



# GŁOS Z NAD PREGOŁY

Nr 9 (146) wrzesień 2008

PISMO WSPÓLNOTY KULTURY POLSKIEJ W KALININGRADZIE  
ukazuje się od XI 1995 r.

## D O S Z K O Ł Y !

Wrzesień to początek nowego roku szkolnego. Gratulujemy wszystkim dzieciom naszej Polonii z okazji otwarcia szkoły, szczególnie dzieciakom, które w tym roku po raz pierwszy będą uczestniczyć do szkoły, do pierwszej klasy. Życzymy im uczyć się pomyślnie, chętnie, wykazywać dobre postępy. W kościele w czasie nabożeństwa dla dzieci ojciec Ignacy poświęcił przybory szkolne: plecaki, podręczniki, zeszyty, dzienniczki itd. Tak że początek roku szkolnego już został założony.

Aczkolwiek dzieci z naszej Polonii uczyły się również latem. I te zajęcia zaczęły się w czerwcu w czasie święta "Dnia Dziecka" w sali polonijnej przy kościele. Wtedy dzieciaki uczyły się



po polsku nazywać swoje imiona, nazwiska, zadawać zwykłe pytania, bawić się w rozmaite gry polskie, poznawały polskie godło, flagę polską.

Organizatorem tego święta była Katarzyna Zysk z Uniwersytetu Rosyjskiego w Kaliningradzie im. I. Kantą. Do przygotowania tego święta pani Katarzyna przyciągnęła młodzież z Polonii, która chętnie odezwała się i pomagała pani Katarzynie. W ten sposób, Krystyna Zacharczenko narysowała Białego Orła, flagę polską, a dzieciaki te rysunki pokolorowały.



Katia Riebczyńska przyniosła rysunki zwierząt, a dzieci uczyły się ich nazw po polsku. Włada Kozłowska dostarczyła teksty wierszyka "Czarna krowa", a dzieci uczyły się wymawiać słowa i deklamować.

A jeszcze po tym święcie naszym dzieciom nie raz w ciągu lata przyszło się uczyć! I uczyły się one z radością oraz z zadowoleniem. Miały miejsce liczne wyjazdy do Polski: poznawcze oraz szkolne. Takie aktywne, pożyteczne były te wakacje.



I jeszcze jedna przyjemna nowina: dwie nasze dziewczyny – Patrycja Kuroczkina oraz Katarzyna Riebczyńska – tego lata zostały już studentkami w Lublinie!



**Anna Zacharczenko**

Foto z "Dnia Dziecka" A. Zacharczenko

# Tydzień w Węgorzewie

Od 21 do 27 czerwca br. grupa dzieci z Kaliningradu uczestniczyła w Węgorzewie w warsztatach artystycznych.

Jeszcze w Kaliningradzie wszystko mówiło o tym, że podróż nasza ma być udana, bo kiedy wyszłam z domu, to na niebie zauważyłam jaskrawą tęczę. To w duszy zostawiło szczęśliwe znamię.



Spotkano nas w Węgorzewie bardzo serdecznie, rozlokowano w pokojkach. Kiedy wszyscy urządzili się, mieliśmy trochę czasu wolnego, podczas którego zwiedziliśmy miejscowe muzeum z wystawą lalek Barbie w strojach ludowych. A w następnej sali oglądaliśmy wystawę polskich strojów ludowych.

Każdego dnia mieliśmy rozmaite zajęcia: nauka języka polskiego, uczyliśmy się śpiewać i tańczyć. To wszystko – na przemian z wycieczkami, które były bardzo interesujące i pozostały w pamięci.

Jedną z takich wycieczek

wstrząsnęła naszą wyobraźnią. Powiedziano nam, że jedziemy do wioski indiańskiej.

Spotkał nas Dariusz Marsztyń noszący przezwisko Biegnący Wilk. Ten człowiek w ciągu dwudziestu lat badał kulturę Indian oraz Eskimosów. I wszystko to znajdowało wyraz w dziele jego całego życia. Kupił stary futor,



cieczka do muzeum kolejowe, gdzie są zgromadzone eksponaty przeszłości: mundury kolejarzy, sprzęt kolejowy tych czasów, mapy, stare dokumenty, kolejowe rozkłady jazdy itd.

Dowiedzieliśmy się, że z Königsberga do Gołdapi pociągi kursowały co 20 minut.

Dzieciom bar-

dzo spodobało się przymierzanie munduru kolejarza.



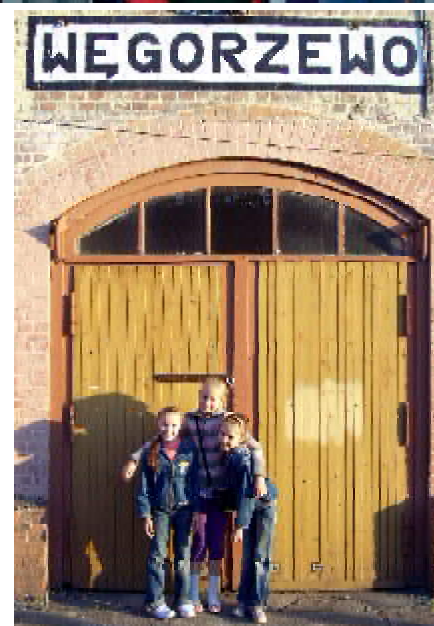
Pozostała w pamięci wycieczka statkiem po Mazurskich jeziorach. Oglądaliśmy malownicze brzegi jezior, spotkaliśmy jachty, łodzie, turystów, podróżników.

Nie chciało się rozstawać z nowymi przyjaciółmi z Litwy i Łotwy.

A po zakończeniu



(ze str. 2)



wspólnego koncertu u wielu z nas lzy stanęły w oczach.  
Odjeżdżać nikt z dzieci nie chciał.

**Anna Misiuwianiec**  
Foto autora  
(Tłumaczenie Red.)

Pismo sponsoruje  
Fundacja  
POMOC POLAKOM  
NA WSCHODZIE

[Zakończenie z nr 8 (145)]

# Śladami Polaków w Sankt Petersburgu

Absolwentami i profesorami **Akademii Sztuk Pięknych** byli również Polacy, a wśród nich malarze: **Henryk Siemiradzki**, **Ferdynand Ruszczyk**, wspomniany **Aleksander Orłowski** oraz architekci: **Adolf Szyszko-Bohusz**, **Stanisław Noakowski** i **Marian Lalewicz**.

Domna ul. Bolszaja Dworianskaja 2-4, jest szczególnie związany z historią Petersburga, ale i polskości. To **Willa Matyldy Krześcińskiej**

sińskiej jest jednym z najpiękniejszych okazów architektury secesyjnej w Petersburgu. Siedziba „zaczarowanej księżniczki”, jak nazywano Krześcińską, przyciąga wzrok asymetrią oraz różnorodnością materiałów i technik budowlanych. Spośród wnętrz willi największe wrażenie sprawia elegancka sala recitalowa, z której można było wyjść wprost do oranżerii. Matylda Krześcińska to barwna postać - znana tancerka wslawiła się bowiem kilkoma głośnymi roman-

muzeum zajmując ekspozycją poświęconą Krześcińskiej. W innej części miasta na Nabrzeżu Angielskim znajduje się tzw. Dom Schadzek, było to miejsce romantycznych spotkań księcia Andrieja Włodzimierzowicza z Matyldą Krześcińską. Od 1961 r. znajduje się tu Pałac Ślubów.

We wspomnianym Teatrze Maryjskim występował też Henryk Wieniawski, który w 1860 r. otrzymał posadę solisty Jego Imperatorskiej Wysokości, pierwszego skrzypka dworu carskiego i Rosyjskiego Towarzystwa Muzycznego. Równocześnie uczył gry na skrzypcach w tzw. klasach muzycznych Towarzystwa, przekształconych w 1862 w konserwatorium. Tu swoją kilkuletnią owocną działalnością pedagogiczną stworzył łańcuch petersburskiej szkoły skrzypcowej, rozwiniętej przez Leopolda Auera we wspólną szkołę rosyjską. Od 1935 roku odbywa się co 5 lat Międzynarodowy Konkurs Skrzypcowy im. Henryka Wieniawskiego, przeznaczony dla skrzypków do 30 roku życia.

Czym byłby Sankt Petersburg bez swoich mostów? Trzeba wiedzieć, że ich konstruktorami i budowniczymi byli również nasi rodacy, przede wszystkim **Stanisław Kierbedź**, **Andrzej Pszenicki**. **Most Lejtnanta Szmida / Błagowieszczański** pierwszy stały most na Newie, zbudował **Stanisław Kierbedź**. Uroczyste otwarcie długiego na 342 m i składającego się z ośmiu metalowych przęseł, w tym jednego obrotowego umożliwiającego przepływanie statków, mostu odbyło się w listopadzie 1850 r. Nazwano go Mostem Błagowieszczańskim, potem przemianowano na Mikołajewski. Car Mikołaj I, który kilka lat wcześniej sam zatwierdził projekt, przeszedł po moście w towarzystwie głównego budowniczego, którego następnie awansował do stopnia generała. Petersburska Akademia Nauk wybrała Kierbedzia na członka korespondenta na Wydziale Fizyki i Matematyki.

&gt; str. 5



Willa Matyldy Krześcińskiej (sierpień 2008)

(1872-1971) tancerki rosyjskiej polskiego pochodzenia, w latach 1895-1917 gwiazdy Teatru Maryjskiego w Petersburgu. Jako druga w historii baletu otrzymała tytuł Primaballerina assoluta. Znała sa jej bliskie związki z przyszłym carem Rosji Mikołajem II - Matylda miała wtedy zaledwie 17

lat, a ewentualny romans zakończył się, kiedy car poślubił Alicję Heską. Potem Matylda romansowała jednocześnie z innymi dwoma przedstawicielami dynastii Romanowów - wielkimi



Matylda Krześcińska

księżętami Sergiuszem Michajłowiczem i Andrzejem Władymirowiczem. W 1901 lub 1902 urodziła syna: księcia Władymira Romanowskiego-Krasińskiego, znanego jako Vova (zm. 1974) - Matyldanigdy nie zdradziła tożsamości jego ojca (Sergiusz lub Andrzej). Po rewolucji październikowej (1917) przeniosła się do Paryża i tam w 1921 poślubiła Andrzeja, który miał być ojcem Vovy (uznał syna). Otrzymała przy tym tytuł Jaśnie Oświeconej księżnej. Niezrównana wykonawczyni partii tytułowych w balecie klasycznym (Esmeraldzie C. Pugniego, Śpiącej królownie Piotra Czajkowskiego i in. Występowała do 1936 r. Rezydencja Krze-

sami, m.in. z młodym Mikołajem II oraz wielkim księciem Andrzejem z którym wzięła ślub w Paryżu. Po rewolucji willę i jej wyposażenie przejęli bolszewicy i w 1917 r. urządzili tu swoją siedzibę. We wspólnych sukniach Krześcińskiej paradowała później Aleksandra Kollontaj - słynna bolszewicka feministka. Z balkonu willi Krześcińskiej Lenin wygłosił przemówienie do tłumów petersburzan. Obecnie mieści się tu Muzeum Historii Politycznej Rosji. Część



Teatr Maryjski (sierpień 2008)



(ze str. 4)

W 1863 Kierbedź został powołany w Petersburgu na stanowisko członka Rady Ministerstwa Komunikacji, a 9 lat później został prezesem budowy portów w Kronsztadzie i Petersburgu. W latach 1873-74 kierował budową kanałów między tymi miastami. Wielokrotnie zastępował rosyjskiego ministra komunikacji. Sześćdziesięciolecie pracy (1889) zaowocowało honorowym członkostwem w Instytucie Inżynierów Komunikacji w Petersburgu, które ufundowało także 3 stypendia jego imienia za najlepsze artykuły techniczne.

Natomiast **Andrzej Pszenicki** zasłynął w Petersburgu z: Mostu Troickiego na Newie w Petersburgu - 1903 i Mostu Pałacowego (zwozdownego) - 1908, za który zwyciężył w konkursie międzynarodowym.

Kolejny budynek na Nabrzeżu Uniwersyteckim nr 11 też ma polską historię. Obecnie mieszczą się tutaj **wydziały Filologiczny i Orientalistyki Uniwersytetu**, na których wykładali słynni Polacy, wśród nich wybitny filolog klasyczny **Tadeusz Zieliński** i światowej sławy językoznawca - **Jan Baudouin de Courtenay**. Zieliński kierował Katedrą Języka Greckiego tej uczelni, w latach 1906-1908 pełnił funkcję dziekana Wydziału Historyczno-Filozoficznego Uniwersytetu Petersburskiego; wykładał ponadto życie i twórczość Adama Mickiewicza na Wyższych Kursach Żeńskich w Petersburgu, a w latach 1914-1916 przewodniczył Polskiej Radzie Szkolnej także w Petersburgu. W 1920 przeniósł się na Uniwersytet Warszawski. Baudouin de Courtenay musiał za swe idee panslawistyczne opuścić Uniwersytet Jagielloński (wtedy austro-węgierski) i w latach 1900-1918 wykładał na Uniwersytecie w Sankt Petersburgu. W 1915 trzy miesiące spędził w carskim więzieniu za opublikowanie broszury pt. „*Nacjonalny i terytorialny przyznak w autonomii*”. Jako badacz dialektów słowiańskich używanych przez Ślązaków, Serbów i Słoweńców, uważał, że nacjonalizm stanowi zagrożenie dla tożsamości kulturalnej jednostek w równym stopniu, co mocarstwa imperialne. „*Żaden warszawski polityk, który chciałby zmienić Kaszubów, Ślązaków czy Białorusinów w Polaków, nie miał, jego zdaniem, prawa czuć się dotknięty tym, że carska administracja próbuje zmienić Polaków w Rosjan*”. Wygłaszając mowę inauguracyjną po objęciu profesury honoris causa na Uniwersytecie Warszawskim w 1918 roku zasłynął twierdzeniem, że Polska została wskrzeszona z martwych nie po to, aby powiększyć liczbę „imperialistycznych państw-hien”.

I na tym kończymy krótką opowieść o Polakach i polonicach w Sankt Petersburgu. Czy można dobrze poznać Sankt Petersburg bez jego polskiego oblicza? Pamiętajmy i o tym, kiedy będziemy zwiedzać słynną Wenecję Północną.

Opisał i wybrał w imieniu Redakcji **ms**

LETNI WYPOCZYNEK

## ODDYCHAĆ POLSKĄ

Trudno jest zadziwić kaliningradczyków wypoczynkiem nad Bałtykiem. Jednak odwiedzając polski kurort Jastrzębia Góra, przekonałem się, że do optymalnego wykorzystania potencjału swojego wybrzeża nam jest jeszcze daleko. I nasi sąsiedzi w pełni mogą służyć przykładem dla nas. Dzięki połączeniu miejskich firm turystycznych „Polski klub w Kaliningradzie” udaje nam się stwarzać ciekawe programy jedno-, dwóch- i wielodniowego pobytu kaliningradczyków w Polsce.

Jastrzębia Góra znajduje się nad brzegiem morza Bałtyckiego i jest najbardziej wysuniętym na północ punktem geograficznym Polski. Co do wielkości to miasto jest mniej więcej takie jak nasz Zelenogradsk. Aczkolwiek miejsc wypoczynkowych na każdy gust i kieszeń jest tu o wiele więcej: około 130 hoteli, ośrodków wypoczynkowych, dziecięcych uzdrowisk. Jedno z nich to ośrodek sportowo-wypoczynkowy „Feniks”. Tego lata przy pomocy kaliningradzkiej firmy turystycznej „Abrikos”, wchodzącej w skład „Polskiego klubu w Kaliningradzie”, mogło tu odpocząć ponad 150 naszych dzieci.

- W zeszłym roku odpoczywałam z rodziną na polskim wybrzeżu – mówi dyrektor firmy „Abrikos” Julia Lebediewa. – Bardzo nam się spodobało, dlatego postanowiłam zapoznać się z propozycjami innych miejsc wypoczynkowych już z zawodowego punktu widzenia, żeby ewentualnie zorganizować wyjazdy naszych turystów do tego miasteczka. Po spotkaniu z dyrektorem „Feniksa” Waldemarem Zasadą zrozumiałam, że jego ośrodek jest właśnie tym czego potrzebujemy: cena odpowiada jakości usług, duży wybór możliwości aktywnego wypoczynku, dzieci mogą przyjechać tu razem z rodzicami.

Trochę o samym „Feniksie”. Otwarto go w 1973 roku. Po 30 latach trzeba było dużo

zainwestować, aby ośrodek kolonijno-wczasowy zaczął odpowiadać nowoczesnym wymaganiom rekreacji. Przez kilka lat, podczas których na czele ośrodka stał Waldemar Zasada, „Feniks” znacznie przeobraził się. Teraz jest tu wszystko niezbędne do wypoczynku wysokiej jakości. W ciągu sezonu – z maja do października – w „Feniksie” co roku zatrzymuje się około 1500 wczasowiczów w różnym wieku. Specjalne warunki są stwarzane dla seniorów i specjalnych grup rehabilitacyjnych. Lecz przede wszystkim „Feniks” służy do aktywnego spędzania czasu dla rodzin i młodzieży. Jest tu sala gimnastyczna, dyskoteka, boisko do siatkówki i koszykówki, a także do piłki nożnej. Personel jest przyjazny i gotów spełnić każde życzenie wczasowiczów.

A najważniejszą rzeczą jest oczywiście morze i znakomity nadmorski park, który ciągnie się kilkadziesiąt kilometrów wzdłuż całego wybrzeża. Tylko oddychaj i rozkoszuj się życiem!

Silne słońce i specyfika lokalnych przybrzeżnych prądów sprzyjają temu, że woda tutaj nagrzewa się szybciej, niż w innych miejscach nad południowym Bałtykiem.

&gt; str. 7



# Bolesław Artur Szostakowicz

## zesłaniec polityczny i działacz społeczny



Bolesław Artur Szostakowicz urodził się 27 stycznia 1845 roku w Jekaterynburgu w rodzinie weterynarza Piotra Szostakowicza, który pochodził ze zubożałej polskiej rodziny szlacheckiej z Litwy. Wedle niektórych danych Piotr Szostakowicz był uczestnikiem powstania listopadowego 1830-1831 i w swoim czasie został poddany karze zesłania na Ural. W końcu lat 1850-ych rodzina Szostakowiczów przeniosła się do Kazania. Tutaj Bolesław pobierał naukę w gimnazjum miejskim. Nie dokończywszy nauk gimnazjalnych w końcu 1862 roku osiedlił się w Moskwie. Jesienią 1865 roku powrócił do Kazania, gdzie 24 czerwca 1866 zostaje aresztowany i skierowany do Moskwy w związku z śledztwem i sądem w sprawie N. A. Iszutina – D. W. Karakozowa i współudziałem w zorganizowaniu ucieczki z więzienia etapowego w Moskwie Jarosława Dąbrowskiego – wybitnego polskiego działacza okresu przygotowania powstania 1863-1864, następnie generała Komuny Paryskiej. Zgodnie z wyrokiem Najwyższego sądu kryminalnego od 24 września 1866 roku w sprawie dziewiętnastu uczestników zamachu na życie cara Aleksandra II (sprawa D. W. Karakozowa) wyznaczono Bolesławowi Szostakowiczowi karę prac katorżniczych, którą zamieniono na wieczyste zesłanie do gubernii tomskiej.

7 października 1866 roku, po czterech miesiącach więzienia w twierdzy Pietropawłowskiej Szostakowicz pod eskortą policji został skierowany do zesłania. W drodze na Syberię Bolesław spotkał się z Niżym Nowogrodzie z Warwarą Kalistową, towarzyszką w walce rewolucyjnej. Po trzech latach po tym spotkaniu w czerwcu 1869 w Tomsku odbył się ślub Bolesława Szostakowicza z Warwarą Kalistową. Rodzina osiedliła się najpierw w miasteczku powiatowym Mariinsk, gubernii tomskiej. Po trzech miesiącach Bolesław Szostakowicz zostaje zatrzymany i skierowany do Omska, gdzie urzędowała komisja śledcza pod przewodnictwem generał-majora Skołkowa. Powodem do aresztowania były świadectwa zbiegłego z Syberii polskiego zesłańca Henryka Iwaszkiewicza na początku 1867 roku, w którym chodziło o rzekome uczestnictwo



Szostakowicza w działalności prowadzącej do powstania Polaków na Syberii. Ponieważ w wyniku śledztwa udział w antyrządowych zamiarach nie był udowodniony, Szostakowicz zwolniono i skierowano do zamieszkania w Tomsku. Wkrótce dostaje on posadę przepisywacza przy zarządzie gubernii, po trzech latach zostaje księgowym urzędu miejskiego Tomsku. Tutaj ujawniły się jego zdolności organizatorskie i w sprawach finansowych.

W listopadzie 1872 roku ministrowi spraw wewnętrznych żandarmi złożyli meldunek, że „Szostakowicz cieszy się wielkim autorytetem wśród zesłańców, iż otwarcie wypowiada się, że swoich przekonania nigdy nie zmieni i we wszystkim zesłańcom współczuje”. W grudniu 1872 roku Bolesława Szostakowicza ukarano przeniesieniem do jeszcze bardziej odległej miejscowości Narymnia, „ażeby nie mógł mieć żadnych kontaktów z zesłańcami”, z zakazem prowadzenia korespondencji.

W Narymniu Szostakowicz wynajmował połowę chłopskiej chaty. Żeby wyżywić rodzinę, miał dwoje dzieci i ciężarną żonę, Bolesław zajmował się łowieniem ryb, myślistwem. Żona nauczyła się pracy chłopskiej, hodowała owoce. W Narymniu małżeństwo Szostakowiczów prowadziło pracę oświatową wśród chłopów, uczyli dzieci czytania i pisania. Z wielkim wysiłkiem zdobywając książki i czasopisma. Bolesław Szostakowicz zajmował się samokształceniem, studiował ekonomikę,

geografię, rachunkowość, botanikę, uzupełniając swoje luki w zakresie wiedzy. Zajmował się przekładami z języka polskiego, a także badaniami terenów Północnego Przyobja. Jego artykuł o przemyśle Natymskiego Kraju, wydrukowany w Omsku, do dnia dzisiejszego zachował wartość naukową. Ta praca później wydrukowana w zbiorach Rosyjskiego Towarzystwa Geograficznego wykazała gruntowną znajomość Szostakowicza krajiny swego wygnania. Należał on również do grona tych, którzy jako pierwsi w 1876 roku zwiedzili dolinę tajgowych rzek Wasjugan i Czyżanka w celu sprawdzenia wiadomości o istnieniu tutaj złóż węgla kamiennego i złota. Jego sprawozdanie dotyczące tej wyprawy zostało wydrukowane w gazecie „Tomskie Gubernskie Wiadomości”.

Ponad cztery lata spędzili Szostakowicze w Narymniu. Tam 11 października 1875 roku urodził się ich syn Dmitrij – przyszły ojciec wybitnego kompozytora D. D. Szostakowicza. W kwietniu 1877 roku, wskutek licznych podań, Bolesław Szostakowicz uzyskał zezwolenie na wyjazd z Narymnia. Po powrocie do Tomsku latem 1877 roku, w ciągu 10 lat zajmował posadę księgowego firmy handlowej Metrowa i Michajłowa i jednocześnie brał udział w pracy miejscowego samorządu miejskiego. Od 1883 roku był członkiem tomskiej miejskiej dumy i urzędu miejskiego, będąc inicjatorem wielu działań społecznych. Tak na przykład 2 maja 1884 roku na posiedzeniu dumy miejskiej Bolesław Szostakowicz złożył propozycję założenia muzeum syberyjskiego, z warunkiem bezpłatnego dostępu publiczności. Pierwszym wkładem w zbiory muzealne przy uniwersytecie w Tomsku stały się kolekcje Szostakowicza – przedmioty z północno-zachodniej prowincji Chin i 54 fotografii charakteru etnograficznego.

Wielokrotnie na łamach miejscowej prasy Szostakowicz wypowiadał się w różnych kwestiach życia miasta: o zagospodarowaniu miasta i urzędzeniu w Tomsku bruków, o jarmarkach w Tomsku i Narymniu. Właśnie z jego inicjatywy w mieście zaczęły ukazywać się „Izwestija Tomskiego Samorządu Miejskiego”.



(ze str. 6)

W 1885 roku Bolesław Szostakowicz zostaje wybrany głową miasta Tomska, ale Minister Spraw Wewnętrznych nie zatwierdza go na tym stanowisku. To wybranie dało powód nieprzychylniej prasie rozpętać prawdziwą wrzawę na temat tego, że zesłani Polacy zagarnęli całą władzę w mieście.

Ażby uniknąć nowej nagonki i powtórzenia zesłania do odległych miejscowości Bolesław Szostakowicz w 1887 roku z rodziną opuszcza Tomsk, po 20 latach zamieszkiwania w Zachodniej Syberii (w tym czasie miał 7 dzieci: córki Konstancję, Marię, Wierę oraz synów Włodzimierza, Dmitrija, Aleksandra, i Borysa) i przenosi się do Syberii Wschodniej – do Irkucka, gdzie najpierw pełni obowiązki księgowego w miejscowym wydziale Syberyjskiego banku handlowego, następnie zostaje mianowany zarządzającym tego banku.

Jego lata życia w Irkucku były wypełnione nie tylko pracą w banku i troską o rodzinę, lecz również różnorodną działalnością społeczną i naukową. Podobnie jak w Tomsku, Bolesław Szostakowicz zostaje wybrany w skład miejskiej dumy, i nawet niedługo zajmował stanowisko głowy miasta. Wskutek choroby, zgodnie z podaniem ze stanowiska głowy Irkucka zrezygnował 29 sierpnia 1903 roku. Zajmował się publicystyką, współpracował z gazetą „Wschodni Przekrój”. W swoich artykułach podnosił kwestię pomocy przesiedleńcom, sytuacji ludności tubylczej, rozwoju miejscowego przemysłu i bankowości. Znajomość z wybitnym badaczem Syberii Janem Czernskim zwiększyła zainteresowanie go wyprawami naukowymi. Szostakowicz wchodzi w skład Zarządzającego Komitetu Wschodnio-Syberyjskiego Wydziału Rosyjskiego Towarzystwa Geograficznego.

Od początku lat osiemdziesiątych Szostakowicz uporczywie zabiegał o zezwolenie „powszechnego w imperium zamieszkania”, ale niezmiennie dostawał odmowę. Dopiero jesienią 1906 roku wraz z żoną mógł wyjechać z Irkucka do Petersburga, gdzie mieszkał syn Dmitrij, żeby zobaczyć urodzonego wnuka Dmitrija (w przyszłości wybitnego kompozytora). Zmarł Bolesław Szostakowicz 22 stycznia 1919 roku w Irkucku. Jeden ze współczesnych wspominając o nim pisał, że jego niepospolite zdolności praktyczne i moralna nieskazitelność zawsze wysuwały go na czołowe miejsca i zapewniały mu szacunek.

*Opracował Wasilij Wasiliew*

(ze str. 5)

## ODDYCHAĆ POLSKĄ

Z tego powodu tak wielu turystów – z Polski i nie tylko – dąży do tego, by przyjechać do Jastrzębiej Góry i do sąsiednich Władysławowa i Karwy. A całkiem blisko jest jeszcze Zatoka Pucka i mierzewa Helska ze swymi kurortami i zabytkami.

Latem 2008 roku w „Feniksie” zorganizowano cztery dwutygodniowe zmiany dzieci z Kaliningradu. Lera Babiczewa, Masza Mankus i Wania Czernow z kaliningradzkiej szkoły nr 31, Sasza Kuczijewa z liceum nr 1 w Bałtyjsku, Ira Gnut z Ładuszkina i inne dzieciaki nie spieszyły się wychodzić z ciepłej morskiej wody. Ale studenci-ratownicy Jacek Ziebaczewski z Radomska i Michał Płach z Wejherowa bacznie wykonywali swoją pracę: w „Feniksie”, jak również w innych miejscach wypoczynku, bezpieczeństwu dzieci i dorosłych poświęca się szczególną uwagę. Ci sami ratownicy opiekowali się dziećmi też na terenie ośrodka.

Oprócz morza i gier na świeżym powietrzu młodzi kaliningradzcy uczestniczyli w różnych konkursach.

- W tym trochę różnimy się od Polaków, którzy przeważnie przyjeżdżają tu po prostu odpocząć – mówi Helena Żychariewa. – My obowiązkowo urządzamy Klub Wesołych i Bystrych (rosyjski KWN), różnorodne konkursy: kompletów, „Miss zmiany”, „Mister zmiany”. Oprócz tego pojechaliliśmy popatrzeć na tresowane foki do Helu, na wycieczki do Gdańska, Władysławowa, widzieliśmy latarnię morską w Radzewie.

Z powodu bariery językowej do imprez ciężko było włączyć polskich rówieśników-wczasowiczów, ale za to udały się zawody w sztafecie, gry w piłkę nożną i siatkówkę. Żeby móc obcować i lepiej rozumieć polskich kolegów, uczeń 9-tej klasy gimnazjum nr 40 Maksim Kaprałow zabrał ze sobą „Rozmówki polsko-rosyjskie”. Wika Isajewa z kaliningradzkiego Centrum Technologii Informatycznych, Kształcenia i Sportu (CTIKIS) pod kierownictwem swojej mentorki i opiekunki-wychowawczynie 3-j zmiany Galiny Kuzniecovej sporządziła szczegółowe sprawozdanie na temat dni spędzonych w „Feniksie” dla gazety CTIKIS.

Na tak poważne podejście do organizowania wypoczynku dziecięcego zwróciła uwagę również polska prasa. Korespondent miejscowego wydania „Echo ziemi Puckiej” odwiedził „Feniks” i po kilku dniach ukazał się artykuł o wspólnym wypoczynku rosyjskich i polskich dzieci. Ilija Skawysz, Dima Barsukow, Dasza Miroszniczenko, Dasza Siomina i inni znaleźli siebie na dużym kolorowym zdjęciu w gazecie. Każdy kupił ją sobie na pamiątkę wspólnych dni spędzonych w sąsiednim gościnnym kraju.

Adres „Feniksa” w Internecie: [www.feniksof.pl](http://www.feniksof.pl). Firma „Abrikos” zaprasza wszystkich chętnych do wypoczynku w Polsce. Telefony w Kaliningradzie: (4012) 66-82-57, 77-22-24.

*Dmitrij Osipow  
Foto autora  
(Tłumaczenie Red.)*



## POKARMY JAKO LEKI

### Masło czy margaryna?

Od kilkudziesięciu lat lansowana jest teza, że tłuszcze roślinne są korzystniejsze dla zdrowia niż zwierzęce. Można się z tym poglądem zgodzić tylko wtedy, gdy tłuszcze



roślinne są świeże o pochodzą z zimnego tłoczenia, innymi słowy są to popularne oleje tłuczone na zimno. Warto dodać, że określenie tzw. pierwsze tłoczenie nie musi

wcale oznaczać tłoczenia na zimno. Oleje zimno tłoczone i ekologiczne można traktować jako pokarm dietetyczny, a nawet lek bardzo korzystny w diecie wąrobowej, antycholesterolowej, ponieważ posiadają w sobie wartościowe dla naszych organizmów nienasycone kwasy tłuszczowe. Jeżeli zaś są one utwardzone, to powstają substancje, które przyczyniają się do powstawania „złego” cholesterolu.

Thomas T. Pearls wspólnie z kolegami w książce „Dożyć do setki”, posiłkując się obszernymi badaniami naukowców

Harvardu na ponad 85 tysiącach kobiet stawia tezę, że „konsumpcja nienasyconych kwasów tłuszczowych (zawartych w margarynach i przegrzanych olejach np. używanych do przygotowania żywności typu „fast food”, gotowych ciast, smażenia frytek itp.) powoduje znacznie większy przyrost „złego” i spadek „dobrego” cholesterolu niż tłuszcze nasycone (czyli m.in. masło, smalec).”

W sumie więc wydaje się, że promocja margaryny i tego typu utwardzonych przegrzanych tłuszczu to głównie efekt działania różnych koncernów i sztabów badaczy pracujących za ich pieniądze na ich potrzeby, także reklamy antycholesterolowej. Trzeba tutaj dodać, że jeszcze 20-30 lat temu w domowej kuchni zawsze intuicyjnie wyżej ceniono masło niż margarynę, słusznie rozumując, że sztuczny pokarm nie może być lepszy dla żywego organizmu niż naturalny. Oczywiście zawsze ważne jest by

zachować umiarkowanie. Każdy nadmiar nawet dietetycznych pokarmów jest bowiem szkodliwy. Podsumowując, masło w umiarkowanych ilościach jest bezpieczniejsze dla zdrowia.

Z punktu widzenia ekologicznej profilaktyki zdrowotnej tłuszcze pod względem walorów zdrowotnych (pod warunkiem, że tłuszcze są pochodzenia ekologicznego) można pogrupować następująco: tłuszcze roślinne zimno tłoczone, tłuszcze zwierzęce zawarte w mleku i jego przetworach w tym masło, tłuszcze roślinne przegrane (powszechnie dostępne oleje roślinne, jednak mimo wszystko dobry ekologiczny smalec w małej ilości jest lepszy od przegrzanego, rafinowanego oleju), tłuszcze zwierzęce – smalec i podobne. Na końcowym miejscu listy znajduje się najbardziej sztuczny tłuszcz, czyli margaryna.



## DIETA DLA NADCIŚNIENIOWCÓW

Co jest dozwolone:

1. Tłuszcze roślinne, ale nie należy jeść ich bez umiaru, bo są wysokokaloryczne.
2. Pełnoziarniste pieczywo.
3. Gruboziarniste kasze (np. gryczana) i ryż.
4. Chudy nabiał.
5. Ryby i chude mięso (np. drób, cielęcina).
6. Warzywa i owoce, a także soki.



Co ograniczać:

1. Sól.
2. Alkohol.
3. Masło, śmietanę, sery żółte, pełnotłusty twaróg.
4. Mocną kawę i herbatę.
5. Cukier.



## KUCHENNE ABC

Gdy gotujemy kalafior, dodajmy do wody oprócz soli także trochę cukru, a będzie miał piękny biały kolor.

Nie wolno jeść na surowo niedojrzałej zielonej fasoli, gdyż zawiera truciznę rozkładającą się dopiero podczas gotowania.

Frytki solimy dopiero po usmażeniu – w przeciwnym razie zmiękną.

Jarzyny możemy przechowywać w zamrażarce dwanaście miesięcy (muszą być szczelnie opakowane).

Jarzyn nie rozmrażamy, tylko od razu gotujemy lub smażymy.



“ГОЛОС С ПРЕГОЛИ” – ежemesячная газета Общества Польской культуры Калининградской области. Учредитель и издатель – Общество Польской культуры Калининграда. Главный редактор Мария Лавринович.

Адрес редакции: 236039, Калининград, ул. Б. Хмельницкого, 46/8. Тел. (4012) 64 37 87, моб.тел. в Польше +48 601 057 820  
Адрес в Интернете - <http://www.glos-znad-pregoly.org>, e-mail: [kaz@lavr.koenig.ru](mailto:kaz@lavr.koenig.ru), e-mail: [glos.znad.pregoly@plusnet.pl](mailto:glos.znad.pregoly@plusnet.pl)

Печать: Типография ООО “СИБАК С”. 236039, г. Калининград, Малый переулок, 17. Тираж 500 экз. Заказ 167.

Газета распространяется бесплатно членами Общества Польской культуры Калининграда и через приход св. Войцеха-Адальберта. Редакция не возвращает тексты статей и оставляет за собой право их редактирования и сокращения. Фотографии возвращаются авторам по их желанию.