

● Informacje z Łodzi, regionu, kraju i ze świata ● Plotki, ciekawostki

MAGAZYN

● Smaki Polski - charakterystyczne dania regionalne STR. 20-21



MARTYNA WOJCIECHOWSKA:

Trudniej zejść ze szczytu niż na niego wejść... STR. 16-17

● Pojednania polsko-ukraińskiego nie da się zbudować na pustych gestach i słowach... STR. 12-13

EXPRESS

ilustrowany



KULTOWY SERIAL „ALTERNATYWY 4”

● Portret zbiorowy mieszkańców kraju nad Wisłą u schyłku PRL-u STR. 11

SKORO ŁÓDŹ JEST ROZKOPANA JAK NIGDY, TO... STR. 3



BILETY MPK ZNÓW POWINNY BYĆ WAŻNE DŁUŻEJ!



CO DALEJ Z PAWILONEM? STR. 6



KOLEJ WAKACYJNY ROZKŁAD JAZDY STR. 8



REKLAMA

0011521329



EKSPRES LOSY CO ZA SZTOSY



PONAD 600 000 000 ZŁ NA WYGRANE!

GRAJ W PUNKTACH



18+

EXPRESSOWO



Na ul. Struga już pojawiły się zafoliowane znaki nakazu skrętu w prawo. Skrzyżowanie zostanie zamknięte dziś wieczorem.

ŚRÓDMIEŚCIE Weekendowe prace na ważnym skrzyżowaniu. Dziś na skrzyżowaniu al. Kościuszki z ul. Struga rozpocznie się wymiana torów tramwajowych. Jak nietrudno się domyślić spowoduje to duże utrudnienia w ruchu oraz wycofanie tramwajów z al. Kościuszki. Kierowcy napotkają brak możliwości przejazdu ul. Struga na wprost i zwięźnienie do jednego pasa ruchu al. Kościuszki. Prace torowe będą prowadzone wyłącznie w weekendy, aby nie powodować w tygodniu korków i problemów z dojazdami do pracy komunikacja miejską. Brygady MPK będą pracowały w kolejnych weekendach - począwszy od dziś - od godz. 18:30 do niedzielnego wieczora. W ciągu dnia, od poniedziałku do piątku, tramwaje al. Kościuszki i ul. Zachodniej będą kursować bez zmian. - W weekendy, podczas prowadzenia prac, skrzyżowanie będzie zamknięte. Przejazd będzie możliwy jednym prawnym pasem al. Kościuszki i tylko na wprost. Od strony ul. Struga skręcimy tylko w prawo. Przejazd dalej w kierunku Polesia dostępny dzięki zawrotce za ul. 6 Sierpnia - mówi Tomasz Śliwiński, rzecznik Zarządu Dróg

i Transportu w Łodzi. - Z kolei w tygodniu, gdy nie będą prowadzone prace, ruch na al. Kościuszki będzie się odbywał normalnie, a po ul. Struga będzie możliwy przejazd przez skrzyżowanie z al. Kościuszki we wszystkich kierunkach, ale tylko jednym pasem.

Zmiany tras tramwajów, komunikacja zastępcza Podczas wykonywania prac torowych, tj. od piątkowego wieczora do niedzieli włącznie, tramwaje linii 2, 6 oraz 11 będą kursować przez rondo Lotników Lwowskich i dalej al. Politechniki, ul. Gdańską i Legionów, a potem swoimi normalnymi trasami. Natomiast tramwaje linii 3 i 7 pojadą Piotrkowską, al. Piłsudskiego, ul. Kilińskiego, Północną i dalej od Zachodniej bez zmian. W zamian za wycofane tramwaje uruchomiona zostanie tramwajowa linia zastępcza Z na trasie Chocianowice Ikea - pl. Niepodległości - Piotrkowska Centrum oraz tramwajowa linia Z2 (Piotrkowska Centrum - pl. Niepodległości).

Na pozbawionym tramwajów odcinku al. Kościuszki i Zachodniej komunikację zapewni wydłużona linia Z6, która połączy Bałuty z wielkim przystankiem MPK przy Centralu. **(JAZ)**

Pierwsza fala upałów. Gorący początek lata

Po czerwcowych chłodach, ulewach, wiatrach, generalnie fatalnej pogodzie, zbliża się zmiana. I najwyższy czas. Wszak w niedzielę, 21 czerwca, nadejdzie lato, a po kilku dniach zaczną się wakacje. Zmiana aury ma być radykalna. I to już od dziś. Temperatura zacznie rosnąć, by w weekend osiągnąć ponad 30 stopni w cieniu.

Magdalena Rubaszewska

W piątek, 19 czerwca, w Łodzi i w całym kraju będzie pogodnie. W Łodzi ma być 28 stopni. Sobota zapowiada się najgorętsza. W Łodzi termometry mogą pokazać 33 stopnie, ale temperatura odczuwalna będzie jeszcze wyższa, na niebie nie pojawią się chmury, wiatr nadal będzie słaby.

Upał nie odpuści w niedzielę, 21 czerwca, tego dnia rozpocznie się astronomiczne lato. Zachmurzenie nadal będzie małe i umiarkowane, jednak okresami wzrastające do dużego. W centrum, w tym w Łodzi możliwe przelotne opady deszczu, lokalnie ulewy i burze. Termometry pokażą w Łodzi 29 st. C.

Początek tygodnia również gorący. W poniedziałek, 22 czerwca, zachmurzenie będzie umiarkowane i duże, może przelotnie padać deszcz, lokalnie intensywny, mogą wystąpić burze. Temperatura wciąż wysoka - 26 stopni.



Najbliższy weekend w Łodzi będzie upalny. Latem taki trafi się nie raz.

Astronomiczne lato zacznie się w niedzielę o godz. 10.24, potrwa 94 dni, by zakończyć się w środę, 23 września, o godz. 2.05. Wtedy nastanie jesień.

Pierwsze dni tegorocznego lata będą upalne za sprawą wyżu afrykańskiego. Gorące powietrze z południa napływa do Europy. Takiego gorącego czasu należy spodziewać się i tego lata. Jednak na zmianę z niżami znad Oceanu

Atlantyckiego, z burzami, nawałnicami, ulewami. Będzie to taka pogodowa przekładanka. Dynamiczna, zmienna aura, głównie w lipcu, w sierpniu powinna się ustabilizować - mówi Zdzisław Cyganiak, obserwator pogody z Wartkowic nad Nerem.

W przyrodzie lato trwa, jeszcze kwitną jaśminowce, piwonie, facelia, koniczyna, zaczynają kwitnąć lipy.

RELAKS

Park na Zdrowiu

BICIE REKORDU POLSKI WE WSPÓLNYM POWITANIU SŁOŃCA

Filip Kijewski

W niedzielę, 21 czerwca, w Parku na Zdrowiu dzieci z Dziecięcej Jogosfery z rodzinami spróbują ustanowić nieoficjalny rekord Polski w największym powitaniu Słońca. Odbędzie się to z okazji Międzynarodowego Dnia Jogi i będzie otwarte dla wszystkich chętnych.

Spotkanie zaplanowano przy dużym placu zabaw. Piknik rozpocznie się o godz. 11, a próba bicia rekordu w masowym powitaniu Słońca wystartuje o godz. 13.13. Organizatorzy podkreślają, że sekwencja jest prosta i każdy uczestnik może po prostu naśladować osoby prowadzące zajęcia.

Pomysł wyjścia z inicjatywą na tak dużą skalę wyrósł z czteroletniej działalności Dziecięcej Jogosfery, prowadzonej w Łodzi przez instruktorkę jogi Magdalenę Rucińską.

- Chcemy pokazać, że warto sięgać po marzenia i uczyć się radzić sobie z wewnętrzną krytyką, zamiast mu ulegać - mówi Magdalena Rucińska.

W trakcie pikniku uczestnicy przejdą symboliczną ścieżkę historii dzieci z Dziecięcej Jogosfery. Organizatorzy zapowiedzieli opowieści o spełnionych marzeniach, pracy z emocjami i oswojaniu lęku. W programie znalazł się taniec jogowy, wspólna praktyka jogi dla dzieci i rodziców oraz medytacja dostępna dla każdego, niezależnie od doświadczenia.

Bardzo zależy mi, żeby odczarować jogę. To nie jest kwestia religii, tylko nauka uważności, wdzięczności i lepszej relacji z samym sobą - podkreśla Rucińska. Jak zaznacza, dzieci w Jogosferze uczą się mówić o sobie dobrze, dostrzegać swoje mocne strony i budować poczucie własnej wartości. Organizatorka zachęca, by na wydarzenie przyszedł całe rodziny. - Zapraszamy wszystkich łódzian, którzy chcą spędzić niedzielę aktywnie i z uśmiechem - mówi.

Piknik zakończy się ok. godz. 14. Uczestnicy powinni zabrać ze sobą maty, ręczniki lub koce.

Czołgał się po ulicy Sanitariuszek...

Ten 10-tygodniowy kot został znaleziony na ul. Sanitariuszek. 17 czerwca trafił do schroniska dla zwierząt. Jest po wypadku, ale pod opieką weterynarzy. Jego właściciel lub osoba, która chciałaby go przysiąść, może zadzwonić pod nr 501 437 232 lub 724 402 447.



FOT. SCHRONISKO-ŁÓDŹ.PL

Temperatura w Łodzi

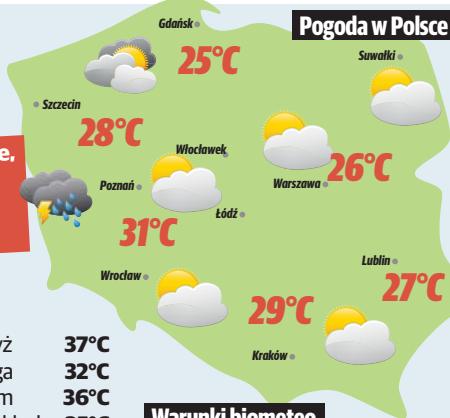
dzień **28°C**
noc **16°C**

Zachmurzenie małe, wiatr słaby, południowo-zachodni.

Dzisiaj w Europie

Ateny	30°C	Paryż	37°C
Berlin	33°C	Praga	32°C
Bruksela	27°C	Rzym	36°C
Dublin	20°C	Sztokholm	25°C
Helsinki	18°C	Wiedeń	32°C
Londyn	29°C	Wilno	32°C
Madryt	36°C	Zagrzeb	34°C

Pogoda w Polsce



Warunki biometeo

KORZYSTNE

Pogoda dla Łodzi na trzy dni

Sobota
dzień **33°C**
noc **18°C**

Niedziela
dzień **29°C**
noc **18°C**

Poniedziałek
dzień **26°C**
noc **13°C**

REKLAMA 0011496686

Łódź, ul. Inflancka 52, www.kmmokno.pl
tel. 42 659 99 77, 604 976 009

KMM OKNO
FABRYKA OKIEN

OKNA z PCV oraz ALU
żaluzje • rolety • plisy

EKSKLUZYWNE ORAZ TANIE

KBE Roto GLASSOLUTIONS

EXPRESS ilustrowany

www.expressilustrowany.pl
e-mail: express@express.lodz.pl

REDAKCJA 90-532 Łódź, ul. ks. I. Skorupki 17/19
Redaktor naczelny Marek Krzciuk
Sekretariat 42 66 59 300
BIURO REKLAMY Polska Press Sp. z o.o. Oddział Biuro Reklam w Warszawie Filia Łódź, ul. ks. I. Skorupki 17/19, 90-532 Łódź, tel. 6659-400.

Ogłoszenia na telefon 0-800 47-28-52. Adresy i telefony biur ogłoszeń na stronach ogłoszeniowych
WYDAWCA Polska Press Sp. z o.o. Warszawa 02-672, ul. Domaniewska 45
Prezes Zarządu Polska Press Grupy Zenon Nowak
Prezes Makroregionu Aneta Sarga-Burtan
Dyrektor sprzedaży makroregionu Anna Galsuzka tel. 502 49 92 57
Marketing Paweł Biernacki
Patronaty: patronaty.lodzkie@polskapress.pl

Projekt graficzny Tomasz Bocheński;
Biuro Prasowe: biuroprasowe@polskapress.pl
Biuro Konsumenta PPG,
e-mail: biurokonsumenta@polskapress.pl, tel. 12 688 85 10
DRUK Drukarnia ZPR Media S.A.,
04-190 Warszawa, ul. Jubilerska 10

POLSKA PRESS GRUPA

Prenumerata z dostawą do domu:
bok.prenumerata@polskapress.pl, tel. 42 715 80 68
Garmond: prenumerata dla klientów indywidualnych prenumerataprasy@poczta.pl, tel. 12 422 14 85;
dla firm i instytucji: prenumerataprasy@garmondpress.pl
Kolporter: prenumerata wyłącznie dla firm i instytucji www.prenumerata.kolporter.com.pl, tel. 41 367 88 86;
Poczta Polska: www.prenumerata.poczta-polska.pl, lub w najbliższym urzędzie pocztowym.

© - umieszczenie takich dwóch znaków przy artykule, w szczególności przy aktualnym artykule, oznacza możliwość jego dalszego rozpowszechniania tylko i wyłącznie po uzyskaniu zgody z cennikiem zamieszczonym na stronie http://www.expressilustrowany.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

Fundusze Europejskie

Pierwszy krok do własnego kąta. Ruszył unijny nabór, który może odmienić ludzkie losy

Czasem wystarczy jeden niespodziewany kryzys – nagła choroba, utrata pracy czy rodzinny dramat – aby człowiek stracił grunt pod nogami. Powrót do stabilnego życia bywa wtedy niezwykle trudny. Od 1 czerwca samorządy, fundacje oraz stowarzyszenia mogą ubiegać się o znaczące wsparcie finansowe. Dzięki tym środkom osoby znajdujące się w najtrudniejszej sytuacji życiowej mają szansę odzyskać poczucie bezpieczeństwa.

Bezpieczny dach nad głową jako nowy początek

W ramach naboru w miastach i gminach regionu mogą powstać nowoczesne mieszkania treningowe oraz wspomagane. To przestrzenie, w których pod okiem specjalistów mieszkańcy uczą się samodzielności, prowadzenia domu czy zarządzania własnym budżetem.

Unijne dotacje dają również zielone światło dla innowacyjnych rozwiązań, takich jak model „Najpierw Mieszkanie”. W tym podejściu stabilny, bezpieczny dach nad głową staje się punktem wyjścia do wychodzenia z kryzysu bezdomności. Gdy człowiek przestaje martwić się o to, gdzie spędzi noc, zyskuje siłę do odbudowy relacji społecznych i niezależności.

Pomoc szyta na miarę ludzkich potrzeb

Własne cztery kąty to jednak dopiero połowa sukcesu. Równie ważna jest odbudowa wiary we własne możliwości. W ramach projektów może powstać szeroka sieć działań wspierających - od stałej opieki psychologicznej i doradztwa specjalistycznego, przez grupy wsparcia, aż po pomoc asystentów w załatwianiu codziennych spraw.

W ramach naboru dofinansowanie mogą uzyskać również projekty, w których zaplanowano pomoc rzeczową, a więc dostarczanie potrzebującym żywności czy ubrań. Tego rodzaju działania pozwalają zaspokoić podstawowe potrzeby i dają przestrzeń do stopniowego wychodzenia z kryzysu. Dofinansowanie mogą otrzymać również usługi asystenckie, czyli wsparcie wykwalifikowanych pracowników pomagających w codziennych sprawach osobom z niepełnosprawnościami oraz osobom pozostającym w kryzysie bezdomności.

Uczestnicy takich programów mogą zyskać także szansę na udział w kursach zawodowych, szkoleniach oraz płatnych stażach. Dzięki temu powrót do pracy i pełnej niezależności finansowej przestaje być tylko odległym marzeniem, a staje się realnym celem.

Środki na włączenie społeczne

Na realizację tych działań przeznaczono



no znaczące wsparcie finansowe. Jeden projekt może otrzymać dofinansowanie w wysokości do 95% kosztów. O środki mogą ubiegać się bardzo różne podmioty: od ośrodków pomocy społecznej i samorządów, przez organizacje pozarządowe, aż po spółdzielnie mieszkaniowe i prywatne firmy.

Wnioski można składać wyłącznie w wersji elektronicznej za pośrednictwem aplikacji SOWA EFS. Termin składania wniosków upływa 30 czerwca. Warto wykorzystać ten czas, by tworzyć programy pomagające osobom wykluczonym odzyskać samodzielność i poczucie bezpieczeństwa. Więcej informacji pod adresem funduszeUE.lodzkie.pl.

Obserwuj nasze kanały w social mediach i bądź na bieżąco z Funduszami Europejskimi dla Łódzkiego!



Fundusze Europejskie dla Łódzkiego



Łódź rozkopana, a bilety MPK jak gdyby nigdy nic...

Łodzianie korzystający z komunikacji miejskiej domagają się ponownego wydłużenia czasu ważności biletów jednorazowych. Takie rozwiązanie obowiązywało do końca 2024 r., a jego celem było zrekompensowanie pasażerom niedogodności i dłuższych podróży z powodu intensywnych remontów. Remonty trwają, a przedłużone bilety zniknęły z oferty MPK-Łódź półtora roku temu...

Jacek Zemła

- Po Łodzi nadal jeździ się bardzo trudno, wiele tras tramwajowych jest poprowadzone objazdami, wiele linii zawieszono z powodu remontów, których nie ubywa, a nawet mam wrażenie, że jest ich coraz więcej - mówi pani Iwona, pasażerka MPK.

- Dlatego jak najbardziej uzasadniony jest powrót rozwiązania w postaci dołożenia po 20 minut do czasu ważności biletów. To byłoby po pro-

stu fair wobec korzystających z komunikacji - dodaje nasza Czytelniczka

Wydłużenie czasu ważności biletów MPK obowiązywało przez ok. 3 lata, z drobnymi przerwami. Zostało wprowadzone w marcu 2022 r. i było wielokrotnie przedłużane przez radnych z powodu trwania licznych remontów w mieście. W przebudowie były najważniejsze trasy, takie jak ul. Wojska Polskiego, Legionów, Przybyszewskiego i al. Śmigłego-Rydza. Ostatecznie wydłużony czas przejazdu defi-

nitywnie zakończył się 31 grudnia 2024 r. Nie skończyły się natomiast remonty - znów mamy zamknięcia na Pabianickiej, Rzgowskiej, Legionów, pl. Wolności, Pomorskiej, Nowomiejskiej, Kilińskiego, Franciszkańskiej, a w niedalekiej perspektywie także na głównej arterii tramwajowej Łodzi - al. Kościuszki.

Niebawem zaczną się przebudowa wiaduktu na ul. Kopcińskiego, co spowoduje wycofanie tramwajów z tej ulicy, a w przyszłym roku ma być z kolei remontowana trasa na

Teofilów, czyli ul. Aleksandrowska. Modernizacja planowana jest także na ul. Zielonej i Narutowicza oraz na Konstantynowskiej.

W okresie przedłużenia ważności biletów zasady podróżowania wyglądały następująco:

- Bilet 20-minutowy był ważny przez 40 minut.
- Bilet 40-minutowy był ważny przez 60 minut.



Końca remontów nie widać. Pojazdy MPK z tego powodu notują opóźnienia, a pasażerowie denerwują się, że kontroler tego nie uwzględni i kasują dodatkowe bilety.

FOT. JACEK ZEMŁA

zgodnych z ich nominalem. Oznacza to, że bilet 20-minutowy znowu obowiązuje 20 minut, a 40-minutowy - 40 minut. Wprowadzono jednak przy tym nowy bilet 80-minutowy a w 2026 r. także taryfę przystankową, czyli taką, gdzie płacimy za pierwszy przejechany przystanek złotówkę, a za każdy kolejny (do 19.) 50 groszy. Ta taryfa jest niezależna od czasu przejazdu, a jedynie od liczby pokonanych przystanków.

1 stycznia 2025 r. decyzją Rady Miejskiej w Łodzi MPK powróciło do standardowych czasów ważności biletów

REKLAMA

0011461151

Ponad 1300 uczestników, eksperci i najważniejsze wyzwania cyfrowego świata. Za nami CYBERSEC EXPO & FORUM 2026

Cyberbezpieczeństwo przestało być wyłącznie domeną informatyków. Dziś wpływa na funkcjonowanie państwa, gospodarki, przedsiębiorstw i codzienne życie obywateli. O tym, jak budować odporność cyfrową Polski i Europy, rozmawiali uczestnicy CYBERSEC EXPO & FORUM 2026, które odbyło się w Międzynarodowym Centrum Kongresowym w Katowicach.

Tegoroczna edycja, zorganizowana pod hasłem „We are the firewall”, zgromadziła ponad 1300 uczestników. Przez dwa dni przedstawiciele administracji publicznej, biznesu, środowiska naukowego i instytucji odpowiedzialnych za bezpieczeństwo państwa dyskutowali o wyzwaniach związanych z rozwojem sztucznej inteligencji, ochroną infrastruktury krytycznej, cyberprzestępczością oraz bezpieczeństwem kluczowych sektorów gospodarki.

Katowice miejscem debaty o bezpieczeństwie cyfrowym

W programie wydarzenia znalazły się 24 debaty poświęcone zarówno strategicznym, jak i praktycznym aspektom cyberbezpieczeństwa. Uczestnicy rozmawiali m.in. o suwerenności technologicznej Europy, bezpieczeństwie państwa i samorządów, ochronie zdrowia, energetyce, finansach czy zagrożeniach związanych z dezinformacją.

Jednym z najważniejszych tematów była rosnąca liczba cyberataków i zmieniający się charakter zagrożeń. Jak wskazywał podczas wydarzenia Dariusz Standerski, sekretarz stanu w Ministerstwie Cyfryzacji, tylko w ubiegłym roku w Polsce obsłużono ponad 272 tys. incydentów cyberbezpieczeństwa, a ich liczba wzrosła o 144 proc. rok do roku.

Ekspert podkreślał, że cyberbezpieczeństwo jest dziś jednym z fundamentów bezpieczeństwa państwa i nowoczesnej gospodarki. Coraz większe znaczenie mają również rozwój własnych kompetencji i budowanie niezależności technologicznej.

Największym wyzwaniem pozostaje człowiek

Wielu ekspertów poświadczyło, że człowiek pozostaje najsłabszym ogniwem systemów bezpieczeństwa. Brak wiedzy, pośpiech czy nieuwaga mogą prowadzić do skutecznego ataku wykorzystującego socjotechnikę, phishing czy coraz bardziej zaawansowane narzędzia oparte na sztucznej inteligencji.

Jak wskazywali eksperci, to właśnie człowiek pozostaje najsłabszym ogniwem systemów bezpieczeństwa. Brak wiedzy, pośpiech czy nieuwaga mogą prowadzić do skutecznego ataku wykorzystującego socjotechnikę, phishing czy coraz bardziej zaawansowane narzędzia oparte na sztucznej inteligencji.



Dlatego podczas debat wiele uwagi poświęcono budowaniu kultury bezpieczeństwa, edukacji oraz rozwijaniu kompetencji cyfrowych.

Region stawia na nowe technologie i bezpieczeństwo

Nieprzypadkowo gospodarzem wydarzenia były Katowice. Województwo Śląskie od lat rozwija kompetencje związane z nowymi technologiami, transformacją przemysłową i cyfryzacją.

W regionie działają uczelnie techniczne, centra badawcze i firmy rozwijające rozwiązania dla gospodarki przyszłości. Podczas CYBERSEC EXPO & FORUM wielokrotnie podkreślano znaczenie współpracy pomiędzy administracją, biznesem i nauką. Współgospodarzami wydarzenia były Górnośląsko-Zagłębiowska Metropolia, Miasto Katowice oraz Województwo Śląskie.

Nagrody dla liderów cyberbezpieczeństwa

Integralną częścią wydarzenia była

pierwsza gala CYBERSEC Awards. Wyróżnienia otrzymały osoby i instytucje, które w szczególności przyczyniają się do wzmacniania cyberodporności Polski.

Nagrody trafiły m.in. do Orange Polska i PZU w kategorii Firma Roku, NASK – Państwowego Instytutu Badawczego oraz Politechniki Śląskiej w kategorii Lider w Cyberedukacji. W kategorii Mistrz Cyberbezpieczeństwa wyróżniono Centralne Biuro Zwalczenia Cyberprzestępczości oraz gen. dyw. Karola Molendę. Nagrodę za Innowację Roku otrzymał NASK – PIB za Polski System Dystrybucji Klucza Kwantowego, a dodatkowo wyróżnienie przyznano Wojskom Obrony Cyberprzestrzeni.

– Hasło tegorocznej edycji CYBERSEC brzmi „We are the firewall”. To ważne przypomnienie, że cyberbezpieczeństwo nie zaczyna się i nie kończy na technologii. Tworzą je ludzie – eksperci, naukowcy, urzędnicy, przedsiębiorcy, edukatorzy i wszyscy ci, którzy każdego dnia budują odporność cyfrową państwa, gospodarki i społeczeństwa – podkreśla Aleksandra Helbin, redaktor naczelna WNP.pl.

Organizatorzy zapowiadają dalszy rozwój wydarzenia. Tegoroczna edycja była pierwszą przygotowaną przez Grupę PTWP i potwierdziła rosnące znaczenie Katowic jako miejsca debat o bezpieczeństwie cyfrowym oraz nowych technologiach.

Cztery kamienice będą zburzone

Urząd Wojewódzki wydał dwie decyzje administracyjne dotyczące tunelu średnicowego. Pierwsza z nich dotyczy przejęcia przez Polskie Linie Kolejowe SA czterech kamienic - przy al. 1 Maja 19, 21, 23 i ul. Próchnika 44 oraz wypłatę z tego tytułu odszkodowania właścicielom lokali z wywłaszczonej kamienic. Druga decyzja nakłada na właściciela maszyny TBM obowiązek jej wydania do korzystania w celu dokończenia budowy tunelu.

Jacek Zemła

Przygotowanie wycen przez niezależnego rzeczoznawcę majątkowego wyznaczonego przez wojewodę potrwa ok. 60 dni, potem zaczną się wypłaty odszkodowań. Płacić będą PKP PLK.

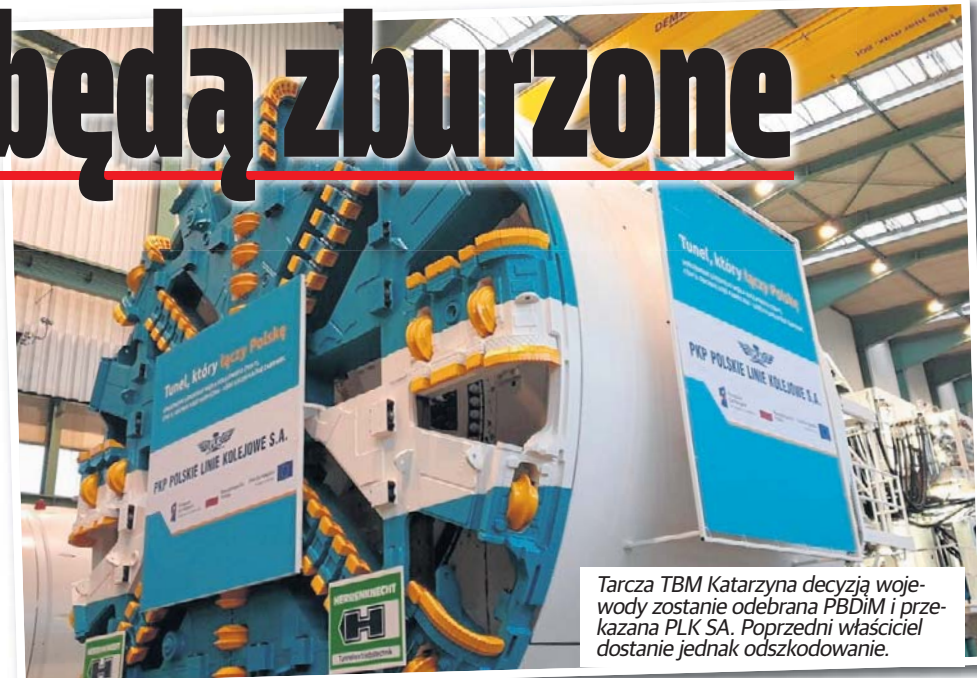
- Ich wysokość będzie ustalana indywidualnie, według wartości odtworzeniowej nieruchomości, bez uwzględnienia stopnia ich zużycia - informuje Rafał Wilgusiak z zespołu prasowego PKP Polskie Linie Kolejowe SA. - Mieszkańcy objęci czasową relokacją mają zapewnione wsparcie - PLK SA

pokrywa koszty pobytu w hotelach lub wypłaca ekwiwalent na najem lokalu. Wsparcie to przysługuje maksymalnie przez okres 12 miesięcy od wejścia w życie nowych regulacji, tj. od 29 stycznia 2026 r.

Zgodnie z drugą decyzją, wojewoda łódzki nałożył na właściciela maszyny TBM (firmę PBDiM z Mińska Mazowieckiego) obowiązek jej wydania PLK SA do korzystania w celu kontynuacji budowy tunelu. To rozwiązanie - tak samo jak w przypadku nieruchomości - jest możliwe dzięki obowiązującym od stycznia 2026 r. przepisom znowelizo-

wanej ustawy o transporcie kolejowym. Regulacje w tym względzie pozwalają inwestorowi przejąć niezbędne mienie ruchome, gdy jest to konieczne dla ochrony interesu publicznego, a także zapewnienia bezpieczeństwa i ciągłości robót.

- Obie decyzje wojewody - dotycząca wywłaszczenia kamienic oraz wydania tarczy TBM - są kluczowe dla wzniesienia drążenia tunelu średnicowego. Dzięki nim możliwe będzie sprawne kontynuowanie prac tunelowych, które w przyszłości poprawią jakość podróży kolejowych w Łodzi



Tarcza TBM Katarzyna decyzją wojewody zostanie odebrana PBDiM i przekazana PLK SA. Poprzedni właściciel dostanie jednak odszkodowanie.

FOT: GRZEGORZ GABASINSKI

i całym kraju - mówi Marcin Mochocki, dyrektor ds. realizacji inwestycji PKP Polskie Linie Kolejowe S.A.

Postępuje proces przekazywania lokali dla mieszkańców o statusie najemców, realizowany przez Zarząd Lokali Miejskich w Łodzi. PLK SA zakłada, że działania te zostaną sfinalizowane do końca 2026 r. Spółka pozostaje w stałym kontakcie z mieszkańcami i prowadzi działania informacyjne oraz organizacyjne, aby ułatwić im przejście przez ca-

ły proces. PLK SA angażują się również w organizację wyjazdu wakacyjnego dla dzieci z relokowanych kamienic. Jego realizacja planowana jest na sierpień.

- Równolegle trwają przygotowania do wzniesienia robót budowlanych. Obejmują one m.in. analizę dotychczas wykonanych prac oraz ocenę stanu technicznego maszyny TBM po ponad 16 miesiącach postoju - informują PLK. - Dodatkowym impulsem dla inwestycji jest podpisane 3

czerwca porozumienie pomiędzy PLK SA a spółką Centralny Port Komunikacyjny. Dokument wzmacnia współpracę przy realizacji łódzkich tuneli (średnicowego i kolei dużych prędkości) oraz umożliwia sprawniejszą koordynację robót, szczególnie w obrębie stacji Łódź Fabryczna. CPK przejmie część robót konstrukcyjnych komory Fabrycznej, natomiast PLK SA zapewnią finansowanie, dokumentację projektową i formalne przygotowanie inwestycji.

MATERIAŁ INFORMACYJNY FUNDACJI ORLEN IM. I. LUKASIEWICZA

Pomysły, które mogą zmienić świat. Finał programu „Inżynierowie Przyszłości”

Młodzi konstruktorzy, przyszli inżynierowie i naukowcy z całej Polski spotkali się w Warszawie, by zaprezentować efekty swojej wielomiesięcznej pracy badawczej. Systemy stabilizacji kapsuł stratosferycznych, inteligentne urządzenia wspierające seniorów, autonomiczne systemy segregacji odpadów czy nowoczesne opatrunki bioaktywne - to tylko część projektów przedstawionych podczas Ogólnopolskiej Konferencji „Inżynierowie Przyszłości”. Wydarzenie było zwieńczeniem trzeciej edycji programu edukacyjnego realizowanego przez Fundację ORLEN im. Ignacego Łukasiewicza.

Konferencja odbyła się 9 i 10 czerwca w Muzeum Gazowni Warszawskiej. W spotkaniu uczestniczyli finaliści programu, ich opiekunowie naukowcy, przedstawiciele środowiska akademickiego, eksperci oraz popularyzatorzy nauki. Dla wielu młodych badaczy była to pierwsza okazja do zaprezentowania swoich osiągnięć przed gronem specjalistów i jednocześnie waż-

ny krok na drodze do kariery naukowej.

Od inteligentnych opatrunków po technologie kosmiczne

Fundacja ORLEN Łukasiewicza od lat wspiera rozwój młodych talentów w obszarach nauk ścisłych i technicznych. Jak podkreślał podczas otwarcia konferencji jej prezes Paweł Kurcz, celem programu jest zachęcanie młodych ludzi do rozwijania pasji i realizowania ambitnych projektów naukowych.

- Misją Fundacji ORLEN Łukasiewicza jest wspieranie młodych ludzi i rozwijanie talentów w takich dziedzinach jak chemia, matematyka, fizyka czy inżynieria. Chcemy, aby młodzież odważnie sięgała po swoje naukowe marzenia - mówił Paweł Kurcz.

Podczas pierwszego dnia konferencji zaprezentowano 20 projektów wyłonionych spośród stu najwyższej ocenionych prac zgłoszonych do programu. Wszystkie otrzymały granty finansowe na realizację badań i rozwój pomysłów. Projekty oceniła kapituła złożona z naukowców reprezentujących czołowe polskie uczelnie,

m.in. Uniwersytet Warszawski, Politechnikę Gdańską oraz Akademię Górniczo-Hutniczą w Krakowie.

Projekty, które mogą trafić do praktycznego zastosowania

Jurorzy nie kryli uznania dla poziomu prezentowanych prac. Jak podkreślał dr inż. Grzegorz Michta, prodziekan Wydziału Inżynierii Metali i Informatyki Przemysłowej Akademii Górniczo-Hutniczej, wielu uczestników wykazało się dojrzałością badawczą porównywalną z młodymi naukowcami.

- To fantastyczni młodzi ludzie, pełni pasji, zaangażowania i naukowej ciekawości. W wielu przypadkach prowadzili badania przy wsparciu uczelni wyższych, co pokazuje, jak ważna jest współpraca między szkołami średnimi a środowiskiem akademickim. Niektóre z prezentowanych projektów mają potencjał patentowy, a ich poziom był naprawdę imponujący - ocenił.

Spśród 20 zaprezentowanych projektów kapituła wyłoniła dziesięciu finalistów, których autorzy otrzymali stypendia naukowe. Nagrodzeni

zostali również opiekunowie naukowcy wspierający młodzież w realizacji przedsięwzięć badawczych.

Nagrody dla najlepszych młodych naukowców

Najwyższe wyróżnienie zdobył Witold Wojdyła, uczeń Zespołu Szkół nr 4 w Jaśle. Jury doceniło jego projekt „FlightLab - zestaw do badania i prezentacji etapów lotu rakiety”. Za interesowanie technologiami kosmicznymi rozwijał od lat, budując modele raket i analizując zasady ich działania.

- Nagrodą jest ogromnym wyróżnieniem, ale sam udział w programie również stanowi nagrodę. To możliwość poznania ludzi o podobnych zainteresowaniach i rozmowy z naukowcami. Takie spotkania otwierają drzwi do świata nauki - podkreślał laureat.

Trzecie miejsce zajął Maksymilian Musioł z Zespołu Szkół Technicznych w Rybniku. Opracowany przez niego inteligentny system wspomaganie seniorów w regularnym przyjmowaniu leków powstał po konsultacjach z lekarzami i został przetestowany przez pacjentów lokalnej przychodni.



0011538011

- Inspiracją była sytuacja w mojej rodzinie. Zauważyłem, jak łatwo pomylić dawkę lub godzinę przyjęcia leków. Chciałem stworzyć rozwiązanie, które pomoże uniknąć takich błędów. W trakcie prac konsultowałem projekt ze specjalistami, którzy wskazywali możliwe kierunki jego rozwoju - wyjaśniał młody konstruktor.

Jego opiekun naukowy, Piotr Tokarz, zwracał uwagę, że urządzenie może znaleźć zastosowanie nie tylko w domach seniorów, ale także w placówkach medycznych.

Nauka, która zaczyna się od pasji

Tegoroczna edycja programu po raz kolejny pokazała, że polska młodzież dysponuje ogromnym potencjałem naukowym, technologicznym i konstrukcyjnym. Wiele prezentowanych rozwiązań mogłoby znaleźć zastosowa-

nie w przemyśle, medycynie czy nowych technologiach, a część z nich przypominała projekty rozwijane przez profesjonalne zespoły badawcze i startupy technologiczne.

Program „Inżynierowie Przyszłości” nie tylko wspiera rozwój młodych talentów, ale również buduje pomost między edukacją, nauką i praktyką. Dzięki wsparciu Fundacji ORLEN Łukasiewicza uczniowie mogą rozwijać swoje zainteresowania, zdobywać doświadczenie badawcze i przekonywać się, że nawet najbardziej ambitne pomysły mają szansę stać się rzeczywistością.

Przedstawiciele Fundacji zapowiedzieli już kontynuację programu w kolejnych latach. Wszystko wskazuje więc na to, że młodych inżynierów i wynalazców, którzy będą zmieniać przyszłość polskiej nauki i gospodarki, nie zabraknie.

Obrońcy blaszaka nie poddają się. Jutro głosowanie w tej sprawie

Obrońcy pawilonu-błaszaka przy ul. Pojezierskiej 2/6 nie poddają się. Przekonują, że remont jest najlepszą opcją i może być znacznie tańszy niż wyliczyła to Spółdzielnia Mieszkaniowa „Pojezierska”.

- To zapraszamy do przetargu
- odpowiadają władze spółdzielni.

Matylda Witkowska

Za kilka dni członkowie Spółdzielni Mieszkaniowej „Pojezierska” zadecydują o przyszłości pawilonu handlowego przy ul. Pojezierskiej 2/6, zwanego przez mieszkańców piśczołliwie „blaszakiem”.

Wiadomo, że blaszak w obecnej formie przestanie istnieć - możliwy jest kapitalny remont albo zburzenie obiektu i zastąpienie go nowym budynkiem mieszkalno-usługowym.

Decyzja wywołała ogromne emocje u najemców lokali w pawilonie i klientów, którzy zakupy robią tam „od zawsze”. Przekonują, że pawilon jest miejscem kultowym, do którego mieszkańcy chodzą już od pół wieku - do spożywczego, apteki, baru mlecznego, szkół tańca i jęz. angielskiego,

klubu seniora kiosku czy fotografa.

- To miejsce jest ważne dla mieszkańców, a dla spółdzielni to jest problem - denerwuje się jedna z klientek.

Obrońcy pawilonu handlowego przy ul. Pojezierskiej 2/6 chcieliby remontu blaszanego obiektu. Założyli grupę na Facebooku „Przyszłość blaszaka - głos mieszkańców SM Pojezierska”, na której przekonują, że warto zostawić działający pół wieku blaszany budynek.

„Pawilon zwany blaszakiem to kultowy obiekt i historia tego osiedla. Nie można go wyburzyć tylko dlatego, że tak się podoba władzom spółdzielni” - pisze jeden z użytkowników.

Tymczasem - według spółdzielni - budynek wymaga kapitalnego remontu, którego koszt wyniesie aż 38,2 mln zł. Tańsze jest wyburzenie pawilonu i wybudowanie go od nowa (30,8 mln zł) lub postawienie budynku mieszkalnego z usługami - całość to koszt 62,5 mln zł, ale budowę pawilonu może sfinansować sprzedaż mieszkań nad nim.



Jeden z apeli do członków spółdzielni przed głosowaniem ws. pawilonu.



Pawilon przy ulicy Pojezierskiej wymaga kapitalnego remontu. Mieszkańcy i najemcy mają jednak do niego duży sentyment.

- To wybór między względami emocjonalnymi a kosztami - mówi Magdalena Banasiak, prezes spółdzielni.

Obrońcy pawilonu przekonują, że remont można zrobić taniej, bo wystarczy wymienić instalację wodno-kanalizacyjną i odnowić elewację.

- Za 38 mln zł można wyremontować Pałac Kultury, ma-

my budowlańca, który za 4 mln zł robi z tego pawilonu perełkę - denerwuje się jeden z najemców.

Prezes SM Pojezierska Magdalena Banasiak wyjaśnia, że w pawilonie w zeszłym roku było sporo awarii. Jest w takim stanie, że wymaga generalnego remontu, który obejmie m.in. dach, ściany, instalacje w budynku, wentylację, usunięcie azbestu, a także pozwoli spełnić dzisiejsze przepisy przeciwpożarowe i energetyczne, zaś 38,2 mln zł to szacowany maksymalny koszt.

Takie plakaty zawisły na budynku przy ul. Pojezierskiej.

FOT. BARTOSZ KSIĘŻAK

0011541508

Z żalem zawiadamiamy, że 15.06.2026 r. w wieku 90 lat zmarła

śtp **Teresa Szydłowska**

z domu Sławińska, radca prawny.

Msza św. pogrzebowa 22 czerwca godz. 10.00, kościół św. Karola Boromeusza, ul. Powązkowska 14 w Warszawie.

Po mszy - pochówek na Cmentarzu Stare Powązki.

Pogrążona w smutku rodzina

REKLAMA 0011457249

Nekrologi i kondolencje zlecisz

osobiście w Biurze Ogłoszeń,
Łódź, ul. ks. Skorupki 17/19

Zadzwoń

502 499 119, 502 499 127

lub przez internetowe biuro
ibo.polskapress.pl

Nekrologi i kondolencje ukazują się w prasie oraz w serwisie nekrologi.net

REKLAMA

H. SKRZYDLEWSKA

- Kompleksowa organizacja pogrzebów
- Całodobowy transport zmarłych
- Kwiaty, wieńce, oprawa muzyczna
- Wsparcie formalne i doradztwo
- Własne krematoria
- Międzynarodowy transport zmarłych

Całodobowo: 42 672 33 33

800 672 333

Tradycja • Rzetelność • Profesjonalizm



0011531804

AUTOPROMOCJA

Kondolencje i nekrologi w Twojej gazecie przez Internetowe Biuro Ogłoszeń, bez wychodzenia z domu

Tutaj zlecisz ogłoszenie

ibo.polskapress.pl

Była hala Expo, będą bloki

Przez lata odbywały się tam targi, wystawy i imprezy branżowe odwiedzane przez tysiące osób. Dziś po dawnej hali Expo przy ul. Stefanowskiego nie ma już śladu, a teren przygotowywany jest pod budowę dwóch bloków z niemal 400 mieszkaniami.

Jakub Mlonka

Hala Expo przy ul. Stefanowskiego została otwarta w 1995 r. i przez ponad dwie dekady była jednym z najbardziej rozpoznawalnych obiektów targowych w Łodzi. W 2018 r. budynek został zburzony ze względu na zły stan techniczny.

Teraz w tym miejscu firma Murapol rozpoczyna pierwsze prace przy budowie osiedla Murapol UniverCity. W najbliższych miesiącach na działce przy kampusie Politechniki Łódzkiej pojawi się ciężki sprzęt.



Hala Expo przy ul. Stefanowskiego została zburzona w 2018 r.



Tak na wizualizacji wygląda Murapol UniverCity.

Katarzyna Domańska, kierownik działu sprzedaży informuje, że powstaną tu dwa duże budynki z rozbudowanymi częściami wspólnymi, ogólnodostępnymi tarasami widokowymi na VI piętrze obydwu budynków, strefa coworkingowa do pracy zdalnej, pokój majsterkowicza i samoobsługowa stacja serwisowa dla rowerów.

Investycja została podzielona na dwa etapy. Budowa

pierwszego budynku ma rozpocząć się w najbliższym czasie, a jego oddanie do użytku planowane jest na IV kwartał 2028 r. W pierwszym bloku będzie 389 mieszkań o powierzchni od 25 do 79 mkw. (od jednego do czterech pokoi). Lokalizacja tuż przy Politechnice Łódzkiej sprawia, że inwestycja ma być skierowana przede wszystkim do studentów i osób szu-

kających mieszkań pod wynajem.

W ofercie dostępne są lokale w przedsprzedaży.

- Najniższe stawki oferujemy na parterze i I piętrze. Najbardziej atrakcyjne i najwyższe wyceniane są lokale na X i XII piętrze - mówi Katarzyna Domańska.

Według aktualnej oferty ceny mieszkań rozpoczynają się od ok. 10 040 zł za mkw.

AUTOREKLAMA

Polecamy →

TELEMAGAZYN

Twój wybór programów

telemagazyn.pl



Wakacyjny rozkład jazdy PKP

Przybywa kolejowych połączeń z popularnymi miejscowościami wypoczynkowymi w kraju. Kolej staje się alternatywą dla tych, którzy nie mogą lub nie chcą podróżować samochodem.

Jacek Zemła

W wakacje najwięcej pociągów z Łodzi kursować będzie na trasie do Trójmiasta. W rozkładzie jest ich aż 11 - z tego 10 z dworca Łódź Widzew i jeden z dworca Kaliskiego.

Pociągi do Gdańska, Gdyni i Sopotu odjeżdżają średnio co dwie godziny. Część z nich kursuje przez Warszawę i Iławę, część natomiast przez Kutno, Toruń. Z Łodzi Widzewa do Trójmiasta w wakacje mamy połączenia bezpośrednie o godz.: 5.38, 5.44, 7.41, 8.06, 9.35, 11.39, 12.38, 15.38, 16.17 i 19.43, natomiast z Łodzi Kaliskiej odchodzi nocny pociąg o godz. 0.15.

Łeba

Do Łeby w tym roku dojedziemy tylko z przesiadką

w Łęborku na autobus zastępczy, bo trwa remont linii kolejowej Łębork - Łeba. Z Łodzi Kaliskiej pociąg skomunikowany z autobusem w Łęborku odchodzi o godz. 0.15, a z Łodzi Fabrycznej do Łęborka jedzie pociąg Pobrzeże odjazd o godz. 9.28 (z Łodzi Widzewa o godz. 9.35) także skomunikowany z autobusem. Nocnym składem dotrzemy do Łeby na godz. 7.58, a drugim na 17.12

Hel

Do Helu bezpośrednio z Łodzi zawieźć nas mogą dwa pociągi: z Łodzi Kaliskiej 0.15 (w Helu 8.02) lub z Łodzi Fabrycznej 11.32 TLK Żeglarsz, który na stacji Hel melduje się o 18.51.

Świnoujście

Do Świnoujścia i Międzyzdrojów bezpośrednio dowie-

zie nas IC Uznam, który z Łodzi Widzewa odjeżdża o godz. 23.34, aby do celu dotrzeć na 6.39. Pociąg ten prowadzi również wagony do Berlina, odczepiane w Poznaniu.

Zakopane

Amatorzy Tatr mogą realizować swoje pasje korzystając z szybkich połączeń z Łodzi do Zakopanego. Do wyboru są dwa bezpośrednie pociągi: IC Witkacy o godz. 16.10 z Łodzi Widzewa (21.49 w Zakopanem) lub 8.46 także z Widzewa IC Kazimierz, który w stolicy Tatr jest o godz. 14.31.

Szklarska Poręba

Do Szklarskiej Poręby łodzianie mają kilka połączeń z przesiadkami we Wrocławiu lub Jeleniej Górze i jedno bezpośrednie - z Łodzi Widzewa IC Karkonosze odjazd o godz.



Na Hel można wyjechać z Łodzi Fabrycznej o godz. 11.32. TLK Żeglarsz na stacji Hel melduje się o godz. 18.51.

1.03, przyjazd do Szklarskiej Poręby Górnej o godz. 7.32.

Giżycko

W rozkładzie jest także IC Słowacki, pociąg bezpośredni do letniej stolicy Mazur - Giżycka. Z Łodzi Widzewa odjeżdża o godz. 16.40, w Giżycku jest o 21.48.

Bez Bieszczad i Ustki

Wciąż nie mamy bezpośredniego połączenia z Bieszczadami i Krynicą Zdrojem. W tym sezonie nie będzie także połą-

czenia Łódź - Ustka ze względu na remont stacji Słupsk o modernizację linii Łębork - Słupsk.

Adriatic Express

Drugi rok z rzędu wyruszy na trasę pociąg do Chorwacji, w tym roku wzbogacony o część składu do jadącego do miasta Kopru w Słowenii. Pociąg Adriatic Express wyrusza z Warszawy Centralnej o godz. 14.04, a najbliższej Łodzi zatrzyma się w Opcznie Południowym o 15.04. Do Rijeki dotrze na godz.

10.04 jadąc przez Wiedeń i Ljublanę. W pociągu tym są wagony sypialne oraz z miejscami siedzącymi klasy 2.

Pociągi kursują 6 razy w tygodniu (codziennie oprócz sobót). Przejazd z Warszawy do Rijeki trwa ok. 20 godzin. Bilety można kupić w ramach limitowanej puli Super Promo International (ceny zależą od momentu zakupu). Miejsce siedzące: od 44,90 euro (ok. 195 zł). Bilety można rezerwować bezpośrednio przez aplikację PKP Intercity lub w kasach biletowych.

REKLAMA

0011539215



BALNEA
MEDICAL SPA

Sanatorium
nowej generacji
w Inowrocławiu

www.balneamed.pl



Balnea Medical SPA, wcześniej Sanatorium Modrzew, to miejsce, w którym tradycja uzdrowiskowa spotyka się z nowoczesną rehabilitacją, a każdy pobyt staje się realną inwestycją w zdrowie i samopoczucie: łączymy doświadczenie zespołu medycznego, diagnostykę oraz naturalne zasoby uzdrowiska, aby pomagać naszym Gościom wracać do formy.

NASZE PROFILE LECZNICZE

Narząd ruchu i schorzenia reumatyczne

Choroby dróg oddechowych

Krążenie i profilaktyka kardiologiczna

Rehabilitacja pourazowa i pooperacyjna

Stres, napięcie i zaburzenia snu.

UL. MACIEJA WIERZBIŃSKIEGO 50A
88-100 INOWROCŁAW



REZERWACJE

pobytów stacjonarnych
☎ 52 357 30 84

✉ recepccja@balneamed.pl



Konsultacje społeczne ws. wielkiej szklarni w Ogrodzie Botanicznym

Magdalena Rubaszewska

Trwa batalia o przyszłość Ogrodu Botanicznego. Nie milkną protesty w sprawie postawienia w nim pawilonu - szklarni o nazwie Dżungla 360, z drugiej strony magistrat prowadzi konsultacje społeczne. Przez prawie trzy miesiące będą odbywać się spacer, debata, warsztat, otworzą się punkty konsultacyjne.

Wcześniej władze Łodzi przeprowadziły spotkania branżowe, m.in. z botanikami, architektami i urbanistami.

Obecnie zaczyna się kolejny etap. W czerwcu, lipcu i sierpniu różne dni tygodnia i o różnych porach do łodzianie będą mogli wziąć udział w spotkaniach, spacerach i dyskusjach, a także przyjść do punktów konsultacyjnych.

Najbliższe spotkanie odbędzie się w środę, 24 czerwca, w godz. 12-15.30 w Palmiarni przy al. Piłsudskiego 61.

W poniedziałek, 22 czerwca, o godz. 17 rozpocznie się spacer badawczy w Ogrodzie Botanicznym, zbiórka przy głównym wejściu od strony ul. Krzemie-



Zdaniem wielu łodzian „Botanik” nie jest miejscem na takie inwestycje jak wielka szklarnia nazwana Dżunglą 360.

nieckiej, a po przechadzce o godz. 18 otwarta dyskusja, którą zaplanowano w Orientarium.

W lipcu mają odbyć się warsztaty dla mieszkańców (termin zostanie podany). Będzie można także udać się do punktów konsultacyjnych - w poniedziałek, 6 lipca, w godz. 15-18 do Ogrodu Botanicznego przy głównym wejściu od ul. Krzemienieckiej i w niedzielę, 12 lipca, w godz. 12-15 do Orientarium. W sierpniu punkty konsultacyjne otworzą się w sobotę, 1 sierpnia, w godz. 12-15 w „Botaniku” i w poniedziałek,

10 sierpnia, w godz. 15 - 18 w Orientarium.

Choć budowa całorocznego pawilonu z roślinnością tropikalną Dżungla 360 w „Botaniku” budzi najczęściej kontrowersję, to konsultacje dotyczą też innych inwestycji, bardziej potrzebnych niż wielka szklarnia. Chodzi o remonty alejek i zaplecza gastronomiczno-sanitarne, montaż oświetlenia, które pozwoli zwiedzać ogród po zmroku, rozwój kolekcji roślin, modernizację małej architektury i otwarcie ogrodu przez cały rok.

Rodzice żyją pod presją

Rozmowa z prof. dr hab. Katarzyną Schier, psychoterapeutką, członkinią Trauma Lab Uniwersytetu Warszawskiego.



Katarzyna Schier: - Polska jest szczególnym przykładem społeczeństwa strauumatyzowanego historycznie.

Mira Suchodolska

Kiedy kobieta dowiaduje się, że zostanie matką, bardzo często obiecuje sobie jedno: „ja będę inna niż moja mama”. Tymczasem po latach okazuje się, że nawet jeśli nie jesteśmy kopia swoich matek jeden do jednego, to przejmujemy ich zachowania, lęki, sposób mówienia, a nawet wady. Jak to się dzieje?

To jest jedno z najważniejszych pytań dotyczących relacji między pokoleniami. Bardzo dużo mówi się dziś o traumie transgeneracyjnej, czyli o tym, że trudne doświadczenia przechodzą z pokolenia na pokolenie. Rzadziej mówi się o tym, że dokładnie tym samym kanałem przekazujemy sobie codzienne zachowania, sposoby reagowania, wzory miłości, opieki czy radzenia sobie ze stresem. Dziecko od pierwszych chwil życia uczy się świata przez kontakt z matką. Uczy się, czy świat jest bez-

pieczny, czy trzeba się bać, czy emocje wolno pokazywać, czy trzeba je tłumić. I bardzo często to wszystko odbywa się bez słów. W psychologii nazywamy to wzorcem przywiązania. Jeśli matka jest spokojna, przewidywalna, reaguje na potrzeby dziecka, ono uczy się, że świat jest bezpieczny. Jeśli natomiast matka sama żyje w lęku, chaosie albo emocjonalnym odcieciu, dziecko chłonie ten stan jak własny.

Czyli można odziedziczyć po przodkach nie tylko kolor oczu, ale też lęk?

Tak. Polska jest szczególnym przykładem społeczeństwa strauumatyzowanego historycznie. Wojna, okupacja, głód, śmierć, później komunizm i życie w permanentnym napięciu - tego nigdy naprawdę zbiorowo nie przepracowaliśmy. Cierpienie nie było uznawane społecznie, ten wielomilionowy, nieopłakany cmentarz sprzed 80 lat ciągle się za nami ciągnie. Pro-

szę sobie wyobrazić kobietę, która podczas wojny żyła w ciągłym strachu. Potem urodziła dziecko. Ona może temu dziecku nigdy niczego nie opowiedziała, ale ono i tak przejęło jej lęk. Przez napięcie jej ciała, przez sposób reagowania. Jeżeli matka stale żyje tak, jakby czekała na katastrofę, która za chwilę może się wydarzyć, dziecko chłonie to jak gąbka. Ono jeszcze nie rozumie słów, ale doskonale rozumie emocje.

Wiele dojrzałych kobiet mówi dziś: „moja mama mnie nie przytulała”, „nie mówiła o emocjach”, „ciągle krzyczała”. Sama nieraz słyszałam: „przestań ryczeć, nie masz powodu, dopiero jak dostaniesz w dupę, to będziesz miała”. Skąd brał się ten chłód?

Ja bym bardzo uważała z ocenianiem tamtych kobiet. One często nie były zimne z wyboru. One po prostu nie miały zasobów - słownych czy emocjonal-

nych. Kobiety wychowujące dzieci w PRL-u żyły w permanentnym kryzysie. Wszystko trzeba było zdobyć, zorganizować, wystać, załatwić. Do tego bardzo wiele z nich same było dziećmi rodziców strauumatyzowanych wojną. One kochały swoje dzieci. Tylko często nie miały skąd pojąć języka emocji. Miłość wyrażały karmieniem, troską, pilnowaniem, walką o przetrwanie. Nie siadały i nie mówiły: „widzę, że ci smutno”. Bo nikt wcześniej tak nie mówił do nich.

A my powielamy te wzorce? I dlatego tak często łapiemy się na tym, że kopiujemy matki nawet w drobniactwach - sposobie mówienia, ubierania się czy rozumieniu kobiecości?

Oczywiście. Córki nieustannie obserwują swoje matki i uczą się od nich kobiecości. Czasem są to rzeczy bardzo subtelne, a czasem zupełnie dosłowne. Widzę dziś nastolatki noszące bardzo

długie, ostre paznokcie - dokładnie takie same jak ich matki. Kiedy pyta się je, dlaczego to robią, często nawet nie potrafią odpowiedzieć, albo bąkają, że „takie są ładne”. A przecież to jest wzorzec atrakcyjności przejęty niemal automatycznie od ich mam. Dziewczynka patrzy na matkę i uznaje, że „tak powinna wyglądać kobieta”. To właśnie mechanizm modelowania. Bardzo silny, bardzo głęboki i najczęściej całkowicie nieświadomy.

Także mam takie poczucie, że dziś coraz częściej wychowuje się dzieci bez stawiania granic. I to jest bardzo niebezpieczne.

Pojawiło się przekonanie, że dobry rodzic to taki, który nigdy nie frustruje dziecka, nie mówi „nie”, nie zabrania niczego, nie

wywołuje konfliktu. Tymczasem dziecko bez granic nie czuje się wolne. Paradoksalnie: ono czuje się zagubione, bo to właśnie granice dają dziecku poczucie bezpieczeństwa. Bardzo lubię bajkę o siedmiu kozłatkach i wilku. W niej mama koza, wychodząc z domu, mówi dzieciom: „nie otwierajcie nikomu drzwi”. To jest właśnie dobra granica. Mama nie ogranicza dzieci dlatego, że chce je kontrolować, tylko dlatego, że chce je ochronić. Tymczasem dziś część matek boi się powiedzieć swojemu dziecku: „nie wolno”, „zabraniam”, „odłóż telefon”, „nie pójdziesz tam”. Bo boją się, że będą złymi mamami.

Dzisiaj modne jest też pokazywanie idealnego macierzyństwa w mediach społecznościowych.

To jest bardzo groźne. Nastąpiła ogromna estetyzacja macierzyństwa: piękne mamy, piękne dzieci, idealne wnętrza, uśmiechy i czułość, niemal lepka, płynąca z tych kadrów. Wszystko jest pastelowo i harmonijne. A potem taka kobieta siedzi w domu niewyspana, z nieumyętą głową, jej dziecko wydziera się od trzech godzin, ona sama jest na granicy załamania i myśli: „co jest ze mną nie tak?”. Problem polega na tym, że porównuje swoje prawdziwe życie do cudzej wyreżyserowanej iluzji.

MATERIAŁ INFORMACYJNY MĘDRECKI, WILK I WSPÓLNICY KANCELARIA ADWOKATÓW I RADCÓW PRAWNYCH SPÓŁKA KOMANDYTOWA

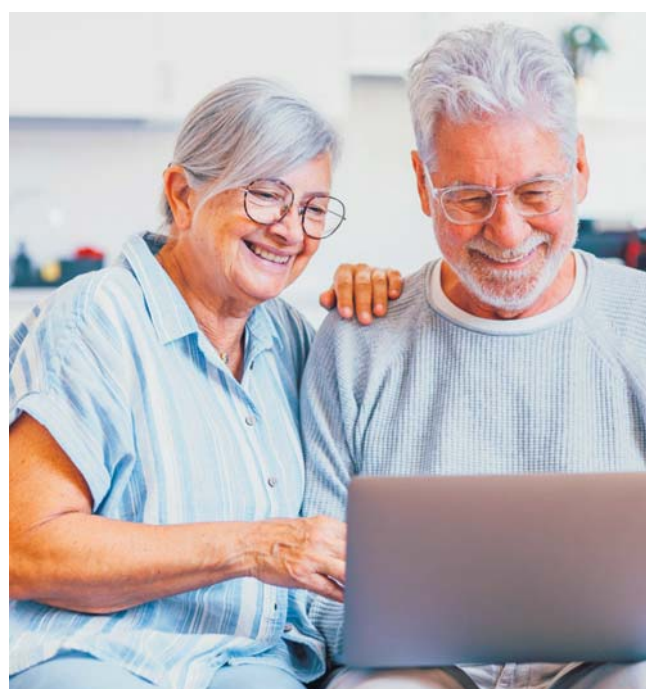
0011533626

Nowe możliwości prawne w 2026 roku. Wyższa emerytura i świadczenie wspierające - sprawdź, czy dotyczą także Ciebie

Rok 2026 może okazać się przełomowy dla wielu seniorów oraz osób z niepełnosprawnościami. Z jednej strony coraz większe znaczenie zyskuje świadczenie wspierające, z drugiej otworzyła się realna możliwość ponownego przeliczenia emerytury dla osób, których świadczenie powszechne zostało obniżone w związku z przejściem na emeryturę wcześniej.

Obniżone emerytury - szansa na ponowne przeliczenie

Problem obniżonych emerytur powszechnych dotyczy osób, którym przy ustalaniu emerytury powszechnej pomniejszono podstawę obliczenia świadczenia o uprzednio pobrane kwoty wypłacone w ramach emerytury wcześniejszej. Podstawą takich działań był art. 25 ust. 1b ustawy o emeryturach i rentach z FUS. Przepis ten został jednak zakwestionowany przez Trybunał Konstytucyjny w wyroku z 4 czerwca 2024 r. w sprawie SK 140/20. W efekcie wielu emerytów może



obecnie ubiegać się o ponowne przeliczenie świadczenia oraz uzyskanie wyrównania nawet za trzy lata wstecz. W niektórych przypadkach podwyżki sięgają kilkuset, a nawet ponad tysiąca złotych miesięcznie, zaś kwoty

wyrównania nawet do kilku nastu tysięcy złotych.

Kto może skorzystać z ponownego przeliczenia?

Szczególnie warto przeanalizować swoją sytuację, jeżeli jesteś kobietą urodzoną

w latach 1954–1966 lub mężczyzną urodzonym w latach 1949–1952 albo 1954–1961, złożyłeś wniosek o wcześniejszą emeryturę przed 6 czerwca 2012 roku, a prawo do emerytury powszechnej zostało przez Ciebie nabyte po 31 grudnia 2012 roku. Spełnienie tych warunków nie oznacza automatycznie prawa do podwyżki, jednak bardzo często stanowi podstawę do szczegółowej analizy dokumentacji emerytalnej.

Świadczenie wspierające - nawet do kilku tysięcy złotych miesięcznie

Świadczenie wspierające jest przeznaczone dla osób, które posiadają orzeczenie o niepełnosprawności i ze względu na stan zdrowia wymagają pomocy w codziennym funkcjonowaniu. Wysokość świadczenia zależy od liczby punktów przyznanych podczas oceny potrzeby wsparcia i może wynosić nawet do 4000 zł miesięcznie. Procedura wymaga uzyskania decyzji o poziomie potrzeby wsparcia wydawanej przez Wojewódzki Zespół do

Spraw Orzekania o Niepełnosprawności. Następnie wniosek o wypłatę świadczenia należy złożyć do ZUS. W praktyce wiele osób otrzymuje niższą liczbę punktów niż wynikałoby to z ich rzeczywistych ograniczeń. Warto przeanalizować możliwość wniesienia odwołania - kilka dodatkowych punktów może decydować o uzyskaniu prawa do świadczenia lub znacząco je zwiększyć.

Dlaczego warto skonsultować swoją sprawę?

Przepisy dotyczące świadczeń z ZUS są skomplikowane, a każda sytuacja wymaga indywidualnej oceny. Dotyczy to zarówno świadczenia wspierającego, jak i spraw związanych z ponownym przeliczeniem emerytury. Jeżeli otrzymałeś niekorzystną decyzję w sprawie świadczenia wspierającego lub masz wątpliwości co do wysokości swojej emerytury, warto sprawdzić swoje możliwości prawne. Często od podjęcia odpowiednich działań zależy pozyskanie nowych świadczeń lub odzyskanie świadczeń należnych.



Zadzwoń do nas
71 30 24 101



Nasze biura

ul. Wyścigowa 56
53-012 Wrocław

ul. Piramowicza 9/4
90-001 Łódź

ul. Kowalczyków 29
45-594 Opole



Napisz do nas

biuro@medrecki-law.pl

Artykuł, który Państwo przeczytali, jest sponsorowany przez Mędrcki, Wilk i Wspólnicy Kancelaria Adwokatów i Radców Prawnych sp. k. z siedzibą we Wrocławiu. Jednocześnie informujemy, że niniejszy materiał stanowi informowanie o wykonywaniu zawodu radcy prawnego w rozumieniu art. 31 ust. 2 Kodeksu Etyki Radcy Prawnego oraz informację handlową w rozumieniu § 23 ust. 2 Kodeksu Etyki Adwokackiej.

Afera wokół lekarza-milionera i „saloniku VIP-ów” na SOR

Dorota Kowalska, PAP

Służba zdrowia, to temat, o który rozbiła się niejedna ekipa rządząca. Tym razem chodzi nie tylko o to, jak ona funkcjonuje, ale o to, jak można z tego funkcjonowania wyciągnąć coś dla siebie.

Wszystko zaczęło się od Dawida Kacprzyka, 29-latk, radnego miasta stołecznego Warszawa i działacza Koalicji Obywatelskiej. Polityk zatrudniony w miejskim Szpitalu Południowym zarobił w ubiegłym roku 1,6 mln zł, odbywając jednocześnie specjalizację z anestezjologii.

Według Szpitala Południowego Kacprzyk świadczył usługi zdrowotne na SOR i „koordynował pracę” oddziału. Udzielał też świadczeń w ramach nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej. Miał przepracować tam łącznie 3976 godzin w 2025 r., czyli 10 godzin dziennie każdego dnia roku. Tyle tylko że, jak ustalili dziennikarze, grafik lekarza pokrywał się z jego politycznymi występami w telewizji i Senacie.

Dalej szpital utrzymywał, że zarobki Kacprzyka nie odbiegały od stawek rynkowych. Innego zdania jest Naczelna Izba Lekarska. Jej rzecznik, Jakub Kosikowski stwierdził, że większość młodych lekarzy, na specjalizacji,



Wszystko zaczęło się od Dawida Kacprzyka, 29-latk, radnego Koalicji Obywatelskiej.

FOT. DZIENNIKARSKA WARSZAWSKI SZPITAL POŁUDNIOWY

robi ją na rezydenturze za jedną dziesiątą zarobków Kacprzyka, czyli za około 13 tys. zł miesięcznie.

- Sytuacja, z którą mamy do czynienia w przypadku tego konkretnego lekarza jest zupełnie niestandardowa - przyznał przewodniczący Porozumienia Rezydentów Sebastian Gonczarz. Zaznaczył, że w Polsce są 33 tysiące lekarzy w trakcie specjalizacji i nie zarabiają takich kwot. Tu, jak wskazał, połączyły się dwa czynniki, bardzo korzystny kontrakt oraz bardzo duża liczba godzin pracy.

Sprawą lekarza-milionera, bo taki przydomek dostał Kacprzyk, zajęła się już prokuratura.

Audyt w Szpitalu Południowym przeprowadził także warszawski ratusz. W efekcie dzisiaj wiadomo już, że dr Agata Kusz-Rynkun straciła pracę w Szpitalu Południowym, podobnie jak Dawid Kacprzyk. Jego grafikami i dyżurami zainteresowała się także Naczelna Izba Lekarska. Samorząd zawodowy złożył w poniedziałek oficjalne zawiadomienie do rzecznika odpowiedzialności zawodo-

wej. To jednak nie koniec „zdrowotnych” kłopotów Koalicji Obywatelskiej. Według Portalu Zero, oddział ratunkowy w Szpitalu Południowym w Warszawie miał w przyspieszonym trybie, bez kolejki, przyjmować polityków KO.

Z kolei Telewizja Republika poinformowała, że jednym z polityków, który miał korzystać z usług Szpitala Południowego w Warszawie, w tym mającej znajdować się tam wydzielonej sali VIP dla polityków, jest Małgorzata Kidawa-Błońska oraz jej mąż.

„Nigdy nie leczyłam się w Szpitalu Południowym. Mój mąż trafił tam ze względu na poważny stan zdrowia. Nigdy nie byliśmy w żadnym „saloniku VIP”. Do wczoraj nie wiedziałam, że taki istnieje” - oświadczyła Kidawa-Błońska, a publikację nazwała „obrzydliwym atakiem prawniczych mediów i polityków na nią i jej męża”.

Rząd, pewnie próbując zaradzić sytuacji, przyjął we wtorek projekt, który umożliwi pozyskiwanie informacji o wynagrodzeniach pracowników medycznych. Dane będą mogły być przypisane do konkretnych pracowników na podstawie numeru PESEL lub numeru prawa wykonywania zawodu. Projekt trafił już do Sejmu.

OGRANICZENIE UDZIAŁU USA W SIŁACH REAGOWANIA NATO

Anna Nagel, PAP

Ograniczenie wkładu USA w siły reagowania kryzysowego NATO weszło w życie ze skutkiem natychmiastowym - poinformował w czwartek sekretarz generalny Sojuszu Mark Rutte.

Szef NATO zaznaczył jednak, że zmiany dotyczą przede wszystkim planowania wojskowego. Jak podkreślił, w przypadku rzeczywistego konfliktu wszyscy członkowie Sojuszu, w tym USA, wykorzystają maksymalnie dostępne zdolności, aby zapewnić skuteczną obronę.

- To narzędzie planistyczne. Gdyby wybuchła wojna, wszyscy sojusznicy, także Stany Zjednoczone, zaangażowałybyby maksymalne siły, by prowadzić działania obronne - zapewnił.

Spotkanie ministrów obrony państw NATO w Brukseli, jest ostatnim na wysokim szczeblu przed lipcowym szczytem Sojuszu w Ankarze. Jak powiedział Rutte, szczyt w Turcji będzie poświęcony realizacji zobowiązań, wydatków, rozwojowi przemysłu

obronnego oraz wsparciu dla Ukrainy.

- Jeśli chodzi o wydatki, obserwujemy napływ ogromnych środków finansowych. Europa i Kanada wydadzą w 2025 roku o ponad 90 mld dolarów więcej, niż w 2024 roku, co oznacza niemal 20-procentowy wzrost wydatków na obronność. To naprawdę świetna wiadomość i właśnie tego potrzebujemy, aby osiągnąć poziom 5 proc. (PKB - PAP), zrealizować nasze cele dotyczące zdolności wojskowych i wymagane poziomy gotowości - powiedział Rutte.

Szef Pentagonu Pete Hegseth zapowiedział w czwartek przegląd obecności sił zbrojnych USA i amerykańskich baz w Europie, który potrwa do sześciu miesięcy.

- Europa może i musi wziąć na siebie główną odpowiedzialność za swoją obronę konwencjonalną - powiedział Hegseth podczas spotkania ministrów obrony NATO w Brukseli.



Szef NATO zaznaczył, że zmiany dotyczą planowania wojskowego.

FOT. PAP/PEA

Prezydenci USA i Iranu podpisali porozumienie

Grzegorz Kuczyński, PAP

Prezydent USA Donald Trump podczas kolacji w Wersalu podpisał wstępne porozumienie z Iranem - podały amerykańskie media, powołując się na źródła w Białym Domu.

Biały Dom potwierdził, że Trump podpisał dokument w środę podczas pobytu w Wersalu wraz z prezydentem Emmanuelem Macronem. Nie wyjaśniono jednak, czy był to ten sam dokument, czy inna wersja niż ta, którą podpisano już cyfrowo w niedzielę. Rzecznik irańskiego MSZ Esmail Baghaei oświadczył natomiast, że prezydent Iranu „cyfrowo” podpisał memorandum - napisał „NYT”.

Ceremonia podpisania dokumentu, planowana na piątek w Szwajcarii, ostatecznie się nie odbędzie i zapowiedział, że zespoły negocjacyj-



Trump złożył podpis w Wersalu w obecności Macrona.

Pezeszkian pokazał podpisany dokument w telewizji.

gazowanymi krajami, spotkają się jutro w Buergenstock w celu przeprowadzenia wstępnych negocjacji dotyczących wdrożenia porozumienia”. Dodało, że „Nie ma obecnie żadnych dalszych informacji dotyczących harmonogramu i szczegółów tego spotkania”.

Co przewiduje porozumienie USA-Iran

Porozumienie przewiduje m.in. natychmiastowe otwarcie Cieśniny Ormuz i zakończenie amerykańskiej blokady, tymczasowe zawieszenie sankcji na irańską ropę naftową, rozpoczęcie 60-dniowych negocjacji na temat irańskiego programu atomowego oraz zniesienia wszelkich sankcji, odblokowania aktywów i oszacowanego na 300 mld dolarów programu odbudowy Iranu.

ne obu stron będą jednak obecne w tym kraju. Biały Dom nie skomentował też planów dotyczących piątkowej ceremonii podpisania memorandum. Natomiast w czwartek ministerstwo spraw zagranicznych Szwajcarii poinformowało, że pla-

ny przeprowadzenia w piątek w górskim kurorcie Buergenstock wstępnych rozmów między tymi krajami nie uległy zmianie. „W obecnej sytuacji nadal planuje się, że Stany Zjednoczone i Iran, wraz z mediatorami - Pakistanem i Katar - oraz innymi zaan-

Atak ukraińskich dronów na moskiewską rafinerię. Wybuchł ogromny pożar

Grzegorz Kuczyński, PAP

Ukraińskie drony przedarły się przez wielowarstwową obronę przeciwlotniczą stolicy Rosji i uderzyły w rafinerię ropy naftowej w Kapotnie. Na terenie zakładu wybuchł ogromny pożar.

Rankiem 18 czerwca mieszkańcy Moskwy i okolic zgłosili masowy przelot dronów. Pomimo oświadczeń rosyjskich władz o rzekomym skutecznym zestrzeleniu 43 dronów, kilka z nich dotarło do celu.

Na filmach rozpowszechnionych w sieci widać było liczne ogniska pożaru na terenie rafinerii ropy naftowej w Kapotnie. Nad miastem unosiły się ogromne słupy czarnego dymu, widoczne z różnych dzielnic Moskwy.

„Siły obrony powietrznej nadal odpierają masowany atak. Kilku dronom udało się dotrzeć do rafinerii Kapotna. Podejmowane są działania mające na celu usunięcie skutków ataku” - napisał o godz. 6 rano mer miasta Siergiej Sobinin.

Wywołanie pożaru w rafinerii Kapotna stanowi poważny cios dla rosyjskiej machiny wojennej i gospodarki. Zakład znajduje się zaledwie 15 kilometrów od Kremla i stanowi obiekt o krytycznym znaczeniu dla infrastruktury paliwowej stolicy Rosji. Zaspokaja około 40% zapotrzebowania regionu moskiewskiego na benzynę i 50% na olej napędowy, a także dostarcza paliwo lotnicze na potrzeby wojskowe.

„Alternatywy 4”

Sąsiedzki tygiel made in PRL

Jak przedstawić zbiorowy portret mieszkańców kraju na Wisłą schyłku PRL-u, ich przywary, słabości, ale i śmieszności? Stanisław Bareja miał na to odpowiedź - wszak można ich na przykład umieścić w jednym bloku i wyposażić w skrajnie różne cechy, zachowania czy zawody. Wkrótce minie 40 lat od premiery serialu „Alternatywy 4”.

Wydawałoby się, że fabuła serialu nie jest zbyt skomplikowana - oto poznajemy nieznaną wcześniej ludzi (czasami całe wręcz rodziny), które wycekują od lat dawno upragnionego mieszkania. Traf zrządza, że wszyscy lądują pod tym samym adresem, na warszawskim Ursynowie, konkretnie w nowo wybudowanym bloku przy ulicy Alternatywy 4. W kolejnych odcinkach obserwujemy ich zmagania związane z niedotrzymaniem terminu oddania budynku do użytku, partactwem robotników czy chwaniactwem urzędników. W tle zaś kolejki po mięso, problemy z prądem, historyczne nawiązania (nie zawsze wygodne ówczesnej władzy), a to wszystko podane w sposób, który nie tylko dawał do myślenia, ale i przede wszystkim bawił. Ot, typowy obraz minionej epoki, odpowiednio odbity w krzywym, barejowskim zwierciadle. Tym razem jednak w formie serialu, co dawało reżyserowi większe pole do popisu. Ale i cenzurze, lecz o tym później.

„Nad wszystkim czuwa gospodarz domu”

Sami mieszkańcy? Mamy tu ich cały wachlarz, na tyle różny pod względem charakterów, wykształcenia, a nawet wieku, że nie mogło zabraknąć między nimi okazji do komicznych (ale i dramatycznych) interakcji. Palmę pierwszeństwa dzierżą jednak lokatorów z gospodarzem domu Stanisławem Aniołem, który, przy pomocy sprytnych ma-

chinacji, podporządkowuje sobie mieszkańców bloku, sprawując nad nimi realną władzę. Anioł to człowiek, któremu spore ambicje niespecjalnie się spełniły, co próbuje wyładować na sąsiadach i początkowo mu się to nawet udaje. Nie przewidział tylko tego, że jego „podwładni”, jak na Polaków przystało, w obliczu tyranii potrafią się zjednoczyć, zostawiając za sobą wszystkie dotychczasowe niesnaski.

Pomysł na „Alternatywy 4” narodził się jesienią 1979 roku, kiedy to przyszły scenarzysta serialu Maciej Rybiński (feli-tonista i dziennikarz) odbierał klucze do swojego nowego lokum na warszawskim Okęciu. Wiele do życzenia pozostawiała zarówno jakość wykonanych wnętrz, jak i sami sąsiedzi oraz ich wzajemne relacje. Te obserwacje posłużyły Rybińskiemu do stworzenia scenariusza serialu, zaś wspierał go Janusz Płoński, kolega z redakcji czasopisma „TTD” (obaj mieli już na koncie m.in. jeden z odcinków Teatru Sensacji „Kobra”).

- Odpowiedź na nasz pomysł dostaliśmy po dwóch latach. Zamówiono scenariusz, dali nam reżysera, żeby nam pomógł ze scenariuszem. Ale po pierwszym spotkaniu wiedzieliśmy, że ten człowiek, którego nazwiska nie pomnę, jest pozbawiony poczucia humoru. Postawiliśmy się w telewizji. Efekt był taki, że dali nam Bareję. Wtedy już wszystko weszło na dobre tory. Bareja nas uczył pisania scenariusza. On rozumiał ideę tej historii. Pisaliśmy u niego w domu. Na-

pisałiśmy sześć odcinków. Serial był kręcony w stanie wojennym, co zapewniło „Alternatywowi” świetną reklamę. Pakowaliśmy dużo scen ryzykownych, bo wiedzieliśmy, że nawet jeśli cenzura część wykreśli, to sporo z nich zostanie. Telewizja to tyknęła i na szczęście zapłaciła - wspominał Janusz Płoński

Początkowo serial miał nosić tytuł „Nasz dom”, a jego realizację podjął się Stanisław Bareja, któremu Telewizja Polska, po sukcesie „Misja”, zezwoliła na reżyserię. Reżyser zaczął od przygotowania scenopisu (opierając się o tekst Rybińskiego i Płońskiego), zmienił również tytuł serialu na „Stanisław Anioł”. Zamiast zakładanych najpierw sześciu, mniej więcej półgodzinnych odcinków, ostatecznie nakręcono dziewięć, a każdy trwa około godziny. Po raz kolejny, już na dobre, zmodyfikowano tytuł, tym razem na „Alternatywy 4”. Skąd ta zmiana? Jak tłumaczył Bareja Rybińskiemu, Polska, jako „kraj na rozstaju dróg”, ma cztery alternatywy (lewo - prawo - góra - dół).

Postać dozorca, ironicznie nazwanego Aniołem, była uosobieniem wszechobecnej kontroli obywateli przez państwo, zresztą nie od dziś wiadomo, że gospodarze domów w owym czasie nierzadko współpracowali z milicją czy Służbą Bezpieczeństwa. A pierwowzorem samego Anioła był niejaki Albin Siwak, komunistyczny aparatczyk, wywodzący się z frakcji moczarcowców, pnący się błyskawicznie po szczeblach kariery.

Początkowo Bareja chciał, by w Anioła wcielił się Krzysztof Kowalewski (odmówił, twierdząc, że rola jest... cieniutka), Ludwik Pak (nakręcono z nim już nawet kilka scen) lub Stanisław Tym, lecz drugi reżyser Andrzej Swat optował za obsadzeniem w tej roli Romana Wilhelmiego (Swat podziwiał jego grę w „Karierze Nikodema Dyzmy”). Będąc przy Paku trzeba dodać, że Bareja typował go również do roli Balcerka (ostatecznie został nim Witold Pyrkosz), jednak plan ten pokrzyżowała choroba alkoholowa aktora.

Plejada gwiazd, robot i striptizerka

Blok, który widzimy w serialu, znajduje się przy ulicy Grzegorzewskiej 3 w Warszawie, ale ujęcia jego wnętrza powstawały już w hali zdjęciowej. Jednak nadszedł 13 grudnia 1981 roku i atelier stało się jednostką zmilitaryzowaną. Pracę trzeba było przerwać. Mimo że ekipa powróciła na plan już w 1982 roku (pod ostrą kontrolą władz), to pojawił się kolejny problem - trzeba było ubłagać „Solidarność” o pozwolenie na zwolnienie aktorów z bojkotu telewizji. Udało się. Dzięki temu w „Alternatywach 4” widzimy całą plejadę gwiazd ówczesnego srebrnego (i nie tylko) ekranu; prócz Wilhelmiego mamy tutaj: Bożenę Dykiel, Kazimierza Kaczora, Halinę Kowalską, Jerzego Turka, Mieczysława Voita, Janusza Gajosa, Wiesława Gołasa, Jerzego Kryszaka i wielu innych. W roli czarnoskórego doktora Harvardu Lin-

„Alternatywy 4” tak naprawdę doceniono po przełomie ustrojowym, a serial z czasem zyskał status kultowego.



Przykład? Mający konszachty z opozycją profesor Dąb-Rozwadowski mówi w pewnym momencie do słuchawki: „Adam, spokojnie, nie jękać się, co się stało?”

Kolaudacja serialu nastąpiła jeszcze pod koniec 1982 roku, lecz jej wynikiem była długa lista z rzeczami do poprawki (bądź wyrzucenia).

Cenzura i lewe kasety

Decydom nie przypadła do gustu scena, w której towarzysz Winnicki opowiada kawał o parówce w d..., nie spodobało się także zakładanie podsłuchu u profesora czy (niesławny) klub lokatora. Cenzorów uwierał też moment, w którym Winnicki daje sąsiadom wykład o sposobach manipulacji przy użyciu mediów, ponadto chciano, by Bareja dodał... zakończenie z morałem.

Co ciekawe, nie doszukano się faktu, że postacie grane przez Wiesława Gołasa i Mieczysława Voita podczas swoich dysput rozmawiają o zbrodni katyńskiej czy niechlubnej roli Armii Czerwonej w powstaniu warszawskim.

Koniec końców batalia z cenzorami trwała aż do jesieni 1986 roku, gdy wyemitowano pierwszy odcinek.

Wcześniej jednak serial krążył w podziemnym obiegu na kasetach VHS, skopiowany po cichu przez pracowników telewizji, co paradoksalnie ponoć przyspieszyło decyzję o oficjalnej emisji.

Po premierze, jak to często bywało z produkcjami Stanisława Barei, na głowę reżysera posypały się gromy. Że słaba konstrukcja fabuły, że chaotyczny montaż, że brak spójności itd. Nie przeszkadzało to w świetnym odbiorze serialu przez widzów - oglądalność sięgała 75 procent.

Niesławna kartą w historii serialu jest... jego kontynuacja, nosząca tytuł „Dylematu 5”, której pierwszy odcinek nadano 1 maja 2007 roku. Reżyserem miał być Wojciech Smarzowski, ostatecznie został nim Grzegorz Warchoł (w oryginalnych „Alternatywach 4” grał redaktora). Występuje tu wielu aktorów znanych z oryginału, lecz serial zebrał tak źle recenzje i miał do tego stopnia druzgocący odbiór, że zakończono jego emisję na zaledwie trzech odcinkach.

„Alternatywy 4” tak naprawdę doceniono po przełomie ustrojowym, a serial z czasem zyskał status kultowego. 13 września 2014 roku cykl ponownie zagościł w telewizji, tym razem w wersji zrekonstruowanej cyfrowo i uzupełnionej o usunięte przez cenzurę sceny, które odnaleziono w archiwach Telewizji Polskiej. Dzięki temu produkcja może nadal pełnić rolę swoistej kroniki tamtych, nie tak bardzo przecież szarych, czasów.

Wojciech Obremski

Ks. prof. Kobyliński: Pojednania nie da się zbudować na pustych gestach



Na początku wojny Polacy tłumnie i entuzjastycznie wyrażali swoje poparcie i przyjaźń dla Ukraińców i nie szczędzili pomocy.

FOT. WIKIMEDIA

Tego milczenia kompletnie nie rozumiem - **ks. prof. Andrzej Kobyliński** mówi o postawie polskich biskupów wobec napiętych relacji z Ukrainą. Jego zdaniem najbliższa rocznica Wołynia może stać się kolejnym etapem pogarszania się relacji między narodami, jeśli Kościoły, politycy i media nie rozpoczną poważnej pracy nad pamięcią.

Polscy biskupi przemilczeli bardzo napięte relacje między Polską a Ukrainą - tak ksiądz profesor skomentował 405. Zebranie Plenarne Konferencji Episkopatu Polski w Łomży. Milczenie biskupów oznacza brak odwagi?

Niestety tak, to brak odwagi i konformizm. Ja tego milczenia kompletnie nie rozumiem. Przecież dobre relacje naszego kraju z Ukrainą są polską racją stanu, naszym podstawowym interesem narodowym. Nie rozumiem, dlaczego tego niezwykle ważnego wyzwania, stojącego przed Polską, nie podejmują nasi biskupi, którzy na tym polu mają wiele do zrobienia. Moim zdaniem w pojednaniu polsko-ukraińskim główną rolę powinny odegrać dwa Kościoły: z naszej strony rzymskokatolicki,

a z drugiej Ukraiński Kościół Greckokatolicki. I właśnie o rolę tych dwóch podmiotów trzeba dzisiaj stawiać trudne pytania.

Dlaczego Kościoły powinny odegrać ważną rolę w tym pojednaniu? Nie prezydenci, historycy, dyplomaci, politycy?

Ponieważ pojednanie jest kategorią moralną. Dotyczy pamięci, sumienia, winy, grzechu, rozumienia dobra i zła. Dlatego podstawą autentycznego pojednania jest wymiar moralno-religijny. Dopiero później przychodzą elementy polityczne, gospodarcze czy militarne. Tylko że nie można budować domu od dachu. Najpierw trzeba położyć fundament. A fundamentem każdego autentycznego pojednania - tak w wymiarze jednostkowym, jak i międzynarodowym - jest płaszczyzna moralno-religijna. To trzeba bardzo stanowczo podkreślać.

Czego boi się polski Episkopat? Tematu Wołynia? Reakcji wiernych? Prawicy? Czy ukraińskiej strony?

Przede wszystkim dominuje obojętność, połączona z bra-

kiem rzetelnej i pogłębionej diagnozy najważniejszych problemów. I to jest coś, co mnie zdumiewa i przeraża. Warto przypomnieć, że w 2023 roku, w 80. rocznicę rzezi wołyńskiej, w archikatedrze warszawskiej miało miejsce nabożeństwo, w którym uczestniczyli m.in. przewodniczący Konferencji Episkopatu Polski abp Stanisław Gądecki i zwierzchnik Ukraińskiego Kościoła Greckokatolickiego abp Światosław Szewczuk. Podczas nabożeństwa zostało podpisane wspólne oświadczenie „Przebaczenie i pojednanie”, po którym nastąpiło przekazanie sobie znaku pokoju i odmówienie modlitwy „Ojciec Nasz”. To było wydarzenie szeroko komentowane w mediach. Wówczas bardzo stanowczo protestował przeciwko tej inicjatywie ks. Tadeusz Isakowicz-Zaleski. Jego protest w trakcie konferencji prasowej w Domu Arcybiskupów Warszawskich, zorganizowany wspólnie ze środowiskami kresowymi, miał wymiar bardzo osobisty, dramatyczny i niezwykle przejmujący.

Dlaczego?

Ponieważ ten odważny i bohaterski duchowny, prześladowany przez nasze władze ko-

ścielne, już wtedy bardzo poważnie walczył z chorobą nowotworową, a jednak przyjechał do Warszawy z południa Polski i manifestował swój sprzeciw wobec, jak twierdził, zakłamywania historii. W przekonaniu ks. Isakowicza-Zaleskiego taka forma pojednania była banalna i fałszywa. Jego zdaniem szkodziła ona kształtowaniu właściwych relacji między Polską i Ukrainą. Wydawało mi się wtedy, że jego stanowisko jest zbyt radykalne. Wiem, że ukraińscy nacjonaliści zamordowali dużą część jego rodziny. Pomimo tego ks. Isakowicz-Zaleski bardzo zaangażował się w pomoc Ukraincom po agresji Rosji na Ukrainę w lutym 2022 roku. Wielokrotnie z nim o tym rozmawiałem. Natomiast po upływie trzech lat wydaje się, że on miał rację. To „pojednanie” było kompletnie nieprzygotowane merytorycznie. Nie było wcześniej żadnej dyskusji historycznej w kręgach kościelnych w naszym kraju. I nagle wydano oświadczenie, z którego tak naprawdę nic nie wynika. Nie było w nim poważnej oceny przeszłości ani konkretnych zadań na przyszłość, które mogłyby prowadzić w dłuższej perspektywie do autentycznego pojednania. Rzeczywiście potrzebujemy pojednania, ale nie w takiej

formie, jak to miało miejsce trzy lata temu.

Dlaczego tamten gest nie zadziałał społecznie? Bo słowa o przebaczeniu przyszły za wcześnie, zanim rozwiązano sprawy ekshumacji, grobów i godnego upamiętnienia ofiar?

Dokładnie tak. Nie potrzebujemy pustych gestów pojednania, bo one są fałszywe i szkodliwe. Potrzebujemy autentycznego pojednania zbudowanego na prawdzie i sprawiedliwości. Pojednanie nigdy nie jest pustym gestem - ani w życiu prywatnym, ani rodzinnym, ani międzynarodowym. Każde pojednanie jest owocem prawdy i sprawiedliwości. Mam nadzieję, że tak będzie także w relacjach polsko-ukraińskich. Ale żeby do tego doszło, trzeba wykonać ogromnie trudną pracę edukacyjną. Wszystko wskazuje na to, że zajmie nam to najbliższych kilkanaście, a może nawet kilkadziesiąt lat. Niestety, najbliższy okres będzie niezwykle trudny. Wydaje się, że wojna za naszą wschodnią granicą powoli dobiega końca, niedługo nastanie czas pokoju. Możni tego świata w Waszyngtonie, Pekinie, Berlinie czy Jerozolimie powoli się dogadują odnośnie

do przyszłego kształtu Europy Środkowo-Wschodniej. Myślimy więc o pokoju, który zapanauje w Ukrainie, o nowym ukraińskim państwie po tej wojnie. Na dzisiaj można przypuszczać, że relacje polsko-ukraińskie będą niezwykle trudne, co więcej, mogą się okazać trudniejsze od relacji polsko-rosyjskich. Ukraina będzie mocno współpracować z Niemcami. W kraju nad Dnieprem nie będzie szczególnej potrzeby dobrych relacji z Polską. Dlatego trzeba przygotować się na ostre spory między Polską i Ukrainą, nie tylko w wymiarze historycznym, ale także gospodarczym. Szczególnie trudna będzie ochrona naszego rolnictwa przed zalewem ukraińskich produktów rolnych.

Prawda o ludobójstwie na Wołyniu nie może być przemilczana, ale nie wolno jej zamieniać w nienawiść do Ukraińców żyjących obok nas. Czy nie tak powinien mówić Kościół?

Takie okragłe słowa dziś już nic nie znaczą. Nikt nie chce ich słuchać. Mamy rok 2026 i ogólne zachęty, apele czy wezwania są stratą czasu. To kompletnie nie ma żadnego znaczenia. Potrzebujemy głęboko przemyślanej, rzetelnej strategii religijnej,

politycznej i gospodarczej, jeśli chodzi o ułożenie naszych długofalowych, dobrych i przyjaznych, relacji z Ukrainą. To być może jedno z największych wyzwań najbliższych lat. Gdybym miał wskazać dwa najważniejsze wyzwania stojące dzisiaj przed Polską, to na pierwszym miejscu postawiłbym bezdyskusyjnie zapaść demograficzną i perspektywę biologiczną zagłady naszego narodu. Na drugim zaś relacje z Ukrainą. One będą niezwykle trudnym wyzwaniem.

Zapytam o przyczyny: dlaczego znaleźliśmy się w tak trudnym momencie?

Co do tego, że moment jest wyjątkowo trudny, to mamy zgodę prawie wszystkich partii politycznych. Podobnie twierdzi nasza opinia publiczna. Niestety, dzisiaj nie ma łatwych diagnoz ani optymistycznych scenariuszy na najbliższe lata. W naszych relacjach z Ukrainą problem zaczął narastać po pomarańczowej rewolucji, czyli po latach 2004-2005. Został wtedy odsunięty od władzy w Kijowie prorosyjski prezydent Wiktor Janukowycz, zaś nowym prezydentem został Wiktor Juszczenko, a Ukraina rozpoczęła tworzenie nowej tożsamości narodowej. Wiadomo, że w przeszłości kraj nad Dnieprem nigdy nie był silnym i stabilnym państwem. Spójny projekt nowej tożsamości narodowej powstał w pewnym sensie określony dopiero po pomarańczowej rewolucji. I w tym projekcie nowej tożsamości narodu i państwa ukraińskiego wyróżniono trzy elementy. Pierwszy to odwołanie do tradycji kozackiej, szczególnie Kozaków zaporożskich, uznawanych za integralną część historii Ukrainy i jedno z najważniejszych źródeł tożsamości narodowej. Bezpośrednie odniesienie do tej tradycji znajduje się w hymnie Ukrainy. Drugi element to odwołanie do Wielkiego Głodu, czyli Hołodomoru z lat 1932-1933, do niewyobrażalnej tragedii uśmiercenia w bestialski sposób przez zbrodniarzy komunistycznych kilku milionów niewinnych ludzi. I trzeci element to ukraińska Powstańcza Armia (UPA) jako bohaterska formacja wojskowa walcząca z Armią Czerwoną. W tym projekcie nowej tożsamości narodowej pojawiło się więc bardzo mocne odwołanie do tradycji UPA w jej pozytywnym wymiarze, dotyczącym walki z bolszewikami podczas II wojny światowej i po jej zakończeniu. W konsekwencji w ciągu ostatnich 20 lat nastąpił gwałtowny wzrost gloryfikacji przywódców i żołnierzy UPA. Powstało wiele pomników, powróciły flagi czerwono-czarne. Można mówić o swego rodzaju odrodzeniu ideologii banderyzmu, która stała się trzecim ważnym elementem nowej narodowej tożsamości Ukrainy. I teraz trze-

ba zapytać: jak my, jako Polska, na to reagowaliśmy na poziomie państwa, mediów, oświaty, Kościołów i związków wyznaniowych?

No właśnie - jak? Dzisiaj ta reakcja często podgrzewa antyukraińskie emocje.

Przez nasze zaniedbania, przez nasze milczenie, doszło do tego, że prawie całe społeczeństwo ukraińskie jest dzisiaj po stronie UPA. Przez 20 lat tak ukształtowano nową świadomość, przez media, przez działania władz państwowych i samorządowych, że dzisiaj prawie wszyscy mieszkańcy kraju nad Dnieprem myślą o UPA jako formacji bohaterskiej, walczącej z bolszewikami, z Armią Czerwoną. Natomiast prawie w ogóle nie ma wiedzy na temat negatywnych elementów działalności UPA, czyli rzezi wołyńskiej. Oczywiście są wyjątki. Podam dwie skrajności. Z jednej strony jest prof. Jarosław Hrycak, historyk z Ukraińskiego Uniwersytetu Katolickiego we Lwowie. On mówi jasno, że czystka etniczna na Wołyniu była elementem ludobójstwa i że sprawcą była UPA. To bardzo stanowczy głos ukraińskiego historyka, ale jest to stanowisko odosobnione, marginalne. Natomiast władze państwowe, szczególnie ukraiński Instytut Pamięci Narodowej, a także ukraińskie media i opinia publiczna, nie chcą o tym słyszeć. Najczęściej podaje się, także przez władze ukraińskiego IPN, że za rzeź wołyńską odpowiada niemiecka policja. Taka wiedza funkcjonuje w Ukrainie: jeśli doszło do zbrodni, to nie były to masakry dokonywane przez oddziały UPA, tylko najczęściej zbrodnie okupantów niemieckich. Taki jest stan świadomości historycznej społeczeństwa ukraińskiego. Tylko po uwzględnieniu tego faktu można pytać, co dalej, w jakim kierunku możemy pójść.

Było już wiele gestów przebaczenia. Wspólne oświadczenia, modlitwy, hołdy, znicze. Peter Poroszenko klękał przed pomnikami ofiar, była wspólna modlitwa Andrzeja Dudy i Wołodymyra Zelenskigo w Łucku. Dlaczego te gesty nie zostają w społecznej pamięci? Bo język po obu stronach nie jest uczciwy?

Nie chodzi o język i nie chodzi o gesty. Chodzi o stan świadomości historycznej. O to, co ludzie mają w głowach. I ja tutaj jestem bardzo wyrozumiały dla Ukraińców. Chciałbym, żeby to mocno wybrzmiało. Za każdym razem, kiedy myślę o Ukrainie, jej dramata dotyka mnie do żywego, w sensie współczucia dla mieszkających tam ludzi. Trudno mi wskazać na świecie inne miejsce, które w ciągu ostatnich 110 lat zostałyby dotknięte w tak gigantycznym stopniu niewyobrażalnym barbarzyństwem i ludobójstwem. To jest coś nie-

pojętego, nie da się tego racjonalnie wytłumaczyć. Nie ma innego miejsca na świecie, które przez ponad stulecie byłoby tak bardzo utopione w ludzkiej krwi, gdzie by zabijano bez końca miliony niewinnych ludzi. Najpierw tragedia I wojny światowej, potem zbrodnie bolszewików, później Wielki Głód, następnie barbarzyństwo Niemców, potem znowu zbrodnie komunistyczne. A jakby tego było mało, to od ponad czterech lat mamy kolejną wojnę: zburzone miasta i spalone wsie przypominają Warszawę po upadku dwóch powstań. Powtarzam: nie ma czegoś takiego w żadnym innym zakątku ziemi. To jest wręcz demoniczna seria ponad 100 lat rzezi, zbrodni, mordów. Mamy piekło na ziemi, która potencjalnie jest rajem. Bo przecież trudno wskazać inne miejsce na naszej planecie tak obdarowane przez Boga: urodzajne czarnoziemy, piękna przyroda, surowce naturalne itp. Tak bogatej ziemi nie ma na żadnym innym kontynencie. Mamy więc raj, który od ponad 100 lat stał się piekłem. Ziemię, która potencjalnie jest spichlerzem Europy i powinna być jednym z najpiękniejszych miejsc szczęścia i dobrobytu, a stała się regionem ludobójstwa, mordów i niekończących się wojen.

Co konkretnie powinny zrobić te dwa Kościoły? Czy Ukraiński Kościół Greckokatolicki powinien potępić ideologię banderowską, a także udział duchownych w uroczystościach gloryfikujących UPA?

Tak, tylko że znowu to byłoby budowanie domu od dachu, a nie od fundamentów. Najpierw trzeba zacząć o tym rozmawiać.

Jak rozmawiać?

Przede wszystkim należy zapytać o stan świadomości historycznej biskupów i księży greckokatolickich. Zostawmy na razie duchownych prawosławnych, ponieważ rzeź wołyńska dotyczy zachodniej Ukrainy, a tam, jeśli chodzi o społeczność ukraińską, mieliśmy dominację Kościoła greckokatolickiego. Dlatego mówimy o roli, jaką ten Kościół powinien odegrać w procesie pojednania. Wydaje się, że świadomość historyczna biskupów i księży greckokatolickich jest podobna do świadomości historycznej całego społeczeństwa ukraińskiego. Dlatego trzeba zacząć od edukacji. Po pierwsze, należy pomóc klerikom kształconym w dużych greckokatolickich seminariach duchownych, żeby poznali historię naszych wzajemnych relacji polsko-ukraińskich i tego, czym rzeczywiście była rzeź wołyńska. Tego elementu nie ma w formacji seminarnej. W związku z tym wielu biskupów i księży tego Kościoła nie

ma wiedzy na ten temat. Oni w dobrej wierze święcą pomniki Stepana Bandery czy innych przywódców UPA i Organizacji Ukraińskich Nacjonalistów (OUN). Czynią to w przekonaniu, że oddają cześć bohaterom OUN-UPA, walczącym o niepodległość Ukrainy z Armią Czerwoną.

Co można wspólnie zbudować, jeśli jedna strona mówi, że UPA to bohaterowie walki o wolność, a druga, że to sprawcy ludobójstwa, symbol śmierci ich rodzin?

Pani redaktor, do tego prowadzi życie w iluzji lub kłamstwie. Jeśli przez kilkadziesiąt ostatnich lat nie chcieliśmy ze sobą o tym rozmawiać, to mamy to, co mamy. I to jest pytanie do naszych biskupów. Ukraiński Kościół Greckokatolicki jest przecież częścią Kościoła katolickiego. Dlaczego przez dziesięciolecia biskupi nie rozmawiali ze sobą o wspólnej trudnej historii? Dlaczego nasi biskupi nie stawiali istotnych pytań swoim ukraińskim kolegom, o OUN-UPA, o ekshumacje, o to, w jaki sposób możemy wydobyc z bezimiennych dołów śmierci ponad 100 tysięcy bestialsko zamordowanych obywateli II Rzeczypospolitej? My jako naród, jako państwo, nie możemy sobie pozwolić na to, żeby nasi rodacy, bestialsko zamordowani, nadal leżeli w bezimiennych dołach. Muszą być godne pochówki ofiar rzezi wołyńskiej. Nie możemy się tym nie interesować.

Dlaczego?

Ponieważ to jest obowiązek Polski jako państwa i narodu. Żadne poważne państwo i żaden szanujący się naród nie mogą sobie pozwolić na coś takiego. Nie możemy ustąpić. Ale jednocześnie musimy zrozumieć Ukraińców. Powtórzę: jestem wobec nich bardzo wyrozumiały. Oni też, w swojej tragicznej walce ostatnich ponad 100 lat, tak naprawdę nie mieli czasu, żeby w odpowiedni sposób przepracować te sprawy i ukształtować właściwą pamięć historyczną. Dlatego pytanie do nas, jako Polski i Kościoła katolickiego, brzmi następująco: w jaki sposób możemy im pomóc w tym trudnym zadaniu? Bez tego będzie cicha wojna między Polską i Ukrainą. Dodam jeszcze jedną rzecz. Kiedy rozpoczęła się pełnoskalowa agresja Rosji na Ukrainę w lutym 2022 roku, w Polsce pojawiało się wiele głosów, żeby poczekać z krytyką banderyzmu, nie reagować teraz, nie eskalować problemu ekshumacji. Że Ukraina, broniąc własnego państwa, broni także naszych granic i naszego regionu Europy przed Rosją. Wydawało się, że ta wojna zrodzi nowych ukraińskich bohaterów. Że Ukraina w czasie obecnej wojny i po jej zakończeniu będzie mogła schować

do szafy obecnych bohaterów, nieakceptowanych przez nas przywódców OUN-UPA, i odwołać się do nowych męczenników, którzy przelali krew za wolność Ukrainy w obecnej wojnie. Ja też miałem nadzieję, że taki proces może się wydarzyć. Niestety, nic takiego się nie stało. Nie ma kultu nowych bohaterów, natomiast jest radykalne wzmocnienie gloryfikacji bohaterów związanych z OUN-UPA i bardzo głębokie wzmocnienie ideologii banderowskiej.

Przez to wzmacnia się także antyukraińska agresja w Polsce.

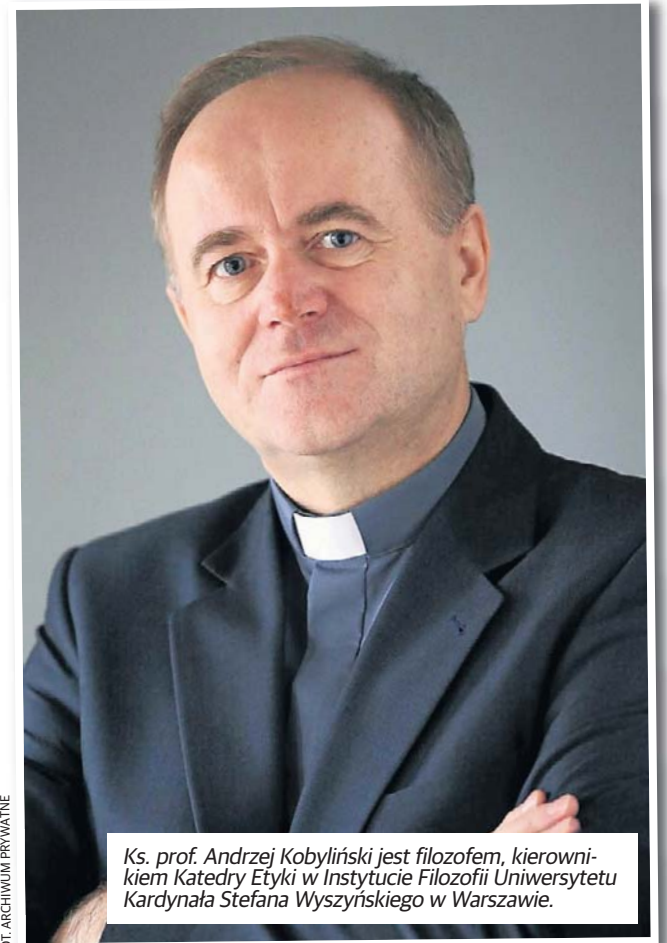
Tym Ukraina za bardzo się nie przejmuje, ponieważ władze w Kijowie postawiły na Niemcy. Z moich obserwacji wynika, że wzrost nastrojów antyukraińskich w Polsce nie jest przedmiotem szczególnej troski rządu Ukrainy i opinii publicznej w tym kraju. Jest przyjmowany ze spokojem, a nawet z dużą obojętnością. To Niemcy są tym sojusznikiem, na którego postawiła Ukraina. Wielkie interesy gospodarcze i militarne, które będą realizowane po zakończeniu obecnej wojny, będą dotyczyły bliskiej współpracy między Kijowem i Berlinem, z pominięciem Warszawy.

Co musiałyby się wydarzyć przed 11 lipca, żeby rocznica Wołynia nie stała się kolejnym etapem polsko-ukraińskiego pęknięcia?

Niestety, ta najbliższa rocznica będzie kolejnym etapem pogarszania się naszych wzajemnych relacji, ponieważ w ostat-

nich latach zrobiono za mało, żeby było lepiej. Ekshumacje stoją w martwym punkcie. Świadomość społeczeństwa ukraińskiego, z naszej perspektywy, w tym wymiarze się pogarsza. Mamy coraz większe poparcie dla ideologii banderyzmu i kultu bohaterów OUN-UPA, czyli radykalizację poglądów niekorzystnych dla nas. Podobnie mamy radykalizację stanowiska dużej części opinii publicznej w Polsce, jeśli chodzi o nastroje antyukraińskie. I tak będzie w najbliższych miesiącach i latach. Trzeba się do tego przygotować. Jeśli chcemy mieć lepsze wzajemne relacje i doprowadzić do autentycznego pojednania, co dla Polski jest absolutnie fundamentalne, to może się ono dokonać w perspektywie kilkunastu czy kilkadziesiątu lat. Ale żeby do tego doszło, już dzisiaj trzeba rozpocząć trudną pracę w pocie czoła. Przede wszystkim ogromną pracą edukacyjną: w mediach, w szkołach i na uniwersytetach, w parafiach, w samorządach itd. Z wiedzą na temat rzezi wołyńskiej w Polsce jest dzisiaj dość dobrze. To się bardzo zmieniało w ciągu ostatnich kilkadziesiątu lat. Natomiast za wszelką cenę musimy pomóc mieszkańcom kraju nad Dnieprem, jeśli chodzi o edukację historyczną. Trzeba wspólnie przyjąć skuteczną strategię edukacyjną, która w perspektywie kilkunastu czy kilkadziesiątu lat może doprowadzić do zmiany świadomości przynajmniej części społeczeństwa ukraińskiego. Dopiero na takim gruncie będzie można mówić o autentycznym pojednaniu polsko-ukraińskim.

Małgorzata Oberlan



Ks. prof. Andrzej Kobyliński jest filozofem, kierownikiem Katedry Etyki w Instytucie Filozofii Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie.

Wilkowo Nowowiejskie dzierży 13 rekordów świata, które zatwierdził Dionizy Zejer z Towarzystwa Rekordów Niecodziennych. Zapewne już sam ten fakt umieściłyby tę wieś w księdze rekordów Guinnessa, gdyby nie to, że „Guinnessowi” z „rekordami niecodziennymi” nie po drodze...

Wyjącego wilka znajdziemy na wszystkich plakatach zapraszających na słynne majówki wilkowskie. Drapieżnik stał się naturalnym herbem ambitnej wioski, która za punkt honoru upatrzyła sobie bicie okolicznych rekordów. Skojarzenie z Wilkowyjami z filmowego „Rancza” nasuwa się samo nie tylko przez wilka, symbolu Wilkowa i nazwę. Ta mała miejscowość, tak jak Wilkowyje, ma swój charakter, charyzmę, i pomysłów mieszkańców. Ma nawet ławeczkę z Japyczem, spółką i Mamrotem w garści. Co prawda tylko w formie graffiti przy wjeździe, ale oddaje klimat. No i ma także sołtysa, który Wilkowo swe widzi rekordowe.

Do Wilkowa Nowowiejskiego można zjechać z DW-214 w drodze do Łeby. Warto, bo drugiej takiej wioski w Polsce nie ma. Mieszka w niej niespełna 180 osób w usianych pomiędzy polami i lasem domach. Jednak Leszek Wrzesień, od blisko ćwierć wieku sołtys tej miejscowości, sprawił, że o Wilkowie jest głośno. Trzynastcie rekordów mówi samo za siebie i to dostownie.

Wszystkie stoją, leżą albo wiszą w centrum Wilkowa. Pierwsze rzuca się w oczy największe na świecie koło u wozu, które mierzy sobie ponad 3 m 60 cm. Widać je już z daleka a obok niego, pod daszkiem stoi blisko 4,5 tonowy drewniany chodak. Nad wiatą wisi rekordowa hulajnoga, pod nią jest rekordowa cegła, rekordowy stół biesiadny, największe diabelskie skrzypce, burczybas, tabakiera i inne. Na początku jednak była rekordowa deska w 2009 roku. Od niej wszystko się zaczęło...

- Organizujemy regularnie wyjazdy na wycieczki w ciekawe miejsca z mieszkańcami Wilkowa i pojechaliśmy do Szymbarku - wspomina Leszek Wrzesień, sołtys Wilkowa Nowowiejskiego. - Tam oglądaliśmy największą na świecie deskę. Liczyła ponad 36 metrów. W autobusie w drodze powrotnej padła propozycja, żeby pobić ich rekord. Reakcja była jednoznaczna: próbujemy! Zdecydowaliśmy, że u siebie zrobimy większą.

Kto był inspiratorem deski długiej jak boisko do piłki ręcznej? Sołtys przyznaje, że chyba on, ale tak naprawdę pierwszy rekord, jak i pozostałe, narodził się w duszy wilkowskiej wspólnoty. Z rozmów, wyjazdów integracyjnych, wspólnych zabaw i wilkowskiej przekory, która każdemu mieszkańcom grać na nosie



Do Wilkowa Nowowiejskiego warto zajrzeć, bo drugiej takiej wioski w Polsce nie ma

Ta wieś kosi rekordy!

dotychczasowym rekordzistom.

- Spotykamy się, omawiamy jakie rekordy w okolicy zostały do pobicia i się za nie bierzemy - wyjaśnia Leszek Wrzesień mechanizm, dzięki któremu Wilkowo może poszczycić się tyłoma rekordami.

Pomysł to jedno, jego realizacja, to drugie. Projekt najdłuższej deski, rekordowego debiutu Wilkowa, zrealizowała firma Hrynbud.

- Właśnie ten pierwszy projekt uważam za najtrudniejszy - uważa Leszek Wrzesień. - Poszedłem do ówczesnego nadleśniczego, Zbyszka Kaczmarczyka. Obdzwoniłem leśniczych z prośbą, że jak zauważą wielkie drzewo przeznaczone do wycinki, to żeby dał znać. W jednym z wawozów znalazł odpowiednio wielką dagleżkę. 130-letnie drzewo potem trzeba było przetransportować przy pomocy specjalistycznego auta. Cały skład z drzewem liczył około 55 metrów. Przewiezienie dagleżki trwało około sześciu godzin. Uczylismy się dopiero jak to wszystko zrobić wspomina sołtys.

A jak robić? Wspólnymi siłami. Kilkadziesiąt osób, w tym sześćdziesięciu strażaków z OSP przez kilka tygodni wycinało deskę z drzewa umieszczonego na boisku. Każdy mógł przyjechać do Wilkowa, przyłożyć rękę do rekordu, pokazać, że w jedności siła.

Przewinęli się samorządowcy, przyjechała też konkurencja z Szymbarku, która przyglądała się, jak Wilkowo radzi sobie z ich rekordem. Sprawa była delikatna, deska mogła pęknąć przy wycinaniu i z rekordu był

by naci. W końcu stało się! Z drzewa wyłoniła się deska o długości 40 metrów 81 cm. Zmierzyli ją podczas pierwszej rekordowej Wilkowskiej Majówki. Przyglądała się temu masa ludzi, przyjechali politycy, w tym Jarosław Wałęsa.

Wówczas to był oficjalny rekord odnotowany w Księdze Rekordów Guinnessa. O ponad 3 metry deska z Wilkowa była dłuższa od tej z Szymbarku. Rekord wrócił do Szymbarku 3 lata później. Podrażnione ambicje Szymbarku przełożył w 2012 roku na deskę długą na 46,53 metra. - Nie będziemy już bić tego rekordu, zostawiamy go Szymbarkowi - śmieje się Leszek Wrzesień.

I tak Szymbark został z największą deską, a Wilkowo ruszyło dalej i pobiło 12 kolejnych rekordów. W 2011 zatańczyło w Wilkowie 518 osób jednocześnie, a rok później ugotowano 2586 litrów zupy, którą uczestnicy zjedli do dna.

Wszystkie rekordy padły podczas Wilkowskich Majówek, które gromadzą co roku w Wilkowie tłumy gości, polityków, samorządowców, ludzi kultury. Rekordowe imprezy z małej miejscowości zrobiły Wioskę Gigantów znaną na całą Polskę.

Pięć z nich to rekordy „kaszubskie”, o których można by powiedzieć „małe dzieła sztuki”, gdyby nie to, że wcale nie są małe. One są ogromne. Tak jak talent ludzi, którzy je wykonali.

Zenon Karczewski, zażywny artysta rzeźbiarz i właściciel zakładu stolarskiego z Łęczycy, czule kładzie rękę na misternie rzeźbionej w dębowym kłocie głowie brodatego Kaszuby z faj-

ką w zębach. Kunsztowna robota. Pokazuje jasno, że Wilkowo w swoich rekordach „nie idzie” wyłącznie w rozmiar, chociaż w tym przypadku ma on kluczowe znaczenie. Najdłuższa na świecie kaszubska pipa, czyli fajka mierzy 10 metrów 87 cm, co oznacza, że ma 57 cm więcej niż dotychczasowa rekordowa fajka z Ostrzyc. Zachwyca jednak przede wszystkim nie rozmiarem a wykończeniem.

To piąty rekord Zenona Karczewskiego, artysty - rekordzisty w rekordowej wiosce. Rzeźbiarz wykonał już największe Kaszubskie Nuty, Diabelskie Skrzypce, burczybas, tabakierę i właśnie kaszubską fajkę. Wszystkie rekwiizyty zachwycają i - co najważniejsze - działają. To jeden z warunków, by rekord został zaliczony.

- Najwięcej pracy kosztowało mnie wyrzeźbienie głowy z dębowego drzewa. Chciałem, żeby była trwała - podkreśla Zenon Karczewski. - Przy rzeźbieniu głowy sugerowałem się kaszubskimi wizerunkami i włożyłem w to swój pomysł. W środku fajka jest sklejona z dwóch części, przeciągnąłem wewnątrz wężyk. Jest cug, fajka działa i można z niej palić.

Dla właściciela zakładu stolarskiego i artysty rzeźbiarza, kolejne rekordy to dobra zabawa i okazja do twórczej realizacji. Największa tabakiera na świecie ma 2 metry 32 cm i nieregularną, rzeźbioną fakturę, która prezentuje się imponująco. A jednak nie przy niej, ani też nie przy fajce, Zenon Karczewski miał najwięcej roboty, ale przy Kaszubskich Nutach, które były jego pierwszym rekordem.

Mierzenie rekordu to gwóźdź programu. Jak przy każdej Majówce, tak i w tym roku rekord zatwierdził Dionizy Zejer z Towarzystwa Rekordów Niecodziennych. Kontroler wszystkich kontrolerów z Katowic od 27 lat jeździ po całej Polsce i zatwierdza rekordy. Przyznaje, że tyłu rekordów, co Wilkowo nie ma żadna inna miejscowość w Polsce. Podkreśla też, że był przy narodzinach każdego z nich. Bywały i takie, od których język stawał mu kołkiem, gdy miał o nich coś powiedzieć. Wspomina setkę kaszubskich akordeonistów grających razem w Bytowie.

- Przyjechała telewizja, postawili kamerę i pytają mnie w nieznanym mi języku. Stoje, nic nie rozumiem, w końcu dziennikarz dopytuje mnie po polsku czy jestem Kaszubem? Mówię, że tak, z Kaszubów katowickich - śmieje się Dionizy Zejer i dodaje, że z Kaszubami wiąże go barwy. - Kibicuję GKS-owi Katowice, a on barwy czarno-żółte, takie jak kaszubska flaga.

Kontroler wszystkich kontrolerów z Towarzystwa Rekordów Niecodziennych wiele już widział, ale rekordowo rekordowe jest w Polsce tylko Wilkowo Nowowiejskie.

Wszystko zaczęło się w 1998 roku. Dionizy Zejer prowadził lokalną gazetę, kiedy zjawił się u niego późniejszy szef Towarzystwa Rekordów Niecodziennych i właściciel parku rozrywki Rabkoland, który w sprowadził z Nowej Zelandii 4 jeżdżące kłozety. - Te kłozety miały kierownicę, manetki i rozpędzały się do 18 km na godz. Nie

można było tylko z nich korzystać w typowy sposób, ale raz wjechał na jednym do studia w programie telewizyjnym. Zaczęliśmy organizować mistrzostwa Polski w wyścigach na kłozetach - śmieje się Dionizy Zejer. - Wówczas pojawił się pomysł, żeby stworzyć ranking osobliwości i rekordów niecodziennych. W ten sposób powstała Księga Rabkolandu, w której zaczęliśmy umieszczać polskie rekordy i osobliwości.

Pomiędzy Towarzystwem Rekordów Niecodziennych, a przedsiębiorstwem Guinness wydającym Księgę Rekordów, doszło do różnicy zdań na temat praw autorskich do rekordów świata. Dionizy Zejer wspomina, że sprawa oparła się o prawników.

- Tłumaczyliśmy, że nas nie interesują rekordy świata z Ekwadoru czy Pakistanu, my dokumentujemy rekordy Polski. Ostatecznie przyznano nam rację - mówi kontroler.

Rekord Guinnessa, czy nie, ważne że wilkowskie rekordy, poza deską, są rekordami świata. Czy to istotne, w jakiej księdze się znajdują, skoro i tak są największe?

Dionizy Zejer w tym rekordowym zestawieniu sam jest swoistym rekordem. Wspomina, że zatwierdzał ich ok. 8 tys.. Niektóre były delikatnie mówiąc, szokujące.

- Pani z Trzebiatowa zna na pamięć „Pana Tadeusza”. Inna rekordzistka ma najdłuższe włosy, mierzyły 2 metry 43 cm. Obciąża je jednak w końcu te włosy i przekazała do parku rozrywki Rabkoland, gdzie można je oglądać - mówi kontroler.

Pan Dionizy zatwierdzał też rekord 10 tys. litrów kwaśnicy ugotowanej na Śląsku. Żeby zmieścić zupę, przecięto na pół cysternę, bo nie istnieje tak duży garnek. Inny rekordzista, Polak z Hamburga, ułożył opowiadanie składające się z 20 tys. słów a wszystkie zaczęły się na literę „p”. Pobił tym samym rekord świata należący do Rosjanina, który z 16 tys. słów ułożył opowiadanie na literę „o”.

- Za każdym rekordem kryje się ogromna praca - mówi Dionizy Zejer. - Jednak takiej drugiej wioski jak Wilkowo w Polsce nie ma. Tu rekordów jest najwięcej.

Wilkowo jest znane, ale zapewne mogłoby być jeszcze większą atrakcją turystyczną. Był już kiedyś plan, żeby wilkowskie giganty pomniejszyć, zrobić z nich miniaturowe i opisać i sprzedawać jako pamiątki. Miało też powstać muzeum. To mogła być doskonała promocja gminy i powiatu łębońskiego, ale na razie Wilkowo Nowowiejskie najłatwiej znaleźć i zobaczyć w internecie. Trafić wciąż tam niełatwo, nie ma tablicy przy drodze wojewódzkiej 214, która informowałaby, że po drodze można zjechać do wioski gigantów.

Robert Gębuś



Dom Seniora Serce Florencji w Łodzi.

Opieka, troska i wsparcie w jesieni życia

Dom Seniora Serce Florencji przy ul. Wiośnianej 34/36 w Łodzi to nowe miejsce pobytu, opieki i rehabilitacji dla starszych mieszkańców miasta. Pensjonariusze znajdą tu ciszę, spokój, wytchnienie, bezpieczeństwo w jesieni życia.

W domu przy ul. Wiośnianej może zamieszkać 47 osób. W dwukondygnacyjnym budynku przygotowano dla nich 22 pokoje, w tym 15 z łazienkami. Pokoje są jedno-, dwu-, trzy- i czteroosobowe. Te ostatnie, największe przeznaczone dla leżących pacjentów.

Pensjonariusze będą korzystać z dwóch jadalni połączonych z pokojami dziennego pobytu, w ciepłe dni wypoczywać w ogrodzie z altaną; w pokoju gościnnym z aneksem kuchennym spotykać się z bliskimi, którzy przyjdą w odwiedziny.



Dom jest także miejscem przyjaznym dla zwierząt. Placówka oferuje całodobową opiekę, komfortowe warunki pobytu oraz indywidualne podejście do potrzeb każdego seniora. Przyjmie osoby z chorobami otępiennymi, chorobą Alzheimera, Parkinsona oraz innymi schorzeniami podeszłego wieku. Jednak nie tylko. Zapewni opiekę pacjentom po urazach, złamaniach, hospitalizacjach, w okresie rekonwalescencji oraz wszystkich tych, u których z różnych powodów samodzielność w codziennym funkcjonowaniu jest ograniczona.

Podopieczni domu będą ciekawie i aktywnie spędzać czas - uczestniczyć w zajęciach terapeutycznych. W planach są spotkania z gośćmi ze świata kultury. O pensjonariuszy zadba wykwalifikowany personel - certyfikowani opiekunowie medyczni, pielęgniarka odpowiedzialna za koordynowanie wszelkich prac związanych z opieką, w tym zadania higieniczno-pielęgnacyjne. Są przewidziane również cotygodniowe wizyty lekarza podstawowej opieki medycznej. Ośrodek zapewnia stałą opiekę psychologa i psychogeriatry, a na życzenie neurologopedy. W ofercie są także zooterapia i rehabilitacja. Urządzono gabinet pierwszej pomocy przedmedycznej. Zadbano o komfort życia i bezpieczeństwo mieszkańców placówki. Dostosowano ją w pełni do potrzeb starszych osób. W budynku działa winda, schody zabezpieczono barierkami, w częściach wspólnych zainstalowano monitoring. Dom wyposażono w specjalistyczny sprzęt, który zwiększa bezpieczeństwo i jakość życia mieszkańców. Informacje o nowej placówce są dostępne na Facebooku - Dom Seniora Serce Florencji.



Martyna Wojciechowska: Trudniej zejść ze szczytu, niż na niego wejść

Po 20 latach wraca do historii, którą opowiedziała w książce „Przesunąć horyzont”. Dziś Martyna Wojciechowska mówi nie tylko o Evereście, ale też o traumie, macierzyństwie, zdrowiu psychicznym i cenie bycia kobietą, która „zawsze daje sobie radę”.

Dwadzieścia lat temu zdobyłaś Mount Everest i napisałaś o tym książkę „Przesunąć horyzont”. Teraz wydałaś „Przebrać horyzont. 20 lat później”. Czy to wciąż ta sama historia?

Fakty są niezmiennie. Zdobyłam Mount Everest 18 maja 2006 roku.

O godzinie 9.02.

Dokładnie. Natomiast dzisiaj, z perspektywy czasu, całą tę historię widzę już inaczej. Wiem, że tak naprawdę nie chodziło o zdobycie Everestu, choć tym kończyła się książka, którą napisałam 20 lat temu, „Przesunąć horyzont”. Przez ten czas dowiedziałam się, że możemy mieć w życiu wiele Everestów. Że wiele razy możemy przesuwać swoje horyzonty. Dowiedziałam się też, że Everest tak naprawdę nie jest

najwyższą górą na świecie i że znacznie trudniej jest z tego szczytu zejść, niż na niego wejść. I o tym chciałam opowiedzieć w tej książce. O tym, jak dzisiaj widzę tamte wydarzenia, co mnie ukształtowało, a także o tym, co doprowadziło do tego, że miałam w sobie dość siły i odwagi, żeby w jednym z najtrudniejszych momentów mojego życia podjąć takie wyzwanie.

W książce pokazujesz drogę, która doprowadziła Cię do Everestu. Zaczęło się od wypadku na Islandii, w którym zginął Twój operator, Rafał Łukaszewicz. Co bardziej dziś pamiętasz: jego śmierć czy jego życie?

Dużo nas łączyło zawodowo, ale i prywatnie był mi bliskim człowiekiem. Kawałek naszego życia podróżowaliśmy razem, odkrywaliśmy nowe kultury. Ponad 20 lat temu

wyglądało to inaczej niż teraz. Podróżowanie nie było tak dostępne, internet nie był tak rozpowszechniony, więc to była prawdziwa przygoda. Mam bardzo dużo wspomnień z Rafałem. Ale przez wiele lat jego śmierć bardziej zdominowała moje wspomnienia i moje postrzeganie wszystkiego, co się z nim wiązało. Dzisiaj mam już gotowość, żeby przejść na drugą stronę. Żeby uczynić z jego śmierci pewien element naszej historii, ale też żeby lepiej pamiętać go jako człowieka. Także przez jego rodzinę i dzieci, z którymi jestem blisko. Zaprzyjaźniłam się z Alicją, żoną Rafała. Jego dzieci poznałam już po jego śmierci. Wówczas bliźniaki Julka i Kuba miały trzy lata, dzisiaj mają 25. Są dorosłymi ludźmi, którym staram się towarzyszyć na różnych etapach ich życia. Czuję się za nich odpowiedzialna, w jakimś sensie myślę o nich jak o moich dzie-

FOT. KRZYSZTOF SZYMCIK



Łódź w obiektywie



FOT. MATYŁDA WITKOWSKA

W sobotę około 200 osób protestowało w Arturówku przeciw inwestycjom w Lesie Łagiewnickim. To odpowiedź na propozycję magistratu wobec terenów zielonych.



FOT. MATYŁDA WITKOWSKA

Magistrat uruchamia kolejne parkingi w centrum Łodzi. Są duże, automatyczne i płatne przez całą dobę, siedem dni w tygodniu.



FOT. CZYTELNIK

Trzy auta zostały uszkodzone na Stokach w efekcie poniedziałkowego wybuchu gazociągu. Instalacja na ul. Górskiej 2 została rozszczerzona podczas prac ziemnych.



FOT. WIKIMEDIA

łam, że Everest będzie takim momentem przejścia. Że po nim wszystko będzie już inaczej. Oczywiście okazało się, że tak nie jest. Miałam jeszcze bardzo dużo pracy do wykonania. Ale wtedy, w tamtym czasie, było mi to po prostu potrzebne. Bardzo potrzebne, żeby przeżyć.

Piszesz, że w 2006 roku język traumy, żaloby i kryzysu psychicznego był uboższy. Co straciła tamta Martyna przez to, że nie miała tych słów?

Wówczas wydawało mi się, że pracuję coraz więcej, robię coraz więcej i pędzę coraz bardziej, bo właśnie tego potrzebuję. Irzeczywiście, żeby przetrwać, potrzebowałam tego. Ale dzisiaj rozumiem swoje motywy. Ja po prostu bardzo nie chciałam spotkać się z pewnymi emocjami i bardzo nie chciałam pewnych rzeczy nazwać po imieniu. Nie miałam też możliwości sięgnąć po takie wsparcie, bo ponad 20 lat temu naprawdę nie było powszechnie dostępnej takiej wiedzy. Przyznaję, że jestem jedną z tych osób, które kiedyś mówiły, że psychoterapia to jest dzielenie włosa na czworo i po co to komu. Przecież świetnie dam sobie ze wszystkim radę sama. Lepiej lub gorzej próbowałam wcielić to w życie. Dzisiaj wiem, że mogłam zrobić to mądrzej i sięgnąć po pomoc. Mogłam oszczędzić sobie i moim bliskim wiele cierpienia. Mogłam dać sobie szansę, żeby przepracować tę traumę ze wsparciem, i pójść dalej. Z drugiej strony mam poczucie, że ten czas chyba był mi potrzebny. Dlatego dziękuję sobie tym doświadczeniem. Wiem, że książka „Przesunąć horyzont” była dla wielu osób bardzo ważna. Wiem, że wielu osobom pomogła. Pisali do mnie i mówili mi o tym podczas spotkań.

Ja po przeczytaniu Twojej nowej książki też mogę powiedzieć, że jestem jedną z tych osób.

Wówczas wydawało mi się, że pracuję coraz więcej, robię coraz więcej i pędzę coraz bardziej, bo właśnie tego potrzebuję. Irzeczywiście, żeby przetrwać, potrzebowałam tego. Ale dzisiaj rozumiem swoje motywy. Ja po prostu bardzo nie chciałam spotkać się z pewnymi emocjami i bardzo nie chciałam pewnych rzeczy nazwać po imieniu. Nie miałam też możliwości sięgnąć po takie wsparcie, bo ponad 20 lat temu naprawdę nie było powszechnie dostępnej takiej wiedzy. Przyznaję, że jestem jedną z tych osób, które kiedyś mówiły, że psychoterapia to jest dzielenie włosa na czworo i po co to komu. Przecież świetnie dam sobie ze wszystkim radę sama. Lepiej lub gorzej próbowałam wcielić to w życie. Dzisiaj wiem, że mogłam zrobić to mądrzej i sięgnąć po pomoc. Mogłam oszczędzić sobie i moim bliskim wiele cierpienia. Mogłam dać sobie szansę, żeby przepracować tę traumę ze wsparciem, i pójść dalej. Z drugiej strony mam poczucie, że ten czas chyba był mi potrzebny. Dlatego dziękuję sobie tym doświadczeniem. Wiem, że książka „Przesunąć horyzont” była dla wielu osób bardzo ważna. Wiem, że wielu osobom pomogła. Pisali do mnie i mówili mi o tym podczas spotkań.

Ja po przeczytaniu Twojej nowej książki też mogę powiedzieć, że jestem jedną z tych osób.

Takie słowa zawsze mnie wzruszają. Poczulałam więc, że może warto o tym opowiedzieć. Że są już inne sposoby, z których można skorzystać, żeby uczynić swoje życie lepszym. Także poczucie odpowiedzialności wobec moich czytelników, wobec moich widzów, poczucie odpowiedzialności wobec drugiego człowieka stoi za tym, że przepisałam tę książkę i opowiedziałam tę historię na nowo.

Czym po 20 latach jest dla Ciebie wyprawa na Mount Everest? Zdobyłaś dach świata jako trzecia i najmłodsza Polka. W książce piszesz o tym z dystansem.

Ten cel, ta motywacja, którą znalazłam wysoko, najwyżej jak się dało, sprawiły, że byłam w stanie przesunąć horyzont. Że byłam w stanie popatrzeć dalej. Czy dzisiaj sięgnęłabym po takie samo narzędzie? Nie wiem. Wtedy chciałam też czuć, że nie wypadam z gry. Góry zdobywałam wcześniej. Chodziłam po górach i kochałam to. Tam czułam się szczęśliwa i spełniona. To jest jakiś rodzaj fizycznego osadzenia się. Więc w górach szukałam ratunku dla siebie. Zdobyłam Mount Everest, a potem kolejne góry w ramach realizacji projektu Korona Ziemi, czyli najwyższych wierzchołków na wszystkich kontynentach. Na tamtym etapie bardzo nie chciałam się zatrzymać. Zatem wtedy Mount Everest bez wątpienia uratował mi życie, ale potem wpadłam w spiralę osiągnięcia, przesuwania kolejnych horyzontów i zdobywania kolejnych Everestów. W książce szczerze mówię też o tym, że po raz kolejny życie uratowało mi macierzyństwo. Kiedy poczułam prawdziwą tęsknotę, kiedy zrozumiałam, co to znaczy bezwarunkowa miłość. Oczywiście nie chcę powiedzieć, że każda kobieta ma być matką. Absolutnie nie. To kwestia wyboru. Ale w moim przypadku zadziałało to tak, że ja się zatrzymałam.

Anita Czupryna

Ten nasz niezwykle motoryzacyjny świat

CHIŃSKIE AUTO Z NAPĘDEM SPALINOWYM

GAC Emzoom to pierwszy samochód spalinowy marki dostępny w Europie. Polska została wybrana jako debiutancki rynek dla nowego benzynowego SUV-a. Na co mogą liczyć nabywcy?

Uwagę zwracają charakterystyczny przedni pas i ostre linie nadwozia. Nowoczesny wygląd podkreślają reflektory LED zintegrowane ze światłami mijania i drogowymi oraz tylne światła z 66 diodami LED tworzącymi trójwymiarową sygnaturę świetlną. Całość uzupełniają 18-calowe obręcze aluminiowe, relingi dachowe oraz elektryczne, automatycznie wysuwane klamki drzwi.

Pod maską pracuje turbodoładowany silnik benzynowy 1.5 TG o mocy



170 KM i momencie obrotowym 270 Nm. Jednostka współpracuje z 7-biegową dwusprzęgłową automatyczną skrzynią biegów 7WDCT, zapewniając płynną i dynamiczną jazdę. SUV przyspiesza od 0 do 100 km/h w 8 sekund i osiąga prędkość maksymalną 190 km/h. Kierowca może wybierać pomiędzy trzema trybami jazdy - ECO, COMFORT i SPORT - dopasowując charakter samochodu do aktualnych potrzeb. Średnie zużycie paliwa wynosi 5,9 l/100 km. Centralnym punktem kokpitu jest ekran multimedialny 14,6", współpracujący z Apple CarPlay® oraz Android Auto™. Na wyposażeniu znajdują się także cyfrowy zestaw wskaźników LCD, ładowarka indukcyjna do telefonu oraz system audio z sześcioma głośnikami. **(motofakty.pl)**



Model mierzy 4410 mm długości, 1850 mm szerokości oraz 1600 mm wysokości. Za jego napęd odpowiada turbodoładowany silnik benzynowy 1.5 TG o mocy 170 KM.

FOT. GAC

ciach. Zresztą Kuba zawsze mówi do mnie, że jestem drugą mamą. I to jest moja rodzina z wyboru. Więc dzisiaj, z perspektywy tych 20 lat doświadczeń, naszej wspólnej historii z rodziną Rafała, ważniejsze jest dla mnie jego życie. Ale też to, jak on żyje w naszym życiu. Jak jest obecny w życiu nas wszystkich.

Śmierć Rafała zmieniła Twój sposób patrzenia na ludzi i na dziennikarstwo?

Zdecydowanie. Często powtarzam, że tamte wydarzenia bardzo mnie zmieniły, myślę, że byłabym dzisiaj innym człowiekiem. Chciałabym też bardzo jasno powiedzieć, że śmierć, szczególnie w tak młodym wieku, zawsze jest pozbawiona sensu. Szczególnie że Rafał miał wspianą rodzinę i bardzo mu tego zazdrościłam. W książce jest taki fragment, kiedy rozmawiamy, a ja mówię o tym, co jeszcze przede mną. Że chcę podróżować, zdobywać świat. A Rafał wraca myślami do swojej rodziny, to dzięki swoim bliskim miał korzenie, był mocno osadzony. To była jego baza. Wtedy tego nie rozumiałam. Nie rozumiałam, jakie to ważne. Po śmierci Rafała przez wiele lat obsesyjnie próbowałam uzasadnić sam fakt,

że ja przeżyłam. Potraktowałam to jako zobowiązanie. Jako źródło niezwyklej motywacji, żeby robić dwa razy więcej. Żeby wypełnić moje życie sensem i treścią. Także życie zawodowe. Żeby wykorzystać warsztat dziennikarski do mówienia o rzeczach ważnych. Żeby inspirować ludzi. Żeby robić coś dla innych. Uważałam, że skoro ja ocalałam, a Rafał zginął, to chciałam jakoś spłacić ten dług. Przekułam swoje poczucie bezsilności w działanie.

Wszystko ma swoją cenę. Jaką Ty zapłaciłaś?

Kosztowało mnie to bardzo dużo. Dopiero dzisiaj, z perspektywy czasu, umiem to ocenić. Fakt, że zdecydowałam się wspinać na Mount Everest, był jedynym znanym mi wtedy sposobem przetrwania - ucieczką do przodu. Sięgnęłam po rozwiązania, które stosowałam wcześniej nieświadomie. Kiedy mierzyłam się z dużymi wyzwaniem, zawsze patrzyłam na horyzont i zastanawiałam się, co jest dalej. I miałam odwagę, żeby za ten horyzont ruszać. Wtedy wydawało mi się to jedynym sposobem, żeby utrzymać się na powierzchni, znaleźć motywację, znaleźć w ogóle powody, żeby żyć dalej. Wierzy-



FOT. GRZEGORZ GALAJSKI

BARSZCZ W CENTRUM!

Na tyłach hotelu tuż obok dawnego Pałacu Ślubów przy ul. Piotrkowskiej 157 wyrósł dorodny krzak barszczu Sosnowskiego. Straż miejska ogrodziła go taśmą, ale nadal każdy może do niego podejść, na przykład dziecko. Tym bardziej, że roślina kusi okazałym kwiatostanem. A kontakt z barszczem jest bardzo niebezpieczny. Nawet niewielka ilość soku na skórze może doprowadzić do poważnych uszkodzeń tkanek po ekspozycji na światło słoneczne. Barszcz Sosnowskiego to roślina pochodząca z Kaukazu, która została sprowadzona do Polski w połowie XX w. jako roślina pastewna.



Straż miejska wykazuje się nadzwyczajną gorliwością w tropieniu nieprzepisowo zaparkowanych samochodów na ul. Wschodniej od czasu, gdy otwarto płatny parking piętrowy na teże ulicy, który świeci pustkami. Czyby strażnicy mieli za zadanie „naganić” tam klientów?

FOT. JACEK ZEMIA

Kapitał ma zostać w Polsce. Za nami Forum Energia z Polski - Local First w Rzeszowie

Wielkie inwestycje w energię i obronność mogą stać się impulsem dla polskich firm, ale tylko wtedy, gdy krajowi dostawcy realnie wejdą do łańcuchów dostaw. O tym rozmawiali uczestnicy Forum Dostawców Przemysłu Energetycznego i Obronnego „Energia z Polski - Local First”, które odbyło się 15 czerwca na Uniwersytecie Rzeszowskim. W centrum dyskusji znalazły się local content, zamówienia publiczne, transfer technologii, finansowanie i bezpieczeństwo gospodarcze państwa.

Local content bez zmiany prawa

Podczas części otwierającej forum głos zabrał m.in. Wojciech Balczun, minister aktywów państwowych. Jak podkreślał, local content nie ma oznaczać protekcjonizmu ani zamykania polskiego rynku, ale lepsze wykorzystanie istniejących narzędzi wspierania krajowych dostawców. – Wszystkie te kraje akceptując i szanując regulacje unijne i prawo unijne tak naprawdę tworzą warunki, żeby w jak największym stopniu wspierać swoje firmy. Dlatego, że wiedzą, że to jest warunek ich bezpieczeństwa, ich rozwoju – powiedział Wojciech Balczun.

Minister wskazywał, że zmianę można przeprowadzić bez naruszania prawa zamówień publicznych. – To jest trochę taki wytrych, nie trzeba zmieniać prawa zamówień publicznych, żeby w praktyce wdrażać local content. Natomiast z perspektywy Ministerstwa Aktywów Państwowych mamy jakieś moż-



FOT. PRZEMYSŁAW POPÓWSKI

liwości oddziaływania na nasz zasób spółek, które podlegają ministerstwu, w związku z tym kodeks dobrych praktyk local content, wytyczne dla spółek, pełnomocnicy, którzy są powoływani w poszczególnych spółkach, pełnomocnicy do spraw local content, to już się dzieje – tłumaczył. Jak dodał, po latach transformacji Polska jest w innym miejscu niż na początku lat 90. i musi mocniej zabezpieczać własny wzrost gospodarczy.

Elektrownia jądrowa jako test dla gospodarki

Jednym z przykładów strategicznej inwestycji była budowa elektrowni jądrowej. Wojciech Wrochna, pełnomocnik rządu ds. strategicznej infrastruktury energetycznej, wskazywał, że projekt o wartości około 200 mld zł można przeprowadzić na dwa sposoby. – Kupimy technologię, zbudujemy elektrownię, która dostarczy energię czystą, bezpieczną do polskich domów. Zrobimy to z naszymi partnerami, zyskamy ich sympatię, ale tak naprawdę niewiele z tego zostanie w polskiej

gospodarce. Ale można to zrobić w drugi sposób, w inny sposób. Można usiąść z tymi partnerami do stołu i powiedzieć im, słuchajcie, zbudujemy przyszłość tego regionu, przyszłość Polski rozwijając energię jądrową razem, wspólnie – tłumaczył. – Nie wybieramy modelu realizacji inwestycji nawet z potężnymi partnerami zagranicznymi, który jest modelem takiej bardzo pasywnej współpracy – dodał.

Polskie firmy potrzebują referencji, kompetencji i finansowania

W dyskusjach wracał temat barier, które utrudniają polskim firmom udział w największych projektach. Angelika Cieślowska, prezeska zarządu DORACO, zwracała uwagę, że rozmowa o local content nie powinna ograniczać się do definicji ani do samego faktu rejestracji firmy w Polsce. Chodzi o to, by zyski z dużych inwestycji budowały polski kapitał i zostawały w krajowej gospodarce.

Ilona Deręgowska, wiceprezes Agencji Rozwoju Przemysłu,

wskazywała z kolei na ograniczenia finansowe mniejszych podmiotów, zwłaszcza przy dużych projektach energetycznych. – Przede wszystkim nie mamy wyporności finansowej – zaznaczyła Deręgowska.

Jan Rajchel, prezes Rządowej Agencji Rezerw Strategicznych, mówił o specyfice zakupów związanych z bezpieczeństwem państwa. Jak wyjaśniał, część procedur odbywa się poza prawem zamówień publicznych, według wewnętrznych zasad, które wymagają od firm m.in. zdolności do przetwarzania informacji niejawnych i działalności zarejestrowanej w Polsce. – Te procedury, o których mówię, preferują polskie podmioty gospodarcze – doprecyzował.

Nie zawsze chodzi o najniższą cenę

O roli dużych zamawiających mówił także Roman Kowszewicz, dyrektor wykonawczy ds. zakupów w ORLENIE. Grupa realizuje rocznie około 40 tys. przetargów na kilkadziesiąt miliardów złotych i planuje wydać ponad 350 mld zł w najbliższej dekadzie. – Nie chodzi o to, żeby za każdym razem wygrywała polska firma. Chodzi o to, żeby przygotowywać inwestycje, przygotowywać jakby z jednej strony od nas zamawiających jako wydatki, ale też, żeby firmy się przygotowywały do projektów w taki sposób, żeby rozpoznać, gdzie polskie firmy mają rzeczywście przewagę konkurencyjną, a w których aspektach potrzebują rozwoju kompetencji, a czasami wcho-

dzenia być może w konsorcja, również z firmami zagranicznymi, żeby tą technologię, tę kompetencję zdobywać – powiedział Roman Kowszewicz. Jak dodał, czasem wyższy wydatek może mieć sens, jeśli prowadzi do budowy kompetencji i silniejszego łańcucha dostaw w dłuższej perspektywie.

Od paneli eksperckich do warsztatów

Forum Dostawców Przemysłu Energetycznego i Obronnego „Energia z Polski - Local First” zostało zorganizowane przez Polska Press Grupę. Wydarzenie było skierowane do przedstawicieli przemysłu, dostawców technologii, producentów, firm wykonawczych, instytucji finansowych, samorządów oraz podmiotów zainteresowanych udziałem w strategicznych projektach energetycznych i obronnych.

Patronat honorowy nad wydarzeniem sprawował wiceprezes Rady Ministrów, minister obrony narodowej Władysław Kosiniak-Kamysz, Ministerstwo Aktywów Państwowych, Ministerstwo Energii, wojewoda podkarpacki i prezydent miasta Rzeszowa.

W wydarzeniu uczestniczyli także partnerzy reprezentujący sektor finansowy, energetyczny, przemysłowy i technologiczny. Partnerem strategicznym był Orlen, partnerem głównym PKO Bank Polski, a wśród partnerów znaleźli się także m.in. Agencja Rozwoju Przemysłu, PZU, ENEA, Asseco, TAURON Dystrybucja, Polska Spółka

Gazownictwa i Polska Grupa Zbrojeniowa. Program objął panel „Biliony do wydania – jak zatrzymać kapitał w Polsce?”, rozmowy o finansowaniu projektów strategicznych, panele poświęcone transformacji energetycznej jako szansie dla polskich firm, firechat z wiceministrem Grzegorzem Wroną oraz debatę o polskim przemyśle zbrojeniowym.

Przedstawiciele partnerów brali udział w dyskusjach programowych. W panelu dotyczącym finansowania projektów strategicznych wystąpił m.in. Adam Burda, Dyrektor Departamentu Klienta Strategicznego-Energetyka, Paliwa i Nowe Technologie w PKO Banku Polskim. W części energetycznej o transformacji jako szansie dla polskich firm rozmawiali m.in. Jarosław Tokarczuk, pełnomocnik zarządu ENEA ds. Local Content, oraz Adam Bernacki, dyrektor Departamentu Zakupów i Administracji w TAURON Dystrybucji.

Całość zakończyła sesja warsztatowa dla firm przygotowana przez Orlen „Energetyka w praktyce: inwestycje, zakupy i łańcuchy dostaw”. Dotyczyła m.in. planów inwestycyjnych w obszarze energetyki w Grupie ORLEN, współpracy z dostawcami, wymagań i procesów zakupowych, zasad współpracy z rynkiem oraz Katalogu Dobrych Praktyk. W warsztacie udział wzięli Roman Kowszewicz, Wojciech Uran, Przemysław Rosuń, Krzysztof Kraśzewski, Agnieszka Roszczyk i Tomasz Ostojki z ORLENU.

ORGANIZATOR

POLSKA PRESS GRUPA

PATRONAT HONOROWY

Wiceprezes Rady Ministrów
Minister Obrony Narodowej
Władysław Kosiniak-Kamysz

Ministerstwo Aktywów Państwowych

Ministerstwo Energii

WOJEWODA PODKARPACKI

Konrad Fijołek
Prezydent Miasta Rzeszowa

PARTNER STRATEGICZNY



PARTNER GŁÓWNY



Bank Polski

PARTNERZY



PARTNERZY WSPIERAJĄCY

PARTNER REGIONALNY



PATRONI MEDIALNI





W Polsce odbywają się liczne imprezy, na których można poznać smaki kuchni regionalnych.

Polska jest smaczna!

Polska to obok wielu atrakcji przyrodniczych i zabytków również ogromne bogactwo i różnorodność kuchni regionalnych. Udajmy się zatem w tę smaczną podróż po kraju.

Pierniki nie tylko na słodko

Pierniki z Torunia to jeden z najbardziej rozpoznawalnych symboli kulinarnych Polski. Ich historia sięga XIV wieku, gdy miasto jako członek związku kupieckiego Hanzy miało dostęp do egzotycznych przypraw sprowadzanych przez porty bałtyckie. Połączenie mąki, miodu i korzennych dodatków dało początek wypiekom, które szybko zyskały status luksusowego towaru eksportowego.

W XVII wieku pierniki toruńskie były wymieniane jako jedna z „czterech najlepszych rzeczy w Polsce”. W XIX wieku działało tu już kilka fabryk, z których największą była firma Gustava Weese, przekształcona później w słynną Fabrykę Cukierniczą „Kopernik”. Dziś działa tu Muzeum Toruńskiego Piernika. Warto pamiętać, że pierniki dostępne są także w wersji wytrawnej - jako dodatek do potraw, zgodnie z dawną tradycją kulinarną.

Zur kujawski to zupa, która od wieków gościła na stołach tutejszych gospodyń. Jej podstawą jest zakwas z mąki żytniej, który fermentuje przez kil-

ka dni, nadając potrawie charakterystyczny kwaśny smak. Choć każdy region ma swój zur, ten kujawski wyróżnia się leką, klarowną bazą i często podawany jest tylko z ziemniakami i jajkiem. W odróżnieniu od gęstszego zuru śląskiego zachował postny charakter, symbolizując zaradność i prostotę. Dziś zur kujawski przeżywa renesans, serwuje się go w restauracjach, podczas festynów i konkursów kół gospodyń wiejskich.

Gęsina od wieków była obecna na kujawskich stołach, szczególnie jesienią. Hodowla gęsi była powszechna na wsiach, a mięso uchodziło za wyjątkowo szlachetne. Tra-



Smakownia Pierników Żywego Muzeum Piernika w Toruniu.



Nikomu chyba nie trzeba przedstawiać klusek śląskich podawanych z roladą wołową i modrą kapustą.

dycja spożywania gęsiny na św. Marcina (11 listopada) ma korzenie w chrześcijańskich obrzędach, gdzie gęś symbolizowała dostatek i ofiarę. Współczesnym wyrazem tej tradycji jest Kujawsko-Pomorskie Święto Gęsiny w Osieku nad Notecią, które przyciąga smakoszy z całej Polski. Podczas wydarzenia można spróbować m.in. gęsi pieczonej z jabłkami, paszтетów, smalcu gęsiego czy zupy z podrobów - wszystko według lokalnych receptur.

Pora na deser! Ruchanki kujawskie to smażone placuszki drożdżowe, dawniej przygotowywane z ciasta pozostałego po pieczeniu chleba. Ich nazwa pochodzi od „ruszania” („ruchania”) ciasta, czyli jego wyrabiania. W wersji kujawskiej placuszki są nieco grubsze niż kaszubskie, często podawane z cukrem pudrem lub konfitu-

rą. Słynie z nich też kuchnia kowieńska, w której jadało się posiłki takie jak frysztyk (śniadanie) czy podkurek (podwieczerek).

Tradycyjne smaki Podlasia

Podlasie to region, w którym przenikają się wpływy kuchni polskiej, litewskiej, białoruskiej i tatarskiej. Ta różnorodność sprawia, że tutejsze potrawy mają niepowtarzalny smak i charakter.

Na dobry początek warto sięgnąć po ser koryciński, który od wieków wytwarzany jest tradycyjnym sposobem przekazywanym z pokolenia na pokolenie. Po raz pierwszy raz powstał w gminie Korycin po potopie szwedzkim. W 2005 r. został wpisany na Listę Produktów Tradycyjnych. Ma łagodny śmietankowy smak z lekką nutką soli. Najczęściej podaje się go w plastrach lub kawałkach.

Drugą klasyczną przystawką Podlasia jest chłodnik litewski, znany też jako chołodziec. To różowa, orzeźwiająca zupa przygotowywana na bazie zsiadłego mleka, kefiru lub jogurtu, z dodatkiem buraków, ogórków, koperku i szczypiorku. Na Podlasiu tradycyjnie podaje się go z ugotowanymi gorącymi ziemniakami, co tworzy ciekawy kontrast temperatur i smaków charakterystyczny dla kuchni kresowej.

W kuchni podlaskiej zdecydowanie królują potrawy ziemniaczane. Jednym z symboli tutejszego stołu jest babka ziemniaczana. To gęsta masa z tartych ziemniaków, mąki, jajek oraz cebuli i przypraw pieczona na złoto w piekarniku. Często zawiera dodatek boczku lub grzybów. W wielu domach podaje się ją z sosem grzybowym lub śmietaną. Podobnie przygotowuje się kiszke ziemniaczana.

na, z tą różnicą, że masa trafia do naturalnych jelit wieprzowych i pieczona jest w całości.

Wśród dań głównych nie może zabraknąć kartaczy, zwanych też cepelinami. To duże kluski ziemniaczane nadziewane mięsem, podawane najczęściej z podsmażoną cebulką i skwarkami. Są sycące, aromatyczne i niezwykle popularne zarówno w domach, jak i w lokalnych restauracjach.

Nie możemy zapomnieć o deserze! Sękacz to prawdziwa legenda Podlasia - ciasto tradycyjnie pieczone jest na różnie nad ogniem, warstwa po warstwie, dzięki czemu ma charakterystyczny przekrój przypominający sęki drzewa. Jest delikatny, maślany i lekko waniliowy.

Drugim regionalnym deserem jest hajnowski marcin, którego historia sięga czasów carskich i hucznych obchodów Święta Marcina. Składa się on z wielu cienkich blatów ciasta przekładanych śmietanowym kremem. Jego przygotowanie wymaga cierpliwości, ale efekt zachwyca zarówno wyglądem, jak i smakiem.

Rozsmakuj się w Lubelszczyźnie

Kuchnia Lublina opiera się na tym, co daje lokalne rolnictwo. Jest prosta, sycąca i intensywna w smaku. Królują tu kasza gryczana, ziemniaki, twaróg oraz cebula. To właśnie z tych składników powstały regionalne specjały, które zyskały uznanie w całej Polsce.

Najstynniejszy z nich jest, cebularz lubelski. Płaski, okrągły placek drożdżowy z zapieczoną, surową cebulą i makiem. Jego korzenie sięgają żydowskich tradycji kulinarnych Starego Miasta w Lublinie w XIX wieku. Pierwsi piekarze, najczęściej Żydzi, wypiekali go jako prosty i tani smakołyk. Z czasem cebularz dostał unijne oznaczenie Chronione Oznaczenie Geograficzne (ChOG), a także zyskał swoje święto obchodzone w czerwcu. Aby w pełni zanurzyć się w jego historii, koniecznie trzeba odwiedzić Muzeum Cebularza Lubelskiego, gdzie można poznać proces jego powstawania i legendy z nim związane.

Kolejnym symbolem regionu jest kulinarna wizytówka Roztocza, czyli piróg biłgorajski (dawniej zwany „kaszakiem”, obecnie gryczakiem). To danie, które najlepiej oddaje ducha kuchni chłopskiej. Wbrew nazwie, piróg przypomina raczej drożdżówkę lub zapiekankę. W jego składzie nie mogło zabraknąć lokalnej kaszy gryczanej, gotowanych ziemniaków i twarogu, często doprawianych miętą, smalcem ze skwarkami i jajkami. Można też spotkać go otwartej od góry i wtedy przybiera nazwę „golasa”. Piróg biłgorajski wpisany jest na Listę Produktów Tradycyjnych. Doskonale smakuje na zimno lub

odsmażany na maśle z kubkiem zsiadłego mleka.

Trzecim daniem do skosztowania jest pikantny forszmak lubelski. To gęsta, aromatyczna zupa-gulasz, której korzenie, podobnie jak w przypadku cebularza, osadzone są w wielokulturowej historii regionu, ze szczególnym uwzględnieniem tradycji kuchni żydowskiej. Lubelska wersja to sycąca kompozycja różnych gatunków mięs i wędlin (wieprzowina, wołowina, kielbasa), z dominującą nutą pomidorów, papryki, cebuli oraz, co kluczowe, kiszonych ogórków, które nadają mu charakterystycznej kwasowości. To potrawa wyrazista, która doskonale łączy w sobie proste, chłopskie składniki z bogactwem smaków charakterystycznym dla kuchni kresowej.

Smaki Małopolski - kulinarna podróż przez tradycję i region

Tutejsze potrawy łączą wpływy góralskie, galicyjskie i chłopskie, tworząc smakowitą mozaikę, która zachwyca zarówno mieszkańców, jak i turystów. Od prostych dań codziennych po wykwintne specjały świąteczne - kuchnia małopolska to prawdziwa uczta dla podniebienia.

Jednym z najbardziej rozpoznawalnych dań regionu jest kwaśnica - góralska zupa na bazie kiszzonej kapusty, często z dodatkiem wędzonego żeberka. Kwaśnica różni się od kapuśniaka intensywnym, kwaśnym smakiem i brakiem warzyw. To danie, które rozgrzewa w chłodne dni i doskonale oddaje charakter kuchni Podhala.

Nie sposób nie wspomnieć o oscypku, czyli wędzonym serze z mleka owczego, produkowanym tradycyjnie w baczówkach. Choć dostępny jest w całej Polsce, to właśnie w Małopolsce - szczególnie w okolicach Zakopanego - można spróbować jego autentycznej wersji, często podawanej z żurawiną jako przekąska.

Kolejnym regionalnym przysmakiem są pierogi z bryndzą - miękkie ciasto nadziewane słonym serem owczym, często podawane z okrasą z cebuli i boczku. Bryndza, podobnie jak oscypek, posiada chronioną nazwę pochodzenia i jest symbolem góralskiej tradycji.

W Małopolsce popularne są również kluski śląskie, choć ich nazwa może sugerować inne pochodzenie. W wielu domach, zwłaszcza w zachodniej części regionu, są one serwowane z sosem pieczeniowym i duszonym mięsem. To danie proste, ale sycące i pełne smaku.

Na stołach Małopolan często gości także żurek na zakwasie, podawany z jajkiem i białą kielbasą. W wersji świątecznej może być bardziej esencjonalny, z dodatkiem chrzanu i śmietany. Żurek to zupa, która łączy pokolenia - obecna zarówno w domach, jak i karczmach.



Pierogi po lubelsku faszerowane są kaszą gryczaną z twarogiem

FOT. POLSKA PRESS

Warto wspomnieć o maczance krakowskiej - daniu, które zyskało miano lokalnego street foodu. To długo duszone mięso wieprzowe, podawane w bułce, często z dodatkiem ogórka kiszzonego i musztardy. Maczanka była znana już w XIX wieku i dziś wraca do łask jako alternatywa dla burgera.

Na deser Małopolska oferuje prawdziwe perełki. Sękacz, choć kojarzony z Podlasiem, jest również wypiekany w niektórych częściach regionu. Większą popularnością cieszy się jednak semik krakowski - z charakterystyczną kratką z ciasta na wierzchu i ciężką, twarogową masą. To ciasto, które niezmiennie pojawia się na świątecznych stołach.

Nie można zapomnieć o strudlu jabłkowym, inspirowanym kuchnią austro-węgierską, który zdomował się w krakowskich cukierniach. Cienkie ciasto, czyste jabłka, cynamon i rodzynki - to połączenie, które nigdy nie wychodzi z mody.

Smaki Górnego Śląska - tradycja na talerzu

Na śląskim stole królują dania mięsne, ziemniaki w różnych odsłonach oraz kapusta kiszona, zasmażana, duszona. Jednym z najbardziej rozpoznawalnych dań jest rolada wołowa, czyli zawijane mięso nadziewane boczkiem, cebulą i ogórkiem kiszonym. Podawana jest najczęściej z modrą kapustą (czyli czerwoną, duszoną z jabłkiem i octem) oraz kluski śląskie - okrągłe, ziemniaczane z charakterystycznym wgłębieniem, które idealnie zbiera sos.

Kluski śląskie to prawdziwy symbol regionu. Ich przygotowanie wymaga precyzji - odpowiednich proporcji ziemniaków i mąki ziemniaczanej. W wielu domach to właśnie dzieci formują kluski, ucząc się tradycji od najmłodszych lat.

Innym klasykiem jest żur śląski, czyli kwaśna zupa na zakwasie z mąki żytniej, często podawana z ziemniakami i kielbasą. W wersji bardziej świątecznej - z jajkiem i boczkiem.

Żur to danie, które rozgrzewa i syci, idealne na chłodne dni.

Nie można zapomnieć o krupniku, czyli śląskiej kaszance. To wędlina z kaszy jęczmieńnej, krwi i podrobów, doprawiona majerankiem i pieprzem. Krupniki często są grillowane lub smażone, podawane z chlebem i ogórkiem kiszonym.

Wśród dań obiadowych warto wspomnieć także o karminalach - śląskich kotletach mielonych, często z dodatkiem bułki namoczonej w mleku, cebuli i przypraw. Podawane z ziemniakami i buraczkami, są prostym, ale smacznym daniem codziennym.

Śląska kuchnia to także słodkości. Na szczególną uwagę zasługuje kołocz śląski - drożdżowe ciasto z serem, makiem lub jabłkami, posypane kruszonką. Kołocz to nieodłączny element śląskich wesel, chrztów i odpustów. W wielu domach piecze się go według rodzinnych receptur, z dużą ilością masła i jajek.

W okresie Bożego Narodzenia na śląskich stołach pojawia się moczka - deser przygotowywany z piernika, bakalii, kompotu z suszu i piwa. To danie o intensywnym, korzennym smaku, które budzi skrajne emocje - jedni je uwielbiają, inni omijają szerokim łukiem. Podobnie jest z siemieniotką, zupą z siemienia lnianego, podawaną z kaszą - daniem postnym, ale bardzo charakterystycznym dla śląskich Wigilii.

Makiełki to tradycyjna potrawa wigilijna na Górnym Śląsku, przygotowywana z pokrojonej bułki lub chałki, zalanej mlekiem i wymieszanej z masą makową, bakaliami oraz miodem. Danie to symbolizuje dostatek i szczęście, a jego słodki smak ma przypominać o radości Bożego Narodzenia. Makiełki podaje się zazwyczaj na zimno, jako jedno z dwunastu dań wigilijnych. W wielu domach ich przygotowanie to ważny element świątecznej tradycji, przekazywany z pokolenia na pokolenie.

Emil Hoff



Jednym z najbardziej rozpoznawalnych dań Małopolski jest kwaśnica.

FOT. GETTY IMAGES

Krzyżówka panoramiczna

drag strażaka platforma	jednostka Juliusz Kossak	Zjednoczone pospolite owady	
ciężki oddech bobasa			
dawny zagłowiec			
dział spraw personalnych	trzymała na pulsie	biała szata kapłana	pokój w chacie
zarośla, chaszczki pojazdów śnieżny	liść jodły	polski kabaret	
Kulesza lub Buzek			
patka z tyłu płaszcza	warszawski teatr	interesuje speleologa	jezioro w Afryce, Malawi
starogreckie naczynie na wino	wodna lub olejna	plynie przez Genewę	
nastrój powagi			
uliczne widowisko	dyskiem lub oszczepem	bożyszcze tłumów	aromatyczny trunek z Azji
np. Szampania	poroże jelenia	gwiazda opery	
piękno mebel w kawiarni			
oryginał, cudak	owies lub żyto	czasem góry przynosi	opłacone oklaski
Jan, polski reżyser	Wielki Chiński	część meczu siatkówki	
zupa na zakwasie kuchenny obrus			

Litery z oznaczonych pól, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

Alfabetka

Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

W kolejności przypadkowej:

- masa ze zmielonych migdałów i cukru
- chusta na twarzy Arabki, część hidżabu
- i Bartosz, i Marian, polscy aktorzy
- kwadratowe kluski z kiszoną kapustą
- hałaśliwa, przemieszczająca się grupa ludzi
- wybierała się za morze w wierszu Brzechwy
- bardzo ceniony i smaczny grzyb jadalny
- David, aktor z filmu „Dziąta Navarony”
- sympatyczny piesek z polskiej kreskówki
- ochotnicza formacja wojskowa
- piękny, rasowy koń
- artretyzm wielkiego palca stopy
- Natasza, aktorka i piosenkarka

Krzyżówka pięciokątna

Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

- miasto z Sukiennicami
- nie czyni mnicha,
- gadula, pleciuga,
- miś z Australii,
- część Trylogii,
- pieśń epicka,
- szkocki trunek,
- znak rodowy Indian,
- stan w hipnozie,
- film Smarzewskiego.

Szyfr

Litery z pól od 1 do 17 utworzą rozwiązanie: imię i nazwisko aktora.

Poziomo:

- wstępne – to przedmowa,
- „drzące” drzewo liściaste.

Pionowo:

- kryjówka lisicy,
- wawelski stwór.

12	7	2	11	10
3				1
8	9	14	6	4
13				

Rozwiązania

Alfabetka: alfabetka panoramiczna: spartakiada; drag strażaka: furka; jednostka Juliusz Kossak: krzyżówka tautogramowa; zjednoczone pospolite owady: krzyżówka pięciokątna; ciężki oddech bobasa: krakowiak; dawny zagłowiec: tagliczka; dział spraw personalnych: komora; trzymała na pulsie: panienka; biała szata kapłana: krzyżówka skojarzeniowa; pokój w chacie: panienka; zarośla, chaszczki pojazdów śnieżny: zupa na zakwasie; liść jodły: kuchenny obrus; polski kabaret: zupa na zakwasie; Kulesza lub Buzek: zupa na zakwasie; patka z tyłu płaszcza: zupa na zakwasie; warszawski teatr: zupa na zakwasie; interesuje speleologa: zupa na zakwasie; jezioro w Afryce, Malawi: zupa na zakwasie; starogreckie naczynie na wino: zupa na zakwasie; wodna lub olejna: zupa na zakwasie; plynie przez Genewę: zupa na zakwasie; nastrój powagi: zupa na zakwasie; uliczne widowisko: zupa na zakwasie; dyskiem lub oszczepem: zupa na zakwasie; bożyszcze tłumów: zupa na zakwasie; aromatyczny trunek z Azji: zupa na zakwasie; np. Szampania: zupa na zakwasie; poroże jelenia: zupa na zakwasie; gwiazda opery: zupa na zakwasie; piękno mebel w kawiarni: zupa na zakwasie; oryginał, cudak: zupa na zakwasie; owies lub żyto: zupa na zakwasie; czasem góry przynosi: zupa na zakwasie; opłacone oklaski: zupa na zakwasie; Jan, polski reżyser: zupa na zakwasie; Wielki Chiński: zupa na zakwasie; część meczu siatkówki: zupa na zakwasie; zupa na zakwasie: zupa na zakwasie; kuchenny obrus: zupa na zakwasie.

Krzyżówka skojarzeniowa

Do diagramu należy wpisać wyrazy kojarzący się ze słowami podanymi w określeniu. Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

Poziomo:

- ciastko, czwartek,
- gra, kasyno,
- partia, ulotka,
- Kanada, myśliwy,
- tenis, naciąg,
- nadwaga, otyłość,
- mariaż, związek,
- budowla, fortyfikacja,
- zawilosci, arkana,
- zemsta, boginie,
- powieść, zakończenie,
- taniec, orszak,
- dziennik, redaktor,
- fakty, rzeczywistość,
- deszcz, ziemia,
- lalka, dłoń,
- obibok, partactwo,
- głowa, pływak,
- błędy, poprawa,
- owacja, sztuka.

Pionowo:

- powaga, nastrój,
- wieś, izba,

Pionowo:

- archiwum, teczka,
- sprint, maraton,
- pszczoła, las,
- jabłoń, Anglia,
- obiekt, przedmiot,
- łaska, siano,
- aria, ballada,
- owoc, rozdrabnianie,
- poeta, Włochy,
- kropki, owad,

- broń, Kozak,
- rzemienie, sznurki,
- namiot, Mongoł,
- oczko, akwarium,
- składacz, drukarnia,
- napój, kosmetyk,
- czewr, pędrak,
- soczystość, mięsz,
- owca, juhas,
- karma, choroba.

Kwadrat magiczny

Hasła w każdym wierszu i każdej kolumnie są identyczne. Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

- narzędzie górnika, kilof,
- kopiuje obrazy do komputera,
- jednosieczna szabla japońska,
- zna budowę organizmu,
- pochlebna opinia, rozgos,
- jeden z trzech rodzajów literackich.

Krzyżówka mozaikowa

Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

Poziomo:

- indiańska trucizna do zatruwania strzał,
- 3-masztowy żaglowiec handlowy,
- jednostka pozornej mocy elektrycznej,
- najniższy stopień podoficerski.

Pionowo:

- tradycyjna polska zupa na zakwasie,
- człowiek chytry, przebiegły; spryciarz,
- ... Santana, wirtuoz gitary,
- drewniany młotek rzeźbiarza,
- kamień szlachetny o żółtawej barwie,
- jeleni szlachetny z Azji.

Krzyżówka tautogramowa

Wszystkie odgadywane wyrazy mają taką samą pierwszą literę. Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

Poziomo:

- ... Północna ze Skopje,
- pseudonim Zenona
- Przesmyckiego,
- stolica z muzeum Prado,
- przyprawa kuchenna.

Pionowo:

- władze miejskie,
- podatne na hipnozę,
- niewielki koń pociągowy,
- gowy,
- chaber, bławatek.

Najnowsze badania CBOS (2025) pokazują, że z urządzeń mobilnych korzysta już 83% dzieci w wieku 1-17 lat, w tym aż 38% poniżej 5. roku życia.

Tymczasem to właśnie w tym okresie rozwijają się jedne z najważniejszych umiejętności - ruchowe, emocjonalne, społeczne i językowe.

W dzisiejszych czasach kontakt z ekranami zaczyna się bardzo wcześnie - często jeszcze zanim dziecko opanuje w pełni chodzenie czy pierwsze zdania. Choć najmłodsze dzieci korzystają z urządzeń krócej (średnio mniej niż godzinę dziennie), z każdym rokiem czas ten szybko rośnie - przeciętnie o około 17 minut rocznie. W efekcie w wieku 5-7 lat dzieci spędzają już średnio godzinę dziennie przed ekranem, a nastolatki powyżej 12. roku życia co najmniej trzy godziny, nie- rzadko nawet cztery.

Jak rozwijają się maluchy?

Warto więc wiedzieć, że to w pierwszych latach życia kształtują się podstawowe umiejętności. Po ukończeniu pierwszego roku maluch rozwija motorykę - zaczyna pewnie chodzić, biegać, skakać czy wspinać się. Jednocześnie doskonalą sprawność dłoni: buduje wieże z klocków, próbuje rysować, samodzielnie się ubiera i je. To także czas silnych zmian emocjonalnych - dzieci odkrywają słowo „nie”, sprawdzają swoje granice i uczą się wyrażać emocje. Pod koniec drugiego roku życia znają już setki słów, budują pierwsze zdania i zadają mnóstwo pytaniami „dlaczego?” i „po co?”.

Między 3. a 5. rokiem życia, rozwój jeszcze przyspiesza: dzieci uczą się jeździć na rowerku, skakać na jednej nodze, bawić się wspólnie w grupie i tworzyć własne historie w zabawach tematycznych. Zasób ich słownictwa wzrasta do kilku tysięcy wyrazów, a coraz lepsza koordynacja umożliwia im rysowanie, modelowanie i korzystanie z nożyczek. To właśnie wtedy rozwijają się empatia, umiejętności współpracy oraz koncentracja, które są kluczowe w dalszej edukacji.

- Jeśli maluch spędza więcej godzin na pasywnym wpatrywaniu się w ekran niż na aktywnym poznawaniu świata, łatwo zaniedbać naturalne etapy rozwoju. Dlatego tak ważne jest, by równoważyć obecność technologii w codzienności i dbać, aby obok smartfona znalazło się miejsce na ruch, zabawę z rówieśnikami i twórcze doświadczenia - mówi Katarzyna Spieszko, MGA Entertainment Poland.

Wspieramy najmłodszych

Maluchy potrzebują codziennej dawki ruchu - dla



W dzisiejszych czasach kontakt z ekranami zaczyna się bardzo wcześnie.

Dzieciństwo w cieniu ekranów

zdrowia, lepszej koncentracji i zwykłej dziecięcej radości. Najprostsze aktywności, jak gra w berka, taniec czy spacer, pomagają rozwijać koordynację i dają poczucie sprawczości.

Naucz dziecko bezpiecznego korzystania z internetu

10 porad dla rodziców dotyczących bezpiecznego korzystania z internetu przez dzieci.

1. Odkryjaj internet razem z dzieckiem.

Bądź przewodnikiem dziecka po świecie internetu, pierwszą osobą, która go z nim zapozna. Wspólnie odkrywajcie jego zasoby. Znajdźcie strony, które będą interesujące dla dziecka. Razem zróbcie listę przyjaznych stron.

2. Naucz dziecko podstawowych zasad bezpieczeństwa w internecie.

Porozmawiaj z nim o zagrożeniach, z którymi może się



Jeśli maluch spędza więcej godzin na wpatrywaniu się w ekran łatwo zaniedbać naturalne etapy rozwoju.

spotkać podczas swojej przygody z internetem. Uczul dziecko na niebezpieczeństwa związane z nawiązywaniem nowych znajomości w internecie. Podkreśl, że nie można ufać osobom poznanym w sieci, ani też wierzyć we wszystko, co o sobie mówią.

3. Rozmawiaj z dziećmi o ryzyku umawiania się na spotkania z osobami poznanymi w sieci.

Wprowadź zasady kontaktów z osobami poznanymi w internecie. Pierwszą i podstawową jest ta, że dziecko może się spotkać z kimś tylko za zgodą rodzica. Potem najlepiej w towarzystwie osoby zaufanej, dorosłej. Powiedz dziecku, że zależy ci, aby opowiadało o nowych znajomych.

4. Naucz swoje dziecko ostrożności przy podawaniu swoich prywatnych danych.

Ważne jest, aby dziecko wiedziało, że podając takie informacje, zawsze musi zapytać o zgodę swoich rodziców. Ustal z nim, żeby nigdy nie podawało przypadkowym osobom swojego imienia, nazwiska, adresu i numeru telefonu.

5. Naucz dziecko krytycznego podejścia do informacji przeczytanych w sieci.

Pokaż jak weryfikować znalezione tam treści z innymi źródłami wiedzy, typu encyklopedie, słowniki, książki.

6. Bądź wyrozumiały dla swojego dziecka.

Čzęsto zdarza się, że dzieci przypadkowo znajdują się na stronach adresowanych do dorosłych. Bywa, że w obawie przed karą, boją się do tego przyznać. Ważne jest, żeby dziecko ci ufało i mówiło o tego typu sytuacjach. By wiedziało, że zawsze kiedy poczucie się niezręcznie, coś je zawstydzi lub przestraszy, może się do ciebie zwrócić.

7. Poznaj sposoby korzystania przez twoje dziecko z internetu.

Zaobserwuj jakie strony odwiedza, jakich informacji poszukuje i jak się tam zachowuje. Ustalcie zasady korzystania z sieci oraz sposoby postępowania w razie nietypowych sytuacji.

8. Zapoznaj dziecko z NETYKIETĄ - Kodeksem Dobrego Zachowania w Internecie.

Znajdziesz je na stronie www.sieciaki.pl. Twoje dzieci powinny je poznać i wiedzieć, że nie wolno czytać nie swoich e-maili, kopiować zastrzeżonych materiałów, itp.

9. Powiedz dziecku, że jeśli cokolwiek je zaniepokoi w trakcie aktywności w sieci, powinno niezwłocznie ci o tym powiedzieć, abyś mógł sprawdzić, co się dzieje i odpowiednio zareagować.

10. Pamiętaj, że internet jest dobrym źródłem wiedzy, rozrywki. Naucz dziecko świadomie i bezpiecznie korzystać z internetu.

Danuta Strzelecka

Barbara Brylska pod koniec maja 2026 roku skończyła 85 lat. Od dekady nie pojawiła się publicznie, wybierając starzenie się w samotności. Jak dziś wygląda i z czego żyje legenda kina? Kiedyś mówiła, że emerytura starczyłaby jej tylko na mydło...

Trudno wymienić jedną rolę, z którą najbardziej kojarzy się Barbara Brylska. Prawdziwą sławę przyniosła jej postać Kamy w ekranizacji „Faraona” Jerzego Kawalerowicza oraz pięknej Krzysi w adaptacji „Pana Wołodzyjowskiego” Jerzego Hoffmana. Dzięki nim Brylska stała się jedną z najbardziej rozpoznawalnych aktorek w całym bloku socjalistycznym. Od końca lat 60. obsadzano ją głównie w rolach seksownych kobiet. Nagie sceny z jej udziałem przeszły do historii kina, a Agnieszka Osiecka nazwała Brylską matką negliżu polskiego.

Początki kariery

Barbara Stanisława Brylska urodziła się 5 czerwca 1941 roku w Skotnikach. Na scenie debiutowała już w latach szkolnych - epizod w komedii Antoniego Bohdziewiczza „Kalosze szczęścia” sprawił, że 16-letnia wówczas Brylska połączyła aktorskiego bakcyła. Filmem, który wymieniany jest jako pierwszy w jej dorobku artystycznym, jest „Kraksa” Edwarda Etlera. Kolejnym „Ich dzień powszedni” z 1963 w reżyserii Aleksandra Ścibora-Rylskiego. Dwa lata później aktorka zagrała w „Faraonie” u boku Jerzego Zelnika.

Los napisał scenariusz życia

Barbara Brylska była dwukrotnie zamężna. Pierwszym mężem aktorki był starszy od niej o kilka lat informatyk Jan Borowiec, ale ich związek szybko się rozpadł. Aktorka nie mając jeszcze załatwionych spraw rozwodowych, romanowała na planie „Faraona” z Jerzym Zelnikiem - ich romantyczną relacją żyła wtedy cała Polska.

W 1970 roku aktorka wyszła za mąż Ludwika Kosmala, z którym doczekała się córki Basi i syna Ludwika, zwanego pieszczotliwie Dudusiem.

„Najtrudniejsza rola Barbary Brylskiej została napisana przez życie, reżyserem był los, a widownią są czytelnicy” - uważa Barbara Rybałtowska w swojej książce „Barbara Brylska w najtrudniejszej roli”, która opiera się w dużej mierze na rozmowach z aktorką.

W 1993 roku aktorka przeżyła niewyobrażalną tragedię. W wypadku samochodowym zginęła jej córka.

20-letnia Barbara Kosmal bez wątplenia odziedziczyła urodę po mamie. Poszła także w jej ślady i również chciała zostać aktorką. Była studentką PWST, ale nie doczekała premiery swojego pierwszego filmu. 15 maja

Barbary Brylskiej trudna rola napisana przez życie



Świat niezapomnianej Kamy z „Faraona” i Krzysi z „Pana Wołodzyjowskiego” zawalił się w 1993 roku. Aktorka przeżyła osobistą tragedię.



1993 roku Basia Kosmal wracała z planu filmowego etudy „Fałszywy autostop” z Łodzi do Warszawy z Xawerym Żuławskim. Syn reżysera Andrzeja Żuławskiego oraz aktorki Małgorzaty Braunek stracił panowanie nad kierownicą i uderzył w drzewo. Córka Barbary Brylskiej zginęła na miejscu.

Jak dziś wygląda życie aktorki?

Po tym tragicznym wydarzeniu, Barbara Brylska niemal całkowicie wycofała się z życia publicznego. Ostatni raz na ekranie mogliśmy ją oglądać w filmie „Miłość na wybiegu” oraz w serialu „Niania”.

Ostatnie zdjęcia Barbary Brylskiej wykonano mniej więcej w 2013 roku. Aktorka pojawiła się wtedy w warszawskim Teatrze Ateneum, gdzie wzięła udział w wydarzeniu Heroina Polskiego Kina. Dwa lata później, bo w 2015 roku, rosyjska telewizja wyprodukowała film „Polskie piękności. Kino z akcentem”, w którym przypomniano historie naszych ekranowych diw, w tym Barbary Brylskiej. To tam pokazała się przed kamerami najprawdopodobniej po raz ostatni, mówiąc, jak teraz żyje i co robi.

- Bardzo dużo pracowałam, więc zaoszczędziłam pieniądze. Teraz, dzięki tym pienią-

dzom, mogę żyć nie tylko za emeryturę. Jeśli miałabym żyć za pieniądze z emerytury, miałabym tylko na papier toaletowy i mydło - mówiła z rozgryzieniem.

Nie widziano jej latami

Przy okazji Barbara Brylska zaprosiła kamery do swojego domku letniskowego pod Warszawą. Przeprowadziła się do niego dzięki pieniądzom z oszczędności - w filmie pada, że Brylska rozwiodła się z drugim mężem i teraz na „dacz” spędza połowę roku. Aktorka ma jeszcze mieszkanie w Warszawie, w którym mieszka zapewne w chłodniejsze miesiące.

Chociaż fani Brylskiej zapewne nie posiadaliby się ze szczęścia, gdyby wróciła do życia publicznego, ta jakby zapadła się pod ziemię. Nikt nie wie, jak dzisiaj wygląda legenda kina ani w jakiej jest kondycji. Łukasz Maciejewski, znany krytyk filmowy, opublikował niegdyś swoisty apel do fanów Barbary Brylskiej i innych legend kina. Przypomniał im, że to one wybrały taki, a nie inny rodzaj pożegnania z życiem publicznym. Przypomniał też dziennikarzom, że nigdy nie ułatwiłby im kontaktu z gwiazdami, które na własne życzenie

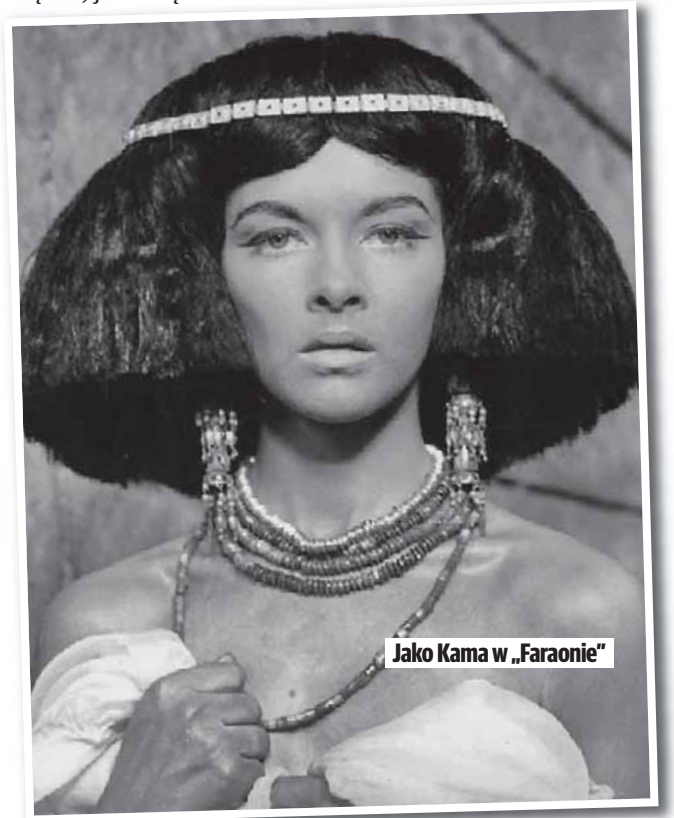
chcą teraz żyć bez medialnego zgiełku:

(...) Nie tylko nie jestem w stanie pomóc, ale nawet gdybym mógł, na pewno bym w tym nie uczestniczył. Dajmy naszym wspaniałym starzeć się tak, jak chcą. W samotno-

ści, bez reflektorów, szminek. Niech robią, co chcą i jak chcą. Nagrały się, napokazywały, wystarczy. (...)

Tylko kto może się z tym dziś pogodzić...

Agata Szymborska



Jako Kama w „Faraonie”

Sok jabłkowy bez jabłek i masło bez mleka. Producenci stosują różne triki, żeby sprzedać nam jak najmniej produktu w produkcji. O tym, na co zwracać uwagę, mówi **Urszula Bulanda**, dietetyk.

Coraz częściej słyszymy głosy, że dziś nie ma już zdrowego jedzenia. To przesada czy smutna prawda?

Mamy coraz mniejsze zaufanie do produktów, które nie zawsze są tak naturalne, jak przekonują nas ich producenci - więc zaczynamy wpadać w panikę, że nie zjemy już niczego zdrowego. To nieprawda. Owszem, na przestrzeni ostatnich stu lat spadła zawartość witamin w owocach i warzywach. Ale to nie znaczy, że zdrowego jedzenia już nie ma. Ono jest, ale jest mniej zdrowe niż kiedyś.

Dlaczego?

To kwestia pozyskiwania nasion, nawożenia i szybkiej hodowli, czyli przede wszystkim tego, że chcemy mieć wszystko „na już”. Nie dziwimy się, że truskawka, którą jemy w grudniu, ma mniej witamin niż ta zebrana w sierpniu czy wrześniu. To dotyczy się większości owoców i warzyw - nakreślił cały przemysł, który dostarcza nam produktów poza naturalnym sezonem ich występowania. Przystawiamy zegar biologiczny natury i przedstawiamy czekać. Widząc w sklepie jabłko wypolerowane, duże i soczyste zielone oraz to mniejsze i szorstkie, które pani wybierze?

To ładniejsze.

Czyli zachowa się pani jak większość konsumentów. Tymczasem to brzydsze jabłko było pewnie mniej nawożone i hodowane w naturalnych, normalnych dla niego warunkach. Chcemy tego, co zdrowe, ładne i naturalne, ale sami dajemy się nabrać na różne sztuczki producentów.

A owoce suszone?

Warto z nich korzystać właśnie wtedy, gdy na dane owoce nie ma sezonu. I wybierać je świadomie, bo choć wydają nam się zdrowe, nierzadko na etykiecie znajdziemy informację, że produkt składa się z połowy danego owocu. Reszta to syrop glukozowo-fruktozowy i olej palmowy - dwa najgorsze produkty naszych czasów. Nie zapominajmy, że syrop glukozowo-fruktozowy był kiedyś odpadem przy produkcji cukru. Do czasu, gdy producenci zobaczyli w nim darmowy składnik, którym mogą słodzić znakomitą większość żywności. Do tego często dochodzą konserwanty, a przecież owoce



Nakreślił cały przemysł, który dostarcza nam produktów poza naturalnym sezonem ich występowania.

**Zdrowe jedzenie jest.
Ale mniej zdrowe
niż kiedyś**

suszemy właśnie po to, by je zakonserwować. Na wiosnę możemy sobie pozwolić na to, co najzdrowsze. Warto o tym pamiętać.

Ale jesteśmy niecierpliwi, więc płacimy za to żywnością, która jest nawożona i spryskiwana.

Ale pamiętajmy, że każdy produkt, który ma kontakt z żywnością - oprysk czy wspomagacz wzrostu, musi być wcześniej zbadany. Nie ma możliwości, by mógł wpływać na nasze zdrowie albo wywoływać zmiany na poziomie komórkowym. Nad jakością i bezpieczeństwem produktów żywnościowych czuwają producenci, technolodzy produkcji i wiele instytucji prawnych kontrolujących ich działanie. Problemy, które powodują spadek zaufania do producentów, rozbijają się raczej o prawo żywnościowe. To prawo producenci potrafią sprytnie obchodzić i wykorzystywać na swoją korzyść, ufając, że nie mamy wystarczającej wiedzy, żeby ominąć ich chwyt.

Jakie to chwyt?

Sok jabłkowy bez jabłek albo masło bez mleka. Zgodnie z prawem, producent może umieścić na swoim towarze napis „masło”, jeżeli jego produkt ma 82 proc. tłuszczu zwierzę-

cego, czyli spełnia wymogi pełnowartościowego masła. Producenci sprytnie obchodzą ten zapis, umieszczając na opakowaniu nazwy, które nic nie oznaczają, na przykład „mix roślinny”, „mix chlebowy”, „ekstra” itp. Unikając zapisu „masło”, mogą stworzyć produkty, które z masłem niewiele mają wspólnego, a w ich składzie znajdziemy tłuszcze roślinne, podczas gdy masło powinno składać się wyłącznie z produktu typowo mlecznego, jakim jest śmietana. Podobnie jest serem.

Tam też powinniśmy szukać kluczowego słowa: ser?

Bez tego możemy z dużym prawdopodobieństwem przypuszczać, że mamy do czynienia z produktem seropodobnym. Według prawa unijnego, słowo „ser” może się odnosić tylko do wyrobów z mleka. Uwaga zatem na opakowania, na których producenci zamieszczają nazwy wyłącznie gatunków sera, jak np. edamski, gouda czy tyłzycki. Kiedy sprawdzimy etykiety, może okazać się, że ich skład w dużej mierze stanowią stabilizatory, tłuszcze roślinne, chlorki i barwniki. Wszystko to w produkcie, który powinien być zrobiony wyłącznie z mleka, za szczepiony żywymi kulturami bakterii, podpuszczką, ewentualnie z dodatkiem soli.

Wspomniała pani już o sokach.

I tam panuje ta sama zasada: jeżeli na opakowaniu lub etykiecie brakuje napisu „sok”, to nie musi to być produkt zrobiony z prawdziwych owoców. Przeciętny sok nie powinien zawierać niczego oprócz koncentratu z danego owocu oraz wody (w odróżnieniu od nektaru, który dodatkowo może być słodzony, oraz napoju, mogącego zawierać, dosłownie, wszystko). Produkty w kartonach z napisami takimi jak „100% natury”, „100% smaku” są tylko sloganami, wykorzystywanymi przez znaczną część producentów napojów. W rzeczywistości często składają się z 20 proc. koncentratu, a reszta to syrop fruktozowo-glukozowy, barwniki, konserwanty i woda.

Zgodnie z prawem, treść etykiety nie może wprowadzać konsumenta w błąd ani sugerować właściwości zapobiegania chorobom...

A mimo to znajdziemy na sokach - tych prawdziwych, świeżo wyciskanych, z krótką datą ważności - hasła, które informują nas, że sok podnosi odporność. Owszem, w tym przypadku producenci mogą tak napisać, ale pamiętajmy, że każdy owoc, ponieważ ma polifenole, witaminę C i karotenoidy, wspomaga nasz układ im-

munologiczny. Na sklepowych półkach znajdziemy jogurty naturalne z dopiskiem, że są bez konserwantów. Zapominamy, że jogurt z konserwantami nie jest już jogurtem naturalnym.

Jeszcze większy chwyt dotyczy reklamowania oleju roślinnego hasłem, że nie zawiera cholesterolu.

Oczywiście, że olej roślinny nie zawiera cholesterolu, który występuje tylko w tłuszczach zwierzęcych, a takie połączenie jest po prostu niemożliwe. To poważne nadużywanie niewiedzy i wynikającej z tego naiwności klienta. Producenci przypisują zbyt wiele walorów produktowi, który z natury powinien je mieć. Dlatego lepiej spojrzeć na skład nawet produktu naturalnego. Z jogurtami wiąże się jeszcze jeden problem: żywe kultury bakterii. Jeśli producent nie informuje, jakie konkretnie szczep bakterii jogurtowych znajduje się w środku oraz w jakiej ilości, to w praktyce może nie występować w ogóle. W zamian za to znajdziemy 12 g białka na 100 g produktu, choć w naturalnym jogurcie nie powinno być więcej niż 4-5 g. Jak to się dzieje? Do jogurtów dodawane jest mleko w proszku, sztuczny dodatek, nam zupełnie niepotrzebny. Jeśli już kupujemy jogurt naturalny, kefir czy ma-

ślanek, wybierajmy te, które rzeczywiście nimi są.

Przy zakupie pieczywa też powinniśmy być ostrożni?

Pamiętajmy, że producenci używają do chlebów typowej mąki białej, oczyszczonej z wartości odżywczej. To ważne, ponieważ często myślimy, że chleb żytni jest razowy. Niekoniecznie. Chleb razowy to ten, w którego składzie jest mąka z pełnego przemiału (pełnoziarnista, razowa, typ 1850 lub 2000). Pszenka, żytnia, owsiana czy orkiszowa, to już bez znaczenia. Nie dajmy się też złapać na kolor chleba. Przy zbyt ciemnym, wręcz brązowym pieczywie, warto sprawdzić jego skład - wiedząc, że chleb powinien mieć cztery składniki: wodę, mąkę, sól, drożdże lub zakwas. Może się okazać, że chleby koloru czekoladowego lub karmelowego to efekt barwników. I ostatni chwyt: zgodnie z prawem żywnościowym, producent nie musi informować na etykiecie o składnikach, których używa w śladowych ilościach. To daje mu zielone światło na dodawanie polepszaczy, wypełniaczy i enzymów, które sprawiają, że chleb jest dziwnie gąbczasty i lekki. Żeby wybrać dobry chleb, oceńmy go na oko, na wagę i pod kątem składu.

Polska Press

Niewielkie Milejczyce w powiecie siemiatyckim nawiedzane są przez pątników z całej Polski. Słynący łaskami obraz Najświętszego Serca Dobrego Pasterza przyciąga szukających uzdrowienia z choroby, pomocy w trudnych sytuacjach czy nawróceń. Do parafialnej księgi cudów wciąż zgłaszane są nowe świadectwa.

Przez trzy tygodnie modliłem się o dar poczęcia dla swoich znajomych: Marty i Przemka. Po jakimś czasie przyszła do mnie ich mama ze łzami w oczach z informacją, że Marta jest w ciąży. Siedem lat się starali, lekarze im mówili, że nie mogą mieć dzieci... Były też takie chwile, że o godzinie 12 w nocy odprawiałem msze święte i po nich była łaska. Kiedyś pół godziny po powrocie z takiej Eucharystii miałem telefon, że Blanka - dziewczynka leżąca w inkubatorze z zapaleniem płuc, o której lekarze mówili, że nie przeżyje trzech godzin, jest już na rękach matki, zdrowa. To są naprawdę niesamowite świadectwa - mówi ks. Jarosław Rosłon, proboszcz parafii pw. św. Stanisława Biskupa i Męczennika w Milejczycach.

To jedno z wielu świadectw cudów i uzdrowień, do których dochodzi w Milejczycach. W niewielkim, drewnianym kościółku niemal każdego dnia dzieją się cuda. Opowiadał o nich podczas konferencji naukowej - związanej z łaskami słynącym obrazem Serca Pana Jezusa w Milejczycach, która odbyła się w Wyższym Seminarium Duchownym w Drohiczynie - właśnie proboszcz ks. Jarosław Rosłon.

Świadectwa cudów w parafialnej księdze

- W listopadzie byłem w Stanach Zjednoczonych. Głosiłem tam Serce Jezusa, rozdawałem obrazki. Po powrocie do Milejczyc zadzwoniła do mnie pani Ewa, którą poznałem podczas tego pobytu. I ona mi powiedziała: „Proszę księdza, ten obraz jest niesamowity”. I opowiedziała mi historię 50-letniego Patryka, który przebywał wówczas w hospicjum i bardzo cierpiał, był umierający. On był Włochem, całe życie we włoskiej mafii. Ewa dała mu obrazek z Milejczyc i opowiedziała mu o nim. I ten Patryk rozplakał się wtedy jak dziecko i poprosił o kapłana, a ostatni raz w spowiedzi był przed Komunią Świętą, czterdzieści lat żył bez Boga. I kiedy następnego dnia odwiedził go kapłan, Patryk zaczął zdrowieć. Wcześniej był sparaliżowany, karmiony sondą, a nagle zaczął samodzielnie jeść, wziął prysznic... Lekarze byli w szoku - opowiada proboszcz.

Po trzech tygodniach Patryk odszedł. Ale, jak podkreśla ks. Jarosław Rosłon, w godności,



Kościół pw. św. Stanisława Biskupa i Męczennika w Milejczycach

bo można sobie tylko wyobrazić jak wyglądało jego grzeszne życie w mafii.

- To naprawdę niesamowite, jak serce Jezusa działa na ludzi. Po tym jednym przykładzie, po tym świadectwie, w Nowym Jorku i okolicach trwa peregrynacja 30 obrazów i zapisy są już na kolejny rok. Taki jest głód Serca Bożego - opowiada proboszcz.

Historie łask, uzdrowień z choroby, pomocy w trudnych sytuacjach, uzdrowień duchowych, nawróceń, szczególnych doświadczeń obecności Boga do parafialnej księgi cudów w Milejczycach ciągle zgłaszane są nowe świadectwa. Tylko w ciągu ostatnich trzech lat przybyło ich ponad trzydzieści.

- O parafii w Milejczycach dowiedzieliśmy się od nauczycielki w Warszawie. Wiedząc, że jesteśmy wierzący, opowiedziała nam o tym miejscu - pisze w jednym ze świadectw, które można znaleźć na stronie parafii, pani Natalia.

W niedzielę 3 maja br. przyjechała do Milejczyc z córkami: 9-letnią Edytką i drugą 4-letnią. Edytka przestała słyszeć, jak miała 2,5 roczku, w wieku 6 lat odzyskała słuch. Od 4. roku życia miała stwierdzony autyzm.

- Kiedy tylko wysiadłam z auta, zaczęły mi lecieć łzy. Leciały mi przez cały pobyt, co było dla mnie niezwykłym przeżyciem i zjawiskiem, bo czułam tam błogi spokój. Tam

czułam się jak w domu (...) Wierzę, że właśnie tam poczułam, ja i moja rodzina, prawdziwe połączenie z Niebem. Tak jakby ktoś oczyścił całe moje serce i umysł. Jakby przytulając mnie mówił: To, co przeszliście, było wam potrzebne, ale to już koniec - pisze pani Natalia.

Kult zawieszony na czterdzieści lat

Wiernych i pątników do Milejczyc przyciąga obraz Najświętszego Serca Pana Jezusa. Wizerunek ten pochodzi z przełomu XVII i XVIII wieku i był inspirowany malarstwem hiszpańskim. Obraz przedstawia Jezusa jako Dobrego Pasterza - niosącego na ramionach zmęczoną owcę, a w centralnym miejscu znajduje się czerwone serce w cierniach.

Niestety, pełna historia milejczyckiego wizerunku Jezusa jest trudna do ustalenia ze względu na fakt, że wiele historycznych dokumentów zaginęło bądź w ogóle nie są dostępne. Co ciekawe, ślady kultu Serca Jezusowego w Milejczycach były już obecne w ostatnich dekadach XVIII wieku. Żarliwy kult stał się między innymi przyczyną tego, że władze carskie zamknęły parafię rzymskokatolicką, a kościół został zamieniony na cerkiew prawosławną.

- Prawdopodobnie to było przyczyną, że w 1868 roku parafia została zlikwidowana i zamieniona na cerkiew - mówi

ks. dr Zenon Czumaj, dyrektor Muzeum i Archiwum Diecezjalnego w Drohiczynie. - Pojawił się jednak problem, bo w przepisach liturgicznych cerkwi prawosławnej nie wolno przedstawiać Serca Jezusowego, zostało ono więc zakryte. Są różne przekazy ustne, że chusta zakrywająca Serce Jezusa i całą postać była założona właśnie po to, żeby uchronić obraz przed całkowitym usunięciem ze świątyni. Niezastłonięte zostały tylko twarz Jezusa, twarz baranka i prawdopodobnie dłonie Zbawiciela. Ale jaka by nie była motywacja tego czynu, to faktem jest, że człowiek, który zasło-

nił Serce Jezusa - miał to być starosta czy jeden z możliwych milejczyckich gospodarzy - w którymś momencie zaczął doznawać nieszczęść. Jego rodzina wymarła, on sam popadł w pijaństwo i stracił wzrok. Później odczytywał to jako karę za swój uczynek.

Do katolików - wiernych parafii w Milejczycach - świątynia wróciła w 1917 roku. Kościół z wizerunkiem Dobrego Pasterza był tłumnie nawiedzany zarówno przez katolików, jak i prawosławnych. Do tego stopnia, że przy parafii zbudowano ołtarz polowy, bo tylu wiernych przybywało tutaj na modlitwy. Trwało to aż

do lat 70. XX wieku. Wtedy wszystko się zmieniło.

- Władze komunistyczne zaczęły siał intrygi, chciano skłócić miejscową społeczność i zaczęto puszczać pogłoski, że obraz będzie przeniesiony z kościoła do cerkwi. Do głosu doszły emocje i żeby niepotrzebnie nie wprowadzać atmosfery wojny wśród lokalnej społeczności, wyciszono niejako kult. I w efekcie na jakieś czterdzieści lat ten kult przycichł - mówi ks. dr Zenon Czumaj.

Odrodził się dopiero kilka lat temu, gdy w 2019 roku obraz wrócił z renowacji. To wtedy, kilka dni po jego powrocie do świątyni, ks. Zenon Czumaj odnalazł archiwalne zapisy świadczące o dawnym kulcie obrazu i łaskach otrzymywanych za jego pośrednictwem. Od tego momentu parafianie i pielgrzymi zaczęli jeszcze intensywniej modlić się przed wizerunkiem Serca Jezusowego.

Oficjalne potwierdzenie

Potwierdzeniem tego kultu były uroczystości w Milejczycach związane z ustanowieniem Sanktuarium Najświętszego Serca Pana Jezusa Dobrego Pasterza. Podniesienie kościoła św. Stanisława Biskupa i Męczennika w Milejczycach do rangi diecezjalnego sanktuarium było oficjalnym potwierdzeniem szczególnego znaczenia tego miejsca w życiu duchowym diecezji. To wyjątkowe wydarzenie było dniem wspólnej modlitwy, wdzięczności i pielgrzymowania do miejsca, w którym od wielu lat rozwija się kult.

- Kiedy słyszę, że Kult Najświętszego Serca Pana Jezusa Dobrego Pasterza w Milejczycach wyrasta ze zdrowej tradycji Kościoła, biblijnej i liturgicznej, to upewniam się, że nie powinno nam grozić nic złego, że nie pójdziemy w jakimś wątpliwym kierunku - podkreśla biskup drohiczynski Piotr Sawczuk.

Martyna Jurkowska



Obraz Najświętszego Serca Pana Jezusa w Milejczycach powstał na przełomie XVII i XVIII wieku.

Polska stała się motoryzacyjnym krajem Europy, zupełnie jak Niemcy, Francja czy Włochy. Jeden samochód przypada średnio na 1,7 Polaka, a używany samochód można kupić za jedną pensję. Będzie to samochód bardzo stary, ale na chodzie.

Ceny w Polsce ułożyły się za to też mniej więcej po europejsku. Średnia cena nowego samochodu zamawianego w polskich salonach wynosi około 183 800 zł. Dlaczego jest tak wysoka? Rynek w dużej mierze napędzają firmy. Odpowiadają za 66 proc. rejestracji, podczas gdy klienci indywidualni za 34 proc. Klient firmowy mniej patrzy na cenę detaliczną, a bardziej na utratę wartości w czasie, bo to ona decyduje o całkowitym koszcie użytkowania i rozliczeniu w firmie. Do tego firmy księgują samochód jako koszt i w części odliczają go od podatku, więc realny wydatek bywa niższy niż u klienta prywatnego. Wysokie ceny nowych samochodów wynikają też z faktu, że producenci muszą montować coraz droższe systemy redukcji emisji, aby sprostać unijnym normom CAFE.

Natomiast połowa zakupów nowych aut to samochody do 156 tys. zł. Oznacza to, że wybór zależy, jak zawsze zresztą, bardziej od statusu nabywcy i kalkulacji całkowitych kosztów niż od samej ceny samochodu. Kierowca prywatny szuka najczęściej auta kompaktowego do 130 tys. zł, bo tu kluczowy staje się całkowity koszt posiadania. Firmy kupują auta droższe.

Najtańsze nowe auta miejskie kosztują od 60-65 tys. zł, np. Dacia Sandero, Fiat Panda, Hyundai i10. Za dziesięcioletni używany samochód, trzeba zapłacić średnio dwadzieścia pięć tysięcy złotych, ale ostateczny koszt zależy oczywiście od marki, wyposażenia, stanu technicznego i pochodzenia.

Polski park samochodów osobowych nadal rośnie. Na koniec 2025 roku zarejestrowanych było 21 mln samochodów osobowych. Od stycznia do końca maja tego roku zarejestrowano 253 067 nowych aut, czyli o 7,4 proc. więcej niż rok wcześniej. Przy utrzymaniu takiego tempa, cały 2026 rok może zakończyć się na poziomie około 635 tys. rejestracji nowych aut osobowych. Do tego dochodzi import aut używanych z zagranicy.

Średni wiek samochodu osobowego wynosi około 16 lat, co plasuje Polskę w czołówce najstarszych parków samochodowych w Europie. Do tego Polska jest jednym z trzech krajów w Unii Europejskiej, w których ludzie najrzadziej decydują się na zakup samochodu elektrycznego.

Rynek używanych samochodów jest obecnie zapcha-



Liczba czynników wpływających na ostateczny rachunek zakupu i posiadania auta jest duża.

Przepisy podatkowe stały się niemal tak samo ważne jak dane techniczne

ny, w niektórych punktach sprzedaży stoją samochody, które można wziąć sobie za kilka tysięcy złotych. Większa podaż pojazdów sprowadzanych z Zachodu sprawia, że sprzedający muszą mocniej walczyć o uwagę, obniżając ceny. Zaczyna być jak na Zachodzie, gdzie problemem jest pozbycie się starego auta. Zdesperowani zdejmują tam tablice rejestracyjne i zostawiają samochód w jakimkolwiek miejscu tyle, że jak policja to sprawdzi, to trzeba płacić wysokie mandaty. W Polsce już też tak jest i można kupić samochód za dwa, trzy tysiące złotych, a za pięć, to nawet w całkiem „niezłym” stanie...

Ale wróćmy do rynku samochodów nowych. Tytuł lidera utrzymuje Toyota, na drugiej pozycji jest Skoda, następnie Volkswagen. Najczęściej kupowanym modelem osobowym w 2026 roku pozostaje Toyota Corolla przed Skodą Octavią i Kia Sportage. Następne miejsca zajmują Toyota C-HR i Toyota Yaris Cross. Widać tu wyraźną dominację Toyoty.

Najpopularniejszym modelem wśród klientów indywi-



Nabiera tempa ekspansja chińskich marek.

dualnych jest Kia Sportage przed Toyotą C-HR, Hyundaiem Tucsonem i Toyotą Yaris Cross. Na piątym miejscu ciekawostka - chiński MG HS. Wśród klientów firmowych najczęściej rejestrowanym

modelem jest Toyota Corolla. Na drugim miejscu plasuje się Skoda Octavia, dalej Volvo XC60, Toyota Yaris Cross i Kia Sportage.

Nabiera tempa ekspansja chińskich marek. W ciągu

pierwszych pięciu miesięcy 2026 r. odpowiadały one za ponad 12 proc. sprzedaży nowych aut osobowych, a ich udział może wzrosnąć w tym roku do 20 proc. Najwięcej sprzedazy notują marki MG, Omoda,

Jaecoo, BYD, Chery i BAIC. Omoda, która w całym 2024 r. sprzedała niewiele ponad tysiąc aut, od stycznia do maja 2026 r. znalazła nabywców na ponad pięć razy więcej aut, wyprzedzając m.in. Peugeota, Opla czy Fiata.

Z kolei od stycznia do końca maja w Polsce zarejestrowano 13 429 elektrycznych samochodów osobowych. W porównaniu do ubiegłego roku to wzrost o 28,2 proc. Obecnie polski rynek motoryzacyjny przechodzi przez najintensywniejszy proces elektryfikacji podaży. Na serwisach ogłoszeniowych liczba ofert aut elektrycznych zdecydowanie wzrasta. Zainteresowanie elektrykami podbił także konflikt na Bliskim Wschodzie, windujący ceny paliw. Oferta na rynku wtórnym rośnie m.in. za sprawą kończących się leasingów, a także prywatnego importu, głównie z Niemiec.

Zmiany widoczne w pierwszej połowie 2026 roku pokazują, że polski rynek motoryzacyjny cały czas się transformuje i coraz wyraźniej przesuwa się w stronę elastycznych modeli użytkowania oraz nowoczesnych technologii. System podatkowy w Polsce został tak skonstruowany, by kierować nas w stronę aut niskiemisyjnych. Jeśli ktoś prowadzi firmę, zakup dużego SUV-a z silnikiem benzynowym jest teraz znacznie mniej opłacalny niż jeszcze rok temu, właśnie przez nowe limity odpi-

FOT. ARKADIUSZ WOJASINSKI

FOT. WIKIMEDIA COMMONS

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?

Telefonicznie: **800 472 852, 42 647 28 52**

Przez internet: **ibo.polskapers.pl**

W Biurze Reklamy:

Kierownik działu ogłoszeń: Magdalena Śliwińska,

m.sliwiska@polskapers.pl

tel. 502 499 114

ŁÓDŹ, ul. ks. Skorupki 17/19, tel. 502 499 448, 502 499 127

RUBRYKI I PODRUBRYKI W OGŁOSZENIACH DROBNYCH

NIERUCHOMOŚCI

- mieszkania - sprzedam
- mieszkania - kupię
- mieszkania - do wynajęcia
- mieszkania - wynajmę
- mieszkania - zamienię
- domy - sprzedam
- domy - kupię
- domy - do wynajęcia
- domy - wynajmę
- domy - zamienię
- lokale użytkowe - sprzedam
- lokale użytkowe - kupię

• lokale użytkowe - do wynajęcia

• lokale użytkowe - wynajmę

• lokale użytkowe - zamienię

• działki, grunty - sprzedam

• działki, grunty - kupię

• gospodarstwa

• garaże

• pośrednictwo

• inne

• bank stancji

HANDLOWE

- AGD
- RTV

• elektronika, komputery

• telefony

• car audio

• antyki

• kolekcjonerstwo, sztuka

• jubilerstwo

• filmy, muzyka

• foto, książki

• instrumenty muzyczne

• lombardy

• sport i rekreacja

• maszyny urządzenia

• materiały budowlane

• materiały opałowe

• tekstylia, odzież

• dla dziecka

• meble

• inne

MOTORYZACJA

- samochody osobowe
- ciężarowe, dostawcze
- busy autobusy
- rolnicze
- przyczepy, naczepy
- zabytkowe
- uszkodzone, rozbite
- motocykle
- części i akcesoria

• zamienię

• motofinanse

• motousługi

• inne

FINANSE BIZNES

- kredyty, pożyczki
- usługi finansowe
- usługi prawne
- biura rachunkowe
- ubezpieczenia
- oferty
- inne

NAUKA

- szkoły
- kursy/szkolenia

• języki obce

• korepetycje

• inne

PRACA

- zatrudnię
- urzędy pracy
- szukam pracy
- inne

ZDROWIE

- apteki
- pomoc całodobowa
- chirurgia
- ginekologia
- interna
- neurologia

• pediatria

• psychologia

• psychiatria

• stomatologia

• urologia

• inne specjalizacje

• przychodnie, kliniki

• laboratoria

• zabiegi

• opieka

• sprzęt medyczny

• uroda

• inne

USŁUGI

- agd rtv foto
- budowlano-remontowe

• instalacyjne

• biurowo - projektowe

• komputerowe

• krawiectwo

• montażowe

• ogrodnicze

• porządkowe

• przeprowadzki

• reklamowe

• stolarskie

• radio taxi

• transportowe

• rozrywka

• uroczystości

• zabezpieczające

• inne

TURYSTYKA

- agroturystyka
- kraj
- świat
- biura podróży
- obozy i kolonie
- wycieczki
- przewozy
- inne

ZWIERZĘTA

- lecznice
- usługi
- inne

MATRYMONIALNE

RÓŻNE

KOMUNIKATY

ŻYCZENIA/PODZIĘKOWANIA

GASTRONOMIA

- dania na telefon
- usługi
- inne

ROLNICZE

- maszyny rolnicze
- ogrodnictwo
- plody rolne
- zwierzęta hodowlane
- inne

TOWARZYSKIE

USŁUGI KAMIENIARSKIE

USŁUGI POGRZEBOWE

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

Kupię każde mieszkanie. Garaż. Za gotówkę 792-669-171

Kupię mieszkanie zadłużone, z trudnym lokatorem, komornikiem, udziały. Gotówka, 883-402-202

MIESZKANIA DO WYNAJĘCIA

23M² Widzew 1350zł, 506-592-529

M2 Dąbrowa po remoncie, umeblowane, TV kablowe, 505-708-833

POKÓJ do wynajęcia dla studenta/studentki, 797-427-227

DOMY - ZAMINIĘ

DOMEK całoroczny z działką 2080m², Chorzyszów gm. Wodzierady na mieszkanie, 531-141-726

DZIAŁKI, GRUNTY SPRZEDAM

BUDOWLANE, Tuszyn, 695-864-032

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

0 - 01 wszystkie kupię, 603-471-335

1 - 001 absolutnie autokup wszystkie, 533-232-606

12h autokup, 664-040-076

Auta uszkodzone - Złomowanie, 604-542-022

AUTOSKUP - każdą markę. Najlepsze ceny!! Zadzwoń i Sprawdź!!!, 503-747-835

ROLNICZE KUPIĘ

1 - 001 skup ciągników i maszyn rolniczych, 533-232-606

Finanse biznes

KREDYTY, POŻYCZKI

0 - 2h. Pożyczka lombardowa, 42-658-86-44

Praca

ZATRUDNIĘ

DO sprzątnięcia posesji i mycia klatek schodowych, 661-359-332

HURTOWNIA dzianin poszukuje osoby do obsługi sprzedaży i klientów. Zakres obowiązków: obsługa klientów, sprzedaż dzianin, wystawianie faktur i dokumentów sprzedażowych, przyjmowanie i realizacja zamówień, kontakt telefoniczny i e-mailowy z klientami. Zainteresowane osoby prosimy o przysłanie CV: mtuzin@marko-kolor.pl lub tel, 795-501-088

MURARZY, pomocników budowlanych, zbrojarzy. 889-444-946

Osoby do szycia produkcji i wzorów, 602-371-680

PAKOWACZ - praca przy pakowaniu. Od Zaraz! WTS, Łódź, Sienkiewicza 85/87, IIp, lok 3, 515-121-450

POMOCNIKA do montażu drzwi, 502-851-517

PRACOWNIKA gospodarczego (emeryt, rencista), warunki pracy i płacy do omówienia, 42-689-96-55

TOKARZ, CNC, Siemens, Fanuc. Frezer - frezarki do kół zębatych, również do przyrządzenia, RAT-MET Konstanytnów Łódzki, 796-113-033

W gospodarstwie mlecznym, z doświad.- zamieszkanie, 517-433-784

ZATRUDNIMY osoby do sprzątnięcia zakładu produkcyjnego w Strykowie (możliwość dowozu). Mile widziane orzeczenie o niepełnosprawności, 660-521-529

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne w Twojej gazecie zlećisz przez Internetowe Biuro Ogłoszeń: **ibo.polskapers.pl**

Zdrowie

POMOC CAŁODOBOWA

Odrucia, alkohol, kropiółki, ciagi, 602-691-580

INTERNA

WIZYTY domowe - dr Matusiak, 601-266-571

WIZYTY domowe, 695-412-061

NEUROLOGIA

Neurolog - specjalista, 602-691-580

Usługi

AGD RTV FOTO

24H anteny serwis, nc+, Polsat, Cyfra plus, naziemna, 506-592-529

AGD - pralki szybko, tanio, 504-556-016

AGD, kuchnie, pralki, itp., 514-335-326

ANTENY taniutko, 733-955-881

Automatyczne pralki - dojazd gratis, 42-674-14-67, 501-076-336

Pralki - Kaczmarek, 603-200-349

RTV, LCD - dojazd gratis, 889-153-215

TELE -audiovideo naprawa, 602-687-803

BUDOWLANO-REMONTOWE

DACH tanio solidnie VAT, 787-337-426

DACHY krycie, naprawy, 602-281-064

Dachy, papa, naprawy, 668-336-390

MALOWANIE, itp., 693-278-268

MALUJĘ i nie tylko, 506-177-580

ROZBIÓRKI koparki wynajem + mini, 502-061-012, 513-149-330

INSTALACYJNE

ELEKTOINSTALACJE, awarie, pomiary. Tanio, solidnie, 509-275-480, 42-672-06-20

ELEKTRYCZNE - awarie, 503-707-122

Elektryk - 24h, 663-210-045

ELEKTRYK, 693-741-682

Hydraulik A-Z, 721-933-455

Hydraulika - awarie, 509-721-995

HYDRAULIKA tanio, 788-289-668

Przepychanie kanalizacji, 509-721-995

PRZYŁĄCZA - Instalacje. Woda - Kanalizacja - Awarie, 604-702-851

OGRODNICZE

CIĘCIE drzew - rębak, 789-605-290

CIĘCIE drzew, rębak, karczowanie, Rozbiórki, koparki, podnośnik, 502-061-012, 513-149-330

Ogrody. Trawniki. Fachowo, 605-307-582

ZAKŁADANIE trawników, koszenie, hydrosiew, karczowanie działek, 502-061-012, 513-149-330

PORZĄDKOWE

Mycie okien, 518-926-402

PLUSKWY karaluchy prusaki mrówki likwidujemy profesjonalnie, 730-770-870

Pranie dywanów, tapicerki, 792-038-112

Pranie tapicerki meblowej kanap, dywanów, itp., 510-066-975

PRZEPROWADZKI

Rutkowski przewodzązki, 501-781-201

STOLARSKIE

Meble kuchenne, inne, 42-632-33-92

INNE

TAPICERSTWO, naprawy, 42-632-33-92

Turystyka

KRAJ - GÓRY

Beskidy, turnus 7dniowy od 1050zł. Ful opcja, cisza spokój, natura, miodowyrząd.pl 501642492.

PROMOCJA

- pobyt - 95 zł ze śniadaniem. TYLICZ k/Krynicy G., pok. z łaz.+TV, bilard, parking, 730-007-166

KRAJ - MORZE

ŁEBA - tanie pokoje z łaz. 603-471-715.

Matrymonialne

BIURO "Nadzieja", 30-letnie doświadczenie!, 603-579-032

Różne

GOTÓWKA za KSIĄŻKI., 668-571-329

SKUP złomu, druki, met. kol. Dojazd. Gotówka, 505-854-654

AUTOREKLAMA

Polecamy →

TELEMAGAZYN

Twój wybór programów

telemagazyn.pl



WIDZEWIAK STEVE KAPUADI POWSTRZYMAŁ RONALDO

Jan Hofman

Portugalia zremisowała 1:1 z Demokratyczną Republiką Konga w meczu piłkarskich mistrzostw świata na NRG Stadium w Houston.

Bramki: dla Portugalii - Joao Neves (6); dla DRK - Yoane Wisasa (45+5).

W drużynie DRK zagrał środkowy obrońca Widzewa Łódź - Steve Kapuadi. To drugi piłkarz klubu ekstraklasy, który zaprezentował się na tym turnieju. Wcześniej w zespole Iraku wystąpił pomocnik Amir Al-Ammani z Cracovii.

Cristiano Ronaldo został drugim w historii piłkarzem, który wystąpił w co najmniej jednym meczu sześciu edycji mistrzostw świata. To jego 23. występ w mundialu, a częściej od niego grało tylko trzech piłkarzy.

Niecałą dobę wcześniej po raz szósty w mundialu wystąpił Argentyńczyk Lionel Messi. Zagrał po raz 27. i jest pod tym względem rekordzistą.

W drugim meczu tej grupy Kolumbia wygrała z Uzbekistanem 3:1. Spotkanie odbyło się



Steve Kapuadi

na Estadio Azteca w stolicy Meksyku.

Bramki: dla Uzbekistanu - Abbosbek Fayzullaev (60); dla Kolumbii - Daniel Munoz (40), Luis Diaz (65), Jaminton Campaz (90+9).

Trenerem debiutującego w MŚ Uzbekistanu jest były włoski piłkarz Fabio Cannavaro, zwycięzca mundialu 2006. Większość powołanych zawodników występuje w rodzimym lidze. Jednym z wyjątków jest Abdulkodir Khusanov. W 2025 roku obrońca przeszedł do Manchesteru City za 40 mln euro i został pierwszym uzbeckim piłkarzem w Premier League.

Anglia pewnie pokonała Chorwację



Harry Kane

Jan Hofman

Anglia pokonała Chorwację 4:2 (2:2) w meczu grupy L piłkarskich mistrzostw świata, który odbył się w Arlington/Dallas.

Bramki: dla Anglii - Harry Kane - dwie (12, karny, 42), Jude Bellingham (47), Marcus Rashford (85); dla Chorwacji - Martin Baturina (36), Petar Musa (45+5).

To był pojedynek dwóch wielkich gwiazd Harry'ego Kane'a i Luki Modricia. Napastnik Bayernu Monachium wystąpił w reprezentacji po raz 116., a pomocnik AC Milanu - 199.

Chorwat został ósmym piłkarzem, który wystąpił w co najmniej pięciu edycjach mistrzostw świata, zagrał po raz

20. w takim meczu. Kane ma już 81 goli w drużynie narodowej, co daje mu samodzielne 10. miejsce w światowej klasyfikacji wszech czasów.

W innym meczu tej grupy Ghana pokonała Panamę 1:0 (0:0). Bramka Caleb Yirenkyi (90+5).

Reprezentacja Ghany po raz piąty bierze udział w mistrzostwach świata. W 2010 roku dotarła do ćwierćfinału. Drużyna prowadzona przez portugalskiego trenera Carlosa Queiroza jest oparta na piłkarzach występujących głównie w lidze angielskiej i francuskiej. Największą gwiazdą zespołu jest Antoine Semenyo, który w styczniu został wykupiony z Bournemouth przez Manchester City za 64 mln funtów.

Turcy myślą o pozyskaniu Mariusza Fornalczyka

Afimico Pululu (od prawej)



Dopiero co Mariusz Fornalczyk odzyskał sportową stabilizację, a już tureckie media informowały, że wkrótce może odejść z piłkarskiej drużyny Widzewa.

Jan Hofman

Były młodzieżowy reprezentant Polski trafił do Widzewa latem ubiegłego roku. Został wykupiony z Korony Kielce za 1,5 miliona euro.

Piłkarz rozegrał 35 meczów w łódzkiej drużynie.

Zdołał w nich jedną bramkę i zanotował cztery asysty. Długo nie spełniał oczekiwań i dopiero w końcówce można było powiedzieć, że za panował nad sportową dyspozycją i stał

się ważnym ogniwem drużyny.

Tureckie media informowały, że jego sytuacji sportowej uważnie przygląda się Samsunspor, niedawny uczestnik Ligi Konferencji. Gazeta Arena poinformowała, że „Fornal” miałby zasilić szeregi Samsunsporu. Tymczasem z Widzewa popłynęły informacje, że nikt nie myśli o sprzedaży skrzydłowego i Fornalczyk zostaje w łódzkim przedstawicielu ekstraklasy.

Przez kilkanaście dni media informowały o możliwym



Mariusz Fornalczyk

transferze Afimico Pululu do Widzewa.

Zawodnik z Demokratycznej Republiki Konga nie został powołany do reprezentacji na mistrzostwa świata. Były już napastnik Jagielloni w rozmowie z serwisem Goal powiedział na pytanie Piotra Koźmińskiego, czy trafi do drużyny Widzewa?

-Ha! Dobre pytanie - odpowiedział piłkarz. - Nie, nie sądzę. W tym momencie nastawiam się na kontynuowanie kariery poza Polską.

Ba pytanie, czy kolejny sezon spędzi w Polsce, odpowiedział: -Nic nie jest niemożliwe, ale w tym momencie patrzę poza Polskę. To mój priorytet. Ale może za kilka lat wrócę do ekstraklasy? Bo czemu nie? Teraz mam dużo możliwości. Otworzyło się sporo różnych opcji, ale wciąż nie podjąłem decyzji. Nie śpieszę się, zostawiam wszystko w rękach Boga. Jestem przekonany, że w odpowiednim momencie Bóg pomoże mi dokonać dobrego wyboru.

Rekord na trybunach i ciekawy weekend

Jan Hofman

Cztery wtorkowe mecze piłkarskich mistrzostw świata w USA przyciągnęły na trybuny rekordową w ciągu jednego dnia liczbę 281 223 kibiców.

Poprzednio najwięcej fanów na stadionach pojawiło się 28 czerwca 1994 w mundialu w USA - 277 070, także w czterech spotkaniach.

Mecz Francji z Senegalem (3:1) w East Rutherford koło Nowego Jorku obejrzało 80 545 kibiców, starcie Argentyny

z Algierią (3:0) w Kansas City - 69 045, Austrii z debiutującą Jordanią (3:1) w Santa Clara pod San Francisco - 68 527, a Iraku z Norwegią (1:4) w Foxborough - 63 106.

Kolejne mecze

19 czerwca

● Godz. 00: Kanada - Katar (grupa B, Vancouver)
● 3: Meksyk - Korea Południowa (grupa A, Guadalajara)
● 21: USA - Australia (grupa D, Seattle)

20 czerwca

● 00: Szwecja - Maroko (grupa C, Boston)

● 3: Brazylia - Haiti (grupa C, Filadelfia)

● 5: Turcja - Paragwaj (grupa D, Santa Clara)

● 19: Holandia - Szwecja (grupa F, Houston)

● 22: Niemcy - WKS (grupa E, Toronto)

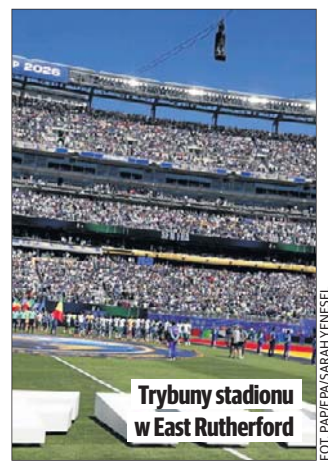
21 czerwca

● 2: Ekwador - Curacao (grupa E, Kansas City)

● 6: Tunezja - Japonia (grupa F, Monterrey)

● 18: Hiszpania - Arabia Saudyjska (grupa H, Atlanta)

● 21: Belgia - Iran (grupa G, Los Angeles)



Trybuny stadionu w East Rutherford

Trzeci nowy piłkarz w drużynie ŁKS



Bartosz Farbiszewski



Kibice ŁKS znów będą oglądać I ligę.

FOT. ŁKS

Piłkarze ŁKS przygotowania do nowego sezonu pierwszej ligi rozpoczną 22 czerwca. Na pewno na pierwszych zajęciach pojawi się trzech nowych zawodników.

Jan Hofman

Działacze ŁKS pozyskali właśnie trzeciego nowego zawodnika do pierwszoligowego zespołu.

Piłkarzem drużyny z Al. Unii został Bartosz Farbiszewski, z którym klub związał się dwuletnim kontraktem.

Urodzony w Warszawie piłkarz w ostatnim sezonie należał do wyróżniających się postaci pierwszoligowej Pogoni Grodzisk Mazowiecki, której

barwy reprezentował od zimy 2025 roku. Wcześniej mierzący 194 cm zawodnik był piłkarzem Bruk-Bet Termaliki Nieciecza, a w międzyczasie spędził rundę na wypożyczeniu w Polonii Bytom.

23-letni środkowy obrońca rozegrał dotąd 46 meczów na zapleczu elity i zdobył 2 gole (w zakończonym niedawno sezonie I ligi: 30 meczów i 2 gole).

Działacze Łódzkiego Klubu Sportowego zakontraktowali

wcześniej dwóch nowych piłkarzy. Są to bramkarz Damian Węglarz (pozyskany z Arki Gdynia) oraz obrońca Marcel Błachewicz (ostatnio GKS Tychy).

Ponadto klub z Al. Unii finalizuje transfer napastnika Karola Podlińskiego z Pogoni Siedlce, który ma zastąpić Mateusza Lewandowskiego.

To jednak nie wszystko, bo klub z Al. Unii Lubelskiej zaangażował także parol na trzech innych piłkarzy z pierwszoligo-

wych boisk. Chodzi o: prawego pomocnika - Juliana Keiblingera z GKS Tychy, prawego obrońcę i wahadłowego - Dominika Sokoła ze Znicza Pruszków.

Marek Jarolim został trenerem piłkarzy Arki, która w minionym sezonie spadła z ekstraklasy. 42-letni czeski szkolenowiec podpisał dwuletni kontrakt. W środę gdynianie rozpoczęli przygotowania, a w niedzielę wyjadą na zgrupowanie do Opalenicy.

WIELE DZIEJE SIĘ W FUTBOLOWEJ EKSTRAKLASIE

Jan Hofman

Lukas Podolski po zakończeniu piłkarskiej kariery i zakupie większościowego pakietu akcji Górnika Zabrze, został członkiem nowej rady nadzorczej tego ekstraklasowego klubu.

130-krotny reprezentant Niemiec w maju sfinalizował zakup od samorządu Zabrze 86 procent udziałów w klubie za niecałe 4 miliony złotych. Później podjął decyzję o zakończeniu kariery.

● Jakub Łabojko jest dziesiątym piłkarzem, który po zakończeniu minionego sezonu ekstraklasy odchodzi z Motoru Lublin.

28-letni defensywny pomocnik do lubelskiej drużyny trafił w styczniu 2025 roku i w jej barwach wystąpił w 44 meczach ekstraklasy, zdobywając dwa gole.

● Karol Niemczycki został zawodnikiem grającego w piłkarskiej ekstraklasie Śląska Wrocław. 26-letni bramkarz, który ostatnio występował w FC Aszod z Izraela, podpisał z klubem z Dolnego Śląska umowę do czerwca 2028 roku.



Lukas Podolski

FOT. LUCYNA NENOV

● Piłkarze Wisły Kraków rozpoczęli przygotowania do nowego sezonu ekstraklasy, do której wrócili po czteroletniej przerwie. Na mecz pierwszej kolejki z GKS Katowice sprzedano już wszystkie bilety.

● Występujący w tureckim Goztepe Izmir bramkarz Mateusz Lis podpisał kontrakt z Lechem Poznań do czerwca 2029 roku. 29-letni piłkarz wraca do klubu ze stolicy Wielkopolski, w którym grał w drużynach juniorskich i młodzieżowych. To pierwszy transfer Lecha w letnim okienku transferowym. Wcześniej klub wykupił z Celtiku Glasgow Honduranina Luisa Palmę.

Wiadomości w skrócie



Hubert Hurkacz

FOT. EPA/MARTIAL TREZZINI

Jan Hofman

Hubert Hurkacz przegrał z Niemcem Danielem Altmaierem 6:3, 3:6, 5:7 w 2. rundzie (1/8 finału) tenisowego turnieju ATP na trawiastych kortach w niemieckim Halle.

Było to drugie spotkanie Polaka z Altmaierem w najważniejszych imprezach ATP. Poprzednie 29-letni tenisista z Wrocławia wygrał przed dwoma laty w turnieju rangi Masters 1000 w Madrycie.

● W weekend 22-23 sierpnia ma zostać rozegrana pierwsza kolejka ekstraklasy rugby w sezonie 2026/27. Nie będzie zmian w systemie rozgrywek. Runda zasadnicza ma potrwać

do połowy listopada, zaś kolejna rozpocząć w ostatni weekend marca.

● Były kierowca Formuły 1 Niemiec Ralf Schumacher, brat siedmiokrotnego mistrza świata Michaela twierdzi, że Mercedes złożył ofertę zmiany barw czterokrotnemu mistrzowi globu Holendrowi Maxowi Verstappenowi z Red Bulla. Ten jednak miał ją odrzucić ze względów finansowych.

● Dziesięciokrotny reprezentant Polski Sebastian Walukiewicz, który spędził poprzedni sezon na wypożyczeniu w Sassuolo, został wykupiony przez ten klub z AC Torino. Według włoskich mediów i serwisu Transfermarkt za 26-letniego piłkarza zapłacono pięć milionów euro.

Skoczek narciarski założył fundację

Jan Hofman

Czołowy do niedawna skoczek narciarski Peter Prevc wraz z małżonką założył fundację, która będzie wspierała edukację rodziców, których dzieci uprawiają sport.

- Rodzicielstwo uświadomiło nam, że tempo, w jakim żyjemy i normy narzucane przez społeczeństwo nie pozwalają rodzinie funkcjonować w sposób swobodny, spokojny i świadomy - powiedział Prevc na Zamku w Lublanie.

Jak przyznał, pomysł narodził się od razu po zakończeniu przez niego kariery sportowej w 2024 roku. Od tej pory miał sporo czasu na przemyślenia i doszedł do wniosku, że trzeba działać.

W trakcie uroczystości małżonka Petera, Mina Prevc, mówiła o braku zrozumienia dla dzieci i stwierdziła, że „ten pomysł zrodził się z naszych frustracji, gdy uświadomiliśmy sobie, że społeczeństwo zmierza w kierunku, który nie do końca jest zgodny z naszymi wartościami.”



Peter Prevc

FOT. ARKADIUSZ GOŁA

W ognistej czerwieni pokazała moc kobiety!

Katarzyna Cichopek doskonale wie, jak przyciągnąć spojrzenia innych. Nie inaczej było podczas gali, w której trakcie zaprezentowała się w ognistej czerwieni. Cierpliwie pozowała u boku męża Macieja Kurzajewskiego.

Małżonkowie nie tylko pojawiają się razem na wizji, ale zdarza się także, że wspólnie wybierają się na branżowe imprezy. Tak jak niedawno, gdy wybrali się na „Galę Woman Power. Moc kobiety”.

Tematem przewodnim cyklu była rozmowa o tym, jak kobiety inwestują i w jaki sposób można zwiększyć ich do stanowisk kierowniczych.

Katarzyna Cichopek zdecydowanie wyróżniła się z tłumu. Ubrała się w dopasowaną, długą sukienkę w odcieniu czerwieni. Miała ona długie rękawy, zabudowany dekolot i lekko zaakcentowane ramiona - dzięki temu sylwetka zy-

skała nieco bardziej wyrazisty kształt. Dobrała do niej ciemne sandały na obcasie z cienkimi paskami. Odślaniały one stopy i powodowały, że nogi zostały wysmukłone. Aktorka postawiła minimalistyczną biżuterię, dzięki czemu cała uwaga została skupiona na kreacji. Wyglądała świetnie!

Podczas wydarzenia Kasia mogła liczyć na wsparcie męża. Ten postawił na dobrze skrojony garnitur, do którego dopasował pasujący kolorystycznie krawat, jasną koszulę, a także eleganckie buty.

Cichopek i jej mąż nie byli jedynymi znanymi osobami, którzy swoją obecnością uświetnili wydarzenie.

Pojawiło się na nim sporo znanych i lubianych osobistości, w tym m.in. Maja Hyży, Zygmunt Chajzer, Mariola Bojarska-Ferenc, Barbara Kurdej-Szatan, Katarzyna Sokołowska. **(RT)**



FOT. ANPA

Relacje Gruszki z nastoletnią córką

Seria „Za duży na bajki” cieszy się olbrzymią popularnością w kinach. Już od 17 czerwca można oglądać trzecią część filmu „Za duży na bajki” - tym razem na platformie Netflix. Czy aktorka Karolina Gruszka Karolina Gruszka rozmawia ze swoją niespełna 14-letnią córką o cyberprzemocy?

- Przyswiewał nam cel, żeby bardziej na poważnie o tym porozmawiać, bo to jest temat, który dotyczy naprawdę wszystkich. To jest wszechobecne i nie do końca wiemy, jak się z tym obchodzić. [...] Bardzo często rozmawiam z córką na ten temat. Moja córka ma 13 lat. O tym jest „Za duży na bajki 3”, żeby młodzi ludzie nie bali się zwracać z tymi problemami do dorosłych i prosić o wsparcie - mówi aktorka. - Ona by sobie nie życzyła, żebym coś o niej opowiadała. Ona ma bardzo inne humanistyczne zainteresowania, ale ma dopiero 13 lat, więc tak sobie myślę, że wszystko jeszcze przed nią i fajnie, żeby sobie szukała w różnych kierunkach. **(BB)**



FOT. SYLVIA DĄBROWA



FOT. ANPA

Kożuchowska do roli zmieniła się nie do poznania

Widzowie już niebawem będą mieli okazję zobaczyć Małgorzatę Kożuchowską w zupełnie nowej roli. Aktorka zagra Panią Dulską w głośnym spektaklu „Moralność Pani Dulskiej” w Teatrze Narodowym. Do mediów trafiły właśnie pierwsze zdjęcia z prób, na których można zobaczyć, jak 55-latką zmieniła się na potrzeby swojej nowej roli. W sobotę 20 czerwca w Teatrze Narodowym odbędzie się uroczysta premiera spektaklu w reżyserii Anny Augustynowicz, która po raz pierwszy realizuje spektakl na Narodowej Scenie. W roli Anieli Dulskiej występuje Małgorzata Kożuchowska. Partnerują jej: Arkadiusz Janiczek jako Pan Dulski, Kamil Mrozek jako Zbyszko Dulski, Paulina Szostak jako Hesia Dulska, Michalina Łabacz jako Mela Dulska, Gabriela Muskała jako Juliasiewiczowa, Anna Grycewicz jako Lokatorka, Hanna Wojtówczyńska jako Hanka oraz Beata Fudalej jako Tadrachowa. Na kilka dni przed uroczystą premierą „Moralności Pani Dulskiej” w Teatrze Narodowym do mediów trafiły pierwsze zdjęcia z prób do spektaklu. Zupełnie nowa fryzura i charakterystyka sprawiają, że w pierwszej chwili Małgorzaty Kożuchowskiej można nie poznać! **(KG)**



FOT. ANPA

Horoskop tygodnia

Baran



(21.03-19.04) Nie pytaj o to, co się dzieje, bo uzyskasz tak wiele różnych odpowiedzi, że i tak się nie dowiesz. Zaczekaj, aż sam się przekonasz. I na kogo możesz liczyć.

Byk



(20.04-22.05) Jeszcze trochę wytrzymaj narzucone tempo. Postępowanie zgodnie z planem daje naprawdę najlepsze efekty, ale musisz się lepiej zorganizować.

Bliznięta



(23.05-21.06) Postaraj się o jakieś ambitne przedsięwzięcie, które poprawi Twój wizerunek. Pamiętaj jednak, że nikt nie oczekuje rzeczy niemożliwych.

Rak



(22.06-22.07) Czy wreszcie zauważysz, że życie jest piękne? Otrzymasz jeszcze jedno potwierdzenie i jeśli dalej będziesz narzekać, to jesteś głupi.

Lew



(23.07-23.08) Temperatura uczuć będzie wciąż rosła. Może wreszcie doczekasz się słów, o których marzy każdy zakochany. Wiesz, co masz odpowiedzieć?

Panna



(24.08-22.09) Dostaniesz ambitne zadanie. Ciesz się, bo to znaczy, że jesteś wysoko ceniony. Niestety, jego wykonanie zabierze Ci sporo wolnego czasu.

Waga



(23.09-22.10) Sprawy sercowe znajdują się dziś na pierwszym miejscu. Jeśli trzeba - odwołaj naradę, urwij się z zajęć i idź z ukochaną osobą na długi spacer.

Skorpion



(23.10-21.11) Nie przymykaj oku na głupotę i ignorancję, bo to się może w przyszłości zemścić. Zlekceważone niebezpieczeństwo wróci w groźniejszej formie.

Strzelec



(22.11-21.12) Nie zadzieraj nosa, zwłaszcza jeśli sprawa jest konfliktowa i budzi duże emocje. Opornych przekonasz raczej pasją i zaangażowaniem.

Koziorożec



(22.12-19.01) Ktoś oczekuje od Ciebie rozwiązania delikatnego problemu. Ponieważ to nie jest Twój problem, zaoferuj daleko idącą pomoc, ale bez wyręczania.

Wodnik



(20.01-18.02) Miej oczy i uszy otwarte. Już na początku dnia będziesz musiał podjąć ważną decyzję. Zдай się wyłącznie na swoje rozeznanie sprawy.

Ryby



(19.02-20.03) Z dziwnego spotkania mogą wynikać bardzo interesujące sprawy i kontakty. Pamiętaj jednak, że minimum ostrożności musisz zachować.