

# GŁOS

DZIENNIK POMORZA

# SZCZECIŃSKI



**DOŁĄCZ DO AKCJI**

Nasz **Pociąg Marzeń** ruszył już w swą coroczną trasę, by spełniać dziecięce sny o pięknych wakacjach. Dołączysz? W zeszłym

roku wspólnie podarowaliśmy dzieciom mnóstwo radości – sprawmy znów razem, aby nowa edycja okazała się sukcesem!

Twój mały gest ma wielką moc: wesprzesz nie tylko wakacje, ale też rehabilitację, zakup sprzętu medycznego i inne świadczenia.

Przystąp do naszej wyjątkowej akcji i dołącz swój wagonik dobra. **Szczegóły znajdziesz wewnątrz wydania, na stronie 6**



## TYDZIEŃ Z NASZĄ GAZETĄ

## SOBOTA

● Agnieszka Chylińska. Dziś stawia na rodzinę i wiarę

## PONIEDZIAŁEK

● Sportowy24: Grali na boiskach, grali na parkietach

## WTOREK

● Strefa Biznesu: W gąszczu ekonomii nie zginięsz

## ŚRODA

● Strona Zdrowia: Ta roślina parzy, truje, może zabić

## CZWARTEK

● Pod Paragrafem: Komuniści walczyli z pisarzmi

## PIĄTEK

● Puls i Tygodnik Regionów. Teksty ze znakiem jakości

**ZAMÓW PRENUMERATĘ:** tel. 94 340 11 14, mail prenumerata.gdp@polskapress.pl, na stronie prenumerata.gp24.pl

# Udar cieplny to katastrofa obejmująca cały organizm

Mira Suchodolska (PAP)  
Rozmowa

**z dr. n. med. Januszem Sokołowskim, specjalistą medycyny ratunkowej, szefem Szpitalnego Oddziału Ratunkowego Uniwersyteckiego Szpitala Klinicznego we Wrocławiu.**

Większość z nas uważa, że udar cieplny to bardzo silne przegrzanie organizmu. Tymczasem jest to jeden z najcięższych stanów zagrożenia życia. Jak wygląda człowiek, którego przywożą do szpitalnego oddziału ratunkowego z rozpoznaniem udaru cieplnego?

To rzeczywiście jeden z najcięższych stanów, z jakimi możemy mieć do czynienia. Na szczęście zdarza się stosunkowo rzadko, ale kiedy już taki pacjent trafia na szpitalny oddział ratunkowy, zwykle jest w stanie krytycznym. Najczęściej obserwujemy głębokie zaburzenia świadomości: chory jest splątany, przestaje logicznie odpowiadać na pytania, może mieć drgawki, a w najcięższych przypadkach traci przytomność. Bardzo często wymaga natychmiastowego zabezpieczenia dróg oddechowych i podłączenia do respiratora, bo sam nie jest w stanie oddychać. To jest pacjent znajdujący się we wstrząsie i każda minuta ma znaczenie, ponieważ uszkodzeniu ulega jednocześnie wiele narządów.

**Jednym z najbardziej charakterystycznych objawów udaru cieplnego jest to, że człowiek nagle przestaje się pocić. Skóra staje się sucha, gorąca i przypomina pergamin. Dlaczego organizm wyłącza własny system chłodzenia właśnie wtedy, gdy najbardziej go potrzebuje?**

Bo dochodzi do całkowitego wyczerpania mechanizmów obronnych - termoregulacyjnych - organizmu. Na co dzień utrzymaniem prawidłowej temperatury zajmuje się ośrodek termoregulacji znajdujący się w mózgu. To on decyduje o rozszerzeniu naczyń krwionośnych skóry, uruchamia



FOT. UNIW. MEDYCZNY WE WROCŁAWIU

**Janusz Sokołowski:**  
- Wysoka temperatura jednocześnie uszkadza mózg, serce, płuca, nerki, mięśnie, wątrobę i przewód pokarmowy.

wydzielanie potu i wszystkie mechanizmy pozwalające oddać nadmiar ciepła. Kiedy jednak temperatura organizmu przez dłuższy czas pozostaje bardzo wysoka, system przestaje działać. Komórki zaczynają ulegać uszkodzeniu pod wpływem ciepła. Organizm wykorzystał już wszystkie możliwości obrony i nie ma czym dalej walczyć. Dlatego ustaje pocenie, naczynia krwionośne przestają się prawidłowo rozszerzać, a temperatura zaczyna rosnąć jeszcze szybciej - takie błędne koło.

**Można więc powiedzieć, że podczas udaru cieplnego organizm właściwie zaczyna gotować się od środka. Co dzieje się wtedy z naszymi komórkami?**

To porównanie dobrze oddaje istotę problemu. Każda komórka organizmu zbudowana jest m.in. z białek. One odpowiadają za niemal wszystkie procesy życiowe, a kiedy temperatura staje się zbyt wysoka, zaczynają zmieniać swoją strukturę, ulegają denaturacji, tracą swoje właściwości. Uszkodzeniu ulegają również błony komórkowe zbudowane z tłuszczów, białek i węglowodanów. W efekcie komórki przestają normalnie funkcjonować, a następnie zaczynają obumierać. I właśnie dlatego udar cieplny nie jest problemem jednego narządu. To katastrofa obejmująca cały organizm. Wysoka temperatura jednocześnie uszkadza mózg, serce, płuca, nerki, mięśnie, wątrobę i przewód

pokarmowy. Nie mamy więc do czynienia wyłącznie z gorączką. To postępująca niewydolność wielonarządowa wywołana przez nadmierną temperaturę.

**Dla mnie najbardziej przerażającym mechanizmem udaru cieplnego jest coś, co nazywa się potocznie „sepsą termiczną”. Co dzieje się wtedy w organizmie?**

To rzeczywiście jeden z najbardziej dramatycznych mechanizmów i chyba najlepiej pokazuje, dlaczego udar cieplny jest tak groźny. Większość ludzi kojarzy sepsę z ciężkim zakażeniem bakterijnym. Tymczasem w udarze cieplnym organizm może wejść w bardzo podobny stan, choć wszystko zaczyna się od wysokiej temperatury. Jednymi z pierwszych narządów, które ulegają uszkodzeniu, są jelita - ich ścianki przestają być szczelne. W normalnych warunkach stanowią one skuteczną barierę oddzielającą miliardy bakterii żyjących w przewodzie pokarmowym od naszego krwioobiegu, ale pod wpływem ekstremalnego ciepła ta bariera zaczyna się rozpadać. Bakterie jelitowe, także te kałowe, i produkowane przez nie toksyny przedostają się do krwi. Organizm odpowiada gwałtowną reakcją zapalną - obejmującą praktycznie wszystkie narządy - przypominającą sepsę. Od tego momentu nie walczymy już tylko z przegrzaniem, ale z lawiną kolejnych uszkodzeń.

**Jak rozwija się udar cieplny? Jakie są pierwsze objawy, których nie wolno zlekceważyć?**

W tym problem, że jego początek często wygląda bardzo niepozornie. Najpierw pojawiają się zaburzenia koncentracji: człowiek staje się ospały, wolniej odpowiada na pytania, ma trudności z logicznym myśleniem. Czasem wygląda po prostu na bardzo zmęczonego. Potem dochodzi do zaburzeń świadomości. Bliscy pacjenta często tłumaczą sobie wszystko upałem albo zmęczeniem, tymczasem jego organizm przestaje już prawidłowo

funkcjonować. Bardzo niepokojącym objawem jest także niechęć do picia - tu powinna się nam zapalić czerwona lampka. Bo przecież to jest nielogiczne - człowiek jest odwodniony, powinien pić, a nagle przestaje mieć na to ochotę albo wręcz odmawia przyjmowania płynów. Jeżeli widzimy osobę, która przebywała długo w wysokiej temperaturze, jest osowiała, ma problemy z koncentracją i dodatkowo nie chce pić, powinna jak najszybciej zostać zbadana przez lekarza, więc dzwońmy po karetkę. Kiedy pojawią się drgawki, utrata przytomności, zatrzymanie oddechu i krążenia, może być za późno na ratunek.

**Wielu osobom wysoka temperatura automatycznie kojarzy się z gorączką. Odruchowo sięgają wtedy po paracetamol. Dlaczego przy podejrzeniu udaru cieplnego może to oznaczać wyrok śmierci dla pacjenta?**

Bo udar cieplny i gorączka to dwie zupełnie różne sytuacje. Gorączka jest reakcją obronną organizmu na zakażenie i wtedy ośrodek termoregulacji świadomie podnosi temperaturę ciała i leki przeciwgorączkowe rzeczywiście mogą pomóc. Natomiast w udarze cieplnym organizm nie podnosi temperatury sam, tylko przestaje sobie radzić z oddawaniem ciepła, a to zupełnie inny mechanizm i wówczas paracetamol nie usunie przyczyny problemu, może jedynie zaszkodzić.

**Jak powinna wyglądać prawidłowa pierwsza pomoc?**

Przede wszystkim trzeba jak najszybciej przerwać działanie wysokiej temperatury - przenieść chorego do cienia albo do chłodnego pomieszczenia. Jeżeli jest nieprzytomny, ułożyć go w pozycji bezpiecznej - to bardzo ważne, ponieważ w udarze cieplnym odruchy zabezpieczające drogi oddechowe są osłabione i chory może zachłysnąć się śliną albo treścią pokarmową. I, jak mówiłem, natychmiast wezwać pogotowie ratunkowe.

## KALENDARIUM

### 3 LIPCA POLSKA

1410

Pod Czerwińskiem wojska polskie króla Władysława Jagiełły przeprawiły się po tymczasowym moście na Wiśle, aby następnie połączyć się z wojskami litewskimi i ruszyć w kierunku Malborka.

1923

Józef Piłsudski zrzekł się funkcji przewodniczącego Ścisłej Rady Wojennej; oznaczało to jego wycofanie się z czynnego życia politycznego.

1935

We włoskiej stoczni w Monfalcone odbyła się uroczystość wodowania polskiego transatlantyku MS „Batory”.

1947

Sejm Ustawodawczy przyjął ustawę o odbudowie Warszawy.

1961

Urodził się 30-milionowy obywatel Polski.

### ŚWIAT

1864

Ziemia została opasana kablem telegraficznym.

1880

Ukazało się pierwsze wydanie założonego przez Thomasa Alwę Edisona amerykańskiego czasopisma naukowego „Science”.

1928

W Londynie przeprowadzono pierwszą transmisję telewizyjną w kolorze.

1935

Minister spraw zagranicznych Józef Beck złożył wizytę w Berlinie, w czasie której został przyjęty przez Adolfa Hitlera.

1941

Józef Stalin wygłosił pierwsze od początku niemieckiej inwazji na ZSRR, transmitowane w radiu przemówienie w którym, wezwał narody ZSRR do wielkiej wojny ojczyźnianej.

## ZDJĘCIE DNIA



FOT. PAP/MARCIN BIELECKI

**W Świnoujściu uroczystie przywitano Polski Kontyngent Wojskowego Czernicki 2026. Przez pół roku ORP Kontradmiral Xawery Czernicki był flagowym okrętem zespołu Stałego Zespołu Sił Obrony Przeciwminowej NATO Grupa 1. Na jego pokładzie funkcjonował międzynarodowy sztab, którego trzon stanowili Polacy. Zespół był odpowiedzialny za planowanie i koordynację działań jednego z czterech zespołów morskich NATO stale operujących na morzach Europy. W działaniach operacyjnych brali udział żołnierze z Polski, Belgii, Francji, Finlandii, Holandii, Niemiec i Norwegii. Funkcję dowódcy pełnił komandor porucznik Kacper Sterne. Był to szósty przypadek w historii, gdy polski oficer objął dowodzenie jednym ze stałych zespołów okrętowych Sojuszu. (PAP)**

# nasz REGION

## Zmiana w przetargu na obwodnicę Mierzyna. Budimex zastąpi Rubau

Marek Jaszczyński  
Region

**Generalna Dyrekcja Dróg Krajowych i Autostrad ponownie wybrała wykonawcę budowy obwodnicy Mierzyna w ciągu drogi krajowej nr 10. Po decyzji Krajowej Izby Odwoławczej najkorzystniejszą ofertę złożył Budimex, który wycenił realizację inwestycji na 153,4 mln zł.**

Pierwotnie, w lutym, wybrano ofertę firmy Rubau, jednak po odwołaniu KIO nakazała jej odrzucenie i ponowne zbadanie ofert. Uczestnicy przetargu mają jeszcze 10 dni na ewentualne odwołanie.

Jeśli procedura zakończy się bez przeszkód, umowa z wykonawcą zostanie podpi-

sana w trzecim kwartale tego roku. Budowa potrwa 22 miesięcy, z wyłączeniem okresów zimowych, a kierowcy powinni pojechać nową trasą w pierwszej połowie 2029 roku.

Nowa droga będzie miała 4,6 km długości. Rozpocznie się przy ul. Ku Słońcu w Szczecinie i poprowadzi do węzła Szczecin Zachód (Dołuje), gdzie połączy się z powstającą Zachodnią Obwodnicą Szczecina. Inwestycja jest realizowana wspólnie przez GDDKiA i Miasto Szczecin.

Obwodnica ma odciążać zakorkowany Mierzyn z ruchu tranzytowego i zapewnić sprawny dojazd do Zachodniej Obwodnicy Szczecina, która po oddaniu do użytku znacząco zwiększy natężenie ruchu na tym kierunku.



Droga stanie się jednym z głównych dojazdów do centrum miasta z Zachodniej Obwodnicy Szczecina

### KOŁOBRZEG

**Głośną awanturę na klatce schodowej** mieli wywołać nietrzeźwi rodzice, którzy opiekowali się 2-letnim synkiem. Przybyli na miejsce policjanci zbadali trzeźwość rodziców. Matka miała 2 promile, a ojciec 2,4 promila alkoholu w organizmie. W trakcie interwencji 21-letni ojciec i 19-letnia matka zaczęli funkcjonariuszy szarpać, pluć i kopać. Skuci kajdankami trafili do aresztu, a dziecko odwieziono do pogotowia opiekuńczego.



FOT. ARCHIWUM

**DYŻURNY GŁOSU**  
**Mariusz Parkitny**  
**tel. 697 770 231**

Na naszych Czytelników czekamy w redakcji Głosu Szczecińskiego w Szczecinie przy al. Niepodległości 26/U1 oraz pod adresem: alarm@gs24.pl

## Nowe miejsce dla hospicjum. Przebudowa willi rusza

Mariusz Parkitny  
Szczecin

**- To będzie nowa era w opiece nad pacjentami terminalnie i nieuleczalnie chorymi - mówi o przyszłej siedzibie Kinga Krzywicka, prezes Zachodniopomorskiego Hospicjum dla Dzieci i Dorosłych.**

Dziś wykonawca inwestycji przejmie plac budowy i w ciągu 1,5 roku zmieni podupadającą willę przy Alei Wojska Polskiego 91 w profesjonalny dom hospicyjny. Dzięki temu hospicjum, które teraz wynajmuje pomieszczenia na Pomorzanie, zyska profesjonalną siedzibę. Wczoraj na tle przyszłej placówki podpisano ostatnie dokumenty.

Wspólny Dom Hospicyjny został wybrany do realizacji w ramach Szczecińskiego Budżetu Obywatelskiego.

- Po latach pracy hospicjum w trudnych warunkach, pojawiła się perspektywa na siedzibę, która będzie spełniała wszystkie standardy dla takich obiektów. Zapewni opiekę specjalistyczną, ambulatoryjną, wytnienią, miejsce wsparcia rodzin pacjentów. I teraz tę budowę zaczynamy - ogłosił prezydent Piotr Krzystek.

Inwestycja ma kosztować prawie 10 mln zł.

- Jesteśmy przeszczęśliwi, że stoimy u progu nowej ery w rozwoju Fundacji Zachod-



FOT. ANDRZEJ SZKOCKI

**Rusza przebudowa zabytkowego budynku, który za 18 miesięcy stanie się Wspólnym Domem Hospicyjnym**

niopomorskie Hospicjum dla Dzieci i Dorosłych. To również przepiękny prezent na obchodzone w tym roku 20. urodziny naszej organizacji, która pomaga nieuleczalnie i terminalnie chorym pacjentom. Przygotowania do rozpoczęcia remontu nie byłyby możliwe bez przeolbrzymiej determinacji i zaangażowania wszystkich stron - za co niezmiernie dziękuję w imieniu Zespołu Fundacji i rodzin hospicyjnych. - mówi Kinga Krzywicka, prezes Zarządu Fundacji Zachodniopomorskie Hospicjum dla Dzieci i Dorosłych.

- Jestem dumny, że udało nam się pozyskać kontrakt na

dostosowanie tego miejsca dla potrzeb mieszkańców przy zachowaniu historycznych elementów - dodaje Tomasz Nowak, prezes Ebudu, wykonawcy inwestycji.

W ramach inwestycji obiekt przejdzie gruntowną modernizację z zachowaniem jego historycznego charakteru, zostanie wyposażony w nowoczes-

**Na parterze zaprojektowano rejestrację, poczekalnię, pięć gabinetów lekarskich - w tym dwa gabinety psychologów**

sne instalacje oraz w pełni dostosowany do potrzeb osób z niepełnosprawnościami. Projekt zakłada zachowanie pierwotnej bryły budynku i odtworzenie wszystkich zniszczonych elementów detalu architektonicznego. Przywrócone zostaną historyczne materiały wykończeniowe, wymieniona zostanie stolarka drzwiowa i okienna. Jednocześnie zaplanowano rozbiórkę wtórnych dobudówek oraz nieużytkowych schodów zewnętrznych, które przez lata zniekształcały pierwotną formę obiektu. Budynek zyska dwa wejścia: reprezentacyjne - od strony al. Wojska Polskiego oraz drugie, nowe wejście od strony parkingu, w pełni dostosowane do potrzeb osób z niepełnosprawnościami i dostępne bezpośrednio z poziomu terenu.

- Rozpoczęcie tej inwestycji to efekt wielu miesięcy przygotowań i dobrej współpracy wszystkich zaangażowanych stron. Zależało nam na tym, aby stworzyć solidne podstawy do sprawnego realizacji przedsięwzięcia, które ma ogromne znaczenie dla mieszkańców. Teraz przed wykonawcą najważniejszy etap - realizacja prac zgodnie z harmonogramem i z dbałością o każdy detal, tak aby powstał obiekt nowoczesny, funkcjonalny i odpowiadający potrzebom jego użytkowników - dodaje Michał Przepiera, zastępca prezidenta Szczecina.

## Prawie 140 lat historii i niepewna przyszłość. Co dalej z „Gryfią”?

Marek Jaszczyński  
Szczecin

**Historyczny prom „Gryfia”, najstarsza zachowana jednostka tego typu związana ze Szczecinem, nadal nie ma gospodarza, który podjąłby się jego remontu i udostępnienia mieszkańcom.**

Choć właściciel deklaruje gotowość do działania, bez partnera i pieniędzy trudno mówić o realnym planie ratunkowym.

- Jeśli znajdzie się fundator, jesteśmy gotowi do działania,

mamy siły i środki na przeprowadzenie remontu - zapewnia Artur Ratuszyński z Morskiej Stoczni Remontowej „Gryfia”. Problem w tym, że jak dotąd żadna z kluczowych instytucji nie zdecydowała się objąć jednostki opieką.

Nie zmieniło się natomiast stanowisko Muzeum Narodowe w Szczecinie wobec przyszłości historycznej jednostki. Placówka od początku nie deklaruje zainteresowania przejęciem promu.

Przypomnijmy, że już w październiku 2022 roku na la-

mach „Głosu” wypowiedział się dyrektor muzeum, Lech Karwowski. W jego ocenie instytucja nie posiada odpowiedniego zaplecza technicznego ani organizacyjnego, by objąć opieką tego typu obiekt.

Obecne stanowisko muzeum pozostaje podobne. Jak przekazała Magdalena Gietkowska-Gierat, rzeczniczka placówki: Muzeum Narodowe w Szczecinie nie zajmuje się tematem dotyczącym promu „Gryfia”.

Bardziej otwarte stanowisko zajmuje Morskie Centrum Na-



FOT. ANDRZEJ SZKOCKI

**Po wojnie prom zaczął obsługiwać komunikację z wyspą Gryfia i pozostał w eksploatacji aż do 1983 roku**

uki, choć również bez konkretnych deklaracji.

- Do tej pory do Morskiego Centrum Nauki nie wpłynął oficjalny wniosek ani formalna propozycja dotycząca przejęcia wskazanej jednostki - informuje Marta Krzywda, rzeczniczka prasowa MCN.

Dzisiejsza „Gryfia” powstała jeszcze w XIX wieku. Parowy prom kolejowo-pasażerski został zbudowany w 1887 roku w szczecińskiej stoczni AG Vulcan Stettin jako budowa nr 179. Początkowo nosił nazwę „Ty-ras”. ©

## Szczecin zaczyna świętować 81. rocznicę polskiej administracji

Mariusz Parkitny  
Szczecin

**Uroczysta sesja sesja, wręczenie honorowych tytułów, widowiska historyczne, koncerty i rodzinny piknik na Różance - tak zapowiadają się obchody 81. urodzin Szczecina.**

Świętowanie potrwa od 3 do 5 lipca. Dziś uroczysta sesja na której tytuły Honorowego Obywatela Miasta Szczecina otrzyma Antoni Kruszewski, a Medale za Zasługi dla Miasta Szczecina: dr hab. n. med. Grażyna Dutkiewicz, Agnieszka Kuchcińska-Kurcz, ksiądz Ireneusz Antkowiak, Andrzej Wojciechowski. Tytuły Ambasadorów Szczecina odbiorą prof. dr hab. Bohdan Boguszewski oraz Tomasz Gierwiatowski. Tego sa-

mego dnia oraz w sobotę w Kinie Pionier 1907 odbędzie się również przegląd filmowy „GRYF FILM - Szczecin w kinie”, prezentujący produkcje związane z miastem.

Weekend upłynie pod znakiem imprez i widowisk. Główne sobotnie wydarzenia odbędą się na placu Armii Krajowej. O godz. 20 rozpocznie się inscenizacja historyczna, a następnie zaprezentowana zostanie diorama historyczna. Wieczór zakończą dwa pokazy video-mappingu. Niedzielne obchody rozpoczną się w południe pod Pomnikiem Czynu Polaków. Od godz. 13 do 19 Ogród Różany będzie miejscem wydarzenia „Urodziny na Różance”. Organizatorzy przygotowali koncerty, animacje dla dzieci oraz tradycyjny tort urodzinowy.



Tort na urodziny Szczecina, to już tradycja miasta. Na zdjęciu ubiegłoroczne obchody 80. rocznicy

Marek Jaszczyński  
Szczecin

**Modernizacja stacji Szczecin Dąbie wywołała dyskusję jeszcze przed zakończeniem inwestycji. Kontrowersje dotyczą nowej wiaty na peronie nr 2. Krytycy zwracają uwagę, że zadaszenie nie chroni pasażerów w miejscu, gdzie zatrzymuje się większość pociągów.**

Autorzy wpisu na profilu „Infrastruktura Pomorze Zachodnie” zauważyli, że podczas przebudowy powstał nowy tunel pieszy pod torami, ale wiata została odsunięta od kładki. W efekcie w centralnej części peronu, gdzie zatrzymuje się większość pociągów i gromadzi się najwięcej pasażerów, podróżni nie mają dachu nad głową.

- Duże kontrowersje budzi nowa wiata peronowa i trudno się temu dziwić. Względem starej jest odsunięta od kładki, przez co w miejscu, gdzie jest środek peronu i zatrzymuje się najwięcej pociągów, podróżni nie mają żadnej ochrony przed złymi warunkami atmosferycznymi - napisano na profilu.

Autorzy podkreślają, że Szczecin Dąbie to jedna z najważniejszych stacji przesiadkowych w województwie zachodniopomorskim, z której rocznie korzysta około 1,15 mln pasażerów. Ich zdaniem zadaszenie



Tak wygląda obecnie wiata na 2 peronie. Jest znacznie oddalona od kładki, za to tuż przy nowym przejściu podziemnym. Szkoda, że PLK nie pomyślały o długiej wiacie

powinno obejmować cały odcinek pomiędzy tunelem a kładką.

Do zarzutów odniosły się PKP Polskie Linie Kolejowe. Jak wyjaśnia spółka, układ wiat został zmieniony świadomie.

- W ramach przebudowy peronów na stacji Szczecin Dąbie zmieniono układ i lokalizację wiat na peronie nr 2, dostosowując je do obecnych ciągów komunikacyjnych. Wiata naprzeciwko budynku dworca została usytuowana przy wyjściu z nowego przejścia pod torami i jednocześnie

wydłużona względem wcześniejszego rozwiązania - informuje Bartosz Pietrzykowski z PKP Polskich Linii Kolejowych.

Jak dodaje PLK, drugie zadaszenie znajduje się przy wyjściu z windy prowadzącej na kładkę, czyli po przeciwnej stronie peronu. Obie wiaty zlokalizowano przy głównych punktach dostępu do peronu.

PKP PLK podkreśla również, że nowe zadaszenie pojawiło się także na peronie nr 1, gdzie wcześniej go nie było. Spółka zaznacza, że zakres i lokalizacja

wiat są projektowane indywidualnie dla każdej stacji, z uwzględnieniem warunków technicznych, istniejącej infrastruktury oraz zapewnienia możliwie najwyższego komfortu podróżnym.

Dodajmy, że prace na stacji Szczecin Dąbie są częścią inwestycji „Budowa Szczecińskiej Kolei Metropolitalnej z wykorzystaniem istniejących odcinków linii kolejowych nr 406, 273, 351”. Nadal trwa przebudowa budynku dworca, która ma potrwać do końca roku.

©P

## Pierwszy dzień nowych zasad w Szczecinie. Pasażerowie zapominali o aktywacji biletów

Marek Jaszczyński  
Komunikacja miejska

**Pasażerowie komunikacji miejskiej korzystający z aplikacji do zakupu biletów jednorazowych od 1 lipca muszą pamiętać o dodatkowej czynności. Sam zakup biletu nie oznacza już jego skasowania. W pierwszym dniu obowiązywania nowych zasad zdarzały się sytuacje, w których podróżni kupowali bilet, ale zapominali go aktywować.**

- Miały miejsce sytuacje, w których pasażer dokonał zakupu biletu (jak przed 1 lipca) i nie aktywował biletu. Zdecydowana większość pasażerów posiadała wiedzę, że od 1.07. w aplikacjach, w których można dokonać zakupu

szczecińskich biletów jednorazowych, dobowych i wielodobowych, obowiązują nowe zasady. Kontrolerzy dzisiaj, jak i każdego innego dnia, wykonują swoje obowiązki służbowe. Niemniej jednak udzielają pasażerom informacji, zapytani o nową możliwość zakupu funkcjonującą od 1.07. - wyjaśnia Marta Kwiecień-Zwierzyńska, rzecznik prasowy ZDiTM.

Dopiero po wejściu do autobusu lub tramwaju pasażer musi go aktywować. Może to zrobić na dwa sposoby: zeskanować kod QR umieszczony na naklejkach wewnątrz pojazdu albo ręcznie wpisać numer taborowy pojazdu w aplikacji.

Dopiero po wykonaniu jednej z tych czynności rozpoczyna się okres ważności biletu.

Zmiana nie oznacza jednak dodatkowych obowiązków podczas przesiadek. Jeśli pasażer posiada już aktywny bilet czasowy, nie musi ponownie wpisywać numeru taborowego ani skanować kodu QR po wejściu do kolejnego autobusu czy tramwaju. Bilet pozostaje ważny do końca czasu, na jaki został wykupiony. Nowe zasady nie dotyczą także biletów okresowych.

**Strefy biletowe? Nie, nie ma**

Część naszych czytelników również uwagę, że w aplikacjach mobilnych przy biletach pojawiły się informacje o strefie biletowej. Jednak, że w komunikacji miejskiej organizowanej przez Zarząd Dróg i Transportu Miejskiego nie obowiązuje podział na strefy. Oznaczenia widoczne w apli-

kacjach wynikają z ich funkcjonowania i nie mają wpływu na zasady podróżowania. Zarówno mieszkańcy Szczecina, jak i pasażerowie korzystający z komunikacji na terenie gmin Dobra, Kołbaskowo czy Police, podróżujący na tych samych biletach i według tej samej taryfy - niezależnie od miejsca rozpoczęcia lub zakończenia przejazdu.

**Na czym polegają nowe zasady?**

Zmiana dotyczy biletów jednorazowych, dobowych i wielodobowych kupowanych w aplikacjach mobilnych. Od 1 lipca można je nabyć z wyprzedzeniem w domu, na przystanku czy w innym dogodnym miejscu i zachować „na zapas”. Jednak taki bilet nie jest jeszcze ważny.

©P

Panu

Leszkowi Guździłowi

staroście polickiemu w latach 2005-2014

i byłemu pracownikowi

Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej Urzędu

Marszałkowskiego w Szczecinie

wyrazy najgłębszego współczucia

z powodu śmierci

**Żony**

składają

Marszałek  
Olgierd Gblewicz  
i Zarząd Województwa  
Zachodniopomorskiego

Przewodnicząca Sejmiku  
Teresa Kalina  
oraz Radni Województwa  
Zachodniopomorskiego

# SPORTOWE ROZPOCZĘCIE WAKACJI

*"Rusz się z nami i rozpocznij lato pełne energii!"*

Zapraszamy wszystkich mieszkańców Gminy Dolice – dzieci, młodzież, dorosłych i seniorów – na wyjątkowy cykl imprez sportowo-rekreacyjnych promujących zdrowy tryb życia i aktywność fizyczną!

 **Miejsce: Boisko Orlik w Rzeplinie**

**Zapraszamy wszystkich – od dzieci po seniorów!**

*"Bo zdrowy styl życia zaczyna się od dobrej zabawy!"*



**Organizator:**  
Wójt Gminy Dolice

**Wydarzenie realizowane  
dzięki dofinansowaniu:**

Program „Aktywny Orlik 2026”  
Ministerstwa Sportu i Turystyki



## Terminy imprez:

1. 27.06.2026 r. „Wakacyjny Power Day” 10<sup>00</sup>–15<sup>00</sup>
2. 12.07.2026 r. „Aktywna niedziela zdrowego stylu życia” 10<sup>00</sup>–15<sup>00</sup>
3. 08.08.2026 r. „Lato łączy pokolenia” 10<sup>00</sup>–15<sup>00</sup>
4. 30.08.2026 r. „Piknik na zakończenie wakacji” 10<sup>00</sup>–15<sup>00</sup>
5. 12.09.2026 r. „Maraton dobrej energii” 10<sup>00</sup>–15<sup>00</sup>

## „Wakacyjny Power Day”



**27.06.2026 r.**

**START – godz. 10.00**

### W programie:

- ✓ pokaz i nauka gry w darta ze Stowarzyszeniem Dart Dolice
- ✓ Turniej i wyłonienie zwycięzcy
- ✓ zawody sportowe: Tenis stołowy
- ✓ kalambury z dyscyplin sportowych
- ✓ konkursy i nagrody dla uczestników
- ✓ świetna atmosfera i wspólna zabawa



To doskonała okazja, aby aktywnie rozpocząć wakacje, spędzić czas z rodziną i dobrze się bawić!  
Zajęcia prowadzone będą przez wykwalifikowaną kadrę.



Dodatkowo podczas wydarzeń dostępne będą bezpłatne porady dietetyczne prowadzone przez wykwalifikowanego dietetyka, materiały edukacyjne oraz warsztaty promujące zdrowy styl życia.



**Zakończenie: godz. 15.00**



### Strefa zdrowego żywienia

- ✓ bezpłatne porady dietetyczne
- ✓ warsztaty kulinarne i zdrowe przepisy
- ✓ materiały edukacyjne o zdrowym stylu życia



Ministerstwo  
Sportu i Turystyki

Wójt Gminy Dolice  
**Paweł Nowakowski**

*P. Nowakowski*



# Pociąg Marzeń znów rusza. Tym razem dla dzieci i rodzin pod opieką Fundacji Tęcza Serc



Firmy, które zdecydują się dołączyć do akcji poprzez wykupienie wagonika do Pociągu Marzeń, otrzymają, oprócz uśmiechu i radości dzieci, reklamę na łamach naszych dzienników

Jarosław Jaz  
Akcja Charytatywna

**Pociąg Marzeń to akcja, w której nazwa nie jest pustym hasłem. Idea od lat łączy redakcję Polska Press Grupy, lokalnych przedsiębiorców i organizacje, które pomagają dzieciom.**

Na Pomorzu tę inicjatywę realizują portale GS24.pl, GK24.pl i GP24.pl. Mechanizm jest prosty: nasze media nagłaśniają potrzeby, partnerzy i darczyńcy pomagają je sfinansować, a pomoc trafia do konkretnych dzieci, rodzin i fundacji.

„Pociąg Marzeń” to akcja społeczna Polska Press Grupy. Jej celem jest wspieranie dzieci, które z różnych powodów nie mają równego startu: podopiecznych fundacji, dzieci z rodzin w trudnej sytuacji, małych pacjentów, wychowanków placówek i organizacji pomocowych. W zależności od edycji wsparcie oznaczało wakacyjne wyjazdy, sprzęt, reha-

bilitację, terapię albo po prostu pomoc w spełnianiu dziecięcych marzeń. Na Pomorzu „Pociąg Marzeń” ma już swoją historię. W 2022 roku akcja wsparła Fundację „Marzenie” w Szczecinie. Udało się zebrać łącznie 27 500 zł. Rok później „Pociąg Marzeń” zabrał dzieci na wycieczkę. W 2024 roku pomagaliśmy Koszalińskiemu Stowarzyszeniu Pomocy Osobom Autystycznym. Z kolei w 2025 roku finał przyniósł niemal 20 tys. zł na wsparcie najmłodszych pod opieką Towarzystwa Przyjaciół Dzieci w Szczecinie. Jednak historia tej akcji nie sprowadza się wyłącznie do liczb. Jej sens polega na tym, że redakcja nie tylko opisuje problemy, ale pomaga budować pomost między organizacjami społecznymi a biznesem.

## Pomóżmy Tęczy Serc

W tegorocznej edycji beneficjentem regionalnej akcji jest Zachodniopomorska Fundacja Pomocy Rodzinie „Tęcza Serc”. To organizacja działająca w Szcz-

cinie od 2007 roku, wywodząca się ze środowiska pieczy zastępczej. Jak mówi Katarzyna Skonieczna, sekretarz fundacji, zespół tworzą osoby związane z rodzinami zastępczymi, placówkami opiekuńczymi albo po prostu z potrzebą pomagania innym. Fundacja zajmuje się przede wszystkim diagnozą i terapią dzieci z FAS (płodowym zespołem alkoholowym), ale prowadzi też ośrodek diagnozy i terapii, wspiera rodziny zastępcze, adopcyjne i naturalne, dzieci, młodzież oraz dorosłych. Organizuje szkolenia, terapię, obozy wypoczynkowe i terapeutyczne. Problem, z którym mierzy się fundacja, jest poważniejszy, niż może się wydawać. Katarzyna Skonieczna zwraca uwagę, że wiedza o FAS w Polsce rośnie, ale nadal jest niewystarczająca. Fundacja prowadzi profilaktykę w szkołach i wśród osób pracujących z dziećmi: nauczycieli, kucharzy, osób wspierających rodziny. W rozmowie z GS24.pl podaje prosty, ale wymowny przy-



W tegorocznej edycji beneficjentem regionalnej akcji jest Zachodniopomorska Fundacja Pomocy Rodzinie „Tęcza Serc”.

kład: zdarza się, że dzieci słysząc o FAS myślą, że chodzi o zespół muzyczny. To pokazuje, jak wiele jest jeszcze do zrobienia w edukacji i profilaktyce.

## Darczyńcy są niezbędni

Za pomocą stoją jednak konkretne koszty. Diagnozy, terapii, szkolenia, wsparcie rodzin - to wszystko wymaga pieniędzy. Nie każdą rodzinę stać na diagnozę czy regularną terapię. Fundacja z powodzeniem korzysta z projektów miejskich i marszałkowskich, dzięki którym część dzieci może otrzymać pomoc nieodpłatnie albo za symboliczną opłatą. Ale, jak podkreśla Katarzyna Skonieczna, darczyńcy nadal są potrzebni. Środki trafiają m.in. na dofinansowanie diagnoz, bezpośrednie wsparcie rodzin, przygotowanie miejsca do nauki dla dziecka, zakup mebli, remont pokoju, opał czy inne potrzeby, których nie widać z zewnątrz.

W ramach naszej akcji „Pociąg Marzeń”, Fundacja Tęcza Serc chce skupić się na wsparciu terapeutycznym rodzin zastępczych i adopcyjnych. Chodzi m.in. o terapię ruchu rozwijającego, która opiera się na pracy dziecka z opiekunem. Jej celem jest budowanie bezpiecznej relacji, szczególnie ważnej u dzieci mających trudności z więzią, zaufaniem i regulacją emocji.

- Przeprowadzenie takiej terapii jest bardzo wspaniałym działaniem, które przynosi się realnie na życie codzienne każdego z dzieci - mówi Katarzyna Skonieczna.

Fundacja wskazuje też bardzo konkretną potrzebę: sprzęt. Ten, z którego korzystają dzieci i dorośli, wymaga wymiany. Potrzebne są także środki na działania wychowawcze, terapeutyczne i wyjazdowe dla rodzin. W praktyce więc pomoc może mieć różny wymiar: od wpłat pieniężnych, przez sfinansowanie diagnozy lub terapii, po zakup sprzętu czy objęcie wsparciem konkretnej rodziny.

## Liczy się efekt

Najmocniej w tej historii wybrzmiewa jednak nie księgowość, lecz efekt. Katarzyna Skonieczna, która przez 20 lat pracowała z dziećmi w rodzinnym domu dziecka, mówi o podopiecznych, których prognozy na początku były dramatyczne, a dziś są dorosłymi ludźmi, zakładają rodziny, pracują i dobrze funkcjonują.

- Widzi się tego efekty, że dziecko ma dobry start w życiu - opowiada.

„Pociąg Marzeń” znów rusza więc w drogę. Dla naszych redakcji to kontynuacja akcji, która przez lata pomagała licznym fundacjom w regionie. Dla Fundacji Tęcza Serc to szansa na terapię, sprzęt i realne wsparcie dzieci, które najbardziej potrzebują bezpiecznej relacji z dorosłym. A dla lokalnego biznesu - okazja, by wejść do tego pociągu nie jako pasażer, ale jako ktoś, kto naprawdę pomaga mu dojechać do celu.



19 500 zł przekazaliśmy na rzecz podopiecznych fundacji Zachodniopomorskiego Towarzystwa Przyjaciół Dzieci w Szczecinie.



Wakacyjne „Pociąg Marzeń” zabrał też w podróż podopiecznych Koszalińskiego Stowarzyszenia Pomocy Osobom Autystycznym

# POLSKA i ŚWIAT

## BEZPIECZEŃSTWO

Litewscy politycy są zgodni, że z konstytucji należy usunąć zapis zakazujący rozmieszczania na terytorium Litwy broni jądrowej. Prezydent Nausėda spotkał się z przewodniczącym parlamentu, premierem oraz liderami frakcji sejmowych. Po tej rozmowie ogłosił, że wszyscy jego rozmówcy zgodzili się, że art. 137 konstytucji, przewidujący taki zakaz, jest przestarzały i powinien zostać wykreślony.

„*Byłoby bardzo niefortunnie, gdybyśmy stali się słabym ogniwem lub szarą strefą w ramach NATO*

Gitanas Nausėda, prezydent Litwy

## Ważą się losy stałej bazy wojsk amerykańskich w Polsce

Dorota Kowalska  
Warszawa

**Politycy zapewniają, że „mamy zielone światło” od Amerykanów dla stałej obecności wojsk USA w Polsce. Starają się o nią i rząd, i Kancelaria Prezydenta. Ostateczne decyzje jednak nie zapadły. Być może po szczycie NATO w Ankarze usłyszymy o tej sprawie więcej.**

Wydaje się, że przynajmniej w tej sprawie rząd i prezydent mówią jednym głosem – chodzi o stałą bazę wojsk amerykańskich w Polsce.

– Wicepremier Władysław Kosiniak-Kamysz i prezydent Karol Nawrocki mają wspólne, spójne stanowisko, które zaprezentują na szczycie NATO w Ankarze – stwierdził wiceszef MON Paweł Zalewski

po spotkaniu Władysława Kosiniaka-Kamysza z Karolem Nawrockim.

Spotkanie odbyło się w środę, panowie rozmawiali o kwestii stosunków polsko-amerykańskich i innych sprawach związanych z obronnością. – Poinformowaliśmy prezydenta o stanie prac nad bazami – mówił Zalewski, podkreślając kluczowe znaczenie tego projektu. – One są ważne także dla Amerykanów, bo Amerykanie mają interes tu być, m.in. ze względu na swoje poważne interesy w naszym kraju. Dla nas jest to ważne, bo to inwestycja w nasze bezpieczeństwo i odstraszanie wobec Rosji; trudno o czytelniejszy sygnał dla Rosji – ocenił wiceszef MON.

Władysław Kosiniak-Kamysz w połowie czerwca informował, że uzyskał od szefa



FOT. PAP/MARCIN GADOMSKI

**Szef MON Władysław Kosiniak-Kamysz stara się o to, by wojska USA stacjonowały w Polsce na stałe**

Pentagonu Pete’a Hegsetha pozytywną odpowiedź na list z 29 maja zgłaszający gotowość Polski do utworzenia stałej bazy wojsk amerykańskich. „Po pozytywnej odpowiedzi sekretarza obrony USA na moją propozycję jesteśmy na kolejnym etapie rozmów. W Pentagonie trwa przegląd sił, który będzie podstawą dalszych decyzji. Departament Wojny jest otwarty na ofertę Polski w zakresie stałego stacjonowania sił amerykańskich na jej terytorium” – przekazał Władysław Kosiniak-Kamysz za pośrednictwem platformy X, dodając, że „blisko 60 proc. Polaków popiera utworzenie stałej bazy wojsk USA w Polsce”.

„Zwiększone zaangażowanie wojsk USA to silniejsze odstraszanie i bezpieczna Polska” – zakończył swój wpis wicepremier i szef MON.

16 czerwca rząd przyjął uchwałę, która zainicjowała działania w sprawie utworzenia w Polsce stałej bazy amerykańskich żołnierzy. Potrzebne są konsultacje z Amerykanami, przygotowanie propozycji lokalizacji potencjalnej bazy oraz zestawienie dotyczące niezbędnej infrastruktury, kosztów projektu oraz źródeł finansowania przedsięwzięcia. Wiadomo, że wybudowanie takiej bazy może kosztować nawet kilkanaście miliardów złotych.

Co do lokalizacji, wiceminister resortu obrony Stanisław Wziątek w rozmowie z Polskim Radiem 24 stwierdził, że takich miejsc jest kilka. – Na pewno możemy stwierdzić, że to będzie część zachodnia Polski – powiedział, dodając, że atrakcyjnym wyborem zdaje się być Szczecin. – Łatwość transportu ciężkiego sprzętu dodatkową

drogą komunikacyjną ma tutaj ogromne znaczenie – tłumaczył.

Prezydent Nawrocki poruszał tę kwestię w rozmowie z Donaldem Trumpem podczas swojej niedawnej wizyty w USA. Trump miał potwierdzić swoją wcześniejszą deklarację o wysłaniu do Polski dodatkowych 5 tys. żołnierzy amerykańskich.

W środę szef Biura Polityki Międzynarodowej Kancelarii Prezydenta RP Marcin Przydacz po rozmowie z sekretarzem stanu USA Marco Rubio, stwierdził, że mamy „zielone światło” dla stałej obecności wojsk USA w Polsce, a Rubio jest „absolutnie zwolennikiem” zmiany charakteru obecności amerykańskich sił zbrojnych na terytorium Polski z rotacyjnej na stałą. PAP

MATERIAŁ INFORMACYJNY WARTY

0211527068

## Ubezpieczeniowe gwarancje wspierają konkurencyjność firm

**Żeby się rozwijać, firma musi zdobywać zlecenia na swoje produkty i usługi. W takich branżach, jak budownictwo czy transport oznacza to przede wszystkim wygrywanie przetargów. To jednak wymaga mrożenia gotówki: najpierw na wadium, potem na różne formy zabezpieczenia kontraktu. Ogranicza to ekspansję wielu przedsiębiorstw. Rozwiązaniem jest propozycja Warty, która oferuje gwarancje ubezpieczeniowe bez konieczności wystawiania papierowego weksla.**

O tym, jak ważne jest to rozwiązanie, świadczy fakt, że utrzymanie płynności finansowej to obecnie główne wyzwanie dla polskich firm z sektora małych i średnich przedsiębiorstw, co potwierdziły badania Instytutu Keralla Research, przeprowadzone w kwietniu na zamówienie Warty. Jednocześnie w tym samym badaniu aż 46% firm przyznało, że zrezygnowało z kontraktu z powodu bariery finansowo-biurokratycznych. Biurokrację zaś, jako bezpośredni hamulec rozwoju, wskazał co piąty przedsiębiorca.



### Dobry czas dla ekspansji firm

Gospodarka każdego kraju naturalnie się zmienia – okresy szybkiego wzrostu regularnie przeplatają się ze spowolnieniem. Cała sztuka polega na tym, aby dobre czasy trwały jak najdłużej, a kryzysy były krótkie i łagodne.

Obecnie prognozy dla Polski wyglądają optymistycznie. Dzięki wsparciu z funduszy unijnych nasz kraj

wy produkt rośnie w tempie ponad 3% rocznie i podobne tempo prognozowane jest na lata kolejne. To oznacza stały popyt na oferowane przez polskich przedsiębiorców towary i usługi. Jednocześnie, w przywołanym już badaniu na zlecenie Warty, aż 68% przedsiębiorców deklaruje wprost: gdyby formalności było mniej, bralibyśmy udział w większej liczbie przetargów.

Kluczem do sukcesu w przetargach – obok prost-

szych procedur – jest uwolnienie firmowych pieniędzy na każdym etapie walki o kontrakt. Dzięki nowoczesnym rozwiązaniom finansowym, firmy nie muszą już zamrażać własnej gotówki na kontaktach inwestorów ani obciążać swojego limitu kredytowego w banku.

Finansową płynność można zachować od samego początku. Zamiast wpłacać gotówkowe wadium na start, firma może elastycznie przy-

stąpić do przetargu. Kolejny zysk pojawia się przy podpisaniu umowy: zanim wpłyną pierwsze płatności za realizację, firma chroni swój kapitał obrotowy, zabezpieczając kontrakt bez angażowania własnych środków. Chroni to biznes również przed ryzykiem opóźnień czy niesłusznych roszczeń.

Największą korzyść widzieć w sytuacjach spornych. Bezpieczne instrumenty finansowe gwarantują, że nawet podczas rozmów z inwestorem, firmowy kapitał pozostaje wolny i cały czas pracuje na kolejne sukcesy przedsiębiorstwa.

### Partner dający przewagę

Warta pomaga uczestnikom przetargów uwolnić zamrożony kapitał dzięki szerokiej ofercie gwarancji. Gwarancje przetargowe umożliwiają firmom udział w postępowaniach bez konieczności angażowania własnych środków finansowych. Z kolei gwarancje należytego wykonania kontraktu oraz usunięcia wad i usterek wzmacniają wiarygodność przedsiębiorstwa w oczach inwestorów, a jednocześnie zapewniają ochronę na wypadek prob-

lemów związanych z realizacją zamówienia. Dla firm, które po wygraniu przetargu mogą skorzystać z płatności zaliczkowej, czyli częściowej zapłaty za kontrakt przed rozpoczęciem realizacji prac, Warta oferuje zabezpieczenie wymagane od zamawiającego, aby wypłata środków pieniężnych na konto wykonawcy była możliwa. Są to tak zwane gwarancje zaliczkowe. Wachlarz propozycji zamykają zaś gwarancje specjalistyczne.

Największym atutem Warty jest pełna cyfryzacja – w przypadku gwarancji do 500 tysięcy złotych i maksymalnemu zaangażowaniu do wysokości 2 milionów złotych, nie ma wymogu złożenia papierowego weksla. Jako pierwszy ubezpieczyciel na rynku Warta na szeroką skalę eliminuje papierowy obieg dokumentów. Dzięki temu proces jest błyskawiczny i całkowicie cyfrowy od początku do końca.

Współpraca z Wartą to dla firm potrójny zysk: oszczędność czasu, bezpieczna płynność finansowa i wyższa wiarygodność na rynku. To trzy filary, które budują sukces w każdym biznesie.

## Kraje bałtyckie chcą więcej amerykańskich żołnierzy u siebie

Jan Żelaźniak  
Wilno

**Amerykanie zredukowali liczbę żołnierzy stacjonujących na terenie Litwy, Łotwy i Estonii. Teraz politycy tych krajów apelują do władz USA, aby jeszcze raz prześmyślały tę decyzję i zwiększyły swoją obecność.**

Liderzy litewskiej i estońskiej prawicy przedstawili władzom Partii Republikańskiej w USA 12-punktową inicjatywę „Bałtycka i Amerykańska Wiosna”, w której apelują m.in. o zapewnienie stałej obecności amerykańskich żołnierzy w państwach bałtyckich.

Litewski opozycyjny Związek Ojczyzny-Litewscy Chryścijańscy Demokraci (TS-LKD)

poinformował, że propozycja zakłada utrzymywanie w regionie sił do wielkości brygady, rotowanych między Litwą, Łotwą i Estonią.

„Państwa zobowiązują się do pełnego pokrycia wszystkich kosztów związanych z rozmieszczeniem wojsk USA na ich terytoriach, w tym utrzymania infrastruktury, paliwa, wyżywienia, opieki medycznej oraz wszystkich innych usług” – przekazał poseł Laurynas Kasciunas, przewodniczący TS-LKD i były minister obrony kraju.

Latem tego roku Litwę opuściło ponad 1 tys. amerykańskich żołnierzy, kończąc rotacyjną misję. Wycofanie nastąpiło w czasie prowadzonego przez Waszyngton przeglądu rozmieszczenia sił zbrojnych USA w Europie. PAP



Bałtycka Linia Obrony na granicy Estonii i Rosji. Na zdjęciu widać tzw. smocze zęby

## Brak odszkodowań Niemiec dla Polski to błąd

Adam Kiełar  
Berlin

**„Der Spiegel” pisze, że Niemcy mają finansowe zobowiązania wobec Polski za zbrodnie popełnione podczas II wojny. Brak decyzji o humanitarnym geście ze strony Berlina nazywa „moralnym błędem”.**

„Niemcy są Polsce coś winni za zbrodnie w II wojnie światowej. Fakt, że ciągle jeszcze nie popłynęły niemal żadne odszkodowania, jest wstydlivy dla kraju, który jest tak dumny z rozliczenia się z własną przeszłością” – stwierdza Jan Puhl w komentarzu opublikowanym w środę w portalu „Spiegla”.

Niemiecki tygodnik jest po „Sueddeutsche Zeitung” kolejną gazetą wzywającą rząd w Berlinie do szybkiego udzielenia finansowego wsparcia Pola-

kom poszkodowanym przez III Rzeszę. „10 000 złotych to po poniedziałkowym kursie równowartość 2332 euro. To śmieszna suma jako odszkodowanie za zbrodnie sprzed 80 lat” – ocenił komentator.

Autor wyznał, że polski rząd domaga się rocznie takiej kwoty dla Polaków, którzy podczas II wojny byli aresztowani, torturowani, zamykani w obozach koncentracyjnych i w inny sposób prześladowani.

„Niemiecki rząd odmawia wypłacenia reparacji. Równocześnie kanclerz Friedrich Merz, podobnie jak jego poprzednik Olaf Scholz, obiecał humanitarny gest wobec jeszcze żyjących ofiar niemieckiego terroru. Na ten gest Polacy czekają daremnie. Postępowanie niemieckiego rządu jest moralnie błędne, a w dodatku politycznie głupie” – ocenił Puhl. PAP

# Kilkanaście osób zginęło w potężnym ataku na Kijów

Kazimierz Sikorski  
Kijów

**Fale rosyjskich pocisków i dronów spadły na Kijów oraz inne ukraińskie miasta – kilka godzin po tym, jak prezydent Wołodymyr Zełenski ostrzegł, że Rosja szykuje kolejny potężny atak na Ukrainie.**

Według szefa Kijowskiej Miejskiej Administracji Wojskowej Tymura Tkaczewskiego i mera Witalija Kliczki zginęło dziesięć osób, 56 zostało rannych, w tym dwoje dzieci. Później jednak pojawiły się nowe informacje o tym, że liczba ofiar śmiertelnych wzrosła do 17. Liczba rannych to prawie 90 osób.

Podczas uderzenia, obejmującego ataki dronów w wielu regionach, Rosja wystrzeliła na Kijów dziesiątki pocisków manewrujących i balistycznych. Atak zniszczył budynki mieszkalne, uszkodził hotel w centrum miasta. Odnotowano zniszczenia w ponad 30 lokalizacjach we wszystkich dzielnicach Kijowa.

„Wróg ponownie atakuje dzielnice mieszkalne i zabija cywilów. Mamy do czynienia z bardzo poważnymi zniszczeniami i znaczną liczbą ofiar, w tym dzieci” – mówił Tkaczewski.

Ataki ze wszystkich kierunków, pojawiły się informacje o zwalczaniu dronów przez obronę powietrzną na obrzeżach miasta.



Przez całą noc trwały powietrzne ataki Rosji na Kijów. Rosjanie za pomocą dronów atakowali cele cywilne w stolicy Ukrainy. Mieszkańcy chronili się w metrze

„Ratownicy odgruzowują zawałone budynki, poszukują ludzi i udzielają pomocy poszkodowanym. W mieście uszkodzenia odnotowano w ponad 20 lokalizacjach, a w większości przypadków są to zwykłe budynki mieszkalne. Zniszczone zostały również stacja pogotowia ratunkowego, instytut naukowy, hotel oraz przedsiębiorstwa” – wyliczał Wołodymyr Zełenski, prezydent Ukrainy.

### Fale dronów, potem potężne pociski

Zełenski już wcześniej ostrzegał, że grupy dronów zbliżają się do Kijowa i innych miast, w tym Mikołajowa, Konotopu i Chersonia. Tkaczewski ostrzegł, że drony atakują Kijów.

W czasie ataku mieszkańcy szukali schronienia w stacjach metra; wielu pozostało pod ziemią, podczas gdy ataki trwały przez całą noc. Kolejne uderzenia rozpoczęły się rano 2 lipca, kiedy w stolicę uderzyły pociski balistyczne – w tym hipersoniczne pociski Cyrkon.

### Patrioty na ratunek?

Ukraiński prezydent oświadczył w czwartek po nocnych, zmasowanych atakach Rosji, że Kijów liczy na decyzję USA w sprawie licencji na produkcję pocisków do systemów Patriot.

„Bardzo liczymy na decyzję Stanów Zjednoczonych w sprawie udzielenia licencji na produkcję pocisków do systemów

Patriot oraz na dalszą współpracę. To właśnie może powstrzymać wojnę i podobne ataki. Dziękuję wszystkim, którzy stoją po stronie Ukrainy, naszego narodu i ochrony ludzkiego życia” – napisał w serwisach społecznościowych.

Szef państwa ukraińskiego zaznaczył, że dla jego kraju ważne jest uzyskanie środków do obrony przed pociskami balistycznymi.

Zełenski napisał także, że dla obrony Ukrainy ważne jest również finansowanie programu PURL – kluczowy mechanizm NATO służący szybkiemu finansowaniu i dostarczaniu Ukrainie pilnie potrzebnego uzbrojenia. Mechanizm ten utworzono w zeszłym roku. PAP

## Kochanka oligarchy ucierpiała w wybuchu bomby w apartamentowcu w Monako

Kazimierz Sikorski  
Monako

**Żona oligarchy, która miała ucierpieć w wybuchu bomby w Monako, oświadczyła, że nie jest ranna. To wywołało fałsz spekulacji, co do tożsamości poszkodowanej kobiety.**

Do wybuchu bomby doszło w holu apartamentowca przy Place des Moulins w Monako w poniedziałek wieczorem. Ranne zostały trzy osoby, w tym nastolatek. Początkowe informacje wskazywały, że jedną z trzech ofiar wybuchu była żona Wadima Jermolajewa. Według portalu Ukraińska Prawda żona Jermolajewa w wyniku wybuchu straciła obie nogi. Jednak Anna Jermolajewa zaprzecza, że brała udział w tym zdarzeniu.



Anna Nasobina ucierpiała w zamachu w Monako

Sprawca jest poszukiwany. Jak podały media, kamery monitoringu zarejestrowały mężczyznę, który pozostawił pakunek z ładunkiem wybuchowym w holu budynku przy Bulwarze Włoskim, a następnie szybkim krokiem oddalił się w kierunku sąsiedniej gminy Beausoleil. Tam śledczy stracili ślad.

Wiele zachodnich tytułów podaje, że to 46-letnia kochanka Jermolajewa oraz ich wspólny 13-letni syn, były dwiema pozostałymi osobami rannymi w wyniku eksplozji bomby wypełnionej gwoździakami.

Anna Nasobina, prawniczka mieszkająca w Wielkiej Brytanii, musiała poddać się amputacji obu stóp w wyniku obrażeń odniesionych eksplozji.

### Córka ukraińskiego prokuratora

Kobieta pochodzi z ukraińskiego Dniepru i jest córką byłego ukraińskiego prokuratora. Anna Nasobina poszła w ślady ojca, wybierając karierę prawniczą.

Po pracy na Ukrainie przeniosła się do Londynu, a od 2023 roku jest dyrektorem w firmie Wycombe Square Investments. Jest też współzałożycielką ekskluzywnego londyńskiego klubu – również rosyjskiej społeczności – Club Éclastique. Stan jej określono jako stabilny.

Ukraiński nadawca publiczny Suspilne przytoczył słowa żony Jermolajewa, która przekazała, że „znajduje się w stanie silnego stresu i współpracuje z organami ścigania prowadzącymi dochodzenie”.

Jermolajew był jednym z bohaterów śledztwa portalu Ukraińska Prawda. Dotyczyło ono ukraińskich biznesmenów, polityków i oligarchów, którzy po rozpoczęciu pełnoskalowej rosyjskiej inwazji zamieszkali na Łazurowym Wybrzeżu. PAP

# tygodnik Regionów

Piątek, 3.07.2026

**DROGI**

Oddano do użytku ostatni brakujący odcinek trasy ekspresowej z Gdańska do Szczecina. Chodzi o fragment między Lęborkiem, a Słupskiem **str. 12-13**

**LUDZIE**

Sąd w Szczecinie unieważnił komunistyczny wyrok wydany wobec Mariana Markiewicza. To dziadek znanego aktora, Macieja Musiała **str. 14**



FOT. DAWID JASKIEWICZ

## Starym polonezem wokół Bałtyku. Andrzej Liśniewski zaczyna nową przygodę

Andrzej Liśniewski, nauczyciel z koszalińskiej „samochodówki”, wyruszy dookoła Bałtyku polonezem należącym do szkoły. Już raz pokonał tę trasę... maluchem **str. 10-11**

Joanna Boroń  
Region

**Andrzej Liśniewski, nauczyciel koszalińskiej „samochodówki” jest pomysłodawcą, organizatorem i uczestnikiem wyprawy dookoła Bałtyku polonezem należącym do szkoły. Już raz pokonał tę trasę... maluchem. Tym razem jego przygoda ma dodatkowy wymiar: jedzie z misją dyplomatyczną do miast partnerskich Koszalina.**

Spotkaliśmy się już kilka lat temu, kiedy jeszcze jako uczeń koszalińskiej „samochodówki” wpadł Pan na szalony pomysł, by swoim maluchem objechać Morze Bałtyckie. Co więcej, zrobił Pan to w sposób ekstremalny, nie korzystając ani z hoteli, ani z pól namiotowych. W tym roku ponownie rusza Pan w trasę. Tym razem starym Polonezem.

Pomysł nie różni się tak naprawdę od tego sprzed lat. Ruszam dokładnie w tę samą trasę, z tą różnicą, że teraz pojadę przez Norwegię, a nie przez Szwecję. Cała reszta pozostaje bez zmian. Zmienił się za to samochód – jest większy, wygodniejszy i tym razem nie jest mój, tylko naszej Samochodówki.

**Gdy widzieliśmy się kilka lat temu, był Pan uczniem „samochodówki”. Dziś jest Pan tam nauczycielem.**

Tak, choć małe sprostowanie – wtedy byłem już po szkole. Dziś uczę w „samochodówce” przedmiotów zawodowych. To był mój pierwszy rok pracy i jak na razie współpraca ze wszystkimi układa się bardzo dobrze.

**Jaki dystans pokonał Pan maluchem?**

Ponad siedem tysięcy kilometrów. Tym razem dystans będzie podobny, ale zobaczymy, co przyniesie droga i co faktycznie będę zwiedzał. Ostateczny wynik sprawdzimy po powrocie na liczniku.

**W trasę ruszy Pan szkolnym polonezem. Proszę powiedzieć kilka słów o tym samochodzie. Młodzi czytelnicy zapewne nawet nie bardzo wiedzą, jak wygląda polonez.**

To polonez Truck z 1989 roku. Ma 37 lat i co ciekawe, od nowości służy w naszej Samochodówce. Od początku jest nasz i wciąż ma czarne tablice rejestracyjne. Jesteśmy jego pierwszym właścicielem. To taki pick-up – przód jest od zwykłego poloneza, a z tyłu znajduje się paka, jak w amerykańskich samochodach tego typu. Dziś służy głównie do wywozu wiórów na złom oraz przewożenia blach i gazów technicznych. Były jednak czasy, kiedy pracował codziennie. Obecnie ma

# Starym polonezem wokół Bałtyku. Andrzej Liśniewski zaczyna nową przygodę



FOT. DAWID JASKIEWICZ

na liczniku około 80 tysięcy kilometrów.

**Przyznam, że sądziłam, iż skoro to samochód „samochodówki”, uczniowie uczą się na nim mechaniki.**

I tak właśnie jest. Wszystkie przy tym aucie robimy u nas, oczywiście wspólnie z uczniami. Był nawet czas, wiele lat temu, kiedy uczniowie uczyli się na nim jeździć. Dziś również mają do niego dostęp. Jeśli jest coś do zrobienia, wykonujemy to razem podczas zajęć.

**Podczas wyprawy samochód ma być także Pana domem na kółkach. Jak Pan to zorganizował?**

Kupiłem dywan, materac i zamontowałem dachowe okno z przyczepy kempingowej.

I właściwie tyle mi wystarczy. Po ostatniej wyprawie, podczas której przez dwa tygodnie spałem w maluchu, teraz będę się czuł niemal jak w hotelu.

**Tamten maluch był Pana samochodem. Włożył Pan mnóstwo pracy, by go odrestaurować i przygotować do podróży. Tym razem miał Pan mniej obowiązków?**

Tak naprawdę wszystko zostało wykonane na szkolnych warsztatach. Zajmowali się tym nasi ludzie. Ja tylko dopracowałem kilka szczegółów. Samochód jest zadbane i stanowi bardzo dobrą bazę. Mam nadzieję, że nie skończy się jak trzy lata temu, kiedy podczas czternastodniowej wyprawy miałem siedem awarii. Wtedy przygotowałem się nieco go-

rzej. Teraz zdecydowanie bardziej ufam temu pojazdowi.

**Zakładam, że zabierze Pan ze sobą spory zapas części zamiennych.**

Tak, części i narzędzi będę miał pod narzadach.

**Jak wygląda dziś dostępność części do poloneza? Maluch stał się autem kultowym, ciągle widzimy go na drogach, a polonezy praktycznie zniknęły z dróg.**

Wiele części pasuje ze starych fiatów. Patrząc na poloneza, karoseria jest nasza, ale silnik, układ napędowy, hamulce i wiele innych elementów wywodzi się właśnie ze starych Fiatów.

**Tegoroczna wyprawa ma już bardziej oficjalny charakter.**

Tak. Oprócz odwiedzenia Nordkappu, czyli najbardziej na północ wysuniętego punktu naszego kontynentu, chcę odwiedzić miasta partnerskie Koszalina. Plan jest gotowy, a miasta zostały uprzedzone o mojej wizycie. Czuję się trochę jak posłaniec miasta, a może nawet taki nieformalny dyplomata (śmiech).

**Porozmawiajmy o szczegółach. Rusza Pan w sobotę. Ile czasu zajmie pokonanie trasy?**

Plan zakłada piętnaście dni. Poprzednio zajęło mi to czternaście dni, ale tym razem chciałbym przynajmniej jeden dzień spędzić w Nordkappie. Jak będzie w praktyce? Tego nie wiem. Najważniejsze,

żeby wrócić przed wrześniem, bo wtedy trzeba stawić się w pracy (śmiech).

**Jak wygląda życie w samochodzie?**

To przede wszystkim wolność. Szczególnie kiedy podróżuje się samemu. Jadę, gdzie chcę, kiedy chcę i nocuję tam, gdzie chcę.

**Podczas poprzedniej wyprawy nie miał Pan problemów?**

Zdarzało się, że późnym wieczorem dojeżdżałem do miejsca, które wcześniej wybrałem, a na miejscu okazywało się, że nie da się tam wjechać albo jest dostępne tylko dla pieszych. Wtedy trzeba było szybko szukać alternatywy. Ale śpiąc w samochodzie, jestem mobilny i mogę łatwo

zmienić lokalizację. Nigdy jednak nie zdarzyło się, żeby ktoś mnie przeganiał. Największym problemem były komary. Szwedzkie komary są naprawdę ogromne, niemal wielkości szczurów (śmiech). Dlatego w tym roku zabieram moskitierę.

**Przestrzeń życiowa będzie mocno ograniczona. Zabiera Pan części, narzędzia, prowiant. Jak się Pan zmieści?**  
- Skoro udało mi się zmieścić w maluchu, gdzie nocą za poduszkę służyła mi zapasowa skrzynia biegów, to teraz będzie wręcz luksusowo. Oczywiście przed snem trzeba będzie trochę poprzekładać rzeczy, poświęcić dziesięć czy piętnaście minut na przeniesienie skrzynek, ale później będę mógł wygodnie położyć się na materacu.

**Czyli wszystko jest już gotowe i odlicza Pan godziny do wyjazdu?**  
Jestem na etapie pakowania, ale wszystko mam już kupione i przygotowane. Najbardziej martwi mnie cena paliwa, bo polonez spala dwa razy więcej niż maluch. Ale dam radę.



FOT. DAWID JASKIEWICZ



FOT. GP24.PL



FOT. DAWID JASKIEWICZ

**AUDIORIVER**

10-12 LIPCA 2026ŁÓDŹ

*20let Audio*

10 LIPCA

*The* **PRODIGY**

11 LIPCA

**DISCLOSURE** DJ SET

11 LIPCA

**MARLON HOFFSTADT**

APASHE & THE BRASS ORCHESTRA • BOYS NOIZE • FUNK TRIBU  
I HATE MODELS • KLANGKUENSTLER • KREAM • MALL GRAB  
MIND AGAINST • NICO MORENO • NOVAH  
SHIMZA • WILKINSON • ZHU

I WIELU INNYCH

WSPÓŁORGANIZATOR



PARTNER GŁÓWNY

 Bank Polski

PARTNERZY

 **LECH**

 Srebra Jelenia

 Red Bull

 CINEMA CITY

 interia

 nasze miasto.pl

 TECHNO

 mno

 OPG

Wojciech Frelichowski  
Region

**W miniony piątek, 26 czerwca, oddano do użytku ostatni brakujący odcinek trasy ekspresowej z Gdańska do Szczecina. Chodzi o 40-kilometrowy fragment drogi między Leśnicami koło Lęborka a Słupskiem. Tym samym cała trasa licząca ponad 330 kilometrów jest spięta w całość. Koszt jej budowy wyniósł 15,5 mld zł.**

Budowa trasy ekspresowej S6 to ponad 16-letnia historia, a licząc przygotowanie do tej inwestycji to jeszcze dłużej. Projekt realizowano czasem w bólach, zaś sama droga powstawała etapami.

Koncepcja przebiegu trasy S6 na Pomorzu pojawiła się w połowie pierwszej dekady XXI wieku. Pierwszą inwestycją związaną z tym projektem była budowa obwodnicy Słupska. Została ona zrealizowana w latach 2008-2010 jako jednojezdniowa trasa o długości 16 kilometrów, z docelowym układem węzłów, w rejonie których droga był dwujezdniowa. W 2024 roku rozpoczęto prace przy modernizacji obwodnicy. Dobudowano wówczas drugą nitkę tej drogi. Otwarcie trasy nastąpiło na początku lipca 2025 r.

Kolejnym elementem S6 była obwodnica Nowogardu. Jej budowę rozpoczęto w kwietniu 2010 roku, a oddano do użytku na początku 2012 r. Trasa o długości ponad 9 km od początku była budowana jako droga dwujezdniowa.

Prace przy właściwej trasie S6 zainaugurowano w 2017 roku w województwie zachodniopomorskim od budowy odcinka Goleniów-Nowogard (19,2 km), który otwarto 8 maja 2019 r.

Następnym krokiem była budowa odcinka z Nowogardu do Płotów (20 km). Ten etap ukończono 30 października 2019 r.

Wraz z budową odcinka z Nowogardu do Płotów trwała już budowa drogi w kierunku wschodnim do węzła Kiełpino i do Kołobrzegu (razem 38 km). Realizację zakończono 30 września 2019 r.

W tym czasie prowadzono już roboty budowlane na odcinkach od Kołobrzegu do Ustronia Morskiego i dalej do Koszalina (39 km). Budowa drogi miała zakończyć się w kwietniu 2019 r., jednak ostatecznie odcinek oddano do ruchu 10 października 2019. Miesiąc później otwarto odcinek od węzła Koszalin Północ do węzła Koszalin Wschód (5,7 km).

W 2023 roku kierowcy pojechali całością obwodnicy Koszalina.

Gorzej było w województwie pomorskim. W 2015 roku po wyborach parlamentar-

# Droga ekspresowa S6 łączy już całe Pomorze. W sumie jej budowa trwała 16 lat



Zwieńczeniem prac było oddanie do użytku 40-kilometrowego, ostatniego brakującego fragmentu S6 z Leśnic do Słupska

nych władzę przejął rząd PiS pod przywództwem Beaty Szydło. Iszybko zdecydował o wstrzymaniu S6 w województwie pomorskim. Powód? Rzekomo był nim brak finansowania. Politycy Platformy Obywatelskiej, którzy do niedawna tworzyli rząd, zaprzeczali i dowodzili, że środki są zabezpieczone. Tym niemniej prace przygotowawcze przy S6 w województwie pomorskim utknęły. W województwie zachodniopomorskim trwały nadal, ale tam sytuacja była o tyle lepsza, bo droga była już budowana. Decyzja o wstrzymaniu przygotowań do S6 na Pomorzu kosztowała ze dwa-trzy lata opóźnienia.

Sytuacja zmieniła się w 2020 r. Rząd Mateusza Mo-

rawieckiego i znalezienie się blisko niego posła Piotra Mullera ze Słupska pomogło w tym, że sprawy dokończenia S6 w województwie pomorskim w końcu ruszyły.

Pierwszym odcinkiem właściwej S6 w województwie pomorskim było oddanie do użytku fragmentu tej trasy między Gdynią a Bożympołem Wielkim o długości 42 kilometrów. Nastąpiło to pod koniec 2022 r.

Na początku lipca 2025 r. oddano do ruchu drugą jezdnię obwodnicy Słupska w ciągu S6 o długości 9,5 km, a przed końcem roku 46 km trasy od Sianowa do Słupska. Z kolei jeszcze przed tegoroczną majówką kierowcy mieli do dyspozycji blisko 22 km nowej ekspresówki od wę-

zła Leśnice do Bożegopola Wielkiego, w tym obwodnicę Lęborka.

Zwieńczeniem prac było oddanie do użytku 40-kilometrowego, ostatniego brakującego fragmentu S6 z Leśnic do Słupska, co nastąpiło 26 czerwca.

Obecnie kierowcy mają do dyspozycji 330 km drogi ekspresowej S6 od węzła Goleniów Północ do węzła Gdańsk Południe. Stolicę województwa zachodniopomorskiego i pomorskiego zostały połączone drogą szybkiego ruchu. Czas przejazdu z Gdańska do Szczecina uległ skróceniu z ponad 5 godzin do ok. 3,5 godziny. Do tego liczy się również komfort i bezpieczeństwo jazdy trasą o dwóch kierunkach ruchu.

Oficjalnie droga nosi nazwę Trasa Kaszubska. Nadania na-

zwy dokonał minister infrastruktury 19 marca 2025 roku w Dzień Jedności Kaszubów. Uroczyste odsłonięcie pierwszych tablic z nazwą drogi łączącej dwa województwa odbyło się w lipcu 2025 r. przy okazji Światowego Zjazdu Kaszubów w Szemudzie.

## Budowa trasy S6. „Głos” zbierał podpisy za powstaniem tej drogi

Historia budowy trasy ekspresowej S6 z Gdańska do Szczecina to fakty nie tylko osadzone w decyzjach, przepisach i przetargach. Wkład w realizację tej inwestycji mają także tysiące mieszkańców naszego regionu, który podpisali się pod petycją dotyczącą budowy trasy. Inicjatywa zbiórki podpi-

sów wyszła z „Głosu Pomorza”, a konkretnie od ówczesnego redaktora naczelnego gazety Krzysztofa Nałęcz.

Wszystko zaczęło się od tego, że wiosną 2013 roku rząd przyjął Program Budowy Dróg Krajowych do 2015 roku. Nie było w nim słowa o trasie S6. Nie oznaczało to, że nową drogę S6 odłożono na półkę. Proponowane w przyjętym przez rząd dokumentie inwestycje stanowiły jedynie wycinek tych planowanych do realizacji na lata 2014-2020, a w tej perspektywie nowa droga przecinająca Pomorze miała zostać wybudowana.

Wtedy redaktor Krzysztof Nałęcz zareagował: - Musimy coś zrobić, bo nas wykołęgają z budowy tej drogi. Zróbmy coś - stwierdził na kolegium redak-

cyjnym i rzucił pomysł. - Będziemy zbierać podpisy popierające jej budowę. Musimy pokazać decydentom, że nowa droga musi znaleźć się na liście projektów tras przeznaczonych do budowy w kolejnych latach.

Jako „Głos” rozpoczęliśmy wówczas w Słupsku, Koszalinie i regionie kampanię społeczną na rzecz budowy trasy S6. Jak to przebiegało właśnie opisał nasz były redakcyjny kolega Grzegorz Hilarecki, który wówczas wziął na siebie ciężar pracy nad tym projektem.

„Przez kilka miesięcy na mnie spadła cała praca: podpisy, rozmowy z politykami, samorządowcami, przedsiębiorcami z regionu i pisanie. Umówmy się, koledzy z lokalnych słupskich, szczecińskich czy koszalińskich mediów na początku nie pomagali. Ale to media rządowe i zawsze wiedzą, skąd aktualnie wieje wiatr, trzymali „odpowiednią” linię („Głos” był wtedy w rękach zachodnich właścicieli). Sceptycy byli też politycy Platformy Obywatelskiej, a o tych z Trójmiasta można powiedzieć, że byli za, a nawet przeciwi, jakby powiedział dawny prezydent. Wszystko zmieniły podpisy ludzi, które zaczęły spływać do redakcji. Najpierw pojedyncze, potem setki, a na końcu tysiące, w tym z największych firm z Pomorza, ze Słupska, Koszalina, Szczecina

i mniejszych miast. Do tego wypowiedzi w „Głosie” największych biznesmenów z regionu spowodowały, że politycy zaczęli z czasem akcję popierać. Wtedy już za byli wszyscy. W Sejmie powstał Parlamentarny Zespół do sprawy S6.

Najeździłem się trochę po Polsce, a to by być w Sejmie na Zespole, a to na Konwencie Morskim w Gdyni. Wszędzie rozmawiając z politykami w zasadzie wszystkich opcji o konieczności budowy S6. Rządziła PO, najważniejsze było zaangażowanie posła Zbigniewa Konwińskiego. Pomógł bardzo, doprowadzając do spotkania z odpowiedzialnym ministrem. W 2014 roku z Krzysztofem Nałęczem zawieźliśmy podpisy do Warszawy do Zbigniewa Rynasiewicza, sekretarza stanu odpowiadającego za budowę dróg krajowych. Tam zapewniono nas, że rządowy plan zostanie zmieniony, S6 wróci na listę i będzie budowana od 2015 roku. I faktycznie się tak stało.

I tu powinniście sobie zadać pytanie: dlaczego na Pomorzu Zachodnim drogę zbudowano szybko, a u nas po latach? Odpowiedź jest prosta: tam lokalni urzędnicy Generalnej Dyrekcji Dróg i Autostrad ze Szczecina mogli wszystko przygotować, jak chcieli, a u nas... właśnie w naszym regionie, nie. Opóź-



**Wkład w realizację tej inwestycji mają także tysiące mieszkańców naszego regionu, który podpisali się pod petycją dotyczącą budowy trasy. Inicjatywa zbiórki podpisów wyszła z „Głosu Pomorza”, a konkretnie od ówczesnego redaktora naczelnego gazety Krzysztofa Nałęcza (pierwszy z prawej).**

nienie spowodowały naciski na szefa GDDKiA w Gdańsku. Były tak silne, że „Gazeta Wyborcza” opublikowała tekst, iż dyrektor z Gdańska poprosił o tarczę antykorupcyjną (mechanizm, w którym urzędnik żąda sprawdzenia, czy wszystko robi zgodnie z prawem). Po tym tekście to urzędnicy mogli zdecydować o przebiegu obwodnicy Lęborka, a politycy musieli uznać, że lepiej wybudować ją tak, jak jest teraz wybudowana.

To jednak nie koniec politycznych zawirowań. W 2015 roku zmieniła się opcja rządząca w Polsce i rząd PiS Beaty Szydło zdecydował o wstrzymaniu S6 w województwie pomorskim. W województwie zachodniopomorskim nie dało się, bo droga była już budowana. Decyzja kosztowała ze dwa-trzy lata opóźnienia. Zmiana szefa rządu - chodzi o Mateusza Morawieckiego i znalezienie się blisko niego posła Piotra Mullera ze

Słupska pomogło w tym, że sprawy dokończenia S6 w naszym regionie w końcu ruszyły, tak jak powinny.

Dzisiaj, gdy mamy drogę, warto by pamiętać, kto tak naprawdę pomógł. Sukces ma wielu ojców. Dla mnie zawsze to będzie jeden z sukcesów mojego byłego szefa. Bo tylko on mógł uznać, że akcja społeczna coś w tym kraju da. Może ktoś doczytał do końca, to prosba o zapalenie świeczki za duszę

Krzysztofa Nałęcza lub się pomodlić. (xxxxxxxxxto słabo brzmi xxxxxxxxxxxxxxxx) Bo szefem był, jakim był, ale człowiekiem był wyjątkowym i fajnie pomyśleć, że jedziemy nową drogą, którą mamy dzięki jego wierze w ludzi”.

To wspomnienia Grzegorza Hilareckiego. Dodajmy jeszcze, że w organizację zbierania podpisów zaangażowany był także dział promocji „Głosu”. Podpisy zbieraliśmy na specjalnie opracowanych i wydrukowanych formularzach. Wyprodukowaliśmy szereg materiałów promocyjnych - banerów, nalepek, ulotek, chorągiewek. Rozdawaliśmy je gdzie tylko można - w urzędach, instytucjach, na festynach. Po listy, na których można było podpisać się za budowę trasy S6, zgłaszali się do nas przedstawiciele różnych środowisk - przedsiębiorcy, policjanci, sportowcy, samorządowcy, a nawet politycy (niektórzy). Tych osób, przyjaciół, była cała rzesza. Podziękowaliśmy im wtedy i dziękujemy jeszcze raz. Bez Was, bez mieszkańców Pomorza, być może tej drogi nie byłoby do tej pory.

Niestety. Zakończenia budowy trasy ekspresowej S6 nie doczekał red. Krzysztof Nałęcza. Zmarł w styczniu 2023 roku po ciężkiej chorobie. Jeszcze kiedy chorował, mówił do mnie: - Pamiętajcie o S6.

©©

AUTOPROMOCJA

0011547254

**znam.**

poznaj nowy kanał dla tych, którzy chcą zrozumieć świat

**znam. TO UCZUCIE**

rozmowy o emocjach, kondycji psychicznej i wyzwaniach

**EICHELBERGER**

ekspert psychologii

**znam. tenBiznes**

rozmowy o tym, jak decyzje liderów i przedsiębiorców wpływają na otaczającą nas rzeczywistość

**ZIELEWSKI X PIĘKOŚ**

dziennikarze Strefy Biznesu

ZESKANUJ KOD

**WEJDŹ NA [www.youtube.com/@ZNAM-PPG](https://www.youtube.com/@ZNAM-PPG)**

# Dziadek znanego aktora po latach doczekał się sprawiedliwości. Sąd unieważnił komunistyczny wyrok

Mariusz Parkitny

**Sąd Apelacyjny w Szczecinie unieważnił komunistyczny wyrok wydany wobec Mariana Markiewicza. To dziadek znanego aktora młodego pokolenia, Macieja Musiała.**

Postępowanie trwało kilka lat. Dotyczyło unieważnienia dwóch wyroków z lat 40. i 50. XX wieku: wyroku Wojskowego Sądu Rejonowego w Szczecinie z 5 stycznia 1948 r. oraz postanowienia Najwyższego Sądu Wojskowego w Warszawie z 18 listopada 1954 r.

W pierwszym z nich Marian Markiewicz został skazany na 15 lat pozbawienia wolności, utratę praw publicznych i obywatelskich praw honorowych na okres pięciu lat oraz przepadek całego mienia. Z kolei na mocy postanowienia Najwyższego Sądu Wojskowego z 1954 r. kara pozbawienia wolności została zmniejszona z 15 do 8 lat.

## Historia żołnierza Armii Krajowej

Jak informują prawnicy reprezentujący Mariana Markiewicza, Sąd Apelacyjny w ustnym uzasadnieniu wyroku przede wszystkim podkreślił linię życiową Mariana Markiewicza. W 1943 r. Marian Markiewicz został zaprzysiężony w Armii Krajowej w Okręgu Nowogrodzkim, przyjmując pseudonim „Maryl”. Służył w Oddziale II (wywiadowczym) pod dowództwem kpt. Bolesława Wasilewskiego „Bustromiaka”. W ramach działalności niepodległościowej wraz ze swoim oddziałem uczestniczył w wyzwaniu Wilna podczas akcji „Burza”, w ramach Operacji „Ostra Brama”.

Ponadto 21 sierpnia 1944 r. uczestniczył w bitwie pod Surkontami - starciu pomiędzy oddziałami Armii Krajowej a NKWD. Po zakończeniu działań bojowych pozostał w strukturach konspiracyjnych. Wiosną 1946 r. próbował pociągami dostać się do Polski, za co został aresztowany przez NKWD i przez kilka miesięcy był osadzony w więzieniu na Łukiszkach w Wilnie. Po odzyskaniu wol-



Marian Markiewicz to dziadek znanego aktora młodego pokolenia, Macieja Musiała

ności zamieszkał wraz z rodzicami w Gdańsku, nadal uczestnicząc w wielu akcjach przeciwko sowieckiemu przeciwnikowi. Wraz z innymi żołnierzami Armii Krajowej wstąpił do organizacji zbierającej fundusze na pomoc w przedostaniu się na Zachód żołnierzom podziemia. Akcja zbierania funduszy na pomoc w przedostaniu się na Zachód żołnierzom podziemia nosiła nazwę „Operacja Zachód”.

## Brutalne śledztwo i wyrok śmierci

Z uwagi na swoje zaangażowanie w strukturę Polskiego Państwa Podziemnego Marian

Markiewicz 1 września 1947 r. został osadzony w Wojewódzkim Urzędzie Bezpieczeństwa Publicznego (WUBP) w Szczecinie, gdzie poddano go intensywnemu i brutalnemu śledztwu. Wówczas przedstawiono mu zarzuty popełnienia przestępstwa zamachu na organy państwowe oraz nielegalnego posiadania broni. Prokurator wnosił o zasądzenie kary

**Przedstawiono mu zarzuty popełnienia przestępstwa zamachu na organy państwowe oraz nielegalnego posiadania broni.**

śmierci względem Mariana Markiewicza.

## Sąd uznał działalność niepodległościową

Sąd podzielił argumentację Kancelarii Radcy Prawnego Anny Bufnał dotyczącą działalności niepodległościowej Mariana Markiewicza. Kancelaria przedstawiła dowody bezpośrednio wskazujące na jego działalność niepodległościową, które potwierdzają relację rodziny Mariana Markiewicza, zgodnie z którą był on aktywnym członkiem sieci konspiracyjnej Okręgu Nowogrodzkiego i uczestniczył w opisywanych działaniach. Za okres jego służby uznano czas od co naj-

mniej połowy listopada 1943 r. do końca sierpnia 1947 r.

Marian Markiewicz, wielokrotnie udając się do Wilna jako członek sieci konspiracyjnej, wykonywał również zadania kurierskie na rzecz siatki konspiracyjnej Okręgu Wileńskiego Nowogrodzkiego oraz służył jako przewodnik dla mniejszych grup konspiratorów. Akcja ekspropriacyjna przeprowa-

**W 1943 r. Marian Markiewicz został zaprzysiężony w Armii Krajowej w Okręgu Nowogrodzkim, przyjmując pseudonim „Maryl”**

dzona 1 września 1947 r. w Stargardzie, w której brał udział Marian Markiewicz, została uznana za działanie na rzecz niepodległego bytu Państwa Polskiego.

Na podstawie przeprowadzonego postępowania sąd uznał, że Marian Markiewicz działał w strukturach eksterytorialnego Okręgu Wileńskiego Armii Krajowej „Gdańsk”.

- W sprawie wyznaczonych było kilka terminów rozpraw. Jesteśmy niezwykle dumni z rozstrzygnięcia zapadłego w sprawie. Cieszymy się, iż mogliśmy pomóc rodzinie represjonowanego Mariana Markiewicza w tak ważnej sprawie - mówi radca prawny Anna Bufnał. ©©

# „Masz godzinę, idź się spakuj”. A za kratami rzeczywistość nie do ogarnięcia

Andrzej Płes

**Przez 22 lata kawałek świata widział tylko przez więzienne kraty. A kiedy - ku własnemu zaskoczeniu - opuścił zakład karny, rzeczywistość runęła na niego z całą swoją siłą**

Sąd skazuje oskarżonego na dożywotnie pozbawienia wolności - usłyszał Piotr Pytel w 2006 roku z ust sędziego Sądu Krajowego w Monachium, spędziwszy wcześniej dwa lata w niemieckim areszcie tymczasowym. Dwie dekady potem przyznawał, że nie wierzył w to, co usłyszał, że nogi się pod nim ugęły, bo przecież nie zabił Ecateriny I., nigdy nie był w jej mieszkaniu, nigdy jej nie widział, więc nie wierzył, że można zostać skazanym za zbrodnię, której się nie popełniło. - Przyszła decyzja, wychodzisz - usłyszał 22 lata później z ust wychowawczyń w Zakładzie Karnym w Rzeszowie. I tym razem nie uwierzył w to, co usłyszał, zachwiał się na nogach. Wychowawczyń podsunęła mu krzesło, by nie runął na więzienną posadzkę. Identyczna reakcja, jak dwie dekady wcześniej, choć wtedy na wieść koszmarną, a tym razem na radosną wiadomość, o którą zabiegał przez lata. Dzień po opuszczeniu ZK przyznawał, że wciąż nie bardzo wierzy, że jest po drugiej, jasnej stronie rzeczywistości.

## Prapoczątki gehenny

Pracował w Niemczech, gdy w wynajmowanym przez niego mieszkaniu w Monachium pojawił się młody człowiek. Powołał się na wspólnych znajomych. Piotr wziął go pod opiekę, nieświadom, że gości żołnierza zorganizowanej grupy przestępczej przysłanego do bawarskiej stolicy, by ukraść obraz z galerii sztuki. Młody człowiek (17 lat) w oczekiwaniu na taką okazję postanowił zabić czas kradzieżami i rabunkami. Upatrzył sobie Ecaterinę I., luksusową prostytutkę, którą zamierzał obrabować ze wszystkiego, co w jej mieszkaniu znajduje cennego. Nie miał pojęcia

o topografii miasta, więc Piotr zapakował jego i siebie do tramwaju, dowiózł do miejsca zamieszkania kobiety i został na przystanku. Wiedział, w jakim celu Tomasz Lis, bo tak się przedstawiał, chce odwiedzić Ecaterinę, ale nie było mowy o zabójstwie.

O tym, że Ecaterina została brutalnie zamordowana, dowiedział się następnego dnia z radia. Tomasz zniknął, a po niego przyszła niemiecka policja. Potem oskarżenie i wyrok o zabójstwo, do którego konsekwentnie się nie przyznawał. Lisa niemieccy śledczy nigdy nie odnaleźli; odnalazła go polska policja, w rzeczywistości nazywał się Tomasz W. Przed prokuraturą w Polsce przyznał się do zabójstwa w Monachium, przyznał polskiemu sądowi, będąc oskarżonym i skazanym w innej sprawie, przyznał niemieckim organom ścigania i tamtejszemu sądowi. I za każdym razem stanowczo twierdził, że Piotra na miejscu zbrodni nigdy nie było, że to on sam zabił. Nie miał żadnego interesu, by kłamać. Odsiedział tylko 9 lat z woli bawarskiego sądu za to morderstwo, bo popełnił je jako nieletni.

Piotr spędził za kratami 22 lata z dożywocia. Pierwsze pięć w Niemczech, następne w polskim więzieniu. Jeszcze w 2010 roku prokuratorzy z tarnobrzelskiej okręgówki zwracali uwagę niemieckim kolegom, że wobec nowych dowodów wypadałoby wznowić proces Piotra. Niemiecki wymiar sprawiedliwości nie chciał o tym słyszeć. Pisemne wnioski w tej sprawie Piotra w ogóle ignorował. Piotr trzykrotnie prosił prezydenta Andrzeja Dudę o ułaskawienie. Wnioski popierały sądy okręgowe i apelacyjny w Rzeszowie, dyrekcja zakładu karnego wspierała te inicjatywy pozytywnymi opiniami o osadzonym. Ze strony Kancelarii Prezydenta RP nie było żadnej reakcji. Czwartym wnioskiem Piotra trafił na biurko prezydenta Karola Nawrockiego. Piotr ma nadzieję, że tym razem stanie się cud. Bo przecież już jeden się zdarzył: „Prokurator Generalny Waldemar Żurek zarządził wobec skazanego P. P. przerwę



**Piotr Pytel z Rzeszowa ocenia, że pewnie miną tygodnie, a raczej miesiące, nim zaadaptuje się w nowym dla siebie świecie**

w wykonywaniu kary dożywotniego pozbawienia wolności. Zarządzenie przerwy w wykonywaniu kary P. P. ma charakter tymczasowy i pozostaje w bezpośrednim związku z toczącym się postępowaniem ułaskawieniowym” - oficjalnie zakomunikowała Prokuratura Krajowa wkrótce po tym, jak za Piotrem zatrzasnęły się bramy ZK w Rzeszowie. On sam wierzy, że już tam nie wróci, nawet sobie nie wyobraża, że wrócić musiałby. - Jeśli ten człowiek został faktycznie niesłusznie skazany, to należy się tą sprawą po prostu zająć - stwierdził w wywiadzie telewizyjnym Rafał Leśkiewicz, rzecznik prezydenta RP. - To pierwsza decyzja ministra sprawiedliwości, którą należy pochwalić - ocenił decyzyj Waldemara Żurka o przerwę w wykonaniu kary przez Piotra. Co nadzieję na decyzję ułaskawiającą czyni bardziej uzasadnioną.

## Wolny, oszołomiony

Nie miał czasu, by oswoić się z myślą, że będzie wolny, na co czekał ponad dwie dekady. Miał godzinę na spakowanie się i bramy ZK na Załężu załomotały już za jego plecami. O tym, że „wychodzi”, nie wiedzieli nawet jego bliscy. Wsiadł w taksówkę za złotówki zaoszczędzone „pod celą”, stanął na progu rodzinnego domu.

Matka nie wierzyła, że go widzi.

- Mama zobaczyła mnie w drzwiach, nie wierzyła, że przed nią stoję - opowiadał dzień później podczas wywiadu dla „Nowin”. - Potem był już tylko płacz, bo długo nie mogła uwierzyć. Ja też nie.

Ale dzień wcześniej, dwie godziny po uwolnieniu, matka, która przez lata wspierała syna w staraniach o wolność, była w euforii radości, by chwilę potem uderzyć w płacz ze wzruszenia, po czym znów nieopisana radość i uśmiech na twarzy. Z Piotrem w koszulce z wizerunkiem Matki Bożej na piersi pogadać się nie dało - strzępy zdań, urywane nagle wątki, zachowanie, jakby nie do końca istniał w tej rzeczywistości. Pewnie trochę za dużo wrażeń naraz, żeby zapanować nad emocjami i umysłem. Rankiem dzień później w redakcyjnym studiu „Nowin” już mocniej stąpał umysłem po ziemi. Przyznał, że ta pierwsza noc na wolności była bezsenna, a w głowie kłębiły się tysiące myśli. Pierwsze chwile,

pierwszy kontakt z poza więziennym realmem? Świat przez szybę taksówki, którą zmierzał do domu w godzinach rzeszowskiego ulicznego korka. Jego obraz rodzinnego miasta miał ponad 20 lat.

- Tamten Rzeszów z niemal pustymi ulicami, a my przeciskaliśmy się w korku samochodów. A ilość zabudowy w Rzeszowie... Pamiętam telefony Nokii z klawiszami. Teraz dostałem smartfona, do którego mówiłem, a on odpowiadał. Poszedłem do sklepu samoobsługowego po warzywa, śmieszna scena, tego będę się musiał nauczyć, ale obłędna ilość towaru, wszystkiego można dotknąć, każdy sprawdzić... Wciąż jestem i pewnie długo będę przytłoczony natłokiem nowej rzeczywistości. Najbardziej ciekaw jestem nowinek technicznych, jak bardzo to wszystko się zmieniło i jak bardzo człowiek jest mały wobec tych zmian. Dziś zapytałem mamy, czy poczta jeszcze po tej stronie istnieje, bo w więzieniu jeszcze tak. Poza tym mnogość i jakość aut, jakie dotychczas widział tylko w telewizji.

Przyznaje, że wciąż oszołomiony jest tą nową rzeczywistością, gwarną, barwną, szybką, dynamiczną, ale - mówi - „człowiek potrafi się wyciszyć, okazać w sobie pokorę”. Szacuje, że pewnie miną tygo-

dnie, a raczej miesiące, nim zaadaptuje się w tym nowym dla siebie świecie.

Przyszłość? Obaw przez zaadoptowaniem się do nowej rzeczywistości nie ma, no może zdrowotne, bo zła przeszłość za kratami hojnie obdarzyła go poważnymi dolegliwościami. Plany? Najpierw kurs na Jasną Górę, żeby podziękować Najświętszej Panience za ocalenia życia. - Wyszedłem w dzień świętej Rity, patronki spraw beznadziejnych - podkreśla swoje przywiązanie do religii. - Dla Boga nie ma przypadków.

Potem trzeba wyrobić dowód osobisty, bo stary dawno stracił ważność, a i w ewidencji PESEL chyba nie występuje. Skutkiem czego dla administracji publicznej nie istnieje, więc jak np. zapisać się do lekarza, w ogóle jak żyć bez papierów? Jego prawu jazdy też już dawno minął termin przydatności. - Jestem trochę jak człowiek widmo - pokazuje, że stać go na autoironię.

Przyszłości się nie obawia, do przeszłości wracać nie chce, choć - spodziewa się - że takie myśli „będą do niego powracać jak złe rzucony bumerang”.

## Marzenia o wolności się spełniły?

- Nie do końca - uprzedza. - Spełnią się, jeśli pan prezydent w swojej łaskawości przychyli się do wniosku o akt łaski dla mnie. Wtedy będę wolnym człowiekiem, będę mógł walczyć w Niemczech o odwrócenie tego wszystkiego.

Bo przyzwyrodnienie ułaskawienie dla mu wolności, ale wciąż pozostanie prawomocnie skazany na dożywotnie pozbawienie wolności za zabójstwo, co orzekł przed laty monachijski sąd. - Nie ustane, by mój krzyk rozpaczy został wysłuchany do końca - zapowiada. - Ale teraz chciałbym bardzo, ale to bardzo podziękować panu ministrowi Waldemarowi Żurkowi za okazane wsparcie i pochylenie się na moją sprawę, pani wiceminister Marii Ejchart i pani Ewie Wrzosek.

A co dziś, jutro, pojutrze? - Powolutku będę się uczył żyć - mówi Piotr Pytel. - Trochę jak nowo narodzony. ©©

# Od niewinnego zdjęcia po dożywotnie więzienie

Norbert Ziętał

**Akcja ABW „Cichy Front” pokazuje mechanizmy działań hybrydowych**

Zaczyna się niepozornie. Czyjaś prośba o zdjęcie wiaduktu albo ogłoszenie o poszukiwaniu osoby do prostego zlecenia. Kilka zdjęć, dobre zarobki. Nieświadomie już w tym momencie możemy się wpakować we współpracę z obcym wywiadem, a w finale „zarobić” od 10 lat więzienia do dożywocia.

Ogłoszenie w internecie, np. na Telegramie, jest dobre dla obu stron. Cóż szkodzi zrobić zdjęcie i na próbę go wysłać? Niczym (pozornie) nie ryzykujemy. Wkład pracy niewielki, a perspektywa zarobku kusząca. W takich sytuacjach umówione pieniądze przychodzą szybko, co zachęca do współpracy.

Potem kolejne zadanie. Trzeba sfotografować tory kolejowe. Następnie most. Później przejeżdżający pociąg. Za każde zlecenie kilkaset złotych. Kolejne zadania to coraz wyższe pieniądze. Bez umów, bez spotkań, bez pytań. Kiedy człowiek orientuje się, że bierze udział w operacji wywiadowczej obcego państwa, często jest już za późno. Odmowa dalszej współpracy najczęściej kończy się szantażem ujawnienia dotychczasowych jej owoców.

**Pierwszym narzędziem obcego wywiadu jest smartfon**

Tak właśnie zaczyna się współczesny werbunek. Nie w zadymionych pokojach, nie podczas tajnych spotkań w hotelach i nie z udziałem mężczyzn w prochowcach znanych z filmów szpiegowskich. Dziś pierwszym narzędziem obcego wywiadu jest smartfon.

Kampania społeczna „Cichy Front”, uruchomiona przez Agencję Bezpieczeństwa Wewnętrznego, pokazuje mechanizm takich działań krok po kroku. Najpierw następuje wyszukiwanie osób podatnych na wpływ. Potem nawiązanie kontaktu przez media społecznościowe lub komunikatory. Następnie pojawia się niewinne zadanie, zwykle związane z fotografowaniem lub obserwacją określonych miejsc. Kolejnym etapem jest budowanie zależności finansowej

i stopniowe zwiększanie skali poleceń. Wreszcie przychodzi moment, gdy wykonawca staje się częścią siatki rozpoznawczej lub dywersyjnej.

**Metoda małych kroków**

Twórcy kampanii podkreślają, że większość ludzi nie została zwerbowana do szpiegostwa od razu. Dlatego cały proces przypomina raczej metodę małych kroków. Najpierw fotografia. Potem obserwacja. Później montaż kamery. Następnie przewóz sprzętu lub wykonanie prowokacji. Każde kolejne zadanie wydaje się niewiele różnić od poprzedniego. Dopiero z perspektywy widać pełny obraz.

– Wojna nie zawsze zaczyna się od wystrzałów. Czasem od niewinnego ogłoszenia o łatwym zarobku, anonimowego zlecenia w komunikatorze, wpisu w mediach społecznościowych albo prośby o sfotografowanie pociągu – przypominają funkcjonariusze Agencji Bezpieczeństwa Wewnętrznego.

**Rosyjskie grupy już działają w Polsce**

W ramach akcji „Cichy Front” na YouTube publikowane będą filmy opowiadające o konkretnych akcjach obcego wywiadu. W pierwszym odcinku o grupie dywersyjnej działającej w 2024 roku, która za pomocą paczek kurierskich spowodowała serie pożarów w centrach logistycznych w kilku miejscach Europy.

Chociaż po stronie wykonawców takich zleceń są zazwyczaj amatorzy, studenci lub inni młodzi ludzie, to jednak za sznurki takich operacji pociągają specjaliści w szpiegowskim fachu, np. oficerowie rosyjskich służb specjalnych FSB czy GRU. Doskonale się maskują, zacierają ślady, nie można do nich dotrzeć, pozostają anonimowi nawet w przypadku wpadki jakiejś grupy szpiegowsko-sabotażowej. Siatka zwykle składa się z wielu grup, które nawzajem nie mają o sobie pojęcia. Informacje zdobyte od jednej grupy są weryfikowane danymi pozyskanymi od innej. Dekonspiracja jednej grupy nie zakłóca pracy innych.

Na początku 2023 roku funkcjonariusze ABW rozpracowali siatkę dywersyjno-szpiegowską. Ustalenia w tej sprawie były przerażające.



**Niepozorna kamera zamontowana nad linią kolejową jest bezcennym narzędziem dla wywiadu obcego państwa – przestrzega Agencja Bezpieczeństwa Wewnętrznego**

Członkowie siatki szpiegowskiej, głównie młodzi obywatele Białorusi i Ukrainy, monitorowali trasy transportu broni i sprzętu na Ukrainę, ale także przygotowywali akcje dywersyjne, które miały sparaliżować dostawy broni, sprzętu i pomocy humanitarnej do Ukrainy. Nie jest tajemnicą, że znaczna część transportów przejeżdżała i przejeżdża przez Podkarpacie.

Działania podejmowane przez członków siatki szpiegowskiej obejmowały również województwo podkarpackie, zwłaszcza okolice lotniska w Jasionce koło Rzeszowa, linie kolejowe, autostradę A4 i ważniejsze drogi. Przy ważnych szlakach komunikacyjnych szpiegowie mieli rozmieścić minimum 50 kamer internetowych, nadajniki GPS i inny sprzęt elektroniczny.

Według ustaleń śledczych członkowie grupy podejmowali również działania dezinformacyjne mające zburzyć

**Cóż szkodzi zrobić zdjęcie i na próbę go wysłać? Niczym (pozornie) nie ryzykujemy. Wkład pracy niewielki, a perspektywa zarobku kusząca**

obecne relacje polsko-ukraińskie i kreować antyNATO-wskie postawy wśród Polaków.

Rozpracowanie innej, podobnie działającej grupy, zaczęło się od przypadkowego odkrycia w 2023 roku kamery zamontowanej przy torach w wiosce niedaleko Przemyśla.

**Zagrożenie przestało być teoretyczne**

Od rosyjskiej agresji na Ukrainę aktywność służb rosyjskich i białoruskich wobec Polski wyraźnie wzrosła. Według danych przekazywanych przez przedstawicieli polskich władz od początku pełnoskalowej wojny w Ukrainie zatrzymano w Polsce dziesiątki osób podejrzanych o szpiegostwo lub działalność dywersyjną na rzecz Rosji i Białorusi.

Raportowane przez media dane pokazują skalę problemu. W ciągu dwóch lat 2024-2025 wszczęto w Polsce tyle postępowań kontrwywiadowczych dotyczących działalności Rosji i Białorusi, ile wcześniej przez ponad trzy dekady. To sygnał, że zagrożenie przestało być teoretyczne.

**Ludzie od kamer i notatek**

Jednym z najgłośniejszych przykładów była sprawa obywatela Rosji i obywatela Białoru-

rusi, którzy prowadzili działalność szpiegowską na rzecz rosyjskiego wywiadu wojskowego GRU. Zbierali informacje dotyczące jednostek wojskowych oraz obiektów związanych z bezpieczeństwem państwa. W 2024 roku zostali skazani przez sąd na cztery lata pozbawienia wolności, a wyrok został następnie utrzymany przez sąd apelacyjny. Według ustaleń śledczych interesowały ich przede wszystkim informacje o polskich siłach zbrojnych oraz infrastrukturze, kogoś, kto fotografuje stacje, mosty, węzły kolejowe, zadaje dziwne pytania. Także na loty dronów w strategicznych miejscach i o nietypowych porach.

To właśnie jeden z głównych przekazów kampanii ABW „Cichy Front”: pojedyncza fotografia, informacja o ruchu wojsk czy lokalizacja ważnego obiektu mogą mieć wartość operacyjną dla obcego wywiadu.

**Dywersanci w cieniu**

Jeszcze bardziej niepokojące są przypadki dywersji. Mowa nie tylko o pozyskiwaniu informacji, ale o realnym wpływie na bezpieczeństwo państwa przez podpalenia, uszkodzenia infrastruktury czy działania sabotażowe.

W 2026 roku media informowały o zatrzymaniu osób podejrzanych o dokonywanie podpalenia na zlecenie rosyjskich służb. Wśród zatrzymanych znaleźli się zarówno cudzoziemcy, jak i obywatel Polski. Śledczy wskazywali, że działania te wpisywały się w szerszą strategię destabilizowania państw wspierających Ukrainę.

Ekspert zajmujący się bezpieczeństwem podkreśla, że współczesna dywersja często nie przypomina działań znanych z podręczników historii. Nie chodzi o wysadzanie mostów przez grupy komandosów. Znacznie częściej są to pojedyncze akty sabotażu wykonywane przez osoby zwerbowane przez internet i opłacane niewielkimi kwotami. Efekt psychologiczny bywa jednak ogromny.

Akcja ABW ma też inny wymiar. Chodzi o wyczulenie społeczeństwa na reagowanie w przypadku zauważenia podejrzanych zachowań. M.in. na podejrzane osoby, które zachowują się nietypowo w pobliżu obiektów istotnych dla bezpieczeństwa państwa, nowe kamery przy ważnej infrastrukturze, kogoś, kto fotografuje stacje, mosty, węzły kolejowe, zadaje dziwne pytania. Także na loty dronów w strategicznych miejscach i o nietypowych porach.

– Nie każda taka sytuacja to zagrożenie, ale każda powinna zwrócić twoją uwagę – twierdzą eksperci ABW.

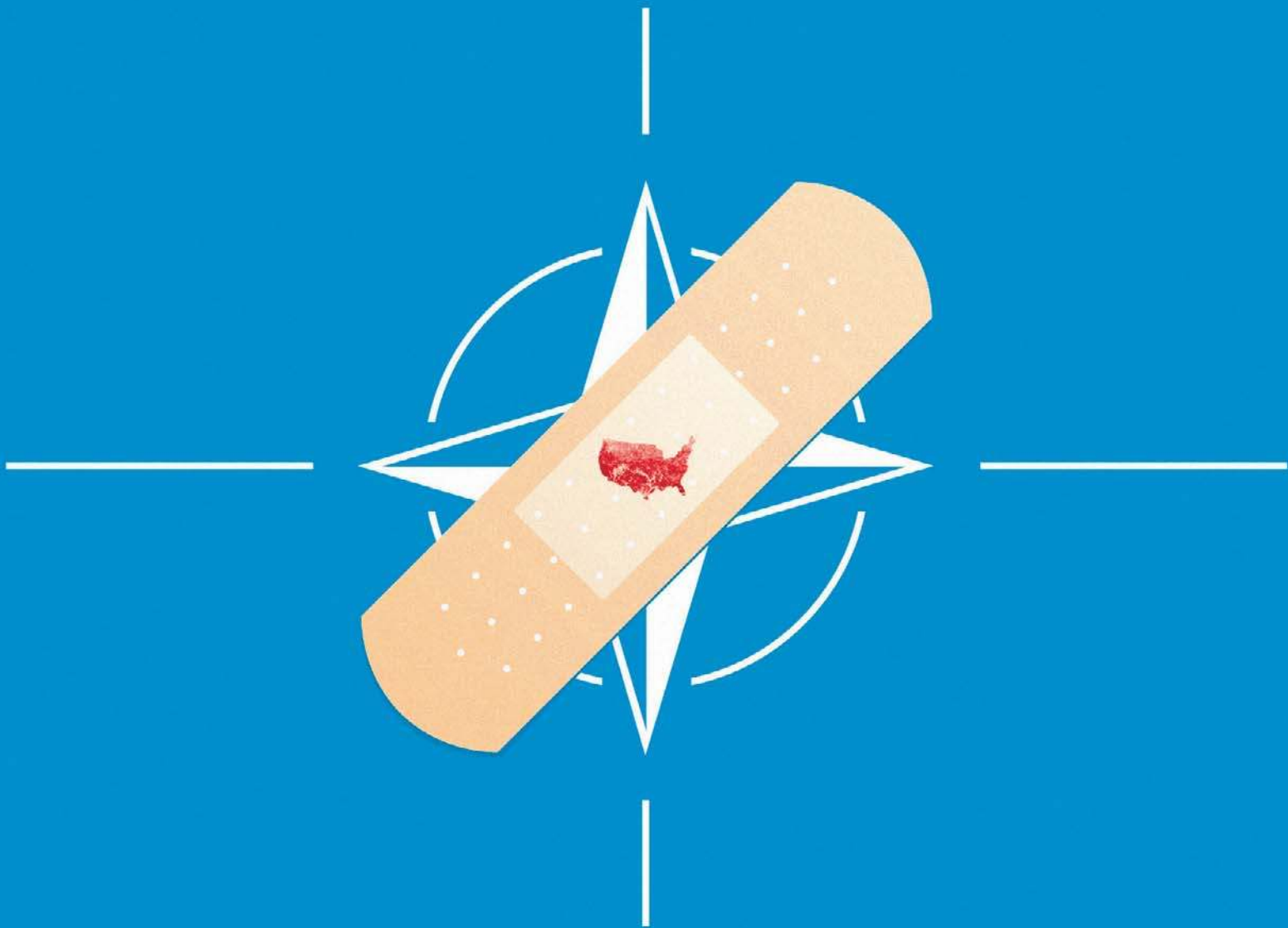
Co robić, gdy zauważymy taką nietypową sytuację? Zadzwoń do oficera dyżurnego ABW 22 585-82-21 lub pod zwykły numer alarmowy 112.

W celu komunikacji uruchomiony został bot na portalu Telegram (popularnym zwłaszcza wśród mieszkańców wschodniej Europy). Dostępny jest w językach polskim, angielskim, ukraińskim i rosyjskim. Informacje można też znaleźć na stronie cichyfront.gov.pl.

Kampania „Cichy Front” ABW nie jest czymś wyjątkowym w skali świata. W ostatnich latach kilka państw demokratycznych – m.in. USA, Kanada, Wielka Brytania i Australia – uruchomiło bardzo podobne programy ostrzegające obywateli przed szpiegostwem, werbunkiem, sabotażem i zagraniczną ingerencją. ©

# PULS

#223



NOTO się okaże po szczycie, w jakiej formie jest Sojusz

Arlena Sokalska

ŻADNYCH MEŻÓW,  
ŻADNYCH DZIECI

**M**orze hejtu wylało się na Annę Lewandowską, która w mediach społecznościowych podzieliła się swoimi obawami przed przeprowadzką do Stanów Zjednoczonych, która czeka całą rodzinę w związku z nowym kontraktem naszego czołowego piłkarza podpisanym z Chicago Fire. „Jako mama czuję ogromny stres. Martwię się o dziewczynki i ich emocje, o nową szkołę, o to, jak odnajdą się w zupełnie nowym świecie. Kto przechodził tak dużą przeprowadzkę z dziećmi, ten wie, jaki to ciężar psychiczny dla rodzica” – napisała żona piłkarza i mama dwóch dziewczynek. Komentarze, że przewróciło jej się w głowie od pieniędzy, to ta najłżejsza część z nich.

Jakoś mało kto pomyślał, że dla rodzin sportowców przenosiny z miejsca w miejsce (choćby najbardziej luksusowe) to jedna z cięższych emocjonalnie rzeczy, jaka im się przytrafia. A zwłaszcza ich dzieciom. Ledwo polubiły nowe koleżanki, już trzeba się pakować, ledwo zaczęły grać w jakiejś szkółce, już trzeba na nowo odnajdywać się w drużynie. To nawet nie musi być zamiana Europy na Stany Zjednoczone, wystarczy przeprowadzić się ze Szczecina do Krakowa. Ta codzienność sportowców i ich rodzin, może się wydawać „problemami pierwszego świata”, ale niech pierwszy kamieniem rzuci ten, kto będąc dzieckiem czy nastolatkiem musiał przeprowadzić się do innej miejscowości i nie przeżywał rozstania ze swoją szkołą, kolegami, sąsiadami.

Ale w Annę Lewandowską poleciały też większe kamienie. Za to, jakoby najbardziej przeżywała to, że w Chicago nie będzie mogła tańczyć bachaty z dotychczasowymi partnerami. Temat tańca Lewandowskiej od dawna jest w internecie „gorącym tematem”, a podobnie jak to, z kim to ona podczas ćwiczeń nie „zdradza” swojego utytułowanego męża. W niektórych głowach nie mieści się to, że nawet tak zmysłowy taniec jak bachata może być tylko i wyłącznie sportem. Pracą. Podobnie jak pracą są zdjęcia do filmu, podczas których aktorzy się całują z partnerami na planie, a nawet symulują stosunki seksualne. Czy ich partnerki/partnerzy mogą czuć się o to zazdrośni? Z pewnością. Ale w trwałych związkach można to omówić i przepracować.

Za to natrętni internetowi komentatorzy radzą Robertowi Lewandowskiemu, że powinien „wybić z głowy” swojej żonie bachatę, że powinien pobić jej partnerów do tańca i ogólnie wykazać agresję i przemoc. Wielu z tych komentatorów z pewnością zalicza się do stałych wielbicieli Kanału Zero, bo taka audytoria tam przeważa. Ostatnio Krzysztof Stanowski, szef KZ, tak mówił (podobno to były żarty - sic!) o biciu dzieci, a konkretnie dziewczynek: „Potem będzie gotowa do przemocy domowej. Gdy będzie miała męża, który ją zleje, ona powie: znam ten smak krwi, mnie to nie przeraża”.

A mnie przeraża, że osoba publiczna, jaką jest Krzysztof Stanowski, w końcu jeden z kandydatów na prezydenta RP, żartuje w taki sposób. A jeszcze bardziej przeraża mnie to, że mówi takie rzeczy, by się przypodobać swoim odbiorcom, a są nimi tysiące młodych mężczyzn.

Demografowie załamują ręce nad ujemnym przyrostem naturalnym w Polsce. A ja mam nadzieję, że żaden z nich i żaden z tych autorów nienawistnych wobec Anny Lewandowskiej i innych kobiet komentarzy nigdy nie zostanie partnerem czy mężem jakiegokolwiek kobiety. Ani ojcem jakiegokolwiek dziecka.

Adam Bula

NIEMOŻLIWE DO ZNIESIENIA  
NAPIĘCIE PRZED BURZĄ

**P**olska cała zamarła oto w oczekiwaniu, czy „ONI”, co chcieli otruć Nawrockiego, to bardziej Rosja (wtedy idziemy śladem legendy Lecha Kaczyńskiego, którego pomści ten, co jest równie wielki, jeśli nie większy, bo wszak przeżył), czy bardziej to byli Tuskwie (wtedy idziemy bardziej pod najbliższe wybory niż długofalowe budowanie legendy).

Reszta afer Tuska musi poczekać w obliczu tej ogólnonarodowej komunii, zespolenia władzy, zwykle dość wyabstrahowanej i niedosiężnej, z ludem. No bo przecież niech pierwszy rzuci pawia, kto się kiedyś nie zarzygał czymś struty. Wspólnym doświadczeniem jest też fakt, że im szybciej nam przechodzi, tym mniejszą wagę przywiązujemy do śledztw, co było tym czymś, co nas struło. Geniusz prezydenckich marketin-gowców objawił się tu właśnie: tam, gdzie my, szaraczkowie, poprzestajemy na konkluzji: „śledź był z łódzki chyba za stary” i tym podobnych, oni odkryli sprężynę dziejów: SPISEK. ZDRADA. OTRUCIE.

Niestety, odarto nas na koniec z jakże pięknej legendy, iż przyszły wódz Narodu poległ bohatersko, całując, wbrew ostrzeżeniom ochrony, rączki Suwerena. Widzicie oczami duszy tę inskrypcję na pomniku Karola, równym Chrystusowi ze Świebodzina: „Poległ bohatersko, całując rączki pań z wieców swoich, za nic mając zagrożenie i smak”. Oto ci on jest – Niszczyciel Sensów Wszystkich – Karol Wielki (nie mylić z Młotem).

Zamiast tego został nam największy całusnik, taki Kalibabka politycznego marketingu, co tam zresztą chcecie – nic, co da się wymyślić, nie zamieszka już w głowie połowie polskiego Suwerena, która w Karolu Nawrockim widzi prezydenta. I to jest fakt i nie należy z nim dyskutować. Sorry, tacy właśnie jesteśmy.

Podyskutować za to warto o akuszerze tej historii, wielce wybitnym mediewiście, profesoro-rze Andrzeju Nowaku.

Nie, nie ma nic nagannego w tym, że akademik ów, kawaler chwilowo nie oddawanego Orderu Orła Białego, czynnie angażuje się w poli-

tykę, stając najpierw na czele komitetu poparcia kandydatury pana Nawrockiego na urząd prezydenta, by potem, zasłużenie, objąć w jego kancelarii funkcję doradcze.

Nie, nie ma nic nagannego w tym, że płodny ów profesor upisał też książkę o tym, „skąd się wzięli Nawrocki”.

Dyskusyjny obszar zaczyna się od momentu, gdy ktoś wymyślił, że – żeby nie skończyć z tą publikacją jak poprzednik z biedronkowym przebojem przecen: „Ja Duda” – zrobić promocję publikacji na rzygu Nawrockiego.

To nie są żarty. Profesor Nowak jest autorem monumentalnych „Dziejów Polski” – w zamyśle (wyszło już chyba 6 tomów) autorsko przedstawionej historii Polski. No i teraz co mam zrobić, jak do końca możliwej, acz niekoniecznej lektury, prześladować mnie będzie pytanie: czytam profesora-historyka czy mediodziwkę, robiącą z siebie błazna dla kasy?

Oto jest pytanie – znak czasów, w których żyjemy.

W Unii Europejskiej odbywają się rozmowy o otwieraniu kolejnych rozdziałów akcesyjnych i Polska ma klucz do tego, czy Ukraina będzie częścią Unii Europejskiej. (...) Wszystkie transporty, wizyty, które udają się na Ukrainę, wszystko jest operowane przez nasze służby na terenie Polski i ta pomoc nie ustaje. My dajemy tylko jasny polityczny sygnał

FOTOkomentarz tygodnia



29 CZERWCA,  
USA

Mówiło się o tym od kilku miesięcy, ale teraz wreszcie pojawił się oficjalny komunikat: Robert Lewandowski został piłkarzem amerykańskiej drużyny Chicago Fire. Przeciętna to drużyna - ale Inter Miami też był średniakiem, zanim nie dołączył do niego Lionel Messi. Lewandowski podpisał kontrakt na dwa lata, w tym czasie lepiej od niego zarabiać będzie w amerykańskiej lidze tylko Messi. A w Chicago - mieście (polskie korzenie ma nawet 1,5 mln mieszkańców) zapanowało istne szaleństwo. Najlepiej ilustruje je zamieszczone obok zdjęcie. I dla wyjaśnienia: „Polish dogs” to chicagowska odmiana hot dogów

FOT. CHICAGO FIRE



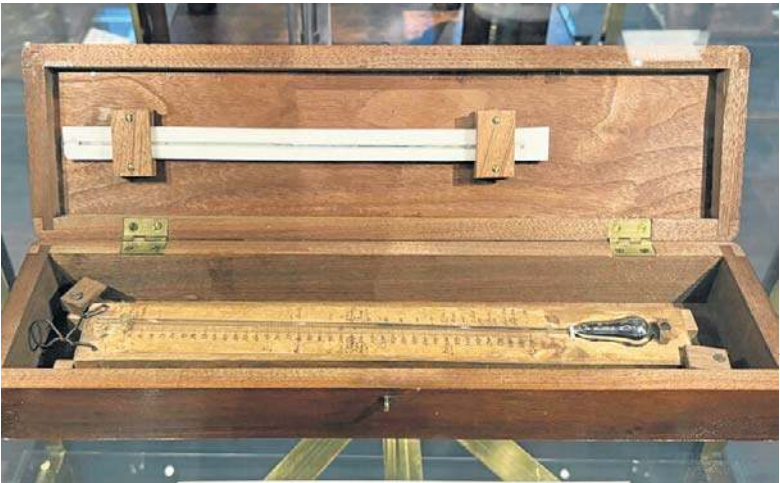
FOT. PAP/EPH/MIGUEL GUTIERREZ

1 LIPCA, WENEZUELA. Potężne trzęsienie ziemi wstrząsnęło krajem. W jego wyniku zginęło dużo ponad 2 tys. osób, ponad 11 tys. odniosło obrażenia, dziesiątki tysięcy straciły dach nad głową. Dla Wenezueli to już drugi wielki wstrząs w tym roku - pierwszym było odsunięcie od władzy Maduro przez Amerykanów



FOT. PAP/LESZEK SZYMAŃSKI

1 LIPCA, POLSKA. Z końcem czerwca wygaś rządowy program CPN (Ceny Paliw Niżej), który pozwalał taniej tankować samochody. Od początku wakacji litr benzyny jest droższy o 30-50 groszy



FOT. PAP/DANIEL ZYSK

1 LIPCA, SZWECJA. Tak wygląda najstarszy termometr wykonany przez Andersa Celsjusza w 1742 r. Szwedzi wracają do tradycji. Chcieli być bezgotówkowi, ale właśnie przywrócili obowiązek używania gotówki

# GEN. CLOSE: USA ZWIĘKSZĄ LICZBĘ ŻOŁNIERZY W POLSCE

- Trump mówił o ewentualnym wycofaniu wojsk z Niemiec, ale spodziewam się, że ci żołnierze zostaną rozmieszczeni w innym kraju NATO. To po prostu gra taktyczna, bo nie można zejść poniżej poziomu ustalonego przez Kongres. Nie wyobrażam sobie, żeby Stany Zjednoczone kiedykolwiek przestały wspierać NATO - mówi gen. George Close, emerytowany wojskowy w stanie spoczynku

*Agaton Kosiński*

**Za kilka dni w Ankarze rozpocznie się szczyt NATO. Jakby pan opisał rolę Sojuszu w epoce Trumpa?**

Na pewno Trump zmienił Sojusz. Dzięki jego inicjatywie doszło do tego, że wszyscy zaczęli ponosić sprawiedliwy udział w kosztach kolektywnej obrony. Tak się dzieje choćby w przypadku Polski.

**Trump nazywa Polskę „wzorowym sojusznikiem”.**

Widać, że prezydent wykorzystuje swoją przewagę do tego, by skłonić innych sojuszników z NATO do podobnych zachowań. Donald Trump wie, że to się dzieje na Ukrainie, jest bardzo groźne dla Europy, m.in. dla Polski. Nie lekceważy zagrożenia. Zanim jednak USA poświęcą wiele naszej krwi i środków, chce się upewnić, że Europa reaguje odpowiednio.

**Pan to nazywa „negocjacja” - tymczasem nie brakuje spekulacji o tym, że Trump zwyczajnie chce wyprowadzić USA z NATO.**

W moim otoczeniu, gdy dyskutujemy wśród bardzo wysokich rangą emerytowanych wojskowych, to rozwiązanie jest odrzucane. Wszyscy moi koledzy zdecydowanie uważają, że USA powinny zostać w NATO. Zresztą - aby wprowadzić jakiegokolwiek zmiany w tej sprawie - potrzebna jest zgoda Kongresu. Myślę więc, że macie trochę czasu, by lepiej zrozumieć tę sytuację. A Trump po prostu negocjuje zasady współpracy.

**Na zmniejszenie liczby wojsk amerykańskich w Europie też jest potrzebna zgoda Kongresu?**

Tak. Ta liczba jest ustalona na określonym poziomie. Nie można zejść poniżej niego bez zgody Kongresu.

**Donald Trump zapowiedział zmniejszenie liczby żołnierzy USA w Niemczech o 4 tys. Kilka tygodni później zapowiedział z kolei ich podniesienie w Polsce, choć jednocześnie USA zrezygnowały z rotacji w naszym kraju. Która informacja jest więc prawdziwa: USA zwiększają liczbę żołnierzy w Polsce czy zmniejszają?**

Ta pierwsza opcja jest bardziej prawdopodobna. Trump mówił o ewentualnym wycofaniu wojsk z Niemiec - ale spodziewam się, że ci żołnierze zostaną rozmieszczeni w innym kraju NATO. To po prostu gra taktyczna, bo nie można zejść poniżej poziomu ustalonego przez Kongres. Nie wyobrażam sobie, żeby Stany Zjednoczone kiedykolwiek przestały wspierać NATO. Tu po prostu chodzi o zmianę priorytetów.

**Zamianę Niemiec na Polskę?**

Amerykańscy żołnierze znajdują się na terytorium Niemiec od dawna, natomiast Polska dopiero od kilku lat intensywnie pracuje nad zwiększeniem liczebności swoich sił zbrojnych i nad modernizacją sprzętu wojskowego. W naszym kraju jest coraz więcej bardzo zaawansowanego technicznie sprzętu. W tym tkwi

szansa dla Polski. W znalezieniu małych i średnich firm, które będą w stanie zapewnić serwis dla całego sprzętu, który się kupuje. Chodzi o to, aby jak najwięcej sił znajdowało się na czele, na pierwszej linii frontu. To tym bardziej ważne, bo armie są coraz mniejsze. Kiedy kończyłem swoją służbę, w samej armii mieliśmy 785 tys. osób. Teraz liczba ta spadła do około 500 tys.

**Jeszcze w latach 90. USA utrzymywały armię zdolną toczyć dwie duże wojny naraz. Dziś to nierealne.**

Tak, strategia w tej kwestii uległa zmianie od czasów rządów Clintona. Przeszliśmy od prowadzenia dwóch wojen jednocześnie do prowadzenia dwóch wojen niemal jednocześnie. I w tej sytuacji nadal się znajdujemy. Ale też proszę spojrzeć na nasze operacje w Iranie i w Wenezueli. One najlepiej oddają to, czym zajmują się obecnie amerykańskie siły zbrojne. One ciągle trenują, trenują, trenują. Ludziom trudno zrozumieć specyfikę wojska amerykańskiego, tego, że jest ona armią operacyjną. My nieustannie się szkolimy. Nieustannie się przygotowujemy. I od czasu do czasu przechodzimy do działań bojowych.

**Najgorszy scenariusz dla Polski. Rosjanie atakują wschod-**

**nią flankę, a Chińczycy atakują Tajwan. Tajwan. Co by się stało w takiej sytuacji?**

Moim zdaniem priorytetem byłoby NATO. Oddzielna sprawa, że gdyby coś się zaczęło dziać, to w pierwszej kolejności na Bliskim Wschodzie. Na Dalekim Wschodzie mamy cały system krajów, z którym współpracujemy: Korea Południowa, Japonia, Tajwan. Poza tym USA co jakiś czas sprawdzają się w boju, tymczasem Chiny od dawna nie prowadziły wojny.

**Ale od pewnego czasu coraz chętniej przejął muskuły.**

I bardzo dobrze.

**Uważa pan, że to tylko PR?**

Nie, po prostu nie wiem, ile chińskie wojsko jest warte. Być może realnie ją ocenić, musiałbym zapoznać się z ich systemami szkoleniowymi. To jest kluczowa sprawa przesądzająca o wartości bojowej każdej armii. W Stanach Zjednoczonych mamy ogromne ośrodki szkoleniowe. Są niesamowite. W ogóle manewry w wojsku odgrywają kluczową rolę. Z wielu przyczyn. Na przykład teoretycznie do czołgu wchodzi 53 pociski - ale żołnierze muszą umieć je do niego włożyć i odpowiednio ułożyć. Jeśli tego nie będą umieli, to w czasie walk - pod presją, gdy pojawią się przeciwnicy - nie będą tego umieli. A jeśli zmieszczą na przykład tylko połowę, to ich skuteczność bojowa zmniejszy się o połowę. To nie jest science fiction, tylko rzeczywistość pola walki. Dlatego tak ważne jest szkolenie żołnierzy, jakość tych ćwiczeń przesądza o ich wartości bojowej.

**Obserwujemy wojnę na Ukrainie - i widać, jak bardzo pole**

**walki uległo zmianie w wyniku upowszechnienia się dronów.**

Tak, widać szereg zagrożeń na wschodniej flance NATO. Rosyjska inwazja na Ukrainę stworzyła nową asymetryczną rzeczywistość. Mówiłem dużo o tym podczas mojego wystąpienia na konferencji „Poland Future Summit” - podkreślałem, że współczesna wojna rozgrywa się we wszystkich domenach, licząc się w niej nie tylko zdolności bojowe, ale również możliwości gospodarcze. Tylko rozwijając się w ten sposób można doprowadzić do sytuacji, w której wróg uzna, że nie opłaca się atakować waszego kraju, bo stało się to zbyt kosztowne.

**Akurat Rosjanie nie zwracają uwagi na koszty swoich działań.**

W latach zimnej wojny przez kilka lat stacjonowałem w Europie. Rosjanie wydawali się wtedy olbrzymami - szybko jednak okazało się, że nimi nie byli. Podobnie jest teraz. Gdy wkroczyli na Ukrainę, wydawało się, że wojna szybko się zakończy. Tymczasem nic takiego nie miało miejsca przez ponad cztery lata, oni w zasadzie utknęli w martwym punkcie. Widać, że armia rosyjska nie rozumie na przykład koncepcji zintegrowanego ognia. Gdybym był Putinem, zwolniłbym każdego generała, który rozpoczął tę wojnę i doprowadził do 500 tys. ofiar śmiertelnych od 2022 roku. Przecież USA straciły mniej ludzi podczas całej II wojny światowej. To straszne, jak oni tak marnują ludzi.

**Rosyjska specyfika, oni zawsze tak walczą.**

To prawda.

**Myśli pan, że Rosjanie są skłonni przetestować wschodnią flankę NATO?**

Nie sądzę, żeby w ogóle byli w stanie to zrobić. Najpierw musieliby przejść przez Ukrainę, co wydaje się obecnie mało prawdopodobne. Ale gdyby to im się udało i zdecydowali się pójść dalej, zmobilizowałoby to cały świat. Na miejscu Rosjan raczej szukałbym sposobu na zakończenie walk w Donbasie, zawarcie rozejmu.

**Dla Putina dążenie do rozejmu byłoby równoznaczne ze stwierdzeniem: „Przegrałem tę wojnę”. On z powodów politycznych nie może sobie na to pozwolić.**

Co do Zelenskiego - podobnie. Po przerwaniu walk, zostałby natomiast odsunięty od władzy. Tylko że teraz zabijanie po prostu trwa dalej. Dlatego walki trzeba przerwać, nawet jeśli relacje między Rosją i Ukrainą będą wyglądać tak jak obecnie między Koreą Północną a Południową.

**Formalnie te kraje są ciągle w stanie wojny.**

Tak, między tymi krajami zawarto tylko rozejm. Ale proszę zobaczyć, jak ułożyły się relacje między oboma Koreami. Przez te dekady kraj z południa wyraźnie zdominował ten z północy, czy to gospodarczo, czy kulturowo. Dziś nikt nie marzy o tym, żeby przenieść się do Korei Północnej. To samo dotyczy Niemiec. Przecież bardzo długo były one podzielone na RFN i NRD, ale ostatecznie te pierwsze całkowicie zdominowały drugie. Warto o tym pamiętać w kontekście rozmów o ewentual-

*GDYBY WSZYSCY*

*OKAZALI TAKIE SAMO WSPARCIE*

*DLA NATO JAK POLSKA,*

*TO SOJUSZ BYŁBY BARDZIEJ*

*ZJEDNOCZONY*



Gen. Close: Widać szereg zagrożeń na wschodniej flance NATO. Rosyjska inwazja na Ukrainę stworzyła nową asymetryczną rzeczywistość (na zdjęciu: manewry wojsk NATO w Estonii)

nym rozejmie między Ukrainą i Rosją. Kijów i tak nie ma szans stać się teraz członkiem UE czy NATO. Z wielu powodów do tego się nie kwalifikuje, choćby przez powszechną w tym kraju korupcję. Dlatego trzeba dać szansę rozwinać się nowemu pokoleniu. Niech wkrótce to właśnie kultura oraz gospodarka ukraińska sprawią, że Rosjanie zaczną mówić: „O rany, chcemy być częścią Ukrainy”.

**Na początku wojny z Iranem Eldridge Colby, podsekretarz w Departamencie Wojny, opisał amerykańskie podejście do sytuacji zwrotem „elastyczny pragmatyzm”. Jak pan ją ocenia po trzech miesiącach wojny w Cieśninie Ormuz?**  
Pragmatyczny był sam powód, dla którego wkroczyliśmy do Iranu - zależało nam na tym, żeby ograniczyć zdolności tego kraju do produkcji broni jądrowej. Ten cel osiągnęliśmy.

**Na razie trwają rozmowy.**  
Najbliższe 60 dni zadecyduje o tym, jak będzie wyglądała przyszłość. Rzeczywiście, cieśnina Ormuz stała się problemem, choć wcześniej nim nie była, ale jest to kwestia swobody żeglugi. Ani Oman, ani

Iran nie mają do tego rościć sobie praw. Ale uporamy się z tym, zresztą inni członkowie NATO powinni nam w tym pomóc. Najważniejsze, żeby wreszcie doszło do zaprzestania walk. W tej chwili wszystko zależy od Irańczyków. Nie tylko władz. Trzeba skłonić społeczeństwo Iranu do sprzeciwu wobec reżimu. Skłonić do wystąpienia przeciwko niemu. Dotyczy to także Rosji.

**Ogromne protesty przeciwko władzom były w Iranie w grudniu. Gdy w lutym zaczęła się wojna, nic takiego nie miało miejsca.**

Tak, to trafna uwaga. Ale w Iranie mieszka 90 milionów ludzi. 10 milionów z nich to członkowie Korpusu Strażników Rewolucji Islamskiej. To ważne rozróżnienie - bo strażnikom nie chodzi o irańską rewolucję, tylko o rewolucję islamską. Popiera ją 10 mln mieszkańców kraju. Ale pozostałe 80 milionów ludzi w Iranie to Irańczycy. Są Persami. Są nieuzbrojeni - musimy więc znaleźć sposób na to, żeby mogli stanąć przeciwko Strażnikom Rewolucji. To samo dotyczy Rosji.

**Wracając do początku naszej rozmowy. Jakby pan opisał**

**znaczenie NATO współcześnie? Wojna w Iranie pokazała dużą dozę braku zaufania między USA i Europą.**

Akurat Donald Trump jest w Ameryce krytykowany z obu stron za to, w jaki sposób rozwiązał kwestię Iranu. Ale też myślę, że w tej sprawie słuchał europejskich przywódców. Im zależało na otwarciu cieśniny Ormuz i teraz ropa znów nią płynie. Miejmy nadzieję, że Irańczycy tym razem się wywiążą z zawartych umów. A jeśli nie, to znowu dostaną po kieszeni, bo w kolejnych atakach stracą mosty i zakłady odsalania wody w zachodniej części Iranu.

**Czyli znów USA będą grały same, nie w ramach sojuszu.**

To nie tak. Prezydent zachowuje się bardzo delikatnie i naprawdę słucha. A NATO nadal pozostanie silne.

**Ale pęknięte.**

Gdyby wszyscy okazali takie samo wsparcie dla NATO jak Polska, gdyby pozostali członkowie nadrobili zaległości, to Sojusz byłby znacznie bardziej zjednoczony. Ale teraz też już jest całkiem nieźle. Niedawno do NATO dołączyły kraje skandynawskie. Szwecja

plasuje się w czołówce pod względem uzbrojenia. Choć nie wszędzie jest tak dobrze. We Francji panuje chaos. Wielka Brytania boryka się z poważnymi problemami.

**NATO było w swojej najlepszej formie w okresie zimnej wojny, kiedy miało jasno zdefiniowanego wroga: Związek Radziecki i Układ Warszawski. Gdy z kolei w 2001 r. zdecydowało się na interwencję w Afganistanie, okazało się to kilka kroków za daleko. Czy teraz, gdy widać wyraźnego przeciwnika, może odzyskać dawną formę?**

Obecnie mamy dwóch konkurentów - Chiny i Rosję - we wszystkich obszarach ich wpływów. Gdy była podobna sytuacja podczas zimnej wojny, stosowaliśmy strategię zaangażowania - angażowaliśmy się wszędzie tam, gdzie pojawiał się socjalizm i komunizm. Teraz wracamy do tego. Będziemy nadal angażować się w ramach NATO, ale również we współpracy na przykład z Japonią czy Tajwanem. Wszędzie obowiązują te same zasady: jeśli chcesz wzmocnić swój system bezpieczeństwa, musisz być dobrze wyszkolony i nie

ustannie się rozwijać. Tylko w ten sposób stworzysz sytuację, w której nikt nie będzie chciał przekraczać twojej granicy.

**Jeszcze jest kwestia potencjałów - rosyjski jest dużo większy niż choćby polski.**

Zagrożenie jest cały czas bardzo poważne, choć obecnie zmagają się z nim Ukraińcy. Byłoby bardzo pomocne, gdyby Polska rozwiązała swoje problemy z Ukrainą. Ale nawet gdy to się uda, nie wystarczy. Musicie stworzyć dużo większą armię, co oznacza prawdopodobnie wprowadzenie obowiązkowego poboru. Oddzielna sprawa, że on jest coraz bardziej kłopotliwy. W USA mamy duży problem z rekrutacją.

**Amerykanie nie chcą służyć w wojsku?**

Nawet nie o to chodzi. Większym problemem jest brak odpowiednich ludzi. Na 100 Amerykanów zaledwie 25 przechodzi wstępną kwalifikację, pozostali nie spełniają podstawowych wymagań.

**Co ich dyskwalifikuje?**

Przed wszystkim stan zdrowia. Widać, jak wielu ludzi jest

zniszczonych przez narkotyki. Poza tym problemem jest ich stan wiedzy, ci ludzie mają ogromne problemy z nauczaniem się tego wszystkiego, czego wymaga nowoczesne wojsko. To kolejne wyzwanie, które trzeba rozwiązać. Ale pozostawiam to już wam, młodym ludziom.

CV



**gen. George Close**  
emerytowany generał armii Stanów Zjednoczonych z ponad 30-letnim doświadczeniem w służbie. Obecnie prezes Spectrum Group, zajmującej się doradztwem w zakresie planowania strategicznego i współpracą między agencjami rządowymi

# WAŻĄ SIĘ LOSY STAŁEJ BAZY WOJSK USA W POLSCE

Politycy zapewniają, że „mamy zielone światło” od Amerykanów dla stałej obecności wojsk USA w Polsce. Starają się o nią i rząd, i Kancelaria Prezydenta. Ostateczne decyzje jednak nie zapadły. Być może po szczycie NATO w Ankarze usłyszymy o tej sprawie więcej.

*Dorota Kowalska*

**W**ydaje się, że przynajmniej w tej sprawie rząd i prezydent mówią jednym głosem – chodzi o stałą bazę wojsk amerykańskich w Polsce.

– Wicepremier Władysław Kosiniak-Kamysz i prezydent Karol Nawrocki mają wspólne, spójne stanowisko, które zaprezentują na szczycie NATO w Ankarze – stwierdził wiceszef MON Paweł Zalewski po spotkaniu Władysława Kosiniaka-Kamysza z Karolem Nawrockim.

Spotkanie odbyło się w środę, panowie rozmawiali o kwestii stosunków polsko-amerykańskich i innych sprawach związanych z obronnością. – Poinformowaliśmy prezydenta o stanie prac nad bazami – mówił Zalewski, podkreślając kluczowe znaczenie tego projektu. – One są ważne także dla Amerykanów, bo Amerykanie mają interes tu być, m.in. ze względu na swoje poważne interesy w naszym kraju. Dla nas jest to ważne, bo to inwestycja w nasze bezpieczeństwo i odstraszanie wobec Rosji; trudno o czytelniejszy sygnał dla Rosji – ocenił wiceszef MON.

Władysław Kosiniak-Kamysz w połowie czerwca informował, że uzyskał od szefa Pentagonu Pete’a Hegsetha pozytywną odpowiedź na list z 29 maja zgłaszający gotowość Polski do utworzenia stałej bazy wojsk amerykańskich.

„Po pozytywnej odpowiedzi sekretarza obrony USA na moją propozycję jesteśmy na kolejnym etapie rozmów. W Pentagonie trwa przegląd sił, który będzie podstawą dalszych decyzji. Departament Wojny jest otwarty na ofertę Polski w zakresie stałego stacjonowania sił

amerykańskich na jej terytorium” – przekazał Władysław Kosiniak-Kamysz za pośrednictwem platformy X, dodając, że „blisko 60 proc. Polaków popiera utworzenie stałej bazy wojsk USA w Polsce”.

„Zwiększone zaangażowanie wojsk USA to silniejsze odstraszanie i bezpieczna Polska” – zakończył swój wpis wicepremier i szef MON.

16 czerwca rząd przyjął uchwałę, która zainicjowała działania w sprawie utworzenia w Polsce stałej bazy amerykańskich żołnierzy. Potrzebne są konsultacje z Amerykanami, przygotowanie propozycji lokalizacji potencjalnej bazy oraz zestawienie dotyczące niezbędnej infrastruktury, kosztów projektu oraz źródeł finansowania przedsięwzięcia. Wiadomo, że wybudowanie takiej bazy może kosztować nawet kilkanaście miliardów złotych.

Co do lokalizacji, wiceminister resortu obrony Stanisław Wziątek w rozmowie z Polskim Radiem 24 stwierdził, że takich miejsc jest kilka.

– Na pewno możemy stwierdzić, że to będzie część zachodnia Polski – powiedział, dodając, że atrakcyjnym wyborem zdaje się być Szczecin. – Łatwość transportu ciężkiego sprzętu dodatkową drogą komunikacyjną ma tutaj ogromne znaczenie – tłumaczył.

Starania dotyczące powstania w Polsce stałych baz USA prowadzi także Kancelaria Prezydenta i BBN. Prezydent Nawrocki poruszał tę kwestię w rozmowie z prezydentem Donaldem Trumpem podczas swojej niedawnej wizyty w USA. Trump miał potwierdzić swoją wcześniejszą deklarację o wysłaniu do Polski dodatkowych 5

tys. żołnierzy amerykańskich. Do Stanów Zjednoczonych poleciał także szef Biura Bezpieczeństwa Narodowego Bartosz Grodecki. W czwartek spotkał się z podsekretarzem obrony USA ds. politycznych Elbridge’em Colbym, który odpowiada w Pentagonie za opracowywanie nowej formuły amerykańskiej obecności w Europie.

W środę szef Biura Polityki Międzynarodowej Kancelarii Prezydenta RP Marcin Przydacz po rozmowie z sekretarzem stanu USA Marco Rubio, stwierdził, że mamy „zielone światło” dla stałej obecności wojsk USA w Polsce, a Marco jest „absolutnie zwolennikiem” zmiany charakteru obecności amerykańskich sił zbrojnych na terytorium Polski z rotacyjnej na stałą.

– Jest absolutnie zielone światło z Białego Domu, także z ust Marco Rubio padła deklaracja – powiedział polski minister. Dodał, że ostateczny kształt tej obecności ma być wypadkową szerszej strategii, nad którą pracuje obecnie Pentagon.

Według Przydacza, który powoływał się na swojego rozmówcę, decyzja polityczna Białego Domu wynika z kilku czynników: poza samą amerykańską strategią obecności w Europie ma to być wynik dobrych relacji polsko-amerykańskich, „opartych w dużej mierze na bezpo-



**W Pałacu Prezydenckim doszło do spotkania Karola Nawrockiego z Władysławem Kosiniakiem-Kamyszem. Obaj bez kamer rozmawiali o zbliżającym się szczycie NATO**

średnich osobistych relacjach” prezydentów Karola Nawrockiego i Donalda Trumpa.

Sekretarz stanu miał też podkreślić, że Polska jest „modelowym sojusznikiem”, który przeznacza „odpowiednią część PKB” na zbrojenia i inwestuje w sprzęt oraz technologie obronne.

Przydacz zaznaczył też, że w rozmowie z Rubio podtrzymał deklarację prezydenta Trumpa o wysłaniu do Polski dodatkowych 5 tys. żołnierzy, lecz zaznaczył, że chodzi prawdopodobnie o 5 tys. żołnierzy zamiast, a nie w dodatku do wstrzymanej rotacyjnej brygady pancerniej liczącej 4 tys. żołnierzy.

– Wcale nie oznacza to, że ta wstrzymana brygada 4 tys. żołnierzy (...) nie przybędzie do Polski – powiedział. – Należy już raczej inaczej traktować tę obecność amerykańską jako całościowo nowy koncept obecności amerykańskiej – dodał.

Oceniał, że kluczową jest nie tylko liczba żołnierzy, ale również zdolności, zaś znaczenie ma sama zmiana formuły – z rotacyjnej na stałą – jako sygnał „i wobec wschodu, i wobec zachodu”.

Jeszcze przed spotkaniem Rubia z Przydaczem, szef ambasady RP w USA Bogdan Klich przekazał doradcy Rubia dokumenty MON na temat planów przyjęcia w Polsce na stałe amerykańskiego kontyngentu.

Gen. Stanisław Koziej, były szef BBN, w rozmowie z „Faktem” wyjaśnił, że Amerykanie oceniają teraz, gdzie są największe potrzeby i jakiego rodzaju są to potrzeby, a potem stosownie do tej oceny podejmą odpowiednią decyzję.

Zdaniem wojskowego trudno dzisiaj przewidywać, jaka ona będzie decyzja.

– Z wypowiedzi po stronie polskiej, europejskiej i amerykańskiej wynika, że wszystko jest jeszcze możliwe. Zmieniło się to, że Amerykanie nie wykluczają stałej obecności wojskowej w Polsce, uważają ją za jedną ze swoich opcji, więc prowadzą negocjacje nad wariantami takiego rozmieszczenia. To jest dla nas bardzo ważne – podkreślił gen. Koziej.

Jego zdaniem jednym z elementów, który może odegrać istotną rolę co do decyzji na „tak” lub „nie”, będzie nasza oferta.

– Miejsc, zabezpieczenia finansowego, prawnych gwarancji, wszystkich parametrów dotyczących obecności wojskowej. Kalkulują, czy zagwarantujemy im warunki, które będą bardziej atrakcyjne niż w przypadku obecności rotacyjnej – tłumaczył były szef BBN. – Natomiast uważam, że z ich perspektywy czynnikiem rozstrzygającym będzie analiza „plusów i minusów” w relacjach z Rosją. Obecność przy granicach Rosji ma przede wszystkim wymiar strategiczny, nie tylko taktyczno-finansowy – ocenił gen. Koziej.

Wojskowy wskazał, że „musimy czekać na wyniki analiz” i wyraził nadzieję, że „na szczycie NATO w Ankarze usłyszymy od Amerykanów coś więcej o ustaleniach z tego przeglądu,

który ma istotny kontekst natowski”.

– Wiemy, że się nie spieszą, dali sobie czas do końca roku. Po naszej stronie, poza czekaniem, jest przedstawienie oferty i podrzucanie im argumentów strategicznych na rzecz takiego ruchu – podsumował gen. Koziej.

Wiadomo, że do Ankary na szczyt NATO poleci prezydent Karol Nawrocki, szef dyplomacji Radosław Sikorski i minister obrony Władysław Kosiniak-Kamysz, ale delegacja będzie o wiele szersza niż wspomniani ministrowie.

Czy przywiozą z Ankary nowe informacje w sprawie stałej obecności amerykańskich wojsk w Polsce? Trudno powiedzieć, na pewno politycy będą te kwestie poruszać.

Obecnie w naszym kraju stacjonuje rotacyjnie i w ramach stałej obecności około 10 tysięcy żołnierzy amerykańskich, choć zdecydowana większość z nich w formule rotacyjnej. Kluczowe elementy ich rozmieszczenia to stałe Wysunięte Dowództwo V Korpusu Sił Lądowych USA w Camp Kościuszko w Poznaniu oraz Garnizon Armii Stanów Zjednoczonych (również w Poznaniu), który zapewnia wsparcie administracyjne i logistyczne. W formule stałej, czyli w postaci stałych baz, w których rozmieszczone są konkretne jednostki sił, amerykańscy żołnierze mieszkają w Polsce przez dłuższy czas, często sprowadzają wtedy do Europy swoje rodziny. W formule obecności rotacyjnej amerykańscy żołnierzy przyjeżdżają do Polski na okres kilku miesięcy, a potem są zmieniani przez osoby z innej jednostki o podobnych zdolnościach. PAP

**OBECNIE W NASZYM KRAJU STACJONUJE OKOŁO 10 TYSIĘCY ŻOŁNIERZY AMERYKAŃSKICH, CHOĆ ZDECYDOWANA WIĘKSZOŚĆ Z NICH W FORMULE ROTACYJNEJ**

# JANKEES COME TO OBORNIKI?

## WSZYSCY BARDZO CHCĄ BUDOWY BAZY USA

Poznań lub Wrocław znalazły się na krótkiej liście potencjalnych lokalizacji stałej bazy wojsk USA w Polsce. Amerykanie chcą sprowadzić około 5 tys. żołnierzy wraz z rodzinami. Baza powstanie na obrzeżach, ale żołnierze chcą mieć blisko do dużego miasta. W okolicach Poznania jest teren, który spełnia te wymogi

*Patryk Antuchowski*

**L**aczeło się niewinnie od krążącej od połowy czerwca w różnych mediach sensacyjnej informacji. Oto 5 tys. amerykańskich żołnierzy ma znaleźć nowy dom w nowej bazie wojskowej, gdzie na stałe przeprowadzą się wraz z rodzinami.

Jak się chwilę później okazało, na polskie Ramstein, czyli miejsce, gdzie wzorem tego niemieckiego miasta taki obiekt miałby powstać, jest typowany Wrocław lub Poznań. Wiadomość o wytypowaniu stolicy Wielkopolski była dość niespodziewana dla opinii publicznej, jednak nie wywołała zaskoczenia wśród wielkopolskich parlamentarzystów.

- Ta informacja krążyła w Sejmie od kilku dni - komentował w ubiegłym tygodniu dla „Głosu Wielkopolskiego” Jarosław Urbaniak, poseł i szef wielkopolskiej Koalicji Obywatelskiej. - Mam nadzieję, że połączymy siły ponadpartyjnie i nie tylko politycy, ale i inne wpływowe osoby będą lobbować, w tym pozytywnym sensie tego słowa, żeby to była lokalizacja poznańska - stwierdził.

Konieczność łączenia sił ponad podziałami podkreślali też politycy z współrządzącej Polski 2050, a także z Prawa i Sprawiedliwości.

- Każde zwiększenie obecności wojsk amerykańskich w Polsce to jest ogromne wzmocnienie naszego bezpieczeństwa - podkreślał Zbigniew Hoffmann, poseł PiS. - Jeszcze w czasie naszych rządów miałem okazję zwiedzać bazę w Powidzu, która stanowi sporą przestrzeń i pokazano nam fragmenty będące wtedy jeszcze w budowie. To nadzorowali Polacy i budowały polskie firmy. Tu jest szansa na to, żeby dolary płynęły do polskich przedsiębiorstw i Polacy mieli miejsca pracy. To daje po-

dwójną satysfakcję - zauważa członek komisji obrony narodowej.

### **Tort w kolorze khaki**

Koszt budowy potężnej, 500-hektarowej bazy wojskowej, wraz z miasteczkiem wojskowym, jest szacowane na nawet 12 mld zł. Tak spory strumień pieniędzy z Polskiego budżetu to łakomy kąsek dla każdego samorządu. A to dopiero początek. Tego typu obiekt jest generatorem potężnych źródeł dochodów dla lokalnych firm, które będą dostarczały nowemu miasteczku wszystkiego, co niezbędne do życia.

Gdy firmy zarabiają, płacą podatki, zarabia gmina, powiat i województwo. Nie mówiąc już o wpływach z podatku od nieruchomości. Nic dziwnego, że nie tylko posłowie z Wielkopolski, ale i samorządowcy będą robili wiele, aby zaprezentować się z jak najlepszej strony i ten „tort” do siebie przyciągnąć.

Pierwszym z nich okazał się prezydent Poznania Jacek Jaśkowiak. Publicznie powiedział, że w stolicy Wielkopolski i powiecie poznańskim najwyczyniej w świecie nie ma dostatecznie dużego terenu, który pomieściłby amerykańskich wojskowych wraz z rodzinami. Ale za to zwrócił uwagę, że niedaleko jest taki teren i to dość atrakcyjnie zlokalizowany.

Konkretnie chodzi o obszar znajdujący się na terenie gminy Oborniki, między wsiami Sepna, Nieczajny i Lulina. Potężny, 1500-hektarowy teren znajduje się niedaleko granicy z powiatem poznańskim, gminą Rokietnica i samego Poznania. Jeszcze niedawno trwała ożywiona dyskusja wśród mieszkańców gminy związana z planami zabudowy.

Jego właściciel, firma CLIP Group, która jest właścicielem potężnego centrum logistycznego w podpoznańskim Jasinie, jeszcze niedawno chciała stwo-



**Wicepremier i minister obrony narodowej Władysław Kosiniak-Kamysz był w Poznaniu 28 czerwca i spotkał podczas uroczystości prezydenta Poznania. Dzień później Jacek Jaśkowiak mówił o bazie USA w Obornikach**

rzyć tam Poznań North Economic Zone, czyli największą w Polsce strefę przemysłową. Większą od podwrocławskich Kobierzyc.

### **Baza zamiast fabryk?**

Wizją właściciela było sprowadzenie inwestorów w branży nowych technologii. Mówiło się nawet o próbach nawiązania współpracy z tajwańskim producentem półprzewodników, który szuka miejsca dla swojej nowej fabryki w Polsce.

Plany te wzbudziły kontrowersje wśród mieszkańców. Oto teren, który od lat było obszarem rolniczym i formalnie wciąż nim jest, nagle ma zostać zamieniony w gigastrefę ekonomiczną, która będzie zakładała spokój mieszkańców chcą-

cych uciec od miejskiego zgiełku. Czują się oni w pewien sposób pokrzywdzeni, bo oni musieli dbać o odpowiednie krzywizny dachów i poziom prześwitów płotów, żeby nie zaszkodzić ptasim łęgom na znajdującym się tam obszarze Natura 2000. A nagle ma się pojawić inwestor, który potencjalnie nie będzie musiał się tym przejmować.

Tymczasem projekt budowy w tym miejscu bazy wojskowej może być paradoksalnie odpowiedzią na tego typu zarzuty mieszkańców. Tak przynajmniej twierdzi rzecznik prasowy obornickiego urzędu miasta i gminy. Według Krzysztofa Nowackiego baza stanowiłaby mniejszą ingerencję w środowisko niż centrum przemysłowe.

- Na razie docierają do nas tylko strzępy informacji o trwających rozmowach na szczeblu ministerialnym - komentuje „Głosowi Wielkopolskiemu” Tomasz Szrama, burmistrz Obornik. - Udało nam się tylko dowiedzieć, że są rozpatrywane tereny pod Wrocławiem i właśnie Oborniki. A ten teren jest jedynym na tyle dużym, gdzie coś takiego mogłoby powstać.

Jak zauważa, teren ten znajduje się na południowym skraju gminy i sąsiaduje między innymi z gminą Rokietnica. Stosunkowo niedaleko jest także granica Poznania. Mieszkańcy Obornik raczej nie odczuliby większych uciążliwości związanych z funkcjonowaniem takiej bazy. Największy

ruch kierowałby się w stronę Poznania, a nie Obornik.

### **Zapiski palcem po wodzie**

Kwestią otwartą pozostawałaby także rola w tej sprawie budowy ekspresówki S11 w Wielkopolsce. Według Urbaniaka jej możliwie jak najszybsza budowa byłaby kluczowa z punktu widzenia funkcjonowania stałej bazy wojskowej na tym obszarze. Według burmistrza, przynajmniej w kwestii obwodnicy Obornik, wszystko idzie zgodnie z planem.

Zwraca uwagę, że wszystko to, o czym obecnie się mówi wokół potencjalnej budowy bazy, stanowi pisane palcem po wodzie dywagacje. Nie zapadły jeszcze żadne konkretne decyzje, a jeśli się tak stanie, to raczej gmina nie będzie miała za dużo do powiedzenia. I to pomimo pozytywnego odzewu.

Nie wiadomo też, czy trwają jakiegokolwiek rozmowy właściciela terenu z przedstawicielami Ministerstwa Obrony Narodowej. W biurze zarządu firmy dowiedzieliśmy się tylko, że „nic o tym nie wiadomo”. Według rzecznika gminy Oborniki informacja o lokalizacji bazy w tym miejscu miała pojawić się podczas obchodów 70. Rocznicy Poznańskiego Czerwca 1956 Roku.

Wtedy to stolicę Wielkopolski odwiedził wicepremier i minister obrony Władysław Kosiniak-Kamysz, a prezydent Poznania był współgospodarzem obchodów. Można jedynie przypuszczać, że to stąd wzięła się ta informacja, wygłoszona przez Jacka Jaśkowiaka dzień później już publicznie. Są jednak i tacy, którzy uważają, że ta deklaracja była przedwczesna i może zostać przez ministerstwo źle odebrana. Czy zatem baza wojsk amerykańskich powstanie pod Obornikami? Decyzja pozostaje w rękach Amerykanów.

FOT. WALDEMAR WYŁĘGAŁSKI

**Dlaczego nie umiemy odpoczywać, nawet wtedy, kiedy wreszcie mamy wolne?**

Bo wydaje nam się, że odpoczywanie jest czymś karygodnym, złym, dowodem na to, że jesteśmy egoistycznymi, leniwymi ludźmi. Takie mamy niestety wychowanie, że gdzieś z tyłu głowy siedzi ta myśl, że jak człowiek siada, żeby odpocząć, to znaczy, że jest leniwy. W kręgu naszych babć i matek pokutowało przekonanie, że jak gospodyni usiądzie na chwilę, to znaczy, że jest niegospodarna. A jak mężczyzna usiądzie, to znaczy, że nie jest „robotny”. I takie wychowanie przenosi się, niestety, na nas. W związku z tym wszyscy dwóimy się i troimy, biegamy ciągle, zostajemy w pracy po godzinach, żeby tylko poczuć, że zasługujemy na to, by powiedzieli o nas, że jesteśmy dobrymi, pracowitymi ludźmi.

**To kulturowy efekt, że odpoczynek budzi poczucie winy?**

Podejrzewam, że tak. Pamiętam jeszcze, jak moje obie babie szczyciły się tym, że nawet na chwilę nie przysiadły. Ciągle coś robiły, znajdowały sobie pracę nawet jak już wszystko było zrobione. A kiedy moja mama próbuje usiąść i poczytać, tata od razu sobie przypomina, że trzeba natychmiast coś zrobić: kanapkę, herbatę, kawę, cokolwiek. Byłoby tylko nie odpoczywać. Są kultury, w których wysiłek jest ceniony bardziej niż efekty pracy. W Japonii pracownik ucinając sobie w biurze drzemkę dowodzi, że jest zaangażowany i pracuje tak ciężko, że po prostu nie daje już rady. To trochę paradoks, drzemka ceniona jest nie jako sam odpoczynek, ale dowód zmęczenia. My Polacy, może nie mamy tak skrajnego podejścia, ale mamy w sobie przekonanie, że trzeba w widoczny sposób, bardzo ciężko pracować, żeby zasłużyć na awans lub podwyżkę. Hasło pracuj mądrzej, nie ciężiej dopiero się u nas przyjmuje. Tak samo jest zresztą już w szkole. Uczniowie najczęściej nie są chwaleni za to, że znajdują sposób, żeby coś zrobić lepiej, szybciej, mądrzej albo kreatywniej, tylko za to, że siedzą i uczą się na pamięć. Większość świadectw z czerwonym paskiem dostajemy właśnie za naukę na pamięć. Taka forma edukacji jest kusząca, bo wydaje się odpowiednio ciężka, ale jest w miarę prosta i bardzo łatwo daje poczucie, że jesteśmy dobrymi uczniami.

**„Pojadę na urlop, to wreszcie odpocznę” – słyszę teraz często. Zastanawiam się, czy urlop zawsze działa jak magiczny przycisk z napisem „reset”?**

Bywa różnie. Niektóre osoby są w stanie wcisnąć sobie przycisk resetu. Ja nauczyłam się tego po osiemnastu latach w korporacji. Kiedy mam urlop, chwy-

tam książkę i odpoczywam już od pierwszej chwili. Nie robię niczego związanego z pracą i o pracy nie myślę. Ale zajęło mi to bardzo dużo czasu. Są osoby, które na urlop zabierają służbowego laptopa albo przynajmniej sprawdzają służbową pocztę w telefonie, bo mają poczucie, że tylko w ten sposób kontrolują to, co dzieje się pod ich nieobecność. Inna sprawa to wypoczynek aktywny lub pasywny. Dla jednych odpoczynkiem jest leżak i książka, inne wypoczywają, w ruchu, i to jest jak najbardziej w porządku. Ale są również ludzie, którzy nie tyle wypoczywają w ruchu, ile nie są w stanie się zatrzymać. Gdziekolwiek zdecydują się spędzać urlop, każdą jego minutę od rana do wieczora mają zaplanowaną i wypełnioną aktywnością. Najpierw muzeum, potem szybko zwiedzanie galerii sztuki, rzut oka na słynny widok do obejrzenia, a zaraz potem kolejne muzeum i błyskawiczna wycieczka po parku. I oni tak naprawdę nie mogą ani na chwilę przystanąć, bo wtedy dogania ich niepokój.

**Czyli: „muszę zwiedzić”, „muszę zrobić zdjęcie”, „muszę zaliczyć”. Wydaje mi się, że słowo „muszę” jest największym wrogiem wakacji.**

Kiedy „muszę” wchodzi na scenę, wakacje są już na przegranej pozycji.

**A kiedy na wakacjach pojawia się cisza, kontakt z naturą, dobre jedzenie, woda, zapachy, czyli wszystko, co powinno działać kojąco na układ nerwowy, część z nas nagle czuje się nieswojo. Dlaczego?**

Bo przywykliśmy do tego, że cały czas jesteśmy w biegu. Oducziliśmy się odpoczywania, a relaks nie jest już dla nas normalnym stanem, tylko wyrzutem sumienia. Zakładając, że maksymalny urlop to dwa-dzieścia sześć dni, to przez resztę roku jesteśmy wciąż zapracowani. I nagle zostajemy wystrzeleni z tego kosmosu pracy i zmęczenia gdzieś poza niego. Nie wiemy, jak mamy z tym żyć. Przez cały rok mówimy sobie: „Na urlopie wreszcie usiądę, odpocznę, jak się położę na leżaku, to nie wstanę przez dwa tygodnie”. A potem siadamy na tym leżaku i po pierwszych dwudziestu minutach zaczynamy się zastanawiać: „Co ja mam teraz zrobić? Jak się tak w ogóle da żyć? Tak nic nie robić? Niczym się nie zajmować? O niczym nie myśleć?”. Bo człowiek pozostawiony sam ze sobą zaczyna myśleć, dopada go autorefleksja i to też może budzić obawy. Pojawiają się trudne emocje, przeświadczenia. A kiedy jest się zapracowanym, nie trzeba myśleć o różnych niewygodnych rzeczach, nie trzeba mierzyć się z przykrymi emocjami, bo praca porządkuje nasz świat

## Dlaczego urlop nie zawsze działa jak reset, czemu słowo „muszę” psuje wakacje i po czym poznać, że naprawdę odpoczęliśmy – mówi Joanna Zaręba, coachka i autorka książki „Jak się odstresować”

Anita Czapryn



Joanna Zaręba: Oduczylismy się odpoczywania, a relaks jest tylko wyrzutem sumienia

# „MUSZĘ”, CZYLI KIEDY WAKACJE SĄ NA PRZEGRANEJ POZYCJI

i zajmuje czas. A na urlopie człowiek siada, chce odpocząć i okazuje się, że nie jest w stanie być spokojny ze swoimi myślami. Więc musi natychmiast się czymś zająć.

**W swojej książce „Jak się odstresować” pisze pani, że stres jest w ciele. Gdzie go szukać?** Wszędzie. Stres wpływa na całe ciało, ponieważ reakcja stresowa jest reakcją naszego organizmu na negatywne bodźce. Ciało czuje, że dzieje się coś, co mu się nie podoba, a jednocześnie wie, że nie może nic z tym zrobić. Powiedzmy, że mamy w pracy trwającą falę zwolnień,

wiemy o tym i boimy się, że może trafić i na nas, ale nie mamy na to wpływu. Nasze ciało pozostaje w takiej sytuacji w ciągłym stresie i ten stres się kumuluje. Dla naszych przodków fizyczną reakcją stresową wyzwalala obecność drapieżnika, nagły hałas, atak innego członka grupy. Ale po pewnym czasie ulegała wygaszeniu, a w opisanym przykładzie ta reakcja trwa cały czas. Może nie zawsze tak intensywnie, jak gdyby goniły nas wilki, ale za to zostaje z nami non stop. Ciało w takim trybie awaryjnym jest jak kraj w stanie wojennym. Gospodarka zamiera, a rząd

przejmuje wojsko i policja, gotowe na szybką reakcję w przypadku natrafienia na zagrożenie. Czasowo taki stan gotowości w ciele jest potrzebny, a nawet zbawienny, ale na dłuższą metę ogranicza ciało możliwości regeneracji, odbudowy, leczenia. Dobrym przykładem jest wpływ stresu na układ trawienny. W sytuacji awaryjnej krew pompowana jest do mięśni, a potrzeby żołądka schodzą na dalszy plan. Jeżeli stres przeciąga się zbyt długo, trawienie i wchłanianie pokarmu ulega zaburzeniom. W przewlekłym stresie cierpi nie tylko nasz układ nerwowy, ale pokar-

nowy i odpornościowy. Do tego dochodzi zmęczenie, permanentnie spięte mięśnie i problemy ze snem. A jeżeli nie śpimy, bo budzi nas niepokój, dodatkowo obciążamy organizm, bo sen jest wymagany do prawidłowego funkcjonowania. Bezsenność jeszcze bardziej nas wykańcza i wtedy jeszcze gorzej znosimy stres.

**Ciało każdego człowieka reaguje na stres inaczej?**

Tak, dużo zależy od indywidualnej odporności na stres, od genów, a nawet wychowania. Na przykład znam osoby, które w stresie spinają ramiona i barki, odczuwają ból pleców. Sama miałam taki moment w pracy, kiedy po dwóch godzinach już czułam, że właściwie powinnam iść na masaż. Ale inni zaciskają pięści, ogryzają paznokcie lub zgryzają zębami w nocy. Znam też kogoś, kto stał sobie zęby tak bardzo, że większość będzie chyba musiał wymienić. Niektórzy w stresie mają głównie problemy z zasypianiem i wybudzają się w nocy, a u pewnej grupy ludzi pojawia się też tak zwane zająkanie stresu. Wtedy na scenę wchodzi comfort foods, czyli pocieszające jedzenie: zwykle tłuste, słodkie albo bardzo słone, a ono źle wpływa na ciśnienie, cholesterol i dodatkowo obciąża już cierpiący od przewlekłego stresu organizm. Można by tak wymienić i wymienić, bo stres wychodzi z nas na milion różnych sposobów, bezpośrednio i pośrednio.

**Istnieje obiegowa opinia, że potrzebujemy co najmniej dwóch tygodni urlopu, bo pierwszy tydzień jest właściwie zmarnowany, dopiero uczymy się odpoczywać, jesteśmy rozdrażnieni, zmęczeni, kłótlivi. Czy jest taki moment, kiedy organizm schodzi z wysokich obrotów?**

U mnie w pracy mówi się nawet o trzech tygodniach: pierwszy tydzień to szok, że jestem na urlopie, drugi tydzień to odpoczynek, a trzeci to mentalne przygotowywanie się na powrót. Ale to bardzo indywidualne. Są osoby, które wyrobiły w sobie nawyk: ostatni e-mail przed urlopem i „Widzimy się za dwa tygodnie, nawet o was nie myślę”. Inni nieszcześnie przygotowywanie się na powrót będą biegać w panice, bo nie będą wiedzieli, co ze sobą zrobić i odpoczną dopiero po paru dniach, kiedy się przyzwyczają do odpoczynku. A dla niektórych dwa tygodnie to w ogóle za mało, żeby odpocząć i potrzebowałby dłuższej przerwy. Czasami ludzie w ogóle odmawiają wybierania dni urlopowych, bo nie wyobrażają sobie siebie odpoczywającego. I konczy się na tym, że wreszcie zmuszeni są wziąć zwolnienie lekarskie, bo są tak zestresowani i przemęczeni, że kończy się na wizycie u psychiatry i po-

trzebna jest dłuższa rekonwalecencja, czasami ze wsparciem farmakoterapii. Bardzo dużo zależy od organizmu, sytuacji indywidualnej, od tego, co nas stresuje i jak wygląda nasza praca. Inaczej będzie reagował pracownik w firmie, w której wszystko dobrze się układa, a inaczej ktoś, kto idzie na urlop i za dwa tygodnie może się okazać, że już nie pracuje.

**Jest jeszcze presja idealnych wakacji. Jeśli jadę na drugi koniec świata i wydałam dużo pieniędzy, te wakacje po prostu muszą być idealne. To też może stresować?**

Może. Jeżeli chcemy mieć idealne wakacje, będziemy szukać idealnych ujęć. Zrobimy milion zdjęć, których prawdopodobnie nigdy nie obejrzymy, poza tymi, które wrzucimy na Instagram. Umówmy się: kto wraca do domu i ogląda wszystkie tysiące zdjęć? Niewiele osób. Będziemy dążyć do tego, żeby zawsze wyglądać ładnie i odpowiednio entuzjastycznie. Nie będzie miejsca na to, żeby np. powiedzieć sobie „dzisiaj chodzę po górach, pocę się, średnio się czuję, ale daję sobie na to pozwolenie i po prostu chcę odpocząć.” Za to może się okazać, że skupimy się na tym, żeby zawsze być w pełnym makijażu, w modnym i drogim ubraniu. Jeśli coś będzie nieidealnie, pocujemy się z tym bardzo źle, bo nie sprostamy własnym wymaganiom i wymaganiom otoczenia. A otoczenie prędko się przyzwyczaja, że na wakacjach wyglądamy super. Więc jeśli nagle wyglądamy gorzej, jesteśmy nieuczczani, to pojawia się pytanie: co się stało? To też jest bardzo obciążające. Zresztą każde dążenie do ideału, który z natury rzeczy jest niemożliwy, wytwarza dodatkowy stres. Jeśli próbujemy zrobić coś idealnie, a nasze możliwości nie dorastają do ideału, czujemy się tylko gorzej. Potem próbujemy jeszcze bardziej idealnie się pokazać, żeby podnieść nadwątloną samoocenę, ale to tylko wpędza nas w błędne koło frustracji.

**Jak więc zaplanować urlop, żeby był odpoczynkiem, regeneracją, spełnieniem naszych potrzeb, a nie tabelką zadań i listą atrakcji?**

Przed wyjściem trzeba ustalić, jakim typem osoby jesteśmy. Dla jednej osoby taka tabelka może być uspokajająca, bo są ludzie, którzy bez dokładnego planu nie czują się bezpiecznie. Ale ten plan musi być przewidziany tak, żeby był czas na poprawki i zmiany. Trzeba zaakceptować, że nie zawsze wszystko wyjdzie i się uda. Są też osoby, które w ogóle nie planują, tylko jadą, jak to się mówi, na przysłowiową „pałę” i wtedy czują się najlepiej. Mój kolega pojechał w ten upalny weekend nad morze. W piątek powiedział mi: „Wymyśliłem, że w so-

botę jedziemy nad morze na jeden dzień”. Więc go pytam: „Ale to jest ileś godzin drogi? Chce się wam tak?”. A on: „To nic. Pojedziemy, posiedzimy, a jak nam się spodoba, znajdziemy jakiś nocleg, przenocujemy i wrócimy w niedzielę”. Ja bym w tej sytuacji umarła ze stresu, bo potrzebuję mieć to zaplanowane: gdzie będę mieszkać, czym dojadę, od której, jak będę spać. A on po prostu jedzie nad morze i, jeśli mu się spodoba, zostaje na noc. Jak wiadać, każdy będzie planował urlop inaczej. Najważniejsze, żeby nie planować dnia od śniadania do kolacji co do minuty, bo każdy plan w pewnym momencie się załamuje. I trzeba się z tym pogodzić.

**Sama czasem mówię sobie:**

**„Anita, uspokój się, masz wolne, jesteś na wakacjach”, ale ciało nie słucha. Co wtedy robić?**

Chyba najprostsze są ruch i ćwiczenia oddechowe. Ćwiczenia oddechowe działają na dłuższą metę, jeśli stosuje się je regularnie, ale potrafią też dość szybko wyciszyć reakcję stresową w momencie, w którym ona się pojawia. Jeżeli chodzimy, poruszamy się, ćwiczymy, stres też trochę odpuszcza, ponieważ wytracamy energię. Ciało skupia się na czymś innym niż tylko reakcja stresowa. Nasi przodkowie, kiedy coś ich goniło, zatrzymywali się i relaksowali, dopiero kiedy udało im się uciec. Wysiłek fizyczny w stresie był sygnałem dla ich ciała, że reagowali, bronili się, uciekali, a kiedy ustawał, to była dla organizmu informacja, że już są bezpieczni. Niestety, współczesność jest taka, że na stres zwykle reagujemy na siedząco, bo większość naszych stresów jest związana albo z pracą biurową, albo z siedzeniem i zamartwianiem się o coś. To nie jest naturalna dla ludzkiego ciała reakcja.

**Co daje natura, czego nie da nam kanapa i telefon w rękę?**

Natura przede wszystkim wycisza i uspokaja układ nerwowy. Daje inne otoczenie: zieleń, delikatne dźwięki, naturalne bodźce. W mieście jest inaczej. Wystarczy zobaczyć Warszawę nocą: tu neon, tam neon, tu żółty, tu różowy, tu samowoni tramwaj, tu trąbią samochody. Wystarczy wejść do galerii handlowej przed świętami, żeby zobaczyć, jak działa przebudowanie. W naturze mamy mniej bodźców i organizm może się powoli wyciszyć w naturalnych dla siebie warunkach. Miasto, praca, dużo ludzi, hałas, komunikacja miejska – to jest masa bodźców, a my nie byliśmy przewidziani na takie obciążenie. Mówi się o zanieczyszczeniu światłem, o zanieczyszczeniu dźwiękiem. Mało kto może powiedzieć w Warszawie, że kiedy zgasi światło i nie ma zaciemniających rolet,

to ma w mieszkaniu ciemno i może normalnie spać. To duży problem dla układu nerwowego.

**Wyobraźmy sobie pierwszy dzień urlopu. Co zrobić, żeby ciało zrozumiało, że już nie musi nigdzie biec?**

Do urlopu trzeba się dobrze przygotować, tak żeby nie mieć wymówki dla: „Jeszcze coś muszę sprawdzić w pracy”. Jeżeli mamy komuś przekazać pracę, przekazujemy. Jeśli mamy przygotować automatyczną odpowiedź e-mailową, szykujemy ją. Sprawdzamy, co możemy zostawić po urlopie i wpisujemy to w harmonogramy, żeby nie było potem: „Ojej, zapomniałam sprawdzić, to przy okazji zerknę na e-mail, odpiszę na parę wiadomości, jeszcze kolega zadzwoni, bo czegoś nie wie”. Trzeba dopilnować, żeby wszystko było domknięte. A pierwszego dnia urlopu zamykamy laptopa w szufladzie. Służbową komórkę też zamykamy w szufladzie. Niektórzy dowcipnie radzą, żeby wrzucić ją do toalety, ale to jednak zbyt drastyczny środek. Upředzamy wszystkich w pracy, że jesteśmy na urlopie i stawiamy sprawę jasno, żadnych służbowych rozmów telefonicznych. Jeżeli nie mamy do czynienia z poząrem biura, a dzwoniąca osoba nie zamknęła się właśnie w tym biurze razem z ogniem, niech nie dzwoni. A wtedy najlepiej niech dzwoni na straż pożarną, a nie do nas. I szukujemy sobie coś, co zajmie naszą uwagę w relaksujący sposób. Ja mam akurat książkę, kryminał, który na urlopie próbuję czytać po włosku, bo się uczę tego języka. On świetnie skupia moją uwagę, bo nie mogę czytać go za szybko, gdyż jeszcze tak dobrze nie znam włoskiego. To daje kombinację skupienia uwagi i relaksu. Niektórzy po prostu włączają Netflix i obejrzą ulubiony serial. Po pewnym czasie to też może być męczące, bo jednak nas przebudowuje, ale na początek urlopu warto zaryzykować i zrobić coś, co nas mocno schwyci i będzie trzymać w trybie odpoczynku, żeby nie chciało nam się koniecznie sprawdzać, co dzieje się w pracy. No i pod żadnym pozorem nie dzwonić do pracy, nie dowiadywać się, jak poszło kolegom z ważnym spotkaniem, co się dzieje, czy coś słychać nowego. To prosta droga do nieszczęścia.

**Nie wszyscy są na urlopie. Niektórzy dopiero na niego czekają, inni w ogóle nigdzie w tym roku nie wyjadą. A odpoczywać trzeba. Jak odstresować się po zwykłym dniu pracy?**

Najważniejsza jest granica. Granica między pracą a życiem prywatnym. Wiem, że to trudne. Patrząc czasami na LinkedInie, jak ludzie piszą, że work-life ba-

lance jest dla przegrywów, a prawdziwi, silni przedsiębiorcy są non stop w pracy. Nie. To ma swoją nazwę: kultura zapierdolu. Ona powoduje, że nie mamy szansy odpocząć, bo nie mamy granicy między życiem a pracą. Musimy móc powiedzieć sobie: w tym momencie jestem w pracy, a w tym momencie jestem w życiu prywatnym. Jeżeli wpuszczę pracę do życia prywatnego, a praca mnie stresuje, nie ma opcji, że bym odpoczęła. Trzeba tę granicę wykształcić. Trzeba mieć hobby, rzeczy, które zajmą nas poza pracą, zainteresowania pomagające budować tożsamość nas jako człowieka, nie pracownika. Znam osoby w wieku moich rodziców, które przez całe życie zajmowały się tylko pracą. Kiedy moi rodzice zapraszali znajomych na kawę, rozmawiali z nimi głównie o pracy, a ja zawsze byłam zdziwiona: „Jak można tyle mówić o pracy!?” A potem złapałam się na tym, że kiedy ja spotykam się z ludźmi i robię dokładnie to samo. I pomyślałam: „O nie, tak się nie będziemy bawić”. I teraz, kiedy się z kimś spotykam, rozmawiamy o wszystkim, tylko nie o życiu zawodowym. Trzeba koniecznie mieć coś, czym się żyje, kiedy nie jest się w pracy. Dosłownie: trzeba mieć coś takiego, że gdyby nas teraz zwolnili (zakładając, że nie byłibyśmy w kryzysie finansowym, mielibyśmy poduszkę i byłibyśmy finansowo bezpieczni) moglibyśmy sobie bez wahania odpowiedzieć na pytanie: kim teraz jesteśmy? Kiedy nie jestem dyrektorem, kucharzem, prezesem, taksówkarzem, kiedy nie jestem moim zawodem, to kim jestem? Co robię, kiedy nie pracuję? Bo prędzej czy później zadamy sobie to pytanie na emeryturze.

**Bardzo podobało mi się w pani książce „leżenie placikiem”. Piśse pani, że warto wykonywać to ćwiczenie codziennie, najlepiej po pracy. Dlaczego właśnie wtedy?**

Bo ono robi tę granicę, o której mówiliśmy. Wiele osób pracuje dziś zdalnie. Pandemia szybko pokazała, że można tak pracować, ale równie szybko okazało się, że wtedy granica znika. Normalnie człowiek wychodzi z pracy, wsiada do autobusu i tą granicą pomiędzy życiem zawodowym a prywatnym staje się przejazd do domu. A kiedy pracujemy zdalnie, skąd mam wiedzieć, czy jestem jeszcze w pracy, czy już w domu? Jeżeli w pracy siedzę przy laptopie, a po pracy piszę książkę też na laptopie, potrzebuję symbolicznej przerwy. Leżenie placikiem bardzo dobrze się w to wpisuje. Wychodzi z nas napięcie, oddech się uspokaja, krew trochę wolniej krąży, ciśnienie spada, zwłaszcza jeśli ktoś nas przez cały dzień irytował. Kiedy się położymy, poleżymy i poczekamy, ażzejdzie z nas napię-

cie, to w momencie, w którym wstajemy, wiemy już, że jesteśmy po drugiej stronie granicy. Po tej domowej.

**W książce pokazuje pani też ślepe uliczki: używki, zajądanie stresu, zakupy, unikanie problemów, rozładowywanie emocji. Która z tych strategii najczęściej udaje odpoczynek?**

U niektórych takim udawaczem paradoksalnie bywa aktywność fizyczna. Myślę, że jeżeli pójda pięć razy w tygodniu na siłownię, to się odstresują, a jednocześnie nie robią nic z tym, co ich stresuje. Ruch oczywiście pomoże do pewnego stopnia, ale jeśli sytuacja jest kiepska, a oni nie chcą z niej wyjść, to będzie tylko plaster. Są też rzeczy, które bardzo lubią udawać, że nas odstresowały. Na przykład używki. Niektórzy mówią „Wypiję sobie codziennie jedno piwko po pracy, żeby się odstresować”. To nie jest odstresowanie. To jest niestety droga do uzależnienia. Lubimy uczucie, które daje alkohol: zapominamy o problemach, schodzi napięcie mięśniowe, wyciszamy się. Tylko że to nie usuwa problemów, nie usuwa źródła stresu, nie zmniejsza go de facto. Alkohol jest neurotoksyczny, dlatego go pijemy – bo zmienia nam stan świadomości, po nim stajemy się nieco bardziej beztroscy. Ale jednocześnie szkodzi zdrowiu i dołącza kolejne źródła stresu, bo powoli stawiamy się w sytuacji, w której nie jesteśmy w stanie odstać tego wieczornego piwka, które ma nas odstresować. A jednocześnie jego spożycie odbija się nie tylko na nas, ale i na otoczeniu, chociażby wpływając i niszcząc relacje.

**Jak odróżnić przyjemność, która naprawdę regeneruje, od tej, która tylko na chwilę znieczula?**

Niektóre rzeczy można od razu przesunąć do kategorii: „na chwilę znieczula”. Narkotyki, papierosy, alkohol, tego typu używki to są znieczulacze, strzały dopaminy. Telefon, granie na komórkę, doom-scrolling też można tam zaliczyć. To ma dać szybką dopaminę, ale nie działa uspokajająco ani wyciszająco. Przy całej reszcie warto pytać: ile tego jest i jaką funkcję pełni. Weźmy aktywność fizyczną. Znam osoby, które biegają półmaratony albo maratony, bo lubią biegać, trenować, kochają być w ruchu i w pewnym momencie myślą: „To teraz przebiegnę maraton”. Super! Ale znam też osoby, które mówią: „Przebiegłam dziesięć maratonów i jeszcze muszę kolejny. Wstaję o piątej, przebiegnę parę kilometrów, bo muszę trenować, potem czas do pracy, po pracy znowu muszę pobiegać, potem siłownia, potem jeszcze trening rozciągający”. A rodzina gdzie? A odpoczynek gdzie? A czas spędzany w ciszy na autore-

fleksji? „Nie, nie, ja muszę kolejny maraton”. I wtedy to jest ucieczka. Jeżeli nie możemy bez czegoś żyć, to znak, że to jest jakiś rodzaj uzależnienia i że maskuje nam inne problemy.

**Po czym poznamy, że wracając z urlopu, naprawdę odpoczęliśmy? Że to nie był tylko odpoczynek w relacji na Instagramie, ale że czujemy go fizycznie w ciele?**

Po luźniejszych mięśniach, poczuciu spokoju, po tym, że rozbiegane myśli nie są wszędzie, nie zalewają nas, zwłaszcza kiedy kładziemy się spać przed pracą ostatniego dnia urlopu. Jeśli na początku byliśmy nerwowi, drażliwi, łatwo się klóciłiśmy, a teraz jesteśmy bardziej wyluzowani i cierpliwi, to też jest znak. Nie wystarczy już pokiwać nam paluszkami, żebyśmy zaraz na kogoś nakrzyczeli. Nie ma też takiej paniki, że wracamy do pracy. Chociaż to nie zawsze jest oznaka tego, czy się zrelaksowaliśmy, bo możemy przez dwa tygodnie świetnie odpocząć, ale jeśli wracamy do toksycznego środowiska pracy, cały ten relaks pójdzie na marne, jeśli tej pracy nie zmienimy. Jest coś takiego jak syndrom niedzielnego wieczoru: w niedzielę wieczorem człowiek już czuje, że będzie źle, że już go napełnia lękiem nadchodzący poniedziałek. Więc jeśli wracając do pracy czuję, że jest dobrze, że mam naładowaną baterię, że jestem spokojna, silna, że nie mam bieżących myśli, to znaczy, że odpoczęłam. Ale też, że mam dobre miejsce, do którego wracam.

CV



FOT. MATERIAŁY PRASOWE

**Joanna Zaręba**

Coach psychologiczny, autorka książek, w tym „Jak się odstresować”, która ukazała się w lipcu nakładem Wydawnictwa RM.



**D**użo? Owszem, ale to tylko ciut więcej od 40,5° Celsjusza, temperatury odnotowanej kilka dni temu, 28 czerwca, na stacji pomiarowej IMGW w Słubicach. To najwyższa temperatura zanotowana w historii oficjalnych pomiarów w Polsce.

Pytanie, dlaczego ludzie lubią się w mierzeniu upałów, odnosi się wprost do ludzkiej natury. Jako że wysoka temperatura wpływa na życie i działalność człowieka, budziła ona i budzi powszechne zainteresowanie i jest tematem publicznej dyskusji.

„Cywilizacyjny rozwój” – dowodzi Magdalena Skrzyńska w rozprawie „Historia pomiarów temperatury powietrza w Europie do końca XVIII wieku” – „od samego początku był uzależniony od warunków termicznych – zwłaszcza tych skrajnych, stanowiących zagrożenie dla ludzkiej egzystencji, które w większym lub mniejszym stopniu przyczyniały się do występowania m.in. suszy, pożarów, powodowały nieurodzaj, wywołując głód, a w konsekwencji epidemie”.

Stąd już w starożytności prowadzono obserwacje i pomiary temperatury, a w kolejnych stuleciach doskonalono metody i urządzenia, pozwalające na dokładniejszą i pełniejszą analizę tego parametru.

Wedle Magdaleny Skrzyńskiej pierwszy przyrząd do określenia różnicy temperatury ciał, tzw. termoskop, został wynaleziony ok. 210 r. p.n.e. przez Filona z Bizancjum. Ów grecki pisarz i inżynier znajdował urządzenie wyposażone w skalę, dwie ruchome obrączki na rurce umożliwiały zaznaczenie jedynie zmian temperatury.

Pozwalało na określenie podobnych parametrów, jak wynaleziony w 1602 r. termoskop Galileusza, który składał się z kulistej bańki zaopatrzonej w cienką rurkę, długości od 44 do 56 cm, którą umieszczano w zbiorniku z cieczą, np. z wodą lub winem. Przed pomiarem rurkę podgrzewano, by znajdujące się w niej powietrze ulegało rozszerzeniu. Po zanurzeniu otwartego końca termoskopu, gdy powietrze w rurce ochłodziło się, zasysała się do niego ciecz z naczynia.

„Poziom płynu w rurce zależało od wartości temperatury powietrza. Termoskop Galileusza również nie miał skali, a jego wskazania były niedokładne m.in. z powodu wpływu ciśnienia atmosferycznego na odczyt” – pisze Skrzyńska.

Na ziemiach polskich pomiary temperatury powietrza rozpoczął w 1740 r. w Toruniu niejaki Samuel Luter Geret. Obserwacji dokonywał rano i wieczorem w obrębie Gimnazjum Akademickiego przy ul. Piekary na Starym Mieście.

Pod koniec I Rzeczypospolitej działały już trzy obserwatoria astronomiczne: w Wilnie, Krako-



**40,5° Celsjusza odnotowano 28 czerwca na stacji pomiarowej IMGW w Słubicach. To najwyższa temperatura zanotowana w historii pomiarów w Polsce. Fala upałów sprawiła, że w kraju zaczęto rozstawiać kurtyny wodne**

# KRÓTKA HISTORIA UPAŁÓW. PO CO SIĘ MIERZY TEMPERATURĘ?

Jedną z kluczowych dat w historii pomiarów temperatury był 9 lipca 1936 r. Tego dnia termometry w Nowym Jorku wskazały zawrotne 106° Fahrenheita, czyli ok. 41,1° Celsjusza.

*Mariusz Grabowski*

wie i Warszawie. W Wilnie, gdzie pomiary rozpoczęto w 1771 r., termometry umieszczano w północnym oknie budynku obserwatorium na wysokości 20,6 m, ale terminy pomiarów wielokrotnie zmieniano. Z kolei w Krakowie pomiary rozpoczęto 1 maja 1792 r. i dokonywał ich ośmiu sam założyciel obserwatorium Jan Śniadecki.

1 stycznia 1779 r. ks. Jowin Fryderyk Alojzy Bystrzycki herbu Bończa urządził i nadzorował obserwatorium astronomiczne na Zamku Królewskim. Termometr umieszczony był na tarasie budynku, jednak bardzo często był przegrzany i jego wyniki były niemiernodajne.

Powyższe instytucje dostarczały nierzadko pomiarów tak fantastycznych, że spokojnie można je zakwalifikować jako „piekielne”.

Dodajmy do tego, że naszych antenatów interesowały nie tyle słupki temperatury, co zjawiska im towarzyszące. Nie bez powodu brak opadów nazwano w 1540 r. „suszą tysiąclecia”. Jak przypuszczają historycy, być może to właśnie wtedy padł

w Polsce historyczny rekord ciepła. Wedle niektórych badaczy istnieje możliwość, że „spiekoty” sięgały nawet 45-47° Celsjusza. Ale czy tak faktycznie było, dziś nie da się już ustalić.

To, co wiemy na pewno to to, że rok 1540 był katastrofalny w skutkach dla mieszkańców Polski oraz całej Europy. Poziom wody w rzekach był niski, wysychały stawy, jeziora i studnie, a zwierzęta padały z pragnienia. Wedle niemieckich przekazów Odra miała zmienić kolor na zielony, zapewne ze względu na znaczny rozrost glonów, które rozwijały się w ekstremalnie wysokich temperaturach.

Kataklizm powtórzył się w latach 1590, 1676 oraz 1683-1684. To wtedy też król Jan III Sobieski, bojąc się klęski głodu, wydał zakaz wywozu zboża z Polski.

Dziś w pomiarach temperatury pod uwagę bierze się tylko wartości zmierzone lub zaobserwowane w określonym miejscu i czasie, czyli tam gdzie znajdują się punkty pomiarowe.

W Polsce autorytatywne pomiary meteorologiczne prowadzi Instytut Meteorologii i Go-

spodarki Wodnej. Instytut został utworzony uchwałą Rady Ministrów z dn. 30 grudnia 1972 r., z połączenia Instytutu Hydrologiczno-Meteorologicznego z Instytutem Gospodarki Wodnej.

IMI GW bada też pomiary historyczne, odnoszące się do terytorium dzisiejszej Polski. Np. 40,2° Celsjusza (w cieniu), odnotowane 29 lipca 1921 r. w Prószkowie koło Opola, choć nie zachowały się dane co do stanowiska, na którym wykonano pomiar. Podobnie jest z 40,5° Celsjusza, które wskazały ponoć termometry w sierpniu 1943 r. w Ścinawie na Dolnym Śląsku. Ów rekord, wielokrotnie podważany i kwestionowany, dzielony jest obecnie z 40,5° ze Słubic.

A jak to wygląda poza Polską? Jeszcze do 2012 r. za rekord temperatury powietrza uznawano pomiar z 13 września 1922 r. To wtedy w Al-Azizjja w Libii odnotowano temperaturę 57,8° Celsjusza. Przez 90 lat była ona uznawana za najwyższą w historii, ale ponowne analizy tych pomiarów wykazały, że przy badaniu popełniono błąd, zapisując

temperaturę wyższą o ok. 7 stopni od rzeczywistej.

Tak więc rekord należy do kalifornijskiej Dolny Śmierci, gdzie w 1913 r. odnotowano 56,7° Celsjusza. Zaraz potem jest 55° z Kibili w Tunezji (pomiar w 1931 r.) i 54° z Palestyny (1942 r.).

Co ciekawe, 17 marca 2024 r. stacja meteorologiczna Guaratiba podała, że w brazylijskim Rio de Janeiro potwierdzono „odczuwalną temperaturę” 62,3° Celsjusza. Brzmiało to groźnie, temperatura powietrza nie przekroczyła jednak 42°, zatem większość ośrodków pomiarowych odniosła się do tych danych powściągliwie.

Wróćmy na chwilę do 1921 r. „skwaru tysiąclecia na Śląsku”, jak pisała ówczesna prasa. Pomijając temperatury, ówczesnych ludzi przerażały bardziej jego skutki. Gwałtownie wzrosła liczba pożarów, niedostatków wody, szczególnie niebezpiecznie robiło się też w hutach i kopalniach. „Kurier Zagłębia” wymieniał aż siedem przypadków, w których na skutek upałów doszło do niekontrolowanych eksplo-

zji w magazynach materiałów wybuchowych.

Ostrzegano poza tym, że rekordowe upały mają poważne skutki zdrowotne – „wywołują podrażnienie układu nerwowego”, sprzyjają migrenom i bezsenności, wreszcie ponoć „wywołują fermentację w żołądku z powodu zmniejszonego wydzielania się soków trawiennych”.

Niedobór deszczu i bardzo wysokie temperatury niosły z sobą suszę. „Ilustrowany Kurier Codzienny” alarmował, że „spala się gryka, mizernieją owsy, usychają okopowizny”.

Cechą klimatu, w którym żyjemy jest to, że po fali ekstremalnych upałów przychodzą burze i ulewę. Nie inaczej było w lipcu 105 lat temu. 29 lipca temperatury przekraczały 40°, a już następnego dnia, tj. 30 lipca, nad całą Polskę nadciągnął front burzowy, który przyniósł radykalną zmianę pogody.

Pojawiały się gwałtowne burze i wichury. W Krakowie nawałnica uszkodziła linię telefoniczną. W kolejnych dniach silne wyładowania atmosferyczne miały miejsce w innych rejonach, np. Chojnicach, gdzie – jak pisała prasa – nawałnica „zerwała linię telefoniczną, a gwałtowne opady i trąba powietrzna zniszczyły uprawy rolne oraz liczne zabudowania”.

W Szubinie (dziś to woj. kujawsko-pomorskie) spadł grad wielkości gołąbich jaj, a w Puszczy Niepołomickiej uderzenie pioruna wywołało pożar drzewostanu.

Jak co roku wysokie temperatury uruchomiły zatroskanych naukowców. O działania, które „ochronią obywateli przed skutkami zmiany klimatu wywołanej działalnością człowieka, w tym falami upałów”, zaapelowali w poniedziałek 27 czerwca pod Sejmem RP naukowcy. A pod listem do parlamentarzystów o podjęcie pilnej debaty klimatycznej podpisało się ponad 80 badaczy.

„Polacy właśnie rozpoczęli wakacje w warunkach jednej z najintensywniejszych fal upałów, jakie dotknęły nasz kraj w ostatnich latach” – napisali przedstawiciele świata nauki w liście, pod którym podpisali się m.in. eksperci ds. klimatu: prof. Szymon Malinowski, przewodniczący Komitetu ds. Kryzysu Klimatycznego PAN, prof. Zbigniew Karaczun z SGGW, ekspert Koalicji Klimatycznej, a także prof. Bogdan Chojnicki z Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu.

Naukowcy piszący, że „fale gorąca powodują przedwczesne zgony, wzrost ilości interwencji medycznych, wprowadzają chaos komunikacyjny i zniszczenia w infrastrukturze” mówią dokładnie to samo, co dziennikarze „Ilustrowanego Kuriera Codziennego” alarmujący przed stu laty o tym, że „spala się gryka, usychają okopowizny”. Można powiedzieć: „nic nowego pod słońcem”.

**M**yla się ci, którzy traktują „Terminatora 2” jako kolejną bajkę z gatunku sf. To zakamuflowany traktat o przyjaźni, tym bardziej pożądanej, że bezinteresownej i ofiarnej aż do końca. Co z tego, że spełnianej przez maszynę.

#### Niczym Prometeusz

Czy James Cameron był świadom, że niechcący nakręcił moralitet? W jednym z wywiadów dla „Variety” z lipca 1991 r. przyznał, że filozoficzny wątek w „Terminatorze 2” nie był do końca przypadkowy. „Motyw poświęcenia jest głęboko zakorzeniony w kulturze antycznej i chrześcijańskiej” – tłumaczył. To sedno moralności, a wszak Terminator poświęca swoje istnienie nie w wyniku zaprogramowania, ale dokonując świadomego wyboru.

Skąd pomysł, aby maszyna zachowała się niczym heros albo święty? Odpowiedzi trzeba szukać u autora scenariusza „Terminatora” – Williama Wishera Jr. Rzadko udziela wywiadów, ale w 2017 r. zgodził się na krótki interview dla internetowego magazynu undertheradarmag.com. Z interesującego nas wątku warto zacytować następujący fragment: „Przecież odwiecznym marzeniem ludzkości jest postulat miłości doskonałej. Powiedziałem Jamesowi (Cameronowi), że T-800, z twarzą Arnolda Schwarzeneggera, to taki Prometeusz epoki techno. Śmiał się, ale zgodził się ze mną”.

#### Z życia krytyków

Prometeusz, Antygona, Ifigenia, a w chrześcijaństwie Chrystus i jego uczniowie. „Nikt nie ma większej miłości od tej, gdy ktoś życie swoje oddaje za przyjaciół swoich” – mówi Zbawiciel w Ewangelii św. Jana. Terminator nie cytuje Pisma, w ogóle jest mało gadatliwy (w „Terminatorze” powiedział zaledwie 65 słów, w „Terminatorze 2” 700), ale gdy nadchodzi stosowny moment, wypełnia swoją misję aż do końca.

Gilbert Adair, brytyjski pisarz, dziennikarz i krytyk, który doznał lekkiego prześmiewczego miana „największego wroga Terminatora”, był doskonałym przykładem kogoś, kto nie chciał tego dostrzec. Gdy w 1984 r. w kinach pojawił się „Terminator 1” Adair nazwał go filmem „odrażającym do ostatniego stopnia”. Gdy siedem lat później debiutował „Terminator 2”, wzburzenie Adaira tylko się wzmogło. Tym razem zarzucił filmowi „atrakcyjność zakorzenioną w bezbożnej mieszance faszyzmu i mody”.

A przecież Gilbert Adair potrafił być bardzo spostrzegawczy, a nawet wyrafinowany. W jego CV stoi, że dostał nagrodę za opracowanie angielskiej wersji powieści Georges’a Pereca „A Void”, w której ani razu nie staje użyta litera „e”. Z kolei

# OTO TERMINATOR, TWÓJ NAJLEPSZY PRZYJACIEL

Nigdy nie zawiedzie, zawsze obroni i niczego nie będzie żądał w zamian. Pojawił się w kinie 3 lipca 1991 r. jako T-800 w filmie Jamesa Camerona „Terminator 2: Dzień sądu”

Mariusz Grabowski

w 2001 r. wydał biografię chłopca, który zainspirował Tomasza Manna do napisania powieści „Śmierć w Wenecji” – „The Real Tadzio”.

#### Nowy św. Paweł

Być może niedostrzeganie wątków etycznych w popkulturze wynika z jej wszechogarniającej miałości. W zalewie tandety ofiarny gest T-800 z „Terminatora 2” faktycznie może umknąć moralistom. A jeśli nawet coś zauważą, zwykle nie mają tyle szczęścia co nieprzejednany Adair.

Podajmy przykład: w 1994 r., po premierze „Pulp Fiction” Quentina Tarantino, grupa filozofów ze Stanfordu, podpisująca się akronimem GORGAS, wypuściła w uczelnianej sieci internetowej tekst „St. Paul Lives on Screen”. Wedle postawionej przez nich tezy jeden z bohaterów filmu – Jules Winnfield, grany przez Samuela L. Jacksona – to współczesny nawrócony Szawel, rzucony w świat rządzony przez Króla Ciemności. Tylko on, dowodzili, w oceanie nihilizmu potrafi odczytać Boże znaki. Do tego stopnia, że rzuca gasterkę i zaczyna patrzeć na swoje życie inaczej – nie jak na łańcuch zleceń i krwawych egzekucji, lecz jako drogę czynienia dobra na skutek imperatywu moralnego.

Ten dość oryginalny tekst obrósł dziś tyloma interpretacjami i komentarzami, że na forach kinomaników stał się niemalże legendą. Ale po protestach i zamieszkach z udziałem ruchu Black Lives Matter, które przetoczyły się przez amerykańskie oraz zachodnie uczelnie w 2020 r. zniknął i cytowany bywa zwykle z drugiej ręki.

#### Gdzie jest Bóg?

Wróćmy do „Terminatora 2” i związanych z nim wątków etycznych. Na stronie KulturaDobra.pl, reklamującej się jako „Przewodnik dla rodzin chrześcijańskich po świecie filmu”, znaleźć można takie oto przesłanie: „Produkcja ma też swoje bardziej wyraźne i pozytywne lekcje moralne. Jednym z takich plusów jest tu wskazanie



Skąd pomysł, aby maszyna zachowała się niczym heros albo święty? Odpowiedzi trzeba szukać u autora scenariusza „Terminatora” – Williama Wishera Jr.

na to, iż ludzie jako posiadający dar wolnej woli, mogą kształtować swą przyszłość, w związku z czym zło i tragedie, jakie mogą nadejść, nie są absolutnie nieuchronne”.

Dalej: „Co prawda, jako że w filmie tym nie ma wzmianek o Panu Bogu, podana wyżej prawda jest niepełna przez to, iż nie uwzględnia Bożej wszechwiedzy i tego, iż np. prorocy mogą w imieniu Bożym, w sposób pewny przepowiadać pewne złe wydarzenia, nie zaprzeczając przy tym ludzkiej wolności (gdyż Bóg po prostu wie, jakich ludzi dokonają wyborów)”.

I wreszcie: „»Terminator 2« co prawda nie neguje wiary w Stwórcę, ale pomija ją milczeniem, przez co podejrzenie o wyrażanie w nim tendencji świeckiego humanizmu wydaje się dość zasadne”.

#### Czy ty myślisz?

To ciekawe, że autorzy tego tekstu nie stawiają nasuwających się automatycznie pytań: skoro w filmie nie ma wzmianek o Panu Bogu, dlaczego Terminator zdecydował się na dokonanie całopalnej? Jakim kierował się kodeksem etycznym? Skąd wreszcie w maszynie wziął się

taki ładunek empatii? Przecież zadanie, jakie otrzymał od Johna Connora mówiło jedynie o „ochronie jego młodszego wcielenia”.

Na to pytania nie ma odpowiedzi. Na szczęście, bo przecież „Terminator 2” to przede wszystkim popkulturowa rozrywka. Podsztyta, w przeciwieństwie do filozofii i teologii, sporą dawką łatwo przyswajalnej psychologii. Spójrzmy na bohaterów i relacje między nimi. Kino akcji tu zespólono z sentymentalną opowieścią o potrzebie prawdziwej przyjaźni. Mamy samotną matkę, chłopaka tęskniącego

za nigdy nieznaną ojcowską miłością, w końcu robota, który nieoczekiwanie zostaje uczłowieczony.

Na to kładzie się motyw nieprawdopodobnej, ale chwytającej za serce relacji, który wspólnie kontrastuje z beznadzieją świata. Jeśli dodamy do tego niebezpieczeństwo w postaci diabolicznego T-1000, który potrafi przyjąć kształt i wygląd każdego trwałego ciała stałego, można zrozumieć jakim emocjonalnym naciskom poddany zostaje widz.

#### Rozumiesz?

A może cały wątek ofiary jest zwykłą ściemą? Może Cameron i Wisher wstawili do filmu scenę z poświęceniem się Terminatora ot tak, bo pasowała to do finału? A całą gadkę o głębszych motywach Terminatora dodali ex post? Przecież niewiele wcześniej między bohaterami filmu toczy się taki oto dialog:

Terminator: „Dlaczego płaczesz?”

John Connor: „Mówisz o ludziach?”

Terminator: „Tak”

John Connor: „Nie wiem. Po prostu. Kiedy boli?”

Terminator: „Ból to powoduje?”

John Connor: „Nie. Czasem wszystko jest w porządku, ale i tak ci źle. Rozumiesz?”

Terminator: „Nie”.

Trudno uwierzyć, że ten sam Terminator ma się bezpowrotnie rozpuścić w bani z płynną surówką w imię jakiejś wyższej racji. Bezduśzny, blaszany byt, który nie ma szans na choćby najmniejszą abstrakcyjną iskrę w swych obwodach scalonych.

#### Będzie dobrze...

Jedna z ostatnich kwestii filmu brzmi: „Pędzi ku nam nieznana przyszłość. Po raz pierwszy czekam na nią z nadzieją w sercu. Bo jeśli maszyna, Terminator, potrafiła docenić wartość ludzkiego życia, może i nam się to uda”. Taniocha tego tekstu aż razi, ale cóż z tego, skoro od 1991 r. świetnie spełnia swoją rolę.

Można iść o zakład, że np. wśród twórców AI odsetek oglądaczy serii o Terminatorze jest znacząco większy, niż w przypadku innych zawodów. Można być też pewnym, że Schwarzenegger nigdy nie wygrałby w 2003 r. wyborów na gubernatora Kalifornii, gdyby nie jego najdłuższa w historii polityki kampania reklamowa na ekranach.

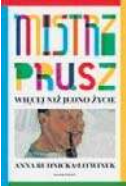
Śledząc perypetie T-800 i zapożyczonych przezeń Connorów czujemy się więc pocieszeni, że jeszcze nie wszystko stracone. A nawet w jakiś sposób dowartościowani faktem, że maszyna może być szlachetniejsza niż człowiek. Czy to nie idealna konstatacja dla wszystkich wakacyjnych kinomanów leżących właśnie plackiem na rozgrzanej od słońca plaży?



**Czy na odsetkach da się zarobić**  
Lichwę potępiano w Biblii. Czy zawsze zarabianie na odsetkach było złe postrzegane? Autor opisuje dzieje procenta od zysków jako premię od czasu. **Edward Chancellor „Cena czasu. Prawdziwa historia odsetek”, wyd. Znak, Kraków 2026, cena 109,99 zł**



**Trudne decyzje wybitnego grafika**  
Kazimierz Mann był wybitnym grafikiem, ale też postacią kontrowersyjną – w czasie wojny publikował m.in. w niemieckich gazetach, po wojnie skazano go za kolaborację. Tu poznajemy jego prace. **Anna Lebensztejn „Kazimierz Mann”, wyd. Bosz, Lesko 2026, cena 139,90 zł**



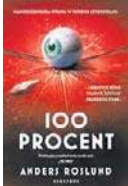
**Żywoł człowieka niekonwencjonalnego**  
Opowieść o Tadeuszu Pruszkowskim, artyście i publicyście, którego uważa się za współtwórcę nowoczesnego oblicza Kazimierza Dolnego. **Anna Rudnicka-Litwinek „Mistrz Prus. Więcej niż jedno życie”, wyd. Marginesy, Warszawa 2026, cena 89,99 zł**



**Skłodowska-Curie. Prekursorka feminizmu**  
Najnowsza biografia Skłodowskiej-Curie. Autorka przedstawia ją nie jako ikonę nauki, ale także – a może przede wszystkim – jako ikonę feminizmu. **Angelika Kuźniak „Skłodowska-Curie. Rebeliantka”, Wydawnictwo Literackie, Kraków 2026, cena 79,90 zł**



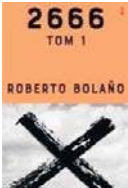
**Walka o Gotham City ciągle trwa**  
Ciąg dalszy sagi „Ziemia nicozyja”. Batman – po roku spokoju – znów musi walczyć o ocalenie Gotham City. **Greg Rucka, Ed Brubaker, Chuck Dixon, Shawn Martinbrough, Steve Mitchell „Batman. Nowe Gotham”, wyd. Egmont, Warszawa 2026, cena 199,99 zł**



**100% mroku ze Skandynawii**  
„Człowiek całe życie czeka na śmierć, a kiedy ona przychodzi, ta chwila trwa bardzo krótko” – próbka stylu pisarskiego autora tego mrocznego kryminału. 100 proc. skandynawskiego mroku. **Anders Roslund „100 procent”, wyd. Albatros, Warszawa 2026, cena 49,99 zł**



**Specyfika życia mafii widziana od kuchni**  
Autor słynnej „Gomorri” powraca do tematu włoskiej mafii. W tej książce z reporterską precyzją opisuje specyfikę jej codzienności. Dużo w tym przemocy, seksu, hazardu. **Roberto Saviano „Należymy do siebie”, wyd. Sonia Draga, Katowice 2026, cena 54,90 zł**



**Klimat niczym z „Wściekłych psów”**  
Roberto Bolaño to najbardziej znany współczesny pisarz z Chile. Ta książka to jego opus magnum. Dwutomowa powieść pełna latynoskiej brutalności przemieszczanej z literacką wrażliwością. **Roberto Bolaño „2666”, wyd. PIW, Warszawa 2026, cena 119 zł**



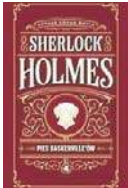
**Cena sławy, jaką zapłaciła Britney**  
Autor tej książki to dziennikarz, który karierze Britney Spears przyglądał się z bliska od czasu „...Baby One More Time”. Teraz dzieli się tym, co zobaczył. **Jeff Weiss „Czekając na Britney Spears. Podobno prawdziwa historia”, wyd. Agora, Warszawa 2026, cena 65 zł**



**Przechodząc z jednego świata do drugiego**  
Dylemat: co czuje młoda Żydówka, przechodząc na katolicyzm? Takie wybory w Polsce przedwojennej były częste. **Karen Auerbach „Nocny motyl. Katolicka kobieta i jej żydowska rodzina w Warszawie na przełomie XIX i XX wieku”, wyd. Osnova, Warszawa 2026, cena 89 zł**



**Jak przetrwać w uniwersum przemocy**  
To niezupełnie książka. Stanowi ona element gry fabularnej, którą tworzy tajemniczy Zogarath. Zaprasza nas do uniwersum pełnego przemocy i pierwotnych atawizmów. Miejsca, gdzie nie każdy przetrwa. **Zogarath „Primal Hunter”, wyd. Insignis, Kraków 2026, cena 79,99 zł**



**Fundament mitu Sherlocka Holmesa**  
Wznowienie powieści Conan Doyle’a. „Pies Baskerville’ów” wyłaf fundament pod nieśmiertelny mit Holmesa. Jeśli ktoś chce go zrozumieć, powinien zacząć od tej powieści. **Arthur Conan Doyle „Sherlock Holmes. Pies Baskerville’ów”, wyd. W.A.B., Warszawa 2026, cena 49,99 zł**

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?  
Telefonicznie: 94 347 35 12  
Przez internet: [ibo.polskapress.pl](http://ibo.polskapress.pl)

W Biurze Ogłoszeń:  
**Oddział Koszalin:** ul. Partyzantów 17, 75-411 Koszalin, tel. 94 347 35 12  
**Oddział Słupsk:** ul. Henryka Pobożnego 19, 76-200 Słupsk, tel. 59 848 81 03  
**Oddział Szczecin:** Al. Niepodległości 26/U1, 70-412 Szczecin, tel. 91 48 13 310

Nieruchomości

LOKALE UŻYTKOWE - KUPIĘ

**KUPIĘ** Twój problem z udziałem w nieruchomości, spadku ! Nie wiesz co robić, nie dogadujesz się z rodziną, współwłaścicielem? Sprzedaj mi swój udział ! 602738759

Zdrowie

NEUROLOGIA

**SPEC.** Neurolog. NFZ. Bez kolejek. Codziennie. Koszalin, 605-284-364.

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

**USŁ.** łazienki, hydraulika 696498391.

AUTOREKLAMA

ibo

TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne w Twojej gazecie zlecisz przez Internetowe Biuro Ogłoszeń: [ibo.polskapress.pl](http://ibo.polskapress.pl)

Turystyka

KRAJ - GÓRY

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

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

KRAJ - MORZE

**KOŁOBRZEG** blisko morza! 511337308

Różne

**GOTÓWKA** za KSIĄŻKI., 668-571-329

Rolnicze

PŁODY ROLNE

**PRACA** w gospodarstwie rolnym. Wielichowo gm. Redzikowo, tel. 602-110-897.

ZWIERZĘTA HODOWLANE

**KURKI** odchowane 784 461 566.

REKLAMA

0011548552

AGENCJA MIENIA WOJSKOWEGO

Dyrektor Oddziału Regionalnego  
Agencji Mienia Wojskowego w Szczecinie

podaje do publicznej wiadomości, że na tablicach ogłoszeń w budynkach Agencji Mienia Wojskowego Oddziału Regionalnego w Szczecinie przy ul. Potulickiej 2 i Księcia Sambora 4, **wywieziony został wykaz lokalu użytkowego U2 o pow. 105,05 m², zlokalizowanego w budynku mieszkальnym AMW, położonym w Świnoujściu przy ul. Steyera 8, 10.** (dz. nr 107/3 o pow. 0,5220 ha, obr. 0010, Świnoujście 10. KW SZ1W/00060223/2), przeznaczonego do najmu w drodze przetargu. Wszelkie informacje można uzyskać pod numerem tel. 91 447 2037 lub 697 080 490. Podstawa prawna: art. 35 ust. 1 ustawy o gospodarce nieruchomościami (t. j. Dz. U. z 2026 r. poz. 399).

Oddział Regionalny w Szczecinie  
ul. Potulicka 2,70-952 Szczecin, skr. poczt. 1100  
Sekretariat: tel. 91 447-20-00, Kancelaria: tel. 91 447-21-10, faks 91 447-20-01  
e-mail: [szczecin@amw.com.pl](mailto:szczecin@amw.com.pl) - [www.amw.com.pl](http://www.amw.com.pl)

AUTOREKLAMA

aktualne z całej Polski przetargi

**nasze komunikaty.pl**

REKLAMA

0011548275

AGENCJA MIENIA WOJSKOWEGO

Dyrektor Oddziału Regionalnego  
Agencji Mienia Wojskowego w Szczecinie

działając zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz.U. z 2026, poz. 399) informuje, że na tablicy ogłoszeń w siedzibie Oddziału przy ul. Potulickiej 2 wywieziony został wykaz terenu przeznaczonego do dzierżawy w drodze bezprzetargowej na czas oznaczony 3 lat:  
– teren przeznaczony pod rekreację/uprawę o pow. 317,00 m², oznaczony nr T-14, stanowiący część działki oznaczonej nr 141/24 o pow. 12,9098 ha, położony w Choszczynie przy ul. Drowieńskiej, KW nr SZ1C/00012733/1.  
Wszelkie informacje można uzyskać pod numerem tel. 91 447 20 34.

Oddział Regionalny w Szczecinie  
ul. Potulicka 2,70-952 Szczecin, skr. poczt. 1100  
Sekretariat: tel. 91 447 20 00, Kancelaria: tel. 91 447-21-10, faks 91 447 20 01  
e-mail: [szczecin@amw.com.pl](mailto:szczecin@amw.com.pl) - [www.amw.com.pl](http://www.amw.com.pl)

REKLAMA

0011548269

AGENCJA MIENIA WOJSKOWEGO

Dyrektor Oddziału Regionalnego  
Agencji Mienia Wojskowego w Szczecinie

działając zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2026, poz. 399) informuje, że na tablicy ogłoszeń w siedzibie Oddziału przy ul. Potulickiej 2 wywieziony został wykaz terenu przeznaczonego do najmu w drodze bezprzetargowej:  
– teren pod garaż blaszany nietrwale związany z gruntem oznaczony nr T-25 o pow. 27,00 m², stanowiący część działki oznaczonej nr 1/41 o pow. 0,4827 ha, położony w Złocięcu, KW nr KO1D/00020862/3.  
Wszelkie informacje można uzyskać pod numerem tel. 91 447 2034.

Oddział Regionalny w Szczecinie  
ul. Potulicka 2,70-952 Szczecin, skr. poczt. 1100  
Sekretariat: tel. 91 447-20-00, Kancelaria: tel. 91 447-21-10, faks 91 447-20-01  
e-mail: [szczecin@amw.com.pl](mailto:szczecin@amw.com.pl) - [www.amw.com.pl](http://www.amw.com.pl)

## KRYMINAL

## Miss Bee wplątana w sieć intryg i sekretów

Zacznijmy od truizmu: powieści kryminalne można sklasyfikować w określone gatunki. Są kryminały klasyczne, czarne, policyjne, psychologiczne, sądowe, historyczne. Są też kryminały z przymrużeniem oka, wręcz rozrywkowe, łączące elementy zagadki detektywistycznej z subtelnym romansem i klimatem minionych epok.

W takich właśnie kryminałach do popołudniowej kawy specjalizuje się Alessia Gazzola, Włoszka, która zajmowała się ongiś medycyną sądową. Do momentu, gdy zorientowała się, że pisanie dla aspirującej klasy średniej jest znacznie bardziej opłacalne.

## Sekrety i pewien wicehrabia

Już tytuł dzieła – „Miss Bee i duch ambasady” – mówi nam wiele. Jesteśmy w Londynie, mamy rok 1925. Otacza nas świat elegancji, przyjęć i subtelnych starć, gdzie każdy gest ma swoje znaczenie, a za fasadą uśmiechów kryją się głęboko skrywane sekrety.

Główna bohaterka, Beatrice Bernabò, sekretarka we włoskiej ambasadzie w Londynie, staje w obliczu niezwyklej zagadki. Gdy do Londynu przybywa dyrektor florenckiej Galerii Uffizi wraz z koleżanką archeologką, a także syn ambasadora Edoardo i jego narzeczona Elisa, w ambasadzie zaczynają dziać się rzeczy, które wymykają się racjonalnemu wytłumaczeniu.

Dziwne hałasy, szepczące głosy w mroku, przeczucie czyjeś obecności czającej się w zakamarkach starego budynku – to sprawia, że Miss Bee zaczyna zadawać sobie pytania, na które – jak piszą cwani recenzenci – „nie ma łatwej odpowiedzi”.

Dodajmy jeszcze jeden element: romans. Pewnego dnia Beatrice Bernabò poznaje wicehrabiego Juliana Lennox – mężczyznę, do którego wciąż żywi głębokie uczucie, choć on pojawia się u boku swojej przyszłej żony, lady Octavii. Niby kłopot, ale dodaje całej akcji dodatkowej obyczajowej pikanterii.

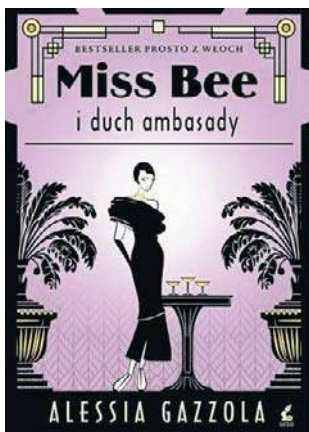
## Kryminal? Ależ oczywiście

Można spytać: co salonowo-alkowiane przygody Miss Bee mają wspólnego z łamigłówkami Sherlocka Holmesa czy mroczno-szpicelowym znojem Filipa Marlowe’a? Czy powieści Alessii Gazzoli można w ogóle stawiać na półce z tzw. tradycyjnymi kryminałami?

Pytanie zasadne, choć wypływające z uprzedzeń. Jeśli zdefiniujemy kryminal jako gatunek, którego fabuła koncentruje się wokół zagadkowego przestępstwa i który opowiada o śledztwie, którego celem jest wykrycie sprawcy, to „Miss Bee i duch ambasady” jest kryminałem w stu procentach. Tyle że w innej konwencji.

Beatrice Bernabò wykorzystuje bowiem swój spryt i inteligencję, by rozwikłać zagadkę zagrażającą spokojowi ambasady i jej mieszkańców. Zresztą nie pierwszy raz. W innej powieści z serii – „Miss Bee i trup w bibliotece” – Beatrice, znów uzbrojona jedynie w swoją spostrzegawczość, rozpoczyna z powodzeniem śledztwo. Z kolei w „Miss Bee i zimowym księciu” ściera się z ponurym rosyjskim arystokratą, Alexandrem Aliankowem,

Co skłania do wniosku, że kryminal niejedno ma imię. Cóż z tego, że czasami infantylne. Agatha Christie też miała na koncie powieści, które musiały wywoływać u niej rumieniec. **margra**



Alessia Gazzola,  
„Miss Bee. Miss Bee i duch ambasady”, wyd. Sonia Draga, Katowice 2026, cena 54,90 zł

## WIEŚCI NIE Z TEJ ZIEMI

ANNA LEWANDOWSKA

## Cholernie się boi

Kilka dni temu ogłoszono, że Robert Lewandowski zostanie niebawem zawodnikiem amerykańskiej drużyny Chicago Fire. To oznacza, że jego rodzina będzie musiała przeprowadzić się z Barcelony za ocean. Żona piłkarza we wtorek wieczór opublikowała na Instagramie obszerny wpis, w którym podzieliła się z fanami swymi emocjami. „Choć powinienem pisać o ekscytacji, to dziś chcę wam powiedzieć jedno: cholernie się boję. Ostatnie tygodnie to dla mnie rollercoaster skrajnych emocji. Barcelona stała się moim domem. Moim bezpiecznym miejscem, które pokochałam całym sercem. Myślę o tym, że znowu muszę się spakować, zostawić to, co zbudowałam, i zacząć trochę od nowa, po prostu mnie przeraża.

KLAUDIA HALEJCIO

## Pokazała swe szczęście

W minioną niedzielę celebrytka potwierdziła oficjalnie, że wyszła za mąż za Oskara Wojciechowskiego, publikując na Instagramie wideo ze ślubu. Możemy na nim podziwiać nie tylko ujęcia z kościoła i przysięgi, ale i samego wesela, gdzie Halejcio szalała z mężem i zgromadzonymi gośćmi. W dniu ślubu padał deszcz, ale nie pokrzyżowało to celebrytce i jej gościom szampańskiej zabawy. Na ślubie i weselu Halejcio zaprezentowała kilka różnych kreacji, zarówno eleganckich sukienek, jak i mniej zobowiązujących strojów. „Jeśli szczęście można zamknąć w kilku minutach filmu, to wygląda właśnie tak” – podpisała nagranie Halejcio.

MARINA ŁUCZENKO-SZCZĘSNA

## Miała piękny dzień

Celebrytka ma z Wojciechem Szczęsnym dwójkę dzieci: dwuletnią córkę Noelię i ośmioletniego syna Liama. W miniony wtorek chłopiec obchodził urodziny. Jego dumna mama oczywiście odnotowała to w swych mediach społecznościowych. „Osiem



FOT. SYLWIA DĄBROWA

Klaudia Halejcio na ślubie i weselu zaprezentowała kilka różnych kreacji

lat temu zostaliśmy rodzicami naszego wspaniałego chłopca. Bądź zdrowy i szczęśliwy synku. To był piękny dzień” – napisała celebrytka. Na małego solenizanta czekały balony oraz skromny tort – utrzymany w barwach FC Barcelony. W sekcji komentarzy zaroilo się od życzeń i ciepłych słów od internautów.

ANNA MUCHA

## Bluzgała z rana

W minioną środę rano aktorka wybrała się ze swym psem na poranny spacer nad Wisłę. Niestety – niespodziewanie podniosło się jej ciśnienie, co udokumentowała na filmiku wrzuconym na Instagrama. – Strasznie mnie wkur...a! Przemasz, wiem, że jest rano. Syf po prostu i malaria. Brud, plastik, butelki i pety. Ja nie wiem. Dlaczego ludzie przychodzą nad Wisłę i syfią? Nie kumam – powiedziała podniesionym głosem. A po chwili nieco spokojniej dodała: – Ale chciałam powiedzieć o czymś bardzo pozytywnym: tu jest mały. Żyje, więc chyba nie jest tak najgorzej z naszą Wisłą. Przepraszam za bluzgi z samego rana, ale naprawdę, sprzątajcie po sobie. Tylko tyle. Weź ten jeden śmieć, który nie jest twój, ale weź go – zaapelowała.

IWONA WĘGROWSKA

## Stres ją zjadł

Choć śpiewa dziś rzadziej niż kiedyś, jest bardzo aktywna w mediach społecznościowych. Ostatnio wokalistka

wrzuciła na Instagrama swe zdjęcie, na którym widać, jak kroczy po czerwonym dywanie w kreacji z wyciętym pończacym gorsetem i jasnym dołem z dużym rozcięciem na wysokości uda. W opisie dołączonym do fotografii Węgrowska obwieściła, że schudła. „Waga 59. (...) Dla tych co pytają, na jakiej diecie chudnę: kochani, stres mnie zjadł. Okazało się, że mam nerwicę żołądka od 3 lat. Od grudnia zdiagnozowaną przez lekarzy. Dbajcie o siebie! Zdrowie jest najważniejsze. Życie jest krótkie i walczyć o swoje” – wezwała fanów.

MAŁGORZATA TOMASZEWSKA

## Nie miała paska

W miniony piątek dzieci i młodzież zakończyły rok szkolny. Z tej okazji prezenterka zamieściła na Instagramie zdjęcie swego syna Enzo ze świadectwem szkolnym. Złośliwi internauci od razu zareagowali pytaniami: „A czerwony pasek, gdzie?”. Kilka dni później Tomaszewska opublikowała kolejny wpis. Składało się nań zdjęcie dyplomu, za sprawą którego stała się w 2013 roku magistrem psychologii Szkoły Wyższej Psychologii Społecznej w Warszawie. „Ukończyłam studia z wynikiem dobrym. W szkole nigdy nie miałam czerwonego paska. W domu oceny nie były wyznacznikiem mojej wartości. Dzięki temu uczyłam się przede wszystkim z ciekawości i własnej motywacji, a nie po to, żeby zdobyć kolejne wyróżnienie” – podpisała fotografię.

## HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Dzień sprzyja odważnym decyzjom. Horoskop dzienny zapowiada, że spotkanie przyniesie nową inspirację.

Ryby (19.02 - 20.03)

Spokój i cierpliwość okażą się dziś największym atutem. Horoskop na dziś wróży, że przed Tobą dobry moment na ważną rozmowę.

Baran (21.03 - 19.04)

Czeka Cię ciekawa wiadomość. Horoskop dzienny na piątek stanowczo radzi otworzyć się na nowe pomysły i nie bać się zmian.

Byk (20.04 - 20.05)

Emocje będą dzisiaj Twoim przewodnikiem. Horoskop dzienny radzi znaleźć chwilę na odpoczynek.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)

Twoja pewność siebie będzie przyciągać uwagę. Horoskop na dziś radzi wykorzystać okazję, by zrobić kolejny krok naprzód.

Rak (22.06 - 22.07)

Wróci harmonia. Horoskop dzienny na piątek radzi wysłuchać kogoś, kto ma dla Ciebie dobrą radę.

Lew (23.07 - 22.08)

Energii będzie Ci można tylko pozazdrościć. Horoskop dzienny radzi skupić się na priorytetach – osiągniesz dzięki temu więcej niż zwykle.

Panna (23.08 - 22.09)

Los sprzyja odważnym planom. Horoskop na dziś stanowczo podpowiada, by nie odkładać decyzji, które mogą otworzyć nowe możliwości.

Waga (23.09 - 22.10)

Wytrwałość przyniesie efekty. Horoskop dzienny na piątek zapowiada, że ktoś doceni Twój wysiłek i zaproponuje ciekawą współpracę.

Skorpion (23.10 - 21.11)

Kreatywność będzie Twoją siłą. Horoskop dzienny radzi podzielić się pomysłami i zaufać własnym możliwościom.

Strzelec (22.11 - 21.12)

Intuicja wskaże właściwy kierunek. Horoskop na dziś zapowiada, że dzień zakończy się miłym akcentem i dobrymi wiadomościami.

Koziorożec (22.12 - 19.01)

Wszystko będzie układać się po Twojej myśli. Horoskop dzienny na piątek zapowiada, że niektóre osoby trochę Ci tego pozazdroszczą...

|                              |   |                              |   |                |   |                                  |   |                                      |    |                      |    |                             |    |                          |    |                           |    |                                    |    |                                          |    |                         |    |                                |    |                          |  |                      |  |                 |  |
|------------------------------|---|------------------------------|---|----------------|---|----------------------------------|---|--------------------------------------|----|----------------------|----|-----------------------------|----|--------------------------|----|---------------------------|----|------------------------------------|----|------------------------------------------|----|-------------------------|----|--------------------------------|----|--------------------------|--|----------------------|--|-----------------|--|
| radar w slangu CB            |   | miasto koło Gryfic           |   | gruba zasłona  |   | odgłos flagi na wietrze          |   | najdłuższy bieg                      |    | pokój w chacie       |    | od wikarego do prymasa      |    | domena szatana           |    | oddział, filia            |    | grecka litera                      |    | rącznik pospolity                        |    | autko na torze          |    | włoskie miasto nad Adriatykiem |    |                          |  |                      |  |                 |  |
| poemat Puszkina              |   | najstarszy w rodzinie        |   |                |   |                                  |   |                                      |    |                      |    | cieszy rolnika              |    | serial z Popiołkiem      |    |                           |    | dział mechaniki                    |    | rzeka w Hadesie                          |    |                         |    |                                |    |                          |  |                      |  |                 |  |
|                              |   |                              |   |                |   |                                  |   |                                      |    |                      |    |                             |    |                          |    |                           |    | naśladowanie obraz olejny          |    |                                          |    |                         |    |                                |    |                          |  |                      |  |                 |  |
|                              |   |                              |   |                |   |                                  |   | cyfra nic                            |    |                      |    |                             |    | stolica Kolumbii         |    |                           |    |                                    |    | pan z karabelą                           |    |                         |    |                                |    |                          |  |                      |  |                 |  |
| zmierzwiłona czupryna        |   | 2                            |   |                |   |                                  |   | związki chemiczne                    |    |                      |    |                             |    |                          |    | pseudonim Adama Asnyka    |    | 8                                  |    | miejsce pracy klauna                     |    |                         |    |                                |    |                          |  |                      |  |                 |  |
| wczesna marchew              |   |                              |   |                |   |                                  |   | drobny desenh                        |    |                      |    | pomnik nagrobny             |    | polski film biograficzny |    | grecka litera             |    |                                    |    | lanie, ciągi                             |    | rzymski Ares            |    |                                |    |                          |  |                      |  |                 |  |
| doskonały mówca              |   |                              |   |                |   |                                  |   | 1                                    |    | strój, ubiór         |    |                             |    |                          |    |                           |    | rywalka „Ixi” Carl Zeiss ...       |    |                                          |    | opera Verdiego          |    | hebanowiec, sliwodaktyl        |    |                          |  |                      |  |                 |  |
| harcerz z Anglii             |   | mała organizacja sportowa    |   | paliwo do lamp |   | antonim wzlotu                   |   | bulwy kolo-kazji                     |    |                      |    | znak zodiaku                |    |                          |    | toksyna żmii zasila Wartę |    | 16                                 |    | barwny ptak proszek do prania            |    |                         |    | 20                             |    |                          |  |                      |  |                 |  |
|                              |   |                              |   |                |   |                                  |   | funkcja trygonometryczna             |    | córka Zeusa i Temidy |    |                             |    | 3                        |    |                           |    | Luigi, włoski kompozytor           |    |                                          |    | 7                       |    | żółwicy z Leszna               |    | umiar, delikatność       |  |                      |  |                 |  |
| skrzydłata jazda             |   | Pa dla fizyka wiatr pustynny |   |                |   |                                  |   |                                      |    |                      |    | warszawski teatr            |    |                          |    |                           |    |                                    |    | prosta droga leśna angielski arystokrata |    |                         |    |                                |    |                          |  |                      |  |                 |  |
|                              |   |                              |   |                |   |                                  |   |                                      |    | turecka metropolia   |    |                             |    |                          |    |                           |    | zgrana paczka, ferajna             |    |                                          |    |                         |    |                                |    |                          |  |                      |  |                 |  |
| kolarska manierka            |   |                              |   |                |   | 22                               |   | prze-stankowy w zdaniu               |    |                      |    |                             |    |                          |    |                           |    |                                    |    | bibos, hulaka                            |    | ptak błotny             |    | zwój tkaniny                   |    | bogini zwycięstwa        |  |                      |  |                 |  |
|                              |   |                              |   | 18             |   | roślina jak sułtanat             |   |                                      |    |                      |    |                             |    |                          |    |                           |    |                                    |    |                                          |    |                         |    |                                |    |                          |  |                      |  |                 |  |
| francuski feudal             |   |                              |   |                |   |                                  |   |                                      |    |                      |    |                             |    |                          |    |                           |    |                                    |    | regio-nałna mowa                         |    | święty byk faraonów     |    | 17                             |    | odpo-wiada w lesie       |  | izotop wodoru        |  |                 |  |
| towarzysz Kajka              |   | papiery urzędowe             |   | 4              |   | kotlet zawijany                  |   |                                      |    | ciąży na su-mieniu   |    |                             |    |                          |    |                           |    |                                    |    |                                          |    | 19                      |    |                                |    |                          |  |                      |  |                 |  |
|                              |   |                              |   |                |   |                                  |   |                                      |    |                      |    |                             |    |                          |    |                           |    |                                    |    | miła prze-chadzka                        |    |                         |    |                                |    |                          |  |                      |  |                 |  |
| lewy dopływ Odry             |   |                              |   |                |   |                                  |   |                                      |    |                      |    |                             |    |                          |    |                           |    |                                    |    | zaka-zany embar-giem                     |    | pieje o świcie          |    |                                |    | ciecz w butelce          |  | karny lub wolny      |  |                 |  |
| szkodnik drzew               |   | rejonowy lub apela-cyjny     |   |                |   |                                  |   | dalszy plan obrazu                   |    |                      |    |                             |    |                          |    |                           |    |                                    |    |                                          |    | 10                      |    |                                |    |                          |  |                      |  |                 |  |
|                              |   |                              |   | 5              |   |                                  |   |                                      |    |                      |    |                             |    |                          |    |                           |    |                                    |    | drapież-na ryba, mięk-lawka              |    | plac z kramami          |    |                                |    | z białym ekranem         |  | niski podłu-żny stół |  |                 |  |
| majowe drzewo                |   | jedno u cyklopa              |   | 26             |   | ostry w trójkacie                |   | woda na herbatę                      |    | 23                   |    | zgiełk, wrzawa              |    | 25                       |    | opo-wiada przebieg akcji  |    | nie-wielki kitel                   |    | kwia-towa grządk                         |    | miasto w stanie Georgia |    | część ustawy                   |    |                          |  | 6                    |  |                 |  |
|                              |   |                              |   |                |   |                                  |   |                                      |    |                      |    | kobiece imię palin-drom     |    |                          |    |                           |    |                                    |    | indyjski stan                            |    |                         |    |                                |    | imię Lip-nickiej         |  |                      |  |                 |  |
| przynosi szczęście?          |   | wypełnia siennik             |   | 14             |   | gatunek śledzia muza as-tronomii |   |                                      |    |                      |    |                             |    | zdrów jak ...            |    |                           |    |                                    |    |                                          |    | Y dla chemika           |    |                                |    | imię Teligi, żegla-rza   |  | głina ognio-trwała   |  |                 |  |
|                              |   |                              |   |                |   |                                  |   |                                      |    |                      |    | ostrze strzały film Holland |    |                          |    |                           |    | klub ze Świdnika znak dla wodniaka |    |                                          |    |                         |    | Kelvina lub Cels-jusza         |    |                          |  |                      |  |                 |  |
| postawa, pre-zencja          |   | odmiana w hodowli            |   |                |   | górną część tułowia              |   | taniec hisz-pański jak grecka litera |    | 13                   |    | warzywo na surówkę nora     |    |                          |    | poniżej nosa              |    |                                    |    | 12                                       |    |                         |    | polski Kamaz                   |    | zapisek na mar-ginesie   |  | pias-tunka, niania   |  | okienko w banku |  |
|                              |   |                              |   |                |   |                                  |   |                                      |    |                      |    |                             |    |                          |    |                           |    |                                    |    |                                          |    |                         |    |                                |    |                          |  |                      |  |                 |  |
| pieczara                     |   | gaz o intensywnym zapachu    |   |                |   |                                  |   |                                      |    |                      |    |                             |    | część twierdzenia        |    | 24                        |    |                                    |    | sol lub la                               |    |                         |    |                                |    | zgorzel wargi i policzka |  |                      |  |                 |  |
| strój noszony przez Hinduski |   |                              |   |                |   |                                  |   | sopocki deptak                       |    |                      |    |                             |    |                          |    | „Nie płacz ...”           |    |                                    |    |                                          |    | dot-knięty bielactwem   |    |                                |    |                          |  |                      |  |                 |  |
|                              |   |                              |   |                |   |                                  |   |                                      |    |                      |    |                             |    |                          |    |                           |    | matka Hefaj-stosa                  |    |                                          |    |                         |    |                                |    | dzień, miesiąc, rok      |  |                      |  | 11              |  |
| 1                            | 2 | 3                            | 4 | 5              | 6 | 7                                | 8 | 9                                    | 10 | 11                   | 12 | 13                          | 14 | 15                       | 16 | 17                        | 18 | 19                                 | 20 | 21                                       | 22 | 23                      | 24 | 25                             | 26 |                          |  |                      |  |                 |  |

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 26, utworzą rozwiązanie: myśl Owidiusza.

ROZWIĄZANIE: RZECZY SIĘ STAJĄ IDEE ISTNIEJĄ.

# Wybawca Kane, wątpliwy karny Belgii i spokojny awans USA

Jacek Kmieciak  
redakcja@polskapress.pl

**PIŁKA NOŻNA. Anglia i Belgia odwróciły wynik w meczach z drużynami z Afryki i awansowały do 1/8 finału mistrzostw świata. USA w „dziesiątkę” poradziły sobie z Bośnią i Hercegowiną.**

Reprezentacja Anglii strasznie męczyła się z drużyną Demokratycznej Republiki Konga. W 7. minucie niespodziewanie pomocnik Bryan Sipenga dał drużynie DR Kongo prowadzenie strzałem z bliskiej odległości. Zespół „Trzech Lwów” przez niemal 70 minut nie mógł znaleźć sposobu na wyrównanie. Dopiero w 75. minucie napastnik reprezentacji Anglii Harry Kane wziął sprawy w swoje ręce i uderzeniem głową doprowadził do stanu 1:1. A w 86. minucie otoczony przez trzech obrońców, uciekł wszystkim, poprawił swoją pozycję i strzałem z dystansu w okienko zapewnił Anglii zwycięstwo 2:1.

Kane zdobył już na obecnym mundialu 5 bramek, a 13 razy trafił do siatki w historii mistrzostw świata, co pozwoliło mu wyprzedzić Pelego z 12 golami i usadowić się na 7. miejscu w klasyfikacji strzelców mundialu (prowadzi Argentyńczyk Lionel Messi z 19 bramkami przed Francuzem Kylianem Mbappe z 18 golami i Niemcem Miroslavem Klose z 16 trafieniami).

Harry został pierwszym piłkarzem w historii reprezentacji Anglii, który strzelił dwa gole po 75 minutach regulaminowego czasu gry w meczu na mistrzostwach świata.

Kane strzelił też 84 w reprezentacji Anglii, czym zrównał się z Ferencem Puscasem pod względem liczby goli w drużynie narodowej i razem ze słyn-



FOT. EPA/PAP

**Kapitan reprezentacji Anglii Harry Kane wybawił zespół „Trzech Lwów” z opresji w meczu 1/16 finału z DR Konga**

nym Węgrem zajmuje 9. miejsce w klasyfikacji reprezentacyjnych strzelców wszech czasów, w której prowadzi Portugalczyk Cristiano Ronaldo - 145 goli przed Leo Messim - 123 gole i Irańczykiem Ali Daei - 109 goli (Robert Lewandowski z 89 bramkami jest siódmy w tym zestawieniu).

- Szczerze mówiąc, to uczucie jest po prostu niesamowite. Co za szalony mecz! To bardzo uparta drużyna, ale po pierwszej przerwie na drinka graliśmy znacznie lepiej, chociaż ich bramkarz popisał się kilkoma niesamowitymi obronami. Rozmawialiśmy o tym, że nadchodzi czas, aby ktoś coś zrobił, i że każdy może być bohaterem. Dziś

ja zostałem tym bohaterem - skomentował swój występ Kane.

Anglia zagra z Meksykiem w 1/8 finału w poniedziałek, 6 lipca, o godzinie 2.00 czasu środkowoeuropejskiego.

Reprezentacja Belgii uniknęła porażki w regulaminowym czasie gry z Senegalem, przegrywając 0:2 do 85. minuty. Bramki Romelu Lukaku i Youriego Tielemansa doprowadziły do dogrywki, w której „Czerwone Diabły” strzeliły trzeciego gola z kontrowersyjnego rzutu karnego. Sędzia Said Martinez z Hondurasu, mimo interwencji VAR, podyktował rzut karny po faulu Lamine Camary na Tielemansa, mimo że podcięcie na-

stąpiło poza „szesnastką”. Sam poszkodowany zamienił „jedenastkę” na zwycięską bramkę, dającą awans do 1/8 finału.

Gol Tielemansa w 120+5 minucie z rzutu karnego (124 minuta i 43 sekunda) okazał się najpóźniej strzelonym w historii mistrzostw świata. Wcześniej takim osiągnięciem szczycił się Algierczyk Abdelmoumene Djabou, który zdobył bramkę w 120. minucie i 49. sekundzie w 1/8 finału z Niemcami (1:2) w 2014 roku.

Reprezentacja Stanów Zjednoczonych pokonała Bośnię i Hercegowinę 2:0. W ostatniej minucie pierwszej połowy Amerykanom udało się zamienić przewagę na bramkę Folarina Baloguna, który skierował odbitą piłkę od obrońców między nogami bramkarza Nikoli Vasilja. To trzeci gol amerykańskiego napastnika na mundialu 2026 roku na swojej ojczyźnie.

W 64. minucie Balogun sfaułował środkowego obrońcę Tarrika Muharemovicia, za co ujrzał czerwoną kartkę i choć „Jankesi” przez pół godziny grali w osłabieniu, udało im się zdobyć drugą bramkę - Malik Tillman z rzutu wolnego.

Na pocieszenie gości - bośniacki napastnik Edin Džeko zapisał się w historii - mając 40 lat i 106 dni został pierwszym zawodnikiem z pola w wieku 40 lat lub starszym, który zagrał w fazie pucharowej mundialu.

Reprezentacja USA po raz czwarty w historii pokonała drużynę z Europy na mistrzostwach świata. Tym razem wydarzyło się to w meczu 1/16 finału z Belgią. Wcześniej w 1930 roku zwyciężyła 3:0 Belgię, w 1950 roku 1:0 Anglię i w 2002 roku 3:2 Portugalie.

Tym samym wszystkie trzy drużyny będące gospodarzami mistrzostw świata - USA, Kanada i Meksyk awansowały do 1/8 finału turnieju. ©©

## Rzucił klątwę na Messiego i Argentynę. Czy dojdzie do największej sensacji XXI?

Jakub Jabłoński  
redakcja@polskapress.pl

**PIŁKA NOŻNA. Kończymy 1/16 finału MŚ 2026. W nocy z piątku na sobotę ostatnie mecze tej rundy w fazie pucharowej.**

Argentyna zmierzy się z Republiką Zielonego Przylądka w 1/16 finału. Tymczasem sporo emocji wywołała wypowiedź szamana, który przewiduje sensacyjny scenariusz. Według Nany Kwaku Bonsamy debiutująca reprezentacja ma sprawić niespodziankę i awansować do kolejnej rundy. Co więcej, jego zdaniem Leo Messi wyczerpał już swój „limit” bramek na turnieju, który ma zatrzymać się na sześciu trafieniach.

Niezależnie od tej przepowiedni Messi stanie przed szansą powiększenia dorobku bramkowego. Argentyńczyk ma już 19 goli w klasyfikacji strzelców wszech czasów mistrzostw świata, czyli o jedno więcej od goniącego go Kyliana Mbappé.

Tuż za nimi znajduje się Erling Haaland. Początek meczu Argentyny z Republiką Zielonego Przylądka w sobotę, 4 lipca o północy czasu polskiego. Transmisja w TVP1 i TVP Sport. Skomentują go Maciej Iwański oraz Radosław Gilewicz.

Kilka godzin wcześniej o awans powalczą Australia i Egipt. Obie reprezentacje zajęły drugie miejsca w grupach. „Kangury” ustąpiły jedynie współgospodarzom turnieju - Stanom Zjednoczonym, natomiast Egipt zakończył fazę grupową za plecami Belgii. Początek spotkania w piątek o godz. 20.00. Transmisja w TVP2 i TVP Sport.

W meczu Kolumbia - Ghana poznamy ostatniego uczestnika 1/8 finału. Zdecydowanym faworytem jest Kolumbia, która wygrała grupę K, wyprzedzając Portugalie. Ghana awansowała z trzeciego miejsca, kończąc fazę grupową z dorobkiem 4 punktów, za plecami Chorwacji i Anglii. Początek spotkania w nocy z piątku na sobotę o godz. 3.30 czasu polskiego. Transmisja w TVP2 i TVP Sport.



FOT. GRZEGORZ WALDA

**Na Argentyńczyka Leo Messiego padła klątwa jednego z afrykańskich szamanów. Czy będzie skuteczna?**

## Hubert Hurkacz: Ambicje mam na pewno większe niż trzecia runda

Agnieszka Bialik z Londynu  
redakcja@polskapress.pl

**TENIS. - Mój trener lubi dopracowywać detale, na korcie skupia się na jakości. To charyzmatyczna postać - przekonuje Hubert Hurkacz.**

**Jakie to uczucie być w trzeciej rundzie, po powrocie po kontuzji?**

Cieszę się z wygranej, nieważne czy bez straty seta, czy nie. I że będę miał kolejne wyzwanie na mojej drodze. Ambicje mam na pewno większe

niż trzecia runda. Każdy mecz na wielkim szlemie jest dużym wyzwaniem. To był trudny mecz, zwłaszcza w pierwszym secie.

**Pana kolejnym rywalem będzie Amerykanin Tommy Paul, aktualnie 25. rakieta świata, finalista turnieju w Queens, imprezy poprzedzającej Wimbledon. Graliście cztery razy, trzy z tych spotkań pan przegrał. Jaki to przeciwnik?**

Skoro przegrałem trzy razy - to znaczy, że to nieprzyjemny

rywal (śmiech). Ma bardzo dobry return i świetnie porusza się po korcie. W ostatnich latach miał dobre wyniki i był w finale w Queens dwa tygodnie temu, więc na trawie czuje się świetnie. Będzie to dobre sprawdzenie moich umiejętności.

**Z jakiego elementu gry jest pan najbardziej zadowolony po tych dwóch wygranych?**

Grałem równo, solidnie, w kluczowych momentach, kiedy rywal miał okazję na przełamanie, podnosiłem

swój poziom. Ważne, że utrzymałem swój serwis. Dzięki temu wywiera się większą presję na przeciwniku. Łatwiej jest też o szanse i okazje dla siebie.

**Jeden z punktów zdobył pan po pięknym rzucie na kort i zagranii woleja. Czy nie boi się pan takich uderzeń? Przy okazji takiego właśnie zagrania nabawił się pan kontuzji na Wimbledonie dwa lata temu...**

Cała rekonwalescencja i powrót były dość ciężkie. Przez

kilka miesięcy w ogóle nie mogłem się ruszać. Zabiegi nie dawały poprawy przez długi czas, aż a końcu zacząłem robić progres. Miałem okazję zrobić cały okres przygotawczy. Pomału nabierałem większej pewności siebie.

**Od niedawna pana trenerem jest Francuz Gilles Cervava, który w przeszłości doprowadził Rosjanina Daniła Miedwiediewa do triumfu w wielkoszlemowym US Open. Czy różni się od poprzednich pana szkoleniowców?**

To ciekawy szkoleniowiec, niesamowita postać. Jest inny niż poprzedni moi trenerzy. Bardzo dba o szczegóły, ważna dla niego jest komunikacja ze sztabem, z teamem. Lubi dopracowywać detale, by wszystko grało. Na korcie skupia się na jakości. To charyzmatyczna postać.

**W pana boksie pojawiła się tajemnicza pani...**

To moja wspaniąta dziewczyna, Joanna, która jest dla mnie cudownym wsparciem. ©©

## SPORT

www.sportowy24.pl

## PIŁKA NOŻNA

**Kadra Zachodniopomorskiego ZPN na fazie grupowej zakończyła udział w turnieju**

o Puchar im. Kazimierza Górskiego, który rozgrywany jest w Policach, Tanowie i Trzebieży. Są to nieoficjalne Mistrzostwa Polski chłopców do lat 13. Gospodarze w grupie prze-

grali z Warmińsko-Mazurskim ZPN i Lubuskim oraz pokonali Podlaski ZPN. Mecze półfinałowe odbędą się w piątek o godzinie 11. Podlaski ZPN zagra w Trzebieży z Mazowieckim ZPN,

a w Policach Śląski ZPN spotka się z Łódzkim ZPN. Finały odbędą się w sobotę na głównej płycie stadionu w Policach. Mecz o trzecie miejsce zaplanowano o godzinie 10, a finał o godz. 12.

## ŻEGLARSTWO

**Wojciech Gralak (CZ Szczecin) zdobył brąz w MP klasy**

ILCA 4. Zawody odbyły się w Gdyni. Zaraz po mistrzostwach przeprowadzono Puchar Miasta Gdyni. W klasie ILCA 7 wygrał Jacek Kalinowski (SEJK Pogoń Szczecin).

## Mistrz świata zostaje w Pogoni

Jakub Lisowski  
sport@gs24.pl

**Benjamin Mendy podpisał nowy, roczny kontrakt. Francuz ma ogromne umiejętności, ale w pierwszym roku dla szczecińskiego klubu grał mało, bo nie zawsze był zdrowy.**

Jesienią 2025 r. Pogoń mocno zaskoczyła piłkarską Europę angażując Mendy'ego. Obrońca z Francji szukał dla siebie nowego klubu, bo od dwóch lat nie mógł wrócić do dawnej dyspozycji. A wracał do piłki po okresie zawieszenia. Gdy był zawodnikiem Manchesteru City oskarżono go napaści seksualne na kobiety. Długo nie grał. Sprawa zakończyła się korzystnie dla niego - klub musiał mu wypłacić należne pieniądze, ale do Premier League już nie powrócił.

Wrócił więc do Francji (FC Lorient) i tam grał mało, więc wiosną 2025 przeniósł się do Szwajcarii. W FC Zurich ledwie 7 występów, kontuzja i sygnał, że nikt nie planuje go zatrzymać na dłużej.

We wrześniu związał się z Pogonią, co było ogromną



Benjamin Mendy prezentuje na boisku wysokie umiejętności, ale ma problemy z urazami

niespodzianką i o tym transfe-rze było bardzo głośno nie tylko w Polsce. Nasz klub wiedział, że promocyjnie ogromnie zyskuje, natomiast podejmuje duże ryzyko sportowe. Zawodnik niby był zdrowy, ale zarazem nie był przygotowany fizycznie do gry. Dlatego pierwsze tygodnie w Szczecinie to

głównie praca z fizjoterapeutami. W polskiej ekstraklasie zadebiutował w meczu z Jagiellonią Białystok (9 listopada). Wszedł na boisko w 85. minucie. Pogoń przegrała pechowo 1:2.

Na kolejny występ czekał trzy tygodnie, ale w Katowicach grał od początku do 63.

minuty. Pogoń znów przegrała, ale Mendy wyróżniał się zaangażowaniem, kontrolą nad piłką, pomysłami. Problem w tym, że występy przyplącał urazami.

Wiosną znów był graczem rezerwowym. Gdy zaczynał w „11”, groziło to kłopotem zdrowotnym. W sumie

od września 2025 uzbierał 11 występów dla Pogoni (bez bramek, ale za to z 4 żółtymi kartkami). Piłkarsko pokazywał duże umiejętności, zdrowotnie - był problem.

Latem Pogoń musiała podjąć decyzję: zatrzymać Mendy'ego czy Leonardo Koutrisa. Postawiła na Francuza, co było i jest ryzykiem, ale klub wciąż widzi w tej współpracy mocny wymiar marketingowy.

Kwestia podpisania nowego kontraktu przedłużała się, ale w środowy wieczór klub pochwalił się finalizacją tematu. Mendy powinien szybko dołączyć do zespołu i walczyć o miejsce w składzie. Jego konkurentem do gry na lewej obronie będzie młodszy Leo Borges.

Mendy ma 31 lat, więc może jeszcze kilka lat pograć na wysokim poziomie. Część fanów powątpiewa, czy chce. Pogoń też jest ostrożna. Umowa ma obowiązywać rok. Warunki kontraktu są tajne, ale prezes Alex Haditaghi dawał do zrozumienia, że zawodnik dobrze zarabia, jak gra.

Dodajmy, że CV Mendy'ego jest naprawdę imponujące. We Francji grał dla Le Havre, Olympique Marsylii, AS Monaco. La-

tem 2017 r. przeszedł do Manchesteru City i grał w nim do 2022. Z AS Monaco, a później z MC - zdobywał krajowe mistrzostwa, puchary. W 2018 był w kadrze Francji, gdy ta zdobyła mistrzostwo świata. Na mundialu zagrał w jednym meczu. Obecnie wyceniany jest na 400 tys. euro, ale w szczycie kariery - na 45 mln euro (w pierwszym roku gry dla MC).

Umowa Mendy'ego rozwiązuje jeden z letnich problemów Pogoni. Obsada lewej obrony jest skompletowana. Borges i Mendy są na tyle uniwersalni, że mogą grać na lewej stronie, na środku obrony lub lewym wahadle - wszystko zależy od pomysłu sztabu trenerskiego.

Za to Grek Leonardo Koutris pięknie pożegnał się z Pogonią, kibicami i bardzo szybko znalazł dla siebie nowego pracodawcę. Karierę będzie kontynuował w NK Celje (Słowenia). Podpisał tam dwuletni kontrakt.

A w Pogoni priorytetem jest teraz zatrudnienie środkowych obrońców. Mocno naciskają na to Haditaghi i kibice. Klub ma wybranych graczy, ale jeszcze nie sfinalizował działań.

©P

## King szykuje niespodziankę dla kibiców. I nie chodzi o transfery

Jakub Lisowski  
sport@gs24.pl

**KOSZYKÓWKA. Transferowe lato nie układa się dla Kinga Szczecin idealnie, ale nikt w klubie nie wyrzyna sobie z tego powodu włosów.**

- Bez zmian - przyznał niechętnie Maciej Majcherek zapytany o nowo zakontraktowanych graczy.

King zabiegał o Grzegorza Kamińskiego (Dzikie Warszawa) i Mikołaja Witlińskiego (Trefl Sopot). Oferty na stole, rozmowy były prowadzone, ale bez pozytywnych odpowiedzi. To nie byli jedyni gracze, którymi King interesował się, ale Ci z tzw. najwyższych pozycji na liście transferowej.

- Mamy i inne pomysły, rozmawiamy, ale cały czas w granicach naszego budżetu. Jeśli nie uda się nam zatrudnić kolejnych polskich zawodników, to

zatrudnimy sześciu obcokrajowców - mówi szkoleniowiec szczecińskiej drużyny. Oczywiście w klubie nie chcą czekać, więc kandydaci do gry muszą się określić do 10 lipca.

W klubie spokój, bo polska rotacja i tak była w poprzednim sezonie i będzie w nowym mocna. Kontrakty mają Tomasz Gielo, Przemysław Żołnierewicz, Mateusz Kostrzewski, Max Egner. Są też młodzi Antoni Majcherek i Jakub Ucieszyński.

King obserwuje rynek i czeka na okazję. Taką może być sygnał, że w Polsce pozostałby Michał Michalak. Strzelec z Anwilu Włocławek byłby dużym wzmocnieniem, ale o kadrowicza - jeśli nie wyjedzie do Hiszpanii - zabiegają też inne kluby.

Co z obcokrajowcami?

- Dwóch było już naprawdę blisko nas, ale ostatecznie wybrali lepsze warunki finansowe z klubów, które będą grać w Lidze Mistrzów. Trudno, analizu-

jemy i szukamy dalej. Wkrótce będziemy kontraktować - mówi Majcherek.

King też ma apetyt na występy w europejskich pucharach i aplikował do udziału w FIBA Europe Cup. Czekają na informację, czy będzie miał miejsce w fazie grupowej czy będzie musiał przebić się do niej przez kwalifikacje.

Międzynarodowych spotkań z udziałem Kinga na pewno nie zabraknie, bo klub w okresie przygotowawczym organizuje mocno obsadzony turniej. Będą dwie polskie drużyny (King oraz Zastal Zielona Góra) oraz dwie zagraniczne. Jedną z nich ma być Alba Berlin, czyli jeden z najsilniejszych klubów z Niemiec. Czwarty uczestnik chce przyjechać, złożył taką deklarację, ale w Szczecinie czekają na potwierdzenie. W klubie zapewniali, że będzie to jeszcze mocniejszy zespół od Alby. ©P



Tomasz Gielo pozostanie kapitanem i jednym z liderów Kinga w nowym sezonie