

Kurier Kromnowski

MAJ 2016 NR 5 /110 * MIESIĘCZNIK SOŁECTWA KROMNÓW

Aktualności* Sprawy społeczności lokalnej* Kultura*

Historia* Przyroda* Sport* Kulinaria

MAJOWE ŚWIĘTO

Edward Biliński

Nie myślę w tej chwili, pisząc tytuł felietonu, o święcie minionym, szczycie komunistycznej hipokryzji, o święcie robotników i chłopów. Pierwszomajowe święto kojarzy mi się nierozzerwalnie z bardzo złym okresem w historii Polski, swoistą peerelowską „La Bell Époque”. Piszę o tym „pięknym czasie” z ironią, jeśli nie wstrętem. Jakie to życie było niestety mało piękne, ile było w nim pogardy władzy właśnie do tych, robotników i chłopów. Zostawmy tamte ponure czasy ludzkiego upodlenia, podziału na „naszych” i „waszych”, na rozkwit jednowładztwa jednej partii, wiodącej partii, na prymat jednej „wybranej” przez naród ideologii komunistycznej. Ci, którzy tego stanu rzeczy nie akceptowali, byli ludźmi drugiej kategorii. Ludzie bezpartyjni bez koniecznego zaufania władzy byli bez szans na jakiekolwiek profity lub awans, mieli problemy z wyjazdem na Zachód, byli pozbawiani dostępu do talonów na samochód czy pralkę. Gospodarka socjalistyczna była uważana przez ekonomistów za kolejny cud świata, bowiem nie reguły ekonomii, a ideologia decydowała o rozmiarze i niestety efektach produkcji. Wracając do pochodzu, udział w nim był obowiązkowy dla pracowników zakładów i wszelkich instytucji, dla studentów i uczniów, dla sportowców i żołnierzy. Nieobecność w pochodzie karana była sankcjami służbowymi czy obniżeniem sprawowania w szkole. Taka była ta ludowa demokracja. Dzisiaj, ci którym wtedy było dobrze, którzy korzystali z uznania przez władzę za „naszych”, z żalem wspominają czasy ludowej władzy. Trudno się dziwić.

Mój tekst chciałem zacząć od wskazania na trzeciomajowe święto, jedno z dwóch, które jest świętem narodowym. Od dziewięciu lat redagowania KK każdego roku odnoszę się do tego wydarzenia nie bez wyraźnej przyczyny. Dla mnie jako człowieka, który przez ponad 50 lat marzył o suwerennej Polsce, konstytucja uchwalona w 1791 roku była czymś wyjątkowym. To szczere pragnienie spełniło się po wielu latach. Dzięki działającej opozycji nastąpiła transformacja ustrojowa, odzyskaliśmy wolność, mogliśmy przystąpić do tworzenia zrębów demokracji, która wskazuje nam na konieczność istnienia podziału władzy na : ustawodawczą, wykonawczą i sądowniczą. O tym podziale wyraźnie już mówiła Konstytucja 3 Maja. Dzisiaj jako akt najwyższej rangi, konstytucja stanowić ma niepodważalny fundament ustrojowy państwa. Z szacunkiem i powagą odnoszę się do tej zasady. Póki co, żyję w przekonaniu, że porządek prawny broniący dzisiaj przez garstkę narodu, zostanie mimo wszystko zachowany. Ponad dwieście lat temu ogłoszenie Konstytucji 3 majowej przez Sejm Czteroletni było niestety faktem mocno spóźnionym, wiemy, że wkrótce państwa ościenne dokonały kolejnych zaborów. Dzisiaj deptanie zasad Konstytucji RP może doprowadzić do katastrofy społeczno - gospodarczej państwa. Z historii wiemy jak trudno odbudować to, co zostało zdemolowane nienawiścią i fanatyzmem. Nie cieszy mnie, że istnieje prawdopodobieństwo rozliczenia w przyszłości dzisiejszych czynów, bo nie o to w tej sprawie chodzi. Jako bardzo młody człowiek, widziałem jak ówczesne społeczeństwo łatwo ulegało stalinowskiej propagandzie. Może to był oglupiający strach, łatwowierność, może po prostu wyrachowanie. Nikt przecież później nikogo za te postawy nie rozliczał. Ale martwi mnie dzisiaj, że gdzieś tam po kątach ludziska zacierają ręce, że za darmo władza rozdaje 500+. Sprzeciwu nie widać, a przyzwolenie wielu na łamanie prawa murowane. Władza sprytnie kalkuluje. A dokładnie jeden mały człowiek sprawnie i z łatwością popycha pulchnym paluszkami ludzi stojących u władzy jak marionetki, istoty bezduszne, dla których nie ma znaczenia, że czarne nie jest białe.

Na sołeckim podwórku

Pisząc o wiosennych porządkach nie wspominałem o podjętych przez Radę Sołecką w Kromnowie krokach w zakresie realizacji zadań wynikających z przyjętego na bieżący rok funduszu sołeckiego. W pierwszej kolejności świetlica sołecka została wyposażona w niezbędną ilość gier świetlicowych. Na spotkaniach wakacyjnych dzieci w słotne dni oprócz rysowania będą mogły skorzystać z nowego wyposażenia świetlicy. W pomieszczeniu świetlicy zostanie wkrótce umieszczone duże lustro umożliwiające organizację zajęć ruchowych dla par. Przy okazji dziękujemy pani Wójt za płytki w hallu i piękne balustrady na schodach wejściowych. W maju przystąpimy również do zakończenia prac wokół pomnika we wsi. Pojawia się ozdobne krzewy oraz uporządkowany zostanie trawnik. Dzieci ucieszy wiadomość, że w górnej części wsi zostanie zainstalowany „mobilny” przystanek dla korzystających z przejazdów do szkoły gimbusiem. /s/

Pojemniki na własność

Przypominamy, że istnieje możliwość wykupienia przydomowych pojemników na śmieci. Wystarczy zadzwonić i zgłosić chęć zakupu. Nr telefonu: 757833147 /sołtys/

Wokół jubileuszu Kuriera Kromnowskiego

Jedyną osobą wśród mieszkańców Kromnowa, która zachowała pierwsze egzemplarze Kuriera Kromnowskiego jest pani Jadwiga Ruchała. Zgodnie z zapowiedzią, zostanie nagrodzona książką. Gratulujemy pani Jadwidze, i zachęcamy innych czytelników do zachowania kolejnych numerów, które między innymi stanowią zapis dziejów naszej miejscowości. /E.B./

PORTRET KROMNOWSKI (15)



Oskar Lubera

Fot. E. Biliński

Oskar Lubera

W galerii kromnowian prezentujemy osoby bardzo młode, dbamy także o ukazywanie sylwetek najstarszych mieszkańców Oskar należy do tych najmłodszych. Jest uczniem IV klasy szkoły w Kopańcu. Wyróżnia się wysoką kulturą osobistą. Od rówieśników różni się także zamiłowaniem do sportu. W szkole chętnie uczestniczy w biegach, poza szkołą jest zawodnikiem klubu zapaśniczego w Starej Kamienicy. W kolekcji sportowych trofeów posiada aż pięć cennych medali: 2 złote, 1 srebrny, 2 brązowe. Na zawodach zapaśniczych o Puchar Burmistrza Lubiska zdobył brązowy medal. Było to w marcu tego roku. Natomiast w kwietniu na Turnieju Zapaśniczym „Powitanie wiosny” w Wałbrzychu zdobył kolejny, drugi złoty medal w swoim sportowym życiu. Należy sadzić, że to nie koniec sukcesów sportowych Oskara w tym sezonie. Nie marnuje czasu i systematycznie trenuje w klubie pod okiem trenera i prezesa klubu Michała Łojewskiego. *Kurier Kromnowski* otoczył młodego sportowca patronatem medialnym, czytelnicy na bieżąco będą informowani o jego sportowych osiągnięciach.

Wystawione przez firmę IZERY małe pojemniki na przedmioty wielkogabarytowe nie sprostają oczekiwaniom mieszkańców Kromnowa. Z dezaprobatą przyjęto podejście firmy do potrzeb wsi. Wiadomo, że szczególnie na wiosnę efektem domowych porządków jest sarta zbędnych przedmiotów, urządzeń, starych mebli i tak dalej. Dlatego naszym zdaniem należałoby akcję powtórzyć jak najszybciej.

KONKURS

Informujemy, że z dniem 3 maja otwieramy IX Konkurs „Ogród jak z bajki”. Jak zawsze proponujemy dwie kategorie: „Otoczenie naszego domu” oraz „Przydomowy ogród kwiatowy”. W konkursie może brać udział każdy właściciel lub dzierżawca posesji na terenie Kromnowa. Finał konkursu odbędzie się z okazji X Dni Kromnowa. Na laureatów będą czekały atrakcyjne nagrody.

Udział w konkursie jest doskonałą okazją do wykonania prac porządkowych na podwórkach. Zadbajmy szczególnie o te fragmenty posesji, które stanowią jej wizytówkę. /Rada Sołecka wsi Kromnów/

ZDROWE ODŻYWIENIE

Dokończenie części 2

4. Glutaminian sodu i od razu zagadka: Co to jest?

"Mąka pszenna, tłuszcz palmowy, tapioka, sól, skrobia modyfikowana, cukier, stabilizatory: trifosforany, guma guar; substancje spulchniające: węglan potasu, węglan sodu; kurkuma, dodatki smakowe (7,2%): rafinowany olej palmowy, sól, cukier, wzmacniacze smaku: glutaminian monosodowy, guanylan disodowy, inozynian disodowy; maltodekstryna, pieprz, aromat (orzeszki ziemne), czosnek (1%), suszony por (1%), czerwona szalotka (0,5%), ekstrakt z kurczaka (0,36%), hydrolizat białka sojowego, barwnik: karmel, substancja przeciwzbrylająca: E 551, przeciwutleniacz: E 306".

To jeszcze jest jedzenie? Tak! To skład popularnej zupki chińskiej błyskawicznej „Złoty kurczak”. Ten uzależniający smak to dzieło substancji wzmacniających smak i zapach, tutaj w trzech postaciach:

glutaminian monosodowy,
guanylan disodowy,
inozynian disodowy.

Wszystkie w nadmiarze mogą powodować tzw. „syndrom chińskiej restauracji”; bóle głowy, nudności, przyspieszone bicie serca, uczucie osłabienia, lub bezsenność. Niezbyt ciekawa perspektywa, zwłaszcza dla osób, które regularnie spożywają to „danie”. Glutaminian sodu często dodawany jest do dań gotowych, instant, fiks i tym podobnych. Ból głowy gratis.

Producenci masowo wytwarzanej żywności dwoją się i troją aby produkcja przebiegała jeszcze szybciej i jeszcze wydajniej. Dbają o nasze zdrowie? Kontrolują bezpieczeństwo produktu? Tak, ale tylko na tyle, na ile muszą i na ile są zobowiązani do tego przepisami. A bezpieczeństwo produktu niejednokrotnie opiera się na założeniu, że dawka danej substancji nie zostanie przekroczona przez konsumenta, który dany produkt spożywa.

Kto sprawdzi jakie skutki uboczne będzie miało codzienne nadmierne picie napoju gazowanego „light” w towarzystwie spożytego na obiad sosu z torebki i deseru „0%” z kubeczka? Później tylko guma do żucia i norma spożycia np. aspartamu dla dorosłego człowieka zostaje niestety wielokrotnie przekroczona. A jego działania w takim stężeniu na organizm człowieka już nie kontroluje nikt...

ZDROWE ODŻYWIENIE cz.3

„Cukier krzepi”, „Matko! Nie żałuj dziecku cukru! Cukier wzmacnia kości!”

Czy ktokolwiek pamięta jeszcze te propagandowe



hasła i rysunki, mające zachęcić społeczeństwo do zwiększonej konsumpcji cukru? Wbrew pozorom to nie są żarty- przed wojną cukier uważano za cudowną odżywczą substancję, którą należy podawać zwłaszcza dzieciom, aby zdrowo się rozwijały. A wyrodnym matkom, które ograniczały dziecku dostęp do cukierniczki groził wręcz ostracyzm społeczny. Takie były czasy i takie opinie ekspertów; profesorów, lekarzy itd. Ale czy dzisiaj możemy czuć się mądrzejsi i bardziej świadomi w kwestii żywienia niż te pięćdziesiąt lat temu... ?

Wtedy jednak było prawdziwe jedzenie- chleb, masło, warzywa- nie zatrutowane środkami chemicznymi. Ówczesne dzieci wyszły na tym i tak o niebo lepiej niż obecne.

Dzisiaj nie tylko, że mamy modyfikowaną, chemiczną żywność to jeszcze przeróżne media, reklamy oraz oczywiście „eksperci” próbują nas przekonać do swoich racji, i niestety nie jest to już tak prosta sprawa jak kiedyś z cukrem; obecnie są to o wiele bardziej skomplikowane działania marketingowe- przemyślane i mające na celu nic innego jak tylko zwiększanie sprzedaży pewnych produktów. W nieskończoność.

Jaki jest „cukier” naszych czasów?

Czyli co próbuje się nam wmówić na temat niektórych produktów a my wierzymy, bo przecież „ekspert” z TV nie może się mylić...

Cholesterol

Wielkie kłamstwo przemysłu spożywczego, sięgające wielu lat wstecz i mające na celu zwiększenie użycia margaryny. Do dziś bowiem nie ma takich badań, które potwierdziłyby jednoznacznie, że podwyższony poziom cholesterolu we krwi jest szkodliwy dla serca (poza tym normy są zaniżone), albo że spożywanie cholesterolu w pożywieniu wpływa na jego ilość we krwi! Propaganda spełniła swoją rolę dość dobrze i na jakiś czas prawdziwe masło prawie że zniknęło ze sklepowych półek. Na szczęście zdrowy rozsądek ostatecznie zwyciężył.

Mimo to niektórzy producenci jakoś radzą sobie w trudnych czasach- powstały margaryny, które rzekomo obniżają poziom cholesterolu albo mają dodatki (syntetycznych!) witamin- i sprzedają się jak świeże bułeczki. Mało kto pamięta, że są ohydą sztuczną chemiczną emulsją bogatą w tłuszcze trans. Chciałoby się wykrzyknąć: „Matko! Nie żałuj dziecku margaryny!”

„Pij mleko – będziesz kaleką”

Ten przeinaczony slogan znanej kampanii na rzecz zwiększenia spożycia mleka i nabiału ma w sobie ziarno prawdy. Mimo silnego lobby mleczarskiego w Polsce, które robi co może aby utrzymać mleczny status quo, coraz więcej ludzi zaprzestaje spożywania mleka i jego przetworów. Między innymi dzieje się tak ze względu na niezależne badania, które wskazują, że mleko nie jest nam w żaden sposób potrzebne, a wielu wypadkach wręcz szkodzi (np. Harvard School of Public Health, 2006). Nietolerancja laktozy, alergie, zakwaszenie organizmu, niestrawna kazeina, kwestia moralna (krowa utrzymywana jest w stanie permanentnej laktacji, a to nie jest naturalne dla żadnego zwierzęcia) to niektóre argumenty przeciwników spożywania produktów mlecznych. Co na przeciwnym biegunie? Oczywiście wapń. Tylko, że niektóre badania wskazują, że picie mleka wręcz wypłukuje wapń z kości zamiast go dostarczać. Niestety jednoznacznych i pewnych danych na ten temat nie ma. Jedno jest pewne- biały płyn sprzedawany w kartonie z napisem UHT, (data ważności: ze trzy lata) nie ma z prawdziwym mlekiem nic wspólnego. Jeśli już pić mleko to prawdziwe, od krowy, która pasła się na łące. I oczywiście pełnotłuste.
/c.d.n./

AGK