

magazyn REJSY *razem z dodatkami*

Suplementy diety - ważne żeby pamiętać, że to nie leki!

● Jaka jest prawda o ich rzekomym zbawiennym działaniu? Okazuje się, że czasem mogą zaszkodzić...

PLUS TELEMAGAZYN z programem TV oraz zapowiedziami najciekawszych programów



Dziennik Bałtycki 79 lat

Piątek
6.09.2024

www.dziennikbaltycki.pl

Nr 208 (24 266) // Rok 79
Cena 5,80 zł (w tym 8% VAT)

Połączyła ich miłość, podzieliła wojna. Losy Jadwigi i Stanisława Kosków **str. 8-9**



Jego malarstwo to puszysta poezja. Trwa wystawa prac Andrzeja Uniatowskiego **str. 14-15**

Blaski i cienie trudnej drogi Darii Pikulik do olimpijskiego podium **str. 16**



Magazyn Puls

Dr Mikołaj Marcela:
Nadchodzi pokolenie wypalonych. Trzeba wyjść z kultu osiągnięć **str. 26-27**

ROZMOWA

Łukasz Orbitowski:
Cenię sobie wolność

Z tego, co pamiętam, byłem dzieckiem, które reagowało wdzięcznością na listę lektur, bo dostawałem nowe rzeczy do czytania. Strasznie ciągnęło mnie do świata fantazji, do fikcji, do opowieści, w których mogłem się schronić przed światem. A trzeba też pamiętać, że żyłem w czasach, kiedy w telewizji były tylko dwa kanały - zresztą telewizor w moim domu pojawił się dość późno

Czytaj str. 24-25

ROZMOWA

Samorząd od nowa:
Maciej Czarnecki

Od początku swojej działalności w samorządzie stawiam na rozwój i pozyskiwanie środków zewnętrznych. I tak jak dotychczas, tak i w kolejnej kadencji chcę dbać o rozwój gminy Gniew.

Czytaj str. 2

CHOJNICE PAMIĘĆ O ZAMORDOWANYCH POLAKACH MIAŁA NIE PRZETRWAĆ, ALE TRWA...

Pożegnali ich jak swoich bliskich...



- Tam na pewno są szczątki moich rodziców, dziadków, cioc, wujków, kuzynów - te słowa najczęściej padały w rozmowach chojniczan, którzy wzięli udział w pogrzebie państwowym ponad 700 ofiar, o których pamięć miała być zakopana w zbiorowych mogiłach w Dolinie Śmierci pod Chojnicami. Aby potwierdzić przypuszczenia i odnaleźć wśród tych szczątków swoich bliskich, wystarczy przekazać badaczom próbkę DNA... **str. 4-5**

Nr ISSN 2353-6160

Nr indeksu 350-028



TYDZIEŃ Z NASZĄ GAZETĄ

SOBOTA ● Będzie się działo, czyli premiery i zapowiedzi	PONIEDZIAŁEK ● Najważniejsze informacje sportowe z weekendu	WTOREK ● Strefa biznesu – informacje i analizy gospodarcze	ŚRODA ● Porady zdrowotne – medycyna, psychologia	CZWARTEK ● Coś dla miłośników historii kryminalnych...	PIĄTEK ● Cotygodniowe wydanie magazynu Puls
---	---	--	--	--	---

ZAMÓW PRENUMERATĘ: tel. 58 728 08 17 lub prenumerata@prasa.gda.pl, prenumerata@dziennikbaltycki.pl**SAMORZĄD OD NOWA** MACIEJ CZARNECKI, BURMISTRZ MIASTA I GM. GNIEW

Samorządowe priorytety

Andrzej Gurba
andrzej.gurba@polskapress.pl**Rozmowa z Maciejem Czarneckim, burmistrzem miasta i gminy Gniew.**

W 2023 roku samorząd w Gniewie zakończył siedmioletni program rewitalizacji części Starego Miasta. To były przedsięwzięcia inwestycyjne i społeczne. Co dalej, jeśli chodzi o odnowę Starego Miasta?

Rewitalizacja zdegradowanych przestrzeni miejskich trwała wiele lat ze względu na szeroki zakres prac inwestycyjnych, ale także na realizację tzw. części miękkiej, to jest części społecznej. Celem wszystkich przedsięwzięć było przywrócenie śródmieściu Gniewa charakteru z przełomu XIX i XX wieku oraz przyczynienie się do zwiększenia atrakcyjności i podkreślenie walorów kulturowych przestrzeni publicznej w ramach zabytkowego układu urbanistycznego. Przebudowa nawierzchni ulic i placów oraz montaż małej architektury sprawiły, że Gniew stał się jeszcze piękniejszy. Samorząd realizuje wiele mniejszych i większych form kulturalnych, aby ożywić tę część przestrzeni miejskiej. Ponadto wychodzimy naprzeciw przedsiębiorcom pomagając w zorganizowaniu np. letnich ogródków gastronomicznych. Jako samorząd stawiamy na szeroko rozumiany rozwój poprzez ożywienie Starego Miasta, ściśle współpracując z lokalnymi przedsiębiorcami i działaczami. Sama gmina nie jest w stanie tego dokonać. Konieczne jest zaangażowanie mieszkańców, przedsiębiorców.

Czy w tym roku uda się odrestaurować choć fragment pozostałości średniowiecznych murów obronnych. Jeśli tak, to jaki zakres prac wchodzi w grę? Gmina ma 400 tysięcy złotych dotacji z rządowego programu odbudowy zabytków na ten cel

Mury obronne kiedyś pełniły wiele istotnych funkcji dla miasta. Dziś średniowieczne



Maciej Czarnecki, burmistrz miasta i gminy Gniew

budowle stanowią element kulturowej tożsamości, są cennym dziedzictwem historycznym i turystycznym miasta, przyciągając zwiedzających. Mając na uwadze dobro historyczne naszej gminy pozyskaliśmy dofinansowanie w wysokości 400 tysięcy złotych na renowację części murów obronnych. Inwestycja będzie realizowana w 2024 i 2025 roku. Prace pozwolą uchronić zabytek przed degradacją.

Jakie są pana samorządowe priorytety w tej kadencji? Od początku swojej działalności w samorządzie stawiam

na rozwój i pozyskiwanie środków zewnętrznych. I tak jak dotychczas, tak i w kolejnej kadencji chcę dbać o rozwój gminy Gniew, zwłaszcza jeśli chodzi o zapewnienie mieszkańcom podstawowych potrzeb. Chodzi o inwestycje wodne, kanalizacyjne, ale także o remonty i poprawę nawierzchni dróg gminnych. Dodatkowo chcemy poszerzać ofertę rekreacyjno-wypoczynkową w gminie. Oczywiście wszystko zależy od posiadanych środków finansowych w budżecie gminy Gniew. Jestem optymistą i mam nadzieję, że założone cele zrealizujemy.

Jaki widzi pan zagrożenia dla gminy Gniew?

Jeśli chodzi o zagrożenia, to jest ich wiele, przede wszystkim te finansowe, w tym zmniejszenie wpływów do budżetu przy jednoczesnym wzroście kosztów bieżącego utrzymania: oświetlenia, oświaty, usług.

Co dalej z zabytkową kamienicą „U Wyczółła”, którą kilka lat temu gmina darowała samorządowej spółce Inwest-Kom? Część radnych ma zastrzeżenia co do jej sprzedaży. Kamienica niszczy się. Czy dopuszcza pan możliwość powrotu obiektu w zasoby samej gminy? A jeśli tak, to jaki jest plan na tę historyczną nieruchomość?

Moim priorytetem jest, aby ta kamienica została wyremontowana. Fakt, że budynek ma bogatą historię, w tym związaną z twórczością Leona Wyczółkowskiego, jest wartością dodaną.

CV

Maciej Czarnecki ma 41 lat, burmistrzem miasta i gminy Gniew jest drugą kadencją. Ma wykształcenie wyższe ekonomiczne.

POGODA NA WEEKEND

Piątek

26°C
14°CWiatr pñ.-wsch.
13 km/hUwaga
Przeważnie słonecznie

Sobota

29°C
15°CWiatr pñd.
13 km/hUwaga
Zachmurzenie duże

Niedziela

29°C
14°CWiatr pñd.
17 km/hUwaga
Słonecznie

WAŻNE TELEFONY

800 190 590– numer infolinii NFZ
dotyczącej postępowania w sytuacji
podejrzenia zakażenia koronawirusem**605 602 195**– telefon alarmowy WSSE: służy do powiadamiania
o nagłych sytuacjach zagrożenia
sanitarno-epidemiologicznego**58 77 63 444**– infolinia w sprawie koronawirusa,
czynna w dni powszednie
od godz. 7.00 do godz. 15.00

KURSY WALUT

05.09.2024

Kupno/sprzedaż walut Kantor Green, tel. 58 346 02 48,
Wrzeszcz przy Manhattanie, Dmowskiego,
Grunwaldzka, Morena Carrefour, Rumia Auchan

EUR	424/431 (+)	GBP	503/510 (-)
USD	382/389 (-)	CHF	451/459 (-)
GBP	503/510 (-)		
CHF	451/459 (-)		

Kantor Max, Gdańsk, ul. Jagiellońska

EUR 424/431 (+)
USD 382/389 (-)
GBP 503/510 (-)
CHF 451/459 (-)(+/-) wzrost/cena w stosunku do notowania
poprzedniego, (-) spadek ceny w stosunku
do notowania poprzedniego, (o) bez zmianDYŻURNY
„DZIENNIKA BAŁTYCKIEGO”

Pracuję w dziale wydarzeń „Dziennika Bałtyckiego” i czekam na Państwa listy pod adresem:
lukasz.kamasz
[@polskapress.pl](mailto:lpolskapress.pl)

Łukasz
Kamasz

POLSKA i ŚWIAT

KRÓTKO

KATOWICE

Wstrząs w kopalni Staszic. 11 górników trafiło do szpitala

Kolejny raz mieszkańcy Śląska odczuli skutki wydobywania węgla kamiennego. W Kopalni Węgla Kamiennego Staszic-Wujek doszło do wstrząsu.

- W środę, 4 września, około godziny 21.30 doszło do wstrząsu górotworu w rejonie 510 na poziomie 900 metrów. Natychmiast rozpoczęto akcję ratunkową - przekazała Ewa Grudniok, rzecznik prasowy Polskiej Grupy Górniczej.

Jedenastu górników zostało przewiezionych do szpitali.

- Po badaniach przeprowadzonych w nocy w szpitalach pozostało czterech - dodała. Ich życiu na szczęście nie zagraża niebezpieczeństwo.

- Roboty na ścianie, na której doszło do wstrząsu, zostały wstrzymane do czasu przeprowadzenia wizji lokalnej. W pozostałych obszarach kopalnia pracuje normalnie - podsumowała Grudniok. Katarzyna Stacherczak

KONIECPOL

Wielki pożar hali. Płonęły śmieci



FOT. PAP/PANSTWOWA STRAZ POZARNA

4 września w godzinach późnowieczornych doszło do pożaru hangaru przy ul. Szkolnej w Koniecpolu, w którym prowadzona była produkcja paliw alternatywnych. Ogień objął składowane śmieci plastikowe oraz trociny, co znacznie utrudniało akcję gaśniczą. Z ogniem walczyło kilkanaście jednostek straży pożarnej.

WARSZAWA

KO i PiS z mocną przewagą

Gdyby wybory parlamentarne odbyły się w najbliższą niedzielę, największe poparcie uzyskałaby Koalicja Obywatelska, z niewielką przewagą nad Prawem i Sprawiedliwością. Takie wyniki prezentuje nowy sondaż United Surveys na zlecenie Wirtualnej Polski.

KO może liczyć na 36,4 proc. poparcia, natomiast PiS na 32,4 proc.

Wyniki pozostałych ugrupowań są dużo niższe. Trzecią Drogę (PSL + Polska 2050) popiera 9,7 proc. badanych, Konfederację 8,6 proc., a Lewicę 8 proc.

Na inne partie zgłaszałyby 1,3 proc. ankietowanych, a 5,4 proc. z nich wybrało odpowiedź „nie wiem/trudno powiedzieć”.

Oprac. Adam Kiela | PAP

WASZYNGTON

- Uczniowie w całym kraju uczą się, jak się ukryć, zamiast jak pisać i czytać. Nie możemy tego przyjąć jako coś normalnego - oświadczył prezydent USA Joe Biden, komentując masakrę w liceum w Georgii, gdzie 14-letni uczeń zastrzelił co najmniej cztery osoby. Biden wezwał republikanów w Kongresie, by współpracowali z demokratami w sprawie „zdróworozsądkowych” regulacji ws. broni. | PAP

”

Dzieci uczą się chować, zamiast uczyć się pisać i czytać. Nie możemy tego przyjmować jako coś normalnego

Joe Biden, prezydent USA

Co dalej ze składką zdrowotną? Negocjacje w koalicji trwają

Oprac. Karolina Wrońska
Warszawa

- Nie wiem, czy w 2024 roku zamkniemy nasze negocjacje dotyczące składki zdrowotnej - poinformował w czwartek minister cyfryzacji Krzysztof Gawkowski.

- Nie wiem, czy w 2024 roku zamkniemy nasze negocjacje dotyczące składki zdrowotnej - powiedział w czwartek w Programie 1 PR minister cyfryzacji Krzysztof Gawkowski, pytany, czy Lewica „dowiezie składkę zdrowotną do końca roku”, ponieważ minister finansów Andrzej Domański ma nadzieję, że nowe przepisy będą obowiązywały od przyszłego roku.

- Wiem, gdzie pierwszy krok został zrobiony, bo dobra koalicja to dobre kompromisy. Kompromis i pierwszy krok dotyczący składki zdrowotnej to m.in. to, że zmienimy to odliczanie środków trwałych, bo na to wszyscy koalicjanci się zgodzili i pierwsze pieniądze na to też pójdą w 2025 r. Krok po kroku składka zdrowotna jest rozładowywana. To nie są łatwe rozmowy - przekazał Gawkowski.

Minister zdrowia Izabela Leszczyna powiedziała w czwartek w Polsat News, że nie widzi szansy na obniżenie składki zdrowotnej.

- Nie musimy podnosić składki zdrowotnej, ale nie widzimy szansy na obniżenie tej składki, choćby z tytułu ustawy



FOT. PAP/MACIEJ KUJCZYŃSKI

- To nie są łatwe rozmowy - tak o negocjacjach w koalicji ws. składki zdrowotnej mówi Krzysztof Gawkowski

nakładowej (zakładającej w 2025 r. wydatki na zdrowie na poziomie minimum 6,5 proc. PKB - PAP) - dodała. Zaznaczyła, że jest za realizacją obietnicy z kampanii wyborczej, dotyczącej likwidacji składki zdrowotnej od sprzedaży środków trwałych.

Minister finansów Andrzej Domański zapowiedział 25 sierpnia, że rząd jest w stanie „od 1 stycznia 2025 r. zrezygnować z pobierania składki zdrowotnej od sprzedaży aktywów trwałych”. Jak przypominał, projekt nie uzyskał szerokiego poparcia w koalicji, dlatego prace nadal trwają.

28 sierpnia Domański przekazał, że w projekcie budżetu na 2025 r. na opiekę zdrowotną przeznaczono 222 mld zł i zabezpieczono do 4 mld zł na zmiany dotyczące poboru składki zdrowotnej. Podkreślił, że w koalicji trwa dyskusja na ten temat, bo oprócz projektu przedstawionego przez niego i ministra zdrowia Izabelę Leszczynę w marcu tego roku, propozycje złożyli też PSL, Polska 2050 i Lewica.

Propozycja ministrów zakłada zmiany składki zdrowotnej tylko dla przedsiębiorców. Rozliczający się na skali podat-

kowej (1,3 mln podmiotów) mieliby płacić stałą składkę w wysokości 9 proc. od 75 proc. minimalnego wynagrodzenia; w przypadku płacących podatek liniowy składka miałaby być naliczana w wysokości 9 proc. od 75 proc. minimalnego wynagrodzenia do dochodu wynoszącego dwukrotność przeciętnego wynagrodzenia. Powyżej tego limitu składka ma być powiększana o 4,9 proc. od nadwyżki.

Swoją projekt zmian ws. składki zdrowotnej dla wszystkich złożyła w marcu w Sejmie Polska 2050. Miałyby być wprowadzone trzy ryczałtowe kwoty składki w wysokości 4 proc., 7 proc. i 9,4 proc., liczone od średniego wynagrodzenia. Koncepcja Lewicy zakłada zastąpienie od 2026 r. obecnej składki zdrowotnej 9-proc. podatkiem od zdrowia, który będą uiszczać zarówno płatnicy PIT, jak i CIT. Propozycja PSL z kolei zakłada rozłożenie obniżki składki zdrowotnej na etapy.

Według szefa MF, w 2025 r. na obniżkę składki może być przeznaczonych do 4 mld zł, jednak koalicjanci liczą na więcej; jak mówią, wciąż do ustalenia jest też zakres zmian. Zgoda jest co do zapowiedzi Domańskiego z lipca, że od 1 stycznia zlikwidowana ma zostać składka zdrowotna dla przedsiębiorców od sprzedaży środków trwałych, np. samochodów.

PAP

Minister zdrowia: Rozmawiamy o odkupieniu szczepionek na COVID-19 od Łotwy

Oprac. Karolina Wrońska
Warszawa

Minister zdrowia Izabela Leszczyna powiedziała, że planuje odkupienie szczepionek na COVID-19 od Łotwy, by aktualne szczepionki były dostępne w Polsce już we wrześniu.

Minister zdrowia podkreśliła w Polsat News, że rząd PiS odstąpił od unijnych, centralnych zakupów szczepionek,

podobnie jak uczyniły to Rumunia i Węgry.

- Oznacza to, że inne kraje mają już szczepionkę dopuszczoną przez Europejską Agencję Leków (EMA), bo był centralny zakup, a my musieliśmy zorganizować przetarg oddzielnie. Jedyna firma, która ma dopuszczoną szczepionkę, do tego przetargu nie przystąpiła - powiedziała szefowa resortu zdrowia.

Chodzi o zmodyfikowaną szczepionkę przeciw COVID-19,

dostosowaną do nowego wariantu wirusa.

Minister zdrowia powiedziała, że szczepionki kupione w ramach przetargu będą dostępne prawdopodobnie dopiero w październiku. Poinformowała, że planuje zakup szczepionek na COVID-19 od jednego z krajów unijnych. Dodała, że rozmawia w tej sprawie z ministrem zdrowia Łotwy.

Leszczyna podkreśliła, że COVID-19 stał się już standar-

dową chorobą sezonową taką jak grypa, którą większość osób przechodzi w miarę łagodnie.

- Natomiast szczepionka jest ważna, konieczna - dodała.

Główny inspektorat sanitarny podał niedawno w komunikacie, że szczytu zachorowań na COVID-19 w trwającej obecnie fali wirusa spodziewa się w Polsce w październiku.

PAP

MEDYCINA

Suplementy diety - dlaczego nie leczą, a mogą zaszkodzić...
Na suplementy zawierające witaminy, składniki mineralne lub inne substancje, które mają dobroczynnie wpłynąć na organizm, Polacy wydają coraz więcej pieniędzy. Tymczasem specjaliści ostrzegają. Jednym z nich jest doktor Leszek Borkowski, farmakolog kliniczny, członek Zespołu ds. Suplementów Diety przy Głównym Inspektorze Sanitarnym **STR. 10-11**



FOT. 123RF

TURYSTYKA

Ryga - miasto, które pokazuje prawdziwe oblicze
Ryga, stolica Łotwy, interesująca jest pod wieloma względami. W przeszłości jedno z miast hanzeatyckich z bogatą historią **STR. 12-13**

PAMIĘĆ O POLAKACH MIAŁA BYĆ ZAKOPANA W DOŁINIE ŚMIERCI, A JEDNAK PRZETRWAŁA

– Tam na pewno są szczątki moich rodziców, dziadków, cioć, wujków, kuzynów – te słowa najczęściej padały w rozmowach chojniczan, którzy wzięli udział w pogrzebie państwowym ponad 700 ofiar zbrodni niemieckich. Ofiar, o których pamięć miała być zakopana w zbiorowych mogiłach w Dolinie Śmierci pod Chojnicami

Maria Sowiśło

Nikt nie jest w stanie precyzyjnie określić, ile ofiar niemieckich zbrodni znajduje się w zbiorowych mogiłach w Dolinie Śmierci pod Chojnicami. Szczątki ponad 700 osób zostały wykopane dzięki prawie czteroletniej pracy naukowców pod kierownictwem dr. Dawida Kobiąłki i śledczych z Instytutu Pamięci Narodowej na czele z prokuratorem Tomaszem Jankowskim. Uroczysty pogrzeb państwowy w oparciu wojskowej odbył się w Chojnicach.

„Uczynni” niemieccy sąsiedzi

W pogrzebie państwowym udział wzięło wiele rodzin, które są niemal pewne, że tak zakończyło się poszukiwanie ich przodków. W opowieściach przekazywanych z pokolenia na pokolenie to właśnie Dolina Śmierci pod Chojnicami była wskazywana jako miejsce zamordowania i pochowania ich bliskich.

– Przyszedłam zobaczyć, jak chowany jest mój ojciec. Wierzę, że tak jest. Jestem w stu procentach pewna, że jego kości są tu pochowane. Cieszę się, że doczekałam tego. Jestem wzruszona - zaznaczyła łamiącym się głosem w rozmowie z „Dziennikiem Bałtyckim” 86-letnia Stanisława Stoltman z Chojnic, której rodzinna opowieść ściska za serce.

Ojciec pani Stasi pochodził ze Swornegaci. Pracował w Sianowie nieopodal Kartuz. Kiedy wybuchła II wojna światowa, zachorował i był na rencie. Wrócił więc do rodzinnej wsi w gminie Choj-



FOT. MARIA SOWISŁO

Pogrzeb ponad 700 ofiar zbrodni w Dolinie Śmierci miał charakter państwowy i odbył się przy wojskowej asyście. Dla wielu było to najważniejsze wydarzenie w najnowszej historii Chojnic

nice. Miał żonę i ósemkę dzieci. Dziewiąty maluszek był w drodze. Pani Stasia miała rozek.

– Ojciec wiedział, że po niego przyjdą. Spodziewał się, bo prawdopodobnie był na liście jako nauczyciel i działacz Związku Zachodniego. Po sąsiedztwie mieszkała Niemka. Fucht się nazywała i ona mówiła, że lepiej by było, żeby ojciec nigdzie nie uciekał, bo wtedy mamę zabiorą do łagrow. On się poświęcił - wspomina pani Stasia.

Ten przytaczany Polski Związek Zachodni był organizacją patriotyczną przekształconą z Polskiego Związku Obrony Kresów Zachodnich. Działacze PZZ w czasie II wojny światowej pracowali w konspiracji, opiekowali się Polakami wywiezionymi na przymusowe roboty do Niemiec i prowadzili akcje wywiadowczo-sabotażowe.

– Tata, nauczyciel ze Swornegaci, poświęcił życie dla rodziny. I tak jak nauczyciel ze Swornegaci się spodziewał, tak pewnego popołudnia, jak wynika z rodzinnych opowieści Stoltmanów, pod dom podjechało dwóch żołnierzy w mundurach Gestapo. Zabrali go i ślad po nim zaginął... To wszystko widziała moja siostra. Miała cztery lata. Ciągle nam o tym opowiadała, bo jak ojca zabrali, to mama przed dom wyszła, a siostra poszła za nią. Ojciec nie chciał rodziny narażać. Czekał, aż po niego przyjdą. Poświęcił się dla nas - zaznacza ze łzami w oczach nasza rozmówczyni.

Z relacji rodziny wynika także, że ojciec mieszkanki Chojnic zabrany został do chojnickiego więzienia

mieszczącego się przy ulicy Młyńskiej. Ponoć jej mama dwukrotnie przychodziła tam i błagała o zwolnienie męża. Była sama, z ósemką dzieci... Prerażona...

- Oni byli bardzo agresywni. Ciągłe ją wyganiaли, nic nie chcieli powiedzieć o ojcu. W końcu jej zagrozili, że jak nie przestanie przychodzić, to ją też zamkną. Ostatni raz jak była, powiedzieli jej, że ojca już tu nie ma, został wywieziony. Nie powiedzieli dokąd. I wtedy mama wystraszona poszła do siostry ojca, cioci Rynkowej. Mieszkała vis-à-vis więzienia. Opowiedziała mamie, że widziała, jak przyjechały dwa lub trzy czarne samochody i wywozili ludzi. Sprawdziła, gdzie pojechali. Jechali w kierunku Igieł - wspomina pani Stanisława Stoltman i znacząco kiwa głową.

Z Igieł pod Chojnicami nikt nie wracał

Od pierwszych dni II wojny światowej mieszkańcy Chojnic wiedzieli, że jeśli kogoś Niemcy wywozili z miasta w kierunku północnym, to ten ktoś już stamtąd nie wracał. Zresztą w relacjach świadków zgromadzonych w aktach Instytutu Pamięci Narodowej pochodzących z lat powojennych przewija się właśnie to sformułowanie „stamtąd nikt nie wracał”.

Na północy Chojnic są Pola Igielskie z Doliną Śmierci. Tutaj są zbiorowe mogiły. Jedna odnaleziona została w bagnie, a kolejne w okopach strzelniczych Wojska Polskiego. Niemcy wykorzystali je na zbiorowe mogiły. W jednej z nich odnalezione zostały szczątki pacjentów szpitala psychiatrycznego w Chojnicach. W bagnie z kolei wykopane zostały spalone szczątki około 120 osób. Śledczy z Instytutu Pamięci Narodowej nie mają wątpliwości, że tutaj zamordowano więźniów z Bydgoszczy. Dowód jest -



Szczątki ofiar spoczęły w zbiorowej mogile. Wielu współczesnych chojniczan i mieszkańców okolicznych miejscowości jest zdania, że wśród pochowanych są także szczątki ich krewnych

dwie obrączki. Jedna należała do łączniczki Armii Krajowej Ireny Szydłowskiej, a druga do Anny Stołowskiej z Grudziądza. Obie panie są na liście osadzonych i ewakuowanych z więzienia przed wejściem do miasta Armii Radzieckiej. W dokumentach zachowała się też informacja, że z więzienia w Bydgoszczy wyruszyły cztery transporty - trzy pojechały na zachód, a jeden na północ. Po tym ostatnim ślad urywa się pod Chojnicami.

- Niemcy, mimo że była już ofensywa, że mieli już nóż na gardle, to konsekwentnie, z żelazną dokładnością, realizowali plany eksterminacji ludności. Mogli już przecież sobie odpuścić - mówi Jan Wyrowiński z Torunia, który też jest przekonany, że wśród pochowanych w Chojnicach ofiar zbrodni niemieckich jest jego ciocia.

Żona leśniczego walczyła w AK

Z Chojnic do Brus, rodzinnego miasta Jana Wyrowińskiego, jest ponad 20 kilometrów. Zarówno te miejscowości, jak i żyjących w nich ludzi także łączy Dolina Śmierci. Zofia z domu Wyrowińska i Dominik Grzonkowski przed II wojną światową wzięli ślub i osiedli w leśniczówce w Buczkowie na Pojezierzu Brodnickim. Kiedy Niemcy wkroczyli do Polski, zaangażowali się w działalność konspiracyjną. Zaprzysiężeni zostali w Górznie.

- Nie wiem, jak się poznali, ale w rodzinie krąży opowieści o ich wielkiej miłości i o tym, co się stało. Mam jedno ich zdjęcie. Są wśród załogi nadleśnictwa. Ciocia taka młoda... Dominik niezwykle przystojny... - wspomina pan Wyrowiński.

Dominik Grzonkowski miał 45 lat, kiedy 4 grudnia

1944 roku zginął w obławie żandarmów niemieckich w lesie Ruda. Działał wówczas w oddziale grupy desantowej WP „Pomorz”. Doczekał godnego pochówku, bo zwłoki zostały ekshumowane. Po jego żonie Zofii ślad zaginął.

Ślady zbrodni prowadzą do Chojnic

Jan Wyrowiński nie ma pewności, czy wśród ponad 700 osób, których szczątki zostały pochowane w Chojnicach, są te należące do siostry jego taty - cioci Zosi.

- Nie mam na to dowodów, ale w rodzinnych opowieściach funkcjonuje Dolina Śmierci. Moja nieżyjąca druga ciocia, siostra Zosi, była niezwykle zaangażowana w zachowanie pamięci o tym, co się w rodzinie stało. Z bólem muszę przyznać, że kiedy byłem młodszy, nie bardzo mnie

to interesowało. Dopiero po jej śmierci poczułem się zobowiązany - mówi Wyrowiński i dodaje, że ciocia Zosia faktycznie mogła być zamordowana w Dolinie Śmierci. - To tylko moja dedukcja, bo skoro odnaleziono dwie obrączki należały do działaczek Armii Krajowej z Grudziądza, to może tylko świadczyć o tym, że w Bydgoszczy był jakiś punkt zbiorczy z tego rejonu. Myślę więc, że była tam też ciocia Zosia - dodaje Jan Wyrowiński.

Chojniczanie mają już gdzie świeczki palić...

Chojnice to bardzo specyficzne miasto. Po wojnie nie było miejscowością, z której ludzie masowo uciekali, jak to się działo w przypadku sąsiedniego Człuchowa. Tutaj nie było też przesiedleń z akcji „Wisła”, jak w powiecie człuchowskim. Potomkowie choj-

niczan, których szczątki zostały pochowane, nadal tutaj żyją. Jak pani Stasia.

- Każdego roku na 1 listopada nosiliśmy kwiaty tu pod pomnik (Ofiar Zbrodni Hitlerowskich, tzw. orła - red.). Już do córki mówiłam, co nam to daje? Tu nie ma ojca, dziadka! Liczyłam na to, że się doczekamy, że będziemy wiedzieć, gdzie jest pochowany. Teraz już wiemy. Doczekałam. Co roku tutaj kwiatki będę nosić... - mówi wzruszona pani Stasia.

Dowody zbrodni w kodzie DNA

Takich chojniczan, jak pani Stanisława, jest wielu. Zdaniem śledczych z Instytutu Pamięci Narodowej, żeby mieć pewność co do ewentualnego miejsca pochówku krewnych, wystarczy zgłosić się do oddziału w Gdańsku i zostawić próbkę DNA. Fachowcy sprawdzą, czy wśród pochowanych w Chojnicach szczątków ofiar są te należące do rodziców czy dziadków.

- Ten pogrzeb na pewno nie kończy sprawy. To tak naprawdę początek. Będziemy się starali dotrzeć do wszystkich bliskich ofiar zbrodni pomorskiej. Apelujemy też do rodzin, których bliscy zginęli w Dolinie Śmierci, żeby zgłaszali się do gdańskiego oddziału Instytutu Pamięci Narodowej i oddawali próbki DNA, bo tylko wówczas będziemy w stanie porównać je z tymi szczątkami. W części nie uda nam się pobrać, bo szczątki są nadpalone lub część kostna jest w bardzo złym stanie i pobranie DNA jest niemożliwe. Tam, gdzie to możliwe, będziemy to robić - mówi rzecznik prasowy IPN Rafał Leśkiewicz.

Kontakt: Instytut Pamięci Narodowej Oddział w Gdańsku, al. Grunwaldzka 216, 80-266 Gdańsk, e-mail: komisja@ipn.gov.pl.



Pochówek z wojskowymi honorami był wydarzeniem odnotowanym przez wiele agencji informacyjnych i redakcji z kraju i ze świata



Badacze chcą, by mieszkańcy Pomorza udostępnili swój materiał genetyczny. Ma to związek m.in. z wrześniowym pogrzebem ponad 700 ofiar, który odbył się w Chojnicach



FOT. TOMASZ CHUDZYŃSKI

O. Jacek Twaróg odnalazł grób pułkownika w Merlo, w aglomeracji Buenos Aires w Argentynie

Pułkownik Wincenty Sobociński wrócił dziś na Westerplatte po 85 latach od swojej poprzedniej wizyty. Nie ma już willi oficerskiej, w której rozmawiał z mjr Henrykiem Sucharskim. Ale wszyscy jesteśmy przekonani, że wiedział, już od momentu wybuchu wojny, że Westerplatte nie dało się zaskoczyć, tak jak prosił ostatniego dnia pokoju – mówił w minioną sobotę, w przeddzień wybuchu II wojny światowej Stanisław Sikora, gdański przewodnik PTTK, działacz Stowarzyszenia im. płk. Wincentego Sobocińskiego.

- Stowarzyszenie im. płk. Wincentego Sobocińskiego powstało po to, by odnaleźć grób pułkownika, przywrócić pamięć o nim oraz wypełnić jego ostatnią wolę – czyli pochować w rodzinnym grobowcu w Murzynie (miejscowość niedaleko Inowrocławia), skąd pochodził – mówi Jarosław Tulisza. - Ta misja została wypełniona w 100 proc. A na początku nic nie wskazywało, że to zadanie zakończy się sukcesem. Odnalezienie po latach grobu pułkownika na drugim końcu i świata i sprowadzenie ich do kraju i zorganizowanie pogrzebu z oprawą było, dla grupy prywatnych przecieź osób, czymś niewyobrażalnym, kosmicznym wręcz zobowiązaniem.

Myśl o tej misji zrodziła się w gronie gdańskich historyków, pasjonatów, przewodników PTTK w roku 2019, kiedy na Westerplatte odkryto szczątki polskich żołnierzy, poległych obrońców Wojskowej Składnicy Tranzytowej we wrześniu 1939 roku. - Sławomir Rut (gdański przewodnik, współautor książki o załodze Westerplatte) twierdził wówczas, że czas, by odszukać pułkownika Wincentego Sobocińskiego – wspominał początki stowarzyszenia Tomasz

Błyskosz, dyrektor Narodowego Instytutu Dziedzictwa w Gdańsku, architekt i konserwator zabytków. - Wiele o tym dyskutowaliśmy w gronie znajomych, pasjonatów... I zaczęliśmy działać. Dr Jarosław Tulisza, historyk zajmujący się m.in. Westerplatte wskazuje, że właściwie nikt nie trzeba było specjalnie do organizacji „werbować”, a przewodnicy doskonale postać płk. Sobocińskiego znali (organizowali m.in. rowerowe rajdy by upamiętnić pułkownika, trasą, którą 31 sierpnia 1939 r. odbył z Gdańska na Westerplatte.

- Problem w tym, że nikt nie wiedział konkretnie, gdzie spoczywał płk. Sobociński. Tropiłyby dwa – albo Wielka Brytania, albo Argentyna – mówi Jarosław Tulisza.

Wtedy pojawił się o. Jacek Twaróg.

Prosił, to znalazłem

O. Twaróg, rodem z Nowego Targu, kpt. Wojska Polskiego działał w Polskiej Misji Katolickiej w Argentynie. To jego „śledztwo” pozwoliło najpierw odnaleźć nekrologi w polonijnej prasie, a potem natrafić w Merlo w aglomeracji Buenos Aires na stary nagrobek z imieniem i nazwiskiem Vicente Sobocinski, i datą śmierci. Potem okazało się, że Elżbieta Sobocińska, żona płk. Sobocińskiego na sto lat opłaciła miejsce na cmentarzu.

- To był łut szczęścia, korzystny zbieg okoliczności. Tylko dlatego mogliśmy zacząć myśleć o wypełnieniu ostatniej woli pułkownika Sobocińskiego – mówił dr Jarosław Tulisza.

- Pamiętajmy, że jaki to był czas – na całym świecie szalała pandemia – relacjonował poszukiwania Tomasz Błyskosz. - I w tym trudnym czasie o. Twaróg prowadził poszukiwania. I on wszystkie formalności, pukając do wielu drzwi, załatwił.

I kiedy w 2021 roku odnalazł grób płk. Sobocińskiego pod Buenos Aires, po raz pierwszy, od lat, można było położyć na nim białą-czerwoną flagę.

Dodajmy, to ojciec Twaróg przed Bożym Narodzeniem zeszłego roku przetransportował do Polski, po 33-godzinnej podróży prochy płk. Sobocińskiego. To także w jego rękach spoczywała urna, gdy zabytkowy, wojskowy willis odtwarzał w minioną sobotę trasę, jaką płk. Sobociński odbył 31 sierpnia 1939 r. na Westerplatte. M.in. za odnalezienie grobu polskiego oficera został w Gdańsku odznaczony medalem Pro Patria, przez Lecha Parella, szefa Urzędu do Spraw Kombatantów i Osób Represjonowanych.

- Bez wielkiego dzieła ojca Twaroga dziś wciąż rozmawialibyśmy o tym, że płk. Wincenty Sobociński spoczywa gdzieś w Argentynie – podkreśla Jarosław Tulisza.

- Prosił żeby spróbować odnaleźć pułkownika, to odnalazłem. To cała historia – mówił skromnie w Gdańsku o. Jacek Twaróg.

Zdolny młodzieniec

W powszechnym odbiorze płk. Wincenty Sobociński nie pojawia się w jednym rzędzie obok ludzi, którzy stoczyli we wrześniu 1939 roku bitwę z Niemcami na Westerplatte. Takimi jak mjr Henryk Sucharski, kapitan Franciszek Dąbrowski, czy choćby plut. Adolf Petzelt, jeden z poległych w zbombardowanej Wartowni nr 5 żołnierzy z załogi WST.

Tymczasem wizyta płk. Wincentego Sobocińskiego na Westerplatte pojawia się nie tylko w historycznych opracowaniach, ale obu fabularnych filmach pokazujących obronę Wojskowej Składnicy Tranzytowej. W „Westerplatte” Stanisława Różewicza z 1967 r. zagrał

go Zdzisław Mrożewski, a wizji Pawła Chochlewa („Tajemnica Westerplatte” z 2013 r.) Jan Englert. Ewidentnie płk. Wincenty Sobociński, jego spotkanie z oficerami z załogi Wojskowej Składnicy Tranzytowej w przeddzień wybuchu II wojny światowej jest częścią mitu wrześniowej bitwy w Gdańsku.

- Zdałem sobie sprawę, że bez płk. Wincentego Sobocińskiego nie może być żadna książka i żaden film o obronie Westerplatte – stwierdza dr Tulisza.

Epizod związany z Westerplatte jest natomiast tylko częścią życiorysu tego zawodowego, inteligentnego żołnierza (już w szkole nauczyciele twierdzili, że był „zdolnym młodzieńcem”, jego studia medyczne przerwała Wielka Wojna) i dzielnego oficera. Bił się w czasie I wojny światowej – w 1916 roku, w okopach Wielkiej Wojny, w mundurze armii cesarskiej walczył z Rosjanami. Na froncie rumuńskim przeszedł malarię i tyfus. Wydobywał jednak i trafił na front zachodni. W 1918 roku, w czasie ostatniej w I wojnie światowej niemieckiej ofensywy, nad Sommą trafił do niewoli angielskiej. Stamtąd, podobnie jak wielu Polakom służącym w cesarskim wojsku, udało mu się wydostać do nowo tworzonej Armii Polskiej generała Hallera. To właśnie wraz z Błękitną Armią wrócił w 1919 roku do ojczyzny, która odzyskała niepodległość po zaborach. Walczył w wojnie z Sowietami w roku 1920, kiedy został ranny. Potem kontynuował wojskową karierę, aż w 1932 roku został „Dwójkarzem”. Tak nazywano potocznie pracowników polskiego wywiadu wojskowego w okresie międzywojennym i w czasie II wojny światowej – od II Oddziału Sztabu Głównego, w którym był on zorganizowany. Według dr. Jarosława Tulisza, dowództwo dostrze-

gało i ceniło jego błyskotliwość, inteligencję, znajomość języków obcych, w szczególności języka niemieckiego, w którym był biegły. Sobociński miał niezwykle dar nawiązywania znajomości, zjednywania sobie ludzi. - Mjr Sobociński przygotowywał analizy sytuacji w Niemczech. Od 1935 był kierownikiem Referatu „Niemcy” Dwójki. Znajomość tamtejszych stosunków, doskonała znajomość języka niemieckiego i francuskiego, zatrudnienie oraz wcześniejsze przeszkolenie w II Oddziale wprost predestynowały Sobocińskiego do objęcia w maju 1938 r. stanowiska szefa Wydziału V Wojskowego Komisarjatu Generalnego RP w Wolnym Mieście Gdańsku, po ppłk. Antonim Rosnerze. Tutaj z dniem 19 marca 1938 r. awansował do stopnia podpułkownika – mówi Jarosław Tulisza.

Wojskowe akta płk. Sobocińskiego pełne są pochwał. W opinii z 1925 r. Szefa Oddziału Wyszczolenia Dowództwa Okręgu Korpusu IX w Brześciu stwierdził, że jest znakomicie zbudowanym „sportomanem”, obdarzonym „rzadkim poczuciem humoru i ambicją”. Dowódca 101 pułku piechoty w 1921 r. pisał, że Sobociński jest lubiany przez żołnierzy i doceniał jego „wyrobień towarzyskie”. Wszędzie powtarzały się opinie o wyjątkowej pracowitości i skromności. - Wybitna lojalność, wyrobień żołnierskie i skromność. Inteligentny. Posiadał łatwość uczenia się i studiowania. Umysł krytyczny. Fachowo mocny – pisał w 1938 r. szef Dwójki.

1 września 1939 r. rano, wraz ze wszystkimi przedstawicielami korpusu dyplomatycznego RP w Wolnym Mieście Gdańsku płk. Sobociński został uwięziony przez niemieckie siły. Został jednak wymieniony na dyplomatów niemieckich zatrzy-

many na terytorium Polski. Przedostał się na Zachód, najpierw do Francji, potem do Wielkiej Brytanii. Był w sztabie I Samodzielnej Brygady Spadochronowej, potem trafił do tajnej, dywersyjnej Samodzielnej Kompanii Grenadierów, która była jednym z pierwowzorów nowoczesnych jednostek specjalnych. Miał wówczas 48 lat. Po wojnie, po zwolnieniu ze służby wojskowej, już w Argentynie, pracował jako stolarz meblowy. Pułkownik Wincenty Sobociński zmarł w 1959 roku w Merlo, w aglomeracji Buenos Aires. Argentynę wybrał jako cel powojennej emigracji. Pracował jako stolarz meblowy. Na południową półkulę ściągnął żonę Elżbietę. W realiach lat 60. XX wieku nie było szans na spełnienie ostatniej woli płk. Sobocińskiego, który chciał spocząć w grobowcu w rodzinnym Murzynie pod Bydgoszczą. Z czasem lokalizacja miejsca pochówku pułkownika „zatarła się”. Na tyle, że gdy kilka lat temu grupa pasjonatów historii Gdańska, Westerplatte, postanowiła przypomnieć postać pułkownika, nie było nikogo, kto mógłby wskazać jego miejsce spoczynku.

W ciemnym garniturze

Dr Jarosław Tulisza „rozpracował” ostatnią wizytę na Westerplatte ppłk. Wincentego Sobocińskiego, ostatniego dnia pokoju. Opierał się m.in. na relacjach świadków, uczestniczących w niej polskich żołnierzy. - Wiemy, że ppłk Sobociński przybył na Westerplatte 31 sierpnia 1939 roku w godzinach popołudniowych. 12-kilometrową odległość z Komisarjatu Generalnego RP (dziś Komenda Miejska Policji przy ul. Nowe Ogrody) pokonał samochodem w około 20 minut. Przed wyjazdem załatwił wszystkie sprawy biurowe, przebrał się w ciemny garnitur – relacjonuje historyk.

Kilka godzin wcześniej Sobociński otrzymał informację od mjr. Jana Żychonia, szefa bydgoskiej ekspozytury wywiadu, że WST na Westerplatte zostanie zaatakowana w ciągu 24 godzin. Od rana było też wiadomo, że tzw. Korpus Interwencyjny gen. Skwarczyńskiego, który miał być skierowany do Gdańska po rozpoczęciu konfliktu zbrojnego, został rozwiązany i nie udzieli pomocy polskim żołnierzom na półwyspie. Żychoń przekazał także Sobocińskiemu informację o koncentracji gdańskich formacji bojowych w rejonie Nowego Portu i Wiśloucha. Jego zdaniem, wszystko wskazywało, że polska placówka wojskowa na Westerplatte zostanie zaatakowana, i to bardzo szybko.

W czasie obiadu na Westerplatte, obecni na nim oficerowie i podoficerowie zauważyli, że Sobociński, który był tu bardzo często, nie zachowywał się jak zazwyczaj. Robił „dobrą minę do złej gry”, jednak jego powaga zdradzała niepokój. - W czasie

obiadu Sobociński zdradził jedynie, że sytuacja w Gdańsku rzeczywiście była napięta, a Niemcy wzmocnili gdański garnizon. Na „pocieszenie” powiedział, że Hitler dał ultimatum, na które oczekuje odpowiedzi do 3 września, więc do tego czasu wojna raczej nie wybuchnie. Autorzy relacji byli zgodni co do tego, że właśnie podczas tego obiadu Sobociński przekazał życzenie Naczelnego Wodza, aby utrzymać placówkę przez 12 godzin.

Wstał, podniósł kieliszek i wznosił toast: „Nie wiem, kiedy się zobaczymy, ale mam do was jedną prośbę: nie dajcie się zaskoczyć” - mówi Tuliszka.

- Heniek, nie licz na żadną pomoc, nie macie tu żadnej szansy, Gdańsk jest odcięty. Uważaj, jutro rano Niemcy uderzą, nie dajcie się zaskoczyć. Ty dowodzisz i ty decydujesz. Jak uznasz, że opór nie ma szans, wiesz, co robić. Nie daj się tylko zaskoczyć - tak mówił Wincenty Sobociński, jeszcze w stopniu podpułkownika, do majora Henryka Sucharskiego, wieczorem 31 sierpnia 1939 r. Tę rozmowę w cztery oczy podsłuchiwał Mieczysław Wróbel, jeden z żołnierzy polskiego garnizonu Wojskowej Składnicy Tranzytowej.

Argentyna pamięta i jest dumna

- Takich nadzwyczajnych ludzi, jak płk Wincenty Sobociński, którzy potrafią zacho-

wać godność, patriotyzm, kulturę, nie ma zbyt wielu. To jest wzór, niesamowity - podkreślała piękną polszczyzną w czasie gdańskich uroczystości ambasador Argentyny w Polsce, Alicia Irene Falkowski.

Dodawała, że Polacy - w tym powojenni emigranci, tworzyli argentyńską gospodarkę i państwowość.

- Argentyna, jedyny kraj na świecie, przyjęła w swoim kalendarzu święto - 8 czerwca - dzień osadnika - nie tyle jakiego, bo polskiego.

- Często mówi się, że obecność kogoś ważnego na danych uroczystościach podnosi ich rangę. Być może to truizm, ale my tak możemy śmiało powiedzieć o obecności w Gdańsku ambasador Argentyny w Polsce, Alicii Irene Falkowskiej. Wszyscy zapamiętamy nie tylko jej słowa o pułkowniku, dniu polskiego osadnika w Argentynie, ale też jej starania o to, by osobiście uczestniczyć w naszych uroczystościach, zarówno w miejscu dawnego Komisarzatu RP w Wolnym Mieście Gdańsku, na Długich Ogrodach i na Westerplatte. To niewątpliwie dowód sympatii Argentyńczyków do Polaków - podkreśla Jarosław Tuliszka.

Takich dowodów było więcej - począwszy od zrozumienia i chęci pomocy, jakie przy formalnościach związa-



Płk Wincenty Sobociński (w środku) zmarł na emigracji. Jego szczątki zostały sprowadzone do Polski

nymi z poszukiwaniami grobu płk. Sobocińskiego, ekshumacją jego szczątków i przewiezieniem ich do Polski. Argentyńskie władze, nie tylko lokalne, ale wojskowe i przedstawiciele duchowieństwa, nie chciały słyszeć o tym, by urna z prochami płk. Wincentego Sobocińskiego opuściła Argentinę bez uroczystości pożegnanych. I takie zostały zorganizowane. Trumienkę ze szczątkami Wincentego Sobocińskiego niósł osobiście Alejandro Gustavo Szejner, pułkownik argentyńskiego lotnictwa wojskowego, jeden z byłych przedstawicieli dowództwa tego rodzaju sił zbrojnych Argentyny, dyplomata i uczest-

nik misji pokojowych ONZ. Płk. Szejner, nazywany też „Polaco” (Polak) jest synem Romualda Szejnera, polskiego lotnika walczącego w czasie II wojny światowej w 301 Dywizjonie Bombowym, powojennego emigranta do Argentyny.

Czy to koniec?

W zeszłą niedzielę po 65 latach od śmierci, w rodzinnym Murzynnie urnę z prochami Wincentego Sobocińskiego odprowadzał okazały tłum.

- Wreszcie. Jest w Polsce. Jesteśmy z niego dumni. Cieszymy się, że udało się go odnaleźć i sprowadzić - mówili bliscy płk. Sobocińskiego na Westerplatte, w minioną so-

botę. Pułkownik nie miał dzieci, ale miał dziesięcioro rodzeństwa. I to kolejne pokolenie tej rodziny, dzieci braci i siostr Wincentego Sobocińskiego, witały w Polsce jego prochy.

Czy to już rzeczywiście koniec misji Stowarzyszenia im. płk. Wincentego Sobocińskiego? Wraz z wypełnieniem woli przedwojennego oficera, zamknięciem rodzinnego grobowca w Murzynnie, w którym przyszedł na świat, w którym chciał spocząć? Co ze szczątkami żony pułkownika, która przeżyła męża, opłaciła jego grób na cmentarzu w Merlo na 100 lat i zamieściła nekrologi w polonijnej prasie w Argentynie?

- Sprawa żony pułkownika wymagałaby osobnych badań i poszukiwań. Natomiast najważniejszy etap związany ze ściąganiem prochów pułkownika udało się zamknąć. Pozostaje kwestia pamięci. Tak znamienita postać, wydaje się, powinna mieć swoją ulicę w Gdańsku. Pamiętamy, że on mieszkał tu, w domu przy dawnym Placu Hanz, na czwartym piętrze. Zachowała się fotografia, w której na balkonie owego mieszkania płk. Sobociński pozuje wraz z mjr. Henrykiem Sucharskim i kpt. Franciszkiem Dąbrowskim. Tego budynku już nie ma (dziś znajduje się tu Zieleniak),

ale miejsce na pamiątkową tablicę bez problemu mogłoby się znaleźć. Prawdopodobnie stoją zatem przed nami kolejne zadania - mówił Jarosław Tuliszka.

Nie zostawiamy swoich

Jarosław Tuliszka w roku 2019 doprowadził do odnalezienia trzech zaginionych, polskich żołnierzy Września 39 - Franciszka Grubby, Stanisława Karbowniczka i Brunona Lubbeckiego. Ich losy skrywały niemieckie archiwa szpitala w Słupsku. Co ważne, po publikacji w „Dzienniku Bałtyckim” zgłosili się bliscy Brunona Lubbeckiego. Jak sami przyznali, ustalenie losów ich przodka było w ich rodzinie czymś niezwykle ważnym.

Najsłynniejsze jednostki wojskowe, m.in. amerykańskie Navy Seals, polska Formoza budują swój esprit de corps - poczucie braterstwa, lojalności, na bazie hasła „nigdy nie zostawiamy swoich”. Odnosi się ono nie tylko do zachowań w czasie przygotowań do boju, czy już w czasie walki, ale również do kwestii poległych, odnalezienia, zabrania ciała i ich godnego pochówku. To swego rodzaju splata długu za ich ofiarę. Jak przyznaje dr Tuliszka, w sprowadzeniu prochów płk. Sobocińskiego chodziło właśnie o to.

©©

REKLAMA

0011139404



Polska Grupa Energetyczna

do 28 000 zł

Z MÓJ PRĄD 6.0 OD NFOŚIGW

+2000 zł

DODATKOWEGO UPUSTU OD PGE

SPRAWDŹ SZCZEGÓŁY NA WWW.GKPGE.PL



**FOTOWOLTAIKA**

**MAGAZYN ENERGII**

**MAGAZYN CIEPŁA**



DOFINANSOWANIE NAJLEPSZE POD SŁOŃCEM

DOFINANSOWANIE Z PROGRAMU MÓJ PRĄD 6.0 UDZIELA NARODOWY FUNDUSZ OCHRONY ŚRODOWISKA I GOSPODARKI WODNEJ (NFOŚIGW), ZAKUP INSTALACJI FOTOWOLTAICZNEJ WRAZ Z OBOWIĄZKOWYM MAGAZYNEM ENERGII I/LUB MAGAZYNEM CIEPŁA NIE GWARANTUJE OTRZYMANIA MAKSYMALNEJ KWOTY DOFINANSOWANIA. SZCZEGÓŁY UDZIELENIA DOFINANSOWANIA DOSTĘPNE SĄ NA STRONIE WWW.MOJPRAD.GOV.PL. PGE OBRÓT S.A. (PGE) UDZIELA UPUSTU W KWOTIE 2 000 ZŁ NA ZAKUP INSTALACJI FOTOWOLTAICZNEJ WRAZ Z OBOWIĄZKOWYM MAGAZYNEM ENERGII I/LUB MAGAZYNEM CIEPŁA. SZCZEGÓŁOWY REGULAMIN PROMOCJI ZNAJDUJE SIĘ NA STRONIE WWW.GKPGE.PL/ DLA-DOMU/OFFERTA/FOTOWOLTAIKA-Z-PGE-I-MAGAZYN-ENERGII

MATERIAŁ PROMOCYJNY NIE STANOWI OFERTY W ROZUMIENIU ARTYKUŁU 66 KODEKSU CYWILNEGO.

Połączyła ich MIŁOŚĆ, rozdzieliła WOJNA

Gdański IPN upamiętnił 1 września lekarkę Jadwigę Titz-Kosko i kapitana Marynarki Wojennej, Stanisława Kosko. Oboje poświęcili życie dla Pomorza - ona poprzez pracę zawodową i społeczną, on zginął w obronie Wybrzeża w 1939 roku

Piotr Piotrowski



Doktor Jadwiga przy pracy. Dyplom lekarski zdobyła w 1926 r., a potem jeszcze przez dwa lata studiowała w Szkole Nauk Politycznych

W uroczystości odbywającej się po południu w dniu 85. rocznicy wybuchu II wojny światowej wzięli udział przedstawiciele gdańskiego IPN, który ufundował tablicę, władz Sopotu i Pomorskiego Centrum Reumatologicznego im. dr Jadwigi Titz-Kosko.

Pamięć

Tablica została zainstalowana na budynku szpitala, który założyła i przez wiele lat prowadziła dr Jadwiga Titz-Kosko. Wśród zebranych znaleźli się też przedstawiciele władz samorządowych, urzędów, stowarzyszeń, a także mieszkańcy i turyści. Asystę honorową zapewniła Marynarka Wojenna RP.

- To niezwykła chwila, kiedy możemy w przestrzeni miasta Sopot upamiętnić wspaniałą rodzinę, którą połączyła miłość, ale rozdzieliła wojna. To nie przypadek, że tą tablicę odsłaniamy właśnie dzisiaj. Jestem dumny, jestem zaszczycony, że mogę razem z naszymi partnerami, możemy mieć swój skromny wkład w upowszechnianie wiedzy o tak wspaniałej rodzinie - mówił po odsłonięciu tablicy Marek Szymaniak, dyrektor gdańskiego oddziału IPN.

A tablicę odsłanili: Aleksandra Gosk, przewodnicząca Rady Miasta Sopot, Kinga Kozicka, prezes Pomorskiego Centrum Reumatologicznego, i M. Szymaniak. Upamiętnienie wspólnie pobłogosławili ks. Wojciech Lange, proboszcz parafii pw. św. Andrzeja Boboli w Sopocie, i bp Marcin Hintz, biskup diecezji pomorsko-wielkopolskiej Kościoła ewangelicko-augsburskiego, proboszcz parafii ewangelickiej w Sopocie. Na zakończenie pod tablicą złożono wiązanki kwiatów.

Jadwiga i Stanisław Kosko - to dwie wybitne postacie związane z ostatnimi dziesiętkami lat historii Pomorza. Ona - lekarz, powstaniec warszawski, twórca lecznictwa oraz pionier nowoczesnych rozwiązań socjalnych, które wyprzedziły epokę. On - wybitny dowódca, kapitan żegluga wielkiej, dyrektor Państwowej Szkoły Morskiej w Gdyni, wychowawca młodzieży. Pozostawili po sobie na Pomorzu trwałe, niemal pomnikowe pamiątki - przy Skwerze Kościuszki w Gdyni wciąż cumuje „Dar Pomorza”, w Sopocie chorzy leczeni w specjalistycznej placówce reumatologicznej, na gdyński Witominie osoby starsze mają swoją spokojną przystań w Domu Seniora Za Falochorobem.

W Gdyni i w Warszawie

Doktor Jadwiga Titz-Kosko urodziła się w 1902 r. w dalekiej Mandzurii w rodzinie warszawskich ewangelików. Ojciec,

Emil Titz był znanym inżynierem, budowniczym Kolei Transsyberyjskiej. Dzieciństwo i młodość Jadwiga spędziła na Dalekim Wschodzie, od czasu do czasu odwiedzając rodzinę w Warszawie. W 1920 r. rodzina powróciła do Polski - 18-letnia Jadwiga pierwsze kroki skierowała na Uniwersytet Warszawski, gdzie podjęła naukę na studiach medycznych. Zaliczyła już pierwszy rok medycyny w Kijowie. Dyplom lekarski zdobyła w 1926 r., a potem jeszcze przez dwa lata studiowała w Szkole Nauk Politycznych. Jak powiedziała Ewie Ostrowskiej, autorce książki „Dama polskiej medycyny. Opowieść biograficzna o dr Jadwidzie Titz-Kosko”, zrobiła to, by „nie przestać na znajomości nerek, wątróbki i innych części ludzkiego ciała”. Po studiach rozpoczęła pracę jako lekarz w Szpitalu Ewangelickim, prowadzonym aż do 1943 roku u zbiegu ul. Karmelickiej i nieistniejącej dziś ulicy Mylnej.

Ale nie tylko Warszawa była jej bliska. Na Pomorze przywiodła ją miłość do Stanisława Kosko. Poznali się jeszcze podczas pobytu Jadwigi na Syberii, ale pobrali wiele lat później, dopiero w 1935 roku. Ślub, prawdziwie marynarski - na pełnym morzu, urządzili niedługo po powrocie porucznika z rejsu dookoła świata „Darem Pomorza”. Jak wspominała: „Znajomi ciągle nam mówili: <<Weźcie wreszcie ślub, już tak długo jesteście narzeczonymi>>. Ale kiedy doszło do ślubu, nikt o tym nie wiedział. Pobraliśmy się 15 października, w moje imieniny, tylko w obecności świadków”.

Miłość i pracę dzieliła między Warszawę a Gdynię - trzy dni pracowała w szpitalu w stolicy, a potem przyjeżdżała nad morze, do męża. Koskowie mieszkali w domu przy reprezentacyjnej ul. 10 Lutego w centrum miasta. Aż do wybuchu wojny, która rozdzieliła ich na zawsze, już w pierwszych dniach września. Kapitan Stanisław Kosko zmarł 8 września od odniesionych ran. Jadwiga lata wojny spędziła w Warszawie, w macierzystym szpitalu. „Od tej chwili całą swoją rozpacz przemieniłam w energię i siłę do pracy i walki. Nic nie mogło mnie załamać czy przestraszyć. Nie bałam się najcięższych prób i sytuacji” - wspominała.

W powstańczym szpitalu

W stolicy Jadwiga włączyła się w działania konspiracyjne, z przydziałem do Sanitariatu Okręgu Warszawskiego Armii Krajowej „Bakcyl” w Warszawskiej Szkole Pielęgniarstwa przy ul. Chałubińskiego 2. Powstanie warszawskie opisała w wieku 86 lat, już na Pomorzu. „Broniliśmy budynku przed zapalającymi bombami, zrzucając je z dachu. Chroniły-

śmy ludzi rannych w walce z Niemcami, zakładając im karty dokumentujące, że są ranni w wypadkach drogowych. W czasie Powstania Warszawskiego budynek Szkoły był terenem walki powstańców, którzy weszli z granatami na dach budynku i stamtąd atakowali Niemców znajdujących się w gmachu Ministerstwa Komunikacji. Niemcy przebili ściany sąsiadujące i gdy znaleźli się na terenie Szkoły, rzucili się do schronu w piwnicy, gdzie ukryła się część pacjentów i pracowników. Zaczęli przetrzącać węgiel szukając broni, oglądali ręce, czy nie są powalane prochem. Nie podzieliłiśmy losu szpitala na Woli, gdzie Niemcy po wkroczeniu rozstrzelali personel i chorych. Stało się tak dlatego, że nasz szpital w gmachu Szkoły zajęli kolejarze, a nie wojskowi. Niemcy stale dyżurowali pilnując nas, a gdy Powstanie dogorywało, twierdzili, że nie mogą się doczekać, kiedy Rosjanie wejdą do Warszawy, bo chcą jak najprędzej wracać do swej ojczyzny. Jeden z tych dyżurujących pochodził z okolicy Śląska i nazywał się Rybka. W rozmowie radziłam mu uczyć się polskiego, bo może mu się to kiedyś przydać. Ciągłe pokazywali nam klucze z gmachu Ministerstwa Kolei mówiąc, że chcą nam je wręczyć i mieli wielki żal do Rosjan, że nie wchodzą do Warszawy - pisała.

Polska szkoła leczenia

Już w kwietniu 1945 r. Jadwiga Titz - Kosko przyjechała na Wybrzeże. Zajęła się organizowaniem opieki zdrowotnej w zniszczonym przez Rosjan mieście. Pierwszą powojenną przychodnię w Gdańsku założyła przy wrzeszczańskej Jaśkowej Dolinie. „Warunki, jakie istniały w tej przychodni, w niczym nie różniły się od wojennych. Kilka igieł i strzykawek otrzymanych z przydziału gotowaliśmy w zwykłej miednicy na piecyku wykonanym z bańki, w jakiej woziło się mleko” - wspominała. Przez pewien czas pracowała jako lekarz w Areszcie Śledczym przy ul. Kurkowej, gdzie zetknęła się z brutalnością ludzi aparatu bezpieczeństwa.

Potem zaczęła specjalizować się w reumatologii. Założone przez nią poradnie reumatologiczne w Gdyni i Sopocie były pierwszymi nie tylko na Wybrzeżu, ale i w całej Polsce. W Klinice Chorób Wewnętrznych otworzyła jesienią 1945 r. Akademii Medycznej w Gdańsku stworzyła poradnię wojewódzką i oddział reumatologiczny na 20 łóżek. Była nie tylko świetnym lekarzem, ale też doskonałym menadżerem. 10 lat później kierowany przez nią Szpital Reumatologiczny w Sopocie miał już 230 łóżek, oddział dla dzieci, rehabilitację

i balneologię. To w Sopocie wypracowano kompleksowy system opieki nad chorymi na reumatyzm - od profilaktyki, przez leczenie, standardy szpitalne i sanatoryjne, a także rehabilitację, zakłady pracy chronionej, po budowę spółdzielczych domów dla chorych i niedołączonych. Doktor Jadwigę Titz-Kosko można nazwać pionierką reumatologii. Od 1955 r. lekarze zdobywający specjalizację reumatologiczną uczyli się z napisanego przez dr Titz-Kosko pierwszego w Polsce reumatologicznego podręcznika akademickiego, zatytułowanego „Podstawy reumatologii”. Była współzałożycielką Polskiego Towarzystwa Reumatologicznego, działała również w Polskim Towarzystwie Balneologicznym oraz Polskim Towarzystwie Walki z Kalcem. Dzięki niej do dziś dnia osoby z Trójmiasta, Pomorza i całej Polski mogą leczyć się w Pomorskim Centrum Reumatologicznym im. dr Jadwigi Titz-Kosko w Sopocie.

Spółdzielnia

W połowie lat 60. rozpoczęła starania o zorganizowanie specjalnego ośrodka, gdzie starsi ludzie z problemami reumatologicznymi mogli mieszkać w specjalnie przystosowanych mieszkaniach. „Nasi chorzy źle się czują w domach opieki społecznej, niespecjali-

stycznej, ponieważ psychicznie są zupełnie zdrowi i nie zawsze są to osoby w podeszłym wieku. Przyszła mi więc myśl, żeby oni sami zbudowali sobie taki dom na zasadach spółdzielczości” - mówiła pod koniec lat 60. trójmiejskim mediom. W 1973 r. przy ul. Chwarznieńskiej 136/138 otwarto Spółdzielnię Mieszkaniową, zwaną „Za Falochronem”. Znajdowało się w nim 250 jednolub dwupokojowych mieszkań, w których mogli zamieszkać również z bliskim członkiem rodziny - inwalidzi ze schorzeniami reumatologicznymi. Na miejscu mieli oni opiekę zdrowotną, możliwość fizykoterapii i rehabilitacji. Ośrodek z powodzeniem pracuje do chwili obecnej. W 1986 r. przy ul. Norwida 4 z jej inicjatywy rozpoczęto budowę Domu dla Weteranów Walki i Pracy im. Bohaterów Westerplatte. Jadwiga Titz-Kosko nie doczekała już otwarcia tego domu. Zmarła 9 lutego 1989 roku. Spoczęła w Alei Zasłużonych Cmentarza Witomińskiego, obok swojego męża, kpt. Stanisława Kosko.

Jak ojciec

Stanisław, mąż wybitnej lekarki urodził się 13 listopada 1898 roku w Wojciechowicach koło Ostrołęki. W 1909 r. rozpoczął naukę w Gimnazjum Rządowym w Pułtuskach i tam



Małżonkowie Kosko na gdyńskiej ulicy

*BRONILIŚMY BUDYNKU
PRZED ZAPALAJĄCYMI BOMBAMI,
ZRZUCAJĄC JE Z DACHU.
CHRONILIŚMY LUDZI RANNYCH
W WALCE Z NIEMCAMI*

związał się z ruchem skautowskim. Po ewakuacji gimnazjum do Rosji, uczył się w Czernihowie, a potem w Kijowie, gdzie zdał maturę. Po powrocie do kraju został przyjęty do Szkoły Handlowej Morskiej w Tczewie. W 1923 roku po ukończeniu Szkoły Morskiej, z dyplomem oficera nawigacyjnego Polskiej Marynarki Wojennej w kieszeni, Stanisław Kosko otrzymał propozycję pracy na żaglowcu „Lwów”. Został IV oficerem, wychowawcą i nauczycielem. Na pokładzie „Lwowa” Stanisław Kosko zdobywał pierwsze szlify żeglarskie i dyplomy oficerskie. Przełomem okazał się rejs do Brazylii w 1923 r., wówczas polska bandera po raz pierwszy przekroczyła równik. Kosko miał dodatkową misję - po drugiej stronie Atlantyku miał tworzyć polskie drużyny harcerskie i zachęcać dzieci polskich emigrantów do utrzymania więzi z krajem i pielęgnowania ojczystej mowy. Potem pracował w Wydziale Żeglarskim Departamentu Morskiego Ministerstwa Przemysłu i Handlu. W 1930 r. rozpoczął pracę w przeniesionej do Gdyni Szkoły Morskiej. Tam objął funkcję IV oficera na „Darze Pomorza” - dwa razy wziął udział w okołoziemskich rejsach. Po powrocie z rejsu ożenił się z Jadwigą Titz. To dzięki żonie Stanisław związał się

z morzem - namawiała go do połączenia pracy z pasją. W 1936 r. Kosko objął stanowisko inspektora Szkoły Morskiej w Gdyni, rok później otrzymał nominację na dyrektora Państwowej Szkoły Morskiej. Wśród braci studenckiej był nazywany „Ojcem Kosko” z racji swego oddania młodzieży. W sierpniu 1939 r. dzięki niemu udało się odprowadzić „Dar Pomorza” do Szwecji, gdzie żaglowiec przetrwał szczęśliwie wojnę.

On sam nie miał szczęścia. Kapitan Stanisław Kosko został powołany do służby czynnej w Marynarce Wojennej. 29 sierpnia otrzymał rozkaz natychmiastowego objęcia dowództwa ORP „Gdynia”, który miał wozić zaopatrzenie na Półwysep Helski. Okrętu nie zdążono przemałować, pozostał w białym, pokojowym malowaniu. Niewielki statek, bez uzbrojenia był idealnym celem dla Niemców. 2 września okręt został ostrzelany i zatopiony. Ranny dowódca został przewieziony do gdyńskiego szpitala, gdzie na skutek odniesionych ran zmarł 8 września 1939 roku. Spoczął na cmentarzu na gdyńskim Witominie.

Korzystałem z książki Ewy Ostrowskiej pt. „Dama polskiej medycyny. Opowieść biograficzna o dr Jadwidze Titz-Kosko”

FOT. MUZEUM HISTORYCZNE MIASTA GDYNI

REKLAMA

0011162724



WYŚLIJ: **GRAM**
POD **7375**
KOSZT SMS: 3,69 ZŁ

Dowiedz się
WIĘCEJ

WYGRAJ
250 000 ZŁ
W WIELKIEJ LOTERII

TELEMAGAZYN

Więcej na: **www.loteria.telemagazyn.pl**

LOTERIA +18 LAT. ORGANIZATOREM LOTERII JEST PEAKMAKE SP. Z O.O.

SUPLEMENTY DIETY - NICZEGO NIE LECZA, ALE MOGĄ BARDZO ZASZKODZIĆ

Na suplementy zawierające witaminy, składniki mineralne lub inne substancje, które mają dobroczynnie wpłynąć na organizm, Polacy wydają coraz więcej pieniędzy. Tylko w roku ubiegłym kupili ich za 8 mld zł. Tymczasem specjaliści ostrzegają. Jednym z nich jest doktor Leszek Borkowski, farmakolog kliniczny, członek Zespołu ds. Suplementów diety przy Głównym Inspektorze Sanitarnym. Jego zdaniem suplementy to środki spożywcze, które nie leczą, ale mogą zaszkodzić

Jolanta Gromadzka-Anzelewicz

Polacy, nawet jeśli są w pełni zdrowia, mają chyba słabość do suplementów diety i różnych środków poprawiających wydolność organizmu i wzmacniających jego siłę obronne...

Według mojej opinii nadmierne skłonności do suplementów diety mają mieszkańcy całej Europy. W tym zamyśleniu do suplementów nie odbiegamy w stosunku do obywateli innych krajów.

Ala czy też łykają je bez porozumienia z lekarzem, tak jak my?

Robią dokładnie to samo. Wprowadzenie suplementów diety miało początkowo na celu uzupełnienie, czyli suplementację niedoborów żywności, a jak wiadomo, Unia Europejska jest bogata i nie ma tu ludzi tak naprawdę głodnych. No, czasami są źle odżywiali się na własne życzenie, ale tak naprawdę ta suplementacja diety w Unii Europejskiej jest mocno dyskusyjna. Otwarcie tych drzwi spowodowało, że producenci z chęcią zysku wstawiają do suplementów diety coraz więcej substancji, żeby zwiększyć sprzedaż swoich produktów.

I skutecznie je reklamują... Co roku Polacy wydają na nie blisko 8 mld zł - jak podaje „Rzeczpospolita”.

Suplementy są bardzo silnie reklamowane. Podczas pracy naszej komisji przy Głównym Inspektorze Sanitarnym mieliśmy producenta, który miał wyciąg olejków z pieprzu i koniecznie chciał go zarejestrować jako suplement i wprowadzić na rynek. A ja postawiłem podstawowe pytanie: chodzę po sklepach spożywczych i wszędzie, gdzie wejdę do sklepu, widzę pieprz. W związku z tym nie

ma niedoboru pieprzu w Polsce. Niektórzy tego pieprzu sypią mniej lub więcej do jedzenia, ale wszyscy sypią. W związku z tym nie mamy niedoboru tej przyprawy i nie ma co suplementować. Szczęśliwie Główny Inspektor Sanitarny zgodził się z moją opinią i zapędy producentów tego rodzaju środków spożywczych zostały trochę przyhamowane. Aczkolwiek prawo jest źle skonstruowane i jeśli któryś z producentów się uprze, to mimo negatywnej opinii naszej komisji i Głównego Inspektora Sanitarnego, suplement diety i tak pojawi się na rynku.

Suplement to, jak pan mówi, nie jest lek.

Ale ludzi łatwo jest oszukać. No bo jeżeli na przykład ktoś reklamuje samochody, ja się na samochodach nie znam, to też wierzę w to, co mówią w reklamie. Podobnie jest w przypadku suplementów, a reklamy są bardzo przekonujące. Często są bardzo „mądre”, a tak naprawdę nie mają żadnego potwierdzenia naukowego.

Panie doktorze, a czy zażywanie suplementów, w tym witamin, może być groźne dla naszego zdrowia? Czytałam o badaniach, które udowodniły, że zażywanie witamin z grupy B zwiększa ryzyko zachorowania na raka płuca.

Tak, zgadza się. Ja powiem w sposób ogólny, żeby czytelnik mógł łatwo zapamiętać. Organizm jest bardzo mądry i jak potrzebuje jakiegoś składnika, to bierze go sobie z jedzenia. I jak na przykład w organizmie brakuje potasu, to człowiek ma ochotę, żeby zjeść pomidora i banany. Czyli niejako chęci pokarmowe regulują niedobory. Ja pomijam sytu-



Dr Leszek Borkowski jest zdania, że wydłużający się okres życia sprawia, że ludzie chorują częściej i na większą liczbę chorób

IM LUDZIE DŁUŻEJ ŻYJĄ, TYM MAJĄ WIĘCEJ CHORÓB. 100 CZY 200 LAT TEMU NOWOTWORY TEŻ BYŁY, CHOĆ RZECZYWIŚCIE BYŁO ICH MNIEJ

acje patologiczne, skrajne, pacjentów leczonych w szpitalu, gdzie musimy w zastrzyku podać jakąś witaminę, ponieważ są choroby związane z niedoborem wydzielania witaminy B12 w śluzówce żołądka. No ale to jest choroba i wtedy pa-

cjenci biorą zastrzyki z witaminą B12, czy też innymi witaminami. No to są systemy patologiczne, ale wtedy podajemy nie suplementy diety, tylko leki. Tak więc wedle mojej opinii, jeżeli człowiek sięga po suplement, to najpierw musi

sprawdzić, czy ma rzeczywiście niedobór, po prostu pójść i zrobić sobie badanie poziomu witaminy B czy D i nie będzie problemu.

A jeżeli okaże się, że mamy niedobór którejś z witamin?

Jeżeli niedobór jest mały, to trzeba jeść produkty, które je zawierają i porozmawiać z dietetykiem. Jeżeli niedobór jest duży, trzeba porozmawiać z lekarzem i wziąć leki z witaminą, a nie suplementy. Tak więc suplement diety się nie broni w żaden sposób. Powtarzam często, że ludzkość przeżyła ostatnie 10 tysięcy lat zupełnie dobrze, nie znając suplementów diety, bo suplementy znamy dopiero od 30-40 lat.

Przed wojną - jak mawiali nasze babcie - suplementów nie było?

Nie było i ludzie żyli bardzo dobrze, bo było mniej chorób.

A teraz, wracając do podstawowego pytania, czy suplementy mogą szkodzić?

Tak, bo mogą interferować z lekami. Jeżeli w pokarmie znajduje się jakaś substancja, która może wchodzić w interakcję z lekiem, to oczywiście jest ona w niewielkiej ilości i wystarczy zmniejszyć porcję danego pokarmu lub w ogóle z niego zrezygnować. W przypadku suplementów diety ta sama substancja jest wyizolowana i w większym stężeniu. I ona jest niezwykle niebezpieczna, ponieważ to, co jest w suplementach diety, przeszkadza lekom leczyć pacjenta. I dotyczy to wszystkich chorób.

Czy suplementy diety mogą przeszkadzać lekom, które są stosowane w poważnych chorobach, na przykład onkologicznych?

Oczywiście. W internecie można znaleźć mnóstwo informacji o tym, jak pokonać raka. Pacjenci pod wpływem emocji mogą być na nie podatni, rezygnując z medycyny konwencjonalnej. Dlatego ja zawsze proszę uprzednie pacjentów, żeby w momencie, kiedy są chorzy i biorą poważne leki na poważne choroby, broń Boże nie leczyli się sami suplementami diety.

Naturalną rzeczą jest, że chory człowiek chce wzmocnić odporność.

Moje zdanie jest takie: Jeżeli chcesz wzmocnić smak zupy pomidorowej, bo jest za mało soli, to nie dosypujesz kilograma soli, tylko trochę, prawda? Tak samo jest z suplementami diety. Umiar i rozsądek jest wskazany zawsze.

Jak człowiek dowiaduje się, że ma raka, to na ogół myśli „Moja choroba to efekt zanieczyszczenia środowiska i warunków, w jakich żyjemy. Trzeba wrócić do natury, sięgnąć po zioła”.

Po pierwsze, im ludzie dłużej żyją, tym mają więcej chorób. 100 czy 200 lat temu nowotwory też były, choć rzeczywiście było ich mniej, ale nie były diagnozowane, bo wiedza była na niskim poziomie. Fakt, że dynamicznie wzrasta liczba nowotworów, jest następstwem tego, że dłużej żyjemy. Nowotwory są efektem błędów genetycznych, które powodują, że komórki wariują, prawda? To tak, jak z przechodzeniem przez jezdnię - przechodzimy na zielonym świetle, na czerwonym stoimy i jest porządek.

A gdyby ktoś zrobił coś, że ludzie na pasach by „zwariowali”, to przechodziliby na czerwonym, a na zielonym by stali. I to dokładnie jest tak

z mutacjami genetycznymi, które są w naszym organizmie. Im jesteśmy starsi, tym tych mutacji jest więcej, bo zawodzą mechanizmy naprawy. Tak jak ja w starszym wieku już nie biegam, tylko chodzę z laską, bo coś mi się popsuło w stawie biodrowym i kolanowym. No bo taka jest kolej rzeczy. Oczywiście, mówi się, i to bardzo donośnie, że winne jest zatrucie środowiska i tak dalej. Pewnie to jakiś tam wpływ ma, ale jak popatrzymy na publikacje naukowe, to jest bardzo niewiele takich, które by mówiły, że będą koło ciebie jeździły autobusy, to ty będziesz miał nowotwór. Okazuje się bowiem, że inny statystyczny Kowalski, mieszkający w wsi pod lasem, ma jeszcze większe problemy z nowotworem niż ten z miasta. Ja osobiście uważam, że powodem wzrostu chorób nowotworowych jest wydłużenie czasu życia. Organizm jest zaprogramowany do iluś lat. Jeżeli my przedłużamy przez dobrą opiekę nad organizmem okres życia, no to niestety jak się coś naprawi, to się popsuje coś innego. Takie jest życie. Wracając do ziół. Kiedyś stosowano zioła z prostej przyczyny - nie było dostępu do leków, bo leki były drogie i leków nie było. No to czymś trzeba było się ratować. Ale z ziołami jest tak, że zioła zawierają bardzo wiele mocnych substancji i to często bardzo niebezpiecznych. Oczywiście zależy to też od tego, kiedy te zioła są zbierane. Bo jeżeli ktoś się nie zna i zbiera zioła na przykład w czerwcu, to się ziołami truje. A te same zioła zebrane we wrześniu już nie będą zawierały tej substancji toksycznej, bo ona się rozłoży i to zioło nie będzie szkodzić. Każda roślina musi mieć ściśle zdefiniowany czas zbioru. Tak jak się jabłka zbiera, jak dojrzeją, prawda? Śliwki i inne owoce. To tak samo jest



FOT. 123RF

Jeżeli człowiek sięga po suplement, to najpierw musi sprawdzić, czy ma rzeczywiście niedobór substancji, którą ten specyfik ma uzupełniać

PAMIĘTAJ O TYM!

Jeżeli chorujesz przewlekłe, pamiętaj, że leki, które przyjmujesz na co dzień, wchodzi w reakcje z preparatami zawierającymi witaminy lub minerały. Pacjenci leczeni z powodu nadciśnienia, dusznicy bolesnej lub arytmii muszą uważać na preparaty zawierające magnez, wapń, po-

tas, żelazo. Wymienione minerały wchodzi w istotne reakcje z niektórymi lekami stosowanymi w schorzeniach kardiologicznych. ● **Witamina E oraz K** wpływają na krzepliwość ● **Witamina E** może zwiększać ryzyko krwawień ● **Witamina K** może ograniczać działanie leków prze-

ciwzakrzepowych ● **Witamina B6** oraz magnez mogą obniżać skuteczność leków uspokajających ● **Witamina D** może nasilać działania niepożądane niektórych środków zobojętniających, stosowanych w terapii m.in. choroby wrzodowej lub refluksu.

z ziołami. Te same zasady. Natura jest mądra.

Te zebrane we właściwym czasie pomagały?

Problem w tym, że leczenie ziołami było leczeniem długo trwającym i relatywnie mało efektywnym. To co myśmśmy zrobili w ciągu 200 lat? Ano wpadliśmy na pomysł, żeby substancje aktywne, które są w ziołach, wyodrębnić. Okazało się jednak, że izolacja tych substancji wymaga olbrzymiej pracy, a daje mało pieniędzy. W związku z tym wpadliśmy na pomysł, żeby samemu robić te substancje. I tak powstała synteza. Dzisiaj wiele leków, które używamy, to są pochodne substancji, które kiedyś występowały w naturze. Ale myśmśmy tę substancję sami wyprodukowali. Mało

tęgo, zmodernizowaliśmy ich cząsteczkę, czyli dołożyliśmy określone grupy funkcyjne. Krótko mówiąc, trochę inaczej zrobiliśmy tę cząsteczkę i powstał inny związek, który okazał się mocniej działający.

Ludzie chorzy onkologicznie wierzą jednak, że suplementy pomogą im w walce z rakiem?

W ciągu 50 lat swojej pracy zawodowej nie spotkałem żadnego opisanego przypadku w sposób miarodajny, w którym suplement diety zahamował rozwój nowotworu, doprowadził do wyleczenia nowotworu, wyeliminował progresję, czyli ten wzrost nowotworu po jakimś tam uspieniu przedłużył remisję nowotworu, czyli wycieszenie nowotworu.

Ale na rynku pełno jest różnych antyoksydantów i wszyscy wierzą, że one coś dają.

Nic nie dają. Swego czasu bardzo modna była witamina C. Pacjenci stosowali ją i wierzyli, że pomoże im przeżyć tę straszną chorobę. Tak zwana lewoskrętna witamina C była reklamowana jako „cudowny suplement na raka”. Wyjaśniam więc: witamina C prawoskrętna (kwas askorbinowy) występuje z racji posiadania dwóch atomów asymetrycznych węgla w postaci czterech izomerów. Tylko izomer prawoskrętny jest aktywny biologicznie i stosowany w lecnictwie jako witamina C. Izomer lewoskrętny (tzw. śmieć) nie działa poza zakwaszeniem organizmu i wzrostem zatrzymywania niektórych

toksycznych metabolitów leków. To jest tak, jakbym na lewą nogę zakładał prawą rękawiczkę. Toż to się kupy nie trzyma. To tak samo organizm człowieka reaguje na podawanie czegoś, co jest reklamowane jako cudowny suplement, lewoskrętną witaminę C.

Czy można je stosować w czasie chemioterapii?

Nie, nie, absolutnie! Dlatego, że zioła wyhamowują działanie leków, natomiast zwiększają działania niepożądane tychże leków. Działania niepożądane w leczeniu onkologicznym są przekleństwem. To, co my widzimy, to jest nic, bo my widzimy, że pacjent traci włosy na głowie, że chudnie, że ledwo chodzi. Ale gdybyśmy mogli zobaczyć, co się dzieje w jego organizmie, mogli włożyć głowę na przykład do jego brzucha i obejrzeć wątrobę, nerki, trzustkę, to dopiero byśmy się złapali za głowę, jakie tam zmiany są pod wpływem właśnie interakcji ziół, czy też suplementów z lekami stosowanymi w chemioterapii. Jeżeli pacjent onkologiczny po cichu łyka witaminę C, a lecnos jest cislpatyną, to nasilają się działania niepożądane, co udowodniono naukowo.

A dlaczego mówi pan, że pacjenci biorą po cichu?

Pracuję w dużym klinicznym szpitalu w Warszawie jako farmakolog, ale często wpadam na sale różnych pacjentów na różnych oddziałach, jak wiem od kolegów, którzy ich prowadzą, że z nimi się dzieje coś nienormalnego i źle reagują na leki. Pierwsze, co robię, to proszę pacjenta, żeby otworzył szafkę i mówię: „Te skarby pakujemy do woreczka i oddajemy, jak pacjent wychodzi ze szpitala”. Bardzo czę-

sto pacjenci sami się leczą dodatkowo w szpitalu. To jest ogromny problem. Jeżeli pacjent połyka tę witaminę C, o której mówię, i bierze leki przeciwbólowe, jak morfina czy fentanyl - to działanie przeciwbólowe tych preparatów znika i zastanawiamy się, co się dzieje, że pacjenta boli, a nie powinno już boleć. Podobnie jednocześnie stosowanie leku onkologicznego z preparatami uspokajającymi, nasennymi czy antydepresantami. Ja zawsze pacjentom tłumaczę: Masz przepisane leki, to bierzysz te leki zgodnie z ilością i częstotliwością podawania, tak jak masz to przepisane. Nie modyfikuj. Bo to, że sąsiadka bierze ten sam lek, to żaden argument. Ty jesteś facet, a sąsiadka jest kobietą, bo ty ważysz ponad 100 kg, a sąsiadka waży 70 kilo. I tak dalej, i tak dalej. I sąsiadka choruje na inną chorobę. Ten sam lek może być stosowany przy różnych chorobach albo przy innych stadiach tej samej choroby. Niektórzy pacjenci biorą tylko te leki, które są zapisane w szpitalu, ale jest taka grupa pacjentów, którzy uważają, że szpital wie dobrze, ale oni wiedzą lepiej. Żona przyniosła, siostra przyniosła, dzieci przyniosły. No to też sobie wezmę.

A co najczęściej pacjenci zażywają?

Pomysłowość osób odwiedzających jest nieograniczona. Wiedza poszła do przodu i dzięki Bogu ludzie żyją dłużej. Ale tylko ci, co słuchają zaleceń lekarza i nie próbują kuracji na własną rękę. Jak się człowiek na czymś zna, to może dyskutować. Jak się nie zna, to sam nie może sobie zmieniać leków, bo sobie robi krzywdę ani nic dodawać. Prosta zasada - nie znasz się, nie majstruj. ©@

SPRAWDŹ, CO ZAWIERA

Do najczęściej dodawanych substancji, których należy unikać w suplementach diety, należą:

Dwutlenek tytanu – zapobiega zbrylaniu się składników suplementu. Od 2022 roku obowiązuje zakaz jego stosowania w całej Unii Europejskiej. Mimo to można go znaleźć jeszcze w niektórych suplementach. Barwniki – dodaje się je dla poprawy ich wyglądu. Niestety, niekiedy mogą negatywnie wpływać na organizm. Dlatego lepiej unikać w suplementach takich barwników jak chinolina, czerwien koszenilowa i azorubina.

1. Szelak jest substancją, która często stosowana jest jako powłoka w niektórych suplementach diety i produktach spożywczych, w celu zapewnienia im połyku i ochrony przed wilgocią. Szelak jest wytwarzany z żywic drzewnych, a jego produkcja może wiązać się z użyciem rozpuszczalników organicznych, takich jak aceton czy etanol, które negatywnie wpływają na zdrowie, zwłaszcza gdy są stosowane w dużych ilościach. 2. Aromaty, które mogą być stosowane w suplementach diety w celu poprawy ich smaku. Szczególnie warto unikać syntetycznych aro-

matów, które często są wytwarzane z chemikaliów i mogą powodować skutki uboczne u niektórych osób. 3. Konserwanty są stosowane w suplementach diety w celu wydłużenia ich przydatności do spożycia. Mimo to warto unikać ich w suplementach, ponieważ niektóre z nich mogą być szkodliwe dla zdrowia. 4. Difosforany są często wykorzystywane w suplementach diety jako substancje przeciwzbrylające. Difosforany mogą przyczyniać się do zwiększenia ryzyka chorób sercowo-naczyniowych oraz zaburzeń metabolicznych. Badania wykazały, że

nadmierne spożycie difosforanów może powodować obniżenie stężenia wapnia w organizmie, co prowadzi do osteoporozy i osłabienia kości. Co więcej, spożycie zbyt dużej ilości difosforanów może wpłynąć na funkcjonowanie nerek i równowagę elektrolitową organizmu. 5. Guma guar jest stosowana jako popularny stabilizator w suplementach diety. Jej dodatek ma na celu zapewnienie odpowiedniej konsystencji. Nadmiar gumy guar może powodować skutki uboczne, takie jak bóle brzucha, wzdęcia, biegunka i nudności.

6. Pieprz metystynowy był tradycyjnie stosowany jako środek uspokajający i przeciwykalny. Niestety, badania wykazały, że jego stosowanie może być przyczyną zaburzeń pracy wątroby, nudności, wymiotów, biegunki, zawrotów głowy, zmniejszenia lub utraty apetytu oraz drgawek. Dlatego jest on uważany za szkodliwy składnik w suplementach diety. 7. Pankreatyna jest kolejną substancją, której lepiej unikać w suplementach diety, ponieważ może powodować biegunki, nudności, bóle brzucha i reakcje alergiczne.

Dodatkowo długotrwałe stosowanie suplementów z pankreatyną może prowadzić do niedoboru witaminy B12 i innych składników odżywczych. 8. Chlorowodorek johimbiny jest związkiem chemicznym mającym na celu przyspieszenie redukcji tkanki tłuszczowej. Jednak nie jest bezpieczny, ponieważ może zwiększać ciśnienie krwi, przyspieszać akcję serca oraz powodować nudności i bóle głowy. Dodatkowo może wchodzić w interakcje z lekami stosowanymi w leczeniu nadciśnienia i depresji.



Panoramę starej Rygi najpiękniej widać z wieży kościoła św. Piotra. Po drugiej stronie rzeki Dźwiny błyszczą w słoneczne dni srebrzysty gmach Biblioteki Narodowej Łotwy

Ryga - miasto, które pokazuje prawdziwe oblicze

Ryga, stolica Łotwy, interesująca jest pod wieloma względami. W przeszłości jedno z miast hanzeatyckich z bogatą historią. Mieszanina stylów architektonicznych czasem zachwyca, innym razem aż razi. Podobnie z lokalnymi smakołykami. Zapiekanie śledzie z ziemniakami i twarogiem mnie smakowały, ale wiem, że nie każdemu przypadną do gustu. To miasto, które nie ukrywa prawdziwego oblicza przed turystami. I to mnie w Rydze ujęło

Anna Szalkowska

Przyjechałeś do Rygi? Możesz nastawić się nie tylko na zwiedzanie, ale i odkrywanie. Vecrīga (Stara Ryga), czyli Stare Miasto schodzisz wzdłuż i wszerz malowniczymi uliczkami. Czuć tu dawną potęgę i hanzeatycki klimat, bo Ryga była przecież ważnym członkiem Ligi Hanzeatyckiej, która kontrolowała przed wiekami handel na Bałtyku.

Panoramę Rygi (nie tylko Starego Miasta) można obejrzeć, m.in. z wieży kościoła św. Piotra. Na wieżę o wysokości

123 metrów początkowo wchodzi się po schodach, a potem - już na samą górę - wjeżdża windą. I przepadasz, bo kontemplować - i dalsze plany, i detale - można bez końca.

Jakie zabytki możemy polecić na ryskim Starym Mieście? Jest ich sporo. Warto obejrzeć Dom Bractwa Czarnogłowych, organizacji kupieckiej zrzeszającej młodych, nieżonatych kupców z Niemiec.

Trzej Bracia z kolei to kompleks trzech średniowiecznych domów mieszkalnych. Budynki zostały nazwane poprzez analogię do podobnych budyn-

ków w Tallinnie, które noszą nazwę Trzech Sióstr. Najstarszy budynek znajdujący się z prawej strony zbudowany został w XV wieku i nosi cechy późnego gotyku. Żółty dom pochodzi z 1646 roku, a zielony został zbudowany w XVII wieku jako kamienica czynszowa.

Brama Szwedzka to jedna z ośmiu ocalałych średniowiecznych bram w Rydze. Została wykuta w 1689 roku celem umożliwienia połączenia nowej dzielnicy Rygi z garnizonek szwedzkim. Zamykana przy zachodzie słońca, a otwierana przy wschodzie, regulowa

ła dostęp do miasta i zapewniała bezpieczeństwo jego mieszkańcom. Dzisiaj jest atrakcją turystyczną.

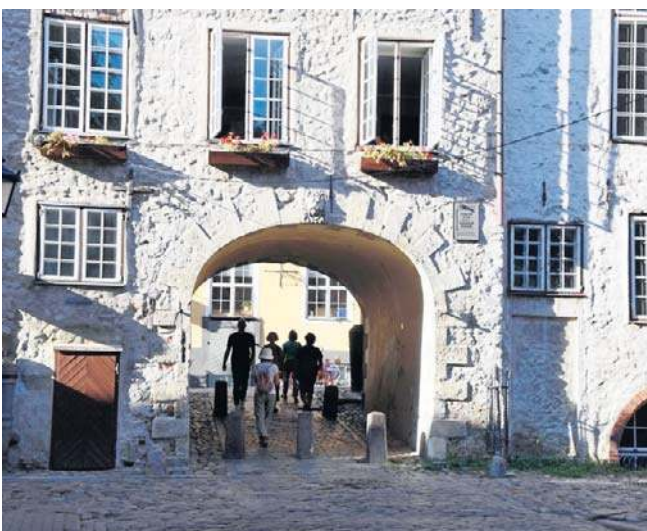
Spacerując po Vecrīga natraficie na „Bremańskich muzykantów”, piramidę postaci z baśni autorstwa braci Grimm. Tworzą ją osioł, pies, kot i kogut. Piramida stanęła w 1990 roku i była darem od Bremy - partnerskiego miasta Rygi. Legenda mówi, że gdy dotkniesz nosa osła, spełni się pomyślane w tym momencie życzenie. Ale nie nawiązuje tylko do bajki, ale do dawnej sytuacji politycznej kraju. Czwórka zwierząt

z Bremy zerka w kierunku żelaznej kurtyny, symbolizując tym moment zakończenia zimnej wojny między ZSRR a USA.

Ważnym dla mieszkańców pomnikiem jest Pomnik Wolności mieszczący się w samym centrum miasta, potocznie zwany Mildą od stojącej na nim 9-metrowej kobiety, która trzyma trzy gwiazdy symbolizujące trzy historyczne regiony Łotwy - Inflanty, Kurlandię i Łatgalię. Poniżej stoją rzeźby postaci z łotewskich legend i historii, które zaprojektował Karlis Zale. Zbudowany został z pie-

niędzy zebranych przez mieszkańców dla uczczenia odzyskania niepodległości. Pomnik jest symbolem wolności i demokracji, to pod nim zbierała się w latach 80. ludność domagająca się niepodległości, dlatego też co godzinę zmienia się przed nim warta honorowa. Widziałam i mogę powiedzieć: to taki minispektakl.

Inny pomnik - upamiętniający bojowników rewolucji 1905 roku - postawiony został nad brzegiem Dźwiny, w rejonie Mostu Żelaznego, a odsłonięty został w 1960 roku. Jego autorami byli rzeźbiarz Albert



Brama Szwedzka wykuta w 1689 roku jest jedną z wielu atrakcji turystycznych Rygi



Rzeźba w gablocie przedstawia bohatera zwanego Wielkim Krzysztofem (Lielais Kristaps)



Trzej Bracia z kolei to kompleks trzech średniowiecznych domów mieszkalnych



FOT. ANNA SZALKOWSKA

Jesteś w stolicy Łotwy? Obejrzyj metalowego lisa, którego znajdziesz niedaleko budynku Łotewskiej Akademii Nauk

Terpilovsky i architekt Karlis Pluksne.

Na widok budynku Łotewskiej Akademii Nauk, który też znajdziemy w centrum miasta, wszystkim Polakom staje przed oczyma warszawski Pałac Kultury, chociaż ten w Rydze jest niższy. Wznosi się na 107 metrów, podczas gdy warszawski ma 231 metrów. Pałac w stolicy Łotwy wzniesiony został w latach 1951-1958, a oddany do użytku w latach 60. Jego projektantami byli Osvalds Tilmanis, Vaidelotis Apsītis i Kārlis Pluksne.

Został zaprojektowany w stylu socrealizmu, a swym wyglądem nawiązuje do moskiewskich wieżowców - Siedmiu Sióstr Stalina. W czasach sowieckich był siedzibą Akademii Nauk Łotewskiej Socjalistycznej Republiki Radzieckiej. Obecnie w budynku mieści się Akademia Nauk Łotwy. Dla turystów na najwyższej kondygnacji udostępniony został taras widokowy.

Jeśli dobrze przeszukacie ten rejon, w pobliżu Akademii można podziwiać metalowego olbrzymiego lisa, który został wykonany przez studenta łotewskiej Akademii Sztuk Pięknych. Warto, chociażby dla zdjęć. A od artystycznego lisa blisko już do prome-

nady rzeki Dźwiny, na której można zobaczyć drewnianą męską figurę zamkniętą w szklanej gablocie. Rzeźba przedstawia legendarnego bohatera zwanego Wielkim Krzysztofem, a wśród miejscowych Lielais Kristaps.

Figura Wielkiego Krzysztofa, którą możemy oglądać dziś na brzegu Dźwiny, nie jest tą oryginalną. Tę pierwotną, która nad brzegiem rzeki stała na początku XVI wieku, można podziwiać w Muzeum Historii Rygi i Żeglugi. Zaś rzeźba, która obecnie ulokowana jest na jej miejscu, to jej wierna kopia.

Stojąc w tym miejscu nie sposób nie zwrócić uwagi na znajdujący na przeciwnym brzegu srebrzysty budynek, połyskujący w słońcu - to gmach Biblioteki Narodowej Łotwy. Autorem projektu jest amerykański architekt łotewskiego pochodzenia Gunārs Birkerts. Budynek ten uważany jest za jeden z najważniejszych obiektów wzniesionych na Łotwie po upadku komunizmu.

Przez Łotyszki nazywany jest Zamkiem Światła. Impozacyjnie wygląda nie tylko z zewnątrz, ciekawie eksponowane są także książki w środku. Architektura Rygi to zresztą niesamowita mie-

szanka stylów. Raz zachwyca (Stare Miasto), a raz wygląda co najmniej zaskakująco. Jak w przypadku pewnych sąsiadujących budynków, które mogłam oglądać w Rydze. Zunda Towers to para drapaczy chmur zlokalizowanych w pobliżu kanału Zunda. Kompleks składa się z dwóch cylindrycznych, szklanych wież. Wysokość jednej to 123m, a drugiej 117m.

Nowoczesny strzelisty obiekt stoi blisko małych drewnianych domków, które są aktualnie remontowane. A może to właśnie styl łotewski: niezależny, oryginalny, prawdziwy? Może.

Ale przecież miasto to nie tylko budynki i pomniki. Jeżeli jesteście w Rydze, nie możecie ominąć Targowiska Centralnego, które zlokalizowane jest tuż obok dworca kolejowego i autobusowego. Można więc nawet od niego zacząć, albo i na nim skończyć.

Obiecuję, na pewno się nie rozczarujecie. W małej knajpce na terenie hal - jedząc wspomniane już regionalne smakołyki, czyli zapiekankę potrawę z twarogu, śledzi i ziemniaków, a także pyszną zupę rybną - widziałam kilka podróżnych z bagażami. Można tu robić zakupy o każdej porze dnia, mieszkańcy np. kupując na targu warzywno-

owocowym późnym wieczorem. Na halach zaś oferowany jest jeszcze inny asortyment.

Szczególnie zachwyca mnie hala rybna, gdzie można kupić ryby chyba w każdej odsłonie. Jest wędzony karp, kawior, makrela wędzona z migdałami albo serem, halibut, łosoś, ryba maślana, słynne ryskie szprotki oraz śledzie. I całe mnóstwo owoców morza.

I na koniec słów kilka o języku. Polakom łotewski, mimo skojarzeń o bliskości Łotwy i tej samej rodzinie języków, może sprawiać problem. Najwięcej kłopotów możemy mieć z wymową.

Na szczęście w Rydze, można dogadać się po angielsku lub rosyjsku, ale warto poznać kilka podstawowych pojęć, bo to budzi sympatię wśród mieszkańców (wymowę możemy poznać w translatorze).

Nam też jest przyjemnie, jak obcokrajowiec powie kilka słów po polsku, nawet jeśli w wymowie nie jest to podobne do języka polskiego.

W języku łotewskim labdien to dzień dobry, labvakar - dobry wieczór, ar labu nakti - dobranoc, a labi, paldies (dobrze, dziękuję). A ja mówię uz redzēšanos (do widzenia). Liczę bowiem, że w te okolice jeszcze wrócę.

© P



FOT. ANNA SZALKOWSKA

Bremeńscy muzycanci: piramida była darem od Bremy - partnerskiego miasta Rygi. Legenda mówi, że gdy dotkniesz nosa osła, spełni się twoje życzenie



FOT. ANNA SZALKOWSKA

Zunda Towers - para drapaczy chmur w Rydze. Wysokość jednej wieży to 123m, a drugiej - 117m. To bliscy sąsiedzi małego osiedla drewnianych, remontowanych domków



FOT. ANNA SZALKOWSKA

Jeżeli jesteście w Rydze, warto zajrzeć na Targowisko Centralne. W kilku halach można kupić prawie wszystko



FOT. ANNA SZALKOWSKA

Szczególnie bogatym asortymentem ryb i owoców morza wyróżnia się hala rybna. Można też zjeść na miejscu

Jego malarstwo to milcząca poezja - puszyste piękno na szpilkach

Andrzej Umiastowski na swoim koncie ma ponad sto wystaw m.in. we Francji, Belgii, Holandii, Anglii. Ten świetny malarz, bardziej obecny jest na Zachodzie, niż Polsce, być może dlatego, że jego marszandem od przeszło 30 lat jest Francuz

Grażyna Antoniewicz



Na wystawie zobaczymy kilkadziesiąt obrazów olejnych z lat 1995-2024. Są pełne radości życia. Nie da się ich oglądać bez uśmiechu na twarzy



Skrzypcy się dowcipem, prawie idealny świat Umiastowskiego. Malarz przedstawia postaci zawsze z niezwykłą dbałością o emocje ukazywane na ich twarzach

Postanowiliśmy zajrzeć do jego pracowni. Na końcu wsi, pod lasem stoi niewielki drewniany dom, kryty modrzewiowym gontem. Wygląda jak dawna zagroda, choć ma dopiero 25 lat.

To piękny dom z duszą, otacza go skoszona łąka. W pracowni trwa właśnie pakowanie dzieł na wystawę, która trwa od dziś w Państwowej Galerii Sztuki w Sopocie. Zobaczymy na niej 40 obrazów, niektóre zostały wypożyczone od kolekcjonerów i przyjaciół. Żona, pani Katarzyna Umiastowska w ślicznym, kolorowym kubeczku przynosi mocną kawę.

Sorry, panie kolego

- Ja nie kupuję gotowych płócien, tylko sam je przygotowuję, naciągam płótno - opowiada Andrzej Umiastowski. - Dzisiaj jest to coś w jakimś sensie wyjątkowego, bo mało kto tak robi. Obraz zaczyna się od podkładu, potem farbą wodną tworzę kształty, jeszcze wszystko można przesuwac, jeszcze można się tym bawić w dowolny sposób. Odchodzę od sztalugi, patrzę, kombinuję, a kiedy mniej więcej jestem pewien, że ta forma już działa, powoli wprowadzam rozwodzoną farbę, olejną, dorysowuję i... kolor zaczyna się pojawiać. Ale to jeszcze jest to płynne, powoli, powoli zaczynam te ostateczne dźwięki dokładać. Chwila zastanowienia, jakieś półgodziny i nagle jest moment, gdy mówię sobie: „sorry, panie kolego, to jest już gotowe”.

Tyle tu pustego koloru

- Proces tworzenia powstaje w głowie, potem, żeby się to zmaterializowało, zaczęło do nas przemawiać dodaje się dźwięków w przestrzeni, to robi się kolorem - opowiada malarz. - Nie jest łatwo, oddać barwę. Nie ma tubki farby z napisem niebo, chmura, czy czerwony kwiat. Jest takie ładne określenie, chyba Mieta Olszewskiego,

który na jakiejś wystawie powiedział: „Ileż tam pustego koloru” - pustego, to znaczy jest farba, ale obraz nie został podłączony do prądu. Chodzi o to, żeby on emanował jakąś energią.

Wszyscy podkreślają, że puszyste kobiety na obrazach Andrzeja Umiastowskiego są śliczne i niesłychanie seksowne. - Takie je widzę. Trochę z przymrużeniem oka. W malarstwie staram się szukać pozytywnych, dobrych emocji i energii - uśmiecha się artysta.

Fotograficzna pamięć

Andrzej Umiastowski słynie z tego, że ma fenomenalną fotograficzną pamięć. Nie zatrudnia modelek. Bywa, że pozuje mu żona, co jest zastanawiające, ponieważ jest ona smukła, czego nie można powiedzieć o puszystych postaciach na obrazach. - Czasami muszę znaleźć jakiś ruch, pozę, więc proszę żonę i mówię, stań tak, zrób taki ruch - opowiada. - Rysuję dużo, ale na potrzeby danego obrazu. Myślę, że jestem sprawny w tym co robię.

- Zgadza się, Andrzej ma taką sprawność - potwierdza żona.

- Ponad 30 lat temu mieliśmy małe dziecko i na ogłoszenie, że potrzebujemy niani przyszła pani, miała długie paznokcie, szpilki na nogach, widać było, że nie spodobała się. Widzę minę mojej żony, ale mówię dobra, dobra, siadajcie, gadajcie - one gadały, a ja rysowałem. Potem z tych rysunków zrobiłem kilka obrazów. Czasem na poranną kawę do żony przychodziła sąsiadka. Sąsiadka w gestach jest piękna.

Inny las

W twórczości malarza widać wpływ natury, zmieniające się w zależności od pór roku kolory nasyczone są intensywnym światłem.

- Dla mnie ogromną radością było, gdy człowiek, który ma mój obraz przedstawiający las powiedział: „Słuchaj byłem wczoraj w lesie, ja zupełnie inaczej ten las teraz widzę.” To zna-

czy, że zaiskrzyło, to co powinno - mówi malarz.

„Dla Andrzeja Umiastowskiego, w pejzażu, ważne są wartości czysto malarskie - kolor, faktura, światło. Malarz doskonale potrafi oddać pory roku i zjawiska atmosferyczne. To mistrzostwo uzyskuje redukując środki wyrazu. Spotęgowany wyraz uzyskuje poprzez zestawienie jakości kolorystycznych i nasyconej światłem materii malarskiej” - pisze w katalogu do wystawy Wojciech Zmorzyński.

Ostatnio swojemu przyjacielowi malarz podarował stare wydanie, oprawnego w skórę „Traktatu o malarstwie” Leonarda da Vinci.

- Miałem tę książkę od lat. Znam ją na pamięć. Są w niej złote myśli Leonardo, piękne cytaty, na przykład ten. „Jak należy malować Najświętszą Pannienkę? Nie można patrzeć na to, ile biskup zapłaci. Im lepiej zrobisz, tym więcej dostaniesz od Najświętszej Pannienki. I inny: „Malarstwo jest milczącą poezją”.

Ta chwila

Pytany, kiedy został postanowił zostać malarzem, Andrzej Umiastowski zapewnia, że to był moment: „Miałem wtedy - nie wiem - może 12 lat, kiedy w jednej chwili obudziło się we mnie coś, co już mnie nie opuściło. W domu był album, duży, czarno-biały, 500 lat malarstwa polskiego”. To była moja ulubiona książka. Jeden z tych obrazów, po prostu nagle skopowałem i od tamtego momentu wiedziałem, że jest to co chcę robić.

- Rodzice zapewne nie byli zachwyceni pana decyzją, gdyż oboje byli lekarzami - podpytuje artystę...

- Jeśli chodzi o ojca, był on zdania, że każdy powinien wybierać swoją drogę. Natomiast mama chciała, żebym był chirurgiem.

- Jest więc pan jej rozczarowaniem.

- Zdecydowanie tak (śmiech).

Na tańcach i przy szachach

Na jego obrazach spotkamy ludzi pogodnych, na bankietach, spotkaniach kawowych, w ogródkach, z psami, tańczących czy podczas gry w szachy.

- Nie czytam książek w pociągu, wolę patrzeć na ludzi - wyznaje artysta.

Przedstawia postacie w przerysowany, czasem groteskowy sposób, zawsze z niezwykłą dbałością o emocje ukazywane na ich twarzach.

- „Bohaterowie jego płócien istnieją w świecie realnym, ale także w drugiej przestrzeni - własnym groteskowym świecie, jakby zdziwieni i zdumieni swoim istnieniem. Umiastowski stworzył swoisty panteon postaci - ludzi-ludzików - gdzie czołowe miejsce zajmuje tęga kobieta i tęgi mężczyzna o aparycji urzędnika. Przedstawia ich w gestach gwałtownych (postaci prowadzą między sobą dialog, nie są także wolne od podskórnych dramatów) lub w pełnym napięciu bezruchu. Wyobrażenia malarza święci tu prawdziwe triumfy - obrazy drażnią i prowokują. Bywają dziwne, pełne przesady i kapryśne - napisał o artyście Wojciech Zmorzyński. - Dzięki poetyckiemu ujęciu codzienności i jej uniwersalnemu wymiarowi malarstwo Andrzeja Umiastowskiego staje się sztuką poważną i zasadniczą a zarazem wymyka się jednoznacznemu



Obraz zatytułowany „Znowu taniec”. Dla tego artysty ważny jest przede wszystkim człowiek...

określeniu, łącząc zachwyt nad światem z niezwykłą egzystencjalną prawdą.

Wspaniali ludzie

Andrzej Umiastowski urodził się w Sopocie. Rodzina przyjechała do miasta w 1945 roku i zamieszkała w domu przy ulicy Świerczewskiego 9. Dzisiaj jest to ulica Andersa. - Pod jedenastką Bogumił Kobiela ze Zbigniewem Cybulskim wynajmowali pokój u pana Jurka Rostrowskiego - wspomina malarz. - Nie poznałem ich, bo byłem za mały. Sopot był wtedy mia-

stem, w którym wszyscy się znali, a już na pewno, w pewnych kręgach.

Dom był otwarty pełen gości, bywali u nas Rysiu Ronczewski, Jerzy Afanasjew, Alicja Boniuszko i wielu innych artystów. Jaki był Sopot mojego dzieciństwa, młodości? On się tak bardzo nie zmienił. Pamiętam kosze na plaży, drewniane Łazienki Północne, dzisiejszy Sfinx to była część wyższej szkoły plastycznej, były tam pracownie, a później restauracja z salami na wesela, wreszcie pracownia Homo-Popławskiego.



Dla Andrzeja Umiastowskiego, w pejzażu liczą się wartości czysto malarskie - kolor, faktura, światło

Andrzej Umiastowski kontynuuje opowieść wspominając układ ulic, budynki, odnotowane w pamięci zdarzenia z dawnych lat...

- Ulica Świerczewskiego to początek Górnego Sopotu, gdzie stoja te wszystkim wspólnie pruskie wille - mówi. - Wtedy zamieszkane przez wiele rodzin, a wokoło przepiękny był piękny las, wa w nim skocznia narciarska, stoki narciarskie, dwa tory saneczkowe i trybuny z wieżą do startu. Przy moło woda zaczynała się w innym miejscu niż dzisiaj. Tu

gdzie kończy się rozszerzenie moła, a zaczyna się zwężenie był brzeg morza, Stały tam łódki Klubu Żeglarskiego PTTK, który był pod mołem. Rybackie pomeranki cumowały przy pomostach. Na plaży stały budki, gdzie się pożyczano kajaki, a z moła gdzie dzisiaj jest metr głębokości skakaliśmy na głowę, tam było wtedy z pięć metrów do dna. Plaże były podzielone płotem, bo za czasów pruskich panie kąpały się osobno. Pamiętam Gran Hotel z pełnym otwarciem na plażę i mały taras,

który miał ładne czerwone kafelki.

Z drugiej strony od ulicy Powstańców Warszawy jest mała muszla koncertowa, grała tam orkiestra i były tańce, To było miasto praktycznie bez samochodów, jeździł trolejbus nr 21. Dzisiejsza Aleja Niepodległości to była wąska, brukowana uliczka, a po bokach do dzisiaj stojące domy z niesłychanymi, secesyjnymi płotami i do tego przepiękne ogrody z ogromnymi drzewami. Monte Casino było brukowaną uliczką, gdzie chodził autobus, tak zwany ogórek.

Czesiu Parasolnik

Szczęśliwie miał dzieciństwo i młodość, nic zatem dziwnego, że na wielu pracach artysty pojawia się ten kolorowy, roztańczony Sopot, moło, plaże i inne motywy sopockie.

Obraz, który Andrzej Umiastowski ma teraz na sztaludze pojawi się na banerze, zapraszającym na wystawę w Państwowej Galerii Sztuki. Jest na nim słynny Czesiu Parasolnik.

- Tego obrazu nie pokażę, wymaga on jeszcze trochę pracy, na razie to szkic - wyjaśnia artysta.

Przy bramie wielka magnolia, wkrótce ponownie zakwitnie. Cóż, w tak magicznym miejscu zdarzają się rzeczy niezwykłe.

©@

AUTOPROMOCJA

0111155408

Zawody rowerkowe dla dzieci w Żukowie. Czekamy na dzieci w wieku od 3 do 9 lat



Monika Latkowska
Nasza akcja

Już po raz drugi spotykamy się w Żukowie na Zawodach Rowerkowych dla najmłodszych. W sobotę, 14 września, najmłodszy kolarz stanął przed szansą na niezapomnianą przygodę.

„Dziękujemy za udział. Niesamowite emocje przed startem, ale po jego zakończeniu jeszcze większe” - mówili nam rodzice po ubiegłorocznych zawodach. Z tym większą radością zapraszamy Was na drugą edycję tego wydarzenia. W zawodach mogą wziąć udział dzieci w wieku

od 3 do 7 lat, bez względu na to czy już mają opanowaną jazdę na rowerze czy dopiero zaczynają swoją przygodę z dwoma kółkami. Warunkiem uczestnictwa jest wypełnienie formularza zgłoszeniowego dostępnego na stronie: www.dziennikbaltycki.pl/rowerkiżukowo Warto

się pośpieszyć, bo mamy już zapisanych ponad 250 małych kolarzy. Zapisy trwają do 11 września do północy lub do wyczerpania limitu miejsc. Każde dziecko, niezależnie od wyniku, poczuje się zwycięzcą, odbierając zasłużony medal i dyplom. Każdy kolarz stanie

na podium, a jego uśmiech zostanie uwieczniony na pamiątkowych zdjęciach, które później będą dostępne na naszej stronie.

Spotykamy się o godz. 11.00 w Parku Edukacyjno-Rekreacyjnym „Nad Jeziorkiem”, kiedy to rozpoczniemy wyda-

wanie numerków startowych. O 12:00 na linii startu pojawią się najmłodsze roczniki. Dzieci będą ścigać się w trójkach na dystansach dostosowanych do ich wieku - dla 3 i 4 latków będzie to 40 metrów, a starsze dzieci zmierzają się na dystansie 60 metrów.

ORGANIZATOR

MECENAS

PARTNERZY

Dziennik Bałtycki

OKiS
OŚRODEK KULTURY I SPORTU W ŻUKOWIE

GMINA ŻUKOWO

Łodo Stany

WOWIAŁAŃSKA SZKOŁA WYŻSZA

NOWY ŚWIAT Ostoja

POLICJA

MAKURAT INVEST

Leniwe, ciepłe popołudnie w nadmorskim Darłowie. Eugeniusz Adamów siedzi na krześku przy stoliku na rynku. Sączy kawę. Patrzy na tutejszy ratusz...

Daria jest zadziórą

- Niech wiedzą. Niech się cieszą - przerywa milczenie.

Spotykam go podczas do-rocznego Festynu Charytatywnego - Morze Miłości, z którego dochód jest przeznaczany na tutejsze hospicjum. Eugeniusz Adamów patrzy na dwa wielkie banery ze zdjęciami Darii Pikulik. Na jednym jest ona ze srebrem olimpijskim, a na drugim z powiewającą biało-czerwoną flagą. Tak tutejszy magistrat chwali się i podkreśla sukces 27-letniej kolarzki, która przygodę z rowem rozpoczynała w 13-tyśięcznym miasteczku nad Bałtykiem, w tutejszym Klubie Kolarskim Ziemia Darłowska.

- Daria jest zadziórą. Takim „walczakiem”. Nigdy się nie poddaje. Ma cechy liderki, którą się stała w naszym klubie - charakteryzuje zawodniczkę Artur Szarycz trener i prezes Ziemi Darłowskiej.

To Eugeniusz Adamów wychował sobie następcę w osobie A. Szarycza potrafiącego zarządzać i też szkolić. A nie zawsze jest różowo. Choćby ostatnio - zepsuł się klubowy bus, którym kolarzki jeżdżą na zawody, a bodaj najwięcej jest takich imprez na południu Polski. W prostej linii z Pomorza trzeba pokonać około 700 kilometrów w jedną stronę.

- W warsztacie samochodowym usłyszałem: „Przykro mi panie Arturze, ale tego auta już się nie da naprawić” - wspomina prezes - Musiałem to wziąć na klatę. Nasz roczny budżet tak jest rozłożony, że nie mamy na ekstra wydatek w postaci samochodu używanego warte go minimum 150 tysięcy zł. Założyliśmy zbórkę internetową, gdzie prosimy społeczność o wpłacenie dowolnego datku na ten cel.

Jak na razie na liczniku jest prawie 18 tysięcy zł. Mało, ale w klubie wierzą, że uda się uzyskać wymaganą kwotę. Zbórka jest w toku.

Zbiórki

Internetowe są modne

Niestety, dla kolarstwa darłowskiego i polskiego okazuje się, że zbiórki internetowe trzeba się często podpierać. Rodziny dwóch juniorek prosiły o sfinansowanie wyjazdu darłowskich kolarz - Weroniki Wąsaty i Gabrieli Kaczmarczyk - na torowe Mistrzostwa Świata w Chinach. Za wyjazd każdej trzeba było wyłożyć ponad 12 tysięcy zł. Wymagane kwoty udało się zebrać. Z Chin napłynęły świetne informacje - G. Kaczmarczyk została wicemistrzynią świata w wyścigu toro-

BLASKI I CIENIE TRUDNEJ DROGI DO OLIMPIJSKIEGO PODIUM

Jestem spełnionym działaczem. Przez 43 lata w klubie nasze zawodniczki sięgnęły po ponad 700 medali szczebla krajowego i międzynarodowego. Jest też ten najcenniejszy krążek, srebro na Igrzyskach Olimpijskich w Paryżu wywalczone przez naszą wychowankę - Darię Pikulik. Darłowski klub ma wszelkie dane, aby stać się zapleczem dla przyszłych sukcesów kolarskich Polski - uważa Eugeniusz Adamów, emerytowany prezes Klubu Kolarskiego Ziemia Darłowska

Tomasz Turczyn

wym eliminacyjnym. Jest zawodniczką, która rok temu w kategorii 16 lat, a więc juniorek młodszych, wygrała niemal wszystko, co można było wygrać. Teraz jest pierwszy rok juniorką, czyli 17-letnią zawodniczką.

- Społeczność złożyła się na start Gabrysi i Weroniki - mówi Artur Szarycz. - Taki stan rzeczy to brak porozumienia między Polskim Związkiem Kolarskim oraz Ministerstwem Sportu i Turystyki. Sytuacja spowodowała brak finansowania dla grup młodzieżowych na wyjazd na mistrzostwa świata i Europy. W tych zawodach kolarzki głównie reprezentują Polskę, a nie klub, nie region. Zadaniem urzędów krajowych jest zapewnić start najlepszym zawodnikom krajowym w imprezach mistrzowskich. Tym bardziej cieszy ten wynik i tym bardziej cieszy determinacja wszystkich, którzy mają w tym swój udział. Za to serdecznie dziękuję.

Nadzieja

w ministrze sportu

- Z różnych powodów, nie mogłem być w Chinach ze swoimi zawodniczkami i je wspierać. Nie tak powinny funkcjonować kadry juniorskie i młodzieżowe. Już na tym poziomie kadr, powinno być wszystko na wysokim poziomie. Temat rzeka. A później się dziwimy, że na igrzyskach olimpijskich mamy tylko 10 medali - komentuje z kolei Marcin Adamów, trener kadry narodowej juniorek, kolarstwo torowe, konkurencje średniodystansowe. Z kolarstwem związany od ponad 35 lat. Prywatnie syn Eugeniusza Adamowa i kolejny z trenerów KK Ziemia Darłowska. Oczywiście, gdy



Daria Pikulik już w Darłowie odbyła trening. Na zdjęciu z prezesem - trenerem Klubu Kolarskiego Ziemia Darłowska, Arturem Szaryczem

DARIA PO PODPISANIU KONTRAKTU Z AMERYKAŃSKĄ GRUPĄ STAŁA SIĘ KOLARKĄ ABSOLUTNEGO TOPU KOBIECEGO. RYWALIZUJE Z NAJLEPSZYMI...

pełni tę funkcję, gdy nie koliduje to z zajęciami w kadrze.

- Jako trener mam wielką nadzieję, że obecny minister sportu i turystyki, pan Sławomir Nitras zmieni tę sytuację, która teraz jest. Aby wychować wielu wspaniałych olimpijczyków, to my trenerzy juniorskich kadr narodowych, powinniśmy mieć stworzone jak najlepsze warunki pracy - podkreśla Marcin Adamów.

Podczas mojej rozmowy z Eugeniuszem Adamowem usłyszałem z jego ust tezę, że Darłowo ma wszelkie dane, aby pokazać światu więcej zdolnych kolarz choćby na kolejnych Igrzyskach Olimpijskich, które będą w Los Angeles.

- W Paryżu mieliśmy cztery kolarzki wywodzące się z naszego klubu: Marlenę Karwacką, Nikołą Sibiak, Wiktoria Pikulik, Darię Pikulik. Dwie pierwsze reprezentują klubowo barwy Ziemi Darłowskiej, a dwie kolejne są naszymi wychowankami i aktualnie zawodniczkami amerykańskiej grupy Human Powered Health - mówi pan Eugeniusz. - Za nimi są kolejne zdolne - młode kolarzki marzące o olimpijskim starcie. Wystarczy stworzyć im odpowiednie warunki do rozwijania się... Proszę spojrzeć na te dwa banery na ratuszu z Darią Pikulik. Warto? Ja nie mam wątpliwości - takie zapewnienie pada na koniec naszej rozmowy.

Darłowo

szukuje się na fete

Wszystko jest gotowe na powitanie w Darłowie czterech olimpijek: Marleny Karwackiej, Nikoli Sibiak, Weroniki Pikulik i Darii Pikulik. Co zrozumiałe oczy wszystkich najbardziej będą zwrócone

na srebrną medalistkę z Paryża. 27-letnia Daria Pikulik stała się dzięki temu rozpoznawalna w kraju dla szerszej publiczności. Swoje - mówiąc wprost - też zrobiły jej krytyczne słowa dotyczące kulis przygotowań do igrzysk olimpijskich, gdzie m.in. musiała zakładać prywatne pieniądze podczas przygotowań do tej imprezy, a które później jej zwrócono. Była też mocna wypowiedź dotycząca kombinizonów olimpijskich.

Medal nie taki niespodziewany

Ta otoczka także pokazuje, że 27-latką jest charakterną kolarz. Srebro wywalczyła w kapitalnym stylu, w konkurencji torowej omnium, który jest rodzajem kolarskiego wieloboju, gdzie przyznawane są punkty za poszczególne starty i na koniec wyciąga się generalną klasyfikację. Wiele osób okrzyknęło ten medal mianem niespodziewanego, ale przed Igrzyskami Olimpijskimi w Paryżu pisaliśmy, że Daria Pikulik jest jedną z faworytek do podium. Mówił o tym Artur Szarycz zaznaczając, że darłowianka jest w światowej czołówce kolarz torowych oraz, że jej specjalnością jest właśnie omnium.

- Daria po podpisaniu kontraktu z amerykańską grupą stała się kolarz absolutnego topu kobiecego.

Rywalizuje z najlepszymi na świecie. Przed startem w Paryżu wiedzieliśmy, że jest w życiowej formie, ale nikt nie chciał pompować balonu oczekiwania, bo kolarstwo torowe jest trudne. Wystarczy chwila nieuwagi i jest upadek. Koniec marzeń.

- Wszystko może runąć, jak domek z kart - mówi prezes Szarycz.

Warto też dodać, że bezpośrednio po odebraniu srebra w Paryżu 27-latką pojechała z rodzicami do Holandii, gdzie w Hadze, dzień później finiszowała na szóstej pozycji, na pierwszym etapie (po pokonaniu 123 km) wyścigu Tour de France kobiet.

To właśnie ze względu na zobowiązania klubowo-kontraktowe z amerykańską grupą zawodową: Human Powered Health Darii Pikulik uroczyste powitanie olimpijek w Darłowie jest zaplanowane na dziś - 6 września 2024 roku, o godzinie 18 w miejscowym kinie „Bajka”.

Kolarzki wracają do domu, bo tutaj rozpoczęła się ich przygoda sportowa. ©

Daria Pikulik, Wiktoria Pikulik, Marlena Karwacka, Nikoła Sibiak... To darłowskie kolarzki, uczestniczki Igrzysk Olimpijskich w Paryżu. Olimpijki zostaną uroczystie powitane w Darłowie - 6 września 2024 r. (piątek) o godz. 18 w kinie „Bajka”

Szansa dla lokalnych firm

NASZA AKCJA. Ruszamy z plebiscytem Nasze Dobre z Pomorza edycja 2024

Wojciech Frelichowski

Projekt Nasze Dobre z Pomorza nabiera tempa. To akcja, w której będziemy prezentować i nagradzać firmy będące wizytówką naszego regionu. Zapytaliśmy naszych partnerów i uczestników projektu o to, dlaczego zdecydowali się przystąpić do akcji Nasze Dobre z Pomorza.

Bartosz Świtała, kierownik Zespołu Promocji i Pozyskiwania Inwestorów w Pomorskiej Agencji Rozwoju Regionalnego S.A. w Słupsku

- Projekt Nasze Dobre z Pomorza promuje przedsiębiorców, produkty i usługi, które są wizytówką regionu. Po raz kolejny zdecydowaliśmy się na objęcie patronatem ten projekt, ponieważ zależy nam - jako instytucji, której celem jest wspieranie przedsiębiorców - na tym, co

dzieje się w naszym regionie z zakresie tematyki dotyczącej wydarzeń gospodarczych. Chcemy pokazać, czym zajmuje się Pomorska Agencja Rozwoju Regionalnego i zachęcić przedsiębiorców, żeby mogli się wypromować, pokazać się innym przedsiębiorcom, że ich produkty i usługi są warte zainteresowania.

Elżbieta Rokita, prezes Przedsiębiorstwa Gospodarki Komunalnej w Słupsku

- Startujemy po raz kolejny w Nasze Dobre z Pomorza, bo chcemy pokazać, że jesteśmy firmą, która jest postrzegana jako niezbędna do naszego codziennego funkcjonowania. Że nie jesteśmy tylko firmą, która wozi odpady. Jest to dla nas bardzo ważne. Poprzednia edycja tego projektu pomogła nam w tym odczarowaniu naszej firmy, jesteśmy coraz lepiej postrzegani. W tej edycji Nasze Do-

bre z Pomorza, bo chcemy pochwalić się naszymi kolejnymi pomysłami i rozwiązaniami przy zagospodarowaniu odpadów, co pomoże nam w ochronie środowiska i edukuje nas wszystkich.

Paweł Łukaszewicz, dyrektor zarządzający firmy Faseplast.

- W naszej branży najistotniejszą są ludzie, którzy wykonują produkty począwszy od fazy projektowej, skończywszy na produkcji. Projekt Nasze Dobre z Pomorza pomaga nam w pokazaniu firmy Faseplast mieszkańcom regionu. A w zatrudnianiu zależy nam właśnie na pracownikach z regionu. Mamy nadzieję, że jesteśmy też dobrze odbierani przez Państwa czytelników. Na przestrzeni lat zwiększyliśmy zatrudnienie kilkukrotnie. Zaczynaliśmy w 2005 roku z załogą między 20 - 30 osób, w tej chwili zatrudniamy



FOT. ARCHIWUM

około 250 osób. Zatrudniamy nie tylko pracowników produkcyjnych, ale również mocno inwestujemy w dział techniczny. Udało nam się rozwinąć tutaj w Słupsku zespół młodych dynamicznych ludzi, inżynierów, którzy pomagają w rozwój naszej firmy.

Nasze Dobre 2024

Pierwsza edycja Nasze Dobre była zorganizowana w 2008 roku w województwie zachodniopomorskim. W tym roku będzie to pierwsza edycja łącząca ze sobą Dziennik Bałtycki i Głos Pomorza.

Nasze Dobre z Pomorza to przedsięwzięcie, które będzie prezentować dorobek gospodarczy naszego regionu. Akcja, jak pokazały edycje z zachodniopomorskiego, z roku na rok zdobywa coraz większe uznanie wśród przedsiębiorców, dla których znak jakości „Nasze Dobre” jest symbolem uznania i zaufa-

nia konsumentów. Chcemy promować atrakcyjne produkty, które stworzono u nas, na Pomorzu. Dlatego w Nasze Dobre z Pomorza mogą wziąć udział tylko podmioty gospodarcze zarejestrowane lub mające oddziały na terenie województwa pomorskiego, a ich produkt jest wytwarzany w tym województwie.

W dotychczasowych 15 odsłonach tej akcji wzięło udział 730 lokalnych przedsiębiorstw, a ponad sto z nich otrzymało prawo do posługiwania się znakiem jakości „Nasze Dobre”. Swoje głosy oddało ponad 382 tys. Czytelników.

W tegorocznej edycji wyróżnimy firmy z Pomorza w 12 kategoriach:

- technologie i innowacje,
- budownictwo, inwestycje i nieruchomości
- pracodawca,
- motoryzacja,
- zdrowie, uroda i turystyka,
- handel i usługi,
- ochrona środowiska,
- gospodarka morską i logistyką,
- IT,
- energetyka,
- producent żywności,
- sektor publiczny.

Znaki jakości NASZE DOBRE przyznawać będzie kapituła, w której skład wchodzi osoby zaufania publicznego, specjaliści z dziedziny jakości, marketingu, przedstawiciele mediów. Ponadto przyznana zostanie

Nagroda Publiczności. Otrzyma go produkt lub usługa, która zdobędzie największe wsparcie konsumentów.

Ważne daty

Zgłoszenia do udziału w akcji przyjmujemy do 13 września 2024 r. Od 19 do 30 września trwać będzie głosowanie SMS. Wraz z końcem września i początkiem października wydamy dwa specjalne dodatki „Nasze Dobre z Pomorza 2024”, które zostaną dołączone do Głosu Pomorza (emisja 20 września) i Dziennika Bałtyckiego (emisja 4 października). Zaprezentujemy w nich wszystkie zgłoszone produkty i usługi. Artykuły opublikujemy również w serwisach informacyjnych - dziennikbaaltycki.pl i gp24.pl.

Po publikacjach kapituła konkursu przyzna tytuł Nasze Dobre z Pomorza 2024 w każdej z 12 kategorii. Oficjalne ogłoszenie wyników i wręczenie statuetek oraz nagród nastąpi 23 października podczas uroczystej gali.

Na zakończenie akcji w Dzienniku Bałtyckim i Głosie Pomorza ukażą się artykuły podsumowujące Nasze Dobre.

Dodatkowych informacji o udziale w Nasze Dobre z Pomorza 2024, jego przebiegu oraz zasadach udziela: Anna Szczek, tel. 510 026 927, e-mail: anna.szczek@polskapress.pl. ©

AUTOPROMOCJA

0011163325

2024 **nasze DOBRE**
Z P O M O R Z A

Zdobądź tytuł najlepszej marki z Pomorza

Nie czekaj, dowiedz się więcej!

Anna Szczek, tel. 510 026 927

anna.szczek@polskapress.pl

www.dziennikbaaltycki.pl/naszedobre2024



ORGANIZATOR



PARTNERZY



PARTNERZY WSPIERAJĄCY



DOŁĄCZYLI DO NAS





REKLAMA

0011163015

Starosta Człuchowski
mgr inż. Aleksander Gappa



NOT DATED/PAIRED

REKLAMA

0011161946



PRZETARG

PRZETARG

AUTOPROMOCJA

AUTOPROMOCJA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

ibo.polskapress.pl

PULS

#128

Polacy boją się

- Polacy boją się **choroby**
- Polacy boją się **anomalii pogodowych**
- Polacy boją się **wojny na naszym terytorium**
- Polacy boją się **migrantów**
- Polacy boją się **inflacji**
- Polacy boją się **szczepień**
- Polacy boją się **podwyżek**
- Polacy boją się **śmierci najbliższych**
- Polacy boją się **wzrostu kosztów energii**
- Polacy boją się **braku pieniędzy**
- Polacy boją się **awarii elektrowni atomowej**
- Polacy boją się **rozvodu**
- Polacy boją się **protestów**

Suma wszystkich strachów

Czytaj str. 20-21

Czego najbardziej boją się Polacy? Jakiego rodzaju fake newsy i dezinformacje wywołują najczęściej społecznych lęków?

Zacznijmy od pewnego paradoksu. Na podstawowym poziomie rzeczywistości dezinformacja i fake newsy wywołują lęki, ale co ciekawe – i o czym wspominają psychologowie i socjologowie – istnieje paradoks związany z teoriami spiskowymi. W pewnym sensie one pomagają nam te lęki ośwoić. Zanim przejdziemy do konkretnych lęków, takich jak obawy przed wojną czy pandemią, musimy uświadomić sobie, że jednym z fundamentalnych, uogólnionych lęków społecznych jest strach wynikający z poczucia, że nie rozumiemy otaczającego nas świata. Kiedy nie potrafię zrozumieć, co dzieje się na świecie, czuję się zagrożona. Obecnie, kiedy wierzymy, że jesteśmy racjonalni i mamy kontrolę nad światem, bardzo źle czujemy się w sytuacjach, w których brakuje nam pełnego zrozumienia. A świat staje się coraz bardziej skomplikowany, co tylko potęguje ten dyskomfort. Wyobraźmy sobie, że siadam przed ekranem i próbuję zrozumieć bieżące wydarzenia, ale czuję, że nie nadążam za tym, co się dzieje. To jest właśnie źródło mojego lęku. W tym momencie, kiedy trafiam na dezinformację, a szczególnie teorię spiskową, która „wyjaśnia” wszystko prostym, choć fałszywym schematem – na przykład ogólnowiatowym spiskiem – to nagle czuję, że rozumiem. Mam poczucie, że wszystko ma sens, nawet jeśli jest to wyjaśnienie błędne. W paradoksalny sposób daje mi to pewne poczucie bezpieczeństwa. Tematycznie dezinformacje i teorie spiskowe bazują na naszych najgłębszych lękach, ale strukturalnie oferują złudne poczucie kontroli. Gdy słyszę, że „COVID to spisek” i że ktoś celowo chce ograniczyć moją wolność, nagle zyskuję poczucie, że rozumiem świat.

Czego jeszcze dotyczyły lęki, które pojawiły się w czasie pandemii? Zauważyliśmy wzmożoną aktywność ruchów antyszczepionkowych. Dane pokazują, że wielu rodziców nie chce szczepić swoich dzieci, obawiają się szczepionek.

To bardzo charakterystyczne zjawisko – widzimy masowy odwrót od klasycznych autorytetów. Państwo przestało być dla wielu ludzi autorytetem, władza polityczna również. Organizacje międzynarodowe, takie jak Komisja Europejska czy WHO, także tracą na wiarygodności, nawet lekarze nie cieszą się już takim zaufaniem jak dawniej. Jeszcze kilkanaście lat temu triumfy święciła książka „Koniec historii” autorstwa amerykańskiego profesora japońskiego pochodzenia,

– Paradoksem dezinformacji, a zwłaszcza teorii spiskowych, jest to, że one w pewien sposób leczą nasze lęki. Dostarczają prostych wyjaśnień, które oswajają strach przed nieznanym. Ale jaką cenę płacimy za fałszywe poczucie bezpieczeństwa? – mówi prof. Karina Stasiuk-Krajewska, medioznawczyni z Uniwersytetu SWPS

Anita Czapryn



Prof. Stasiuk-Krajewska: Młodzi ludzie coraz częściej odrzucają tradycyjne media, twierdząc, że psują im nastrój i wywołują niepokój

SUMA NASZYCH STRACHÓW. CZEGO BOJĄ SIĘ POLACY?

Francisa Fukuyamy. To była optymistyczna wizja historii, autor wyrażał przekonanie, że liberalna forma rządów jest formą ostateczną. To złudzenie rozpadło się w ostatnich latach – wojna, pandemia – wszystko to sprawiło, że mamy poczucie coraz większego chaosu i odczuwamy coraz większy lęk. Dodatkowo nakłada się na to mechanizm medialny, a dokładniej – mechanizm medialnego negatywizmu.

Czyli znów winne są media?

Proszę nie odbierać tego osobiście, ale media – mam tu na myśli media głównego nurtu, które uprawiają rzetelne dzien-

nikarstwo – także przyczyniają się do powstawania lęków, koncentrując się na negatywnych wydarzeniach. Taki jest mechanizm działania mediów. Z pewnością zna pani powiedzenie, że „good news is no news”.

Tak. „Musi być krew”.

Dokładnie, bo to przyciąga uwagę odbiorców. To taki samonapędzający się mechanizm. Jeśli otworzymy jakikolwiek portal informacyjny, gazetę czy włączymy telewizję, zobaczymy dominację negatywnych informacji. To zjawisko zostało opisane już w ubiegłym stuleciu przez medioznawców – media wzmacniają

nasze społeczne lęki. Przenieśmy się kilkadziesiąt lat wstecz i zastanówmy na przykład nad lękiem starszych osób przed wychodzeniem na ulicę. Starsza osoba rzadko wychodziła z domu, bo było to trudne, wiązało się z istotnym fizycznym wysiłkiem itp. Zatem jej głównym źródłem informacji o świecie była telewizja. Co widziała w tej telewizji? Przestępstwa, napady, kradzieże. Im więcej oglądała, tym bardziej bała się wyjść na zewnątrz. Jej wizja świata, oparta na przekazach telewizyjnych, coraz bardziej się umacniała. Lęk przed wychodzeniem z domu narastał. Działał me-

chanizm błędnego koła, a szanse na to, by zderzyć medialną wizję świata z rzeczywistością (która wcale nie musiała być taka zła) malały. Przenieśmy to na współczesność i na osoby korzystające z mediów społecznościowych. Badania pokazują, że z jednej strony media społecznościowe przyciągają osoby z wyższym poziomem lęku społecznego, a z drugiej strony – intensywne korzystanie z tych mediów zwiększa poczucie zagrożenia. Odrzucamy się od rzeczywistości i widzimy świat przez pryzmat negatywnych, sensacyjnych treści, teorii spiskowych i dezinformacji.

To nie tylko media i social media sięją strach. Jakie jeszcze źródła budzą lęk w społeczeństwie?

Z pewnością politycy. I nie chodzi tylko o to, jak ich decyzje mogą wpłynąć na nasze życie – choć to też ma znaczenie. Mówię o tym, że politycy, prowadząc często bezpardonową walkę o władzę, chętnie wykorzystują społeczne lęki, rozdmuchując pewne tematy. Po prostu nas straszą. Opozycja straszy rządem, rząd straszy opozycją. Nawet jeśli nie kłamią, to, mówiąc potocznie, podkreślają interpretacje pewnych wydarzeń, by wywołać większy lęk społeczny i zyskać na tym kapitał polityczny.

Jaka jest granica etyczna w wykorzystywaniu strachu jako narzędzia politycznego? Czy były momenty, kiedy manipulowanie lękami stało się nie do zaakceptowania? Co wtedy się dzieje?

Granica etyczna w takich przypadkach jest trudna do jednoznacznej oceny, ale moim zdaniem jednym z wyraźnych przykładów przekroczenia tej granicy było manipulowanie społecznym lękiem przed pandemią COVID-19. Widzimy to chyba jeszcze wyraźniej w przypadkach, gdy pewne ugrupowania polityczne manipulują lękami przed uchodźcami, zwłaszcza tymi z Ukrainy. Oczywiście, kwestia uchodźców jest złożonym problemem, o którym trzeba dyskutować i szukać systemowych rozwiązań. Jednak świadome wzbudzanie strachu, podsycanie podziałów między „nami” a „nimi”, a także kreowanie społecznej agresji, to już wyraźne przekroczenie norm etycznych. Takie działania miewają tragiczne konsekwencje – zarówno dla społeczeństwa, jak i dla jednostek, które mogą być ofiarami aktów agresji. Widzieliśmy to na przykład w Stanach Zjednoczonych, gdzie manipulowanie społecznymi lękami prowadziło do zamieszek i ataków fizycznych, a nawet śmierci. Drugim istotnym zjawiskiem, z poziomu może bardziej abstrakcyjnego, jest to, co obser-

wujemy w okresach przedwyborczych. Mamy tu twarde dowody: aktywność tzw. złych aktorów (bad actors) – czyli przedstawicieli państw, grup społecznych, środowisk, które chcą siać chaos – wyraźnie nasila się przed wyborami. W Polsce są to najczęściej działania ze strony Rosji, a w Czechach – co ciekawe – ze strony Chin. Przed jakimikolwiek wyborami dezinformacja zawsze znacznie się nasila.

Dlaczego tak się dzieje?

Zauważmy, że znaczną część tej dezinformacji nie dotyczy bezpośrednio samych kandydatów (choć oczywiście takie wątki też się pojawiają), ale sugeruje na przykład, że wybory będą sfałszowane. To niebezpieczna tendencja. Obserwaliśmy ją podczas poprzednich wyborów prezydenckich w Stanach Zjednoczonych. W Polsce przed wyborami parlamentarnymi niektóre badania pokazywały, że około 50 procent Polaków zakłada, że wybory mogą być sfałszowane. To także jest lęk, i to bardzo niebezpieczny, ponieważ uderzający w samą istotę procesu demokratycznego. Jeśli jako społeczeństwo demokratyczne przestaniemy ufać w wiarygodność wyborów, podważymy to fundamenty demokracji. Otwiera się wówczas przestrzeń do kwestionowania wyników wyborów, co prowadzi do chaosu – również systemowego. Pojawia się niechęć do głosowania, które „i tak nie ma sensu”. Nieprzypadkowo zatem działania dezinformacyjne, realizowane przez tzw. złych aktorów, często mają na celu wzbudzenie u odbiorców przekonania, że z wyborami będzie coś nie tak. Ma to ogromną siłę destabilizacyjną.

Kiedy lęk staje się narzędziem do wprowadzania politycznych zmian lub do realizacji interesów określonych grup?

Takie sytuacje widzimy w kontekście wspomnianych wcześniej, uchodźców, ale także przy wzbudzaniu obaw związanych z nowymi technologiami. Obecnie zauważamy na przykład ekspansję dezinformacji dotyczącej samochodów elektrycznych.

Chyba głównym argumentem jest tu pytanie, skąd wziąć tyle prądu, żeby ładować te samochody?

To bardzo dobry przykład. Większość z nas nie ma wystarczającej wiedzy technologicznej, żeby to ocenić. Jednak pojawia się głęboko zakorzeniony lęk przed zmianą i utratą, ograniczeniem wolności – obawa, że coś nam zostanie zabrane, na przykład możliwość korzystania z własnego samochodu. Albo że zostaniemy obciążeni wysokimi podatkami. To jest ogólny mechanizm działania dezinformacji. Nie mamy wy-

starczającej wiedzy o świecie, a jej zdobycie, zrozumienie świata wymaga czasu – na przykład, aby zrozumieć i umieć odróżnić wiarygodne źródła informacji od tych niewiarygodnych. Wymaga to także podstawowych kompetencji w zakresie rozumienia procesów technologicznych, a większość ludzi tego po prostu nie wie. Zamiast tego odczuwamy lęk: „coś mi zabrają, będą ingerować w moje życie, będę musiał/a więcej płacić, coś się zmieni?”. Wtedy stajemy się podatni na proste narracje dezinformacyjne, spiskowe czy manipulacyjne, które oferują łatwe wyjaśnienia. Oczywiście nadal mogą się obawiać, że odbiorą mi samochód...

...ale czuję się lepiej?

Tak. Bo mam poczucie, że wiem, na czym stoję. Wiem, kto za to odpowiada i wiem, że problem dotyczy też innych. Z tymi innymi mogę utworzyć wspólnotę, chociażby wirtualną, przyłączając się na przykład do grup w mediach społecznościowych.

Lęki społeczne bardzo konkretnie wpływają na ludzkie zachowania. Jednym z takich zachowań jest unikanie szczypienia. Ostatnio coraz częściej słyszę, że ludzie przeprowadzają się bliżej zachodniej granicy z obawy przed wojną. Jakie inne zachowania wywołują te lęki? Czy są badania wskazujące na wzrost liczby takich osób?

Wiele z tych zachowań ma swoje korzenie w lękach. Co prawda większość badań pokazuje, że Polacy mają wysokie uogólnione poczucie bezpieczeństwa (80-90 procent Polaków deklaruje, że czuje się bezpiecznie). Ale jeśli już mamy jakieś lęki, to dotyczą one przede wszystkim wojny. Według niektórych sondaży ponad 70 procent badanych uważa, że wojna na Ukrainie zagraża Polsce. Bardzo wyraźnie narastają także obawy związane z uchodźcami, co również jest widoczne w badaniach. Widzimy pogarszający się stosunek Polaków do Ukraińców. O ile na początku rosyjskiej agresji na Ukrainę, kiedy Ukraińcy zaczęli do nas przybywać, nastawienie Polaków było – z niektórymi wyjątkami – raczej pozytywne, to dzisiaj sytuacja się zmienia. Przeprowadzaliśmy badania w ramach Central European Digital Media Observatory (CEDMO), w których analizowaliśmy, na jakie narracje dezinformacyjne byli podatni Polacy w początkowym okresie rosyjskiej agresji, porównując to z Czechami i Słowakami. Polacy wypadli w tych badaniach bardzo dobrze – byliśmy znacznie mniej podatni na twardą rosyjską narrację propagandową, jak na przykład oskarżenia, że Ukraina to kraj faszystowski. Ale już wtedy

bardziej obawialiśmy się konsekwencji związanych z rynkiem pracy czy dostępem do edukacji i służby zdrowia. Mimo to, w porównaniu z Czechami czy Słowakami, Polacy wykazywali większy dystans wobec tych lęków.

Jak jest teraz?

Obecnie obserwujemy wzrost negatywnego stosunku do uchodźców, w tym do osób z Ukrainy. Lęk przed uchodźcami ogólnie narasta. Ale narasta w ogóle pewien rodzaj lęku przed światem zewnętrznym, który postrzegamy jako źródło niepokoju. Coraz więcej osób celowo unika informacji z mediów, ponieważ są one smutne, trudne, a co za tym idzie – wywołują lęk. Widać tu wyraźny trend, zwłaszcza wśród młodszego pokolenia, które coraz częściej odrzuca tradycyjne media, twierdząc, że psują im nastrój i wywołują niepokój. To bardzo niebezpieczne zjawisko, ponieważ wiele osób odcina się od sprawdzonych, wiarygodnych informacji. Ale takie osoby wciąż potrzebują orientacji w świecie, więc skąd czerpią wiedzę? Z social mediów, plotek, rozmów ze znajomymi. Oprócz lęków, o których pani wspomniała, pojawia się więc nowy, nieoczywisty lęk – lęk przed informacjami o tym, co dzieje się na świecie.

Można to także postrzegać jako wybór – ludzie mogą stwierdzić, że nie chcą się skupiać na negatywnych aspektach. Wiedzą, jaki jest świat, ale też, że mają wpływ na to, jak będzie wyglądał ich świat i ich życie. Decydują, że będą koncentrować się na tym, co pozytywne i piękne.

Oczywiście, w tej postawie może nie być nic złego, jeśli rzeczywiście ma ona afirmatywny charakter. Jednak warto się zastanowić, czy nie jest to raczej forma ucieczki – unikania trudnych tematów, które budzą lęk. Moim zdaniem, w wielu przypadkach to właśnie ucieczka przed problemami, zamykanie oczu na rzeczywistość. Zaryzykowałabym tezę, że im mniej wiemy o świecie, tym trudniej jest nam w nim funkcjonować i tym bardziej jesteśmy podatni na narracje dezinformacyjne.

Ale czy w ogóle możliwe jest dzisiaj nie znać informacji, skoro bombardują nas z każdej strony?

To prawda, jesteśmy zasypywani ogromną ilością informacji. Stykamy się z dziesiątkami tysięcy przekazów dziennie. Wiele z nich, jak mówiłyśmy, ma charakter negatywny, więc trudno się dziwić, że niektórzy zamykają się na ten przepływ. Pojawiają się nawet postulaty uzdrawiającej „diety informacyjnej”, czyli świadomego odcięcia się do tego natłoku przekazów medialnych. To z pew-

nością nikomu nie zaszkodzi. Ale problem pojawia się wtedy, gdy odrzucając przekaz medialny, ludzie zaczynają szukać orientacji w świecie gdzie indziej – w plotkach, dezinformacjach, fake newsach, które krążą w mediach społecznościowych. Choć odwracają się od tradycyjnych mediów, potrzeba zrozumienia świata pozostaje, więc szukają innych źródeł. Warto zauważyć, że coraz więcej dezinformacji rozprzestrzenia się w kontaktach bezpośrednich, podczas rozmów face to face. Media społecznościowe wciąż dominują, ale coraz więcej osób przyznaje, że spotyka się z dezinformacją, rozmawiając z rodziną, znajomymi, sąsiadami. W efekcie, uciekając od mediów, zaczynamy polegać na wiedzy niekoniecznie sprawdzonej – pochodzącej z social mediów czy przekazanej jako plotki.

Dlatego, mimo że pewne fake newsy zostały już obalone, wiemy, że są nieprawdą, bo zostało to udowodnione przez naukę, a media je sprostowały, nadal w nie wierzymy?

To wcale nie jest takie proste. Obalenie fake newsów, zwłaszcza tych bardziej skomplikowanych, nie jest łatwym zadaniem. Szczególnie trudne jest podważenie logiki, na której opierają się teorie spiskowe lub fake newsy. Trzeba pamiętać, że w Polsce mamy stosunkowo niski poziom wiedzy naukowej oraz niskie zaufanie do nauki. Badania Eurostatu pokazują, że 28% Polaków wierzy na przykład w to, że ludzie żyli na Ziemi razem z dinozaurami. Inne badania wskazują, że około 40% Polaków czerpie wiedzę z tzw. alternatywnych źródeł informacji, które wprost szerzą twardą dezinformację, w tym antyszczepionkowe teorie spiskowe. Nie byłabym też tak optymistyczna, jeśli chodzi o nasze zaufanie do nauki. Wcale nie jest ono tak powszechne, jak mogłoby się wydawać. Trzeba też uczciwie powiedzieć, że nauka nie zawsze oferuje proste i jednoznaczne odpowiedzi. Przykładowo, w trakcie pandemii, teza, że COVID-19 mógł być wynikiem wycieku z laboratorium, była początkowo uznawana za teorię spiskową. Potem jednak uznano taki scenariusz za prawdopodobny, a przynajmniej możliwy. Istotą wiedzy naukowej jest to, że ewoluuje, a interpretacje odkryć naukowych nie zawsze są jednoznaczne.

Nawet w codziennym życiu spotykamy się z tym, że jednego dnia słyszymy, że kawa szkodzi, a następnego, że jednak nie szkodzi. Albo że masło jest złe, a potem, że wcale nie. Dokładnie. Na tym właśnie polega nauka – ciągle sprawdzamy pewne tezy, powta-

CORAZ WIĘCEJ OSÓB CELOWO UNIKA INFORMACJI Z MEDIÓW, PONIEWAŻ SĄ ONE SMUTNE, TRUDNE, A CO ZA TYM IDZIE – WYWOŁUJĄ LĘK

rzamy badania, przyznajemy do błędów i w ten sposób doskonalimy naszą wiedzę o świecie. Niestety, taka zmienność staje się pożywką dla teorii spiskowych, bo sugeruje brak pewności.

Chciałabym wrócić do tematu lęku przed uchodźcami. Czy to ma związek z lękami przed anomaliami pogodowymi i zmianą klimatu? Ocieplenie klimatu może zmusić ludzi z południa, gdzie brakuje wody, do migracji na północ, co może rodzić zagrożenie?

Tak, lęki mogą funkcjonować jako pozornie logiczne struktury. Wiele lęków ma też, można powiedzieć, charakter uniwersalny, na przykład lęk przed obcymi. Podział na: „my” i „oni” to mechanizm, który zawsze istniał w historii i kulturze ludzkiej. Lęk przed obcymi jest jednym z najstarszych i najsilniejszych lęków, jakie odczuwamy.

Czy dzisiaj obserwujemy lęki, które są zupełnie nowe, czy raczej są to odstony odwiecznych lęków towarzyszących nam od zarania dziejów?

Na najbardziej ogólnym poziomie są to odstony lęków, które towarzyszą nam od zawsze – lęk przed zmianą, lęk przed obcymi, lęk przed utratą czegoś lub kogoś. Na przykład w Czechach, na Słowacji, a częściowo także w Polsce, pojawiły się fake newsy dotyczące powszechnego poboru do wojska, co wywołało lęk przed utratą kogoś bliskiego, przed tym, że, parafrazując: „zabiorą mi syna i będzie musiał iść na wojnę”. Wciąż także pojawia się lęk przed destabilizacją i przed śmiercią. Bardzo charakterystyczny mechanizm denializmu (czyli odrzucenia, wyparcia) widzieliśmy na przykład podczas pandemii COVID-19. Jeśli ktoś bał się śmierci, swojej lub bliskiej, spowodowanej COVID-em, mógł zareagować na dwa sposoby: albo spróbować podejść do problemu racjonalnie – zasięgnąć wiedzy medycznej, zaszczepić się, pójść do lekarza; albo odrzucić istnienie problemu. To drugie podejście jest łatwiejsze – jeśli powiem sobie, że COVID nie istnieje, natychmiast czuję ulgę, bo nie ma czego się bać. To samo dotyczy zmian klimatycznych. Kiedy ktoś twierdzi, że zmiany klimatu są bzdurą, od razu czuje się lepiej, bo znika źródło lęku – mogą dalej spokojnie żyć, tak jak żyłam do tej pory. Wracając do pani pytania

– oczywiście świat się zmienia, a zatem ewoluują też lęki społeczne. Pierwszą istotną zmianą jest na pewno pojawianie się mediów społecznościowych i ogólny wzrost dostępu do informacji, ale także dezinformacji. To powoduje, że lęki są intensywniejsze i szybciej się rozprzestrzeniają. WHO już na początku pandemii zaczęło używać terminu „infodemia”, i jest to bardzo trafna metafora. Obecnie informacje (i dezinformacje) rozprzestrzeniają się jak infekcja, jak wirus – to może intensyfikować zarówno negatywne emocje, jak i lęki. Warto też zauważyć, że przez wiele lat mieliśmy w Polsce (i w Europie) poczucie bezpieczeństwa i stabilizacji. Dzisiejsze pokolenie 50-latków właściwie nie знаło wojny. Przeżyliśmy co prawda rok 1981 czy 1989, ale ostatecznie zmiany systemu, które zaszły, należy uznać za pozytywne, zakończone powodzeniem. Różnica jakości życia między dzisiejszymi dwudziestolatkami a pokoleniem seniorów, które przeżyło wojnę i komunizm, jest ogromna. Im bardziej przywykliśmy do poczucia bezpieczeństwa, tym bardziej wpadamy w panikę, kiedy coś zaczyna się w tym świecie psuć.

Czy są społeczeństwa, które lepiej radzą sobie z lękami, i czego możemy się od nich nauczyć?

Zawsze podkreślam, że kluczem jest edukacja. Oczywiście, nie da się całkowicie wyeliminować lęków, bo są one elementem tzw. ludzkiej natury i życia społecznego. Jednak od najwcześniejszych etapów warto tłumaczyć świat, nie bać się mówić o trudnych sprawach i pokazywać, że ucieczka od problemów nie jest rozwiązaniem. Przykładem jest lęk przed diagnozą medyczną – niektórzy ludzie wolą nie badać się, bo „jeśli nie wiem, to nie jestem chory”.

Boimy się chodzić do lekarza, bo lekarz może coś znaleźć.

Dokładnie. Ale na tym przykładzie widać wyraźnie, że edukacja przynosi jednak pozytywne efekty, choć proces jest powolny. Budowanie nastawienia, że mamy możliwości kontrolowania swojego życia, że medycyna i nauka się rozwijają, i że możemy sobie radzić z problemami – to właśnie rola edukacji. Najczęściej jako przykład, zwłaszcza w kontekście zmniejszania podatności na dezinformację, podajemy

kraje skandynawskie, gdzie edukacja od wczesnych lat kładzie nacisk na krytyczne myślenie i samodzielne podejmowanie decyzji. Nie chodzi tylko o posiadanie narzędzi do weryfikacji informacji, ale o chęć sprawdzenia czegoś, o gotowość poświęcenia czasu na zrozumienie rzeczy bardziej skomplikowanych, nawet jeśli są one niepokojące. Edukacja w zakresie korzystania z mediów i krytycznego myślenia to najważniejsze, co możemy zrobić. Warto też zachować szacunek dla innych poglądów. Problem polega na tym, że często podchodzimy do osób o poglądach na przykład antyszczepionkowych z góry, z pogardą. Tymczasem dla wielu z nich teorie spiskowe to ważny element ich tożsamości, są one związane z ich emocjami i podejściem do rzeczywistości. Jeśli zaczniemy takie osoby i takie poglądy (choć nieprawdziwe) lekceważyć, mówiąc: „To bzdury, nie będę z tobą rozmawiać”, zamykamy się na jakikolwiek dialog. Dlatego oprócz edukacji istotne są wzajemny szacunek i rozmowa. Trzeba zrozumieć, że teorie spiskowe osławiają lęki i stabilizują światopogląd. To temat, o którym musimy rozmawiać. Warto na przykład rozwijać takie kompetencje u lekarzy w kontekście chociażby rozmów o szczepieniach.

Ale żeby móc rozmawiać i przekonywać, trzeba samemu posiadać odpowiednią wiedzę, prawda?

Oczywiście, że tak. Ostatnie badania pokazują, że najsukcesowniejszą metodą przeciwdziałania dezinformacji i teorii spiskowym jest bezpośrednia rozmowa z osobą, która wierzy w teorie spiskowe czy fałszywe informacje. W takim kontakcie face to face mamy realną szansę, by zaszczepić wątpliwość wobec tych narracji i stopniowo przekonać taką osobę. Ale musimy mieć wiedzę i argumenty.

CV



Prof. Karina Stasiuk-Krajewska
Medioznawca, teoretyk komunikacji, etyk komunikacji profesjonalnej. Prowadzi zajęcia z teorii komunikacji, semiotyki, teorii dyskursu, etyki dziennikarskiej i public relations.

FOT. M.A.T. PRAS

Transplantacja serca to jeden z największych cudów współczesnej medycyny. Chorym z ciężkim i nieodwracalnym uszkodzeniem tego organu daje szansę na nowe życie. Jednak często osoba, która dowiaduje się, że musi mieć przeszczep, czuje się winna, że ktoś musiał umrzeć, by ona mogła żyć. Starałem się nie myśleć w ten sposób. Wiedziałem, że człowiek będący dawcą i tak by umarł. Nasze drogi w jakiś sposób się skrzyżowały: żyję dzięki temu, że lekarze pobrali od niego serce do przeszczepu. A tak bardzo chciałem żyć!

Jedyna szansa

24 sierpnia minął rok od operacji. Trudno mi dziś nie dzielić życia na „przed” i „po”.

Trzy, cztery lata przed przeszczepem nie miałem siły już na nic. Rano wstawałem, jadłem śniadanie i musiałem się położyć, bo nie byłem w stanie funkcjonować. Budziłem się i robiłem obiad. Potem szedłem do biura, do żony. Po obiedzie znów kładłem się spać. Każda najprostsza czynność okupiona była ogromnym wysiłkiem. Od roku zacząłem na nowo żyć. I odkrywać, że życie ma wspaniały smak.

Dlaczego potrzebowałem nowego serca? Stare się zepsuło na skutek choroby genetycznej charakteryzującej się przerostem mięśnia sercowego, do którego dochodzi w wyniku mutacji. Mój tata, jego brat i mój brat – wszyscy zmarli na kardiomiopatię przerostową. Ja też jestem obciążony. Wiedziałem, że kiedyś będzie kiepsko, że czeka mnie przeszczep.

Kiedy moja córka była mała, bardzo się bałem, że gdy odejdę, nie będzie mnie pamiętała. Dlatego robiłem jej setki zdjęć. Jej, ale nie sobie. Do dzisiaj nie wiem, dlaczego.

Żyłem z chorobą przez lata, aż pewnego dnia poczułem się bardzo słabo. Karetka pogotowia zawiozła mnie do szpitala. Nie chodziłem, nie jadłem, żyłem dzięki kroplówkom. Było ze mną źle.

Po wstępnych badaniach na izbie przyjęć lekarz powiedział, że mogą mnie podleczyć, ale jedyną szansą dla mnie jest przeszczep. Początkowo transplantacja była dla mnie czymś kosmicznym. Czymś, o czym nawet bałem się myśleć, tym, co po prostu zdarzyć się nie może. Dowiedziałem się od profesora Karola Wierzbickiego, że w moim przypadku nie ma możliwości wszczepienia pompy serca. Jeśli odmówię zgody na przeszczep, zostanie leczenie farmakologiczne – inaczej mówiąc, czekanie na śmierć. Przez moment poczułem rezygnację, ale trwało to krótko. Powiedziałem sobie: nie można odpuszczać, trzeba walczyć.

I kiedy zostałem przewieziony na oddział kardiologiczny,

TAK BARDZO CHCIAŁEM ŻYĆ

Kiedy po operacji przyszedł do mnie pan doktor Grzegorz Wasilewski, powiedziałem do niego: „Gdy Dżepetto wystrugał Pinokia, ten mówił do niego: »tato«. Mam dylemat: jak powinienem się do pana zwracać, skoro jest pan człowiekiem, dzięki któremu narodziłem się na nowo?” – pyta Kazimierz Rydzy

Jolanta Tęcza-Ćwierz



FOT. ANNA KACZMARZ

Dlaczego dostałem drugą szansę, choć jestem w wieku emerytalnym? Widocznie mam coś jeszcze do zrobienia

podjąłem decyzję. Był 4 sierpnia 2023 roku – 39. rocznica mojego ślubu.

Serce biło miarowo

Zostałem wpisany na listę oczekujących. Nie wiedziałem, jak długo będę czekał na nowe serce, czy potrwa to kilka tygodni, czy kilka miesięcy. Profesor Karol Wierzbicki zażartował, żeby nic nie planował, bo teraz on organizuje mi życie. Musiałem uzbroić się w cierpliwość, jednak nie było to łatwe. Nadzieja przeplatała się ze zwątpieniem i strachem.

Co dwa, trzy tygodnie zgłaszałem się do szpitala. Dostałem wlewy dożylnie, które stawały mi na nogi. Początkowo działały przez miesiąc, potem coraz krócej, aż wreszcie już po dwóch tygodniach od zabiegu czułem się bardzo źle.

Na nowe serce czekałem mniej więcej rok.

Dwadzieścia dwa dni przed przeszczepem zostałem przewieziony na OIOM. Zostałem poddany terapii o nazwie kontr pulsacja wewnątrzaortalna. Założono mi cylindryczny ba-

lon, który w czasie rozkurczu serca był napęczniały helem i ułatwiał przepływ krwi.

Dzień przed przeszczepem o godzinie 16 przyszła do mnie pielęgniarka i powiedziała, że prawdopodobnie będzie pobranie serca.

Zadzwoń do żony i poprosiłem, żeby przejechała i pomogła mi się umyć. Nie rozmawialiśmy wiele. Po tylu latach wspólnego życia rozumiemy się bez słów. Oboje długo przygotowaliśmy się do tego dnia. Żona zawsze bardzo mnie wspierała. Przed operacją było w nas dużo emocji, ale kiedy dziś o tym myślę, niewiele mogę sobie przypomnieć – wyparłem z pamięci tamte chwile. Widocznie to dla mnie za trudne.

Mam córkę i ośmioletniego wnuka. Marzyłem, że któregoś dnia nauczę go grać na gitarze. Oboje chcieli przyjść do szpitala przed operacją. Nie chciałem tej wizyty, bałem się, że to mnie rozwali psychicznie, że się rozkleję. Zresztą nigdy nie lubiłem odwiedzin na oddziale. I przed tym wyjątkowym dniem też wolałem być sam.

Następnego poranka już przed piątą pojechałem na blok. Zasnąłem, a kiedy się obudziłem po zabiegu, moje serce biło miarowo i spokojnie. A ja nie czułem żadnego bólu.

Nie trzeba się bać

Pamiętam moment, kiedy wybudziłem się z narkozy. Spojrzałem w sufit, usłyszałem głosy lekarzy, mówili coś do mnie, o coś pytali... Pomyślałem: Żyję, wszystko będzie dobrze.

Bardzo bałem się bólu, tymczasem nic mnie nie bolało. Wszyscy mówili, że po operacji potwornie chce się pić. Ja nie czułem dużego pragnienia. Miałem wiele do powiedzenia, ale nie mogłem mówić, bo byłem jeszcze słaby.

Po zabiegu cały czas płakałem. Wszystko mnie wzruszało. Zobaczyłem doktora Grzegorza Wasilewskiego i pomyślałem: to człowiek, który uratował mi życie. Kiedy przyszedł do mnie po operacji, powiedziałem do niego: „Gdy Dżepetto wystrugał Pinokia, ten mówił do niego: »tato«.

Mam dylemat: jak powinienem się do pana zwracać, skoro jest pan człowiekiem, dzięki któremu narodziłem się na nowo?”

Szybko wracałem do zdrowia. Dzień po operacji przyszli do mnie rehabilitanci, pomogli mi usiąść, a kolejnego dnia już dreptałem wkoło łóżka.

Na transplantologii panuje wyjątkowa atmosfera, nieporównywalna z żadnym innym oddziałem. Znałem tam każdą pielęgniarkę i każda pielęgniarka znała mnie. Najpierw myślałem, jaką fajną mają pracę: dadzą kilka zastrzyków, rozdadzą tabletki i luzik. Kiedy jednak zobaczyłem parę szpitalnych akcji, to chociaż jestem twardym facetem, przekonałem się, że nie mogłbym robić tego, co one.

Po operacji na tylne siedzenie trafiły kariera, pieniądze, praca ponad siły. Najważniejsze okazały się więzi z bliskimi, przyjaźnie – słowem, samo życie. Przewartościowałem wiele spraw. Traktuję ludzi tak jak oni traktują mnie. Staram się o siebie dbać, uważam, żeby się nie zmęczyć, po-

nieważ człowiek po przeszczepie może robić wszystko to co inni, tyle że trochę ostrożniej.

Na początku było bardzo ciężko, ponieważ przyjmowałem leki immunosupresyjne i sterydy, po których przybrałem na wadze. Kilka dni temu miałem robioną biopsję, wszystkie badania wyszły bardzo dobrze. Mogę chodzić na basen, na siłownię, jeździć na rowerze elektrycznym. Życie idzie do przodu. Najważniejsze: nie trzeba się bać.

Drugie życie smakuje wspaniale

Nie chciałem nic wiedzieć o tej osobie. Wiem tylko, że był to 27-letni mężczyzna. I że ktoś się musiał zgodzić, żeby pobrali mu serce. Więcej nie potrzebuję wiedzieć, bo dziś to jest już moje serce. To dobrze, że polskie prawo nie zezwala na kontakt między biorcą a rodziną dawcy i nie dowiadujemy się szczegółów. Gdyby było inaczej, pojawiłyby się pytania, a odpowiedzi nie są mi potrzebne.

Jestem wdzięczny temu człowiekowi i jego rodzinie. Jednak staram się za dużo o tym nie myśleć, w przeciwnym razie mógłbym obciążać się psychicznie jego śmiercią. Wręcz mógłbym czuć się winny tego, że odszedł. Z drugiej strony wiem, że gdyby to serce się nie znalazło, dziś pewnie nie byłoby mnie na świecie.

Każdy człowiek boi się, że umrze. Zdawałem sobie sprawę, że mogłem nie przeżyć operacji albo jej nie doczekać. Byłem na to przygotowany, a jednocześnie bardzo chciałem żyć.

Czasem mnie pytają: jak to jest być już na granicy, prawie umrzeć i narodzić się na nowo? Pytania egzystencjalne są trudne. Wielu ludziom w znalezieniu odpowiedzi pomaga religia i wiara. Niektórzy pacjenci z sali modlili się przed zabiegiem. Ja wolałem nie sprawdzać, czy jest życie po śmierci. Nie spieszy mi się na tamten świat. Może mój racjonalizm sprawia, że jestem mocniejszy psychicznie?

Czasem myślę, dlaczego ten 27-letni mężczyzna musiał odejść. Zastanawiam się też, dlaczego ja dostałem drugą szansę. Jestem w wieku emerytalnym, a jednak otrzymałem nowe życie. Widocznie mam coś jeszcze do zrobienia.

Dziś doceniam każdy dzień. Przyjemność sprawiają mi najprostsze czynności, które przed transplantacją wykonywałem z ogromnym wysiłkiem. Mogę robić rzeczy, których wcześniej nie robiłem, bo stanowiły dla mnie zbyt duży wysiłek, na przykład koszenie trawy.

Drugie życie smakuje wspaniale. Ostatnio byliśmy z żoną na weselu. I mogłem z nią za tańczyć.



3/4 WRZEŚNIA,
LWÓW

Rosja przypuściła serię ataków rakietowych i dronowych na kolejne miasta ukraińskie, mordując przy ich okazji kilkadziesiąt osób cywilnych, a także niszcząc infrastrukturę. We Lwowie zginęło siedem osób, 30 zostało rannych. Rakiety uszkodziły budynki w centrum miasta, w tym historyczne, zabytkowe kamienice zbudowane w czasach, gdy Lwów znajdował się w polskich granicach. Premier Donald Tusk natychmiast zapowiedział pomoc w ich odbudowie.

MATERIAL INFORMACYJNY WARGAMING

0011163760

Spotkanie z historią na pokładzie okrętu ORP Błyskawica

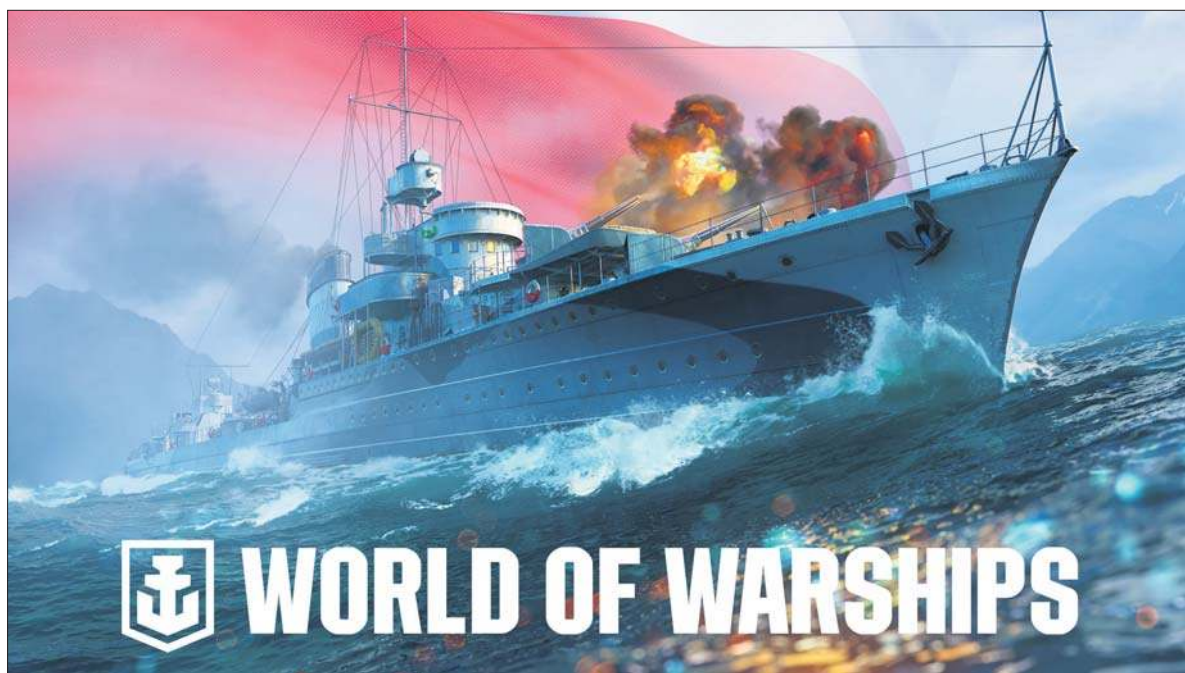
„Już w najbliższą niedzielę, 8 września, Muzeum Marynarki Wojennej w Gdyni we współpracy z popularną grą morską World of Warships zapraszają na spotkanie z historią. Uczestnicy wydarzenia, którzy spróbują swoich sił w grze, otrzymają możliwość zwiedzenia polskiego niszczyciela ORP Błyskawica.

World of Warships to produkcja będąca symulatorem bitew morskich, która oferuje obecnie możliwość zagrania ponad 700 historycznymi okrętami, w tym 5 polskimi jednostkami. Twórcy gry kładą nacisk na jak najwierniejszą reprezentację realiów współpracując z instytucjami i muzeami na całym świecie – wszystko w drodze do pielęgnowania świadomości historycznej. Jednym z takich projektów jest już wieloletnia współpraca z Muzeum Marynarki Wojennej w Gdyni.

Jednym z najbardziej rozpoznawalnych eksponatów muzeum jest polski niszczyciel ORP Błyskawica – okręt, który uczestniczył w działaniach

II wojny światowej, operując na Atlantyku, Morzu Północnym i Morzu Śródziemnym. Obecnie Błyskawica pełni rolę okrętu-muzeum zadokowanego u nabrzeża Gdyni tuż obok Muzeum Marynarki Wojennej. Gracze World of Warships mogą przejąć stery tej wiernie odwzorowanej jednostki, stając w szranki z innymi legendarnymi okrętami z całego świata.

W niedzielę 8 września goście Muzeum Marynarki Wojennej w Gdyni w godzinach 10 – 18 będą mogli spróbować własnych sił w grze. Każda osoba, która zarejestruje nowe konto i rozegra przynajmniej jedną bitwę, otrzyma darmowy wstęp na pokład okrętu-muzeum ORP Błyskawica oraz szansę na zdobycie egzemplarza limitowanej edycji koszulek oraz książek historycznych.



ŁUKASZ ORBITOWSKI: NIE KŁĘCZMY PRZED LITERATURĄ!

– Jestem człowiekiem, który ceni sobie wolność, ceni sobie swoje własne wybory tak życiowe, jak i w obrębie świata kultury, w konsekwencji czego wolałbym, aby czytanie moich książek było wolne od wszelkiego przymusu – mówi pisarz Łukasz Orbitowski

Anita Czapryn

Byłeś tym uczniem, który zawsze miał przeczytane wszystkie lektury obowiązkowe i uzupełniające czy wprost przeciwnie?

Aż tak dobrze już tego nie pamiętam. Ale pamiętam siebie jako osobę patologicznie czytającą. Nauczyciele bardzo często zabierali mi książki, które czytałem pod ławką, bo nie uważałem na lekcjach. Z tego, co pamiętam, byłem dzieckiem, które reagowało wdzięcznością na listę lektur, bo dostawałem nowe rzeczy do czytania. Strasznie ciągnęło mnie do świata fantazji, do fikcji, do opowieści, w których mogłem się schronić przed światem. A trzeba też pamiętać, że żyłem w czasach, kiedy w telewizji były tylko dwa kanały – zresztą telewizor w moim domu pojawił się dość późno. Można było ewentualnie pójść do kina. Ale nie było gier, nie było Netflixa, nie było internetu. Książka była więc krainą wytchnienia od dość ponurego życia w latach 80. w Polsce.

Jaki masz dzisiaj stosunek do listy lektur? Są kraje, w których nie ma obowiązkowych książek w szkołach. Czy według Ciebie taka lista powinna istnieć, czy może lepiej jej nie mieć?

To jest pytanie o to, w jaki sposób możemy nakłonić dzieci i młodzież do kontaktu z książką, i czy lista lektur spełnia taką funkcję, czy też nie. Moje doświadczenie ojcowskie – bo wychowałem i wychowuję dwóch chłopaków – pokazuje, że w żadnym razie nie spełnia.

Czyli uważasz, że lista lektur nie zachęca do czytania? Czy jednak jej celem nie jest bardziej to, by uczniowie zdobyli pewien zakres wiedzy o świecie i kulturze?

Przydałoby się, żeby mieli ten zakres wiedzy, żeby posiadali jakieś ugruntowane pojęcie o kulturze, a książki są niezbywalną częścią naszego dziedzictwa kulturalnego. Dlatego nie zastanawiałbym się, czy lista lektur jest potrzebna, tylko nad tym, jak zachęcić młodych ludzi do czytania. Zdarza mi się bywać w szkołach i spotykać młodzież, która czyta. Ale nie Mickiewicza, nie Olę Tokarczuk, ani tym bardziej moich książek. Sięgają po autorów z segmentu Young Adult, których nazwiska mi nie mówią. Wydaje mi się więc, że młodzież ma kontakt z literaturą, ale nie z tą, do której próbują ich zachęcić ministerstwo edukacji czy nauczyciele. I moim zdaniem to dobrze, bo młodzież powinna mieć swoje własne światy i fascynacje.

Rozumiem, że mówisz z perspektywy własnych doświadczeń młodego czytelnika?

Tak, pamiętam, może nie był to konflikt, ale napięcie pomiędzy mną a moimi rodzicami, kiedy odkryłem fantastykę, horrory, powieści Stephena Kinga czy Grahama Mastertona. Moi rodzice kompletnie nie rozumieli, dlaczego czytam takie rzeczy. Tak samo jak ja teraz nie potrafię zrozumieć fascynacji Young Adult, która przecież generuje gwiazdy literatury. Ci autorzy gromadzą tłumy na spotkaniach autorskich, a każdy współczesny polski pisarz chciałby mieć takie zainteresowanie jak ci młodzi ludzie, którzy piszą dla innych młodych. I to jest okej.

Dyskusja na temat szkolnej listy lektur wciąż budzi emocje. Według niektórych polonistów uszczuplenie listy lektur prowadzi do kulturowej amnezji w polskich szkołach.

Czy zgadzasz się z takim poglądem?

Wiesz co? Nie jestem pedagogiem, ale z pozycji dyletanta pozwolę sobie się nie zgodzić. Literatura od dawna nie pełni już tej samej roli, co w czasach mojej młodości, kiedy była wiodącym językiem kultury. W podstawówce wszyscy czytaliśmy – nawet największe draby, bo po prostu nie było innej rozrywki. Teraz oferta kulturowa, jeśli chodzi o webikuły, przez które dostarczane są treści, jest o wiele bogatsza. Mówię oczywiście, ale mamy gry, filmy, serie, YouTube, TikToka, Spotify... I nie demonizowałbym tego. Wręcz przeciwnie, uważam, że te formy też mają wartość. Obejrzenie dobrego serialu czy zagranie w dobrą grę może być bardziej wartościowe niż przeczytanie nudnej, głupiej książki. Nie kłęczmy przed literaturą! Oferta kulturalna jest dziś znacznie szersza niż 20 czy 30 lat temu i to jest w porządku. A jeśli odbywa się to kosztem książek? No cóż, takie jest życie.

A jednak książka ma w sobie to coś, co pozwala nam zrozumieć świat – odkrywać aluzje, metafory, intertekstualność, które tworzą całe bogactwo kultury. Z listy lektur wyrzucano m.in. „Legendę o Świętym Aleksym” i „Kronikę” Galla Anonima. Poloniści uważają to za wielką stratę. Jak uczeń zrozumie średniowiecze, jeśli będzie ono

przedstawione jednostronnie? Nie dowie się o dwóch paradygmatach epoki – rycerzu i władcy – ani nie zrozumie, że „Legenda o Świętym Aleksym” była przykładem średniowiecznej kultury popularnej, która do dziś nas dotyczy. Wspomniałeś o serialach – w Hollywood powstają scenariusze, które muszą spełniać określone struktury gatunkowe, określone cechy, by film odniósł kasowy sukces.

Jakie cechy?

Cechy gatunku. „Legenda o Świętym Aleksym” była w średniowieczu dziełem masowej kultury. By trafić do szerokiego odbiorcy, musiała być napisana tak, by przyciągała uwagę – stąd jego urodzeniu musiały towarzyszyć cuda, czy choćby to, że po jego śmierci ciało wydziełało przyjemny zapach, a dzwony same się rozdzwoniły. Podobnie współczesne hollywoodzkie melodramaty mają swoje cechy, które sprawiają, że stają się kasowymi hitami.

Pewnie tak. Ja sam pamiętam „Legendę o Świętym Aleksym”, zwłaszcza ten fragment, kiedy wylewano mu pomyje na głowę, a on się z tego cieszył. Jako przykład mentalności ludzi z tamtej epoki to może być ciekawe, ale nie sądzę, żeby to było coś, co dzisiejsza młodzież powinna brać sobie do serca. Mam nadzieję, że żaden zdrowo myślący rodzic nie

oczekiwałby od swojego dziecka, że zacznie żyć jak święty Aleksy albo inni męczennicy ze średniowiecznych legend.

To także pytanie o to, czy to, co dzisiaj proponuje Ministerstwo Edukacji, wystarczająco przygotowuje uczniów do zrozumienia współczesnej kultury, która przecież pełna jest odniesień do literatury klasycznej?

Oczywiście, że nie przygotowuje, ponieważ takie zadanie leży w ogóle poza zasięgiem szkoły. Szkoła nie jest w stanie przygotować młodego człowieka do pełnego zrozumienia kultury. Mam 47 lat i sam wciąż uczę się kultury. To jest wysiłek, który każdy z nas podejmuje indywidualnie. I zawsze, kiedy pojawiają się zmiany w liście lektur, towarzyszy temu pewien rodzaj jęku i lamentu. Pamiętam, jak parę lat temu usunięto Gombrowicza – moim zdaniem niesłusznie, ale zostawmy to. Wtedy lamentowano nad Gombrowiczem, teraz lamentujemy nad usunięciem Świętego Aleksiego i „Konrada Wallenroda”.

Nie tylko ich. Usunięto także Jarosława Marka Rymkiewicza.

Tak, to prawda. Pamiętam nawet skandaliczną wypowiedź pani minister Nowackiej, która wspomniała o „niejakim Rymkiewiczu i panu Dukaju”. A przecież to nie są jakis przypadkowi ludzie – to wielcy artyści. Ale nie każdy wybitny artysta może znaleźć się na liście lektur, bo mamy wielu wielkich twórców, a lista lektur jest raczej ograniczona.

W tym kontekście rodzi się pytanie: czy kluczem doboru lektur są wartości literackie, czy może raczej polityczne?

Poprzednia władza wprowadziła na listę Rymkiewicza, nowa władza go usunęła. Czy zawsze musi to się odbywać według takiego klucza?

Niestety, czy tego chcemy, czy nie, zawsze odbywa się to według tego klucza. Jedną władzę usunęła wybitnego artystę, jakim był Gombrowicz, teraz inna władza wyrzuciła wspaniałego artystę, którym był Rymkiewicz. Niezależnie od tego, co sądzimy o poglądach Rymkiewicza, to przypuszczalnie najlepsze pióro polskiej dwudziestowiecznej literatury. Jego odwaga, buńczuczność i pewna bezczelność myśli odurzają i zachwycają. Oczywiście, ja osobiście nie zgadzam się z nim w niemal niczym. Gdy ściśnię się tę jego myśl, wychodzi z niej jakiś potworny fantazmat. Ale z drugiej strony, ta wizja oszałamia i trzeba sporej siły woli, żeby jej się oprzeć.

Wspomniałeś, że mamy wielu wielkich artystów, ale to znów rodzi podejrzenie „pisarskiego kanibalizmu” – takiego zjawiska, gdzie współcześni autorzy zajmują miejsca klasyków. Czy tacy współcześni twórcy, jak na przykład Olga Tokarczuk, są w stanie rzeczywiście zastąpić klasyków? I czy to oznacza rozwój, czy może raczej zanikanie literackich fundamentów?

Rozmawiamy cały czas w kontekście lektur szkolnych? Ja bym bardzo mocno stawiał na współczesność, szedł do przodu, ale... Wiesz, na przykład ja osobiście uwielbiam „Pamiętniki” Jana Chryzostoma Paska. Mógłbym nawet zaryzykować tezę, że boli mnie ich nieobecność na liście lektur szkolnych, bo Pasek, zdaje się, też wyleciał. Ale z drugiej strony, zdaję sobie sprawę, że zmuszanie ucznia, który wychował się na Tik-



FOT. GRZEGORZ JAKUBOWSKI

Łukasz Orbitowski: Literatura od dawna nie pełni już tej samej roli, co w czasach mojej młodości, kiedy była wiodącym językiem kultury

Toku, do obcowania z frazą Paska może być bezcelowe, bo współczesny czytelnik często odbija się od tego rodzaju literatury. Dlatego skłaniałbym się do podziału na dwie grupy – gdyby ktoś kazał mi układać listę lektur, czego mam nadzieję nigdy nie będę musiał robić – z jednej strony postawiłbym na dogłębną analizę najgłębszych korzeni kulturowych: mitologii greckiej, rzymskiej, nordyckiej, indyjskiej. Chodzi o to, żeby ta lista nie była zaściankowa, ale żeby pokazywała uniwersalność, z której wywodzi się nasza kultura – ten rdzeń mitologiczny. Jest taka piękna książka Jamesa George’a Frazera „Złota gałąź” – dobrze byłoby podsunąć ją młodzieży chociaż we fragmentach, a może nawet spróbować spopularyzować kanon mitologiczny, przedstawić go w przystępnej formie. Nie trzeba sięgać do Parandowskiego czy innych autorów piszących sto lat temu, mówiących, że tracimy tożsamość kulturową. Nasza tożsamość

kulturowa jest w „Iliadzie” i „Odysei”, i chętnie bym je młodym ludziom przybliżał, ale może niekoniecznie w oryginalnej formie Homera. Bardziej w formie współczesnej. A jeśli ktoś będzie chciał poznać oryginał, to przecież nikt mu tego nie zabroni. Potem przeskoczyłbym przez ten potworny romantyzm i powędrował szybkim krokiem do literatury współczesnej, do idei literatury światowej. Bo dla czego lista lektur skupia się głównie na nazwiskach polskich autorów?

No, nie tylko. Mamy też Williama Goldinga i jego „Władcy much”.

To fajne. Choć nie jestem wielkim fanem „Władcy much”, ale doceniam ten kierunek. Pamiętam, z jakim zachwytem czytałem „Władcę Pierścieni” jako lekturę uzupełniającą w szkole podstawowej. Z jednej strony, wyszedłbym poza lektury polskie na rzecz światowych, zarówno w sensie mitologicznym, jak i współczesnym.

Skoro już wspomniałeś o mitologii, to przypomniawszy mi się piosenka Jacka Kaczmarskiego „Przechadzka z Orfeuszem”. Wspaniała piosenka, wspaniały tekst, który może być inspiracją do omawiania postaci Orfeusza i Eurydyki – archetypów kultury. Można by tę piosenkę Kaczmarskiego wykorzystać, aby te postacie interpretować. Tymczasem Kaczmarski też został wyrzucony z listy lektur, podobnie jak poezja Agnieszki Osieckiej czy twórczość Kabaretu Starszych Panów. Dla mnie to straszne.

Osieckiej rzeczywiście szkoda, ale, jak już mówiłem, zawsze będziemy żałować niektórych lektur. Ja akurat za Kaczmarskim specjalnie nie tęsknię. Bardziej mi szkoda Jana Chryzostoma Paska; za nim bardziej płaczę. Ale co zrobić?

Czy te zmiany w kanonie lektur nie odzwierciedlają w pewnym sensie stanu polskiego społeczeństwa? Pyta-

nie, czy są odpowiedzią na potrzeby edukacyjne młodzieży, czy raczej próbą narzucenia pewnej wizji świata?

Zawsze w edukacji kryje się pewien element propagandy i narzucania określonej wizji świata. Skreślenie Rymkiewicza o tym świadczy, skreślenie Gombrowicza także. Literatura niesie za sobą idee, a przyjmując jedną książkę do kanonu i wyrzucając inną, opowiadamy się za konkretną ideą. Tak było i tak będzie. Moim zdaniem nie da się tego uniknąć – nie ma czegoś takiego jak obiektywny katalog lektur. Nie da się arbitralnie wybrać 10, 20 czy 50 najważniejszych dzieł w historii literatury polskiej, bo zawsze ktoś przyjdzie i powie: „A gdzie Rymkiewicz? A gdzie Gombrowicz? A gdzie ten, a gdzie tamta?”.

Jak więc według Ciebie powinien wyglądać ten kanon lektur? Czy powinien opierać się na utworach, które przetrwały próbę czasu i będą wieczne i każdy powinien je

znać, czy raczej zmieniać się dynamicznie, podążając za zmianami społecznymi i kulturowymi?

Zdecydowanie opowiadałbym się za dynamiką, albo przynajmniej za próbą podążania za nią. Patrząc na moich chłopców – Julka i Alana – z przerażeniem odkryłem, że na liście lektur wciąż znajduje się „Nasza szkapka”. Sam przeczytałem się z tym tekstem w latach 80., a teraz dzieci dalej się z tym mordują. Obaj moi chłopcy przechodzili prawdziwe katusze przy „Quo vadis”. To jest dobra książka, noblisty w końcu, ale skoro dzieci tak na nią reagują, to ja powiem tak: szkoła i tak jest wystarczająco opresyjnym miejscem, żadne z nas nie chciałoby tam wrócić, więc może przynajmniej poszukajmy lektur, które sprawią uczniom trochę przyjemności? Zawsze w takich momentach przychodzi mi na myśl Andrzej Sapkowski. No bo skoro tyle dzieciaków cupi „Wiedźmina”...

Cupi?

Gra w grę „Wiedźmin”. Skoro tytuł z nich gra, to może znajdą jakąś radość w czytaniu tej literatury.

Przypomina mi się anegdota o Mroźku. Pewnego młodego dnia zobaczył młodego człowieka w garniturze, domyślił się, że to maturzysta, i zapytał: „Było „Tango”?”. „Było” – odpowiedział młodzienc. „Przepraszam” – odparł Mroźek. A jak ty byś się czuł, gdyby twoje książki znalazły się w kanonie lektur? Chciałbyś tego? Czy by cię to ucieszyło?

Ucieszyłoby mnie to z jednego prostego powodu – zarobiłbym mnóstwo pieniędzy. To jest rzecz bezdyskusyjna. Poza tym jestem człowiekiem, który ceni sobie wolność, ceni sobie swoje własne wybory tak życiowe jak i w obrębie świata kultury – w konsekwencji czego wołałbym, aby czytanie moich książek było wolne od wszelkiego przymusu.

NADCHODZI POKOLENIE WYPALONYCH

Dr Mikołaj Marcela: Młodzi ludzie uczą się coraz więcej, coraz dłużej, co potwierdzają badania. Bardzo dużo tego czasu spędzają bez możliwości poruszania się czy wymiany myśli, a to jest jednak udręka

Rozmawiał Piotr Ciastek

W swojej najnowszej książce „Nie musisz. Od kultu osiągnięć do wypalonych pokoleń” pisze pan o zjawisku wypalenia, które może dotyczyć zarówno dorosłych, jak i dzieci. Jak to wypalenie nas niszczy?

Kluczowe jest to, żeby wyjść od kultu osiągnięć, który się pojawia w podtytule książki. Funkcjonujemy obecnie w świecie, w którym niemalże od narodzin dziecka zaczyna się pracę nad tym, żeby odnieść ono sukces w dorosłym życiu. Dzieci powinny się jak najszybciej uczyć czytać, najlepiej już, gdy mają zaledwie kilka miesięcy albo przynajmniej próbować uczyć się bawiąc. Za moment zaczynamy myśleć o zajęciach dodatkowych, zapisaniu do jak najlepszego przedszkola. W tym przedszkolu dzieci coraz rzadziej się bawią, zamiast tego pracują nad tym, żeby się przygotować do szkoły, żeby akademicko pracować nad sobą, niektóre przedszkola oferują nawet korepetycje.

A to dopiero początek...

Właśnie. Potem w szkole podstawowej dzieci szykowane są do egzaminu ósmoklasisty, żeby dostać się do wymarzonego liceum, a później w szkole średniej szykują się do matury, żeby otrzymać indeks jak najlepszej uczelni, bo to może zadecydować o sukcesie na rynku pracy. Od tego zależy z kolei to, czy to będzie dobra praca, w której będziemy dużo zarabiać i mieć wygodne, dobre życie, przynajmniej w teorii. Jak sobie nad tym wszystkim pomyślimy i dodamy do tego korepetycje w szkole, które przygotowują właśnie do tego, by mieć jak najlepsze oceny i wyniki na egzaminach oraz dodatkowe zajęcia, to nie dziwny się, że w pewnym momencie jesteśmy tym wszystkim zmęczeni. W skrajnych przypadkach dochodzi do tego wypalenie uczniów

skie już w wieku dziecięcym lub nastoletnim. Wystarczy spojrzeć na grafiki dzisiejszych przedszkolaków, które po przedszkolu mają dodatkowe zajęcia niemal do wieczora. Pamiętajmy, że dzieci, które nie mają czasu na zabawę, a cały czas poświęcają na to, żeby się uczyć, jako nastolatki są już tym wszystkim zmęczone.

Czym jednak wypalenie różni się od zmęczenia? Jak odróżnić jedno od drugiego?

Wypalenie określiłbym jako taki stan, w którym odczuwamy załamanie fizyczne i psychiczne, ale pomimo zmęczenia, wciąż pracujemy, bo do tego zostaliśmy wyuczeni. Wszystko nam mówi o tym, żebyśmy odpuszcili, a my jednak cały czas jesteśmy zafiksowani na tym, żeby przeć do przodu i spróbować jeszcze coś zrobić. To pogłębia naszą frustrację, pogłębia bezsens działań, które podejmujemy i może nas w pewnym momencie wpędzić w stany depresyjne. Skrajne zmęczenie przekłada się potem także na relacje z innymi ludźmi, na to, jak funkcjonujemy w domu, czy na inne działania, które podejmujemy poza pracą. Powinniśmy na to patrzeć jak na do pewnego stopnia nowe zjawisko: praca mimo braku sił, trwanie w kołowrotku niczym chomiki, z którego nie potrafimy zejść. Boimy się odpuszczyć, bo wydaje nam się, że gdy złuzujemy, to wszystko stracimy, ten pogląd zaczyna nam się wślizgać już od dziecka. W mojej książce próbuję od-

powiedzieć na pytanie, jak do tego doszło?

Koniec wakacji i dzieci znów zasiały w szkolnych ławkach. Tak jak to było 20, 50 i 100 lat temu. Nasz system edukacji niewiele chyba zmienił się przez dekady i pojawia się pytanie, czy nauczyciele są w stanie dostrzec to wypalenie u uczniów i jakoś im pomóc?

Problem w tym, że nauczyciele i nauczycielki są w wielu przypadkach też wypaleni i nie zauważają tego u siebie. Mamy ogromną grupę wypalonych rodziców. Wypalenie rodzicielskie to jest coś, co jest niestety bardzo charakterystyczne dla polskiego społeczeństwa. Na szczęście mamy coraz więcej miejsc, w których ta nauka zaczyna wyglądać inaczej. Tak dzieje się w części szkół niepublicznych, chociaż niestety w wielu z nich kult osiągnięć ma się świetnie, czy funkcjonujących w ramach tak zwanej edukacji domowej. Mamy też nieliczne, ale jednak szkoły publiczne, które próbują, jak to mówi ładnie Marzena Żylińska z Ruchu Budzących się Szkół, „odkręścić” dzieci. Natomiast rzeczywistość to, jak funkcjonuje edukacja krajów Zachodu od ponad 200 lat, to też koniec końców coraz bardziej przyczynia się do wypalenia, szczególnie w zestawieniu ze zjawiskami charakterystycznymi dla późnego kapitalizmu. Po pierwsze dlatego, że młodzi ludzie żyją w coraz większym dysnansie poznawczym, ponieważ realia szkolne są bardzo często oderwane od rozwią-

zań technologicznych.

Od tego jak funkcjonujemy na co dzień, jak myślimy i jak widzimy świat. A z drugiej strony jest rosnące obciążenie, bo młodzi ludzie uczą się coraz więcej, coraz dłużej, co potwierdzają różne badania. Bardzo dużo z tego czasu spędzają w pozycji siedzącej, w ciszy, bez możliwości jakiegokolwiek swobodnego poruszania się czy odżywiania lub jakiegokolwiek wymiany myśli, a to jest jednak udręka.

Przez tę udrękę przechodzili całe pokolenia.

Pamiętajmy o tym, że od początku XIX wieku, kiedy powstawał ten system, my przez 200 lat zrobiliśmy bardzo dużo badań, z których dowiedzieliśmy się wiele na temat tego, jak funkcjonuje ludzki mózg, jak funkcjonuje ludzki układ nerwowy i czego potrzebuje nasze ciało i psychika, żeby pomóc młodym ludziom. Okazuje się, że pod wieloma względami trudno sobie wyobrazić gorsze miejsce do nauki niż taka klasyczna sala lekcyjna w szkole. Gdzie siedzimy przez 45 minut bez ruchu gapiąc się albo na plecy tych, którzy siedzą przed nami, albo wpatrując się w tablicę i ewentualnie odpowiadając w momencie, kiedy jesteśmy wywoływani przez nauczyciela. W dzisiejszym świecie to jest coś, co właściwie nie ma najmniejszego sensu i myślę, że wszyscy to czują, a najmocniej dziś czują to młodzi ludzie. W książce piszę właśnie o takim przypadku, gdzie nauczycielka z kilkudziesięcioletnim stażem postanowiła sprawdzić po wielu latach, jak to jest być uczniem i razem ze swoimi podopiecznymi zasiała w ławkach. Stwierdziła po tym, że było to coś nie do zniesienia, że ta ciężka praca, którą wykonują młodzi ludzie w ramach edukacji i takie poczucie zamulenia po całym dniu jest obecnie trudne

do wyobrażenia dla dorosłych. To jest coś, co nam ucieka - jak ciężko pracują młodzi ludzie. Nie postrzegamy nauki jako pracy, a ja uważam, że to też jest praca, która przygotowuje nas do tej w przyszłości.

Jeżeli jesteśmy przy „pracy”, to na przykład na Śląsku ten kult pracy jest mocno podkreślany. Głównie to wyrosły z kopalń kult pracy fizycznej, ale wiele zawodów już się z nią nie wiąże, co rodzi konflikt pokoleniowy między postrzeganiem tego, co jest „prawdziwą” pracą, a co nie. Na ten konflikt i jego skutki też zwraca pan uwagę.

To w ogóle jest ciekawe, jeśli popatrzymy na Śląsk i wspomniany kult ciężkiej pracy, który wynika ze świata bardzo mocno przemysłowego, opartego na wydobywaniu. To właściwie świat, który w dzisiejszej rzeczywistości bardziej nam się kojarzy z XIX i XX wiekiem, a nie XXI, w którym jednak podstawowym źródłem energii jest ropa naftowa, a jej sposób wydobywania jest zupełnie inny. To nie miejsce na wchodzenie w szczegóły, opisując to różnice dokładniej w mojej książce, natomiast ważne jest to, że współczesny świat funkcjonuje nieco inaczej, bo stajemy się coraz bardziej indywidualistami, osobami, które rzadziej pracują z innymi, a bardziej pracują intelektualnie i samodzielnie. Ten konflikt pokoleń w dużej mierze wynika właśnie z tego, czego doświadczyliśmy w ostatnich kilku dekadach, czyli globalnego przejścia od gospodarki opartej głównie na węglu na gospodarkę opartą o ropę naftową. To jest jedno ze źródeł, chociaż o tym nie mówimy, konfliktu pokoleniowego, jeśli chodzi o postrzeganie pracy. To dawne wyobrażenie ciężkiej harówki, pracy, która przekładała się na odpowiedni zarobek, w dzisiejszej rzeczywistości

jest czymś oderwanym od tego, jak my funkcjonujemy. Obecnie mamy gospodarkę opartą na usługach. Rosnie waga pracy intelektualnej, a nie fizycznej. Coraz mniejszy jest w niej udział przemysłu czy rolnictwa. Zupełnie inaczej funkcjonujemy jako ludzie. Milenials, inaczej pokolenie Y, czyli urodzeni w latach 1981-1996 i zetki - generacja Z, urodzeni w latach 1995-2012, to pokolenia, które nie wchodziły już w świat industrialny, ale świat postindustrialny. Tego nie zauważono i na poziomie edukacji szkolnej, a potem uniwersyteckiej i cały czas gdzieś to ucieka także potem na rynku pracy, w kwestii oczekiwania, jak ludzie będą pracować.

Te wymagania są za wysokie? Czy to tylko łatwa wymówka, żeby się nie przemęczać?

Trudno jest dzisiaj oczekiwać od pracowników, że będą harować po 16 godzin dziennie i będą bardzo do tego chętni, skoro wyrastają w takim świecie, w którym praca może być wykonywana w zupełnie inny sposób, znacznie bardziej efektywny. Dlatego, że ma zupełnie inny charakter niż w poprzednich wiekach. Jest to na pewno jedno ze źródeł międzypokoleniowego konfliktu, który będziemy musieli jakoś przepracować i wymyślić na nowo, jak w ogóle postrzegamy pracę i jakie myślimy o wynagrodzeniu za pracę. Tutaj wchodzi cały pakiet tematów, które wprowadzają i milenials i zetki, czyli właśnie bezwarunkowy dochód podstawowy, czterodniowy tydzień pracy, w ogóle zmniejszanie liczby godzin pracy i uważam, że ta dyskusja jest cały czas przed nami. Problemem są też rosnące nierówności społeczne. Mamy również coraz więcej obciążeń, czy w postaci dodatkowych opłat za opiekę nad dziećmi, czy prywatną opiekę medyczną. Te najmłodsze pokolenia

NOWE ZJAWISKO: PRACA MIMO BRAKU SIŁ. NICZYM CHOMIKI TRWAMY W KOŁOWROTKU, Z KTÓREGO NIE POTRAFIMY ZEJŚĆ. BOIMY SIĘ ODPUSZCZĄĆ



FOT. AUTOR

Dr Mikołaj Marcela pracuje w Instytucie Literaturoznawstwa i w Instytucie Nauk o Kulturze UŚI. „Monstrarium późnonowoczesne” to jego praca doktorska

przez to często doświadczają stagnacji i są znacznie mniej optymistyczne niż pokolenia wcześniejsze.

W tym miejscu dochodzimy do tezy, którą pan przedstawił, że nieważne jak bardzo jednostka starałaby się w swoim życiu, to pewnego pułapu nie jest, niestety, w stanie przebić.

Oczywiście bywają takie indywidualne historie, które są też najczęściej powtarzane, o tym, że można osiągnąć wszystko, jeśli się będzie bardzo ciężko pracować. Na tym opiera się właśnie cały rynek, jak bym to nazwał zwulgaryzowanego coachingu i rozwoju osobistego. Niewielu odbiorców bierze jednak pod uwagę, że potrzebna jest też doza szczęścia, konkretnego wsparcia, na które mogą liczyć określone osoby i dzięki temu im się to udaje. Podkreślam to słowo „udaje”, bo czasami trzeba zauważyć, że po prostu mieliśmy szczęście

i nam się udało. W dzisiejszych czasach nie brzmi to za dobrze, ale przecież nie wszystko jest kwestią naszej pracy. Jasne - pracowaliśmy, włożyliśmy w to dużo wysiłku, ale koniec końców sukces wiąże się w dużej mierze z pewnym szczęściem i tym, że trafiliśmy na odpowiedni moment i odpowiednich ludzi. Bardzo dużo zależy też od tego, z jakiej rodziny pochodzimy. Jeśli mamy rodzinę o wyższym kapitale kulturowym, wyższym poziomie ekonomicznym, to wiadomo, że wiele rzeczy będzie dla nas prostszych. Będziemy mieli trochę więcej czasu wolnego, nie będziemy musieli się skupiać tylko na tym, żeby jakoś przetrwać, żeby wspomóc naszą rodzinę. Osoby z uboższych domów muszą tej pracy wykonać więcej i nie można tego zadania sprowadzać do hasła, że jak będziesz ciężko pracował, to ci się uda. Każdy człowiek ma swoje granice i dlatego potrzebujemy

pewnych mechanizmów wsparcia. To zresztą od wielu dekad pokazują nam rozmaite badania i raporty ekonomiczne. Nie możemy zatem sprowadzać wszystkiego wyłącznie do mitu self-made mana i ciężkiej pracy.

Z drugiej strony mamy w ostatnich czasach falę pseudosukcesów. Brylują ludzie, którzy udają, że są bogaci, pokazują się w drogich samochodach i ubraniach, które nie są ich, a młodzi dzięki mediom społecznościowym łatwo dają się pochłoniąć temu fasadowemu światowi.

To nie tylko problem social mediów samych w sobie, ale też braku odpowiedniej edukacji cyfrowej, która by nas przygotowywała do tego, żeby korzystać świadomie z internetu. Na przykład uczyła budować pewne mechanizmy obronne przeciwko tego typu postrzeganiu rzeczywistości. Nadal w polskiej

edukacji brakuje moim zdaniem zajęć poświęconych fake newsom, chociaż w przywoływanej często w kontekście edukacji Finlandii, takie zajęcia z powodzeniem funkcjonują od kilku lat. Wyraźnie przekładają się na to, jak młodzi Finowie korzystają z sieci. Jest też kwestia tego, jak dzisiaj powinniśmy postrzegać luksus, a to się właśnie zmienia, bo luksusem staje się to, że mamy czas wolny, że możemy spokojnie zjeść śniadanie z partnerem czy całą rodziną, że możemy pójść na spacer do lasu. Zamiast tego wciąż decydujemy się na to, żeby wybierać takie posady, na których będziemy zarabiać jak najwięcej, mimo że - co znów pokazują badania, wiążąc się będzie z rosnącą liczbą nadgodzin i niepłatnymi, mocno obciążającymi nas obowiązkami. Robi się tak, żeby aspirować do poziomu luksusu, który od kilku dekad postrzegany jest już jako norma. A to znowu bardzo mocno stymuluje kult osiągnięć i często właśnie potrzebę coraz cięższej pracy.

Czyli zbyt łatwo ulegamy internetowej ułudzie.

Z jednej strony oczywiście social media odgrywają w tym kluczową rolę, ale z drugiej przypomnę, że ten cyfrowy świat, do którego milenialsi i zetki są bardzo przywiązani, został zbudowany przez poprzednie pokolenia - boomerów, czyli pokolenie, które wychowywało się w okresie po II wojnie światowej, w latach 1946-1964 oraz 1965-1980 roku, które obecnie tak chętnie krytykują tę wykreowaną kulturę i przed nią ostrzegają.

Przypomina mi się w tym miejscu odcinek brytyjskiego serialu fantastycznonaukowego „Czarnego lustra”, w którym społeczeństwo wystawiało sobie oceny. Wystarczyło krzywo się uśmiechnąć czy podać rękę nieodpowiedniej osobie, żeby z hukiem spaść z drabiny społecznej na samo dno. Czy te katastroficzne wizje są symptomatyczne dla obecnych czasów?

To jest w ogóle ciekawe, że mamy obecnie tak bardzo pesymistyczną kulturę. Piszę o tym, z czego to może wynikać, że dzisiaj mamy tak wiele obrazów potencjalnej apokalipsy i takich dystopijnych wyobrażeń, które są w sprzeczności z wyobrażeniami ledwie sprzed kilku dekad. Wtedy były mimo wszystko znacznie bardziej optymistyczne. Dla mnie na pewno dużym problemem jest to, że dzisiaj funkcjonujemy w takim świecie, w którym ocena, stopień, wynik w postaci liczby czy cyfry, zastępują sens i opowieść. Nie zastanawiamy się

POTRZEBUJEMY DYSKUSJI O SENSIE, KTÓRĄ POZWOLIŁABY NAM SIĘ ZASTANOWIĆ, CZY SPROWADZANIE WSZYSTKIEGO DO RATINGÓW JEST W OGÓLE ZASADNE

nad tym, co stoi za danymi stopniami czy wynikami, tylko do nich sprowadzamy ocenę danego ucznia, pracownika i wreszcie człowieka i przez pryzmat takich bardzo nagich cyfr czy wykresów, oceniamy, czy ktoś osiągnął sukces lub czy poniósł porażkę. Nic więc dziwnego, że potem niemal 9 na 10 pracowników nie lubi swojej pracy albo jest ona im całkiem obojętna.

Co możemy w takim razie zrobić, żeby przynajmniej nie pogarszać sytuacji?

Musimy przywrócić dyskusję o sensie, która pozwoliłaby nam się zastanowić, czy takie sprowadzanie wszystkiego do ratingów i efektywności jest w ogóle zasadne. A z drugiej strony, żebyśmy zaczęli próbować na nowo opisać świat i zastanowić się, jak powinniśmy w nim funkcjonować i co powinno w nim być istotne, a nie ślepo podążać

za wynikami i sprowadzać konkretnych ludzi do bezmiennych liczb. To jest tak samo istotne na poziomie szkół, jak i na rynku pracy. Pamiętamy, że dzisiaj niemal nieustannie żyjemy pod presją pracy i osiągnięć, dlatego tak chętnie sięgamy po smartfony, dlatego tak ochoczo odpowiadamy na e-maile w trakcie urlopu, a nawet jeśli niechętnie, to jednak to robimy, bo zakładamy, że musimy. To nie jest kwestia tylko i wyłącznie smartfonów czy social mediów. To jest także istota pewnej ideologii, pewnego systemu, w którym funkcjonujemy i uznajemy za normalny, a który przecież normalny wcale nie jest. Dzisiaj uważamy, że nie da się inaczej, natomiast musimy zacząć się zastanawiać, jak to zmienić, bo za chwilę wszyscy się wypalimy i będziemy mieli bardzo duży problem.

Dr Mikołaj Marcela

Jest literaturoznawcą, pisarzem, wykładowcą akademickim, jego krąg zainteresowań to sztuka pisania, filologia polska, popkultura, projektowanie gier i przestrzeni wirtualnej. Ukończył polonistykę i filozofię na Uniwersytecie Śląskim, gdzie obecnie pracuje. W swojej najnowszej książce „Nie musisz. Od kultu osiągnięć do wypalonych pokoleń” podejmuje próbę ustalenia, jak społeczeństwo osiągnięć stało się wypaloną generacją. Zastanawia się też nad tym, dlaczego ściągnięcie się z samym sobą nie prowadzi do efektywnego rozwoju, ale do samozniszczenia. Badacz napisał także książki „Patoposłuszeństwo”, „Jak nie spieprzyć życia swojemu dziecku. Wszystko, co możesz zrobić, żeby edukacja miała sens”, „Jak nie zwariować ze swoim dzieckiem”, „Selekcje. Jak szkoła niszczy ludzi, społeczeństwa i świat”, „Dlaczego szkoła cię wkurza i jak ją przetrwać”, „Wszystko, czego ci nie mówią, gdy jesteś nastolatkiem”, „Jak nie zgubić dziecka w sieci. Rozwój, edukacja i bezpieczeństwo w cyfrowym świecie” z Zytą Czechowską, „Nie jesteś skazany na szkołę”, „Jak zapewnić swojemu dziecku najlepszy

start. Edukacja i rozwój zgodne z naturalnymi potrzebami przedszkolaka”, z psycholog dziecięcą Anitą Janeczek-Romanowską. „Wszystko nam mówi o tym, żebyśmy odpuścili, a my jednak cały czas jesteśmy zafiksowani na tym, żeby przeć do przodu - to jedna z głównych tez jego najnowszej książki. W poprzednich wywiadach podkreślał: „Samodzielności i samodyscypliny trzeba dzieci uczyć od małego, głównie dając im przestrzeń do popełniania błędów i odpuszczania nadzoru nad nimi. Jestem przeciwnikiem odrabiania lekcji razem z dzieckiem. Tym samym dzieci nie uczą się, że zdobywają wiedzę i umiejętności dla samych siebie i własnej satysfakcji. Im szybciej dziecko i rodzic zrozumie, że taki powinien być cel edukacji, tym lepiej. Raczej im w niej towarzyszyć i wspierać, pozwalając na pracę nad odpowiedzialnością u dziecka, i na rozwój jego zainteresowań. Znam wiele przykładów z życia, gdy prymusi, nadzorowani i kontrolowani przez rodziców, nie bardzo poradzili sobie w dorosłym życiu. Ci, którzy mieli własne konkretne zainteresowania i plany, a w szkole byli średni, poradzili sobie lepiej”.

Adam Willma

JEŚLI NIEDZIELA,
TO PCHLI TARG

Pchły, to wcale nie dlatego, że ludzie sprzedają tam drobiazgi. To pamiątka po przebudowie Paryża w XIX wieku, kiedy wyburzono mnóstwo starych ruder, ale pozwolono przesiedlanym biedakom wyprzedawać bez przeszkód sprzęty domowe z żywymi bonusami.

No więc jest pchli targ w Toruniu, w którym starych ruder na szczęście nie wyburzono.

Zaszła zmiana.

Już nie wszyscy sprzedawcy graciarskich antyków mają wąsy, wielkie brzuchy i kraciaste koszule. Ale połowa nadal w strojach organizacyjnych.

Więc na okoliczność brzucha należy się zniżka:

- Ile ten obraz?

- Oooo, panie, ten to cztery tysiące.

- Ile? Słabe to to jak na cztery tysiące.

- Dobra, ale pan wiesz, jakie autor ma notowania? Wysokie. A nawet bardzo.

Studentka kramarzy się o antyczną wagę. Stówka.

- No jak dużo? Pani wie, co na tej wadze ważyli?

Gówniara, nie ma pojęcia, co ważyli.

Moja głowa rozpalona wrześnieowym słońcem dołącza się do szukania odpowiedzi. I znajduje pierwszą, która wypada z mózgowej półki - ktoś ważył proszek do zębów. No właśnie, ale jak ten proszek zawieruszył się w głowie?

Pan z zielonym beretem, pchlotargowa arystokracja, sprzedaje ze stoliczka orzełki w koronie i medale za męstwo.

Teraz wdał się w rozmowę z wąsaczem: - I jak się tylko szaro zrobi, to tabuny ich z kundlami przyłazą! Ale gonimy i spie...lają. Życ się nie da.

Dwie alejki dalej kartony z dorobkiem życia jakiejś wymarłej niemieckiej rodziny.

Drogę zastawia tęga pani, taka świeżo od fryzjera, taka w bluzce w rośliny z amazońskiej dżungli: - Tylko jedna siostra żyje, ta najbardziej wredna. Ta, co mnie okradła na mieszkanie. W ogóle co się ze światem dzieje! Mnie to już prawie nikt nie odwiedza - pomstuje, a akompaniują jej Animalsi z kolumny Technicsa.

Gracja w niebieskich kłapeczkach i tatuażem grzechotnika na żylakach utknęła między budką ze swoją kielbasą a pastelem z bukietem irysów: - Jak to zjadł?! Wszystko zjadł?! - desperuje do smartfona. - Przecież tej karkówki było półtora kilo! Na chwilę nie można cię zostawić. Zeżresz sobie tego kundla na obiad.

Dalej chleb żytnio-orkiszowy spod Włocławka, apostołowie w mosiądzu, święta rodzina w drewnie, dziewczynka w warkoczem i włochatym pajakiem, który tuli się do niej drucianymi nogami.

Pan w czerwonej bluzce kupuje kalendarz, nówka, biurkowy, z 1981 roku.

Pan w koszulce z diablem - szczypce do robienia loków na gorąco.

Ja - nożyce do blachy. Bo zawsze marzyłem.

- Czego ty tam szukasz? - emeryt w bejsbolówce pokrzykuje w tłumek zgromadzony pod niemiecką chemią.

- No przecież ciebie. Ciebie cały czas szukam.

Adam Bula

KRÓLICZKI W KLATCE
WIECZNEGO OBURZENIA

Skląnam się do zgody z tymi, którzy wierzą, że kres cywilizacji, jaką znamy, już nastąpił. I że stało się to w dniu, w którym bigtechowe algorytmy zauważyły, że to nie seks, tylko święte oburzenie jest kluczem do powodzenia w sieci.

W sumie szkoda, jednak to, co piszę, to nie jest opinia. To twarda, mierzona od lat na tysiące sposobów prawda o ludzkości. To nie mniej lub bardziej grzeszne podniety grają nam w sieciowej duszy najbardziej. Tylko oburzenie: zwłaszcza to wyrażane tym bardziej wprost, im bardziej anonimowo, tym łatwiej i szybciej, im bardziej stadnie. Bo twoja obecność w sieci jest o tyle cenna, o ile jesteś w niej aktywny. Najbardziej aktywny zaś jesteś - patrz wyżej - gdy się oburzysz. Skrytykować, napiętnować, oskarżać, wyszydzić, potępić, a choćby przynajmniej zająć stanowisko. W gniewie, irytacji, zbulwersowaniu. Synonimów oburzenia mamy już 168, a nowych określić będzie tylko przybywać.

Opowieścią na inną okazję są powody, dla których tak łatwo zrezygnowaliśmy z realu na rzecz świata wyobrażonego w socialmediowych relacjach. Ok, to teza, więc ją zbadać: szybko przypomnij sobie, ile w ostatnim tygodniu miałeś - poza domownikami i pracą, jeśli jeszcze nie pracujesz zdalnie - zapamiętanych (godnych zapamiętania) interakcji w realu, a ile w sieci. Policzyłeś? Wyszło na moje? Zatem teza została dowiedziona, stając się twierdzeniem.

Żyjemy więc coraz bardziej w sieciowej, zwłaszcza socialmediowej, bańce. I wchodząc do tej klatki, naprawdę warto pamiętać, że tu nikt nie chce cichego króliczka skubiącego grzecznie marchewkę w kąciuku: scrollującego strony i profile ku jakiemuś pożytkowi. Władcy sieci potrzebują twojej aktywności, by ją móc na koniec tak czy inaczej zmonetyzować. A skoro okazało się, że do aktywności najszybciej pcha nas oburzenie, więc proszę bardzo: wygrywa ten, kto króliczkowi najsprawniej wystryknie odrobinę wścieklizny.

I tak rozpoczął się błyskawiczny - w skali naszego dużego C, czyli dziejów cywilizacji - proces przerabiania człowieka rozumnego na czło-

wieka emocjonalnego (bardziej precyzyjnie byłoby powiedzieć: rozemocjonowanego). Wzbudzenie bowiem emocji jest priorytetem dla każdej biznesowej aktywności w sieci, bo to one pchają nas do reakcji, a najbardziej z nich - wiem, powtarzam to po raz trzeci - do reakcji prowokuje nas oburzenie. We wszystkich jego formach i odcieniach.

W tym stanie rzeczy najłatwiej mieli politycy, a pionierem i magikiem w dużej skali okazał się Donald Trump na fali nowego, prawicowego populizmu. Który jest tym mniej głupi, im bardziej głupio - w tradycyjnym tego słowa znaczeniu - jest nam przedstawiany. Wyznam, że do pasji doprowadza mnie marudzenie umownego, liberalnego „salonu” na Trumpa, głoszone z pozycji moralno-intelektualnej wyższości.

Bo skoro sugeruję tu intuicję, że - nie rezygnując jeszcze całkiem z rozumu - należą do mniejszości, a przeciwnicy Trumpa swoją argumentacją doprowadzają mnie do stanu, no właśnie - WZBURZENIA - to znaczy tyle, że robią to samo, co Trump, tylko mniej skutecznie, bo trafiają w sieci do zwijającej się niszy. Error!

U nas opisany proces to oczywiście tak naprawdę historia sukcesu PiS w ostatniej dekadzie. I podstawowy klucz do zrozumienia, dlaczego dziś Tuszkowi i całej koalicji 15 X coraz częściej zdarza się „mówić PiS-em”, np. w kwestii obrony granicy z Białorusią.

W mniej niż 20 lat przeszliśmy bowiem - generalizując - od polityków, którzy nie mówili prawdy, starając się przy tym wypaść jak najlepiej, do polityków, którzy kłamią wprost i bezczelnie, starając się jak najmocniej zagrać nam na emocjach, niezależnie od możliwych strat wizerunkowych w mniej istotnych dla nich segmentach rynku.

Sądźcie, że Janusz Kowalski albo Sławomir Mentzen przejmują się tym, na jakich kretynów wychodzą dzień w dzień? Czy profesor Czarnek frasuje się, że po profesorsku bredzi coraz bardziej oderwane od rzeczywistości brednie. Nie, oni nas na zimno prowokują do oburzenia, bo na końcu tej drogi jest zawsze ich apetyt na dietę europośla czy posadę ministra.

Ostatnimi bowiem autentycznymi „głupkami” są ci politycy, którzy usiłują studiować emocje, twierdząc, że działają dla idei. I wymrą oni na długo przed ostatecznym zmierzchem homo sapiens, który szybko oddaje pole motus hominid, wzbudzanemu ustawicznie do ruchu klikaczowi z sieci.

classmate: aila k. o'neill

ROZWIĄZANIE: KTO SIĘ SPIESZY, POTYKA SIĘ.



Magdalena Sobal pokazała skuteczny futbol w Polsce, a teraz ma błyszczeć we Włoszech

Z Tczewa do Juventusu Turyn! Magdalena Sobal podpisała kontrakt ze słynnym klubem

Paweł Stankiewicz
pawel.stankiewicz@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Niesamowity transfer w futbolu kobiecym. Magdalena Sobal przeniosła się z Pogoni Dekpolu Tczew do słynnego Juventusu Turyn.

19-letnia piłkarka podpisała trzyletni kontrakt ze słynnym włoskim klubem. Na debiut w „Juve” będzie musiała jednak poczekać, bo na razie została wypożyczona do Brescii, grającej w Serie B.

Pierwszą Polką grającą w Juventusie była Aleksandra Rompa (z d. Sikora). Kiedy trafiła do Włoch, to najpierw grała w Brescii (2017-18), a następnie właśnie w „Juve” (2018-2020). W reprezentacji Polski rozegrała 79 meczów strzelając

dziewięć goli, a po powrocie do Polski krótko występowała w AP Orlenie Gdańsk.

Teraz Juventus wypatrzył Magdalenę Sobal w Tczewie i podpisał z nią kontrakt bar-dziej w aspekcie przyszłości. Magda po podpisaniu umowy z „Juve” została wypożyczona do Brescii grającej w Serie B.

- Bayern Monachium tak działa, że sprowadza wiele utalentowanych zawodniczek. Może sobie na to pozwolić. Teraz Juventus też zaczyna tak robić, bo nie kojarzę, aby wcześniej tak podchodził do sprawy. Magdę kojarzę z boiska, wyróżniała się w zespole z Tczewa i strzelała dużo bramek. Nie znam jej jednak jako człowieka, nie wiem jak podchodzi do swojej kariery. Jeśli jednak zdecydowała się wyjazd, to ma chyba poważniej-

sze plany i chce się skupić na piłce nożnej. Z mojej perspektywy to bardzo fajne miejsce do rozwoju i spędzenia części życia. Ja z Brescii czy Turynu wywiozłam same pozytywne wspomnienia. Magdzie życzę zdrowia i dobrej formy, a jak jest osobą otwartą dla ludzi, lubiącą poznawać nowe miejsca, to wszystko powinno być w porządku - powiedziała Ola Rompa w rozmowie z „Dziennikiem Bałtyckim”.

Sobal od 2019 roku reprezentowała barwy Pogoni Dekpolu awansując najpierw do pierwszej ligi, a następnie do Orlenu Ekstraligi kobiet. W sumie w barwach Pogoni strzeliła 135 bramek. W sezonie 2022/23 strzeliła 18 goli i zajęła drugie miejsce w klasyfikacji najlepszych strzelczyń Ekstraligi. W poprzednim sezonie za-

grała w 19 meczach i zdobyła 11 bramek. Magda grała w młodzieżowej reprezentacji Polski, ma za sobą też debiut w pierwszej reprezentacji.

Dla Pogoni Dekpolu Tczew odejście Sobal to na pewno bardzo duże osłabienie siły ataku. W klubie będą musieli sobie z tym poradzić. Z drugiej strony Magda była jednak piłkarką bardzo skuteczną i to było oczywiste, że przyjdzie czas, że będzie chciała sprawdzić się na arenie międzynarodowej. I ten czas przyszedł właśnie teraz. Dla klubu z Tczewa to jednocześnie wielki powód do dumy, że zawodniczka z Pogoni Dekpolu została dostrzeżona przez słynny Juventus. I jej przykład będzie godny do naśladowania dla koleżanek z zespołu.

©P

REKLAMA0010985611

Nekrologi i kondolencje

przyjmowane są od poniedziałku do piątku w godzinach 8.30-15.30

- bepośrednio w Biurze Ogłoszeń, **Gdańsk, Połęża 3, tel. 58/300 32 11**
- drogą mailową: **nekrologi@prasa.gda.pl**
- poprzez Internetowe Biuro Ogłoszeń **ibo.polskapress.pl**
- w zakładach pogrzebowych współpracującymi z Dziennikiem Bałtyckim
 - PPU Zielen, Gdańsk, Partyzantów 76**
www.zielen.pl, tel. 58/341-20-71 do 73
 - ZDiZ w Sopocie Cmentarz Komunalny, Malczewskiego 31**
tel. 58/551-03-50, biuro@cmentarz.sopot.pl
 - Zarząd Cmentarzy Komunalnych w Gdyni**
ul. Witomińska 76, tel. 58/660-89-50, www.zck.pl

nekrologi.net

0011163113

Z głębokim żalem przyjęliśmy wiadomość o śmierci wieloletniego Prezesa naszej Spółki, zasłużonego Gdańszczanina

Andrzeja Rosińskiego

Kondolencje Rodzinie przesyła Zarząd i Pracownicy

Conti Co sp. z o.o.

0011162907

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że dnia 2 września 2024 r. do Domu Pana odszedł ukochany Mąż, Ojciec, Dziadek i Teść

Ś T P

Andrzej Rosiński

mgr inż.

Msza Św. żałobna odbędzie się w sobotę, 7 września 2024 r. o godz. 13:30 w Bazylice św. Mikołaja w Gdańsku.

Pogrążeni w smutku żona, córki, wnuki i zięć

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne? Telefonicznie: 800-472-852, 58 300 32 17 i zapłacić kartą kredytową
Przez internet: ibo.polskapress.pl
W Biurze Ogłoszeń

Biuro Ogłoszeń:
Gdańsk, Połęża 3, tel. 58/3003 211

Handlowe

MATERIAŁY OPAŁOWE

DREWNO opałowe świeże sprzedam: świerk, sosna-180zł, osika-200zł, olcha-230zł, brzoza lub dąb 260zł, buk-280zł, grab-290zł -metr nasypowy polupany z transportem, woj. pomorskie, tel. 723-894-857

Nieruchomości

DOMY - KUPIĘ

SKUP nieruchomości, również zadłużonych, za gotówkę, 518-878-010

DOMY - DO WYNAJĘCIA

WYNAJME domek jednopokojowy- Gdańsk, Olszyńska, tel. 512-647-860

GARAŻE

GARAŻE blaszane, bramy garażowe, kojce dla psów. Transport, montaż gratis. Raty, www.konstal-garaze.pl, 55/621-23-38, 58/500-53-46, 512-853-323

Motoryzacja

SAMOCHOODY OSOBOWE- KUPIĘ

ABA auta całe, uszkodzone kupię zaniedbane powypadkowe. Najlepiej płacimy, całe pomorskie 514-514-610

Praca

ZATRUDNIĘ

NIEMCY, cieśla, murarz, malarz, hydr., spawacz, op. kop., dźwig. 601-218-955

SZUKAM PRACY

OGRODNIK tel.: 606 180 380

Usługi

AGD RTV FOTO

POGOTOWIE telewizyjne, 58/629-02-33

BUDOWLANO-REMONTOWE

A do Z awarie dach, blachy, kominy, papy, rynny, malowanie, 517-744-487

CYKLINOWANIE bezpyłowe 504 641 458

MALUJĘ tanio i solidnie 608 788 280

Sufity Podwieszane: Napinane, Kasetonowe, Rastrowe, Gipsowe, Ścianki Gipsowe "Sufitex" 604-944-094, 58-558-25-65 www.sufitex.pl

ŻALUZJE. Rolety 501-005-692

KOMPUTEROWE

Laptopy, Komputery SERWIS **Tanio, Dojazd, tel. 505-558-579**

NAPRAWA drukarek, notebooków, laptopów, monitorów, UPS-ów, faxów, zasilaczy, niszczarek, Pruszc Gdański, (58)683-04-04, 501-785-500

INNE

TRUDNE kredyty? Zadzwoń - Prawnik 784 633 042

Turystyka

KRAJ

GÓRY

Beskidy, turnus Wielkanocny, 1100 zł, w górach koło Wadowic, tel.: 517-958-006.

PROMOCJA - pobyt - 85 zł ze śniadaniem. TYLICZ k/Krynicy G., pok. z łaz.+TV, bilard, parking, 730-007-166

MORZA

DANA - USTRONIE MORSKIE. Tanie wczasy z wyżywieniem dla Seniorów. 601-585-510 www.danaustronie.pl

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

Rolnicze

ZWIERZĘTA HODOWLANE

KURKI nioski dowóz 669765170

Matrymonialne

BIURO "Serduszka Dwa" 883-783-782

Różne

STARE książki- skup 881-934-948

AUTOPROMOCJA

Dziennik Bałtycki

Gotuj się na **sobotę**
W magazynie „Weekend z rodziną” smaczne domowe przepisy dziennikbaaltycki.pl

eprasa.pl 39a2e7edda

TENIS ŚWIĄTEK PRZEGRZAŁ Z PEGULĄ, FATALNIE SERWUJĄC I POPEŁNIAJĄC MASĘ NIEWYMUSZONYCH BŁĘDÓW

Iga „rozsypała się” w ćwierćfinale

Jacek Kmieciak
redakcja@polskapress.pl

Liderka światowego rankingu Iga Świątek nie dotarła do półfinału US Open. W ćwierćfinale przegrała z Amerykanką Jessicą Pegulą z 2:6, 4:6.

Iga Świątek ćwierćfinał z Jessicą Pegulą rozpoczęła fatalnie. Dwukrotnie dała się przełamać przeciwniczce i przegrywała już 0:4. Chociaż większość kibiców wspierała Amerykankę, zapadła oszołomiona cisza po słabym starcie numer 1 na świecie. Dopiero przy swoim trzecim serwisie Świątek urwała gema Peguli bez straty punktu. Potem wygrała jeszcze jedno podanie i po 37 minutach było 2:6.

Początkowo, mimo popełnianych błędów, Iga zachowywała spokój, z czasem widać jednak było, że ogarnia ją frustracja. Sytuację starał się ratować trener Tomasz Wiktorowski, wykrzykując wskazówki.

- Kiedy przegrywałam 0:4 w pierwszym secie, starałam się

wykonywać tę samą pracę, co zwykle. Naprawdę nie rozumiałam, dlaczego mój serwis nie działał. Trudno mi było znaleźć, powiedzmy, właściwe rozwiązanie tego problemu - powiedziała mistrzyni US Open z 2022 roku.

Po przegranym pierwszym secie Świątek tradycyjnie opuściła kort, biorąc długą przerwę toaletową.

Druga partia była bardziej zacięta i wyrównana. Polka poprawiła serwis, ale wciąż popełniała wiele niewymuszonych błędów. Wprawdzie oddała prowadzenie rywalce na 1:2, ale dokonała rebreaka i wyrównała. Następnie zawodniczki wygrały swoje podania i w siódmym, najdłuższym gemie meczu Iga ponownie dała się przełamać przy trzecim break poincie, co zadecydowało o ostatecznym wyniku.

Do końca seta Świątek i Pegula wygrywały już swoje serwisy.

W finałowym gemie Amerykanka prowadziła już 40:0. Zryw Świątek pozwolił jej obronić dwie piłki meczowe, ale



Najlepsza rakietka świata Iga Świątek nie powtórzy sukcesu sprzed dwóch lat z US Open. W tegorocznym nowojorskim szlemie odpadła w ćwierćfinale z Jessicą Pegulą 2:6, 4:6

przy trzeciej popełniła ostatni w turnieju niewymuszony błąd, gdy za szeroko zagrała piłkę i nie trafiła w kort.

- Ona ma trudną piłkę, bo jest dość niska i płaska. Tak naprawdę nie zmieniała niczego

w swojej grze, nie da się zmienić czegoś tak szybko. Zmuszała mnie do popełniania błędów i wywierała na mnie presję, ale sama błędów nie popełniała. Ja też na nią wywierałem presję, próbowałem się opanować, ale

popełniałem za dużo błędów - przyznała po meczu Świątek.

- Byłam w ćwierćfinale tyle razy i po prostu przegrywałam. W końcu mogę powiedzieć, że jestem półfinalistką - skomentowała Pegula.

O porażce Świątek zdecydowała bardzo duża liczba niewymuszonych błędów oraz kiepska dyspozycja serwisowa. Obie zawodniczki miały po 12 zagrań wygrywających, ale niewymuszonych błędów Polka popełniła aż 41 (więcej niż łącznie w trzech poprzednich meczach) wobec 22 Peguli.

Iga nie miała w tym meczu żadnego asa, popełniła dwa podwójne błędy i wykorzystała jeden z trzech break pointów. Pegula również nie wykonała asa, zanotowała jeden podwójny błąd i wykonała cztery przełamania z ośmiu.

Był to dziesiąty mecz tych tenisistek i czwarta wygrana Peguli.

Polska pięciokrotna mistrzyni Wielkiego Szlema opuści Nowy Jork z wypłatą 530 tysięcy dolarów za ćwierćfinał. Zwycięzcy otrzyma 3,6 miliona dolarów, a finalistka 1,8 mln USD.

W poniedziałkowym notowaniu rankingu Świątek nadal będzie zdecydowaną liderką. ©P

„Piłkarskie Orły”. Sierpień dla Mateusza

Paweł Stankiewicz
pawel.stankiewicz@polskapress.pl

Mateusz Borowski z czwartoligowego Gromu Nowy Staw był bohaterem piłkarskich zmagani w sierpniu na Pomorzu.

Strzelił aż dziesięć goli i wygrał w minionym miesiącu w naszym rankingu „Piłkarskie Orły”. To niespodzianka, bo pokonał piłkarzy ekstraklasowej Lechii Gdańsk i pierwszoligowej Arki Gdynia. To pokazuje piękno naszego rankingu.

Rozgrywki czwartej ligi na Pomorzu wystartowały na początku sierpnia i Mateusz Borowski od początku pokazywał znakomitą formę strzelecką. Jego skuteczność była naprawdę imponująca, a w efekcie miesiąc zamknął

z dorobkiem dziesięciu goli. To pozwoliło mu wygrać ranking za poprzedni miesiąc. Po zastosowaniu naszego przelicznika za strzelane bramki zakończył rywalizację z przewagą jednego punktu nad zawodnikami Arki Gdynia.

Ze znakomitej formy strzeleckiej cieszy się oczywiście sam zawodnik, ale też koledzy z drużyny, trenerzy oraz kibice zespołu z Nowego Stawu. Grom jest liderem tabeli w czwartej lidze, drużyna strzeliła 17 goli, z czego właśnie dziesięć zapisał na swoim koncie Mateusz.

Jeśli Borowski utrzyma tę znakomitą skuteczność także w kolejnym miesiącu, a jest to możliwe, to nadal będzie dużą konkurencją dla piłkarzy z wyższych klas rozgrywkowych. Grom chce awansować do trzeciej ligi i widać, że drużyna

 PIŁKARSKIE ORŁY 24					
NAJLEPSI STRZELCY SIERPNIA					
POMORSKIE					
MIĘSCIE	ZAWODNIK	LICZBA BRAMEK	KLUB	LIGA	PUNKTY ŁĄCZNE
1	MATEUSZ BOROWSKI	10	GROM NOWY STAW	IV	6,25
2	JOAO PEDRO ABREU DE OLIVEIRA	3	ARKA GDYNIA	I	5,25
2	KAROL CZUBAK	3	ARKA GDYNIA	I	5,25
4	PATRYK SOBOCZYŃSKI	4	CARTUSIA KARTUZY	III	4,00
5	SZYMON SOBCZAK	2	ARKA GDYNIA	I	3,50
6	MACIEJ OREGOREK	5	ANIOŁY GARCZEGORZE	IV	3,125
7	MICHAŁ BISKUP	2	CHOJNICZANKA CHOJNICE	II	3,00
8	BARTOŚ ZALEWSKI	4	CZARNI PRUSZCZ GDARŃSKI	IV	2,50
8	DAWID KIELPIŃSKI	4	BYTOVIA BYTÓW	IV	2,50
8	JANUSZ BURDYKOWSKI	4	JAGUAR GDAŃSK	IV	2,50
8	OSKAR KRYŻA	4	JAGUAR GDAŃSK	IV	2,50
8	PAWEŁ CZYCHOWSKI	4	JAGUAR GDAŃSK	IV	2,50

świetnie funkcjonuje, a właśnie Borowski jest odpowiedzialny za strzelanie bramek. W sierpniu wysłał sygnał swoim bardziej znanym kolegom z innych pomorskich zespołów, że trzeba będzie się z nim liczyć w rankingu „Piłkarskie Orły”.

Zawodnika z Nowego Stawu starali się gonić głównie gonić piłkarze Arki Gdynia. W sierpniu po trzy razy na listę strzelców wpisali się Joao Oliveira oraz Karol Czubak. Zabrakło im po jednym golem, aby pokonać Borowskiego. Rywalizacja była jednak niezwykle wyrównana i pełna emocji. Czubak przegrał wprawdzie z Borowskim w poprzednim miesiącu, ale prowadzi w pomorskim rankingu w 2023 roku.

Arka ma jeszcze jednego swojego przedstawiciela w czołowej „10”, bo piąte miejsce zajął Szymon Sobczak. Poza tym

w gronie najlepszych strzelców na Pomorzu znajdują się gracze Chojniczanki oraz klubów czwartoligowych.

Nie ma w rankingu piłkarzy Lechii Gdańsk, dla których sierpień na pewno nie był udanym miesiącem. Żaden z graczy nie strzelił więcej niż jednego gola. Lechia ostatnio wygrała, więc może zawodnicy pokażą się we wrześniu.

Celem rankingu jest wyłonienie najlepszych strzelców biorąc pod uwagę gole zdobyte na poziomie: ekstraklasy/ekstraligi, I, II, III, IV ligi oraz w Pucharze Polski, a także w europejskich pucharach. Przypominamy współczynniki: dla ekstraklasy/ekstraligi - wynosi 2; dla I ligi - 1,75; dla II ligi - 1,5; dla III ligi - 1; dla IV ligi - 0,625; dla Pucharu Polski - 2; dla europejskich pucharów - 2,5. ©P



RANKING



PATRONAT
HONOROWY



PARTNER
MERYTORYCZNY



SPORT

www.sportowy24.pl

Lechia szuka, ale łatwo nie jest

Paweł Stankiewicz
pawel.stankiewicz@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. W piątek o północy zostanie zamknięte okno transferowe w Polsce. To zatem ostatnie chwile dla Lechii Gdańsk, aby jeszcze wzmocnić zespół na dalszą część rundy.

Lechia wreszcie się przełamała w tym sezonie w PKO Ekstraklasie i wygrała w Zabrzu z Górnikiem 3:2. Ta wygrana jednak niczego nie zmienia w kontekście koniecznego wzmocnienia zespołu.

Rozmowy nie są łatwe i nawet jak pojawia się opcja pozyskania jakiegoś zawodnika, to zaraz przestaje być aktualna. Lechia szuka napastnika i prawego obrońcy, ale nie zrobi nic na siłę. Może być tak, że przed zamknięciem okna transferowego do zespołu prowadzonego przez trenera Szymona Grabowskiego trafi dwóch nowych piłkarzy - i też właśnie dwie opcje są otwarte - ale nie można wykluczyć, że drużyna grać będzie do końca rundy jesiennej w aktualnym składzie. W klubie na pewno liczą, że po Bohdanie Wjunnyku

a najbliższym czasie swoją jakość piłkarską pokaże także Serhij Bułeca. Trwa też oczekiwanie na powrót kontuzjowanych zawodników. Po przerwie na kadrę do dyspozycji sztabu powinni być Louis D'Arrigo oraz Maksym Chłań, który z powodu urazu kostki nie zagrał w Zabrzu.

- Oczywiście, że chcemy wzmocnić zespół. Prowadzimy różne rozmowy, choć na teraz nie ma konkretów. Przed zamknięciem okna transferowego w każdej chwili może coś się wydarzyć. Jeśli chodzi o zawodników kontuzjowanych, to w wersji optymistycznej za około miesiąc powoli może już wracać Tomasz Bobek - powiedział „Dziennikowi Bałtyckiemu” Jakub Chodorowski, członek zarządu i dyrektor do spraw sportu w Lechii.

Lechia była zainteresowana Arkadiuszem Pyrką z Piasta Gliwice, ale sam zawodnik i jego menedżer bardziej celują w transfer zagraniczny. W gdańskim klubie raczej podchodzili, że szansa na realizację transferu jest mało realna. Zresztą za piłkarza trzeba byłoby zapłacić, a oczekiwania Piasta raczej nie mieściłyby się

PIŁKA NOŻNA

W czwartej lidze na Pomorzu rozegrana zostanie szósta kolejka w sezonie 2024/25.

Program szóstej kolejki czwartej ligi pomorskiej: Wi-
kęd Luzino - Sparta Sycewi-
ce (7.09, godz. 12), Grom No-
wy Staw - Pomezania Mal-
bork (7.09, godz. 13), Stolem
Gniewino - KP Starogard

Gdański (7.09, godz. 17), Po-
goń Lębork - Jaguar Gdańsk
(7.09, godz. 17), Chojniczanka II Chojnice - Kolejarz
Chojnice (8.09, godz. 11), Su-
pra Kwidzyn - Bałtyk Gdynia
(7.09, godz. 17), Radunia Stę-

życa - Wierzyca Pelplin (7.09,
godz. 11), Anioły Garczego-
rze - Czarni Pruszcz Gdański
(7.09, godz. 15), Gryf Wejhe-
rowo - Bytovia Bytów (7.09,
godz. 17).
(stan)

PIŁKA RĘCZNA

Pierwsze punkty zespołu Wybrzeża Gdańsk.

Wybrzeże Gdańsk pokonało na wyjeździe Energę MKS Kalisz 30:30 (rzuty karne 4:3 dla Wybrzeża) w meczu Or-lenu Superligi.
(stan)



Tomasz Bobek być może pomoże drużynie Lechii na boisku w październiku

w możliwościach finansowych Białozielonych.

Wciąż na rozwiązanie czeka sprawa Luisa Fernandez, w której nic się nie zmieniło. Hiszpan jest piłkarzem Lechii, a trenuje indywidualnie. Rozmowy z Fernandezem osobiście prowadzi prezes Paolo Urfer.

Tymczasem Toyota Carter Gdańsk i Carter Chodzież Gdańsk-Kowale wraz z Lechią

Gdańsk organizują festyn rodzinny. Wydarzenie pod hasłem „Razem w drodze i na boisku” odbędzie się na terenie salonu Toyota Carter Chodzież Gdańsk-Kowale przy ul. Mag-nackiej 9. Warto przyjść, spotkać piłkarzy i wziąć udział w festynie.

Festyn „Razem w drodze i na boisku” to wyjątkowa okazja, aby wraz z najbliższymi spotkać piłkarzy Lechii Gdańsk,

poznać najnowsze, ekologiczne modele Toyoty, wziąć udział w licznych atrakcjach i wygrać fantastyczne nagrody. Na spotkaniu mają pojawić się czołowi zawodnicy Białozielonych. Będzie okazja spotkać swoich ulubieńców, porozmawiać czy też zdobyć autografy bądź zrobić sobie wspólne zdjęcia. Będzie też spotkanie z klubową maskotką, a w programie dla chętnych będą gry i zabawy

z udziałem piłkarzy Lechii. Najmłodsi będą mieli swoją strefę zabaw z piłkarskimi dmuchańcami, możliwością sprawdzenia umiejętności w grze w piłkarzyki, a animatorzy zadbają o to, aby dzieci bawiły się jak najlepiej.

Na wydarzeniu nie zabraknie również strefy relaksu, w której będzie można skorzystać z oferty foodtrucków. Nie zabraknie także napojów i lodów. Będą też przygotowane pufy i leżaki, aby wypocząć przy muzyce.

Bardzo ważnym punktem dnia będą konkursy z atrakcyjnymi nagrodami. Do wygrania będą m.in. piłkarskie upominki, weekend z najnowszym modelem Toyoty oraz bilety na mecze Lechii Gdańsk. Ponadto osoby, które zdecydują się na zakup samochodu podczas festynu, otrzymają voucher na pierwszy przegląd lub powłokę lakierniczą gratis, koszulkę z autografem zawodników oraz wyjątkowe przekazanie kluczyków przez piłkarza Lechii w dniu odbioru auta.

Festyn odbędzie się w sobotę w godz. 10-15, a piłkarzy Lechii będzie można spotkać w godz. 11-14. ©©

Mikołaj Witliński: Mamy sezon bogatszy o europejskie puchary

Rafał Rusiecki
rafal.rusiecki@polskapress.pl

KOSZYKÓWKA. Mikołaj Witliński spodziewa się, że nowe rozgrywki będą bardzo wymagające dla Trefla Sopot. Mistrzowie Polski grać będą w Orlenie Baskiecie Lidze oraz Pucharze Europy.

Naładował pan magazyn energii na rywalizację w nadchodzącym sezonie w Orlenie Baskiecie Lidze i EuroCupie? Tak, jak najbardziej. W wakacje były bardzo udane, w dobrych humorach. Szybko minęły, bo jak się mówi, szczęśliwi czasu nie liczą. Zdążyłem jednak wypocząć, zresetować głowę. Jest pełna gotowość i zwartość na następny sezon.

Rozumiem, że do nowych rozgrywek podchodzicie z nastawieniem obrony tytułu mistrzowskiego? Kto pana zdaniem może pokrzyżować te

szczyty? Czy to będzie znowu Anwil Włocławek, czy może King Szczecin?

Przed nami dużo większe wyzwanie, ponieważ jesteśmy stawiani w zupełnie innej roli. Nie jesteśmy w grupie, która może coś zrobić, tylko jako zespół, który broni tytułu. To zmienia postać rzeczy. Utrzymać się na szczycie jest trudniej, niż na niego wejść. To ciężkie zadanie. A najgroźniejsi rywale, którzy mogą nam zagrażać? Myślę, że podrażniony wicemistrz Polski, który na papierze wygląda świetnie i zrobił bardzo dobre zakupy tego lata (King Szczecin - przyp.). Legia Warszawa będzie pewnie też solidna. Anwil Włocławek zrobił obfite transfery. Śląsk Wrocław jest waleczny i w ostatnich latach pokazywał, że nie bez przypadku zdobywa medale sezon po sezonie. Te ekipy na pewno będą bardzo ciężkie do przejścia i będą chciały coś wygrać



Mikołaj Witliński w otoczeniu kibiców podczas fety po zdobyciu mistrzostwa Polski przez Trefl Sopot

w tym sezonie. Konkurencja jest niesamowita, więc nie możemy się skupiać na jednym czy dwóch rywalach.

Przerwa pomiędzy sezonami w koszykówce to zawsze dużo zmian w kadrach zespołów. Musicie zbudować się

na nowo, bo w Treflu są nowi zawodnicy. Jak to wygląda po pierwszych wspólnych treningach?

Myślę, że to też jest kwestia długiego procesu. To dopiero początki. Większość składu zostało - sześciu, siedmiu zawodników z poprzedniego se-

zonu. To też nam ułatwia, ponieważ znamy założenia trenera. Jego wymagania, jego ambicje i podejście do koszykówki. Mamy trzech nowych zawodników, którzy dołączyli i poznają to na nowo. Jest to na pewno dla nich trudne. Nikt nie będzie od nas oczekiwał, że w październiku będziemy grali o mistrza Polski. Mamy sezon bogatszy o europejskie puchary. Myślę, że to też będzie niezwykle cenne doświadczenie dla nas, jako zawodników, drużyny i klubu. Będzie dodatkowo aż 18 meczów na niesamowicie wysokim poziomie. W długofalowej perspektywie to nam pomoże w walce o mistrzostwo. Łatwo nie będzie, ponieważ zaraz wpadniemy w karuzelę meczów, wyjazdów. Czeka nas ciężki sezon pod kątem fizycznym i mentalnym.

A jak będzie z tym podejściem do grania na dwóch frontach?

Będziecie chcieli się pokazać w polskiej lidze, ale na pewno także w EuroCupie. Jak pogodzić to wszystko?

Trener nas już uprzedził i rozmawialiśmy o tym, że tutaj nie będzie wybierania meczów. Czy EuroCup, czy liga polska, to każde spotkanie będzie dla nas meczem walki. Wyniki w PLK nie mogą być później usprawiedliwiane występami w Pucharze Europy. Mamy 10-osobowy zespół i to będzie kluczowe dla rozkładania sił. Będzie rotacja, każdy będzie miał swoją szansę, zdobywał minuty na parkiecie. Każdy te swoje „pięć minut” będzie chciał wykorzystać na maksa.

Trener Żan Tabak się zmienił? Czy nadal jest taki srogi?

Myślę, że nie zmienia się pewnych rzeczy, które działają i prowadzą do sukcesu. Jeśli założenia się sprawdzają, to nie ma sensu się zmieniać jako człowiek. ©©