

na tropie

3-4
XXXV

Ozet



Polaków

I.

Runa i w łunach spłoną, pożarych
Krzyże kościołów, krzyże ofiarne
I w bezzwrotnym zgubi się szlaku
Z Lechickiej Ziemi Orszę Polaków

III.

Na ziemskim globie flagi czerwone
Będa na chwałę grały jak dzwony.
Czerwona Armia i Wódz jej Stalin
Owieszczych wrogów swich obali.

II.

O słońce jasne, Wódzu Staline
Niech sława Twoja nigdy nie zginie
Niech jako orłów prowadzi do Gniazda
Rosja i Kremia plonęca gwiazda

IV.

Zniszcz się rychło w wieku godzinnie
Polsko i Twoje, coby i syny
Włara i kasty krzyż na mogile
U stóp nam legnie w prochu i pyłe.

- 2 -

Wiersz napisany przez akademików polskich we Lwowie w 1952 r., wyrukowany w gazecie za pozwoleniem władz radzieckich i był przez nie przytylnie przyjęty.

Proszę czytać na piarw w dół, wedle kolejności zwrotek, a następnie linijkami w poprzek, łącząc pierwszą linijkę z pierwszą zwrotki z pierwszą linijką trzeciej zwrotki i w ten sposób czytać cały wiersz.



List włoskich skautów

Drodzy bracia skauci,

jako młodzież, która ma szczęście żyć w wolnym świecie i jako skauci ze szkoły B.-P. nauczeni wierzyć w godność człowieka i jego wartość, jako syna Bożego, jesteście ogromnie oburzeni i odczuwamy głęboki ból z powodu niesprawiedliwości i tragedii, jaka raz jeszcze została narzucona wspaniałemu narodowi Polskiemu.

Odwieczna przyjaźń i współpraca, która złączyła oba nasze narody w dziele budowy chrześcijańskiej kultury europejskiej powoduje, że czujemy się wyjątkowo bliscy w stosunku do Was w chwili obecnej.

Nie możemy zapomnieć, że jesteście synami i wnukami bohaterkich żołnierzy armii gen. Andersa, którzy przelewali swą krew podczas uciekłej wojny światowej za wolność świata, a zwłaszcza za wyzwolenie ziemi włoskiej.

Wielu Waszych dziadów i ojców spoczywa w naszej ziemi na publicznym świadectwo po wsze czasy o wartości braterstwa pomiędzy narodami i umiłowaniu wolności.

Wiemy, że płacicie wygnaniem za to, że Wasi ojcowie wierzyli - jak i ich przodkowie - w wartość powyższych wielkich zasad chrześcijańskich i zdajemy sobie sprawę z tego, że Wy również cierpicie za przywiązanie do wolności i godności - że jesteście ofiarą niezrozumienia przez wielu braci skautów.

Chcielibyśmy sercem całym zapewnić Was o naszej solidarności z Wami i gorącym uczuciu braterskim, jakie łączy nas z Wami w tej tak bolesnej chwili. Pragnęlibyśmy zacieśnić z Wami więzy prawdziwej współpracy i dzielić z Wami trud życia: będziemy szczęśliwi, jeżeli potraficie odczuć, że z pośród skautów jesteście Wam najbliżsi i pragnęlibyśmy wraz z Wami śpiewać Wasze pieśni tak pełne tęsknoty i dumy, wiary chrześcijańskiej i umiłowania wolności.

Mamy nadzieję, że Bóg uczyni możliwym jakieś rozwiązanie tej tragicznej sytuacji, modlimy się wraz z Wami za Waszą Ojczyznę i wraz z Wami polecamy Ją wstawiennictwu Najświętszej Panny Częstochowskiej.





Katechizm Polaka na obczyźnie

Gdziekolwiek się znajdujemy, rzućmy w świat z woli losu - nie przestajemy być dziećmi Ojczyzny - Polski. Jest więc naszym obowiązkiem służyć Polsce nadal, tak, jakbyśmy nigdy Jej granic nie opuścili. Oto najważniejsze przykazania służby Polsce:

1. Zdawaj sobie sprawę z tego, że jesteś Polakiem, czy Polką z krwi i kości i że wasze potomstwo, chociaż zrodzone w obcym kraju, a więc lojalnie i przywiązane do nowej ojczyzny, jest również pochodzenia polskiego. Dlatego tworząc polską rodzinę, masz również obowiązek czynnego zajęcia się problemami polskimi.
2. Walcz o Polskę Niepodległą i o wolność narodu z imperialistycznym komunizmem, dążącym coraz wyraźniej do opanowania wolnego świata, gdyż czyniąc tak, zabiegasz także o wolność i demokrację państwa twego pobytu.
3. Pamiętaj że, naród polski od z górą tysiąca lat związany jest uczuciowo i kulturalnie z wiarą chrześcijańską. Ta właśnie nasza wiara i patriotyzm pozwoliły nam przetrwać najtrudniejsze lata naszej historii. Rosyjski komunizm usiłując zabić religię i religijność, pozbawia nasz naród moralności i etyki.
4. Działaj uparcie i stanowczo, cierpliwie i stale, pokonuj wszelkie trudności w walce o sprawę polską. Chociaż nie osiągniesz doraźnych wyników, pracuj dla przyszłości.
5. Domagaj się w organizacjach, do których należysz, czynnej działalności dla przywrócenia polskiemu narodowi należnych mu praw. Działaj również poprzez wielkie instytucje międzynarodowe, takie jak Organizacja Narodów Zjednoczonych i rządy państw twego osiedlenia.
6. W walce o niepodległość szukaj oparcia o istniejące i przyjdę przez świat prawa etyczne i polityczne oraz o podstawowe założenia ONZ. Protestując przeciw wszelkim gwałtom wobec polskiego narodu, żądaj przeprowadzenia wolnych, uczciwych wyborów w okupowanej Polsce pod kontrolą międzynarodową.
7. Budź w szeregach wychodźczych entuzjazm dla walki o Polskę Niepodległą. Wzmacniaj wiarę w ostateczne zwycięstwo i bądź

hojny na sprawy walki o niepodległość.

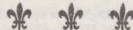
8. Pamiętaj, że siłą narzucony narodowi polskiemu przez reżym ustrój polityczny, ekonomiczny i społeczny, wbrew uchwałom międzynarodowym i woli narodu, jest bezprawny i jako taki narodu polskiego nie obowiązuje.
9. Głoś z naciskiem, że reżym w Polsce wiele gałęzi nauki podaje polskiej młodzieży w naświetleniu fałszywym, zniekształcając nasze dzieje, polskie tradycje, i ideały.
10. Wskazuj na tragiczny los przebywających w Rosji sowieckiej wbrew swojej woli Polaków, oddzielonych od narodu i od emigracji polskiej barierami nieludzkiego prawa, zakazującego nawiązywania łączności z krajem rodzinnym i zabraniającego zrzeczenia się w celach religijnych, kulturalnych i samopomocowych. W konsekwencji tego, ponad dwa miliony naszych rodaków skazanych jest na nędzną vegetację i wynarodowienie.
11. Uważaj się za pełnowartościowego obywatela kraju twego osiedlenia; bogacisz go walorami tysiącletniej kultury Polski, która przyczyniła się do ogólnego dorobku świata.
12. Staraj się o rozbudzenie i uaktywnienie haseł, które dały patriotyczne podwaliny pod budowę organizacji polonijnych szczególnie w U.S.A. Szereg tych organizacji nie realizuje już dzisiaj należycie swych patriotycznych celów, lub błędnie pojmuje walkę o Niepodległość Polski. A przecież członkowie ich są wyborcami w kraju twego osiedlenia i ich solidarne, rozumne głosy na rzecz Polski mogłyby mieć wielką wartość.
13. Odróżniaj władze komunistyczne, narzucone Polsce przemocą, od narodu polskiego, który w ciężkich warunkach i z wielkim powodzeniem odbudowuje zrujnowaną i ograbioną ojczyznę, mimo wycisku gospodarczego i zniewolenia politycznego przez rosyjskiego okupanta.
14. Unikaj kontaktów z przedstawicielami reżymu, broń się przed jego wpływami i sugerowaną akceptacją dzisiejszej rzeczywistości w kraju. Stosunek twój do reżymu i jego przedstawicieli winien być surowy i nieprzejeđny. Kontakt z reżymem w sprawach administracyjnych i wymiany kulturalnej, jeżeli konieczny, musi być ściśle ograniczony i rzeczowy.
15. Ignoruj jednostki i organizacje popierające wśród polskiego wychodźstwa poczynania polityczne reżymu, który nie reprezentuje narodu polskiego i odpowiedzialnym jest tylko przed Moskwą.

Ci, którzy popierają i uznają reżym za prawowity rząd polski, szkodzą sprawie odzyskania Niepodległości.

16. Przecistawiaj się tym, którzy inspirowani przez Sowiety, usiłują wyciszyć nasze polskie głosy i dążenia do zjednoczenia wysiłków w głoszeniu prawdy wszelkimi drogami, jak na przykład za pośrednictwem Radia Wolnej Europy i innych środków masowego przekazu.
17. Walcząc o niepodległość Polski, pamiętaj również o wolności narodów zniewolonych przez rosyjski imperializm. Popieraj polskie dążenia do wzajemnego porozumienia z narodami państw Europy środkowo-wschodniej i podkreślaj jego cel - przygotowanie bazy pod przyszłą współpracę niepodległych państw tego obszaru.
18. Wyrabiaj i udoskonalaj swoje zdolności twórcze, polityczne, techniczne i wojskowe, sięgaj po wartości moralne, naukę i wiedzę, aby nie pozostać w tyle za innymi narodami. Będzie to broń skuteczna w walce o odzyskanie i zabezpieczenie suwerennego bytu państwowego przyszłej Polski. Doradzaj to samo członkom organizacji, do których należysz i w tymże duchu wychowuj swoje potomstwo. Uświadamiaj swe dzieci o sprawach polskich, posyłaj je do polskich szkół dokształcających, udostępniaj im wydawnictwa o Polsce Wolnej i Niepodległej, również w języku kraju twego zamieszkania.
19. Nakłaniaj przyjaciół i członków twych organizacji do prenumerowania niezależnej od wpływów reżymowych prasy polonijnej i czytania odpowiednich książek o sprawach polskich; tą drogą staraj się powiększyć szereg działaczy niepodległościowych.
20. Bądź ostrożny w poleganiu na obietnicach mocarstw wolnego świata, mając w pamięci Jaftę i Potchdam. Licz głównie na działanie własne.
21. Pamiętaj, że w walce o sprawę polską musisz bacznie uważać na niemiecką akcję rewizjonistyczną i stać na straży polskich Ziemi Odzyskanych.
22. Dołącz wszelkich wysiłków do zjednoczenia wszystkich Polonii świata w walce o Niepodległość Polski, aby akcja ta nabrała cech powszechności, ciężaru gatunkowego i charakteru jednolitej działalności.
23. Uświadam sobie, że podział społeczeństwa na dawne, już historyczne partie polityczne i ich obecna rywalizacja są anachronizmem tak w Kraju, jak i na wychodźstwie. Jedyń drogą do

pracy dla przyszłej Polski jest wspólny wysiłek, dążący do najważniejszego w dzisiejszej sytuacji celu: Wolności Narodu i Niepodległości Państwa.

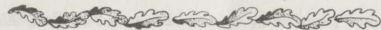
24. Bądź konsekwentny w walce i pracy dla sprawy polskiej, odrzucaj rady i podszepty słabych i z całą surowością zwalczaj dwulicowe zakłamane działaczy i organizacje.
25. Bierz aktywny udział w tworzeniu wśród Polonii całego świata w i z j i przyszłej Polski Niepodległej, jako państwa sprawiedliwego i tolerancyjnego, gdzie wszyscy obywatele kraju będą zarówno wobec prawa, jak i w opinii ogółu równi bez względu na narodowość, pochodzenie, rasę i wyznanie. Nie masz bowiem jasnej przyszłości dla państwa, którego naród nie będzie się kierować wzajemnym zrozumieniem wszystkich obywateli i przychylnością człowieka do człowieka.
26. Kochaj Matkę-Ojczyznę miłością synowską, walcz o Jej wyzwolenie i pracę dla Jej dobra; darz Ją zgodnie zgodnie z potrzebami - poświęceniem, a wiernością - do śmierci.



Polak, chociaż stąd między narodami słynny,
że bardziej niżli życie kocha kraj rodzinny,
Gotów zawždy rzucić go, puścić się w kraj świata,
W nędzy i poniewierce przeżyć długie lata,
Walcząc z ludźmi i z losem, póki mu śród burzy
Przyświeca ta nadzieja, że Ojczyźnie służy.

Adam Mickiewicz: "Pan Tadeusz", księga X.

Koło Niezależnych Dziennikarzy Polskich.



Powyższy katechizm to świetny materiał do przemyslenia, przedyskutowania na Radach Drużyn, Hufców, Komend Chorągwi, zebraniach kręgów starszo-harcerskich, do gawęd na kominkach, ogniskach, na kursach instruktorskich. Służba Polsce ma tu bogatą treść, której wypadnie poświęcić nie lata, ale całe życie...

I.P.





Zli sąsiedzi

Już od Bolesława Chrobrego nie układają się nam stosunki z Niemcami. Nawet Grunwald /15 lipca 1410 / ich nie poprawił.

Przez Unię z Litwą /1569/ staliśmy się sąsiadami z Rosją i od czasu Iwana Groźnego /1563/ po dzień dzisiejszy nie możemy się z Moskalami dogadać, bo oni tylko chcą gadać, a nam każą słuchać.

Ileokroć zaś Niemcy dogadywali się z Rosją, musieliśmy walczyć o swój byt biologiczno-narodowy. Daty rozbiorów Polski: I - 1772, II - 1793, III - 1795 są dowodem zmywu Niemiec z Rosją przeciwko nam. Rosja na własną rękę tepła nas po upadku Powstania Listopadowego /1830/ i Styczniowego /1863/, Niemcy Bismarcka starały się nas wynarodowić.

W latach 1914 - 1918 obydwa sąsiedzi zgodnie łupili i grabili nasz kraj za każdym przesunięciem się frontu, a tych przesunąć było 6.

Odzyskaliśmy wolność w 1918 roku, ale z sąsiadem wschodnim musieliśmy stoczyć śmiertelny bój pod Warszawą w 1920 roku.

Już na wiosnę 1922 Rosja zawarła z Niemcami pakt w Rapallo /włoska Riviera/, a potem wznowiła go układem w Berlinie z początkiem 1926 r.

W sierpniu 1939 r. paktem Ribbentrop - Mołotow Niemcy i Rosja zaskoczyły nie tylko nas ale i cały świat i formalnie zaplanowały czwarty rozbiór Polski, ośściłowo zastosowany we wrześniu 1939 r., a zrealizowany przez Stalina po Jaltcie/6 - 12 luty 1945/. Rosja 17 września 1939 r. bez wypowiedzenia nam wojny zajęła połowę Polski i ludność wywoziła do Azji na zatraconie.

Ziemie zabrane przez Rosję na mocy układu w Jaltcie są obszarem większe od: Czechosłowacji, Grecji, Bułgarii, Węgier, Portugalii, Austrii, Irlandii, Łotwy, Litwy, Estonii, Danii, Szwajcarii, Holandii, Belgii, Albanii.

Podczas wojny 10 lutego, a następnie w kwietniu 1940 r. Stalin wywoził ludność ziem zabranych w głąb Rosji azjatyckiej, motywując to chęcią "ratowania Polaków przed Niemcami".

Po dokładnym przesortowaniu oficerów polskich internowanych w Kozielsku, Ostaszówce i Starobielsku, Stalin polecił ich zlikwidować w kwietniu 1940 r. kulą z pistoletu w tył czaszki.

Znana jest światu sprawa Katynia ale Międzynarodowy Trybunał Sprawiedliwości sądzący w Norymberdze zbrodniarzy wojennych przemilczał zbrodnię Stalina, a po dzień dzisiejszy niektórzy alianci mają "wątpliwości" czy w Katyniu mordowali Rosjanie.

Tragiczna śmierć generała Sikorskiego 4 lipca 1943 r. ma wszelkie cechy "przyjaśielskiej przysięgi".

W 1944 r. rosyjska armia przez dwa miesiące spokojnie czekała za Wisłą na Pradze aż Niemcy ukończą masakrę Powstania Warszawskiego.

Tragedię naszą powiększa fakt, że w targu jaltańskim brali udział nasi alianci i oddali nas z połowę Europy w ręce Stalina.

Układ w Helsinkach w 1976 r., zawarty pochopnie przez naszych aliantów, zatwierdza w zasadzie targ jaltański dając Rosji wolną rękę do działania w Polsce przy pomocy narzuconego nam rządu.

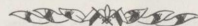
Obecny stan wojenny ogłoszony w Polsce jest zaprzeczeniem obietnic Helsinek, ale Rosja poczyna sobie bezkarnie i nie ma zamiaru zeliżyć obroży.

Trudno w tej chwili prosić Boga o wojnę, natomiast wszystkie ośrodki polskie tak w Kraju jak i poza Krajem muszą obmyśleć i stosować skuteczną walkę umysłową i propagandową w świecie, by demaskować komunistyczne metody podboju świata. Nie możemy utracić ani jednego polskiego dziecka za granicą, każde musi być Polakiem a nie cudzoziemcem.

W pracy zaś harcerskiej rozwiniemy i rozpracujemy program na daleką przyszłość pod hasłem:

B Ę D Z I Ś M P O L A K A M I !

hm. I.Płonka



nana okładka

A.Knapika i P.Peplińskiego przygotowujących posiłek podczas spływu kajakowego w ramach zjazdu wędrowników.Str.ost. uczestnicy zjazdu wędrowników W.Brytanii w Stanicy hufca Szczecin,St.Briavels 1980.
fot.J.Swiętochowski.





Deportacja do Rosji

Ze spisu wyczytali nazwisko męża, moje i matki, spytali też czy mieszka z nami mój szwagier. Był on w niewoli w Starobielsku. Kazali nam się ubrać, gdyż pojedziemy do "drugiej oblasti". Za godzinę mamy być gotowi do drogi.

Podobne polecenie dali mojej siostrze. Jej kazali jednak wziąć obie odczołki: 3-letnią Marysję i 2-letnią Tereskę. O naszych córkach nie było mowy. Ubraliśmy się szybko w przewidywaniu dalekiej drogi.

NKWD rozpoczęło rewizję mieszkania. Przed bramą domu i od strony ogrodu postawili pod oknami uzbrojonych żołnierzy. Po ukończeniu rewizji, która nie dała żadnych obciążających nas wyników, przystąpili do sporządzenia z moim mężem protokolarnego spisu rzeczy i mebli w dwóch zamieszkałych przez nas pokojach. Zapowiedzieli, że sprzedadzą to wszystko, a pieniądze przysłać nam dozorca pod nowy adres. Nigdy, mimo usilnych starań, nie otrzymaliśmy ani grosza z tego tytułu.

Podczas tych czynności męża pakowałam z córkami dużą walizę. Gdy już była zapelniona, siadłam na krześle.

- Dlaczego nie pakujesz dalej? - spytał NKWDzista.
- Bo powiedziałaś, że mogę wziąć jeden kufer.
- Możesz wziąć pół tony bagażu - odpowiedział niespodziewanie.

Mój mąż wyjaśnił z szefem NKWD, że pojadą z nami trzy nasze córki dobrowolnie /Marysia, Klara i Zosia/, nie widzieliśmy bowiem z kim je zostawić, wobec zupełnej niepewności, co się w najbliższych dniach stanie ze wszystkimi znajomymi.

Natomiast sprzeciwiliśmy się stanowczo, by matka moja miała z nami jechać. Funkcjonariusz NKWD srodze się tym protestem oburzył. Upewniwszy się, że chodzi o moją matkę, a nie o matkę męża, wpadł na mnie z krzykiem:

- To taka z ciebie córka, matki rodzonej nie chcesz mieć z sobą!
Z kim ją zostawisz?

W tej chwili wysunęła się drobny wzrostu, ale zażywej postawy służąca Tekla. Była u nas w domu od 35 lat.

- Ja zostanę z panią - oświadczyła stanowczo.
- A ty kto!? - wrzasnął NKWDzista.
- Ja służąca pani. Służę jej więcej jak 35 lat i zostanę z panią.
- Tak. Ta kobieta będzie się moją matką opiekować.

Matka jest chora na serce i od pięciu lat nie wstaje z łóżka. Do dworca jej żywej nie dowieziecie. Bierźcie matkę sami. Ja jej zabijać nie będę - mówiłam prędko, widząc, że władza nie wie co począć w tej niesoczekiwanej sytuacji.

Po chwili wahania funkcjonariusz NKWD poszedł do pokoju mojej matki, by na własne oczy zobaczyć, jak się sprawa przedstawia. Spojrzawszy na wyniszczoną chorobą i zgnębną postać dostojnej staruszki, szepnął do mnie i do Tekli:

- No dobrze, niech zostanie. Tylko zamknijcie drzwi i niech na nikogo nie wchodzi aż pojedziecie.

W tym momencie wydało mi się, że właściwie nie tak bardzo strasznego nam nie grozi, skoro te lotry mamy nie znoszą z łóżka i nie powloką w nieznaną i niewątpliwie śmiertelną dla niej drogę. Spadł mi największy ciężar z serca.

Wolno nam zabrać pół tony rzeczy. A zatem do dzieła! Kosz, waliza, torba jedna, druga i trzecia, plecak, pościel, tak jak leży na łóżkach. Marysia zaszyla w baranią koce, poduszki i prześcieradła. Mokrą białą wkładamy do worków - zdjęliśmy ją ze strychu - i białiznę z szafy. Zosia pakuje do walizki książki szkolne, garniki z kuchni i zapasy na drogę, worki z mąką, z kaszą ireczożną, psocikiem, z cukrem. Ogarnia nas zapał, zwłaszcza, że NKWDzisci, po sporządzeniu spisu mebli zamknęli nasz pokój sypialny. Co w mieszkaniu zostanie - będzie dla nich.

Tekla unosi więc z dużej gdańskiej szafy zapasy konfitur i porcelanowy serwis korecki. Mój mąż mruży na dziewczynki, by przenieśli do pokoju babci cenne szyby. Okryty serwetą sunie przez drzwi chylkiem do łazienki wspaniały aparat radiowy. Tylko zwoje skór dziochych, na których panny spały na podłodze nie dadzą się wynieść niepostrzeżenie.

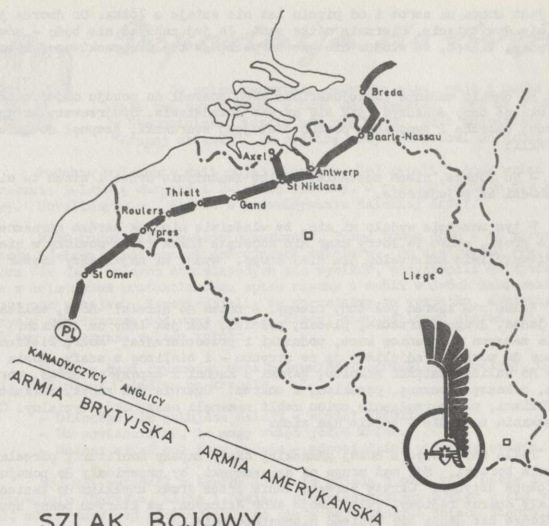
Wszystko to jest możliwe dzięki zainteresowaniu, z jakim NKWDzisci oglądają kartki z widokami, których mnóstwo znaleźli w jednej z szuflad. Tekla zabiera oficjalnie nożną maszynę do szycia, twierdząc, że jest jej własna i że nią zarabia na życie. Kucharka stawia obok tobołków owinięte wiadro ze smalcem i wtyka do zapasów dwie surowe kury.

W końcu siadamy. Siostra moja - jej małe dzieci bawi w kuchni Klara - także skończyła pakowanie. Sam delegat NKWD wkłada do kufra zestawione w szafie ubranie jej męża, mówiąc, że przecież ona jedzie do męża. Natomiast zabiera mi z ręk lampkę naftową, gdyż - jak twierdzi - tam, dokąd jedziemy, jest wszędzie elektryczne oświetlenie... Nie wiedzieliśmy jeszcze wtedy, że o ni z a w s z e k ł a m i a. Często odczuwaliśmy potem brak tej lampy.

/C.A.n./



M. Dubanowiczowa



SZLAK BOJOWY I DYWIZJI PANCERNEJ

Rano 6 czerwca 1944 r. czołowe elementy sprzymierzonych sił, działające pod dowództwem generała D. Kisenowera, wylądowały w Normandii, rozpoczynając inwazję Europy. Polska I Dywizja Pancerna była w tym czasie na ćwiczeniach w południowej Anglii i lądowała we Francji dopiero z końcem lipca, wchodząc w skład II Korpusu I-szej Armii Kanadyjskiej. Dowódcą I Dywizji Pancerniej był Gen. Stanisław Maczek.

Wczesnym południem 8 sierpnia jednostki Dywizji otrzymały chrzest bojowy w pierwszych walkach o Falaise. Ten dzień przyniósł również pierwsze ofiary w rannych i zabitych, nie od działań nieprzyjacielskich, lecz od lotnictwa amerykańskiego, które omyłkowo zbombardowało własne pozycje.

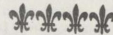
Był to początek zaciętych i krwawych walk, w których Dywizja odegrała czołową rolę w zamknięciu "kotła Falaise", odcinając drogę uciekającej armii niemieckiej.

Po odpoczynku i uzupełnieniu, Dywizja przepłynęła się przez Sekwanę w rejonie Albeuf i w pierwszych dniach września uwolniła Abbeville, potem St.Omer.

6 września 1944 r. pierwsze jednostki Dywizji wkroczyły w granice Belgii, o godz. 13.40 - według kronik - i jeszcze tego dnia stoczyły bitwę o miasto Ypres, w której wyróżnił się 9-ty Batalion Strzelców.

7 września ciężkie walki pod Rowlers w których 9 B.S. odznaczył się pomownie. Za tę akcję i akcję dnia poprzedniego Regent Belgii i książę Karol nadał 9 B.S. tytuł: "Strzelców Flandryjskich".

8 września - ciężkie walki o miasto Thielt.



11 - 13 września - udział w walkach o północną część Gandawy.

16 - 17 września - oddziały Dywizji przekroczyły granicę holenderską w rejonie Koewacht, w przygotowaniu do działań na kanale Axel-Hulst, gdzie Dywizja stoczyła znów krwawe walki.

Dywizja powraca na teren Belgii i przez następne 2 tygodnie jest w odwodzie, odpoczywając, reorganizując się i uzupełniając straty. Do tej pory - w ciągu jednego miesiąca akcja, Dywizja straciła 84 oficerów i 1325 szeregowych.

28 września - Dywizja przechodzi pod rozkazy dowódcy I Korpusu Brytyjskiego i przyjmuje rejon na wschód od Antwerpii. Stacja dwudniowe ciężkie walki w Merkplas.

1 - 3 października - Dywizja znów znajduje się w krwawej walce w Baarle-Nassau, za którą otrzymuje pochwałę od dowódcy I Korpusu Brytyjskiego gen. J.T. Crocker. Dywizja następnie przekracza granicę holenderską po raz drugi.

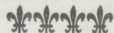
Po 10 dniowym odpoczynku, Dywizja wchodzi w akcję zdobywając miasto Alphen, a następnie stacja 3 dniową walkę o miasto Breda. 11 listopada 1944 gen. Maczek otrzymał honorowe obywatelstwo tego miasta.

Szlak dalszy I Dywizji Pancerniej prowadził przez Holandię i Niemcy. Dywizja staczała krwawe walki z rozpaczliwie broniącymi się, lecz rozpadającymi się już oddziałami Wehrmachtu. Koniec wojny znalazł Dwywizję obsadzającą port Wilhelmshaven i okolice. Niestety, mimo tych bohaterских wysiłków, Polacy nie zostali zaproszeni na paradę zwycięzców.

hm Jacek Bernasiński

Warszawa

Na Nizinie Mazowieckiej leży Warszawa - stolica Polski. Powstała ona w XIII wieku jako osada położona po obu stronach rzeki Wisły. Centralne położenie Warszawy na skrzyżowaniu dróg handlowych ze Śląska, Krakowa i Lwowa, na północ do morza, nadało jej znaczenie ważnego ośrodka. Wisły była główną drogą, którą płynęło drzewo, zboże i inne produkty rolne i leśne do Głarska i dalej w świat. Dzięki temu położeniu Warszawa zaczęła się rozwijać i bogacić. Stała się stolicą ksiąg i zamkiem, powstało miasto, otoczone murami z obszernym rynkiem, ratuszem i zamkiem książęcym, który stał dokładnie w tym samym miejscu, gdzie obecnie stoi zamek królewski na Placu Zamkowym. Obok zamku wybudowano kościół Sw. Jana /obecnie Katedra/ i kościół na ulicy Piwnej, obecnie Sw. Marcina. Tak się zaczęło.

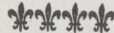


W roku 1596 król Zygmunt III Waza przeniósł stolicę państwa z Krakowa do Warszawy. Wówczas zamek książęcy przebudowano na królewską rezydencję, a całe miasto na lewym i prawym brzegu Wisły zaczęło rozbudowywać się i rozrastać. Napłynęli do Warszawy rzemieślnicy i kupcy. Wokoło rynku zamożni kupcy wybudowali wiele pięknych kamienic. Wzniesiono nowe kościoły, powstały również pałace magnackie. W Warszawie zbierały się sejmy, odbywały się elekcje królów, zjeżdżała się wielka ilość rycerstwa i szlachty. Powstała najpiękniejsza arteria Warszawy: Krakowskie Przedmieście - ulica pałaców, kościołów, pomników i okazałych gmachów. Warszawa stała się centrum politycznym i gospodarczym. Za czasów ostatniego króla Polski Stanisława Augusta Poniatowskiego rozwinęło się życie kulturalne i artystyczne. Powstały wówczas wspaniałe zabytki architektury.



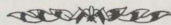
W czasie II-giej Wojny Światowej Warszawa została okrutnie zniszczona. We wrześniu 1939 r. Warszawa odznać się bohaterską obroną przed Niemcami. Oprócz oddziałów wojskowych w obronie miasta wzięła udział ludność cywilna kierowana przez ówczesnego prezydenta miasta Stefana Starzyńskiego. Miasto poddało się dopiero 27 września. Przez pięć niezwykle ciężkich lat okupacji panował w całym kraju terror, który szczególnie przybierał na sile w stolicy, gdzie gromadziły się władze i ośrodki działania Armii Krajowej. Gdy w 1944 r. wybuchło powstanie, w którym walczyli żołnierze AK. - Warszawa została prawie kompletnie zniszczona. W gruzach leży wspaniałe kościoły, zabytkowe gmachy, całe Stare Miasto, Katedra. Symbol Warszawy - Kolumna Zygmunta została strąkana, spłonęły biblioteki, pałace, Zamek Królewski i tysiące domów. W obronie swojego miasta zginęło około 200 tysięcy mieszkańców, w tym wiele młodzi.

Po wojnie, pomimo olbrzymich zniszczeń, Warszawę odbudowano wysiłkiem całego narodu. Zrekonstruowano mury i kamieniczki Starego Miasta, odbudowano stare kościoły i zabytkowe gmachy, pieczołowicie otworzono piękne wnętrza pałaców, odnaleziono wywiezione i uszkodzone historyczne pomniki, które znów zdobią Warszawę i przypominają jej przeszłość. Przed Zamkiem Królewskim stoi znów Kolumna Króla Zygmunta. Na Placu Zwycięstwa znów jest Grób Nieznanego Żołnierza, gdzie złożono ziemię ze wszystkich pobożników, a także ze Lwowa i z Zadorża. Na Krakowskim Przedmieściu stoi pomnik Adama Mickiewicza, a dalej Mikołaja Kopernika. Stają też znów pomniki Księdza Józefa Poniatowskiego, bohaterskiego szefa Jana Kilińskiego, Lotnika, Syreny i inne. Pałac Łazienkowski odzyskał swą świetność, a do jego parku wrócił zniszczony przez wroga pomnik Chopina.

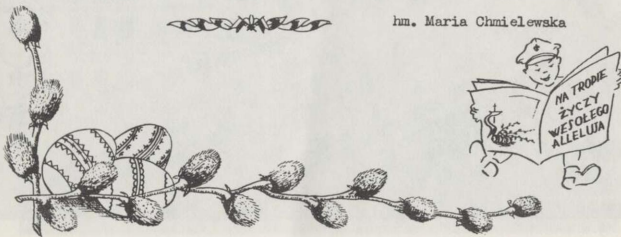


Obecnie Warszawa jest nowoczesnym miastem i liczy półtora miliona mieszkańców. Posiada zupełnie nowe dzielnice mieszkaniowe. Uzupełnione są studium młodzi. Powstały ośrodki rekreacyjne, nowe parki, zieleńce, pływalnie i kluby sportowe. Wszystkie zniszczone w czasie wojny mosty na Wiśle zostały odbudowane. Obecnie Warszawa ma 6 mostów - 4 drogowe i 2 kolejowe. Wybudowano nowe dworce kolejowe jak i kilka tras samochodowych. Nad Wisłą biegnie autostrada zwana "Wisłostradą". Wybrzeże Wisły zwane Kościuszkowskim jest ulubionym miejscem spacerów Warszawiaków. Stoi tam pomnik Warszawskiej Syreny, do którego pozwała młoda poetka warszawska Krystyna Krahełk. Zginęła ona śmiercią żołnierską w pierwszym dniu Powstania Warszawskiego.

Warszawa pełna jest pamiętek dalekiej i bliskiej przeszłości, ale jest również miastem przyszłości. Posiada wiele teatrów, kin, bibliotek, budynków wystawowych i filharmonię, w której odbywają się międzynarodowe Konkursy Chopinowskie. Warszawa jest też wielkim ośrodkiem przemysłowym, a znajdujące się tam zakłady i fabryki dostarczają wiele wyrobów na użytek krajowy i eksportu.



hm. Maria Chmielowska





Trasa W - Z idąca tunelem pod Placem Zamkowym



Kolumna Zygmunta i Zamek Królewski



Służba Polsce



Służba Polsce jest hasłem Złotu. Harcerstwo polskie znane jest z tego, że wszystkie swe programy i zajęcia ogniskuje na Ojczyźnie. Pięknym wyrazem tego jest nasze przyrzeczenie harcerskie:

"Mam szczerą wolę całym życiem pełnić służbę Bogu i Polsce, nieść odtępną pomoc bliźnim i być posłusznym/posłuszną/ prawu harcerskiemu."

Tu nie ma wątpliwości: najpierw Bóg i Ojczyzna, a potem bliźni. Służba natomiast ma być nie połowiczna, marginesowa, wypełniana jako przyjemnościowa rozrywka /hobby/, lecz całym życiem - od kolebki do grobu i to całą parą, pełnymi rękoma, a nie jednym palcem.

I nie wstawiamy w siebie, że skoro urodziliśmy się poza Polską to służba Polsce już nas nie obowiązuje. Po pierwsze Polska potrzebuje pomocy całego świata, a od swych dzieci w szczególności.

To, że jesteś Polakiem czy Polką, obywatelem innego państwa a nie Polski nie zwalnia cię od służby Polsce. Dlatego celem naszej pracy harcerskiej jest utrzymanie polskości, opanowanie języka polskiego w słowie i w piśmie i poznawanie kultury polskiej.

Należymy do harcerstwa więc na Złocie chcemy przypomnieć służbę Polsce wykonywaną przez naszą organizację od roku 1911 aż po dzień dzisiejszy.

Pierwsze ognisko całości Złotu ukaże tę służbę od 1911 roku do 1939. Gawęda i pokazy przy pierwszym ognisku skupią się właśnie na tym temacie.

Ognisko drugie w gawędzie i pokazach zajmie się służbą harcerstwa na wszystkich frontach walki, w akcji podziemnej, Szarych Szeregach, pracy harcerstwa w Kraju i na wszystkich kontynentach, gdzie tylko znaleźli się Polacy od roku 1939 po dzień dzisiejszy.

Gawęda i pokazy ostatniego ogniska zaprojektują przyszłość naszą wedle hasła: "Będziem Polakami".

Już obecnie zaczniemy omyslać w reprezentacjach złotych nasze pokazy, które zgłosimy Komendzie Złotu. Nie oczekamy na improwizacyjne natchnienia w ostatnim dniu przed ogniskiem, ale znajdziemy wśród nas talenty i zawczasu przygotowujemy sobie takty, piosenki, czy potrzebne rekwizyty teatralne.

W Na tropie będziemy dawali różnorakie sugestie i pomysły, ale zbiorowy wysiłek mózgow harcerskich potrafi zrobić więcej i wspanialej.

W ognisku "Będziem Polakami" przyjmijmy zasadę, że pełny program tego hasła będzie wymagał od przyszłych pokoleń mówienia po polsku - czyli opanowania języka i od tej przeszkody zaczynamy nasz przyszły bieg harcerski na następne dekady.

Pamiętajmy - nie wynarodowili nas zaborcy w ciągu 123 lat, więc tym bardziej nie mogą nas wynarodowić sprzymierzeńcy, którzy udzieliłi nam u siebie schronienia. Nie możemy się wynarodowić przez własne niedbalstwo czy opaniałość. Cokolwiek się stanie - "Będziem Polakami".



Czuwaj!

hm. I.Płonka



I brzozowska R.Traugutta 1923 r. 1.T.Kapiszewski, 2.I.Płonka



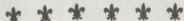
przod. ZHP I. Płonka
"Baden Powell powiatowy"

Raz harcerem całe życie harcerem

Kursy instruktorskie Chorągwi Lwowskiej w 1922 i 1923 w Terszów-Spas koło Starego Sambora i w 1924 w Delatynie prowadził hm. Stanisław Sielecki, który jako podporucznik 19 pułku piechoty był instruktorem przysposobienia wojskowego dla szkół gimnazjalnych we Lwowie. Obsada kołomy kursu była mieszana - kilku wojskowych, a reszta instruktorzy harcerscy, przeważnie nauzydiele. Zawsze na kilka dni zawiązał do nas ktoś z Głównej Kwatery - H. Glass, A. Heidrych, St. Sedlaczek, T. Strumillo, K. Byczyński oraz nasi lwowscy instruktorzy St. Hibl, St. Nowakowski, K. Stojanowski, ks Gerard Szymd. Uczestnicy pochodzili niemal z każdej drużyny Chorągwi Lwowskiej, liczni ze Śląska i z Wołynia.



Program kursu obejmował: przysposobienie wojskowe w zakresie prób harcerskich, wychowanie fizyczne, gry polowe, pionierkę, obozownictwo, gotowanie, wydeczki, sygnalizację, terenoznawstwo, pierwszą pomoc, system zastępowy, biegi, administrację drużyny i metodykę prowadzenia drużyny. Praktycznie każdy uczestnik musiał prowadzić jakiegoś zajęcia harcerskie.



Prawo harcerskie, ideologia, wychowanie narodowe dokonywało się w misterium ogniskowym, w gawędach, pieśni i pokazach. Kurs obowiązkowo trwał 4 tygodnie. Każdy uczestnik był oceniany i musiał osiągnąć ustaloną ilość punktów, jeżeli chciał mieć zaliczony kurs. Nie mianowano drużynowych bez odbycia kursu chorągwiowego.

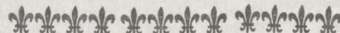


W podobny sposób pracowały także inne chorągwie i to zapewniło żywy i jednolity rozwój harcerstwa w pierwszych latach po odzyskaniu niepodległości. Ożywiała nas zawiązywana przyjaźń na tych kursach i chęć poznania całej Polski. Podczas kursu łowiliśmy pomysły dla pracy drużyny w ciągu roku.

Po roku 1923 zaczęły powstawać drużyny harcerskie wśród Polonii w Czechosłowacji, Rumunii, Austrii, Francji, Stanów Zjednoczonych i Brazylii.

W 1924 roku, po maturze, wybrałem się na zlot na Siekierkach koło Warszawy, dołączając do drużyny sanockiej. Zlot zgromadził 3.500 harcerzy z całej Polski i 63 skautów zagranicznych. Na otwarcie zlotu przybył prezydent RP Stanisław Wojciechowski. W parku Sobieskiego odbyły się ciekawe popisy harcerskie. Równocześnie odbywał się zlot harcerek nad Świdrem. W ciągu dwóch dni obydwaj zloty odwiedziło ponad 15 tysięcy gości. Uczestnicy zlotu mieli także możliwość zwiedzenia Warszawy.

W drodze powrotnej zatrzymaliśmy się w Częstochowie, by pomodlić się przed cudownym obrazem. Następnie w Krakowie, gdzie mogliśmy zwiedzić piękne miasto.



Wróciwszy do Brzozowa przygotowałem się na wyprawę z trzema zastępowymi na kurs chorągwi w Delatynie w 1924, o którym wspominałem na początku art.

Niezatarte wrażenia pozostały nam z wyprawy na Howerlę. Znaleźliśmy się na wysokości ponad obmurami, które zasłoniły nam ziemię, natomiast nad nami był Bóg, błękit nieba i słońce. Druh Stojanowski wygłosił tam przepiękną gawędę.

Gdy zlikwidowaliśmy obóz w Delatynie powróciłem do Brzozowa, by doprowadzić do zorganizowania KPH, przekazać drużynę następcy i przygotować się do wyjazdu na studia do Lwowa.

hm. I. Płonka





Zywnienie

Pożywienie ulega w przewodzie pokarmowym procesom trawienia. W czasie trawienia pokarmy zostają rozbite na składniki prostsze, które zostają wchłonięte przez ścianki jelit.



Do składników pokarmowych zaliczamy: białko /protein/, węglowodany /Carbohydrates/, tłuszcze /fats/, składniki mineralne, witaminy. Niektóre produkty zawierają tylko jeden składnik pokarmowy, np. cukier; w innych pokarmach np. w mleku, występuje dużo różnych składników. Takie składniki pokarmowe jak cukier, tłuszcz, białko w mleku - zauważamy łatwo - inne wykrywa dopiero analiza chemiczna.

białko (protein) - składnik bardzo ważny, służy do budowy i odbudowy tkanek mięśni, skóry, włosów, narządów wewnętrznych, krwi itd. Białko w organizmie człowieka dorosłego stanowi około 20% wagi ciała. Wszyscy znacie białko jaj. Białkiem jest również ser, składnik mleka ścinający się przy kwaszeniu. Inne białka w różnych ilościach znajdują się w takich produktach jak ryby, mięso, nasiona roślin strączkowych i ziół; W warzywach i owocach białko występuje również, choć przeważnie w bardzo małych ilościach.

Niedobór białka powoduje zahamowanie wzrostu i rozwoju młodego organizmu oraz niedokrwistość. Wskutek dużych niedoborów mogą powstać zmiany w wątrobie oraz obrzęki ciała.

Należy podkreślić, że białko różnych produktów ma niejednakową wartość odżywczą. Pełnowartościowe jest białko produktów pochodzenia zwierzęcego /mleko, mleko, sera, jaj/, gdyż jest bardziej zbliżone do białka organizmu ludzkiego i lepiej służy do budowy czy odbudowy tkanek. Natomiast białko produktów pochodzenia roślinnego /roślin strączkowych, zbożowych, warzyw i owoców/ ma mniejszą wartość.

Jeśli będziecie się żywić białkiem wyłącznie roślinnym, nie zapewnicie organizmowi odpowiedniej ilości tego cennego składnika. Wiadomo jednak, że takie produkty, jak mleko, ser, jaja, mięso, należą do droższych. Jak więc planować żywienie, które dostarczy odpowiedniej ilości pełnowartościowego białka, a jednocześnie nie obciąży zbyt mocno budżetu? Właściwym wyjściem z sytuacji jest mieszanie w pożywieniu białek roślinnych i zwierzęcych, gdyż dodatek białek zwierzęcych podnosi wartość białek roślinnych.

W praktyce przyjmuje się taką zasadę: w każdym posiłku zasadniczym /śniadanie, obiad, kolacja/ należy podać jakiś produkt zawierający białko pełnowartościowe, a więc pochodzenia zwierzęcego. N.p. na śniadanie podaje się mleko lub kawę białą z płaczkami i dodatkami, na obiad - mięso r y b y lub j a j a, a na kolację - kluski z serem.

węglowodany Carbohydrates

są dla człowieka głównym źródłem energii. Pokrywają one 50-65% ogólnego zapotrzebowania energetycznego organizmu. Węglowodany występują w różnych produktach, głównie pod postacią cukrów i skrobi /starch/. Cukry występują w takich produktach, jak warzywa i owoce, mleko, cukier, miód, słodycze. Są łatwo przyswajalne i dzięki temu stosunkowo szybko dostarczają organizmowi energii.

skrobia - starch

- występuje głównie w produktach zbożowych i strączkowych. Jest ona tanim źródłem energii. W produktach roślinnych znajduje się też węglowodan, który nie ulega procesom trawienia, nie jest więc przyswajalny. Jest to b l o n n i k, składnik surowego włókna roślin. Choć nie dostarcza energii, jest jednak potrzebny, zwiększa bowiem objętość pożywienia, dając uczucie sytości; przyspiesza również ruch robaczkowy jelit i zapobiega zaparciom.

tłuszcze - fats

- są źródłem energii. Pokrywają 25-35% zapotrzebowania energetycznego organizmu. W organizmie człowieka dorosłego jest około 10% tłuszczu, tworzącego tkankę zapasową, którą zużywa się w czasie zwiększonego zapotrzebowania energetycznego, np. w czasie intensywnych wysiłków fizycznych.

Wartość odżywcza tłuszczów polega również na tym, że niektóre z nich są źródłem witamin lub zwiększają ich przyswajalność. W niektórych występują t.zw. nienasycone kwasy tłuszczowe, niezbędne dla prawidłowego rozwoju i zdrowia.

Tłuszcze występują w produktach roślinnych i zwierzęcych, niektóre z tych produktów są prawie czystym tłuszczem, np. smalec, olej.

Nadmierne spożycie węglowodanów i tłuszczów prowadzi do otyłości.

Tłuszcze, węglowodany, a częściowo i białka ulegają w naszym organizmie procesom spalania; wydziela się przy tym energia, którą mierzymy k a l o r i a m i, np. jeśli ktoś zjadł do kapuśniaku pajdę chleba ważącą 100 gramów to dzięki temu jego organizm otrzymał 240 kalorii.

Pożywienie musi dostarczać tylu składników, aby zapewnić niezbędną ilość kalorii. Ilość ta, którą nazywa się zapotrzebowaniem kalorycznym człowieka, nie dla każdego jest taka sama. Może się wahać w bardzo szerokich granicach, w zależności od rodzaju pracy, wieku, płci, wagi ciała, temperatury otoczenia itp.

Czynnikiem, który ma największy wpływ na wysokość zapotrzebowania kalorycznego jest praca fizyczna.

Wysokość zapotrzebowania kalorycznego wiąże się dość ściśle z intensywnością rozwoju i wzrostu. Największe zapotrzebowanie kaloryczne przypada na okres dojrzewania i wynosi tyle, co dla osób dorosłych ciężko pracujących fizycznie. Nie dziwi się więc, że małe większy apetyt. Jest to zjawisko zupełnie naturalne. Szesnastoletni chłopak potrzebuje mniej więcej półtora raza tyle kalorii, co jego ojciec, który jest pracownikiem umysłowym. Na obciążenie dochodzi to tego jeszcze zwiększony wysiłek fizyczny. Nic dziwnego, że kwatermistrz nie może nadążyć z zaprowiantowaniem, a zastęp służbowy z pitaniem.

Najprostszym sprawdzianem czy pożywienie pokrywa zapotrzebowanie kaloryczne organizmu, jest waga ciała. Jeżeli waga utrzymuje się w granicach normy - pożywienie pod względem kalorycznym jest wystarczające. Jeśli waga jest poniżej normy lub spada - oznacza to stan alarmowy; otrzymujecie najprawdopodobniej zbyt mało kalorii w stosunku do zapotrzebowania. Jeśli waga jest o 10 % wyższa, skontrolujcie, czy nie zjadacie zbyt wiele pokarmów zbożowych, słodczy i tłuszczu.

składniki mineralne - spełniają następujące zadania: służą do budowy i odbudowy tkanki / wapń, fosfor, żelazo/, regulują różne procesy życiowe /jod, fluor, sód, potas, chlor i inne/.

Ilość składników mineralnych w organizmie ludzkim wynosi przeszło 4% wagi dorosłego człowieka.

wapno

- służy do budowy i odbudowy tkanki kości i zębów, jest również konieczny do prawidłowej pracy serca i prawidłowego krzepnięcia krwi. Przy niewystarczającej ilości wapnia i niedoborze witaminy D u małych dzieci może powstać krzywica, zahamowanie wzrostu i zmniejszenie kości, może wystąpić próchnica zębów - kości stają się słabsze i łatwiej ulegają złamaniu.

Dobrym źródłem wapnia najlepiej przyswajanego przez organizm jest mleko i produkty mleczne takie jak sery, maślanka. Sery fermentowane - jak trapiśto, tylaoki zawierają więcej wapnia niż sery twarogowe, bo przy

ich wyrobie część wapnia przechodzi do serwatki.

żelazo

- jest składnikiem czerwonego barwnika krwi, hemoglobiny. Przy niedoborze może powstać niedokrwistość. Przystawalność żelaza jest różna: z wątroby, mięsa, jaj i niektórych warzyw przyswajane jest dobrze, natomiast z owsianki, krwi, szpinaku - gorzej.

równowaga kwasowo-zasadowa

Niektóre składniki mineralne, np. wapń, sód, potas po strawieniu pokarmów, wchłonięciu do krwi i rozprowadzeniu do tkanek działają w naszym organizmie zasadotwórczo; inne natomiast, takie jak fosfor, siarka, chlor - kwasotwórczo. Z a k w a s z e n i e organizmu jest zjawiskiem niskorzystnym, bo powoduje różne zaburzenia.

Objawami zakwaszenia mogą być: uczucie stałego zmęczenia, nie ustępujące po odpoczynku, bóle głowy, utrata apetytu, zła cera, apatia.

Pożywienie musi mieć taki skład, żeby w organizmie była zachowana równowaga między składnikami kwasotwórczymi a zasadotwórczymi, czyli równowaga kwasowo-zasadowa.

Jaja, mięso, ryby oraz produkty zbożowe mają przewagę składników kwasotwórczych i działają zakwaszająco na nasz organizm. Natomiast warzywa i owoce oraz mleko mają przewagę składników zasadotwórczych, działają więc odkwaszająco.

Pamiętajcie więc: warzywa, owoce i mleko to produkty niezbędne w żywieniu.

witaminy

- regulują wiele procesów życiowych. Brak witamin powoduje schorzenia zwane awitaminozami. Całkowity brak witamin w organizmie jest zjawiskiem rzadkim, natomiast częściowy niedobór zdarza się dość często. Trudno tu wymienił wszystkie witaminy, bo jest ich niemało.

witamina A

- składnik niezbędny dla wzrostu i dobrego stanu zdrowia. Witamina A występuje w marchwi, dyni, pomidorach, morelach, roślinach zielonych jak szpinak, sałata, zielony groszek, fasolka szparagowa, szczypior, koperek i inne. Dodatek tłuszczu do warzyw pozwala na lepsze wykorzystanie zawartych w nich karotenów. Witamina A i karoten są wrażliwe na działanie światła i należy je przed nim chronić.

Kucharz doskonały



harcerki planują

W poprzednich dyskusjach nad programem Złotu, uczestniczki często wysuwały potrzebę zajęć typowo harcerskich na Złocie. W związku z tym wyłonił się projekt, by 2 godziny popołudniowe, w dni wolne od innych zajęć, przeznaczyć na zajęcia sprawnościowe w dowolnie dobierających się zespołach.

Drużna Ela Andrzejowska, hm, opracowała jak to będzie wyglądało:

Pragnąc podkreślić ważność sprawności w naszej pracy tworzymy na Złocie zespoły sprawnościowe.

Celem zespołów jest: częściowo służyć dla całości Złotu, częściowo indywidualne zdobywanie punktów z wybranych przez siebie sprawności. Harcerka, która będzie miała uprzednio zdobyte niektóre punkty, będzie mogła zakończyć sprawność na Złocie.

Zespół "A" SPRAWNOŚCI NIESIENIA POMOCY

Ratownicza I, Ratownicza II, Opiekunka chorych, Opiekunka dzieci.

Zespół "B" SPRAWNOŚCI POLOWE

Pionierka, Miernicza, Kartografka, Ratownicza przyrody, Sygnalistka, Tropicielka, Kucharka I.

Zespół "C" SPRAWNOŚCI SPORTOWE

Automobilistka, Gimnastyczka, Kolarka, Miłośniczka gier, Pływaczka I, Lekka stopa.

Zespół "D" SPRAWNOŚCI ARTYSTYCZNE, UMYSŁOWE

Organizatorka przedstawień, Grajek, Dekoratorka, Spiewaczka, Tancerka I, Zdobniczka I, Fotografka I, Sprawność żywego słowa, Tłumaczka.

W następnym komunikacie podamy, które punkty można i należy zdobyć przed Złotem. Na zajęcia sprawnościowe przewidziany jest czas po południu. Każda uczestniczka ma możliwość zgłoszenia się do zespołu według swojego wyboru i zainteresowań.

Potrzebujemy zgłoszeń instruktorek do pomocy w przygotowaniu i prze prowadzaniu prób na powyższe sprawności. Instruktorce w funkcjach, oraz z drużyny instruktorek są proszone o jak najszybsze zgłoszenie do Głównej Kwatery Harcerek jakie sprawności mogłyby przeprowadzić.

Węzełek nr 116 "Złot 1932"



Sprawność „otwartych oczu”



1. Był na zlocie harcerskim lub skautowym przez cały czas jego trwania.

Przebieg złotu opisz na zbiorce zastępu lub na zebraniu harcerzy, albo opisz do gazetki ściennej, piosenka, lub kroniki - sam lub do spółki z innymi. Wykaż przy tym, że brał udział w ważniejszych zdarzeniach złotu i dobrze je zapamiętał.

2. Miał na zlocie otwarte oczy.

Przedstawi sporządzony przez siebie samego z zastępem zbiór obserwacji w postaci notatek, rysunków lub fotografii dotyczących ogólnie całego złotu, albo poszczególnych dziedzin, np. obozowitwa, gospodarki, pokazów pionierki, zdobnictwa, obrzędów, ognisk itp.

Opowie jakie zaobserwował charakterystyczne różnice między swą drużyną, a drużynami przynajmniej dwóch innych środowisk i wykaże, że zapoznał się z kilkoma ich ciekawostkami.

3. Urządzi z zastępem pokaz wedle pokazu widzianego na zlocie, albo odpiewa piosenkę, której nauczył się na zlocie.

4. Urządzi na obozie drużyny lub przygotuje na przyszłoroczny obóz przynajmniej jeden przedmiot urządzenia obozowego, z którego wzór wziął na zlocie.

5. Zaznajomił się przynajmniej z jednym harcerzem z innej chorągwi albo ze skautem zagranicznym.

Udowodni tę znajomość wymianą korespondencji, lub ugoszczeniem poznanego przyjaciela u siebie w domu.

Wskazówki.

Powyższe wymagania odnoszą się do prób odbywanych już po zlocie. Próby te wolno przeprowadzić tylko w ciągu roku, to jest do jesieni roku następującego po zlocie /1 września 1932/.

PAMIĘTAJ

ZE KAŻDYM, KTO
CZYTA, NA TERENIE
POWINIEN ZAŁOŻYĆ
REZERWUJĄCIE I

Sprawności

Drużynowi !

Jeżeli zainteresujecie kilku chętnych kandydatów do sprawności, złot stanie się interesujący, a równocześnie nawiążecie wiele serdecznych kontaktów. O to nam właśnie chodzi.

przyjaciel harcerzy



1. Wymienił kilkakrotnie listy z harcerzem czy harcerką za granicą, a przynajmniej sam wysłał kolejno trzy listy. W listach wysłał opis zdarzenia z życia drużyny lub zwozajów czy projektów drużyny, np. regulamin zawodów zastępów, program pracy zastępu, prawidła ćwiczenia polowego, program pokazu.

2. Podzielił się z innymi zdobyczą osiągnięty dzięki tej korespondencji. Opowie na zbiorce zastępu lub opíše do pisenka ściennego lub kroniki, czego dowiedział się z listów i skądinąd o kraju, w którym zamieszkuje jego korespondent, o tamtejszej Polonii, o warunkach życia i o pracy harcerzy polskich.

3. Wprowadza obyczaj korespondencji "po harcersku". Przedstawi list napisany na sposób harcerski, przygotowany do wysłania oraz okaże trzy projekty dalszych takich listów.

4. Wysłał pisma lub książki polskie innym harcerzom polskim za granicą.

5. Zna życie Polaków za granicą. Przedstawi w sposób dający się zużytkować do gawędy, referatu lub artykułu /dla Na Tropie/ wiadomości o Polakach za granicą /liczebność, ważniejsze ośrodki, warunki życia/, o ich naczelnej organizacji i sposobie działania. Przedstawi swój pogląd na rolę i zadania harcerstwa polskiego za granicą. Namówił przynajmniej jedną osobę do utrzymywania łączności z harcerzami za granicą.

Wskazówki:

Sprawność nadaje się dla harcerzy starszych - 14 do 16 lat. Może być zdobywana pojedynco lub całym zastępem. Przewodniczący komisji określili sposob sprawdzania wysyłki listów, by przedstawiały pewną wartość jako poddanie pomysłów do pracy harcerskiej.

List "po harcersku" może być np. pisany alfabetem Morse a lub indyjskim, albo szyframi; może zawierać np. opis przebiegu ćwiczeń ze szkiecem i określeniem zadania, które na tym szkiecu wykonac ma korespondent, np. wyrysowanie stanowiska lub drogi przybytej; może też zawierać sznurki związane na węzły harcerskie i opatrzone rysunkowymi objaśnieniami ich praktycznego zastosowania. Wielkość wysyłki z portarkiem zależy od warunków indywidualnego kandydata.

Sprawności harcerskie



Kronika Harcerska

"Z Dzieckiem Swoim Rozmawiaj Po Polsku
i Przekaż Mu Polskie Tradycje"

Dziennik Związkowy - Chicago

Harcerska Praca

Wewnętrzna i Zewnętrzna

Ostatni okres naszej pracy znaczył się licznymi wystąpieniami i częstym udziałem na zewnątrz i to nie tylko naszej młodzieży, ale również członków Kręgu St.-h. i K.P.H. Nasze własne imprezy to: Sw. Mikołaj dla zachów, "Oplatek" Kręgu St.-h., Sylwester K.P.H. (impreza dochodowa) i "Oplatek" Obwodu Chicago.

Udział nasz w imprezach organizowanych przez innych był znacznie częstszy. Uczestniczyliśmy w miejskiej wystawie grup etnicznych - całości Obwodu; w "Dniu Polskim" w Muzeum Wiedzy i Przemysłu, wreszcie udział naszej starszej młodzieży w manifestacjach w związku z ogłoszonym stanem wojennym w Kraju - 13 i 27 grudnia; w strajku głodowym od 28 grudnia - przez 65 godzin; 2 stycznia - udział we Mszy św. w intencji pokoju w Kraju Iniegowym i organizowanym przez Komitet Młodych - w 90% udział młodzieży harcerskiej i jej rodziców, a odprawione przez Kapelana Obwodu ks. Z. Góreckiego i wreszcie w dniu 24 stycznia 82 - udział w dyskusji na temat przyszłości Poloni z przedstawicielami najliczniejszych organizacji polonijnych dorosłych i młodego pokolenia.

Wszędzie tam Harcerstwo - którego głównym zadaniem jest wychowanie młodzieży - brało pełen, czynny udział. W międzyczasie odbywa się normalna co tygodniowa praca w jednostkach.

Udział nasz w życiu społeczeństwa dorosłych jest tylko jedną z form naszego oddziaływania wychowawczego na młodzież. Przez spełnianie przez młodzież odpowiednich ról w życiu i wystąpieniach społeczeństwa - następuje spontaniczna identyfikacja młodych z celami Polonii.

Tą drogą dokumentujemy fakt, że jesteśmy integralną częścią naszego społeczeństwa.

Jak już podkreśliśmy - główne nasze zadanie jako Ruchu wychowawczego - to wychowanie czyli budowanie mocnych charakterów i umożliwienie dojrzewania pełnej osobowości powierzonej nam przez rodziców młodzieży: od skrzatów, zachów, harcerzy, harcelek, wędrowników aż do szkolenia młodych kierowników pracy - instruktorów.

To zadanie nasze numer jeden, któremu - rzecz zrozumiała - poświęcamy najwięcej wysiłku i najwięcej czasu.

Podajmy Sobie Braterską Dłoń

Daleko za Oceanem Atlantyckim znajduje się miejsce, z którego promieniuje energia pobudzająca działalność harcerską, wreszcie tam, gdzie żyją i działają gromady, drużyny, hufce.

Zródło to nosi nazwę "Na Tropie" i mieści się w Londynie, przy 47 Rutland Gate. Sercem są jego jest hm. Ignacy Plonka, redaktor od 29 lat.

Pismo to jednoczy rozproszonych, pomaga tym, którzy umieją - zaprawieni na radach drużyn czy hufców - czy też kursach - i chcą korzystać z bogatych materiałów umieszczonych w "Na Tropie". Obok materiałów potrzebnych na zbiórki są również wiadomości o życiu harcerskim na różnych kontynentach.

"Na Tropie" dotąd jest samowystarczalne dzięki ofiarności jego redaktora i najbliższych jego współpracowników oraz naszym prenumeratorom, w których prym prowadzi Chicago. Ze względu na coraz wyższe koszty pocztowe roczna prenumerata - za 12 numerów - choć podwyższona wynosi tylko \$8. Można ją zamawiać lub odnawiać u Administratora wydawnictwa na teren St. Zjedn. - druha T. Terpina, 6965 W. Belmont, Chicago, Illinois 60634.

Przyjmuje on również prenumeratę "Węzła" - pisma dla instruktorów cena \$8, oraz "Ogniska" (pismo Instruktorów \$8).

Zwracamy się z gorącym apelem do wszystkich, którzy dotąd prenumerowali wspomniane pisma o jak najszybsze odnowienie, a tych, którzy pragną teraz zapoznać się z tymi wydawnictwami o przesłanie swej prenumeraty do Administratora.

Podajmy pomocną dłoń tym, którzy się trudzą, byśmy mogli otrzymać wieści o naszej wielkiej rodzinie harcerskiej rozsianej po świecie.



Akcja Szerepu Sarka Hupa W służbie Polsce

- wedle Zawiszy nr 18 -

Jeszcze niedawno temu mówiliśmy w Szczepie o "Solidarności", o pogotowiu zmiwnym, o harcerzach i młodzieży w Polsce ... i zastanawialiśmy się jak możemy dopomóc.

Tragiczne wypadki w Polsce zmobilizowały nas do akcji. Członkowie Szerepu już 14 grudnia 1981 protestowali pod Ambasadą "Polski Ludowej", potem modliliśmy się w czasie nocnego czuwania w naszym kościele, uczestniczyliśmy w wielkim marszu protestacyjnym z Hyde Park pod ambasadę, roznosiliśmy ulotki, braliśmy udział w wiecu w Albert Hall u ...

Nie możemy jednak poprzestać na tym. Nasi bracia i siostry, a wśród nich wiele harcerzy i harcerek oraz ich rodziny potrzebują szczególnie teraz naszej konkretnej, ciągłej pomocy.

Akoję zbierania i wysyłania odzieży będziemy dalej kontynuować, rozszerzając ją na szkoły i biura angielskie. Również nawiązaliśmy ścisły kontakt z "Medical Aid for Poland" i będziemy zbierać na ten cel fundusze oraz pomagając w pakowaniu i sortowaniu w domu zebranych rzeczy. Niektórzy włączają się indywidualnie w stałą współpracę w innych ośrodkach pomocy Krajowi.

Wszyscy musimy stanąć do służby harcerskiej Polsce i wywiązać się z niej jak najsolidniej.

Czuwaj!

dh Stefan

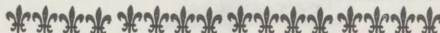
Ja co jeszcze ...

SOLIDARNOŚĆ

Wstrząśnięta wiadomością o proklamowaniu stanu wojennego w Polsce, młodzież harcerska zorganizowała nocne czuwanie w kościele Chrystusa Króla, na Balham /Londyn/, w celu wspólnej modlitwy za Polskę, cierpiących, aresztowanych i pomordowanych rodaków.

Rozpoczęto czuwanie Mszą świętą, a potem odmawiano wspólne modlitwy i śpiewano pieśni religijne. Były też głośne rozmyślenia prowadzone przez Jasia Stepana. Janek Kaczmarek /hufoowy/ podawał co pewien czas aktualne wiadomości z Kraju. Po północy ks.K.Grzymała przywodził grupę z Śaling, która śpiewała pieśni przy akompaniamencie gitar. Czuwanie zakończono o 7-mej rano.

O.W.



na rzecz Solidarności

W niedzielę po Bożym Narodzeniu młodzież z całego Londynu zebrała się pod ambasadą PRL. Śpiewaliśmy kolędy jako protest przeciwko akcji rządu PRL. Wszystko odbyło się spokojnie ku wielkiej uldze policji.

J.B.

modlitwy...demonstracje

W niedzielę 27 grudnia 1981 też modliliśmy się za Polskę. Rano została odprowadna Msza św. w Westminster Cathedral. Następnie marsze protestacyjne pod ambasadę PRL, zakończone kilkugodzinnym czuwaniem i nabożeństwem w naszym kościele na Balham.

31 grudnia 1981 wiele młodzieży i starszych zebrało się znowu przed "Trzema Krzyżami" /wzniesionymi na ulicy przed ambasadą PRL w Londynie/ i zakończono rok modlitwami, śpiewaniem kolęd, pieśni religijnych i narodowych przy tysiącu zapalonych świec.

O.W.

Lekarstwa do Polski

Otrzymałam telefon od drużny Bogdanowiczowej, że są potrzebne osoby do uporządkowania i przygotowania domu używanego przez Angielkę na składy "Medical Aid for Poland".

Będąc trochę zaśniedziałą, jeżeli chodzi o technikę harcerską, miałam niemało trudności w znalezieniu tego budynku przy 107 Beaufort Str. Stanęłam przed 107 Beaufort Mansions i dzwoniłam do drzwi bez skutku. Nadszedł Waoek H., też dzwonił bez skutku ... Szczęśliwie nadjechał druh Stefan, który zabrał nasze położenie, stwierdził, że jesteśmy w złym miejscu i skierował nas do właściwego domu, gdzie już pracowało sporo ludzi.

Zabraliśmy się i my do mycia i sprzątnięcia ...

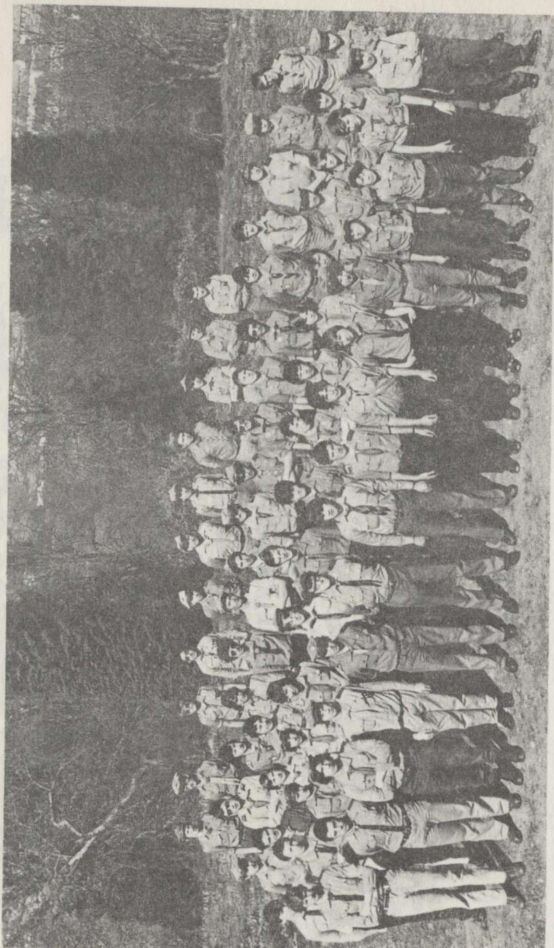
a właśnie, że nas obchodzi ... H.F.

Ile razy słyszałem te same słowa: "Co polska młodzież robi? Nie czują się Polakami? Co ich obchodzi Ojczyzna." Nawet kiedy byłam latem w Polsce, przekonywano mnie, że cokolwiek mogę mówić, to jednak jestem tylko Angielką. No i teraz, chociaż jest mi bardzo smutno z powodu dzisiejszej tragedii w Polsce, to jednak okazało się jasno komu Ojczyzna jest bliska sercu.

Kto organizuje i aktywnie popiera demonstracje przed ambasadą PRL na pierwszą wieść o stanie wojennym w Polsce? Kto bierze czynny udział w demonstracjach i w zbiorce odzieży, leków i pomocy wysyłanych do Polski? Właśnie my - tu urodzona, tu wychowana młodzież polska.



Jedna z wielu.



Złaz wędrowników W. Brytania 1980.

fot. phm J. Świętochowski.



Rok XXXV.
Numer 3-4.

Marzec
Kwiecień
1982.

Na tropie

Miesięcznik młodzieży harcerskiej wydaje Naczelniactwo Z.H.P. poza granicami Kraju.

Redaktor od 1953 r. - hm Ignacy PŁONKA, 30 Anson Rd., London NW2 3UU, England.
Zespół redakcyjny: hm J. Hebda, phm M. Nalewajko, hm J. Nedy J., hm B. Fancewicz,
hm. W. Spławska, phm A. Świętochowski, hm Z. Szydło, hm M. K. Wariwoda, hm W. Wenzel.
Adresy:

Redakcja - "Na tropie" - 30 Anson Rd., London NW2 3UU, England.
Administracja - "Na tropie", 47 Rutland Gate, London SW7 1PB, England.

W. Brytania - hm L. Kliszewicz, 7 Bridgford Rd., West Bridgford, Nottingham NG2 6AN.

Ameryka - dz. h. T. Terpin, 6961 W. Belmont Ave., CHICAGO 60634, USA.

Australia - phm St. Janus, 31 St. Hubert Rd., East Ivanhoe, Victoria 3079, Australia

Francja - hm L. Kosmala, 4 rue Begin, 57000 METZ France.

Kanada - hm B. Bakrycz, Kaszuby RR2, P.O. Barrys Bay, Ontario K0J-1B0, Canada.

Warunki prenumeraty - roczna: W. Brytania L 2,50; Francja 20 franków;

St. Zjednoczone, Australia, Kanada po 6 dolarów. Nr. pojed. 25p. 2 franki, 60 centów.

Przekazy pocztowe wypełniać: "Na tropie", Polish Boy Scouts and Girl Guides Assn.

