątroby, otłuszczenia wątroby i dolegliwości pęcherzyka żółciowego. Stwierdzono również, że ostropest przyczynia się do zmniejszenia skutków ubocznych chemioterapii.

Kurkuma - używana do leczenia różnych stanów zapalnych. Główny składnik kurkumy, kurkumina, obok właściwości przeciw-zapalnych, znana jest również jako przeciwutleniacz o właściwościach przeciw-nowotworowych (dzięki neutralizowaniu wolnych rodników), a ostatnio jako możliwy środek zapobiegający chorobom Alzheimera i Parkinsona. Kurkuma stosowana jest również w przypadku zaburzeń jelitowych, chorób wątroby i dróg żółciowych, różnych chorób zakaźnych i zapalnych, w tym chorób reumatycznych. **Lukoma** stosuje najlepsze kłącza kurkumy z Indii. Warto zanotować, że obecność piperyny w produktach **Lukom**y jest dodatkowym atutem, ponieważ stwierdzono, że substancja ta znacznie zwiększa wchłanianie kurkuminy przez organizm.

Kozieradka - roślina ta była przedmiotem licznych badań dotyczących leczenia cukrzycy, jako że jej składniki przyczyniają się do uregulowania poziomu cukru we krwi poprzez wpływ na produkcję insuliny. Kozieradka zawiera również cholinę , która sprzyja utrzymaniu koncentracji umysłowej. Wpływ na regulowanie poziomu hormonów może znacznie ograniczyć uciążliwe dla kobiet objawy związane z PMS i menopauzą. Badania kozieradki wyraźnie wskazują, że roślina może mieć także inne zastosowania medyczne, takie jak np.: ograniczenie koncentracji szczawianów wapnia w nerkach (szczawiany są bezpośrednią przyczyną powstawania kamieni nerkowych). Kozieradka zmniejsza również ryzyko raka jelita grubego poprzez blokowanie działania określonych enzymów. Bogata w antyoksydanty, zapobiega wielu chorobom i może spowolnić proces starzenia. Wykorzystywana jest przeciwko zapaleniu żołądka i jelit i wrzodom żołądka. Pozwala złagodzić niedobór estrogenów i niewydolności nadnerczy, może również przyczynić się do zwiększenia libido.

O naszym zdrowiu. Na długo wcześniej przed pojawieniem się symptomów konkretnej choroby, w naszym organizmie zaburzone zostają pewne mechanizmy, co w efekcie prowadzi do wywołania tejże choroby. Zaburzenia te mają podłoże biochemiczne i są one bardzo często związane z nieprawidłowym wchłanianiem substancji ważnych dla poprawnego funkcjonowania ciała.

W jelicie znajduje się część systemu obrony organizmu przed zakażeniami. Są to dwie warstwy śluzu o złożonej budowie, nieprzepuszczalne dla bakterii i utrudniające ich metabolizm. Zaburzenia w wytwarzaniu tego śluzu mogą oznaczać poważne choroby - od zapaleń do nowotworów. Zadaniem układu pokarmowego jest przyjmowanie i trawienie pokarmów oraz przyswajanie składników pokarmowych. Dla przykładu, w przypadku nieprawidłowej kwasowości żołądka, pokarm nie jest prawidłowo trawiony, a przez to nie jest on przygotowany do wchłaniania niezbędnych witamin, minerałów, itp. Tak się dzieje w przypadku witaminy B12 (Methylcobalaminy) , która odgrywa ważną rolę w syntezie podstawowych składników materiału genetycznego DNA.

Jak wiadomo, niedobór witamin i minerałów prowadzi do wielu dolegliwości i poważnych chorób. W urozmaiconej diecie, powinniśmy mieć wszystko czego nasz organizm potrzebuje. Zadbajmy zatem również o to, żeby nasz układ trawienny funkcjonował prawidłowo. W tym celu przygotowana została przez firmę **Lukoma suplement ULTRA PREVENTION**.

www.lukoma.com

Zamówienia na suplement diety ULTRA PREVENTION: info@lukoma.com

REKLAMA NA STRONIE 51.

marche
EUROMIX
delicatessen

Godz. otwarcia
pon. - wt. - środa: 10:00 - 20:00;
czw. - piątek: 9:00 - 21:00;
sob: 9:00 - 20:00; niedziela: 10 - 19.

Tel: (514) 620-6000
Fax: (514) 620-9888

- *Chleb razowy, szynka, kiełbasa*
- *Wyroby garmażeryjne*
- *Gołąbki własnego wyrobu*
- *Artykuły importowane z Polski.*

15718 boul. Pierrefonds (rog Paiement) Pierrefonds, H9H 3P6

POLSKA CUKIERNIA
ROSEMONT

WYPIEKI WŁASNEJ PRODUKCJI
Pączki - Serniki – Jabłeczniki - Makowce
- Chleb - bogaty wybór
- Artykuły importowane z Polski

Zapraszamy od wtorku do soboty.

514 - 728 - 7711

2894 Boulevard Rosemont,
Montréal, QC H1Y 1L7

Jacek Suchecki, MBA
Courtier immobilier
Tel.: 514 895-5225
courriel: jacek.immotag @gmail.com

Sprzedaż – Kupno – Wynajem
Wiele lat doświadczenia zawodowego
w nieruchomościach · Bezpłatna wycena rynkowa
Profesjonalne porady dla sprzedających i kupujących
Dostęp do najlepszych okazji rynkowych (Bank Repo
Przy sprzedaży : prowizja bardzo konkurencyjna

CHARCUTERIE
Felix Mish Inc.
NAJLEPSZE KIEŁBASY W MONTREALU
POLSKIE WYROBY MASARSKIE OD 1961r.
Ron Mish
(514) 766-2094
JOLICOEUR
1903, Jolicoeur e-mail: r.mish1905@gmail.com

IRENA KRENZ

ROZLICZENIA
PODATKOWE oraz
USŁUGI KSIĘGOWE
dla przedsiębiorstw i osób
prywatnych
Fachowa obsługa
Konkurencyjne ceny
(514) 279-5421

CHARCUTERIE RICHARD
1517 Ave. Dollard, LASALLE. Tel. 514 - 315-7037
32 Rue Beauchemin, MERCIER. Tel. 450 - 691-1244
Wyroby własnej produkcji. Szeroki asortyment
artykułów importowanych z Europy.

HISTORIA

Nareszcie u siebie, czyli nieznane losy ulubieńca generała Sikorskiego.

Bywa, że o losach ludzkich decyduje ślepy przypadek albo fatum, to, co wiele osób nazwie też wolą bożą. Gdyby premier rządu Rzeczypospolitej i Naczelny Wódz gen. Władysław Sikorski nie polubił swego młodego adiutanta porucznika marynarki Józefa Ponikiewskiego, nie zabrałby go ze sobą na inspekcję polskich jednostek wojskowych na Bliskim Wschodzie i w Libii. W drodze powrotnej do Anglii nie wsiedliby oni do tego samego, pechowego „Liberatora" na lotnisku w Gibraltarze 4 lipca 1943 r. Gdyby, z kolei, Instytut Pamięci Narodowej nie podjął dalszych prób wyjaśnienia przyczyn owej katastrofy najpewniej nie doszłoby do ekshumacji zwłok trzech oficerów towarzyszących generałowi Sikorskiemu oraz sprowadzenia ich do kraju. Dwójka z nich, gen. Tadeusz Klimecki, szef sztabu Naczelnego Wodza Polskich Sił Zbrojnych i płk. Andrzej Marecki, spoczęli na wojskowych Powązkach w Warszawie. Na trzeciego z nich czekał rodzinny grób Ponikiewskich w Oporowie na Ziemi Leszczyńskiej.

Według relacji „Głosu Wielkopolskiego" i „Panoramy Leszczyńskiej" 7 grudnia 2010 r. kościół parafialny w Oporowie oraz przyległy do niego zabytkowy cmentarz były miejscem podniosłej uroczystości ponownego pogrzebu doczesnych szczątków kpt. Józefa Ponikiewskiego, a także jego matki Elżbiety z Kęszyckich. Mszę św. odprawił biskup poznański Zdzisław Fortuniak. Pogrzeb miał asystę wojskową w postaci żołnierzy z 69 Leszczyńskiego Pułku Przeciwlotniczego, jak również marynarzy z Gdyni, a w tym dowódcy aktualnego ORP „Grom". To właśnie na innym okręcie o tej samej nazwie Józef Ponikiewski wypłynął 30 sierpnia 1939 r. z Gdyni. Nikt z rodziny lub przyjaciół nie mógł się wówczas spodziewać, jak rozwinie się jego kariera i że to on właśnie zostanie morskim adiutantem generała Sikorskiego. Stefan Ponikiewski, aktualny dziedzic majątku w Oporowie, nie krył wzruszenia w krótkim wywiadzie mówiąc reporterowi lokalnej prasy: „To dla nas bardzo ważne, że po tylu latach prochy naszego krewnego wróciły do Polski i spoczęły niedaleko Brylewa, w którym przyszedł na świat." Dla uzupełnienia należy dodać, że w poprzedzających tygodniach, już po ekshumacji szczątków polskich oficerów na angielskim cmentarzu wojennym w Newark, Polonia londyńska miała okazję pożegnać się z nimi w kościele św. Andrzeja Boboli. Trzecim i przedostatnim przystankiem na ich pośmiertnym szlaku był Zakład Medycyny Wojskowej w Krakowie, gdzie została przeprowadzona sekcja zwłok i tomografia komputerowa. Według opinii szefa katowickiego oddziału IPN dr Andrzeja Drogonia na ostateczne wyniki badań należało jeszcze jakiś czas poczekać. Jeśli chodzi o najważniejszą ofiarę katastrofy gibraltarskiej gen. Władysława Sikorskiego, Instytut Pamięci Narodowej ustalił w wyniku takich samych badań, iż naczelny wódz i premier rządu zginął w wyniku doznanych obrażeń typowych dla ofiar katastrof lotniczych. Tym niemniej dla części historyków za wcześnie jest by uznać sprawę za ostatecznie zamkniętą. W tym miejscu urywa się wątek publiczny mianowanego pośmiertnie kapitanem - Józefa Ponikiewskiego, służącego wiernie Ojczyźnie i wplątanego dziwnym zbiegiem okoliczności w tragedię gibraltarską. Jednakowoż, dokładnie w tym samym punkcie zaczyna się wątek historii rodzinnej, w zasadzie podobnej do losów innych Polaków z tej sfery, lecz mającej przecież swoje zaskakujące meandry. Naturalnym miejscem do ponownego prześledzenia życiorysów kilku tak znaczących postaci rodu Ponikiewskich jest wieś Brylewo, w której to, w rodzinnym dworze przyszedł na świat w listopadzie roku 1916 Józio, syn Elżbiety i Hipolita Ponikiewskiego herbu Trzaska. Bez żadnej przesady, wszyscy oni mieli prawo czuć się u siebie. Już bowiem z górą czterdzieści lat wcześniej ich protoplasta radca Ziemstwa Kredytowego Stanisław Ponikiewski został właścicielem Brylewa, a po jakimś czasie także Drobnina. Szczęśliwie biegły dziecięce lata jego wnuka w dworku, w wysadzonym dębami i lipami parku brylewskim posiadającym trzy stawy - w tym dwa z wysepkami w środku. Mijały lata. Kilkunastoletni wysoki i przystojny gimnazjalista

Józik (jak na niego mówiono w rodzinie) imponował nie tylko swoim dwóm młodszym braciom, lecz także okolicznej młodzieży. Jego matka Elżbieta dbając o swoich synów dokładała też wszelkich starań, aby chłopców wychować w duchu patriotycznym. Uszyła im nawet mundurki na wzór mundurów 15 Poznańskiego Pułku Ułanów, choć w zasadzie w przeciwieństwie do wielu innych kobiet z Wielkopolski, polskość była jej swobodnym wyborem.

Jest wiele dowodów na to, że młoda Ela córka ojca Polaka, Józefa Kęszyckiego i matki, etnicznej Niemki - Heleny Petzold od samego początku wiedziała dobrze kim jest. Jej matka była Polką z wyboru i kwestie narodowościowe nie przyciągały jej uwagi. Choć w czasie I Wojny Światowej Elżbieta pojechała na ochotnika do Berlina na kurs pielęgniarek wojskowych, to jednak (również z własnej woli) w czasie Powstania Wielkopolskiego przyłączyła się do niego bez wahania, organizując szpitale w powiecie leszczyńskim. To od tamtych czasów w latach 1918-19 ciągnęło się za nią wdzięczne ludzkie wspomnienie i przydomek „Matka". Ruchliwość, ciekawość świata, odwaga – te wszystkie cechy, choć nie przeszkadzały pani Elżbiecie w wychowaniu chłopców to jednak kłóciły się z typowym, nieco przesłodzonym, wizerunkiem ziemiańskiej pani domu (choćby takiej, jak z serialu „Noce i dnie"). W roku 1922 nastąpi kryzys małżeństwa zakończony rozwodem. Jeszcze w tym samym roku Elżbieta poślubia poznańskiego ortopedę Henryka Cetkowskiego. Po jakimś czasie oboje przenoszą się z Poznania do Gdyni, gdzie prowadzą prywatną klinikę. We wrześniu 1939 roku podczas oblężenia Helu pani Elżbieta jest przełożoną pielęgniarek w tamtejszym szpitalu. Krótko po kapitulacji jest aresztowana przez Niemców i wysłana do obozu w Stutthofie, a potem do Ravensbrueck. Chodziły słuchy, że wówczas raz jeden interweniowała na jej korzyść rodzina ze strony matki-Niemki. Tak przynajmniej twierdzi jeden z historyków. Dość, że Elżbieta Cetkowska przeżyła wojnę, niestety po to, aby dowiedzieć się, że straciła nie tylko Józefa w Gibraltarze, lecz także drugiego syna Stanisława, tym razem w obozie koncentracyjnym. Do roku 1963 pani Ela mieszka w Gdyni, a potem wyjeżdża do Londynu, do najmłodszego syna Andrzeja. W Londynie pracuje w domu starców i działa społecznie aż do końca życia tj. do 1977 r. Najstarszy, ukochany syn pani Elżbiety Józef Ponikiewski jeszcze przed zdaniem matury w gimnazjum w Gostyniu marzył o służbie na morzu. Tym niemniej w roku 1934 rozpoczyna studia w Wyższej Szkole Handlowej w Poznaniu, a po roku wraca do swych poprzednich planów i wstępuje do Szkoły Podchorążych Marynarki Wojennej w Toruniu. W pamięci na pewno mu utkwił pierwszy rejs szkoleniowy na Baleary na Morzu Śródziemnym oraz na Azory. Po zdaniu z trzecią lokatą egzaminu do Wyższej Szkoły Marynarki Wojennej w Gdyni resztę czasu do wybuchu wojny spędził w tym mieście gdzie miał możność częstszego spotykania się z matką. Co pewien czas wpada tym niemniej do Brylewa odwiedzić rodzinne strony. W pamięci całej okolicy pozostanie jego przyjazd na Ziemię Wielkopolską na ślub kuzynki, tym razem już w mundurze świeżo upieczonego podporucznika marynarki, za kierownicą podarowanego przez matkę samochodu. To beztroskie wesele wspominali długo wszyscy w okolicy. Był już rok 1938. W maju roku następnego ppor. Józef Ponikiewski dostaje przydział na ORP „Grom". Na morzu spędza jeszcze najbliższe dwa lata. Następne etapy życia to prowadzenie szkoleń dla marynarzy we Francji, a potem przydział na ORP „Gdynia" i ORP „Chart", gdzie zostaje ranny podczas walki. Awansowany do stopnia porucznika i niezdolny z przyczyn zdrowotnych do służby pokładowej okazuje się wkrótce przydatny sztabowo i znajduje się niebawem w ścisłym kręgu zaufanych gen. Sikorskiego. Zarówno cechy osobiste jak też wykształcenie predestynowały go do tego świetnie – choćby biegłość w trzech językach: niemieckim, francuskim i angielskim. To chyba połączenie obu zalet młodego wilka morskiego zaważyły na decyzji Naczelnego Wodza by, zamiast porucznika pilota Czesława Główczyńskiego to właśnie on, ulubieniec wszystkich, por. Józef Ponikiewski wyruszył u boku dowódcy w ważną podróż do Gibraltaru.

Dziwnym zrządzeniem Opatrzności, choć za życia nie zawsze Józef i jego matka byli od siebie na wyciągnięcie ręki, to jednak śmierć ich zjednoczyła. Najpierw na angielskim cmentarzu Newark, a od niedawna, na ziemi ojców na wiejskim cmentarzyku w wielkopolskim Oporowie, na Ziemi Leszczyńskiej.

Michał Stefański

Michał Stefański – dziennikarz radiowy i prasowy, felietonista, amerykanista.

Katastrofa klimatyczna

Metronome, słynny cyfrowy zegar umieszczony w samym sercu Manhattanu, informował dotychczas, jaką mamy godzinę. Teraz stał się jednak przypomnieniem i ostrzeżeniem przed nadciągającą katastrofą klimatyczną. Zatrzyma się w momencie, gdy temperatura na Ziemi podniesie się o 1,5 stopnia.

To już nie jest science fiction, to rzeczywistość. Naukowcy stwierdzili, że wyniszczająca fala upałów, która nawiedziła część Kanady, Stanów Zjednoczonych i Europy Zachodniej w czerwcu i lipcu tego roku, byłaby niezwykle mało prawdopodobna, gdyby nie globalne ocieplenie. Prasa pisała o nieeuropejskiej katastrofie. Oto fragmenty doniesień prasowych z lipca 2021 roku:

Dziennik Rzeczpospolita:

„W kanadyjskiej prowincji Kolumbia Brytyjska odnotowano ponad 500 ofiar śmiertelnych i 180 pożarów traw i lasów. Najwyższa temperatura jakiej w tym okresie doświadczali mieszkańcy tego regionu, wynosząca 49,6°C, została odnotowana 29 czerwca w miejscowości Lytton i była najwyższa jaką kiedykolwiek odnotowano w Kanadzie".

Gazeta Wyborcza

„W dolinie Renu, na terenie trzech państw, liczba ofiar kataklizmu sięga 200. Większość z nich w Niemczech, gdzie nadal prawie 1 tys. osób jest uznanych za zaginione. Powodzie zalały również miasta w Belgii (gdzie zginęło co najmniej 27 osób) i Holandii, gdzie zalane zostały częściowo tylko południowe obszary kraju. To największy kataklizm od 300 lat. Wszędzie uszkodzone są drogi oraz sieć łączności, przede wszystkim komórkowej. Liczba śmiertelnych ofiar rośnie wraz z usuwaniem mułu i błota z kolejnych zalanych domów – ich mieszkańcy zaskoczeni we śnie przez potężne fale powodziowe nie mieli żadnej szansy na ucieczkę. Ratownicy odnajdują coraz mniej żywych".

Dziennik Rzeczpospolita

„Zaledwie miesiąc po zakończeniu stanu wyjątkowego związanego z COVID-19, rząd Kolumbii Brytyjskiej ogłosił ponownie stan wyjątkowy, obecnie w związku z pożarami lasów. Według statystyk prowadzonych przez rządową agencję BC Wildfire Services, od początku roku w Kolumbii Brytyjskiej odnotowano 1174 pożary. 58 procent z nich spowodowanych jest uderzeniem pioruna, ale 42 proc. wywołują ludzie. Obecnie trwających pożarów jest około 300, nakazano ewakuację ponad 4,3 tysiąca budynków, mieszkańcy około 18 tys. budynków otrzymali ostrzeżenia w związku z ryzykiem ewakuacji".

„Gazeta"

„Mieszkańcy Kanady coraz mocniej odczuwają skutki zmiany klimatu. Jak wynika z najnowszego raportu, temperatura rośnie w tym kraju średnio dwa razy szybciej w porównaniu do średniej globalnej. W dokumencie wskazują na przykład, że o ile według danych amerykańskich (National Oceanic and Atmospheric Administration) od 1948 roku średnie wartości temperatury na lądzie wzrosły na świecie o 0,8 stopnia Celsjusza, o tyle w przypadku Kanady wzrost temperatury wyniósł średnio 1,7 st. C, przy czym na północy, w regionie Prerii Kanadyjskich i w północnej Kolumbii Brytyjskiej było to aż 2,3 st. C."

W sobotę 19 września o godzinie 3:20 czasu nowojorskiego na zegarze pojawiła się informacja „The Earth has a deadline". Następnie zobaczyć można było ciąg cyfr: 7:103:15:40:07. Metronome pokazał lata, dni, godziny, minuty i sekundy, które pozostały nam do krytycznego punktu. Godzina 00:00 wybije w momencie, gdy temperatura na Ziemi podniesie się o 1,5 stopnia. Według szacunków naukowców zostało nam około siedmiu lat.

Opracowanie: Bożena Szara

KOLEKCJONER KUPI OBRAZY
UZNANYCH POLSKICH MALARZY
ZAPŁACI WYSOKIE CENY, MOŻLIWOŚĆ WYCENY
DEGA2003@AOL.COM, (450) 602-1082

Le goût de la Russie
Vova
Boulangerie & Pâtisserie
DEPUIS 2004

- Jedyna rosyjska piekarnia w Montrealu
- Duży wybór produktów z Rosji i Europy
- Kawa i herbata na miejscu
- Torty robione na miejscu
- Chleb ślubny
- Frozen puff dough mrożone ciasto na napoleonki
- Tradycyjny rosyjski (żytni) chleb prosto z pieca
- Herbata rosyjska KUSMI
- Kiełbasa, wędzone ryby,
- Produkty mleczne, 10 rodzajów serów
- 50 różnych smaków pierogów, pyzy, kopytka
- Słodycze: ciastka, czekolada, pierniki, miód, konfitury, cukierki

VOVA
514.278.3411
3055 Boul. Lasalle
Verdun, H4G 1J7

Przygotowanie i organizacja przyjęć na każdą okazję

20 lat w biznesie
BOGUMIŁ
514 992-0770

Katarzyna (Katerine) Raszplewicz
notaire – notary - notariusz
3608 Boulevard Saint-Charles, suite 12
Kirkland, Québec, H9H 3C3

Phone : 514-505-3501, Fax : 514-505-4950
Email: k.raszplewicz@notarius.net

Centrum Michała Stefańskiego

- Imigracja kan., wizy USA, emerytury - ew. kontakt z firmą adwokacką
- tłumaczenia w domach opieki, sądach
- oficjalne tłumaczenia dokumentów
- pisarstwo kreatywne (ang. i polski)

dom/biuro: (514) 739 – 9809
cell.: (514) 791 – 5243

IDENTYFIKACJA I WYCENA ANTYKÓW
ANDRZEJ LESZCZEWICZ
ADMIN@OLDMAPSGALLERY.COM
(514) 963-1080

WOKÓŁ ŻYCIA

Uleczyć nieuleczalne

Taki tytuł nosiła książka słynnego Michała Tombaka i już wiele lat temu przewróciła paradygmat zdrowia do góry nogami. Należy całkowicie zmienić podejście do chorób chronicznych aby zrozumieć, że nieuleczalne tak naprawdę często da się wyleczyć.

W rzeczywistości niewiele wiemy o tym jak funkcjonuje nasz organizm. Jest w nim Ogromna Inteligencja. Inteligencję naszego organizmu można porównać do Wielkiej Inteligencji Wszechświata. Tyle procesów zachodzi w naszym ciele, jest tak ogromna ilość najróżniejszych współczynników, że nadal nie zgłębiliśmy jak to wszystko naprawdę funkcjonuje. Pomimo zaawansowanej technologii i współczesnej nauki szacujemy, że nie wiemy o nim więcej niż 10%.

Zostaje nam więc przede wszystkim obserwować to, co działa, stawiać na rezultaty i zdać się na Tę Inteligencję, która jest w nas. Nauczyć się żyć w zgodzie z Nią i w zgodzie z prawami natury, bo okazuje się, że to daje oczekiwane rezultaty.

Organizm w swojej ogromnej inteligencji zawsze dąży do utrzymania Życia, witalności, energii i zdrowia oraz do przetrwania i do spełniania swoich funkcji w jak najwyższym możliwym potencjale.

Nasze ciało ma w sobie wpisany naturalny mechanizm, którym jest proces regeneracji, samo uleczenia. To naturalne biologiczne prawo ma za zadanie utrzymanie życia.

Podstawową rolę odgrywa tutaj prawo homeostazy: każde żywe ciało dąży do zaadoptowania się w równowadze w swoim środowisku.

Stan chorobowy manifestuje się przez symptomy, które są sygnałem, że ciało próbuje się zaadoptować dążąc do zdrowia, ale nie daje już rady utrzymać równowagi w danym środowisku.

Zdrowie zatem zależy od naszego środowiska. Czym jest więc to środowisko, tzw. teren. Składa się na nie dosłownie: jak się odżywiamy, jak się nawadniamy, jak się ruszamy, jak odpoczywamy, jak oddychamy, a nawet to, jak myślimy i co odczuwamy.

Kiedy mamy więc do czynienia z chorobą chroniczną powinniśmy zająć się całym otoczeniem tak, by dokonując w jego dziedzinach prozdrowotnych wyborów stworzyć organizmowi dogodne warunki do jego regeneracji.

Przestać przeszkadzać, zacząć wspomagać a ciało zrobi to, do czego jest stworzone - doprowadzi do samo naprawy.

Podstawowym pierwszym warunkiem w procesie odzyskiwania homeostazy jest odżywianie.

W poprzednim numerze Panoramy została opisana linia pożywienia, które wspomaga i leczy. Tym razem skupimy się na sile odpoczynku właśnie od jedzenia.

W dzisiejszych czasach żyjemy prze-stymulowani, cały czas się pobudzamy i cały czas jemy. Organizm jest wyczerpany ciągłym trawieniem. Post jest właśnie takim stworzeniem umyślnej, dłuższej przerwy w jedzeniu i jest on, uwaga **najsilniejszą i najskuteczniejszą, naturalną metodą terapeutyczną**.

Post to powstrzymanie się od jedzenia. Kiedy organizm nie traci większości swojej energii na ciągłe trawienie może, dopiero wtedy, zużywać ją na oczyszczanie i naprawianie.

Głównie chodzi o to, by przestać spożywać pokarmy solidne, stałe, a jedynie się nawadniać płynami, które nie

zużywają dużo energii na trawienie i przyswojenie. Najbardziej wskazana jest tu woda, ale czasem mogą być domowe zielone soki, szejki lub napary ziołowe.

Przede wszystkim niewłaściwe jest myśleć, że człowiek musi jeść 3 konkretne posiłki dziennie. To przekonanie bierze się z życia w obecnym komforcie i to ten komfort doprowadza nas do wielu chorób cywilizacyjnych, bo jest on degeneracyjny. Tak naprawdę ilość pożywienia powinna być cykliczna, tak jak pokazuje nam to przyroda, są okresy obfitości i okresy zastoju. Człowiek był przyzwyczajony miewać okresy jedzenia obficie i okresy jedzenia mniej a nawet głodowania. Taka stymulacja jest bardzo prozdrowotna, bo obfitość dokarmi, pozwoli zrobić rezerwy odżywczych substancji w ich najlepszym momencie, a brak jedzenia rozpocznie proces oczyszczania i naprawiania w okresie zastoju.

Warto jest wyjść z tego chorobotwórczego komfortu i zacząć wprowadzać umyślne przerwy w jedzeniu, stopniowo je wydłużając. Najpierw zrezygnować ze śniadania albo zjeść je później, po czym pomału trenować swoją wytrzymałość na przerwy w jedzeniu by móc zastosować konkretne posty.

Z biologicznego punktu widzenia prawdziwy post jest wtedy, kiedy ciało zużyło cały cukier, glukozę i zaczyna zużywać tłuszcz. Zawsze, kiedy jemy, funkcjonujemy na rezerwie cukru, dopiero jak przynajmniej przez 12 godzin nie przyjmujemy żadnych pokarmów zaczynamy zużywać glukozę (konieczne wyjaśnienie – oba to cukry). Następnie ciało przechodzi na czerpanie rezerwy glikogenu z zapasów wątroby - ten proces trwa 24-48 godzin. Dopiero po tym czasie, po 2-3 dniach dochodzi do prawdziwego postu, kiedy to organizm zużył zapasy cukru i glikogenu i przechodzi na rezerwę tłuszczu, czyli tzw. ketozę. Wtedy właśnie dochodzi do bardzo skutecznego oczyszczania i regeneracji.

Jest kilka ważnych procesów, które zachodzą podczas postu:

- Ketoza, - w nim ciało masowo się oczyszcza przez spalanie tłuszczów i toksyn.

- Prawo Hormeza - ciało poddane lekkiemu stresowi, stymulacji przez post, reaguje zwiększeniem swojego limitu adaptacyjnego, co w rezultacie zawsze doprowadzi do polepszenia jego stanu.

- Autofagia - niesamowity fenomen inteligencji naszego ciała, który gdy nie dostaje substancji z zewnątrz zaczyna zjadać swoje własne tkanki i w swej wielkiej inteligencji zjada te, które są chore, zdegenerowane, reutylizuje białka, wchłania zniszczone mitochondrie, bakterie, wirusy, guzy oraz oczyszcza komórki. W 2016 prof. Yoshinori Ohumi otrzymał Nagrodę Nobla za badania nad autofagią, czyli samo-zjadaniem, które również chroni DNA, przed rakiem, chorobami neurologicznymi i degradacyjnymi. Najsilniejszym promotorem autofagii jest post.

- Współczynnik neurotroficzny w mózgu – białko BDNF, prowokuje on rozrost neuronów. Podczas postu ta funkcja bardzo się powiększa, przez co polepszają się też funkcje układu naczyniowo - sercowego i nerwowego. Poprawia się również praca mózgu. Działa na wszystkie choroby związane z mózgiem i psychiczne.

Są różne formy postów, wyróżniamy dwa główne: krótki, czyli okresowy i długi.

Krótki okresowy, to pominięcie śniadania, z czasem wprowadzenia większej ilości godzin bez jedzenia lub przyjmowanie pokarmów tylko w okresie np. 3-4 godzin dziennie, na przykład od godz. 16:00 do 20:00.

Inny rodzaj postu krótkiego to post przerywany: nie je się co drugi dzień, czy raz w tygodniu lub dwa dni w tygodniu.

Te posty krótkie poprawiają wszystkie parametry organizmu i jego funkcjonowanie, oczyszczają też komórki z nadmiaru glukozy. Choć nie zawsze dochodzi do ketozy i do autofagii, to regularny post krótki jest nawet

właściwszy niż tylko stosowanie raz czy dwa razy w roku długiego postu terapeutycznego. Jest polecany osobom z otyłością, bo swoją wysoką skutecznością w tym wypadku przewyższa wszelkie diety restrykcyjne.

Krótki odpoczynek od jedzenia jest bardzo wskazany szczególnie dla osób, które mają jakiekolwiek problemy trawienne, kilkunasto-godzinna przerwa będzie wielką pomocą w wypadku wszelkich stanów zapalnych w układzie trawie trawiennym. A gdy praca tego układu się poprawia to i odporność jest lepsza.

Długoterminowy post może trwać wiele dni i jest używany w celu terapeutycznym. Długi post stosuje się już po zahartowaniu w krótkich postach jako dodatek terapeutyczny albo z powodu ciężkiej choroby, kiedy następuje potrzeba doprowadzania do szybkiej naprawy przez proces ketozy i autofagii. Można ustrzec się przed poważnymi schorzeniami wprowadzając regularnie posty okresowe czy przerywane.

Jest jeszcze tak zwany Post suchy. Trudny, bo bez jedzenia i nawadniania, ale za to bardzo skuteczny.

Wszystkie efekty są przyspieszone w poście suchym - o wiele szybciej dochodzi do takich procesów jak ketoza i autofagia. Stosuje się go na ogół 1-2 dni a efekt jest porównywalny do 5-7 dni postu na wodzie.

Post to największa zdolność autoregeneracji organizmu. Życie w ciągłym komforcie nie jest właściwe, jest degenerujące. Powinniśmy wprowadzić post do higieny naszego życia dla regeneracji. Post wydłuża życie.

Bardzo ważny jest również duchowy aspekt postu. Poszczenie jest praktykowane we wszystkich religiach. W każdej powtarza się długość 40 dni i zawsze jest związany z cyklami przyrody lub gwiazd.

Post jest, więc również ćwiczeniem duchowym, w którym szukamy kontaktu z wymiarem boskim.

W czasie poszczenia dochodzi do oczyszczenia ciała i umysłu, jaśniejsze staje się pojęcie, odczucie Istoty Boga i Siebie.

Okazuje się, że stosowanie postu dla poprawy zdrowia, zwiększenia jasności umysłu, doznania duchowego, czy poszerzenia percepcji odbieranej rzeczywistości jest bardzo starą praktyką.

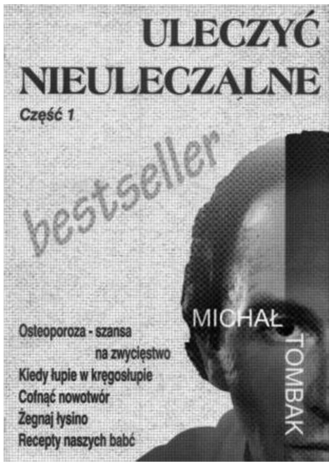
Pitagoras zanim został przyjęty do szkoły aleksandryjskiej odbył 40 dniowy post i sam był zaskoczony siłą fizyczną, bystrością i jasnością umysłu podczas tego czasu. W swojej własnej szkole wymagał postu jako obowiązkowej metody w stylu życia uczniów by stworzyć pokolenie nowych myślicieli. Również Sokrates i Platon stosowali i zalecali regularne posty, na ogół po 10 dni.

Anastazy Wielki, Mistyk Chrześcijaństwa Antycznego z Aleksandrii, z 4 wieku, posiadający zrozumienie fizyczne ale i niematerialne z naszego świata, powiedział o poście : « Post leczy chorych, osusza wszystko co wycieka, odpycha demony, usuwa myśli toksyczne, daje jasność umysłu, oczyszcza i otwiera serce, uświęca ciało i wprowadza człowieka na tron Boga. Post jest wielką siłą i prowadzi do wielkich sukcesów.»

Regularna praktyka postu jest zatem wskazana zarówno dla ciała, umysłu jak i Ducha.

Agnieszka Stalkoper

Agnieszka Stalkoper – profesjonalna fotograf. Między sesjami mody, reportażami i zawodowymi podróżami, rozwija swoją drugą pasję – medycynę alternatywną (nutriterapię, naturopatię, aromaterapię, zielarstwo, sofro-logię). Nauczycielka jogi, promotorka zdrowegostylu życia.

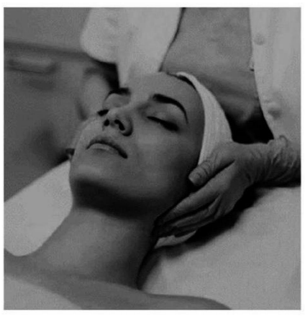


„Uleczyć nieuleczalne" - Michał Tombak

(Przedsiębiorstwo Księgarskie WOLUMEN – Łódź).

KASIA
ESTHÉTIQUE MÉDICALE

MEDYCZNE I ODMŁADZAJĄCE ZABIEGI TWARZY I CIAŁA
FOTOODMŁADZANIE, FOTODEPILACJA, TERAPIA MIKROIGŁOWA,
MIKRODERMABRAZJA, PEELINGI KWASAMI OWOCOWYMI (AHA) I CHEMICZNYMI
MEDYCZNE I EKOLOGICZNE PRODUKTY DO PIELĘGNACJI SKÓRY



175 AVE. STILLVIEW SUITE 146, POINTE-CLAIRE, QC.

Poniedziałek: 12:00 - 16:00, Wtorek, Środa, Czwartek 10:00 - 19:00, Piątek 10:00 - 16:00: Sobota: 10:00 - 15:00

514-694-5556 INFO@KASIAMEDISPA.COM

LIFESTYLE

NIE POMIJAJ. Podaj rękę, nie podstawiaj nogi

Kiedy mnie zapytano, czego mi brakowało najbardziej w czasie lockdown w okresie pandemii, zdałam sobie sprawę, że człowiekowi do życia potrzebny jest drugi człowiek i bardzo brakowało mi kontaktu na żywo z rodziną, z przyjaciółmi, ze znajomymi – po prostu z ludźmi.

Jeśli mamy coś w zasięgu, traktujemy to jako normalność: spotkanie można przełożyć, umówioną rozmowę odwołać, czasami nie dostrzec sygnałów prośby o pomoc. Biegniemy, spieszymy się. Jest przecież jutro, potem, później…

I okazuje się, że to jutro wygląda już zupełnie inaczej i nie spotkamy się, nie porozmawiamy na żywo, nie dowiemy się o co właściwie ktoś chciał nas poprosić…

Dlatego dobrze zdać sobie sprawę, jak bardzo istotna jest uważność, umiejętność słuchania, czasami tylko bycie obok, by dać wsparcie obecnością a bywa, że konkretną pomocą.

Kobiety mają bardziej rozwiniętą potrzebę obecności w swoim życiu innych kobiet. Dowodem jest ilość grup tematycznych, które powstają i gromadzą kobiety o podobnych zainteresowaniach, wspólnych pasjach, uczeniu się nowych umiejętności czy po prostu spędzaniu razem czasu. Tak już mamy właściwie od zawsze, niezależnie od czasów, w których kobiety żyły.

Przynależność do grupy jest u kobiet mocno rozwinięta. Tak jak potrzeba niesienia pomocy, wsparcia, organizowania się w słusznej sprawie, a czasami tylko potrzeba dobrej rozmowy. Okazuje się, że brak uważnej rozmowy, wysłuchania to najczęściej wskazywany przez kobiety niedosyt w codziennych relacjach.

A bywa przecież, że jedna szczera, właściwa rozmowa może mieć wpływ na decyzje życiowe innej kobiety, daje inspirację do zmiany lub chociaż zmienia podejście do swoich problemów. Dlatego garniemy się do siebie, bo kto lepiej zrozumie kobietę niż druga kobieta? W poszukiwaniu wsparcia, empatii, wysłuchania, szukamy podobnych do siebie. Nie chcemy być pominięte, chcemy być zauważone i zrozumiane.

Dlatego każdy gest wyciągniętej ręki, a w razie potrzeby zadanie właściwego pytania: „czy potrzebujesz pomocy”? „czy chcesz porozmawiać”? „czy możemy się spotkać”? jest ważne i daje poczucie, że nie jesteś sama i możesz na kogoś liczyć.

Dawanie pomocy jest często łatwiejsze niż proszenie o nią. Ja tak mam. Uczę się, żeby proporcje w dawaniu i przyjmowaniu wsparcia były równoważne. Moje myślenie do niedawna było takie oto: nie chcę innych obciążać swoimi problemami, muszę je sama rozwiązywać i w ogóle po co komuś zawracać głowę, każdy ma swoje sprawy i swoje życie.

Teraz już wiem, że to błędne rozumowanie. Warto rozmawiać o swoich problemach. Czasami okazuje się, że to, co dla nas jest dużym problemem, można szybko rozwiązać, bo ktoś dobrze doradzi, ponieważ sam już był w podobnej sytuacji lub może polecić specjalistę czy eksperta, który będzie pomocny.

Od człowieka do człowieka możemy trafić na właściwą osobę, która będzie miała wpływ na nasze decyzje czy zmianę w naszym życiu.

Dlatego warto rozmawiać, dać sobie szansę, prosić o pomoc, dawać pomoc innym i mieć życzliwość dla innych. Razem jesteśmy silniejsze i bardziej sprawcze!

Uwielbiam przebywać wśród kobiet, które są kreatywne, interesują się światem, ale są też życzliwe, empatyczne i zauważają innych. Potrafią wyciągnąć rękę, mają wyczucie sytuacji i „dmuchają w skrzydła" swoim koleżankom, które osiągają sukcesy - są wtedy wsparciem a nie krytykiem.

Ale niestety, nie zawsze i wszędzie istnieje taka kobieca życzliwość, czasami bywa odwrotnie. Zdarza się, że kobieta kobiecie zamiast podać rękę, potrafi podstawić nogę. Doświadczyłam tego w życiu i pewnie nie jestem wyjątkiem.

Miałam taką sytuację w mojej pracy zawodowej w jednej z korporacji, że podstępem chciano pozbawić mnie stanowiska dyrektora i odebrać oddział, który stworzyłam od podstaw. Dziewczyny (moje menedżerki), które pracowały ze mną, przystąpiły do „spisku" z głównym winowajcą zamieszania (byłym kolegą z poprzedniej firmy). Skutek był taki, że sama ustąpiłam ze stanowiska. Po kilku miesiącach poproszono mnie o powrót (gdy spisek się wydał), ale ja stanowczo odmówiłam. Po wielu latach spotykam moją byłą menedżerkę, podchodzę się przywitać i porozmawiać. Widzę jej zmieszanie i słyszę słowo „przepraszam". Dalej: „wiesz, Ela nie spodziewałam się, że będziesz chciała podać mi rękę, po tym co tobie zrobiłyśmy…" No cóż, każdy ma swoje sumienie i odpowiada przed sobą za swoje czyny, a ja mam satysfakcję, że refleksja u koleżanki jednak nastąpiła.

Spotykałam się też w mediach społecznościowych z wpisami kobiet, które czerpią satysfakcję z krytyki innych, oceniając ich wygląd, umniejszając ich sukcesy czy krytykując ich styl życia. Zupełnie nie rozumiem takiej postawy i przykro mi, że kobiety potrafią być tak nieżyczliwe wobec innych kobiet. Jedyne co mi przychodzi do głowy w takiej sytuacji, to cytat Coco Chanel: „Nie obchodzi mnie co o mnie myślisz, ja o tobie nie myślę wcale".

Chcę jednak, żeby dokładnie wybrzmiało, że naprawdę potrzebujemy siebie, bycia razem, dobrego słowa, dobrej myśli, podania dłoni drugiej kobiecie, docenieniu siebie.

Czasami powiedzenie komplementu znanej nam kobiecie, że jest wartościowa, ważna, potrzebna, kochana doda jej skrzydeł i ucieszy. Czasami obca dla nas kobieta, która czyta nasze wpisy a może nas słucha, zrozumie, że ma wybór, że nie można umniejszać sobie swoich zasług, ale trzeba też doceniać zasługi innych, że ma prawo walczyć o siebie, ma prawo prosić o pomoc, ma prawo być NIE POMINIĘTA.

Podawajmy dłoń, dmuchajmy w skrzydła innym kobietom, a świat to odwzajemni. To bardzo ważne teraz, kiedy są miejsca na świecie, gdzie kobiety potrzebują szczególnej pomocy.

Nie możemy pomóc każdemu, ale każdy może pomóc komuś.

Elżbieta Stan

Elżbieta Stan – filolog, bizneswoman.

Ogłoszenie

Stowarzyszenie Inżynierów Polskich – Oddział Montreal, zaprasza na prelekcję Stanisława Manikowskiego pt. SENS ŻYCIA WEDŁUG NAUK BIOLOGICZNYCH.

Stanisław MANIKOWSKI studiował biologię na Uniwersytecie Mikołaja Kopernika w Toruniu, zoologię na Uniwersytecie Jagiellońskim w Krakowie, ekonomię na Uniwersytecie w Londynie i prawo na uniwersytecie Organizacji Narodów Zjednoczonych w Genewie. Uzyskał dyplomy magistra zoologii, magistra ekonomii środowiska, magistra ekonomii rolnictwa, doktora etologii, doktora habilitowanego ekologii i dyplom specjalisty międzynarodowego prawa środowiskowego. Pracował na Uniwersytecie Jagiellońskim w Krakowie w Katedrze Zoopsychologii oraz w projektach i w dyrekcji Organizacji Narodów Zjednoczonych do spraw Wyżywienia i Rolnictwa (FAO) w Rzymie. Po imigracji do Kanady, trzydzieści lat temu, założył centrum konsultacyjne „Centre Agro-Eco" wyspecjalizowane w wykonywaniu i ewaluacji projektów finansowanych głównie przez rządy, agencje Organizacji Narodów Zjednoczonych i Bank Światowy.

Prelekcja będzie dostępna na ZOOM w dniu 22. września br. o godz. 19.00. Meeting ID: 820 3368 9687, https://us02web.zoom.us/j/ 82033689687. Można również podłączyć się telefonicznie na numer: 647-558-0588.

WYDARZYŁO SIĘ W MONTREALU

Wizyta kardynała zza żelaznej kurtyny

Odbyta przed 60 laty na przełomie sierpnia i września 1969 roku wizyta ówczesnego Metropolity Krakowskiego - kardynała Karola Wojtyły była niezwykle ważnym wydarzeniem w życiu Polonii kanadyjskiej. Była także ważnym wydarzeniem w życiu politycznym i religijnym naszej prowincji. Przez kanadyjską prasę została określona jako "pierwsza wizyta kardynała spoza żelaznej kurtyny".

Kardynał Wojtyła w Bibliotece Polskiej w Montrealu, 1969.

Okazją do wizyty wysokiego rangą hierarchy polskiego Kościoła miała stać się obchodzona we wrześniu 1969 roku rocznica 25-lecia istnienia i działalności Kongresu Polonii Kanadyjskiej. Władze Kongresu zaprosiły Prymasa Polski - kardynała Stefana Wyszyńskiego do odwiedzenia społeczności polonijnej w Kanadzie. Ksiądz Prymas z radością przyjął tę propozycję, ale w związku z napiętymi w owym czasie relacjami Kościół – państwo polskie, obawiał się, że rząd PRL może uniemożliwić mu powrót do ojczyzny. Zdecydował, że w podróży do Kanady zastąpi go Metropolita Krakowski - kardynał Karol Wojtyła (wówczas najmłodszy kardynał na świecie). Wizyta miała się rozpocząć w końcu sierpnia w Montrealu a w skład delegacji wejść mieli ponadto: biskup Szczepan Wesoły, biskup Władysław Rubin, ksiądz Franciszek Macharski i osobisty sekretarz Jego Eminencji - ksiądz Stanisław Dziwisz.

W Montrealu w celu godnego przyjęcia tak dostojnych gości, powołano specjalny komitet, na czele którego stanął ówczesny dyrektor Polskiego Instytutu Naukowego i Biblioteki Polskiej w Montrealu - profesor Tadeusz Romer.

Przed komitetem stało trudne zadanie zorganizowania programu, który by uwzględnił nie tylko spotkania w środowisku polonijnym, ale także spotkania z władzami politycznymi i kościelnymi naszej prowincji. Niezwykle delikatnym, ale ważnym zagadnieniem było w jaki sposób uniknąć spotkania przedstawicieli Polonii z przedstawicielami PRL. Obawiano się bowiem wykorzystania wizyty przedstawicieli polskiego Kościoła, do rozbicia jedności Polonii przez ambasadora z Ottawy i miejscowego konsula PRL.

Kardynał Wojtyła wraz z towarzyszącymi mu osobami przybył do Montrealu po południu 28 sierpnia. Został powitany w specjalnym salonie na lotnisku Dorval przez przedstawicieli arcybiskupa Montrealu, władz miasta oraz Kongresu Polonii Kanadyjskiej. Kwiaty dostojnemu Gościowi wręczyła 12-letnia Wanda Nowacka. Pod honorową eskortą policji montrealskiej Karol Wojtyła udał się do pałacu arcybiskupa Montrealu, gdzie zatrzymał się na czas wizyty. Następnie Jego Eminencja przybył do siedziby Polskiego Towarzystwa Wzajemnej Pomocy im. Mikołaja Kopernika. Tam odbyła się uroczysta kolacja na cześć dostojnych gości zorganizowana przez Kongres.

Następny dzień, czyli 29 sierpnia, rozpoczął się kurtuazyjną wizytą w merostwie i spotkaniem z Jean Drapeau. Uroczyste śniadanie na zaproszenie mera Montrealu miało miejsce na terenie wystawy światowej Expo 67. W programie pobytu gości z Polski był czas na wspólną fotografię u stóp pomnika Mikołaja Kopernika oraz konferencję prasową. Popołudnie wypełniła wizyta w kościele Matki Boskiej Częstochowskiej, gdzie oprócz duchowieństwa i parafian, Kardynał Wojtyła spotkał

się ze Stefanem Kątskim - malarzem, autorem wystroju wnętrza tego kościoła i kustoszem skarbów wawelskich przechowywanych w Kanadzie.

Ksiądz kardynał udał się także do stacji radiowej CFMB. Po powitaniu przez właściciela rozgłośni - Kazimierza Stańczykowskiego, dziennikarze polonijni nagrali audycję z udziałem dostojnego gościa.

Kolejny dzień Karol Wojtyła spędził w Quebec City. Spotkał się tam z kardynałem M. Roy - prymasem Kanady, a także z miejscową Polonią. Odwiedził również merostwo miasta, gdzie wpisał się do księgi pamiątkowej.

Wieczorem po powrocie do Montrealu, w domu Mieczysława Tarasa - prezesa Kongresu Polonii Kanadyjskiej doszło do spotkania księdza kardynała z przedstawicielami Polonii. Tematem spotkania była między innymi sytuacja wiernych i polskiego Kościoła Katolickiego w Kanadzie. Problemy religijne mniejszości polskiej w Kanadzie na życzenie Prezesa Zarządu Głównego KPK przedstawił Tadeusz Romer.

Kardynał Wojtyła z wizytą w Polsko-Kanadyjskim Instytucie Dobroczynności, wrzesień 1969.

Centralnym dniem uroczystości związanych z pobytem metropolity krakowskiego w Montrealu była niedziela 31 sierpnia. Dzień ten rozpoczął się wizytą księdza kardynała w Ognisku im. Marii Curie Skłodowskiej dla osób starszych.

Głównym wydarzeniem tego dnia była uroczysta msza święta w katedrze Matki Bożej Królowej Świata przy Dominion Square koncelebrowana przez kardynała Wojtyłę. Uczestniczyło w niej ponad 3 tysiące wiernych.

Kardynał Wojtyła z wizytą w Polsko-Kanadyjskim Instytucie Dobroczynności, wrzesień 1969.

Ostatni dzień w Montrealu, a był to poniedziałek 1 września, kardynał Wojtyła rozpoczął od wizyty w Polskim Instytucie Naukowym i Bibliotece Polskiej.

Szacownych gości powitał w czytelni Biblioteki Polskiej dyrektor Instytutu - Tadeusz Romer. W krótkim przemówieniu przypomniał osoby, które tworzyły tę polską placówkę naukową, a następnie przedstawił cel i działania instytucji. Głos zabrała też Wanda Stachiewicz - założycielka Biblioteki Polskiej. Pamiątką po tym spotkaniu są zdjęcia i osobisty wpis księdza kardynała do księgi pamiątkowej.

Wizyta Kardynała Wojtyły w Misji Św. Wojciecha. Na zdjęciu widoczny także późniejszy Kardynał Macharski.1969 r.

Dalsza trasa podróży dostojnych gości wiodła przez Ottawę, Calgary, Edmonton, St. Albert, Winnipeg i Toronto. W ostatnich dniach pobytu kardynał Karol Wojtyła odwiedził Hamilton, London, Woodstock, Oshawę oraz St. Catharines. Punktem kulminacyjnym podróży był udział w jubileuszowym bankiecie Kongresu Polonii Kanadyjskiej, który odbył się 13 września w Toronto.

Pierwsza wizyta kardynała Karola Wojtyły w Kanadzie dzięki wielu spotkaniom z miejscowymi biskupami *„stała się także na płaszczyźnie hierarchii spotkaniem Kościołów: Kościoła w Polsce i Kościoła w Kanadzie”* – pisał towarzyszący kardynałowi ks. prof. Franciszek Macharski.

Wrażeniami z wizyty metropolity krakowskiego dzielił się Tadeusz Romer z biskupem Rubinem w liście z końca października 1969 roku. Pisał między innymi:

„Podbił On w całej Kanadzie serca wszystkich, ujmującym, bardzo ludzkim podejściem i przystępnością, gorącym sercem, zainteresowaniem okazanym dla naszych potrzeb i trosk, a także zaletami umysłu i darem krasomówczym.

Kardynał Wojtyła wśród polonijnej młodzieży, sierpień 1969.

Jednym słowem, nastrój wytworzony wizytą przeszedł wszelkie nasze przewidywania i powinien odbić się korzystnie na ofiarności Polonii kanadyjskiej na cele kościelne w Polsce, drogie Jego Ekscelencji, jak na przykład budowa kościoła w Nowej Hucie. Ale sądzę również, że Jego odwiedziny i Jego tutejsze i zapewne ponowione w Rzymie rozmowy z przedstawicielami Episkopatu kanadyjskiego, nie pozostaną bez pomyślnego wpływu na rozwiązanie najpilniejszych zagadnień związanych z potrzebami życia religijnego Polonii kanadyjskiej”.

Podczas wizyty w Montrealu kardynał Wojtyła odwiedził też wszystkie polskie parafie, polonijne domy, spotykając się z duchowieństwem, siostrami zakonnymi i Polonią. Po wizycie dostojnego gościa w kościele Św. Michała oraz w siedzibie PKTWP im. Mikołaja Kopernika na Jolicoeur zostały umieszczone tablice pamiątkowe.

Kardynał Wojtyła na bankiecie z Polonią w Montrealu, 31 sierpnia 1969

Następna wizyta Karola Wojtyła w Montrealu odbyła się w 1984 roku. Ale tym razem przybył już jako papież Jan Paweł II. Polonia montrealska doskonale pamiętała Go z jego pierwszej wizyty jako pierwszego kardynała zza żelaznej kurtyny, który odwiedził Kanadę.

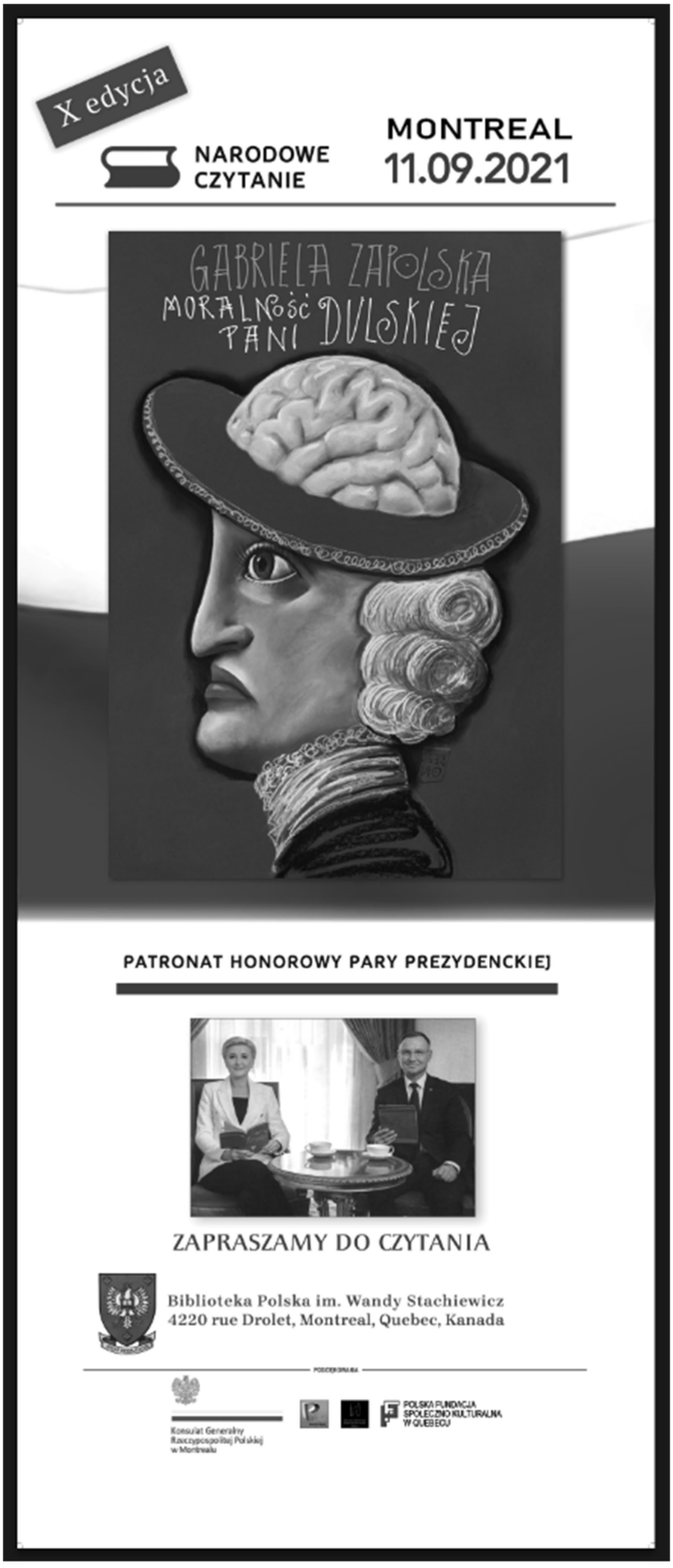
Więcej materiałów na temat wizyty można znaleźć w sekcji *archiwum* strony www.jp2.ca prowadzonej przez montrealskie koło Fundacji Jana Pawła II.

Stefan Władysiuk

Bibliotekarz Biblioteki Polskiej w Montrealu

BIBLIOTEKA POLSKA W MONTREALU
Ja jestem Książka, twój przyjaciel szczery...
Na długie zimowe wieczory, na koronowirusowe odosobnienie
Polecamy książki ze zbiorów Biblioteki Polskiej
4220 rue Drolet / Rachel • Stacja metra Mont Royal
Wypożyczalnia czynna w: poniedziałki i czwartki
– w godz. 10.00 – 19.00
oraz w soboty – w godz. 13.00 - 17.00
W związku z wprowadzonymi regulacjami sanitarnymi, przed przyjściem prosimy o kontakt z nami, celem umówienia wizyty.
tel: 514 379 4220 • e-mail: polska@videotron.ca

Legimi
E-booki w Bibliotece Polskiej
Już wkrótce dla czytelników Biblioteki Polskiej w Montrealu bezpłatny dostęp do e-booków (książek elektronicznych) najnowszych polskich wydań (w aplikacji Legimi)
Więcej informacji: polska@videotron.ca
514 379 4220


X edycja
NARODOWE CZYTANIE
MONTREAL
11.09.2021
GABRIELA ZAPOLSKA
MORALNOŚĆ PANI DULSKIEJ
PATRONAT HONOROWY PARY PREZYDENCKIEJ
ZAPRASZAMY DO CZYTANIA
Biblioteka Polska im. Wandy Stachiewicz
4220 rue Drolet, Montreal, Quebec, Kanada
Konsulat Generalny Rzeczypospolitej Polskiej w Montrealu
POLSKA FUNDACJA SPOŁECZNO KULTURALNA W QUEBECU

WOKÓŁ ŻYCIA

POW WOW znaczy Wielki Zjazd

Gdy lato przybywa do Montrealu wraz z nim nad rzekę Świętego Wawrzyńca przybywają przedstawiciele plemion Pierwszych Narodów z najdalszych stron Kanady i Stanów Zjednoczonych. Podczas święta POW WOW odżywają duchy ich przodków.

Rezerwat plemienia Mohawk przez cały rok jest niedostępny dla bladych twarzy, choć wielu z nich kupuje tam papierosy i alkohol (znacznie tańsze niż w kanadyjskich sklepach) przemycane przez amerykańsko-kanadyjską granicę. W połowie lipca mieszkańcy rezerwatu oficjalnie zapraszają gości na swoje doroczne święto. *"Pow Wow time is the Native American people's way of meeting together, to join in dancing, singing, visiting, renewing old friendships abd make new ones. This is a time to renew thought of the old ways and to preserve a rich heritage..."* - "Czas Pow Wow to sposób, w jaki naród rdzennych Amerykanów spotyka się, by dzielić się tańcem i śpiewem. Jest to czas odnawiania starych przyjaźni i tworzenia nowych. Jest to czas, aby przypomnieć stare obrzędy i zachowywać bogate dziedzictwo..."

Na święto Pow Wow do Kahnawake ściągają z całej Kanady. Plemiona Mikmak, Naskarpi, Algonkin, Melecite, Cree i Odżiburj przybywają ze wschodnich terenów. Znad Krainy Wielkich Jezior - Irokezi, a więc plemiona Mohawk, Oneida, Onondaga, Cayuga, Seneca i Huron. Centralną Kanadę reprezentują Czarne Stopy, Siuksowie i Assiniboine. Plemiona Salish, Bella, Cola, Nootka, Kwakiuti, Tsimshian, Haida i Tlinki przyjeżdżają z Kolumbii Brytyjskiej. Z Terytoriów Północnych zjeżdżają się reprezentanci plemion Hares, Sekani, Nahai, Kutchin, Czipewejowie, Bobry, Żółte Noże, Psie Żebra i Niewolnicy.

To nie tylko tradycja nakazuje im się spotykać raz w roku, ale to przede wszystkim manifestacja niezależności ich serc i dusz, bo ciała i umysły zostały już dawno zniewolone przez blade twarze. Podczas święta Pow Wow chcą pokazać swoją duchową niezależność. W jedności siła, więc stąd ten zjazd z tak odległych stron różnych plemion, które w przeszłości prowadziły ze sobą wojny.

First Nations mimo dzielących ich różnic plemiennych zawsze byli blisko połączeni z przyrodą. Kamienie, skały, drzewa i zwierzęta byli ich braćmi i siostrami. Potrafili jak nikt inny porozumiewać się z nimi, rozumieć ich szepty i śpiew. Rośliny i zwierzęta, podobnie jak ludzie, były przeniknięte "duchami", które nadawały sens istnieniu i wyznaczały wszystkiemu miejsce i rangę w świecie. "Każdy z tych duchów miał określoną moc" - pisze prof. Jan Grabowski w "Historii Kanady".

"Duch wody, kamienia czy skał był zazwyczaj uśpiony, ale w każdej chwili mógł się przebudzić i objawić w postaci lawiny czy powodzi. Każdy gatunek zwierząt miał swojego ducha, niekiedy odważnego, innym razem lękliwego, ale nigdy godnego pogardy. Choć duchy ludzi były potężne, to człowiek musiał być świadom swojej małości w stosunku do otaczającego go świata: zwierzęta bywały od ludzi silniejsze, szybsze i wytrzymalsze. W wyobraźni Indian większość duchów wyposażona była w cechy ludzkie. Duch wiatru umiał mówić i śpiewać, a duchy drzew, wodorostów czy gór prawie zawsze przybierały kształty ludzkie. Moce przenikające ludzi i przedmioty należały zarówno do świata doczesnego, jak i do tajemniczej krainy duchów, umiejscawianej gdzieś daleko na zachodzie".

Wielki Zjazd Pow Wow ma przypomnieć światu białego człowieka kim byli i są przedstawiciele Pierwszych Narodów. Dumni nadal walczą o swoje prawa do ziemi, w której spoczywają prochy ich przodków, walczą o wolność i likwidację rezerwatów, o równouprawnienie, o rekompensatę za zagarnięte przez białych ziemie. Pow Wow jest najważniejszym ze wszystkich świąt. Każdy z nich

może stać się wtedy czarownikiem, każdy może wykonać taniec - modlitwę.

Oto na ogromnej polanie przysiadły barwne ptaki - ludzie zbici w niekształtną masę, która wraz z rytmicznym uderzaniem bębna zmieniała się w klucz żurawi albo stado dzikich gęsi, albo chmurę nietoperzy. Skoncentrowani na każdym swoim ruchu tancerze rozpoczynali swój taniec modlitwę. Prastary rytuał ich rozmowy z Bogiem i Naturą koncentrował na sobie uwagę przybyszów z najdalszych stron. Powoli, niemal majestatycznie wznoszone ręce przeistaczały się w przetrącone skrzydła, to znów jęk skrzywdzonego stworzenia przemieniał się w ogłuszający pisk, by stać się przeraźliwym jękiem. Zawodzenie wzmagało się, a uderzanie bębna zlewało z gardłowym krzykiem tancerzy. Barwne pióropusze sięgające ziemi wirowały, nogi i ręce zlewały się w jeden organizm i wydawało się, że za chwilę odfruną porwani przez wiatr. Przyroda rozpoczęła swój dialog z braćmi swoimi. Tancerze zmieniali się, a ludzi-ptaków zastępowali inni. Po nich skały-ludzie obnażali swe rozedrgane wnętrza. Kulminacją wielogodzinnego pokazu był śpiew zbitej grupy młodych wojowników, wybijających na bębnach grozę i tęsknotę, żal i trwogę. Rytualnego tańca podczas święta Pow Wow nie wolno fotografować ani filmować, bo wtedy spłoszone duchy mogą odlecieć i nigdy nie wrócić.

Wielki Zjazd Pow Wow to okazja do spotkań przedstawicieli plemion, ale także czas konferencji gdzie obrady toczą się przy zamkniętych drzwiach. Jedną z ważniejszych była ta, gdzie przyjęto Oświadczenie Pierwszych Narodów Indiańskich, które starszyzna wręczyła papieżowi Janowi Pawłowi II podczas jego pielgrzymki do Kanady w 1987 roku.

„My, pierwsi mieszkańcy tego kraju, wiemy, że Stworzyciel nas tu umieścił. Prawa nadane nam przez Niego rządzą wszelkimi naszymi poczynaniami, nakazując nam żyć w harmonii z naturą i z ludźmi. Prawo Stworzyciela określiło zakres naszych praw i obowiązków. Stworzyciel obdarzył nas wiarą, naszym własnym językiem, odwieczną kulturą oraz osadził nas na cząstce Matki Ziemi, która zaspokajała wszystkie nasze potrzeby. Od niepamiętnych czasów potrafiliśmy utrzymać naszą wolność, nasze języki i nasze tradycje. Nadal trwamy przy naszych prawach w poczuciu odpowiedzialności, wypełniając obowiązki, które nam powierzył Stworzyciel wobec ziemi, na której nas umieścił. Stworzyciel dał nam prawo, byśmy sami sobą rządzili i sami o sobie stanowili. Prawa i obowiązki otrzymane od Stworzyciela nie mogą być nam odebrane ani zmienione przez jakikolwiek innych naród".

Rdzenna ludność Kanady lub Tubylcze ludy Kanady to według Konstytucji Kanady są to: Pierwsze Narody (Indianie) Inuici i Metysi. Terminy "Eskimosi" i "Indianie" są współcześnie rzadko używane, gdyż są przedmiotem kontrowersji i mogą być odebrane jako rasistowskie.

Według danych statystycznych z 2001 roku, w Kanadzie żyło ponad 900 tys. osób pochodzenia tubylczego (autochtonów), w tym 600 tys. Indian, 290 tys. Metysów i 45 tys. Inuitów, należących do ok. 630 uznanych formalnie przez władze ludów tubylczych. Wśród autochtonów wyróżniono indiańskie grupy etniczne, które posiadają status prawny tzw. *First Nations* ("Pierwszych Narodów" lub "Pierwotnych Narodów" Kanady), znaczny stopień autonomii oraz szczególne relacje z władzami państwa i poszczególnych prowincji.

Proces kolonizacji ziem Pierwszych Narodów rozpoczął się wraz z odkryciem Ameryki i stał się przyczyną upadku kultury oraz zmiany sposobu ich dotychczasowego życia.

Bożena Szara

Bożena Szara – dziennikarka, producentka programów radiowych, redaktor naczelna PANORAMY.

MINIATURKI LITERACKIE

Opowiadaj mi tak...

W Japonii powiadają, że gdy usta mówią do widzenia, spojrzenie mówi żegnaj! Każdy ma tam swoją chmurkę, gdzieś na błękitnym niebie, na której siada i patrzy sobie na całe swoje życie.
- czy to pożegnanie?
- przecież nie mówię pani do widzenia…
- lecz spojrzenie pana to zwiastuje,
- i wciąż nie znam pani imienia?
- musi pan opowiedzieć mi kolejną bajkę, abym uwierzyła, że warto…
- czy warto podać mi swoje imię? To tajemnica?
- całkiem możliwe?
- dlaczego?
- bo kiedy je wypowiem, zniknie zaczarowany ołówek…
- to w takim razie ukradnę dla pani następny…
- niech pan lepiej opowiada.

Kiedyś, przyśniła mi się pewna dziewczyna, której nigdy wcześniej nie widziałem. Miała urodę Sasuke z powieści Tanizakiego. Lecz przecież nie mogłem wiedzieć, jak wyglądała, bo z tej opowieści o miłości nie wynikała jej konkretna uroda, lecz tylko moje wyobrażenie. Wiatr igrał po jej długich włosach, policzki płonęły, a ja patrzyłem na jej twarz jak zaczarowany... Choć pozornie nie różniła się od innych dziewczyn, to dostrzegłem, że inaczej wpatruje się w niebo, kiedy na zachodzie kawałek szkarłatnej kuli wpadał do wody.
I chyba wtedy w niej się zakochałem. Kim była? Nie znałem jej, a mimo to wciąż myślę, co się z nią stanie... A teraz chmury pokrywają całe niebo, które wygląda jak wielkie, białe prześcieradło. A tuż pod nim rozpościera się wielka nicość. Nie otwieram oczu, by nie stracić zaczarowanej dziewczyny, śpię dalej...
- i co teraz?
- i teraz jestem jak dziecko, które choć go przygniata strach, jest przecież ciekawe tego, co go przeraża…
- to prawdziwa historia?
- to prawdziwa historia, która zdarzyła się, albo zdarzy się. W mojej wyobraźni albo na kartkach mojej nowej przygody. Będzie to podróż na szczyt samotnej góry. O pewnym, wielkim japońskim malarzu, który odmienił europejskie umysły. Zamieszkał kiedyś w mojej głowie razem ze swoim kotem. Był czarny, żył sto lat, pochodził z miasta, gdzie wszyscy mieszkańcy śpiewają od pokoleń piosenki z teatru nô, a po swojej śmierci zmieniają się w zwierzęta. Kobiety w lodowe kraby, a mężczyźni w koty właśnie...
- i co było dalej?
- nie wiem…
- chciałby pan, aby zadzwoniła?
- nie wiedziałbym co jej powiedzieć. Przecież jej nie ma. Jest tylko napisana bajka.
- skradzionym ołówkiem…
- ołówki kradłem od zawsze.
- wiem, już pan o tym pisał. Dla tej dziewczynki z sankami…
- pamięta pani?
- wszystko pamiętam.
- to dlaczego nie chce powiedzieć Pani swojego imienia…
- bo wciąż nie nadszedł ten czas…
- kiedy zatem nadejdzie?
- kiedy wysiądę na peronie przy Gare du Nord…
- co się wydarzy na tym peronie?
- wszystko, zacznie pan nowe życie?
- to dziś, jutro?
- jest pan bardzo niecierpliwy…

Tomasz Rudomino

Tomasz Rudomino – historyk sztuki, dziennikarz.

Komitet Budowy Domu Seniora
im. Św. Jana Pawła II
Towarzystwo Orła Białego
1956 Frontenac,
Kontakt: Prezes J. Grabas
(514) 725-3400
Prezes Fundacji: Edward Śliz
(514) 594-3686
domseniora.ca

Inspekcje Stanu Technicznego Domów
neo

Jacek Stomal InterNACHI
Certified Master Inspector
jacek.stomal@neoinspections.com
514.799.7932

Fleurs de Zofia
4535 rue Bélanger (coin 30e Avenue)
Montréal, Qc H1T 1B7
(514) 376-6566

idi
FIRMA IDI
INNOVATIVE DESIGN IDEAS
PROJEKTOWANIE GRAFICZNE
STRONY INTERNETOWE
ILUSTRACJE 3D
www.idinet.ca
idinet@videotron.ca

RADIO POLONIA
MONTREAL
CFMB - 1280 AM
www.radiopolonia.org
Goście Radia Polonia
wiadomości z Polski, Kanady i świata
Wydarzenia polonijne
koncerty, spektakle, spotkania
Meandry polityki
felieton Michała Stefańskiego
Koncert życzeń....
porywająca muzyka dla wszystkich

CFMB 1280 AM
NIEDZIELA 18.00-20.00
BOŻENA SZARA
ANDRZEJ LESZCZEWICZ
MICHAŁ STEFAŃSKI

ZWIĄZEK WETERANÓW POLSKICH
im. MARSZAŁKA JÓZEFA PIŁSUDSKIEGO
63 PRINCE ARTHUR E. MONTREAL QC H2X 1B4

Związek Weteranów Polskich im. Marszałka Józefa Piłsudskiego jest jedną z najstarszych organizacji polonijnych w Montrealu. Na przestrzeni 90 lat naszej działalności jesteśmy niezmiennie wierni zasadom i wytycznym jakie zostały podjęte przez założycieli naszej organizacji.

„Celem Związku jest niesienie pomocy swoim członkom i ich rodzinom, oraz szerzenie oświaty i wzmacnianie poczucia jedności narodowej.
Związek jest Stowarzyszeniem apolitycznym, lojalnym wobec Kanady, wierny historycznym ideałom i tradycjom Polski."

Członkami naszej organizacji są byli Żołnierze Armii Polskiej i Armii Sprzymierzonych oraz ich rodziny. Związek Weteranów Polskich im. Marszałka Józefa Piłsudskiego w Montrealu jest organizacją otwartą na nowych członków.

Zapraszamy do współpracy i zasilania szeregów organizacji.

Prezes - Józef P. Foltyn – (514) 246-4957 www.weterani.ca

Parafia Świętej Trójcy – Holy Trinity Parish

1660 rue Centre, Montreal, QC, H3K 1H6
Telefon: 514-935-8628
E-mail: trojca.montreal@hotmail.com
Strona internetowa: www.franciszkanie.org/kanada/trojca
Facebook: www.fracebook.com/trojca.montreal

Msze Święte - Sobota: ***godz. 17:00***
Niedziela: ***o godz. 8:30 ; 10:00 (Suma) oraz o godz. 11:30***
(Wszystkie Msze Święte w języku polskim)
W tygodniu: ***8:00 i 8:30 oraz dodatkowo w piątek o godz. 19:00***
W piątek od 18:30 do 19:00 Adoracja
Najświętszego Sakramentu i okazja do spowiedzi

Zapraszamy na Msze Święte i nabożeństwa do kościoła oraz do wspólnej modlitwy za pośrednictwem Internetu. Transmisje Mszy Świętej i nabożeństw są na stronie Facebook

- w dni powszednie od poniedziałku do soboty o godz. 8:30
- w niedziele o godzinie 8:30 i 10:00.
- w piątki o godz. 18:30

o. Dariusz Szurko - proboszcz

oraz rezydenci:

o. Krzysztof Cybulski

o. Władysław Matejek.

POLONIA W MONTREALU - PRZYDATNE ADRESY

Konsulat Generalny RP w Montrealu

3501 Avenue du Musee, Montreal, H3G 2C8 Quebec
tel.: +1 514 840 6080, fax: +1 514 285 8895
tel. alarmowy: (+1) 438 395 2708 - czynny całą dobę - wyłącznie w nagłych wypadkach wymagających interwencji konsula (zdarzenia losowe, np. wypadki, aresztowania), e-mail: montreal.info@msz.gov.pl

Kongres Polonii Kanadyjskiej (Québec)

1956 rue Frontenac, Montréal, Qc, H2K 2N4
Tel.: (514) 503 7440, Prezydent: Maria Palczak
e-mail: president@quebec.kpk.org

Polskie szkoły

Polska Rada Szkolna, (514) 426-2343, Prez.: L. Pacak

Szkoła im. Mikołaja Kopernika przy Konsulacie Generalnym RP w Montrealu, 3635 Atwater Ave. , Kierownik: Stanisław Chylewski, 514-743-8423

Szkoła im. Emilii Plater w Montrealu, 3200, chemin de la Côte-Sainte-Catherine, (514) 486-0998, M. Wróbel

Szkoła Polska im. Jana Pawła II w Montrealu, 311 Inglewood, Pointe-Claire, QC, (514) 944-2922, Kierownik szkoły: Teresa Sobol

Polska Szkoła im. Generała Władysława Sikorskiego w Montrealu6100 Boulevard Champlain, Verdun, QC, Kierownik szkoły: Anna Prządka (514) 831-1214

Organizacje młodzieżowe

Polski Zespół Folklorystyczny „Akademia Białego Orła”, 1956 Rue Frontenac, (514) 662-6304, R. Schmidt

Zespół pieśni i tańca "Tatry", 5580 St-Urbain, Krystyna Jędrzejowska (514) 337-9511

Zespół pieśni i tańca "Podhale", 2390 Ryde, Pointe Saint-Charles, QC, (514) 363-3389

Związek Harcerstwa Polskiego w Kanadzie
Hufiec Ogniwo (żeński):
hufcowa@ogniwo.zhpkanada.org
Hufiec Orlęta (męski):
hufcowy@orleta.zhpkanada.org

Koło Przyjaciół Harcerstwa - (514) 917-9326
kphmontreal@gmail.com, prezes: Teresa Wlodarczyk

Inne Instytucje

Komitet Pomocy Dzieciom Polskim,
Prez. K. Zaras (450) 433-1321

Polska Fundacja Społeczno-Kulturalna, P.O. Box 63601, C.C. Van Horne, Montreal, QC, H3W 3H8, polskafundacja.org

PKTWP Centrala, 685 8 Avenue Lachine.
Prez. Ewa Loboda - (514) 817- 0872

PKTWP Grupa I, 2721 Jolicoeur, (514) 766-1108

PKTWP Grupa V, 685, 8 Avenue, Lachine,
Prezes: Eugeniusz Loboda, (514) 761-5233

PKTWP Grupa II-X, 3563 Belair, Montreal, QC H2A 2B1
Prez. Janete Adamowski, (514) 758-2050

Stowarzyszenie Inżynierów i Techników Polskich
63 Prince Artur Est # 6, (514) 241-3249, Prezes: B. Piltz

Towarzystwo Orła Białego, 1956 Frontenac,
(514) 524-3116. Prez. Maria Palczak Palczak

Związek Weteranów Polskich im. Marszałka Józefa Piłsudskiego, 63 Prince Artur Est, (514) 842-7551

CHSLD Polonais Marie-Curie-Sklodowska
5655 Belanger, (514) 259-2551

Polski Instytut Naukowy / Biblioteka Polska, 4220 Drolet,
Tel: (514) 379-4220, polska@videotron.ca, Prez. S. Latek

Polskie Towarzystwo Patriotyczne Bratniej Pomocy w Montrealu, Prez. Teresa Brylewicz, (450) 676-5573

Komitet Budowy Domu Seniora im. Św. Jana Pawła II
1956 Frontenac, Prezes: J. Grabas, (514) 725-3400
Prez. Fundacji: J. Suchecki, (514) 895-5225

Polskie parafie

Parafia M.B. Częstochowskiej / Kustodia OO. Franciszkanów w Montrealu, 2550 Gascon, (514) 523-6368

Parafia Św. Jana Pawła II,
34, 34th Avenue, Lachine, (514) 637-9642

Parafia Św. Michała i Św. Antoniego
5580 St. Urbain, (514) 277-3300

Parafia Św. Trójcy, 1670 Center. (514) 935-8628

Parafia Św. Krzyża (Polski Narodowy Kościół Katolicki)
3330 Laurier Est, (514) 524-9564

PUNKTY DYSTRYBUCJI PANORAMY

SEKTOR ROSEMONT / ST-LEONARD

1. Protetyk Ilona Janik – 4750 Jarry Est. S. 205
2. Instytut Belanger - 5655 Rue Bélanger
3. Baltic Voyages - 3561 rue Bélair
4. Patisserie Rosemont - 2894 boul. Rosemont
5. Charcuterie Varsovie - 3833 rue Masson

SEKTOR MIASTO / DOWNTOWN

6. Patisserie Wawel - 2543 Ontario St. E
7. Biblioteka Polska - 420 Drolet
8. Euro-Deli Batory - 115 rue Saint Viateur O
9. Delikatesy Mako - 7220 Querbes
10. Charcuterie Chopin - 4200 Decarie
11. Patiserie Wawel - 5499 Sherbrooke
12. Konsulat RP – 3501 du Musee
13. Patisserie Wawel - 1413 rue St Marc

SEKTOR LASALLE / VERDUN

14. Charcuterie Vova - 3055 Boul. Lasalle
15. Patisserie Wawel - 4301 Wellington
16. Charcuterie Felix Mish Inc - 1903 Jolicoeur
17. Charcuterie Monk - 6454 Monk
18. Charcuterie Richard - 1517 Dollard
19. Parafia Św. Trójcy - 1660 du Centre
20. Patisserie Goplana - 1187 Charlevoix

SEKTOR WEST ISLAND

21. Euromix - 15718 boul. Pierrefonds
22. Charcuterie Warta - 16043 Pierrefonds
23. M.D. Charcuterie - 4882 boul. Des Sources
24. Clinique dentaire – 802-6600 Transcanadienne
25. Chartwell Manoir Kirkland - 2 Canvin St
26. Epicure Market - 323 Lakeshore Dr
27. Kasia Esthetique Medical – 146-175 Stillview

SEKTOR SOUTH SHORE

28. Charc. Cracovie, 3291 Grande Allee, St-Hubert

SEKTOR LAVAL

29. Delicatessen St-Christophe - 79 b. Laurentides

Kontakt z redakcją: (514) 367-1224, 963-1080, e-mail: kontakt@panoramanews.org

Konsulat Generalny
Rzeczypospolitej Polskiej
w Montrealu

Konsulat Generalny Rzeczypospolitej Polskiej w Montrealu - informacje ogólne

Podstawowe zadania konsulatu Rzeczypospolitej Polskiej to: ochrona interesów Rzeczypospolitej Polskiej i jej obywateli, umacnianie więzi między Rzecząpospolitą Polską a jej obywatelami i osobami pochodzenia polskiego zamieszkałymi w okręgu konsularnym, oraz popieranie rozwoju współpracy gospodarczej, naukowej, technicznej i kulturalnej między Rzecząpospolitą Polską a państwem przyjmującym. Montrealski okręg konsularny obejmuje 5 prowincji Kanady: Quebec, Nowy Brunszwik, Nowa Szkocja, Wyspa Księcia Edwarda oraz Nowa Fundlandia i Labrador.

Do najważniejszych usług konsularnych należą:
- wydawanie obywatelom paszportów i paszportów tymczasowych,
- przyjmowanie wniosków o potwierdzenie posiadania lub odzyskanie obywatelstwa polskiego,
- przyjmowanie wniosków o wydanie polskich aktów stanu cywilnego (na podstawie kanadyjskich aktów stanu cywilnego),
- legalizowanie kanadyjskich dokumentów (np. aktów notarialnych) tak by można było nimi się posługiwać w Polsce,
- wydawanie wiz (obywatele Kanady potrzebują wizę, gdy np. zamierzają pracować albo spędzić w Polsce ponad trzy miesiące),
- poświadczanie autentyczności podpisu,
- poświadczanie zgodności kopii dokumentu z oryginałem
- wydawanie zaświadczeń niezbędnych np. do przewiezienia z Kanady do Polski broni palnej, urny z prochami osoby zmarłej,
- wydawanie legitymacji szkolnych uczniom i nauczycielom polskich szkół zagranicą
- udzielanie informacji nt. przepisów prawa polskiego

Ze względu na COVID 19 Konsulat przyjmuje interesantów wyłącznie po uprzednim umówieniu wizyty. Prosimy o kontakt pod *montreal.info@msz.gov.pl* lub dzwoniąc (514) 840 60 81. Interesanci są przyjmowani w poniedziałki, środy, czwartki i piątki w godzinach 10-12, a we wtorki w godzinach 14-16. W sprawach pilnych Konsulat przyjmuje interesantów również poza godzinami urzędowania. Adres Konsulatu: 3501 Avenue du Musée, Montreal, QC, H3G 2C8.

Bardziej szczegółowe informacje o usługach konsularnych mogą Państwo znaleźć w Internecie na www.gov.pl/web/kanada/informacje-konsularne. Konsulat prowadzi konto na Twitterze @PLinMontreal oraz na Facebooku www.facebook.com/PLinMontreal

ULTRA PREVENTION

Nasz

UKŁAD ODPORNOŚCIOWY

jest naszą twierdzą.
Zbuduj go silnym,
a zawsze będzie gotowy do
obrony i walki z chorobami.

więcej informacji: **www.lukoma.com**

info@lukoma.com **(450) 466-7830**

LUKOMA®

www.lukoma.com • info@lukoma.com

100% Naturalna

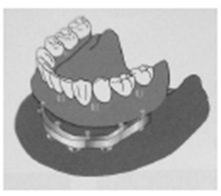
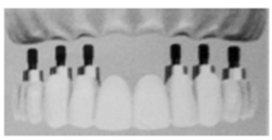
Ilona Janik D.D.
Protetyk dentystyczny

Centrum protetyki dentystycznej

tel.: (514) **728-5269**
4750, Jarry Est, biuro 205 (nad Pharmaprix, róg Viau)
Saint Leonard, H1R 1X8

Protezy na implantach - całkowite, metalowe, elastyczne - podścielanie, naprawa

PROTEZY CAŁKOWITE USTABILIZOWANE

• 2 implanty i zatrzask kulkowy lub system Locator	• 3 implanty i zatrzask kulkowy lub system Locator	• 4 implanty i zatrzask kulkowy lub system Locator (proteza górna - odsłonięte podniebienie)	• 4 - 5 implantów i struktura metalowa (barre) (proteza górna - odsłonięte podniebienie)	• 6 - 8 implantów proteza górna (odsłonięte podniebienie) • 5 - 8 implantów proteza dolna
				
Daje: 50%	**70%**	**75%**	**85%-90%**	**100%**

stabilności w stosunku do uzębienia naturalnego

Współpraca z wieloma dentystami w dziedzinie implantologii. W cenę inplantu wliczone jest ewentualne uzupełnienie kości, podnoszenie dna zatoki, usunięcie zębów.

Konsultacja bezpłatna.

Sell Your Own Home

HOW TO SELL YOUR MONTREAL HOUSE AND SAVE THE COMISSION

Montreal - If you've tried to sell your home yourself, you know that the minute you put the "**For Sale by Owner**" sign up, the phone will start to ring off the hook. Unfortunately, most calls aren't from prospective buyers, but rather from every real estate agent in town who will start to hound you for your listing. Like other "For Sale by Owners", you'll be subjected to a hundred sales pitches from agents who will tell you how great they are and how you can't possibly sell your home by yourself. After all, without the proper information, selling a home isn't easy. Perhaps you've had your home on the market for several months with no offers from qualified buyers. This can be a very frustrating time, and many homeowners have given up their dream of selling their home themselves.

But don't give up until you've read a new report entitled "**Sell Your Own Home**" which has been prepared especially for homesellers like you. You'll find that selling your home by yourself is entirely possible once you understand the process. Inside this report, you'll find 10 inside tips to selling your home by yourself which will help you sell for the best price in the shortest amount of time. You'll find out what real estate agents don't want you to know. To hear a brief recorded message about how to order your **FREE** copy of this report call toll-free **1-833-943-1233** and enter **ID#1017**. Get your free special report NOW to learn how you really can sell your home yourself.

27 VALUABLE TIPS You Should Know To Get Your Home SOLD FAST And For TOP DOLLAR!

Because your home may well be your largest asset, selling it is probably one of the most important decisions you will make in your life. And once you have made that decision, you'll want to sell your home for the highest price in the shortest time possible without compromising your sanity. Before you place your home on the market, here's a way to help you to be as prepared as possible. To assist homesellers, a new industry report has just been released called "**27 Valuable Tips That You Should Know to Get Your Home Sold Fast and for Top Dollar**." 27 tips, you will discover how to protect and capitalize on your most important investment, reduce stress, be in control of your situation, and make the most profit possible. In this report you'll discover how to avoid financial disappointment or worse, a financial disaster when selling your home. Using a common-sense approach, you get the straight facts about what can make or break the sale of your home. You owe it to yourself to learn how these important tips will give you the competitive edge to get your home sold fast and for the most amount of money. How to order your **FREE** copy of this report call toll-free **1-833-943-1233** and enter **ID#1023**. You can call any time, 24 hours a day, 7 days a week.

11 Things You Need to Know to Pass Your Home Inspection

According to industry experts, there are over 33 physical problems that will come under scrutiny during a home inspection when your home is for sale. A new report has been prepared which identifies the most common of these problems, and what you should know about them before you list your home for sale. Whether you own an old home or a brand new one, there are a number of things that can fall short of requirements during a home inspection. If not identified and dealt with, any of these 11 items could cost you dearly in terms of repair. That's why it's critical that you read this report before you list your home.

If you wait until the building inspector flags these issues for you, you will almost certainly experience costly delays in the close of your home sale or, worse, turn prospective buyers away altogether. In most cases, you can make a reasonable pre-inspection yourself if you know what you're looking for. And knowing what you're looking for can help you prevent little problems from growing into costly and unmanageable ones. To help homesellers deal with this issue before their home is listed, a **FREE** report entitled "**11 Things You Need to Know to Pass Your Home Inspection**" has been compiled which explains the issues involved. To order your **FREE** copy of this report call toll-free **1-833-943-1233** and enter **ID#1003**.

MONTREAL HOMESELLERS

Find Out What the Homes in Your Neighborhood are Selling For Receive a **FREE** computerized printout of ALL recent Home Sales & Current Listings in your neighborhood.
For **FREE** recorded information. **1-833-943-1233 ID#1041**