

Już 19 grudnia, z najbliższym wydaniem magazynowym
Dziennika Łódzkiego, nasi Czytelnicy dostaną w prezencie

ŚPIEWNIK KOŁĘD



Dziennik ŁÓDZKI

Środa,
17.12.2025

Wydanie A B C D
Nr 292 (27159)

www.dzienniklodzki.pl
Cena 5,20 zł (w tym 8% VAT)

Kolekcja Richarda Demarco, wyjątkowy dar dla Muzeum Sztuki, dotarła do Łodzi **str. 5**

Medale pięściarzy Z ŁKS, Gardy, Victorii, Dynamitu na podium mistrzostw Polski **str. 20**

Żałoba po zabójstwie 11-letniej dziewczynki **str. 6**

Nr ISSN 2353-6187

Nr indeksu 350-044



TOMASZÓW MAZOWIECKI

Płk Piotr Gołos został nowym dowódcą elitarniej 25. Brygady Kawalerii Powietrznej **str. 4**

Łódzkie

Klienci bez okien, pracownicy bez pensji. Co się dzieje w firmie Petecki? **str. 2**

Przestępczość

Łódzcy policjanci rozpracowali fabrykę amfetaminy, dwie osoby zatrzymane **str. 3**

PROKURATURA W GRĘ WCHODZI KWOTA 100 TYS. ZŁ Z ŁSSE

Prezes Fundacji Życie wyłudził dotację?

Wiesław Pierzchała
Łódź

Na ławie oskarżonych zasiądzie 51-letni Michał O., prezes Fundacji Życie w Łodzi. Prokuratura zarzuca mu, że wyłudził 100 tys. zł od Łódzkiej Specjalnej Strefy Ekonomicznej. Akt oskarżenia wpłynął właśnie do Sądu Okręgowego w Łodzi.

Z ustaleń Prokuratury Rejonowej Łódź - Śródmieście wynika, że Michał O. jako prezes fundacji w 2023 roku otrzymał od strefy dofinansowanie w wysokości 100 tys. zł na zorganizowanie siedmiu biegów charytatywnych pod hasłem „Biegi dla bohaterów 600-lecie Łodzi”. Pieniądze trafiły na konto fundacji i nie zostały wydane zgodnie z zawartą umową.

Tak twierdzą śledczy, którzy ustalili, że część otrzymanej dotacji wypłacono z konta fundacji, a resztę poddano transferom w celu ukrycia przestępstwa. Z dokumentów wynikało, że część pieniędzy otrzymali wolontariusze

na pomoc przy organizacji „Biegów dla bohaterów”. Tymczasem zdumieni wolontariusze oznajmili, że żadnych biegów nie organizowali, a jeśli już to jedynie... pielgrzymkę na Jasną Górę, za co i tak nie dostali pieniędzy. Zaznaczyli też, że to nie ich podpisy widnieją na dokumentach w sprawie biegów.

Prokuratura oskarżyła prezesa O. nie tylko o wyłudzenie pieniędzy ze strefy,

lecz także o poświadczenie nieprawdy co do ich wydania oraz posługiwanie się podrobionymi dokumentami w formie rachunków. Podczas przesłuchania Michał O. nie przyznał się do winy i odmówił złożenia wyjaśnień. Po jego zatrzymaniu prokuratura zastosowała dozór policyjny oraz zabezpieczenie majątkowe. Chodziło o obciążenie hipoteką przymusową jego nieruchomości.



Michał O. nie przyznał się do winy i odmówił złożenia wyjaśnień

REKLAMA

0111419939



LOTTERIA Świąteczna

Prawie 4000 nagród!

4x Sztabka złota 100 g

2x Toyota C-HR



Winto!

Szczegóły i regulamin na lotteriaswiateczna.pl. Okres sprzedaży promocyjnej trwa od 25 listopada do 31 grudnia 2025 r. Organizator loterii: Totalizator Sportowy Sp. z o.o., ul. Targowa 25, 03-728 Warszawa.

18+

Jutro w naszej gazecie Pod paragrafem

● „Rambo” wszedł na ekrany amerykańskich kin w 1982 roku i odniósł gigantyczny sukces. Nic dziwnego, że szybko powstała kontynuacja

Zamów prenumeratę

Dziennik Łódzki ☎ 42 715 80 68
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.dzienniklodzki.pl



Przed świętami młodzież CKZiU w Łodzi kolęduje przed swoją szkołą

Tym razem szkolna przerwa świąteczna będzie rekordowo długa

Magdalena Jach
Edukacja

Łódzcy uczniowie już odliczają dni do przerwy świątecznej na Boże Narodzenie. Nowy Rok i... Trzech Króli. Układ kalendarza sprawia, by ta przerwa wydłużyła się niemal do trzech tygodni.

Ostatni dzień zajęć uczniowie mają 19 grudnia. Zimowa przerwa świąteczna została wyznaczona na 22-31 grudnia 2025 r. Potem jest wolny 1 stycznia - Nowy Rok, ale na tym nie koniec... Czy uczniowie ruszą do szkoły 2 stycznia?

- My nie - cieszą się uczniowie XXVII O w Łodzi. - Mamy wolne aż do Trzech Króli, czyli do 6 stycznia.

W większości szkół będzie podobnie. Jak to możliwe?

Resort edukacji przewiduje 10 dni przerwy szkolnej, od poniedziałku 22 grudnia do środy 31 grudnia. Niemal od razu po zakończeniu szkolnej przerwy w kalendarzu mamy kolejne dni wolne: 1 stycznia - Nowy Rok, 3 i 4 stycznia - weekend, 6 stycznia - Święto Trzech Króli.

Może to oznaczać, że uczniowie wracają na lekcje 2 stycznia, a po jednym dniu szkoły znów czeka ich przerwa związana ze świętem.

Największą niewiadomą są 2 stycznia (piątek) oraz 5 stycznia (poniedziałek). To dni, które dyrektor szkoły może - ale nie musi - ogłosić jako dni dyrektorskie, czyli dodatkowe wolne od zajęć dydaktycznych. Jeśli jednak tak zdecyduje, uczniowie będą mieć wolne od soboty 20 grudnia aż do środy 7 stycznia. To aż 18 dni bez lekcji.

Liliana Bogusiak-Jóźwiak
Łódzkie

Przemysław Nowak w sierpniu zapłacił firmie Petecki 80 tys. zł zaliczki na okna, rolety, drzwi zewnętrzne i bramę garażową. Do dziś nie ma ani stolarki ani pieniędzy. Urwał się również kontakt z firmą.

W identycznej sytuacji jak on są jeszcze dwie osoby, które zgłosiły się do naszej redakcji z Łodzi, Łasku i Gostynina. Kolejni zgłaszają się, bo firma nie wypłaca im wynagrodzeń i stracili już nadzieję, że to się zmieni. Doniesieniami w sprawie możliwości popełnienia przestępstwa, w których przewijają się nazwy trzech firm Petecki zasypywane są prokuratury w naszym okręgu.

- 1 sierpnia podpisałem umowę na montaż okien, rolet, drzwi zewnętrznych oraz bramy garażowej z firmą Petecki w jej siedzibie - opowiada Przemysław Nowak. - W umowie miałem zapisany termin 10 września jako gotowość wykonania usługi.

Jak mówi dalej klient firmy Petecki w tej spółce już po raz kolejny robił zakupy i wcześniej miał dobre doświadczenia. Przekonało go również to, że za zamówienie miał zapłacić o ponad 10 proc. mniej niż w konkurencyjnych firmach.

- Termin zapisany w umowie minął i wobec braku kontaktu z firmą zacząłem się niepokoić - opowiada dalej. - Chciałem za-



Łódzianin poinformował o straconych pieniądzach prokuraturę

mnąć budowę przed zimą. Kilka razy pojechałem do siedziby firmy z pytaniami. W końcu skontaktowałem się z mną właściciel. Przeprosił i obiecał, że będzie za tydzień, dwa. Wtedy przestał dzwonić i odbierać telefony. Nie dostałem faktury.

Przemysław Nowak okna musiał kupić w innej firmie. Przystój na budowę trwa 3 miesiące. Wypowiedział umowę. Oczekuje zwrotu zaliczki z odsetkami. Okazało się, że firma jest w restrukturyzacji, a on nie może nic zrobić.

Do prokuratury w okręgu łódzkim wpływają doniesienia od pracowników i kontrahentów firmy Petecki. Wszystkie przekazywane są do Prokuratury Okręgowej w Łodzi.

- Jest ich wiele - mówi u prokurator Paweł Jasiak, rzecznik

prasowy Prokuratury Okręgowej w Łodzi. - Będą podejmowane dalsze decyzje w tej sprawie.

Nie tylko w Łodzi mają problemy

O tym, że w firmie Petecki nie dzieje się dobrze można przeczytać na stronie Urzędu Miasta Gostynina. Jak się dowiadujemy 3 października u burmistrza odbyło się spotkanie z przedstawicielami firmy Petecki. Zorganizowano je po tym, jak do urzędu zaczęli się zgłaszać pracownicy firmy Petecki (w mieście jest fabryka) zaniepokojeni sytuacją w zakładzie. Część z nich nie otrzymała wynagrodzenia, obawiali się o to, czy będą mieli pracę.

„W obliczu narastających problemów Burmistrz Miasta podjęła działania zgodne z kompe-

tencjami samorządu, mające na celu wsparcie mieszkańców i próbę wyjaśnienia sytuacji dla tego skierowała do firmy pismo w sprawie dalszych losów zakładu i osób tam pracujących” - czytamy na stronie urzędu.

Dłużnicy się zgłaszają

Na serwisie stworzonym przez kancelarię adwokacką, która pełni funkcję nadzorca układu (czyli w postępowaniach restrukturyzacyjnych odpowiada za monitorowanie i wspieranie dłużnika w realizacji układu z wierzycielami) można się dowiedzieć, że serwis został stworzony w celu zapewnienia wszystkim wierzycielom trzech spółek Petecki - Petecki sp. z o.o., Petecki Investment oraz Petecki Enterprises, stałego dostępu do akt dotyczących restrukturyzacji spółek. Dostęp do akt jest możliwy od 10 grudnia.

„Postępowanie otwiera się wobec dłużników niewypłacalnych lub zagrożonych niewypłacalnością. (...) W przypadku spółek Petecki zaszło zagrożenie, że stracą zdolność do realizowania swoich zobowiązań pieniężnych. Postępowanie o zatwierdzenie układu stanowi formę pomocy zarówno dla dłużnika, jak i wierzycieli” - czytamy na stronie kancelarii adwokackiej.

10 grudnia wysłaliśmy prośbę o kontakt do firmy Petecki prosząc o ustosunkowanie się do tych kwestii. Odpowiedzi nie otrzymaliśmy.

Pogoda w regionie

Dzisiaj		Jutro	
Dzień	Noc	Dzień	Noc
7°C	0°C	7°C	1°C
Barometr 1019 hPa		Piątek	
Wiatr pld-zach., 20 km/godz.			
Biomet korzystny		Dzień	Noc
		7°C	1°C
		Sobota	
		Dzień	Noc
		5°C	2°C

Do świąt temperatura na plusie, później nocne przymrozki do -5 stopni

17 GRUDNIA 2025

Dziś 351. dzień roku.
Do sylwestra zostało 14 dni.

Wschód słońca w Łodzi
o godz. 7.43, a zachód o godz. 15.34. Dzień będzie trwał 7 godz. 51 min. 13 sekund i będzie dłuższy od najkrótszego dnia w roku o 45 sekund

Dzisiaj imieniny obchodzą:
Florian, Jan, Łazarz, Łukasz, Modest i Olimpia

Cytat na dziś:
„Gdy dwaj robią to samo, to nie jest to samo” - Terencjusz

KALENDARIUM

1538

Papież Paweł III ekskomunikował króla Henryka VIII Tudora. Anglia oderwała się od Kościoła katolickiego

1955

Założono Totalizator Sportowy, przedsiębiorstwo, którego głównymi obszarami działalności są gry liczbowe i loterie pieniężne, w tym Lotto



FOT. PRZEMYSŁAW ŚWIDERSKI

1983

Wieś Lipce w woj. łódzkim, gdzie Władysław Reymont umieścił akcję powieści Chłopi, przemianowano na Lipce Reymontowskie

1970

W Gdyni i Szczecinie podczas walk ulicznych oddziały milicji i wojska zabiły ponad 20 osób, a ponad sto raniły. Był to tzw. czarny czwartek

1990

Rada Ministrów podjęła decyzję o likwidacji budowanej Elektrowni Jądrowej Żarnowiec (na zdjęciu niedokończony budynek)

nasz REGION

www.dzienniklodzki.pl

KRÓTKO

SIERADZ

Potrąciła sześciolatnie dziecko

W godzinach popołudniowych w poniedziałek doszło w centrum Sieradza do potrącenia sześciolatniego chłopca, który został przewieziony do jednego z łódzkich szpitali.

Kierująca hyundaiem 69-letnia mieszkanka Sieradza wjechała na drogę rowerową biegnącą wzdłuż placu Woje-

wódzkiego, na parkingu przed budynkiem Starostwa Powiatowego i potrąciła sześciolatnie dziecko, które było w tym czasie pod opieką ojca. Kobieta była trzeźwa.

Dziecko przewieziono zostało do szpitala Matki Polki w Łodzi, na szczęście nie ma poważnych obrażeń. D

SKIERNIEWICE

Zabytkowy dworzec jak nowy



FOT. PKP S.A.

W poniedziałek, 15 grudnia, nastąpiło uroczyste otwarcie dworca PKP w Skierniewicach po modernizacji. Przebudowa rozpoczęła się w drugiej połowie 2023 roku, a prace budowlane zostały wykonane zgodnie z zaleceniami konserwatora zabytków. Przywrócone zostały dwa wejścia historyczne. MK

ŁÓDŹ

Krańcówka po remoncie

Dobiegają końca prace remontowe na dawnej pętli tramwajów podmiejskich przy ulicy Północnej. Wymienione zostało tam całe torowisko oraz sieć trakcyjna. Zbudowano peron przystankowy i chodniki. W poniedziałek pojawił się tam wagon pomiarowy, który sprawdza, czy nowe torowisko zostało zbudowane właściwie i zapewnia

bezpieczeństwo ruchu tramwajów. Pod lupą tego specjalistycznego pojazdu znalazły się zarówno tory, jak i sieć trakcyjna. Dawna pętla podmiejska ma być wykorzystywana podczas planowanego na rok 2026 remontu ulicy Franciszkańskiej, ma również pełnić rolę krańcówki awaryjnej w przypadku zakłóceń w ruchu czy awarii. JAZ

POW. BEŁCHATOWSKI

Podczas seminarium ekspercko-strategicznego, które odbyło się w Kleszczowie kluczowe miejsce zajęły tematy dotyczące współpracy międzygminnej, narzędzi cyfrowych dla samorządów, wspólnych scenariuszy rozwojowych oraz budowania cyfrowego potencjału regionu. Szczególną uwagę poświęcono zwiększeniu atrakcyjności regionu dla młodych, specjalistów z sektora górniczo-energetycznego. AF



FOT. ANNA FRYSZ

ŁÓDŹ

W piątek, 19 grudnia w hali im. Józefa „Ziuny” Żylińskiego przy al. Unii Lubelskiej 2 odbędzie się benefis Marka Dziuby, byłego piłkarza ŁKS, Widzewa i reprezentacji Polski, który obchodzi 70. urodziny. R

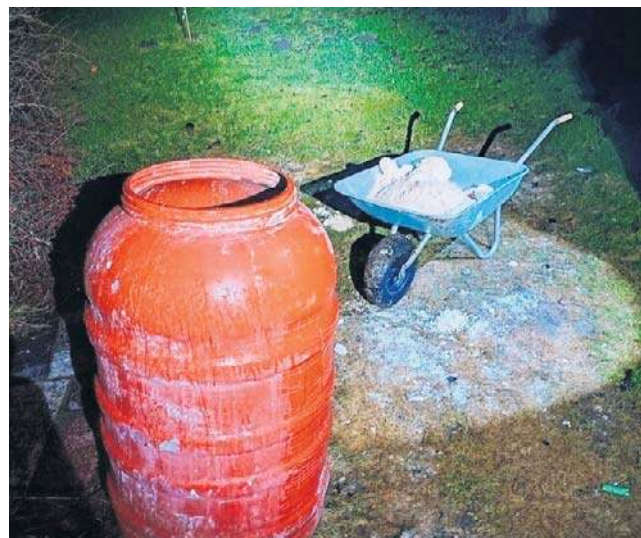
Łódzka policja rozpracowała fabrykę amfetaminy

Dariusz Gabryelski
Przestępczość

Ponad 64 kilogramy amfetaminy, nielegalna linia produkcyjna i dwie osoby zatrzymane. To efekt działań łódzkiej policji wspieranej przez funkcjonariuszy z Przasnysza.

Łódzka policja pochwaliła się sporym sukcesem. Policjanci KWP w Łodzi, zajmujący się zwalczaniem przestępczości narkotykowej, przeprowadzili 13 grudnia akcję na terenie jednej z miejscowości w powiecie przasnyskim (woj. mazowieckie). Efektem działań było zatrzymanie dwóch osób podejrzanych o udział w wytwarzaniu znacznych ilości narkotyków. Złapano 33-letniego obywatela Uzbekistanu oraz 38-letnią obywatelkę Ukrainy.

Z ustaleń śledczych wynikało, że mężczyzna odpowiadał za transport środków odurzających, natomiast kobieta brała udział w procesie ich produkcji. Tego dnia planowany był wywóz



FOT. POLICJA

Uwagę policjantów zwróciła także taczka, którą sprawcy przewozili narkotyki oraz substancja w beczce

znacznej ilości amfetaminy z fabryki.

Policjanci z Łodzi dowiedzieli się o tym i obserwowali jedną z posesji w powiecie przasnyskim, gdzie miały być produkowane narkotyki. Około godziny 19.30 zauważyli toyotę, którym kierował mężczyzna. Postanowili go wylegitymować.

Gdy zobaczył policjantów 33-latek zaczął zachowywać się nerwowo i nie chciał wykonywać poleceń funkcjonariuszy. Podobnie zachowywała się 38-letnia obywatelka Ukrainy, którą przy wejściu na posesję zauważyli policjanci.

- Gdy policja weszła na działkę funkcjonariusze wy-

Szalał na osiedlu z młotkiem i nożem

Marek Obszarny
Tomaszów Mazowiecki

Policja zatrzymała 41-letniego mężczyznę, który odpowiada za usiłowanie zabójstwa dwóch osób.

Sceny jak z filmu grozy działy się na jednym z tomaszowskich osiedli mieszkaniowych w biały dzień, 11 grudnia. Około godziny 15:05 dyżurny miejscowej komendy policji otrzymał zgłoszenie o ataku na 32-letniego mężczyznę. Przed blokiem

przy ul. Czołgistów agresor uderzył go... młotkiem w głowę.

Gdy policjanci pojechali na miejsce, oprócz rannego 32-latkę, znaleźli w jednym z mieszkań ranną także w głowę 27-letnią kobietę. Sprawca uciekł, a podczas ucieczki wtargnął jeszcze do mieszkania 87-letniej kobiety. Groził jej nożem, po czym wyskoczył przez okno z jej lokalu i oddalił się nieznanym kierunkiem.

Ratownicy medyczni udzielili poszkodowanym pomocy

medycznej, a następnie przewieźli kobietę i mężczyznę karetką do szpitala. Tomaszowscy policjanci rozpoczęli zaś poszukiwania sprawcy.

- Dzięki skrupulatnej analizie zabezpieczonych dowodów oraz zgromadzonych informacji, kilka godzin po zdarzeniu kryminalni dotarli do mieszkania, w którym przebywał sprawca zdarzenia. Okazał się nim 41-letni mieszkaniec powiatu opoczyńskiego - informuje asp. szt. Aleksandra Cieślak z tomaszowskiej policji.

Mężczyznę zatrzymano. Policjanci odnaleźli zarówno młotek jak i nóż, którym posłużył się w trakcie ataku.

13 grudnia 2025 r. mężczyzna został doprowadzony do Prokuratury Rejonowej w Tomaszowie Mazowieckim, gdzie usłyszał zarzuty usiłowania zabójstwa, kierowania gróźb karalnych oraz naruszenia miru domowego.

Sąd przychylił się do wniosku prokuratury i zdecydował o aresztowaniu 41-latkę na trzy miesiące.

AKCJA CHARYTATYWNA

0211434855



Napad rabunkowy w dworcowej poczekalni w Piotrkowie Trybunalskim

Opr. Dariusz Śmigiełski
Piotrków Trybunalski

W budynku dworca PKP w Piotrkowie doszło do rozbój na 43-letnim mieszkańcu Warszawy. Został pobity i okradziony. Agresorzy zabrali mu telefon, torbę i 4500zł.

Do zdarzenia doszło 10 grudnia w dworcowej poczekalni. Policjanci zatrzymali sprawców i odzyskali skradzione przedmioty.

- Na terenie poczekalni dworca PKP trzech mężczyzn zaatakowali 43-latkę oczekującą na pociąg do Warszawy - relacjonuje mł. asp. Edyta Daroch z KMP w Piotrkowie. - Zatrzymani grozili podróżującemu pozbawieniem życia

w przypadku, gdy nie odda im wartościowych rzeczy. Przewrócili poszkodowanego na ławkę dociskając go do niej. Zabrali mu dowód osobisty, telefon oraz torbę w której miało znajdować się 4500zł. Dyżurny na miejsce skierował kilka patroli. Tego samego dnia ustalono sprawców rozbój. Zatrzymano mężczyzn w wieku 31, 32 i 42 lat. Znalaziono przy nich skradziony telefon komórkowy, torbę oraz dowód osobisty.

31-latkowi grozi do 15 lat więzienia, wobec dwóch pozostałych sprawców sąd może zastosować wyższy wymiar kary, ponieważ działali w warunkach multirecydywy. Sąd zastosował wobec wszystkich agresorów areszt na okres 3 miesięcy.

Nowy dowódca tomaszowskiej kawalerii powietrznej

PAP
Tomaszów Mazowiecki

Płk Piotr Gołos objął w poniedziałek dowodzenie 25 Brygadą Kawalerii Powietrznej w Tomaszowie Mazowieckim.

Płk Gołos obowiązki przejął od gen. Tomasza Białasa, który jedną z bardziej elitarnych jednostek Wojska Polskiego kierował przez ponad dwa lata. Podczas uroczystości obecny był Dowódca Generalny Rodzajów Sił Zbrojnych gen. Marek Sokołowski, który wcześniej dowodził tomaszowską brygadą.

Dotychczasowy dowódca brygady, gen. Białas trafi do Krakowa, gdzie będzie zastępcą do-



Płk Piotr Gołos (z lewej) przejął dowództwo brygady z rąk gen. bryg. Tomasza Białasa

wódcy Komponentu Wojsk Specjalnych.

Dla płk. Gołosa to powrót do 25 BKPow., w której spędził większość służby wojskowej. W 2020 r. był zastępcą dowódcy

oraz przez blisko rok pełnił obowiązki dowódcy. W ostatnich latach służył w Dowództwie Generalnym Rodzajów Sił Zbrojnych w Warszawie. Jest absolwentem Wyższej Szkoły Oficerskiej Wojsk

Zmechanizowanych we Wrocławiu. Po jej ukończeniu służył w 7 batalionie kawalerii powietrznej działającej w strukturze 25 BKPow., zaczynając jako dowódca plutonu, przechodząc przez kolejne szczeble kariery awansując na dowódcę batalionu. Trzy razy uczestniczył w misjach poza granicami kraju - dwukrotnie w Iraku oraz w Bośni i Hercegowinie.

25 Brygada Kawalerii Powietrznej im. Księcia Józefa Poniatowskiego to rozmieszczony w Tomaszowie Mazowieckim, Nowym Glinniku oraz w Leżnicy Wielkiej w woj. łódzkim aeromobilny związek taktyczny przeznaczony do prowadzenia działań powietrzno-szturmowych i desantowo-szturmowych. (PAP)

Gwiazdki Betlejemskie w Łodzi. 20 grudnia w Nowej Sukcesji ostatnia szansa na świąteczne porządki z prezentem

Urszula Kosiór
Łódź

Ostatni weekend przed świętami na swój rytm: szybkie zakupy, porządki, ostatnie poprawki przy planach rodzinnych.

W tym roku, 20 grudnia, w godzinach 12:00-17:00, w Centrum Handlowym Nowa Sukcesja obok wejścia głównego od strony pomnika ruszy akcja zbiórki małych elektroodpadów, za które łodzianie otrzymają gwiazdkę betlejemską i śpiewnik z kołędami.

Tym razem czeka aż 500 gwiazdek, ale - jak pokazują poprzednie edycje - rozchodzą się bardzo szybko. Dlaczego? Bo akcja jest połączeniem tego, co w grudniu potrzebne każdemu:



możliwości pozbycia się elektrośmieci bez wizyty w PSZOK-u, odrobiny świątecznej atmosfery i okazji do sprawnego załatwienia prezentów, bo Centrum Handlowe Nowa Sukcesja oferuje wszystko w jednym miejscu.

Jak to działa?

Każda pełnoletnia osoba, która weźmie udział w akcji

(raz na osobę), może otrzymać jedną lub dwie rośliny - w zależności od wagi przyniesionych elektrośmieci lub baterii.

Zasady są jasne:

● Każdy Uczestnik otrzymuje 1 roślinę za przyniesione elektrośmieci ważące łącznie do 3 kg. W przypadku, gdy uczestnik akcji odda kilka elektrośmieci ważących łącznie

od 3 do 10 kg otrzyma 3 rośliny. ● Każdy Uczestnik otrzymuje 1 roślinę za przyniesienie do 0,5 kg baterii, od 0,5 do 1 kg baterii otrzymuje 2 rośliny, powyżej 1 kg baterii uczestnik otrzymuje 3 rośliny.

● Maksymalnie 3 rośliny na osobę

Co ważne: po wyczerpaniu 500 sztuk nadal będzie można oddawać elektrośmieci, ale już bez odbioru gwiazdy.

Co można oddać?

Zbierane będą wyłącznie małe urządzenia elektryczne i elektroniczne, m.in.: telefony, laptopy, tablety, aparaty, słuchawki, ładowarki, ekspresy, tostery, roboty kuchenne, odkurzacze, żelazka, wentylatory, elektroniczne zabawki. Łączna waga: maksymalnie 10 kg.

Duże urządzenia - telewizory, lodówki, pralki, zmywarki, kosiarki i wszystkie gabarytowe odpady - muszą trafić do PSZOK-u i nie będą przyjmowane na akcji.

Dlaczego warto?

W Centrum Handlowym Nowa Sukcesja można załatwić kilka spraw naraz: pozbyć się małych elektroodpadów, oszczędzić czas na wyjazd do PSZOK-u, zrobić przedświąteczne zakupy dla najbliższych i przy okazji zabrać do domu gwiazdkę betlejemską. Do tego każdy uczestnik otrzyma bezpłatny śpiewnik z kołędami.

20 grudnia w Centrum Handlowym Nowa Sukcesja można więc zrobić porządek, pomóc planecie, zdobyć świąteczny prezent i załatwić ostatnie zakupy -

bez nerwów, bez pośpiechu, z poczuciem, że grudzień może być naprawdę życzliwy.

Centrum Handlowe Nowa Sukcesja, al. Politechniki 1, godz. 11:00-16:00.

Sprzęt zebrany podczas akcji trafi do uprawnionej firmy zajmującej się recyklingiem i odzyskiem surowców, dzięki czemu jego części będą mogły zostać ponownie wykorzystane. Za cały proces odpowiada firma REMONDIS Electrorecycling Polska & Electro-System Organizacja Odzysku., która dostarcza specjalne pojemniki na elektrośmieci oraz zajmuje się ich bezpiecznym odbiorem i przekazaniem do recyklingu. Remondis od wielu lat wspiera łódzkie inicjatywy ekologiczne, zapewniając profesjonalną obsługę całej zbiórki.

ORGANIZATOR



PARTNERZY



AKCJA CHARYTATYWNA



0111443119

Kolekcja Richarda Demarco, wyjątkowy dar dla Muzeum Sztuki, właśnie dotarła do Łodzi

Dariusz Pawłowski
Wydarzenie

To jeden z najbardziej znaczących momentów w historii Muzeum Sztuki w Łodzi. Do instytucji trafiła legendarne kolekcja Richarda Demarco, słynnego szkockiego promotora sztuki i artysty.

Kolekcja, a właściwie archiwum Richarda Demarco – jednej z najważniejszych postaci światowej awangardy drugiej połowy XX wieku – to imponujący zbiór materiałów dotyczących sztuki współczesnej gromadzony przez kilkadziesiąt lat. Do Łodzi właśnie przyjechały pierwsze transporty zawierające archiwalia oraz dzieła z kolekcji, która stanie się częścią zbiorów Muzeum Sztuki. W prezentacji pierwszych eksponatów w łódzkiej instytucji uczestniczyła wczoraj ministra kultury i dziedzictwa narodowego Marta Cienkowska oraz sam Richard Demarco, z którym organizatorzy wydarzenia połączyli się online.

– To największy dar w dziejach Muzeum Sztuki w Łodzi, wydarzenie z pewnością historyczne – podkreślił Daniel Muzyczuk, dyrektor łódzkiej instytucji. – Richard Demarco to nie tylko kurator i animator sztuki; to przede wszystkim budowniczy mostów. Od lat 60. XX wieku konsekwentnie tworzył przestrzenie wymiany artystycznej pomiędzy Wschodem i Zachodem, Północą i Południem Europy. Jego działalność stała się jednym z kluczowych kanałów, dzięki którym sztuka polska i szerzej – środkowoeuropejska awangarda mogła wybrzmieć na międzynarodowej scenie.

Kolekcja i archiwum Richarda Demarco to około 1300 dzieł sztuki, ale także obszerna dokumentacja artystycznych podróży, działań performatywnych, projektów land artu, fotografie oraz niezwykle bogata korespondencja z artystami, kuratorami i instytucjami z całego świata – w sumie 865 kartonów materiałów. To również świadectwo wieloletnich związków Demarco z Muzeum Sztuki w Łodzi oraz ze środowiskiem łódzkiej awangardy. Warto przypomnieć, że szkocki kurator sztuki był po raz pierwszy w Łodzi w 1966 roku i spotkał się z ówczesnym dyrektorem Muzeum Sztuki, Ryszardem Stanisławskim. Od tamtej pory odwiedzał Polskę blisko 50 razy, uczestnicząc między innymi w otwarciu MS2 w 2008 roku. Jest również Honorowym Obywatelem Miasta Łodzi.

– W ofiarowanych zbiorach jest między innymi ważny z per-



Daniel Muzyczuk, dyrektor łódzkiego Muzeum Sztuki oraz Marta Cienkowska, ministra kultury i dziedzictwa narodowego prezentują jedną z prac z kolekcji Richarda Demarco, przekazanej w formie daru do Łodzi

spektywy Muzeum Sztuki rysunek Jankiela Adlera, artysty z Łodzi, który swoje życie zakończył w Glasgow w Szkocji – cieszy się Daniel Muzyczuk. – To dowód na to, że ustanowione przez Richarda Demarco połączenia pomiędzy Szkocją a Łodzią zaistniały też wcześniej.

Zbiór prof. Richarda Demarco został przekazany do Łodzi w formie daru, ale jego zabezpieczenie i przewóz wymagały poważnych nakładów finansowych, które wyasygnowało Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego. Resort dofinansował kwotą 500 tysięcy złotych transport wraz z pakowaniem archiwum oraz zakup jedenastu prac z kolekcji – są wśród nich dzieła: Iana Hamiltona Finlay’a, Josepha Beuysa, Horii Bernea, Franka Phelana.

– Do polskich zbiorów publicznych trafia kolekcja o wyjątkowej skali i znaczeniu dla sztuki współczesnej, budowana przez ponad sześćdziesiąt lat: konsekwentnie i świadomie – powiedziała ministra kultury, Marta Cienkowska. – Jej wartość polega na tym, że łączy dzieła z pełną dokumentacją ich obiegu. Dzięki temu pozwala śledzić procesy artystyczne, decyzje kuratorskie i sieć relacji, które kształtowały sztukę drugiej połowy XX wieku w Europie. Szczególnie istotny jest polski wymiar tej kolekcji. Archiwum Richarda Demarco zawiera oryginalne materiały dotyczące obecności polskiej sztuki w mię-

dzynarodowym obiegu – w tym dokumentację działań Tadeusza Kantora i Teatru Cricot 2 podczas Festiwalu Edynburskiego, a także ślady długofalowej współpracy z artystami takimi jak Magdalena Abakanowicz, Jerzy Bereś, Edward Krasiński, Józef Robakowski czy Zbigniew Warpechowski.

Jak podkreśla Muzeum Sztuki, dar Richarda Demarco wpisuje się w tradycję budowania kolekcji łódzkiej instytucji „w duchu międzynarodowej solidarności artystycznej, zapoczątkowanej przez Grupę a.r.”. Przekazanie tej kolekcji można porównać z kluczowymi momentami w dziejach muzeum – jak dar Mateusza Grabowskiego (1975), legendarna akcja „Polentransport” Josepha Beuysa (1981), wymiana amerykańska (1982) czy wreszcie trwająca donacja „Dary przyjaźni” (2025).

– Jestem szczęśliwy, że moja kolekcja znalazła się w Muzeum Sztuki w Łodzi. Czuję się nie tylko obywatelem Europy, ale również tego miasta. Polacy stali się częścią mojej duszy – mówił do zgromadzonych 95-letni Richard Demarco, równolecie łódzkiego Muzeum Sztuki.

Bogaty materiał wymaga teraz sumiennego opracowania. – To zbiór, z którego będziemy czerpać przez długie lata. W kolejnych miesiącach będziemy sukcesywnie opracowywać, digitalizować i udostępniać części archiwum i kolekcji, a także budować program, wy-

MATERIAŁ INFORMACYJNY NFZ

Nadciąga epidemia grypy! Zaszczep się bezpłatnie

Szczyt zachorowań na grype może pojawić się w tym roku cztery tygodnie wcześniej! Ekspertci rekomendują szczepienie przeciw grypie jeszcze przed świętami, aby uniknąć zarażenia i powikłań.

Sezon zachorowań na grype i choroby grypopodobne trwa. W ostatnich dwóch tygodniach coraz więcej osób choruje na grype, a po świętach prawdopodobnie czeka nas epidemia grypy. Tymczasem ta choroba może mieć popychadkę nie tylko święta, ale też zimowy wypoczynek. Na ciężki przebieg grypy i powikłania najbardziej narażeni są seniorzy i chorzy przewlekłe, a także osoby chore na raka w trakcie leczenia onkologicznego.

Szczepiąc się przeciwko grypie, mamy dużą szansę uniknąć szeregu groźnych powikłań tej choroby i pobytu w szpitalu. Następstwami grypy mogą być m. in. zapalenie oskrzeli i płuc, zapalenie mięśni obwodowych lub mięśnia sercowego, powikłania neurologiczne i zwiększone ryzyko zawału serca. Jeśli za-

szczepimy się przeciwko grypie, odporność zyskamy w dwa - trzy tygodnie po szczepieniu. W Łódzkiem przeciw grypie zaszczepiło się już 130 tys. osób, najwięcej w grupie 70-74 lata.

W sezonie 2025/26 refundowaną przez NFZ bezpłatną szczepionkę przeciw grypie mogą otrzymać dzieci w wieku od ukończenia 6. miesiąca życia do 18 lat, osoby w wieku 65 lat i więcej, kobiety w ciąży i połogu. Z refundacją 50 proc. szczepionka dostępna jest dla wszystkich dorosłych w grupie wiekowej 18-64 lata. Koszt szczepionki z 50-procentową refundacją to 26,38 zł.

Szczepiąc się przeciwko grypie, mamy dużą szansę uniknąć szeregu groźnych powikłań tej choroby i pobytu w szpitalu.

staw, seminarium i działań edukacyjnych. Wkrótce włączymy część z prac do naszej wystawy „Sposoby widzenia”. Chcemy, by kolekcja Demarco stała się nie tylko przedmiotem badań, lecz inspiracją dla artystów, badaczy i publiczności – zdradził dyrektor Danel Muzyczuk.

Rozbudowywana kolekcja Muzeum Sztuki w Łodzi wymaga kolejnych przestrzeni ekspozycyjnych. Stąd plany związane z rozbudową placówki i utworzeniem MS3 przy ul. Drewnowskiej.

– Będziemy starać się o środki zewnętrzne, także w ministerstwie. Mamy tyle wspaniałych dzieł, że aby je wszystkie udostępnić, zdecydowanie musimy się rozbudować. To dla mnie ogromna radość i dumą, że do zbiorów Muzeum Sztuki w Łodzi trafiła teraz ta bezcenna kolekcja. Ten dar jest dowodem na to, że nasza instytucja cieszy się ogromnym zaufaniem i prestiżem na arenie międzynarodowej – podsumowała marszałek województwa łódzkiego, Joanna Skrzydlewska.

W tym sezonie grypowym starsi dorośli mogą się po raz pierwszy zaszczepić refundowaną szczepionką wysokodawkową, która o niemal 40 proc. redukuje ryzyko zachorowania na ciężkie zapalenie płuc. Koszt tej szczepionki dostępnej z 50 procentową refundacją – przysługującą osobom w wieku 60 lat i więcej – to 81,67 zł.

Szczepionki przeciw grypie są wydawane lub sprzedawane na receptę. Szczepienia są jednak bardzo łatwo dostępne – dorosły może się zaszczepić w aptece, a farmaceuta może wystawić receptę na szczepionkę na miejscu.

– Równocześnie z grypą warto skorzystać ze szczepienia przeciw koronawirusowi nową szczepionką – przypomina Anna Leder z łódzkiego oddziału NFZ. – Szczepić się można także w swojej przychodni POZ, tu szczepią się dzieci, po zbadaniu przez lekarza- zaszczepia.

NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia
Łódzki Oddział Wojewódzki w Łodzi

KRÓTKO

WARSZAWA

Paszport Ziobry unieważniony

Paszport Zbigniewa Ziobry został unieważniony decyzją wojewody mazowieckiego – poinformował szef MSWiA Marcin Kierwiński.

„Paszport Zbigniewa Z. został unieważniony decyzją wojewody mazowieckiego Mariusza Frankowskiego na wniosek Prokuratury Krajowej. Nikt nie ucieknie przed odpowiedzialnością” – poinformował na X Kierwiński.

Do tej pory Ziobro przebywał w Budapeszcie, a ostatnio w Brukseli. Nie zadeklarował jednoznacznie, ani że wystąpi

o azyl polityczny na Węgrzech, ani że wróci do Polski. Prokuratura, której zespół śledczy nr 2 prowadzi postępowanie dotyczące m.in. ustawiania konkursów na wielomilionowe dotacje z Funduszu Sprawiedliwości, wystąpiła o unieważnienie mu paszportu oraz paszportu dyplomatycznego w połowie listopada. 22 grudnia sąd rozpatrzy wniosek o aresztowanie Ziobry.

Sejm uchylił immunitet Ziobrze 7 listopada w odniesieniu do wszystkich 26 zarzutów prokuratury.

KATOWICE

Hołd dla górników z „Wujka”



Syreny alarmowe wybrzmiały we wtorek – w 44. rocznicę pacyfikacji kopalni „Wujek” – o godz. 11, a mieszkańcy Katowic zatrzymali się, żeby oddać hołd i upamiętnić dziewięciu poległych górników. W głównych uroczystościach wzięli udział: rodziny ofiar, uczestnicy strajku, związkowcy i przedstawiciele władz.

RELIGIA

Ilu Polaków chodzi do kościoła?

W 2024 r. wzrosła zarówno liczba wiernych uczestniczących w niedzielnej mszy św. (29,6 proc.), jak i przystępujących do Komunii św. (14,6 proc.) – wynika z Rocznika Statystycznego Kościoła Katolickiego w Polsce. Oznacza to, że co druga osoba obecna na liturgii przyjmuje Komunię św.

Według autorów rocznika w 2024 r. najwyższy wskaź-

nik dominicanes odnotowano w diecezji tarnowskiej (62,3 proc.), a najniższy w archidiecezji szczecińsko-kamieńskiej (17,59 proc.). W archidiecezji warszawskiej wyniósł 19,85 proc.

Z danych wynika, że w roku szkolnym 2024/2025 w lekcjach religii we wszystkich typach szkół uczestniczyło 75,6 proc. uczniów.

PRZESTĘPCZOŚĆ

Mazowiecka Krajowa Administracja Skarbowa rozbiła gang zajmujący się nielegalnym hazardem. Funkcjonariusze zatrzymali 26 osób i zabezpieczyli ponad 150 nielegalnych automatów do gier. Zatrzymani w prokuraturze usłyszeli zarzuty udziału w zorganizowanej grupie przestępczej oraz organizowania poza kasynem gier hazardowych objętych monopolem państwa na niezarejestrowanych automatach.

Żałoba w Jeleniej Górze
po zabójstwie 11-latk

Alina Gierak, MP
Jelenia Góra

W sprawie zabójstwa 11-letniej dziewczynki w Jeleniej Górze zatrzymano 12-latkę, która może mieć związek z tym zdarzeniem. O losie zatrzymanej zdecydował sąd rodzinny.

Nie milkną echa zabójstwa 11-letniej dziewczynki ze Szkoły Podstawowej nr 10 w Jeleniej Górze. Jak przekazała rzeczniczka Prokuratury Okręgowej w Jeleniej Górze prok. Ewa Węglarowicz-Makowska, ofierze zadano rany klute ostrym narzędziem.

Na jej ciele widoczne były obrażenia zadane ostrym narzędziem. Prokurator wspólnie z funkcjonariuszami policji dokonali oględzin miejsca zdarzenia. Zabezpieczono zwłoki, ślady i dowody. Zatrzymano też osobę nieletnią, która może mieć związek z tym zdarzeniem – powiedziała prok. Węglarowicz-Makowska.

Dodała, że zatrzymana to 12-letnia uczennica tej samej szkoły, do której uczęszczała ofiara. W mediach społecznościowych pojawiają się informacje, że możliwym motywem była kłótnia o chłopaka, jednak prokuratura nie potwierdza tego wątku.

Nie były koleżankami, znały się z widzenia. Motywy działania zatrzymanej nie są znane – zastrzegła rzeczniczka prokuratury.

Jak dowiedziała się „Gazeta Wrocławska”, w sprawie śmierci



W poniedziałek w okolicy Szkoły Podstawowej nr 10 w Jeleniej Górze znaleziono ciało 11-letniej dziewczynki

11-letniej dziewczynki w Jeleniej Górze zabezpieczono nóż typu finka. Jak mogliśmy się dowiedzieć, śledczy szukali narzędzia zbrodni przez kilka godzin. W trakcie działań ujawniono i zabezpieczono nóż, którym zadano ofierze obrażenia.

W Zakładzie Medycyny Sądowej Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu we wtorek odbyła się sekcja zwłok 11-latk z Jeleniej Góry.

Czynności te są prowadzone na zlecenie i pod nadzorem Prokuratury Rejonowej w Jeleniej Górze. Pracownicy UMW nie są uprawnieni do udzielania jakichkolwiek informacji dotyczących przebiegu sekcji oraz jej wyników

„Trzeba zadbać, żeby wszyscy płacili uczciwie (składkę zdrowotną), żeby nie było świętych krów.

Maciej Konieczny poseł partii Razem

do głowy, że dziecku może zrobić krzywdę rówieśniczka. Prędzej obawiałabym się jakiegoś zwyrodnialca – dodaje mieszkanka okolic „Małej Poczty” przy ul. Wolności.

Prezydent Jeleniej Góry Jerzy Łuźniak ogłosił, że dzień pogrzebu dziewczynki będzie dniem żałoby na terenie miasta. Zwrócił się również do organizatorów wydarzeń kulturalnych, sportowych i rozrywkowych z prośbą o zachowanie należytej powagi.

Z ogromnym smutkiem i niedowierzaniem przyjąłem informację o tragicznej śmierci młodej uczennicy Szkoły Podstawowej nr 10, która w tak dramatycznych okolicznościach straciła życie. W imieniu własnym oraz mieszkańców Jeleniej Góry składam Rodzinie, Bliskim, Przyjaciółom oraz całej społeczności szkolnej najszczerze wyrazy współczucia i solidarności w tym niewyobrażalnie trudnym czasie.

Władze miasta zorganizowały dla dzieci spotkanie z psychologami, aby pomóc im poradzić sobie z tragedią. W miejscu, gdzie zginęła 11-latk, pojawiły się dziś rano znicze.

Szkolna społeczność poniosła ogromną stratę. Zmarła dziewczynka była dobrą znaną nauczycielom i rówieśnikom. Była pogodną i otwartą nastolatką – powiedział w poniedziałek wieczorem Paweł Domagała, dyrektor Szkoły Podstawowej nr 10 w Jeleniej Górze.

poinformowała Monika Kowalska, rzeczniczka prasowa wrocławskiego Uniwersytetu Medycznego.

Jelenia Góra w żałobie

Wtorkowy poranek przy SP nr 10 i w całej Jeleniej Górze był pełen smutku. Rodzice, odprowadzający dzieci do szkoły, wchodzili do budynku ze spuszczoną głową. Mieszkańcy wciąż nie mogą uwierzyć w to, co się stało.

Czasem można tu spotkać osoby zachowujące się podejrzanie i lepiej nie chodzić tędy po zmroku, żeby nie natknąć się na kogoś niebezpiecznego. Nigdy jednak nie przyszłoby mi

Student KUL zatrzymany przez ABW. Jest podejrzany o planowanie zamachu terrorystycznego na jarmarku

Marcin Koziestański
Warszawa

Agencja Bezpieczeństwa Wewnętrznego zatrzymała studenta Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego, podejrzanego o przygotowywanie zamachu terrorystycznego na jarmarku świątecznym.

„Mateusz W. jest podejrzewany o przygotowywanie masowego zamachu na jednym z jarmarków świątecznych, który plano-

wał dokonać z wykorzystaniem materiałów wybuchowych” – poinformował na platformie X Jacek Dobrzyński, rzecznik prasowy ministra koordynatora służb specjalnych.

Wcześniej mężczyzna pozyskiwał wiedzę o sposobach samodzielnego wykonania materiałów, które miały posłużyć do przeprowadzenia aktu terrorystycznego. Planował również wstąpienie do organizacji terrorystycznej, aby uzyskać pomoc w zakresie realizacji zamierzonych działań. Celem przestępstwa było zastraszenie wielu osób, a także wsparcie Państwa Islamskiego.

Podczas przeprowadzonych czynności funkcjonariusze ABW zabezpieczyli nośniki danych oraz przedmioty związane z islamem. Decyzją sądu najbliższe trzy miesiące mężczyzna spędzi w areszcie. Śledztwo w tej sprawie prowadzi szczecińska delegatura ABW pod nadzorem zamiejscowego wydziału w Szczecinie.

Sprawa ma charakter rozwojowy.

Prokurator przedstawił Mateuszowi W. zarzut dotyczący podejmowania działań przygotowawczych do przeprowadzenia zamachu terrorystycznego, który mógł skutkować śmiercią lub ciężkimi obrażeniami wielu osób – poinformowała we wtorek Prokuratura Krajowa.

Mężczyzna został zatrzymany 30 listopada przez funkcjonariuszy ABW „w trybie niecierpiącym zwłoki”.

Nowy rozdział dla bankowości w Aleksandrowie Łódzkim

Aleksandrów Łódzki zyskał nową siedzibę 1 Oddziału PKO Banku Polskiego. Po ponad 27 latach działalności w zabytkowym budynku Urzędu Miasta przy pl. Kościuszki 1, gdzie placówka działała nieprzerwanie od 8 czerwca 1998 roku, bank przeniósł się do przestronnych wnętrz Galerii Handlowej Aleksandrowa przy ul. Konstantynowskiej 9. Oddział w nowej lokalizacji obsługuje klientów od ponad miesiąca.

Tradycja, nowoczesność i silne relacje z klientami
Poprzednia siedziba, choć posiadająca swój historyczny charakter, nie była w pełni dostosowana do współczesnych standardów oraz potrzeb klientów, szczególnie osób z niepełnosprawnościami. Ograniczeniem były między innymi schody prowadzące do placówki, które utrudniały dostęp. Nowa przestrzeń została zaprojektowana tak, aby zapewnić pełną wygodę i funkcjonalność. Oddział wypo-

sażono w trzy stanowiska kasowo-obługowe umożliwiające swobodną obsługę wszystkim klientom. Pojawiły się również cztery w pełni wyposażone pokoje spotkań, a także wymarzony pokój dyrektora, do którego klienci mogą wejść bezpośrednio, co dodatkowo podnosi komfort wizyt. Ogromną zmianą dla zespołu jest stworzenie zaplecza administracyjnego, czyli back office, którego w starej lokalizacji brakowało, a któ-

ry znacząco usprawnia codzienną pracę. Wystrój nowej placówki tworzy przyjazną i ciepłą atmosferę dzięki zastosowaniu elementów drewnianych, zieleni oraz regionalnej ścianki prezentującej nazwę i mapę miasta. Na klientów czeka strefa samoobsługi wa ze stanowiskiem internetowym, dwoma recyklerami oraz systemem kolejkowym, który usprawnia obsługę. Dla najmłodszych przygotowano atrakcyjny, interaktywny kącik, dzięki czemu placów-

ka staje się miejscem przyjaznym całym rodzinom. Agnieszka Michalska, dyrektor, podkreśla, że zmiana lokalizacji otwiera zupełnie nowy rozdział w historii placówki:

– Przeniesienie oddziału do Galerii Handlowej to nie tylko zmiana adresu, ale przede wszystkim ogromna poprawa jakości obsługi naszych klientów. Nowa przestrzeń jest wygodna, dostępna i w pełni dostosowana do potrzeb współczesnej bankowości. Cieszymy się, że możemy oferować mieszkańcom Aleksandrowa nowoczesne rozwiązania w miejscu, które naprawdę żyje.

Relacje i lokalne zaangażowanie

Oddział PKO Banku Polskiego w Aleksandrowie Łódzkim od wielu lat aktywnie uczestniczy w życiu społecznym miasta. Angażuje się w lokalne wydarzenia, takie jak pikniki, festyny czy imprezy sportowe, współpracuje ze szkołami miejskimi i gminnymi oraz utrzymuje bieżące relacje z Burmistrzem mia-

sta, policją, strażą pożarną i Młodzieżowym Domem Kultury.

Edukacja klientów w zakresie bezpieczeństwa

Zespół doradców regularnie edukuje klientów w zakresie bezpiecznego korzystania z kanałów zdalnych, zagrożeń płynących z internetu czy jak uniknąć telefonicznych oszustów. Przypominają o możliwości zweryfikowania w aplikacji mobilnej IKO czy kontaktuje się z nim rzeczywisty pracownik banku, a nie podszywający się pod niego oszust. Ostrzegają też klientów, aby zastanowili się, gdy po drugiej stronie słuchawki usłyszą prośbę o przekazanie pieniędzy oraz by pamiętali, że pracownik banku nigdy nie poprosi o dane logowania do bankowości, kody BLIK czy pełne dane karty płatniczej. Nie będzie też skłaniał do zainstalowania nieznanego oprogramowania. Pracownik banku nigdy też nie poprosi o przelewanie pieniędzy na nieznane konto. Nie zażąda wskazania pełnych danych osobowych przy zwykłej weryfikacji tożsamości klienta.

klientom. Ułatwieniem w ich pracy jest automatyzacja wielu procesów i zadań. – Rola naszych oddziałów i doradców w codziennej pracy z klientami jest niezastąpiona – to oni tworzą bliski kontakt, wspierają społeczności lokalne i są fundamentem naszego banku – mówi Krzysztof Garbacz, dyrektor Regionu Bankowości Detalicznej w Łodzi PKO Banku Polskiego. – Dzięki ich zaangażowaniu możemy realizować inicjatywy, które wykraczają poza tradycyjne usługi finansowe, w tym projekty kulturalne i edukacyjne. Doskonałym przykładem jest wystawa „Mistrzostwo” w Galerii Koncept w Łodzi, dostępna dla odwiedzających do końca lutego 2026 roku. Prezentuje prace ośmiu mistrzów polskiej sztuki, od Jana Dobkowskiego po Jana Tarasina, tworząc unikalną okazję do refleksji nad mistrzostwem, dialogiem pokoleń i obecnością kultury w życiu codziennym.

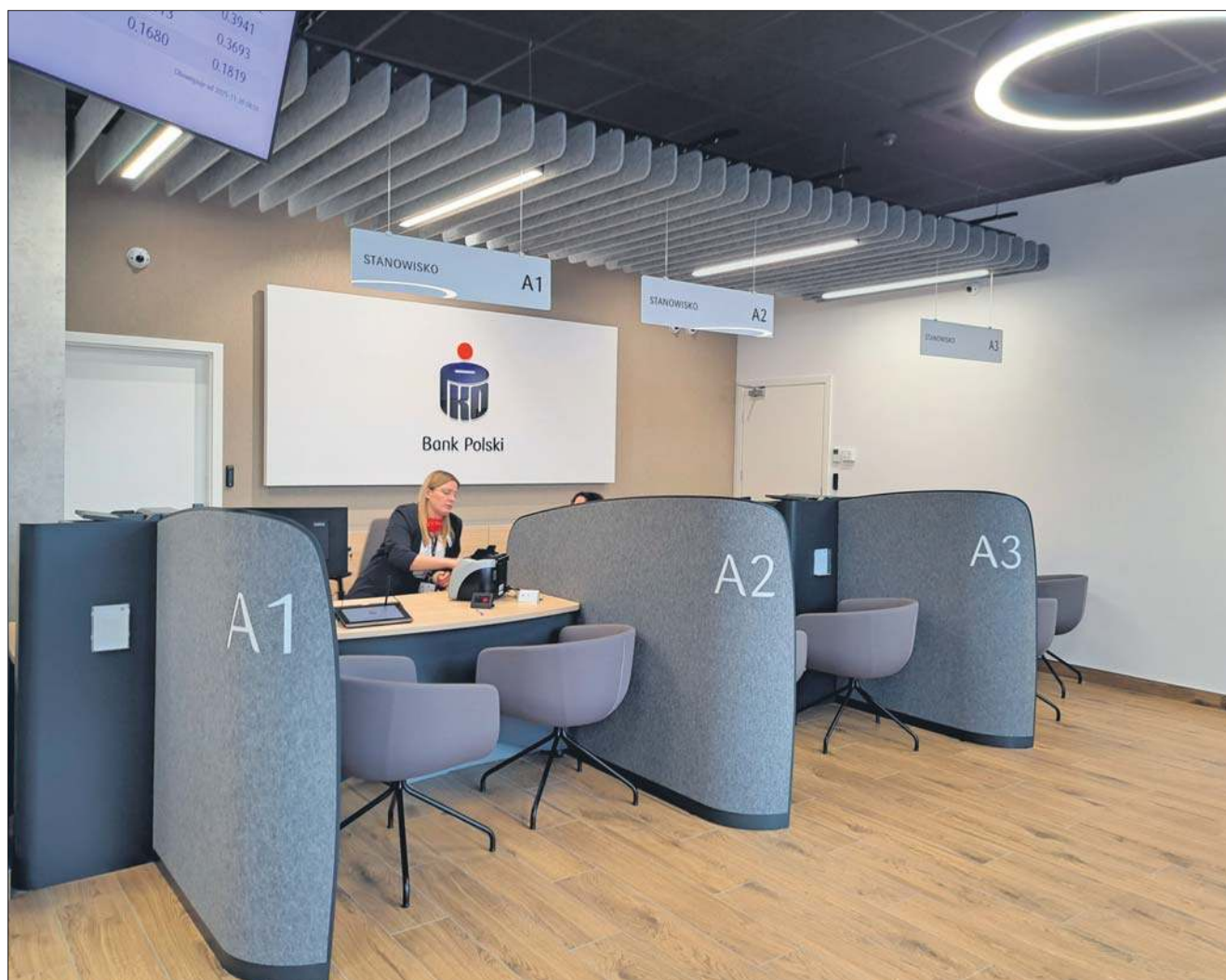
Kilka pytań do Agnieszki Michalskiej, dyrektorki 1 Oddziału PKO Banku Polskiego w Aleksandrowie Łódzkim

Jakie zmiany w codziennej obsłudze klientów pozwoli wprowadzić nowa, zmodernizowana przestrzeń oddziału?

Bardzo istotną zmianą w nowo otwartym oddziale jest system zarządzania kolejką, który usprawnia obsługę na wszystkich stanowiskach. Dzięki nowoczesnym wnętrzom i pokojom spotkań będziemy mogli zapewnić klientom komfortowe warunki obsługi z zachowaniem dyskrekcji załatwianych przez nich spraw.

Na czym będziecie się koncentrować w pracy w nowym oddziale – czy są priorytety, które szczególnie trzeba zaopiekować?

W naszym mieście nie ma banku tak nowoczesnego jak nasz. Po miesiącu pracy zauważamy ogromnie zmiany, mam na myśli przyrływ nowych klientów, szczególnie młodych. Priorytetem jest również zadbanie o odpowiednią obsługę klienta zamożnego. Od 1 stycznia 2026 r. zespół wzmocni drugi doradca bankowości osobistej.



Parlament Europejski przyjął klauzulę ochronną do umowy z Mercosurem

Oprac. Anna Nagel
Strasburg

Parlament Europejski w Strasburgu przegłosował we wtorek wzmocnioną klauzulę ochronną do umowy handlowej UE z państwami Mercosuru.

Europosłowie poparli w głosowaniu poprawki, które wzmocnią zaproponowane przez Komisję Europejską rozporządzenie w sprawie klauzuli ochronnej do umowy handlowej z Mercosurem. Klauzula ma zapewnić UE hamulec bezpieczeństwa w sytuacjach, gdy po wejściu w życie umowy handlowej napływ niektórych produktów rolnych z państw Mercosuru, np. wołowiny lub jaj, zacznie zagrażać unijnym rolnikom.

Przyjęte poprawki stanowią, że procedura ta, mogąca prowadzić do zamknięcia jednego rynku lub całej UE na import z Mercosuru, będzie uruchamiana, gdy ceny produktów wrażliwych w UE spadną o 5 procent - a nie o 10 proc., jak pierwotnie proponowano - a różnica w cenach będzie mierzona w okresie kwartalnym. KE będzie musiała zareagować w takiej sytuacji w ciągu 14, a nie 21 dni. Przeszła też poprawka nakładająca na producentów eksportujących do UE obowiązek przestrzegania unijnych standardów. To nie koniec procesu legislacyjnego - ostateczny tekst rozporządzenia zostanie uzgodniony w negocjacjach PE z państwami członkowskimi, co może nastąpić w bieżącym tygodniu. PAP

Planowali atak na jarmark bożonarodzeniowy

Kazimierz Sikorski
Monachium

Pięciu mężczyzn planowało wjechać pojazdem w tłumy na jarmarku. Podejrzani - trzej obywatele Maroka w wieku 22, 28 i 30 lat, 56-letni Egipcjanin i 37-letni Syryjczyk - trafili do aresztu.

Atak mieli przeprowadzić na jarmarku w powiecie Dingolfing-Landau w południowej Bawarii, na północny wschód od Monachium.

Zatrzymany Egipcjanin jest imamem w lokalnym meczecie. Wezwał do ataku, by zabić jak najwięcej osób. Trzech Marokańczyków przyłączyło się do spisku, a Syryjczyk zachęcał ich do rzezi.

Cała piątka została aresztowana. Śledczy nie ujawnili rynku, na którym miał nastąpić

atak, ani terminu zamachu. Władze uważają, że zagrożenie zostało zażegnane.

Minister spraw wewnętrznych Bawarii Joachim Herrmann pochwalił służbę bezpieczeństwa za zapobieżenie tragedii.

Aresztowania nastąpiły w okresie wzmożonej czujności po wcześniejszych atakach na niemieckie jarmarki bożonarodzeniowe, w tym po śmiertelnym ataku samochodem w Magdeburgu w grudniu 2024 roku. Zginęło wtedy sześć osób, a setki zostały ranne, a także po ataku ciężarówką w Berlinie w 2016 roku, w którym zginęło 12 osób.

Wspomniana grupa miała staranować samochodem tłum na jarmarku Bożego Narodzenia. Egipcjaninowi postawiono zarzuty podżegania w lokalnym meczecie do zabójstwa.

Kraje wschodniej flanki UE chcą wzmocnić granicę z Rosją

oprac. Anna Nagel
Helsinki

We wtorek w stolicy Finlandii odbył się, z udziałem przedstawicieli Polski, Finlandii, Szwecji, Litwy, Łotwy, Estonii, Rumunii i Bułgarii, szczyt wschodniej flanki UE.

Szef fińskiego rządu powiedział w Helsinkach, że gdy wojna w Ukrainie się zakończy, wzmocniona zostanie obrona wschodniej flanki Unii Europejskiej. - Jest to konieczne, ponieważ Rosja przerzuci (tam po wojnie - PAP) swoje wojska - przewidywał premier Finlandii Petteri Orpo, gospodarz pierwszego szczytu krajów tego regionu, podkreślając, że obecnie wszystkie państwa wschodniej flanki UE należą do NATO.

Szef fińskiego rządu przekazał również, że osiem krajów zgodziło się na współpracę i przedstawienie konkretnych propozycji dla flagowego projektu obronnego UE Straż Wschodniej Flanki. W tym celu planują ubiegać się o finansowanie konkretnych działań.

Na pierwszy szczyt państw wschodniej flanki UE w Helsinkach zaproszeni zostali przedstawiciele ośmiu krajów bezpośrednio sąsiadujących z Rosją: Litwy, Łotwy, Estonii, Polski, Szwecji, Finlandii, Bułgarii i Rumunii. Litwę reprezentował prezydent Gitanas Nausėda, Łotwę - premierka Evika Silina, Estonię - premier Kristen Michal,



Premier Donald Tusk wraz z przywódcami m.in. Finlandii, Szwecji, państw bałtyckich i Rumunii wzięli udział w szczycie wschodniej flanki UE

Polskę - premier Donald Tusk, Szwecję - premier Ulf Kristersson, Finlandię - Petteri Orpo, Bułgarię - p.o. premiera Rosen Żelazkow, a Rumunię - prezydent Nicușor Dan.

Fińska prasa zwróciła szczególną uwagę na obecność w Helsinkach szefa polskiego rządu, który w poniedziałek uczestniczył w Berlinie wraz z innymi przywódcami europejskimi w negocjacjach dotyczących planu pokojowego dla Ukrainy. Zapytany przez dziennik „Ilta-Sanomat”, czy pokój jest już blisko, Tusk przyznał, że jest w tej sprawie „trochę pesymistą, po-

nieważ do tego potrzebna jest dobra wola, także Rosji”, a „dobra wola i Rosja to oksymoron”.

Ostrożny co do wyników spotkania w Berlinie był również prezydent Litwy. Podkreślił on, że o ile część krajów zachodnich porozumiała się co do wsparcia Ukrainy i zapew-

Osiem krajów zgodziło się na współpracę i przedstawienie konkretnych propozycji dla projektu obronnego UE Straż Wschodniej Flanki

nienia jej bezpieczeństwa, m.in. poprzez obecność wielonarodowych sił, o tyle Rosja kategorycznie sprzeciwia się obecności wojsk NATO w Ukrainie. - Dlatego o konsensus będzie trudno - dodał Nausėda.

Wiceszef MON Cezary Tomczyk wskazał, że celem rozmów na szczycie wschodniej flanki UE w Helsinkach jest m.in. zadbanie, by więcej środków unijnych trafiło na bezpieczeństwo i obronność państw na wschodzie Unii. - To przede wszystkim kwestia mobilności i kontroli mobilności wojskowej - zaznaczył. PAP

„Potwór z Amstetten” chce wyjść na wolność. Złożył wniosek o wcześniejsze zwolnienie

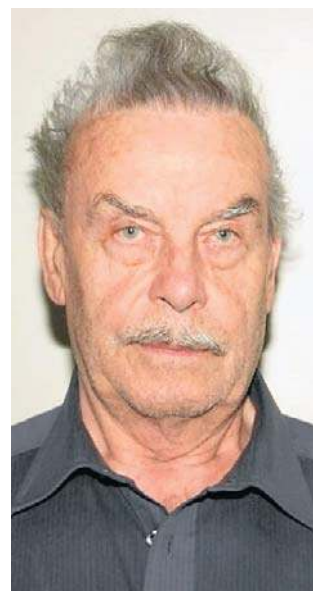
Kazimierz Sikorski
Austria

90-letni Josef Fritzl, skazany w 2009 r. na dożywocie za przetrzymywanie dzieci urodzonych po gwałcie na jego córce Elisabeth w piwnicy, ubiega się o przedterminowe zwolnienie.

Josef Fritzl ma nadzieję wyjść z więzienia przed następnymi świętami Bożego Narodzenia. Ubiega się o zwolnienie z powodu podeszłego wieku i demencji.

Fritzl odsiadujący karę dożywocia, przekazał świąteczne życzenia za pośrednictwem swojej prawniczki Astrid Wagner podczas wizyty w więzieniu Stein w Austrii.

W nagraniu wideo Wagner trzyma małą ozdobę świąteczną i mówi: „Dał mi pre-



Josef Fritzl, nazywany także „potworem z Amstetten”, ma już 90 lat i liczy na łaskę sądu

zent, świąteczną niespodziankę, małego Świętego Mikołaja. Bardzo się ucieszyłam z tego prezentu i chciałabym skorzystać z okazji, aby osobiście przekazać wiadomość od Fritzla.

Życzy wszystkim wesołych świąt Bożego Narodzenia i szczęśliwego Nowego Roku 2026. Ma też nadzieję, że do następnego Bożego Narodzenia będzie już wolny”.

Obrońca walczy o uwolnienie potwora

Wagner od lat prowadzi kampanię na rzecz jego uwolnienia. Powiedziała, że jest „zszokowana” nienawistnymi komentarzami kierowanymi pod adresem jej klienta.

Fritzl stara się o zwolnienie z więzienia od 2021 roku. W styczniu 2024 r. został przeniesiony z zakładu psychia-

trycznego o zaostrzonym rygorze do zwykłego więzienia. Wniosek o jego warunkowe zwolnienie został odrzucony przez władze w Krems.

Fritzl jest najbardziej znanym więźniem w Austrii, skazanym za przestępstwa takie jak zniewolenie, bezprawne pozbawienie wolności, gwałt i kazi-rodztwo. Sprawa wyszła na jaw w 2008 roku, kiedy ujawniono, że więził swoją córkę Elisabeth w piwnicy pod domem rodzinnym w Amstetten przez 24 lata.

Molestował ją i spłodził z nią siedmioro dzieci, z których jedno zmarło po porodzie. Śledztwo wszczęto, gdy Fritzl przywiózł do szpitala chorą córkę, co skłoniło lekarzy do wezwania policji i rozpoczęcia poszukiwań matki dziecka.

0011453368

„Można odejść na zawsze, by stale być blisko”

Z żalem zawiadamiamy, że w dniu 13 grudnia 2025 r. po ciężkiej chorobie zmarła w wieku 79 lat

Jadwiga Teresa Siutowicz

Zasłużona Dyrektor banku.

Msza św. żałobna odprawiona zostanie dnia 18 grudnia 2025 r. o godz. 14.00 w kościele parafii pw. Stanisława Biskupa Męczennika w Rzgowie. Pogrzeb odbędzie się na cmentarzu przy ul. Cmentarnej 9 w Rzgowie.

W smutku pogrążona Rodzina

Artystki, niezależne wdowy i buntowniczk. Bohaterki bieszczadzskich opowieści

Bieszczady - kraina wolności, zakapiorów, artystów i uciekinierów od miejskiego hałasu. Ale im dłużej im się przyglądać, tym wyraźniej widać, że to miejsce nie jest ani romantyczną dziczą, ani pustą przestrzenią gotową na nowe legendy. Pod warstwą współczesnych opowieści wciąż żyją tu historie wysiedleń, nieistniejących wsi, wieloetnicznych sąsiedztw i pamięci. Anna Kamińska w książce „Nie dopytuj się” wraca w Bieszczady, by opowiedzieć je na nowo z kobiecej perspektywy.

Jolanta Tęcza-Ćwierz



FOT. MAT. PRASOWE

Anna Kamińska: Przez dwa lata jeździłam w Bieszczady na reporterskie wyprawy

Zofia Komedowa, Maria Kownacka, Joanna Hasiorowa - są bardzo różne. Co łączyło je w ich związku z Bieszczadami?

Wszystkie kochały niezależność, miały ogromną wiarę w siebie i przekonanie, że poradzą sobie wszędzie. Hasiorowa, artystka tkaniny, żona Władysława Hasiora, podróżowała i wystawiała prace na całym świecie. Komedowa - najpierw żyła jako światowa kobieta u boku męża muzyka, torując mu karierę, a potem odważna wdowa. Kownacka - przez lata bez oporów ruszała w teren, nawet po siedemdziesiątce, by obserwować przyrodę. Była wieczną „kobietą w drodze” - reporterką, krajoznawczynią, która musiała wszystko w naturze dotknąć, usłyszeć i zobaczyć. Pracowała do końca życia. Wszystkie moje bohaterki to kobiety wyzwolone, samodzielne, odważne, gotowe podjąć decyzję o zmianie życia z dnia na dzień. Synowie Hasiorowej i Komedowej opowiadali mi, jak nagle usłyszeli od matek, że mają im wynająć pokój lub spakować rzeczy z mieszkania, bo one zostają w Bieszczadach. Moje bohaterki łączyła też ogromna uważność na przyrodę. Zofia Komedowa opowiadała, że nie mogła się skupić na czytaniu, bo tyle działo się wokół jej domu w Bieszczadach: a to samy podchodziły pod San, a to łasice biegały po strychu, a to niedźwiedź wszedł na podwórko, albo obserwowała przez lornetkę ptaki w dolinie Sanu.

To bohaterki na nasze czasy?

Zdecydowanie. Realizowały w jakiś sposób - pewnie nieświadomie - ideę głębokiej ekologii. Nie stawiały siebie w centrum i zamykały się w domach, tylko budowały relacje z sąsiadami, rozumiały, że współczucie to nie uczucie, tylko postawa, dbały o zwierzęta, przyglądały się roślinom rosnącym obok domu, czyli aktywnie, z pełnym zaangażowaniem nawiązywały więzi ze wszystkim, co żyje. I troszczyły się o środowisko. Pomagały innym i chroniły to, co wokół, doświadczając Bieszczadów w pełni.

Tytuł „Nie dopytuj się” brzmi jak nakaz milczenia. Co oznacza?

To zdanie usłyszałam w Bieszczadach kilka razy. Na przykład od gospodarza schroniska, którego dopytywałam kiedyś o współuczestników pewnego wieczoru w Bieszczadach. Opowiedział mi historię jednego z kolegów, który w nich przepadł. Drugi raz - od osoby wychowanej w Bieszczadach, która odkryła, że część rodziny kolegi, która nagle zjawia się w jego domu, trafiła na Warmię po wysiedleniu w czasie akcji „Wisła”. W obu sytuacjach padło: „Nie dopytuj się”. Nie wiedziałam też przez długi czas, czy mam prawo dopytywać

o losy pewnej rodziny z Wętliny, aż w końcu się odważyłam. Uznałam, że to święty tytuł, bo w Bieszczadach takich niedopowiedzianych historii - wynikających z wojny oraz wysiedleń, przesiedleń, czy trudów życia na co dzień jest mnóstwo, a codzienność bieszczadzka i okruciny wielkiej historii to tło mojej książki.

Jak często trafiała pani na historie, których nie dało się dopytać?

W Bieszczadach pamięć została przerwana w latach 40. XX wieku, więc nieustająco traflałam na takie historie. Każda wieś ma inną przeszłość: jedne miejscowości objęła akcja „Wisła”, inne - jak okolice Lutowisk - nie, bo do 1951 roku należały do ZSRR, dopiero potem na skutek korekty granic wróciły do Polski. Ta wielość, różnorodność i gęstość historii była dla mnie wyzwaniem.

Jak wyglądała pani praca?

Przez dwa lata jeździłam w Bieszczady na reporterskie wyprawy. Część rozmów zawsze miałam umówionych, a część wynikała z tego, że ktoś spotkałam na miejscu. Przyglądałam się życiu w wielu miejscowościach. Rozmawiałam z rodzinami i przyjaciółmi głównych bohaterów książki, przeglądałam dokumenty, odwiedzałam archiwa, odsłuchiwałam nagrania Zofii Komedowej, odszyfrowywałam listy byłej żony Władysława Ha-

siora, odszukiwałam świadków zdarzeń w innych częściach Polski i sporo czytałam, żeby nie powtarzać tego, co już napisano o Bieszczadach, tylko opowiedzieć czytelnikom nowe historie.

Czy podczas zbierania materiałów coś panią zaskoczyło?

W Bieszczadach zaskakuje wiele i to nawet ludzi, którzy są stamtąd, choćby dzika przyroda. Spotyka się tam osoby z nieprzewidywalnymi pomysłami na życie, barwnymi osobowościami, czy takich, którzy opowiadają niestworzone rzeczy. Przed sklepami we wsiach siedzą miejscowi, którzy potrafią snuć opowieści bez końca. Mnie na pewno zaskoczyła Zofia Komedowa. Znałam ją z opowieści artystów i publikacji - raczej niepoehlebych. A jej sąsiedzi malowali zupełnie inny obraz „Zośki” - osoby, która pomagała wszystkim we wsi, wozila cudze zwierzęta do weterynarza, pomagała ludziom pisać pisma, załatwiała lekarzy, prowadziła dom otwarty dla wszystkich: i dla artystów, i dla miejscowych.

A same Bieszczady? Zmieniła się pani wizja tych gór?

Znałam Bieszczady od lat z górskich wędrówek i miałam zawsze wrażenie, że to góry łagodne. Jednak kiedy zaczęłam rozmawiać w ramach pracy nad książką z ratownikiem GOPR i dowiedziałam się o wielu zdarzeniach: zaginięciu dzieci na połoninie, zamarnięciu leśnika w lesie na skutek załamania pogody, czy wypadku śmiertelnym na łagodnym Bukowym Berdzie, zaczęłam na nie patrzeć inaczej, z respektem. Opisuję w książce te historie.

Pisze pani również o napięciach kulturowych: Bojkowie, Łemkowie, Polacy, Ukraińcy, Żydzi. Czy Bieszczady nadal noszą ślady tamtej wieloetnicznej historii?

Ślady rzeczywiście noszą, ale mam wrażenie, że o wieloetniczności, wielokulturowości, czy wielonarodowości dawnych Bieszczadów mówi się zdecydowanie za mało. Wielokulturowość sprzed II wojny światowej nie jest tu szeroko opisywana, pokazywana, czy przypominana. W Lutowiskach jest kirkut - cmentarz żydowski, ale trudno do niego trafić, tablica informacyjna stoi gdzieś na uboczu, a w miejscu byłej synagogi, po której zostały ruiny, leżą śmieci. Zdecydowanie brakuje działań, które przywołałyby tamtejszą historię.

W książce pojawia się też Siłmona Kossak. Jaką rolę odegrała w kontekście Bieszczad?

Zanim trafiła do Puszczy Białowieskiej, marzyła, by pracować w Dolinie Hulskiej w Bieszczadach. Pojechałam tam jej śladami, żeby zobaczyć miej-

sce, które sobie wymarzyła. Znała te góry z czasów studiów biologicznych na Uniwersytecie Jagiellońskim i po dyplomie chciała badać tam dzikie zwierzęta. Nie dostała jednak pracy, nie było tam jeszcze Bieszczadzkiego Parku Narodowego. Pojechała więc do Białowieży, znalazła etat w jednym z instytutów naukowych i została tam na całe życie. Ale kochała każdy las górski: świerki, jodły, cisy. Wracała w Bieszczady, miała tu przyjaciela. Patrząc na nią, próbowałam zrozumieć, co tak bardzo ją tu kiedyś porwało, zafascynowało i uwiodło. Dzisiaj rozumiem ją doskonale.

Pisze pani o kobiecej relacji z naturą, a Bieszczady określa jako „kobietę niezależną”.

Skąd ten trop?
Z historii moich bohaterek. Od początku chciałam opowiedzieć o nich z kobiecej perspektywy, ponieważ takiej w książkach o Bieszczadach właściwie nie ma. Trafiłam na publikacje o zakapiorach, wojsku, harcerzach, PRL-u, ale nie o kobietach. A wiedziałam od lat, że mieszkała w nich choćby „szalona Zośka Komedowa”. To jej historia zmotywowała mnie, by przyjrzeć się, jak żyły tam inne kobiety: dlaczego wybrały to miejsce, albo do niego wróciły, dlaczego zostały w Bieszczadach niejako zarządzające losu i jakie te kobiety są. Rozmawiałam z panią, która pamięta przedwojenne Bieszczady i ma ponad 100 lat, przytaczam relacje wielu kobiet. Chciałam pokazać, jak kobiety funkcjonowały w trudnym terenie, w surowym klimacie, z kiepskimi drogami i długimi zimami. Kiedyś i dziś.

W książce wybrzmiewają te trudności życia w górach. Jak wpływały one na pani bohaterki i na pani odbiór ich siły?

Imponują mi najbardziej ich otwartość, elastyczność i gotowość do przemieszczania się, także w dojrzałym wieku. To „kobiety migrujące”, które przeczą stereotypowi, że starzych drzew się nie przesadza. I Komedowa, i Hasiorowa miały wnuki, a Kownacka wychowywała siostrzeńców, ale chciały przeżyć swoje życie po swojemu, mieszkać z daleka od miasta w dzikiej przyrodzie i sprawdzić się w nowym miejscu. Były dzielne, kreatywne, spontaniczne i miały poczucie humoru. Apelowaly, by ze wszystkim co żyje, rośnie, kwitnie, żyć w harmonii. Dziś dużo mówimy o „drugiej połowie życia”, czy „starzeniu się z godnością”, a te kobiety pokazują, jak może wyglądać życie na emeryturze i to jest niezwykle podbudowujące. Miałam ogromną przyjemność, że mogłam odkryć te kobiety, czytać ich zapiski, słuchać ich słów, oglądać ich życie na fotografiach i opowiedzieć ich historie w swojej książce.

Przez lata lepiej było milczeć o tym, co działo się za murami Monte. Dziś w korytarzach, w których kiedyś dominował strach, funkcjonariusze próbują budować poczucie sprawczości, odpowiedzialności i drugiej szansy. Bo choć historia tego miejsca jest trudna, współczesność pokazuje, że nawet w areszcie można szukać zmiany, która wykracza poza kraty

Tekst Jolanta Tęcza-Ćwierz, Zdjęcia Andrzej Banas

Montelupich. W miejscu z tragiczną historią szukają dziś drugiej szansy

Na północno-wschodnich obrzeżach Krakowa wyrósł masywny, ceglany gmach. Z pozoru zwykły budynek, w rzeczywistości wybrzmiewało w nim echo komend, raportów i żołnierskich butów. Montelupich.

Twierdza, która czekała na swój mroczny czas

Historia Monte zaczęła się w czasach, gdy Kraków wiązany był jeszcze w ciasny gorset austriackiej twierdzy. W latach 80. i 90. XIX w. wznoszono tu koszary zaborczej armii austro-węgierskiej, a obok nich areszt wojskowy i cesarsko-królewskie sądy. Kompleks tętnił życiem monarchii, dyscypliny i chłodem surowych korytarzy.

W 1918 roku przejęło go tworzone Wojsko Polskie, a rok później, na mocy rozkazu ministra spraw wojskowych, zorganizowano w nim wojskowe więzienie śledcze. Montelupich nie stało się zakładem karnym w powszechnym rozumieniu. Jego status pozostawał niezmienny aż do wybuchu II wojny światowej we wrześniu 1939 roku. Do tego czasu trafiali tu ci, którzy podlegali sądownictwu wojskowemu: żołnierze zatrzymani w czasie dochodzeń i przesłuchań, ukarani dyscyplinarnie, przywiezieni na szybkie, często surowe rozprawy.

Przez dwadzieścia lat, od 1919 r. do wybuchu wojny, komendantem Montelupich był Jakub Garlicki - niewzruszony strażnik porządku w tym miejscu, gdzie liczba osadzonych wahała się zwykle między 350 a 400. Gmach żył rytmem codziennych apeli, dźwiękiem kluczy i szelestem raportów. Niby zwyczajne więzienie wojskowe, a jednak w powietrzu czuło się coś jeszcze - jakby ciężar, który dopiero miał spaść.

1939-1945: gdy mury zaczęły krzyczeć

W wilgotny, szary poranek 6 września 1939 roku na krakowski brzeg Wisły wkroczyły niemieckie oddziały. Od strony mostu Piłsudskiego sunęły ko-



lumny Wehrmachtu - miasto wchodziło w okupację, która potrwa 1961 dni. Najpierw panował chaos okupacyjnej władzy: żołnierze wspierani przez policyjne formacje Sipo i SD patrolowali ulice, wyprowadzali ludzi z domów, zabezpieczali najważniejsze budynki. 12 października Adolf Hitler zdecydował o utworzeniu Generalnego Gubernatorstwa, którego stolicą został Kraków, obejmującego ziemie polskie okupowane, a nie wcielone przez Niemców do Trzeciej Rzeszy. Dwa tygodnie później Hans Frank objął funkcję generalnego gubernatora, zajmując Zamek Królewski na Wawelu.

Ruszyły tryby terroru

Wśród wielu narzędzi, którymi okupant dąwił polskie społeczeństwo, szczególnie złowroga była sieć więzień. Jednym z kluczowych jej punktów stało się Montelupich. Po wkroczeniu Wehrmachtu budynek przejęło prawdopodobnie Einsatzkommando 2/I, a gdy ustanowiono Generalne Gubernatorstwo, trafił on pod zarząd komendanta policji bezpieczeństwa i służby bezpieczeństwa dystryktu krakowskiego. Odtąd oficjalnie nazywał się Polizeigefängnis Montelupich. Dla krakowian nie

było jednak żadnej wątpliwości - to było po prostu Monte. A słowo to szeptało z lękiem.

Już 17 września więzionych w nim było 90 osób, a liczba ta rosła z każdym dniem, jakby budynek zasysał ludzi bez końca. W drugiej połowie 1941 roku Niemcy utworzyli także oddział kobiecy, zorganizowany w przejętej części jednego z budynków zakładu Helclów. Później przejęto cały ten kompleks, wyrzucając z niego pensjonariuszy i siostry szarytki.

Do Montelupich zwożono ludzi z całego dystryktu: z Rzeszowa, Sanoka, Tarnowa, Miechowa, Nowego Targu, Nowego Sącza, czasem nawet spoza niego, np. z Warszawy i Lwowa. Po przetransportowaniu wystarczył podpis funkcjonariusza Sipo i rozpoczynał się proces osadzenia w maszyni więziennej: wpis do księgi więźniów - imię, nazwisko, zawód, wyznanie. Dalej następowało odebranie rzeczy osobistych, później dezynfekcja, odswadzanie - formalności zamykały człowieka w systemie, z którego rzadko wychodziło się żywym.

Na początku 1941 roku Montelupich przemieniło się w drugie - obok słynnej ul. Pomorskiej - centrum śledcze dla gestapo. Zwykle pomieszczenia

stały się salami przesłuchań, a właściwie miejscami kaźni.

„Jęki i krzyki przesłuchiwanych słychać było w dzień i w nocy, że nieraz nie mogliśmy spać” - wspominała Elżbieta Dzierwa, więźniarka sprząająca korytarze.

Przeprowadzanie śledztw i przesłuchań w budynku więzienia było jedną z cech charakterystycznych, która odróżniała Monte od innych więzień policyjnych w Generalnym Gubernatorstwie. Niemcy po wkroczeniu do Krakowa przystąpili do „oczyszczania” miasta z ludzi, których uznali za element wrogi i niepożądany. Aresztów dokonywano na podstawie przygotowanych list. Monte zapętlono się oficerami, urzędnikami, profesorami, duchownymi, adwokatami, nauczycielami. Ludźmi kultury, nauki, handlu. Do tego złapani w łapankach przypadkowi przechodnie, biedni, przerażeni. Każdy mógł tu trafić.

Na Montelupich śmierć była codziennością, i to w dwóch odmianach. Bezpośrednia - na skutek egzekucji pojedynczych i grupowych, które wzmogły się zwłaszcza w drugiej połowie 1943 roku. Była też eksterminacja pośrednia - powolna, rozciągająca w czasie. Głód, choroby, wielodniowe przesłu-

chania, które miały złamać ciało i wolę. W specjalnych salach przesłuchań wisały szyny, haki, klamry, obręcze, maski gazowe, pejcze, obcęgi. Użycie każdego z tych narzędzi mogło stać się odpowiedzią na brak odpowiedzi. Każdy funkcjonariusz miał do tego celu własne „metody”.

Egzekucjom poddawano również więźniów pochodzenia żydowskiego, chorych wenerycznie, sowieckich jeńców, prostytutki, ludzi hardych, wykazujących odrazę do kolaboracji. Wszystkich, których okupanci uznawali za zbędnych.

Montelupich w czasie wojny stało się czymś więcej niż więzieniem - było miejscem „pochłaniającym” trafiających do niego ludzi. Oddawało jedynie ciszę. Kraków nauczył się żyć z tą ciszą.

Po 1945 roku: kaci odchodzą, inni zajmują ich miejsca

79 strzałów - tyle wystarczyło, by Niemcy zakończyli swoją obecność na Montelupich. Cele, korytarze, wartownie stały puste, ale tylko przez chwilę. Kiedy 18 stycznia 1945 roku do Krakowa weszła Armia Czerwona, zaczęła się kolejna odsłona dramatu, jakby mury dawnego więzienia przywoływały następnych oprawców.

Sowieci zajęli cały kompleks: koszary, baraki, wozownie. W pierwszych tygodniach osadzali tu własnych jeńców oraz żołnierzy Armii Krajowej. W lutym 1946 r. gmach więzienny, będący częścią kompleksu, przekazano Ministerstwu Bezpieczeństwa Publicznego.

Reaktywacja więzienia wynikała z politycznej konieczności. „Nowa Polska” potrzebowała miejsca dla skazywanych zbrodniarzy wojennych i kolaborujących z Niemcami, a także dla tych, którzy nie wpisali się w komunistyczny porządek. Żołnierze podziemia niepodległościowego ukrywali się w lasach, uzyskując pomoc ludności cywilnej, dzięki czemu ich

opór mógł być kontynuowany. Jednak przez to i pomagający byli zagrożeni aresztowaniami, ludowa władza potrzebowała więc Montelupich.

W czerwcu 1946 r. więzienie ruszyło pełną parą. Każdy, kto trafiał „na Monte”, przechodził tę samą ścieżkę: rewizja, depozyt, wpis do księgi, a potem decyzja - cela zbiorowa czy odosobnienie. Pojedyncze cele, choć głównie przeznaczone dla skazanych na śmierć, w praktyce były narzędziem presji psychicznej. Niektórzy siedzieli tam tygodniami, czasem nie wiedząc, dlaczego ich odizolowano. Wystarczył grymas, komentarz, nieposłuszny gest więźnia.

Pobudka o szóstej, ubranie, „kiblowanie” (czyli poranna toaleta), apel, ćwiczenia, modlitwy. Obojętnie, czy ktoś był wierzący, polityczny, kryminalny - rytm więzienia był nieubłagany. Prace fizyczne, dezynfekcja odzieży, pranie, naprawy - monotonna codzienność przerywana jedynie stukotem butów, brzękiem wiader, metalicznym zgrzytem zamków.

Lata 1946-1956 były czasem największego przepełnienia i największego strachu. Po krótkim „oddechu” wiosną 1947 roku liczba więźniów znów rosła. Kaesowcy (skróót od: kara śmierci) zajmowali wyodrębniony blok w prawym skrzydle.

Miejsce straceń owiane było tajemnicą wojskową, ale wielu wiedziało, gdzie padały strzały. To mały plac przy piekarni i garażu - ledyne miejsce odcięte od reszty kompleksu. Osadzeni wykonujący tam rozmaite prace natrafiali na ślady po kulach. To tam wykonano 159 wyroków orzeczonych przez sądy wojskowe w Krakowie. Ciała 155 ofiar trafiły na Rakowice. Wielu z zabitych to żołnierze podziemia, aktywiści, ludzie niewygodni.

Ale Monte nie straciło swojego „politycznego” charakteru także po odwilży. Trafiali tu m.in. obrońcy nowohuckiego krzyża, którzy 27 kwietnia 1960 roku sprzeciwili się decyzji władz o jego usunięciu. Repre-

OGŁOSZENIA

Dziennik
ŁÓDZKI

dodatek bezpłatny

Środa, 17.12.2025
Nr 1504

Potrzuje

MEBLE pokojowe, kuchenne, sprzęt AGD i RTV - nieodpłatnie, 661-027-265

ROWER z PRL-u Wigry, Jubilat, Flaming, kolarkę i inne, 608-097-274

0011242692

OGŁOSZENIA DROBNE
na TELEFON
800 472 852
42 647 28 52

Hobby

ANTYKI

MEBLE obrazy porcelanę szkło lampy szable bagnety medale odznaczenia starocie kupię, 608-207-652

PRL - Zabawki, autka, żołnierzyki, kolejki, komiksy, płyty, znaczki, monety, banknoty kupię, 608-207-652

REKLAMA 0011452142

ANTYKWARIAT
Skup płyt winylowych,
płyt CD, kaset
magnetofonowych
z muzyką.
Dojazd do klienta.
Tel. 503 133 524

AUTOREKLAMA

Polecamy →



**Strona
Kuchni**



Wszystkie smaki kuchni

stronakuchni.pl

Mieszkania

DO WYNAJĘCIA

Kawalerka, Górna, 665-600-247

Mieszkanie Górna 665-600-247

Pokoje Piękna 665-600-247

Działki

SPRZEDAM

BUDOWLANE, Tuszyn, 695-864-032

PIOTRKÓW, ul. Zgodna, budowlana 1200m², 784-422-349

Sprzęt domowy

MEBLE

STÓŁ + krzesła - 200 zł, komoda, szafa, witryna po 130 zł/szt, ławostół, fotele po 50 - 70 zł/szt., 785-971-061

WERSALKA, sofa, fotel 1-2 osobowy, rozkładany po 120 - 150 zł/ szt., szafki kuchenne po 30 - 50 zł/szt., kanapa rogowa - 200 zł, 785-971-061

DYWANY

DYWANY różne, chodniki, 785-971-061

ARMATURA

WANNA 120cm nowa - 150zł, 42-681-28-85

Komputery

POGOTOWIE komputer, 733-955-881

Budowlane

MATERIAŁY

KRUSZYWA drogowe z dostawą, 605-231-441

Handlowe

Drewno kominkowe, 502-061-012, 513-149-330

Różne

ODZIEŻ

KURTKA narciarska męska - 80zł, kurtka damska ocieplana - 60zł, 503-697-076

ART. DZIECIĘCE

SANKI drewniane z oparciem - 40zł, sanki metalowe - 50zł, wózek - 60zł, 503-697-076

SPRZEDAM huśtawkę domową składaną, dużą 70zł, Łódź, 791-771-718

Rolnicze

RÓŻNE

NAWOZY NPK, MG, S, N 6%, P 16%, K 28%, S 9%, MG 7% Cena 2.150 zł/tona, 500-669-621

USŁUGOWY zbiór kamieni polnych - maszynowo, 605-231-441

WAPNO nawozowe - sprzedaż, dostawa, rozsiew, 605-231-441

Zamienię

BALKONIK do chodzenia, wózek do zakupów na owoce, słodczyce, 503-697-076

PRAŁKA automatyczna, kuchnia gaz., lodówka, zamrażarka, grzejnik elektryczny, drobne AGD na inną rzecz, 785-971-061

Usługi

BUDOWLANE

DACH tanio solidnie VAT, 787-337-426

MALUJĘ i nie tylko, 506-177-580

TYNKI tradycyjne, 660-456-287

MONTAŻOWE

Żaluzje. Rolety. Moskitiery. Producent. Tanio. Solidnie, 509-190-833

INSTALACYJNE

12H Dobry Hydraulik, 666-744-277

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

Gaz montaż, naprawa, szczelność, uprawnienia, 513-782-398

Hydraulika - awarie, 509-721-995

HYDRAULIKA tanio, 664-272-696

Przepychanie kanalizacji - kamera, 509-721-995

PORZĄDKOWE

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

POSPRZĄTAM, wywiozę, 518-121-909

Pranie dywanów, tapicerki, 792-038-112

SPRZĄTANIE komórek, garaży, terenów i po zmarłych - likwidacja mieszkań, 576-187-032

AGD NAPRAWY

Automatyczne pralki - dojazd gratis, 42-674-14-67

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

RTV NAPRAWY

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

TELE - audiovideo naprawa, 602-687-803

ANTENY

ANTENY - serwis, 733-955-881

TRANSPORT

PRZEPROWADZKI, wyburzanie, sprzątanie piwnic, 518-121-909

Praca

ZATRUDNIĘ

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

DO sprzątania zakładu produkcyjnego w Strykowie ZPCh zatrudni na umowę o pracę niepełnosprawnych oraz na umowę zlecenie osoby bez orzeczenia, (możliwość dowozu), 660-521-529

FIRMA zatrudni do sprzątania biur, hoteli. Praca dodatkowa lub w pełnym wymiarze, 692-428-346, 691-723-578

MURARZY do wykonania elewacji z cegły klinkierowej ok. 500m², 601-578-989

Ogrodnik, brukarz, prawo jazdy B, 793-515-313

0011442525

REKLAMA



**BOTANIC
PARK**

**Nowe mieszkania
w Łodzi
ul. Konstantynowska 64 C**

**Powierzchnie
od 29 m² do 105 m²**

GETMAR
Firma Budowlana

tel. 785 400 542, 601 858 400
mieszkania@getmar.com.pl

www.botanicpark.pl

Kinga Jakubowska: Piractwo jest przyzwoleniem na społeczną arogancję

Dwunastolatek powinien wiedzieć, czym jest własność intelektualna. Bez edukacji o prawie autorskim nie zrobimy kroku naprzód – mówi Kinga Jakubowska, szefowa Fundacji Legalna Kultura

Anita Czupełna

Chciałabym zacząć naszą rozmowę od momentu założycielskiego Legalnej Kultury. Jaka była pani prywatna motywacja, co to był za impuls? Krótko mówiąc: co panią najbardziej bolało i dlaczego powstała Fundacja Legalna Kultura?

Z jednej strony była to odpowiedzialność zawodowa i myślenie ideowe, a z drugiej, jak się szybko okazało, moja totalna naiwność. Wywodzę się z branży filmowej, przez 20 lat zajmowałam się dystrybucją filmów i w 2010, i 2011 roku padliśmy ofiarą piractwa. Firma Kino Świat, której byłam współzałożycielką, stanęła dosłownie w obliczu bankructwa. Kiedy wydaje się 250 tysięcy euro na zakup filmu – w tamtych czasach była to ogromna kwota za licencję filmu „O północy w Paryżu” – a na dwa tygodnie przed premierą kinową film obejrzało w internecie pół miliona ludzi, to człowiek jest po prostu zrozpaczony, obezwładniony i przerażony, co dalej. To były bardzo agresywne czasy. Pamiętam, posłam na spotkanie ze studentami, opowiadając o tym. Wielu mówiło wtedy, że piractwo to nie jest żadne piractwo, tylko, że tak się promuje filmy, że drugie tyle ludzi pójdzie do kina, bo ci, co widzieli piracką kopię, powiedzą, że film był fajny. To były okrutne czasy dla ludzi, dla wydawców.

O, przypomniała mi pani. O tym, że „mój wydawca jest złodziejem”, Kazik Staszewski śpiewał już w latach 90., a pamiętam jak w 2009 roku Kult został też okradziony, gdy do internetu wyciekły nagrania z najnowszej jego płyty. Bardzo ostro wtedy Kazik to skomentował.

Tak, udzielił wywiadów, w których rzucił hasło, że jeżeli ktoś lubi słuchać jego muzyki, a ją piratuje, „to jest dla mnie k...”. Był zdesperowany. To były czasy ludzi, którzy piratowali czy też swobodnie korzystali ze wszystkiego i uważali, że mają do tego święte prawo. Na wspo-

mnianym przeze mnie spotkaniu studenci mało nie obrzucili mnie ogryzkami. Naprawdę byłam jedyną osobą, która mówiła: „Słuchajcie, cywilizacja nakazuje szanować drugiego człowieka także w internecie – jest nierozdzielny związek między dwiema postaciami kultury – cyfrową i materialną”. Zostałam wygwizdana. To było najokrutniejsze „kulturalne” spotkanie w moim życiu. Pół roku później, rozstając się ze współnikiem i odchodząc z Kino Świat, postanowiłam, że zanim zrobię coś innego w życiu, muszę zorganizować kampanię antypiracką, żeby wydobyc ludzkość z nieświadomości. Wydawało mi się, że wystarczy pół roku; że przemyśnię, wytłumaczę ludziom, że Legalna Kultura dąży do rozwiązania jednego z najistotniejszych problemów współczesnej kultury – jak z niej korzystać, zachowując wolność własną i nie ograniczając cudzej. I tu właśnie objawiła się moja naiwność. Myślałam, że jeśli powiem, jak jest, to sprawa będzie załatwiona. A to pół roku trwa do dzisiaj.

Kiedy po raz pierwszy pomyślała pani, że coś zaczyna w końcu działać, że następuje jakiś zwrot kulturowy?

Przede wszystkim na początku nikt nikt nie wierzył w ten projekt, oprócz jednej osoby, a była nią Agnieszka Odorowicz, ówczesna dyrektorka PISF. Pierwsza iskierka nadziei, że to ma sens, pojawiła się po roku działalności Legalnej Kultury; kiedy ktoś w ogóle zaczął na ten temat ze mną rozmawiać. Umówmy się: przez pierwszy rok, kiedy kogoś pytałam, z jakich źródeł korzysta, ludzie zarzucali mi, że zadaję pytania intymne. Po roku media zaczęły ze mną rozmawiać. Mówiono: „Wiesz, nie napiszemy o tym, bo to nie jest temat, który ludzie chcą czytać, ale okej, my chcemy coś na ten temat wiedzieć”. Od początku była to kampania pozytywna, oparta na alternatywie i propozycji, a nie na karaniu

i krytykowaniu. Gdyby nie ten pomysł, to kampanii by nie było, bo zostałaby zjedzona. A tak, na bazie pozytywnych wartości włączyli się artyści i zaczęliśmy funkcjonować. Tak naprawdę dopiero po mniej więcej pięciu latach zobaczyłam postęp. Moim probierzem było to, że dzwoniłam do szkół i proponowałam warsztaty Legalnej Kultury. Po pięciu latach zaczęto, bez błagania i szczególnego tłumaczenia, wpuszczać nas do szkół. To uważam za progres.

Co panią najbardziej wkurzało w tej narracji, że na piractwie nikt nie traci? Kto więc traci?

Wszyscy tracimy – ludzka etyka i świadomość, budżet państwa, serwisy, które chcą legalnie udostępniać filmy, kina, twórcy, my odbiorcy kultury. Jest jedna ważna rzecz, są też ludzie naprawdę totalnie nieświadomi, że coś piratują i naprawdę o tym nie wiedzą. Jest to cecha internetu. Dlatego tak ważne jest świadome korzystanie z jego zasobów.

W internecie hasło „Nie kradnij” nie działa?

To nie jest tylko kwestia kradzieży treści. To również sprawy dotyczące chociażby zawodu dziennikarza: mam na myśli plagiat materiałów, przekopiowywanie. Plagiat jest zmorem czasów cyfryzacji. Piratowanie polega na tym, że utwór rozpowszechnia się dalej. Plagiat zaś na tym, że przypisuje się sobie autorstwo czy jego utworu. To są takie same, a nawet gorsze rzeczy. Jeżeli ktoś świadomie uprawia piractwo czy plagiat, to jest to moralność utracona w sieci, tylko za-

kamuflowana, bo najczęściej robimy to sami. A przecież w internecie nie stajemy się kimś innym; po drugiej stronie też jest człowiek. Wracając do pani pytania: są straty materialne, ale też mentalne, moralne, etyczne. Dzisiejsza młodzież i w ogóle młody człowiek, i tak ma nieprawdopodobnie rozproszone wzorce, a do tego dochodzą swobody dotyczące piractwa, korzystania z zasobów sieci. To jest takie ciche przyzwolenie na społeczną arogancję i w tym piractwo jest niebezpieczne chyba najbardziej. Nic nas już nie trzyma w ryzach. Dlatego kampania Legalnej Kultury jest kampanią budowania świadomego uczestnictwa w kulturze i świadomego uczestnictwa w sieci, budowania wspólnoty twórców i odbiorców.

Są serwisy, na których znajduje się „kradziona kultura”, gdzie znajdziemy dostęp do spiroowanych filmów, a na takich stronach reklamują się też znane marki. To tak, jakby na to przyzwalały. Czy możliwe jest rozwiązanie regulacyjne albo rynkowe, które by przedstawiło tę wagę?

O to trwa cała „zimna” wojna, a mam wrażenie, że wielu walczących jest w białych rękawiczkach! To nie jest tak, że nikt z tym nie walczy. Jednak domy mediowe dysponują ogromnymi budżetami i zwróćmy uwagę: w tych serwisach nie ma przypadkowych reklam mniejszych firm, biżuterii czy bielizny. Mówiąc najprościej – to są wielkie korporacje, potężne firmy np. jak Coca-Cola. Kupują reklamy hurtowo przez agencje i platformy jak Google

Ads, Facebook czy dziesiątki mniejszych sieci reklamowych. Ustawiają tylko: „pokaż moją reklamę mężczyznom 18-35 lat w Polsce” – i system sam znajduje miejsca, gdzie tacy ludzie siedzą. Pirackie strony podpisują się pod ten sam system i one też sprzedają miejsce na reklamy przez te same sieci. W wielu przypadkach nie można mieć pretensji do użytkowników, bo są i tacy, którzy pomyślą: „Skoro tu reklamuje się Coca-Cola, to chyba wszystko jest w porządku”.

Kolejna rzecz to prawa autorskie. Nadążają za tempem technologii?

Problem polega na tym i tak było od początku, że prawo nigdy nie nadążało za życiem, cywilizacją, technologią. Kiedy pojawiło się DVD, pamiętam mnóstwo walk o prawa, o tantiemy z płyt DVD, i wiele spraw sądowych. DVD już prawie schodziło z rynku, zamieniało się w streaming, a procesy w sądzie trwały 10-12 lat. W zapisach prawa tego nie ma nie przewidziano, a w umowach w ogóle nie było słowa o takim nośniku jak DVD. A wcześniej nie było np. o wideo. Teraz mamy identyczną sytuację z AI, tylko na znacznie większą skalę. To cecha rozwoju cywilizacyjnego, że technologia coraz bardziej wymyka się z reguł i coraz trudniej nad nią zapanować.

Algorytmy stały się tak obecne w naszym życiu, że mówią nam, co mamy lubić. Wchodzę na stronę i widzę formułkę: „Polecane dla ciebie”. Jak bronić różnorodności w świecie, w którym sztuczna inteligencja już „wie”, co mamy lubić? Może kina studyjne powinny mieć własne, kuratorskie algorytmy?

No, właśnie uważam, że w tym momencie samo słowo „algorytm” staje się wrogiem. Chcemy się przed tym bronić, a jednocześnie dajemy przyzwolenie, by serwisowano nas na każdym kroku, bo te algo-

rytmy to nic innego jak podawanie treści na tacy. A to jest nasz wybór, co z tym zrobimy. Dobrze, że pani zwróciła na to uwagę, bo to kolejny element świadomego uczestnictwa w kulturze. Ono powinno polegać na tym, że dokonujemy świadomych wyborów, czyli np. czytamy recenzje. Algorytm nas w tym wyręcza – nasz niewidzialny lokaj. To jest wybór: albo idzie się na skróty i korzysta z papki, albo robimy dwa kroki wstecz i sięgamy po coś bardziej szlachetnego. To nasz wybór. Mamy tendencję, żeby wszystko osiągać szybciej i zetracamy wartości. Wiem, że nie będę popularna i nie wymyślę prochu, ale osobiście omijam algorytmy szerokim łukiem. A jeśli na nie patrzę, to wyłączam ze względu na realizację kampanii Legalnej Kultury. Co mnie ostatnio dobiło: w telefonie szukałam głośników JBL, które chciałam kupić młodzieży poświęcającej swój czas na pogłębione wywiady, jakie przeprowadzamy. I proszę sobie wyobrazić przeglądanie głośników w telefonie i od razu dostaję SMS: „Dzień dobry, Kingo, szukasz głośnika Bluetooth. Wybierz model dla siebie”. Byłam w szoku. Skąd oni w ogóle znają moje imię? Jeżeli za tym podążamy, to dajemy przyzwolenie. I tu wchodzimy w sferę inną niż piractwo, tylko ogólnie mówiąc, w obrządek cywilizacyjny, który serwuje nam technologia, przenosi nas do zupełnie innego świata. My sobie z tego nie zdajemy sprawy, bo niby nadal rano pijemy herbatę, rozmawiamy w tym samym języku, a nasza obyczajowość zmienia się w tempie kosmicznym i zaczyna brakować wartości. Dlatego ciągle powtarzam o świadomym uczestnictwie; to dotyczy piractwa, etyki, tego, że po drugiej stronie też jest człowiek, i wartości etycznej związanej z tym, jak korzystać ze wszystkiego, nie robiąc krzywdy drugiemu człowiekowi. A tego bez myślenia i świadomych wyborów zrobić się nie da.

JEST JEDNA WAŻNA RZECZ, SĄ TEŻ LUDZIE NAPRAWDĘ TOTALNIE NIEŚWIADOMI, ŻE COŚ PIRATUJĄ I NAPRAWDĘ O TYM NIE WIEDZĄ. JEST TO CECHA INTERNETU



FOT. KATARZYNA SOCHA

Kinga Jakubowska: Piratowanie polega na tym, że utwór rozpowszechnia się dalej. Plagiat zaś na tym, że przypisuje się sobie autorstwo czyjeś utworu

Wspomniała pani o filmach, więc przejdę do kina. Nosi pani w sobie takie pierwsze wspomnienie z kina? Co to było: fotele, zapach, dźwięk? Co panią uwiodło?

Uwiodło mnie to, że jest ciemno i jest tylko film. Dla mnie to była magia. Oczywiście wiedziałam, że dookoła są ludzie, pewnie czułamby się głupio sama w kinie, ale uwiodło mnie to, że nic nie widać oprócz wielkiego ekranu i filmu.

Dzisiaj młodzi ludzie do kina nie chodzą. Jak przekonać nastolatków, że kino jest ważniejsze niż scrollowanie telefonu?

Fundacja Legalna Kultura przeprowadza teraz na ten temat badania i naprawdę boję się, że jeśli nie będziemy młodemu człowiekowi po prostu pokazywać kinowego ekranu i tej różnicy, nie wspominając o dźwięku i innych walorach – ale sprowadźmy to na razie do rozmiaru ekranu – to nie doczekamy się kolejnych widzów. Trudno tęsknić za czymś i doceniać coś, o czym nie ma się pojęcia. Jeżeli ktoś nie oglądał filmu na dużym ekranie, nie ma perspektywy, że coś traci, że dokonuje jakiegoś wyboru.

Co mówią badania? Dlaczego np. nie chodzi się już na randki do kina?

W dużej mierze chodzi o cenę biletu, choć wiem, że w kinach studyjnych jest niższa i bez dramatu. I o czas – młodej człowiek też ma go coraz mniej. Natomiast u młodego człowieka, który jeszcze uczęszcza do szkoły, zauważyliśmy ciekawą rzecz w badaniach europejskich: najmniej piratowanych filmów jest w grupie do 18.-20. roku życia, czyli wśród tych, którzy mieszkają z rodzicami i korzystają z wykupionych przez nich abonamentów platform streamingowych. Zaraz potem zaczyna się grupa wiekowa, która piratuje najwięcej i to jest dziwne.

Czyli młodzi wychodzą z domu i już nie chcą płacić?

Tak. I muszą sobie radzić sami. A to, że zanika wartość ekranu kinowego, wynika z porównania, że za miesiąc serwisu zapłaci się 35 zł, a tyle kosztuje jeden bilet do multipleksu. Wygrywa tzw. racjonalne myślenie. Mam nadzieję, że to nie doprowadzi do tego, że kino spadnie do rangi teatru i będziemy wychodzić do kina jak na spektakl.

Co młodzi dostaną w kinie, czego nie da żadna platforma ani smartfon?

Właśnie o to chodzi, że oni często nie uświadamiają sobie, że obejrzenie filmu na wielkim ekranie, z świetnym dźwiękiem jeden do jednego, we wspólnocie widzów, to zupełna magia. Zbieramy się w czerni kina i jesteśmy tylko my i film. To inny odbiór. Mogę to tłumaczyć na różne sposoby, ale to trzeba przeżyć. Teraz organizujemy kampanię „Kino jest ważne”, bo chcemy zwrócić uwagę, by przynajmniej od czasu do czasu przypomnieć sobie smak i efekt wielkiego ekranu.

Co pani zdaniem powinno z polskich kin natychmiast zniknąć?

Wiem, że ludzie fatalnie reagują na nadmiar reklam. Z drugiej strony kina muszą się z czegoś utrzymywać. Jeżeli wiemy, że przez pół godziny lecą reklamy, to można po prostu przyjąć pół godziny później i dać kinom zrobić. Ale to jest pytanie, na które nie mam gotowej odpowiedzi.

Co z kinami w małych miejscowościach? Czy Fundacja Legalna Kultura prowadzi tu jakiś projekt?

Tak. Właśnie startujemy z projektem „Otwarte drzwi do kultury”. Przyjeżdżamy do miejscowości, wiasek zasadniczo oddalonych od kina, z dużym, pompowanym ekranem i robimy prawdziwe kino na sali gimnastycznej, z leżakami, z pełnym doświadczeniem wielkiego ekranu. To kwintesencja tego, o czym mówię: zmienia się proporcja czło-

wieka do ekranu i nagle widać, na czym polega magia kina. Robimy warsztaty dla dzieci w różnych grupach wiekowych oraz dla nauczycieli. W międzyczasie pokazujemy uczniom film na wielkim ekranie, a wieczorem gramy dla całej lokalnej społeczności. Chodzi o wspólnotę, bez wykluczania.

Często mówi pani, że „kultura to wspólnota”. Co dziś jest jej spoiwem, tym klejem?

Ogromną ulgą dla ludzi, jak widzę, jest kultura cyfrowa, pod warunkiem, że korzystamy z niej z czuciem i wiarą w drugiego człowieka. Istnieje mnóstwo legalnych serwisów; my w Legalnej Kulturze prowadzimy Bazę Legalnych Źródeł. Dziś jest w niej ponad 700 serwisów, a gdy zaczynaliśmy, po roku było ich 40. I teraz tak: wszyscy mamy dostęp do tego samego, czy ktoś mieszka w Warszawie, czy na wsi, wraca z pola, zrzuca kalosze i pada na kanapę. To jest wspaniałe, bo w kulturze jesteśmy równi i to może nas jednoczyć. Kiedy pokazuję tę bazę na wielkim ekranie i mówię: wejdźmy w dowolny serwis – w tym samym momencie korzysta z niego pewnie kilka tysięcy ludzi. Należymy do tej wspólnoty, nawet jeśli jesteśmy w małej miejscowości, gdzie mieszka 800 osób, czy na 20, piętrze w jakiejś metropolii.

**Mija 20 lat od uchwalenia Ustawy o kinematografii i 20 lat PISF. Co pani zdaniem w PISF działa, a co wymagałoby re-
setu, czy może poprawki systemowej?**

PISF jest ramieniem tej ustawy, a pieniądze muszą się gdzieś kumulować i być procedowane, ktoś musi decydować, kto je dostaje. Słyszałam już trzy albo cztery globalne propozycje przebudowy tego systemu finansowania. Ostatecznie decydują powołane komisje, filmowcy. Jest adrenalina, bo od tych pieniędzy zależy polska kinematografia. A jak bardzo zależy, to widać po boomie filmowym od momentu powstania

PISF. Finansowanie zapewnione ustawowo odmieniło losy polskiego kina. Nie mam kompetencji, by wchodzić w szczegóły decyzji i szukać złotych środków. Przy takich decyzjach zawsze są niezadowoleni i ci, co dostają skrzydeł.

Widzowie także dokładają się do filmowego PKB.

Tak. Nazwijmy to tantiemami, wpływami z reklam, dystrybucji, emisji. Ludzie oglądają filmy i dzięki temu pieniądze płyną. W kinie płacimy za bilet, oglądamy reklamy, ktoś ma z tego zysk, a część środków trafia dalej: do puli tantiem i do PISF-u, zgodnie z mechanizmami ustawowymi. W tym sensie wszyscy mamy udział w finansowaniu polskiego kina.

Jaki film z ostatnich premier trzeba pani zdaniem zobaczyć wyłącznie na dużym ekranie?

Oglądałam ostatnio „Franza Kafkę” i doceniam fakt, że zobaczyłam go na wielkim ekranie. To było spotkanie jeden do jednego. Moje spotkanie z Franzem Kafką nigdy w życiu nie wyglądałoby tak, gdybym obejrzała go w telewizorze. Drugi tytuł to „Chopin, Chopin!”. Wiem, że ten film wzbudził wiele kontrowersji, ale mnie się podobał – ma tak nieprawdopodobną scenografię, że czułam się jak w dawnym Paryżu. To jest po prostu cudowne doświadczenie kinowe. No i wszystkie blockbustery: jak ma na mnie wyjść Godzilla z telefonu albo tabletu? Nie da się. Godzilla może wyjść tylko z wielkiego ekranu.

Jaka jest według pani najlepsza sala kinowa w Polsce?

Tu chodzi o wielkość ekranu, ale i o dźwięk. Choć to trudne pytanie – co z tymi kinami, które ich nie mają? – Wszystkie kina są ważne i super, że są! Bardzo lubię Kino Luna w Warszawie – ma ogromny ekran. Uwielbiam też Kino Kijów; czuję się tam rewelacyjnie; mam wrażenie, że to największy ekran, na jakim oglądałam film. Ale jednak, moje ulubione ekrany, to moje ulubione filmy.

Gdyby nagle zniknęło 50 procent pieniędzy na kulturę, to co, pani zdaniem, powinniśmy zostawić przy życiu, a co wyłączyć?

To salomonowe wybory. Poszłabym tropem pytania: co zabrałabym na Księżyc? Miałam ostatnio dylemat: mam dużo filmów na DVD, chciałam je przekazać do biblioteki w małej miejscowości, bo wiem, że się przydadzą. A z drugiej strony pomyślałam: muszę to mieć, bo gdyby coś się wydarzyło, to chcę mieć powrót do dawnej cywilizacji. Nie wyobrażam sobie życia bez filmu, muzyki, książek. To dla mnie podstawowe rzeczy. Na Arkę zabrałabym kino, teatr i kilka nieśmiertelnych koncertów.

Gdyby nie założyła pani Fundacji Legalna Kultura, czym by się pani dziś zajmowała?

Jestem żołnierzem; zawsze na służbie. Zawsze jakieś projekty, zawsze z myślą o innych. Mam we krwi społeczne myślenie, choć może kiedyś nie było ono tak uświadomione. Mnie to kręci, żeby robić coś dla ludzi. Gdy startowała Legalna Kultura i wszyscy stukali się w głowę, to wcale nie było mi miło, ale i tak byłam szczęśliwa, że robię coś, co w moim poczuciu jest ważne. Myślę, że dalej realizowałabym projekty. Moim totalnym marzeniem jest być szefową kina. Ale przecież Legalna Kultura to nie koniec. Nie chodzi też jedynie o działanie tu i teraz, ale o doprowadzenie spraw do końca. Bardzo ważne jest dla mnie, żeby prawo autorskie w wersji „świadomość prawa” weszło do polskiej edukacji. Żadne fakultety, żadne oceny i egzaminy; właśnie chodzi o świadomość, że pewne rzeczy istnieją i że są integralną częścią naszej rzeczywistości. Jeśli w naszych badaniach młodzież, z którą jeszcze nie pracowaliśmy warsztatowo, w 96 procentach odpowiada, że nie słyszała sformułowania „własność intelektualna”, no to jest dramat. Czego mamy oczekiwać? Karać, nagradzać? Za co, skoro nie są w temacie? To musi znaleźć się w edukacji. Na tym polega cywilizacja Zachodu, której jesteśmy uczestnikami. Chcę stworzyć dużą platformę kumulującą całą wiedzę o prawach własności intelektualnej, dla zwykłego użytkownika, dla leniwego i dla wnikliwego, dla ucznia, nauczyciela, dla nas wszystkich. Żeby można było po niej swobodnie surfować i korzystać. Nie sztuką jest tylko pisać, jak karać, choć punkt odniesienia w prawie jest ważny, ale ważne, by sprawić, żeby świadomość prawa stała się powszechna. Żeby młody człowiek w wieku 12 lat wiedział, że istnieje własność intelektualna i ma swoje prawa.

CV



FOT. KATARZYNA SOCHA

Kinga Jakubowska
Producentka, promotorka kultury, absolwentka Szkoły Wyższej Psychologii Społecznej w Warszawie. Członkini Stowarzyszenia Filmowców Polskich, prezeska Fundacji „Legalna Kultura”.

REKLAMA 0011440026

ARTYKUŁY BHP I PPOŻ.
Łódź, ul. Przędzalniana 14
Tel. (42) 676-20-14, 676-72-54
sklep czynny pn. - pt.: 8.00 - 16.00
www.bhp-ppoz.com biuro@bhp-ppoz.com

OFERUJEMY:

- sprzęt ochrony osobistej
- odzież robocza i ochronna
- obuwie robocze i ochronne
- rękawice robocze i ochronne
- gaśnice, agregaty p. poż., koce
- armaturę hydrantową (szalki, węże, nasady, prądownice, zawory)

PEŁNE ROZMIARY UBRAN I BUTÓW
ubrania, spodnie, fartuchy, kombinizony:
- antyelektrostatyczne, trudnopalne
- kwasoodporne, dla spawacza

WYGODNY PARKING, PRZYMIERZALNIA

- instrukcje bhp i ochrony p. poż.
- znaki ewakuacyjne, bhp i p. poż.
- znaki oraz tablice budowlane, ADR
- znaki energetyczne i informacyjne
- apteczki z wyposażeniem,
- środki czystości, czyszciva,
- papiery sanitarne

POLECAMY GAŚNICE!
• do pojazdów
• do budynków
• do domu
• do firm
• specjalistyczne

Z TYM KUPONEM 5% TANIEJ
MOŻNA PŁAĆ KARTA

Artykuły wysyłamy również paczkami lub kurierem

Z kuponem rabatowym zawsze taniej!

Kupony prosimy realizować w dniach 17 - 23 grudnia 2025 roku

PAKOWACZ - elastyczny grafik. Praca od Zaraz! WTS, Łódź, Nawrot 21 lok 1, 515-121-450

POMOC do domu Górna, 786-080-382

RESTAURACJA Złota Kaczka zatrudni pomoc kuchni, aktualna ks. zdrowia (zmywak), 509-011-666

SOLIDNA, uczciwą, niepalącą Panią do sprzątania mieszkania, 793-153-722

ŚLUSARZ - spawacz, 601-284-465

ZPCH AJG zatrudni pracownika gospodarczego na umowę o pracę, z grupą oraz sprzątaczkę, Zgierz, 515-087-318

SZUKAM PRACY

PRACOWNIK gospodarczy, konserwator, 573-673-443

SZUKAM, prawo jazdy, 723-863-817

Medycyna

STOMATOLOGIA

BEZPŁATNE protezy zębowe - w ramach NFZ. Zgierz, 42-717-17-04, 510-231-468

Pozostałe

Doły - nowy cmentarz - nowe piwnice, place ziemne - ul. Smutna 12. Rezerwacje. Najniższe ceny, 42-678-58-67, 502-658-548

MOTORYZACJA

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

AUTO każde kupię, 603-471-335

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



1 - 10 h autokup - wszystkie marki
osobowe dostawcze, 533-232-606

12h autokup, 664-040-076

AUTOSKUP - każda marka.
Złomowanie, 881-388-982

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

BMW auto stan obojętny kupię,
odbior, zwrot ubezpieczenia OC,
577-985-154

CITROEN auto stan obojętny kupię,
odbior, zwrot ubezpieczenia OC,
577-985-154

DAEWOO auto kupię w każdym
stanie, najlepsza cena, zwrot OC,
603-471-335

FIAT auto kupię w każdym stanie,
najlepsza cena, zwrot OC, 603-471-335

FORD auto kupię w każdym stanie,
najlepsza cena, zwrot OC, 603-471-335

KABRIOLET zadbany, np. Fiat,
Opel, VW, Renault, Peugeot, inne,
608-097-274

MERCEDES auto kupię w każdym
stanie, najlepsza cena, zwrot OC,
603-471-335

NISSAN auto stan obojętny kupię,
odbior, zwrot ubezpieczenia OC,
577-985-154

OPEL auto kupię w każdym stanie,
najlepsza cena, zwrot OC, 603-471-335

PEUGEOT auto stan obojętny kupię,
odbior, zwrot ubezpieczenia OC,
577-985-154

RENAULT auto stan obojętny kupię,
odbior, zwrot ubezpieczenia OC,
577-985-154

SKODA auto kupię w każdym stanie,
najlepsza cena, zwrot OC, 603-471-335

VW auto kupię w każdym stanie,
najlepsza cena, zwrot OC, 603-471-335

OSOBOWE SPRZEDAM

OPEL Vectra B, 1,8 16V, 2,2 tys.
zł, gaz sekwencja, przegląd do
02.2026r., pełne wyposażenie + hak,
505-832-566, Łódź

ROLNICZE KUPIĘ

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

ROLNICZE SPRZEDAM

OPONY 650x16 nowe do Ursusa C-360
2 szt po 125zł, 791-771-718, Łódź

ZABYTKOWE KUPIĘ

AUTO z PRL-u, fiata 125p, 126p, wołgę,
moskwiczka, ładę, 608-097-274

FIATA Cinquecento, 126 p., Uno od
1 właściciela, zadbane, 608-097-274

KABRIOLET zadbany VW, Mercedes,
Fiat, inne, 608-097-274

KUPIĘ silnik do wartburga, syreny
i inne stare części, koła do żuka,
660-130-031

MOTOR, motorynkę - również
uszkodzone, części kupi osoba
prywatna, 517-427-930

MOTORYNKĘ, WSK, WFM, SHL,
Junaka, Osę, Komara, CZ i inne,
608-097-274

PRZYCZEPKĘ campingową
Niewiadów N126, 132 zadbaną,
608-097-274

PRZYCZEPKĘ towarową N250 do fiata
126p zadbaną, 608-097-274

ROWER z PRL-u Wigry, Jubilat,
Flaming, kolarkę i inne, 608-097-274

STARY samochód kupi osoba
prywatna, 660-130-031

SYRENĘ - części lub inne stare auto -
kupi osoba prywatna, 517-427-930

ZASTAWĘ, Zaporożca, Wołgę,
Trabanta, Wartburga, inne kupię,
608-097-274

USŁUGI

PRZEPROWADZKI, wywóz śmieci
i rupieci, 518-121-909

AUTOREKLAMA

motofakty.pl

Motoryzacja
na wysokich obrotach

motofakty.pl

KUPON
NA OGŁOSZENIE BEZPŁATNE

Dziennik
ŁÓDZKI

Zaznacz odpowiednią rubrykę

☐ oddam za darmo

☐ potrzebuję

☐ hobby

☐ odzież

☐ sprzęt domowy

☐ rolnicze

☐ rozmaite

☐ art. dziecięce

☐ zamienię

☐ życzenia

☐ sprzedam

☐ kupię

Treść ogłoszenia do max. 2 linii (60 znaków) - w tym odstępy między słowami

1. Zlecenie ogłoszeń drobnych bezpłatnych, według zasad publikowanych w środę na łamach naszego dodatku.

2. Wypełnienie kuponu pozwoli prawidłowo zredagować ogłoszenie.

3. Kupon oryginalny prosimy przesłać pocztą na adres:
Biuro Ogłoszeń, 90-532 Łódź, ul. ks. Skorupki 17/19 lub przekazać do najbliższego biura ogłoszeń.

4. Warunkiem przyjęcia bezpłatnego ogłoszenia jest podanie ceny towaru (rubryka sprzedam).

5. Redakcja ma prawo odmówić przyjęcia ogłoszenia bez podania przyczyny.

UWAGA!!!! - przed złożeniem zlecenia publikacji ogłoszenia w sposób opisany powyżej należy zapoznać się z treścią Zasad Ogólnych oraz Zasad Szczególnych umieszczania ogłoszeń (w tym ogłoszeń drobnych) obowiązujących w przedsiębiorstwie Polska Press Sp. z o.o. w Warszawie, dostępnych w Internecie pod adresem www.reklama.polskapress.pl (dalej łącznie jako Zasady).

UWAGA!!!! - złożenie zlecenia publikacji ogłoszenia w sposób opisany powyżej oznacza akceptację Zasad przez osobę składającą zlecenie.

Informacja dotycząca przetwarzania danych osobowych osoby zlecającej publikację ogłoszenia, w tym informacja o Administratorze tych danych, znajduje się na niniejszym druku.

Regulamin

W ramach promocji ogłoszeń niekomercyjnych od osób prywatnych (bezpłatnie) przyjmujemy następujące ogłoszenia drobne:*

1. Do poniedziałkowego tygodnika „PRACA” ogłoszenia w rubryce szukam pracy - limit miejsca.

2. Do śródowego dodatku ogłoszenia w rubrykach:
a) oddam za darmo: wszystko oprócz: telefonów komórkowych, akcesoriów do nich i aktywacji oraz leków psychotropowych
b) potrzebuję: wszystko do domu oprócz: telefonów i aktywacji oraz artykułów mogących służyć działalności gospodarczej
c) hobby: • filatelistyka, numizmatyka, instrumenty muzyczne do 500 zł; • antyki - pojedyncze przedmioty - sprzedaż do 500 zł; • płyty analogowe, książki i czasopisma; • rośliny i zwierzęta oferowane bezpłatnie
d) sprzęt domowy: meble, dywany i wykładziny kupno i sprzedaż do 200 zł, armatura łazienkowa i kuchenna, w tym: wanny, umywalki, zlewozmywaki, termy, muszle itp.

e) rozmaite: • art. dziecięce: wózki, odzież, zabawki; • odzież: wszystko oprócz futer i kożuchów
f) rolnicze: wszystko oprócz maszyn rolniczych
g) zamiany: wszystko oprócz nieruchomości
h) życzenia: drobne

3. Do śródowego dodatku ogłoszenia dotyczące:
a) sprzedaży: samochodów osobowych, vanów, terenowych, samochodów retro, motocykli, maszyn rolniczych do 3.000 zł
b) kupna i zamiany: samochodów osobowych, samochodów retro, motocykli i maszyn rolniczych
c) sprzedaży i kupna: części i akcesoriów sam. osobowych Oprócz skupu i sprzedaży aut lub ogłoszeń i ich ilości (max. 5 ogłoszeń) mogących służyć działalności gospodarczej.

*Warunkiem przyjęcia bezpłatnego ogłoszenia jest podanie ceny towaru.

Redakcja ma prawo odmówić przyjęcia ogłoszenia bez podania przyczyny.

Czas oczekiwania na publikację ogłoszenia bezpłatnego do trzech tygodni.

• dokonać rozliczeń finansowych wynikających z tej umowy, w tym wypełnić ciążące na nas obowiązki podatkowe i rachunkowe,
• badać Państwa satysfakcję i opinie,
• móc w razie potrzeby wykazać zasadność naszych roszczeń, zrealizować nasze prawa lub obronić się przed roszczeniami, korzystać z naszych uprawnień,
• rozwijać i monitorować naszą działalność biznesową, m.in. poprzez wykonywanie wewnętrznych analiz i statystyk,
• prowadzić działania marketingowe z zakresu marketingu bezpośredniego naszego i podmiotów trzecich polegające na informowaniu o różnych wydarzeniach (eventach), wysyłaniu spersonalizowanych ofert i treści w zakresie dotyczącym działalności i oferowanych przez nas lub naszych partnerów produktów i usług.
Jeśli wyrażą Państwo dodatkową i dobrowolną zgodę wówczas będziemy mogli również:
• przetwarzać Państwa dane w celu przedstawiania Państwu

informacji handlowych i marketingowych na temat naszych towarów lub usług lub towarów i usług naszych partnerów za pomocą telekomunikacyjnych urządzeń końcowych oraz automatycznych systemów wywołujących lub za pośrednictwem środków komunikacji elektronicznej.
Jeśli cołną Państwo zgodę na przetwarzanie danych w celach marketingowych lub wyrażą Państwo sprzeciw w tym zakresie wówczas będziemy przetwarzać Państwa dane przez dalsze 3 miesiące na tzw. liście Robinsonów tj. liście osób, które nie życzą sobie dalszych kontaktów marketingowych z naszej strony.
Jakie prawa Państwu przysługują?
Posiadają Państwo prawo do:
• żądania od nas dostępu do swoich danych osobowych, prawo do ich sprostowania, usunięcia („prawo do bycia zapomnianym”) lub ograniczenia przetwarzania,
• wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania przez nas Państwa danych osobowych na potrzeby marketingu

KUPON
NA OGŁOSZENIE BEZPŁATNE

Dziennik
ŁÓDZKI

Zaznacz odpowiednią rubrykę

☐ osobowe

☐ zabytkowe

☐ części akcesoria

☐ rolnicze

☐ motocykle

☐ moto - inne

☐ sprzedam

☐ kupię

☐ zamienię

Treść ogłoszenia do max. 2 linii (60 znaków) - w tym odstępy między słowami

1. Zlecenie ogłoszeń drobnych bezpłatnych, według zasad publikowanych w środę na łamach naszego dodatku.

2. Wypełnienie kuponu pozwoli prawidłowo zredagować ogłoszenie.

3. Kupon oryginalny prosimy przesłać pocztą na adres:
Biuro Ogłoszeń, 90-532 Łódź, ul. ks. Skorupki 17/19 lub przekazać do najbliższego biura ogłoszeń.

4. Warunkiem przyjęcia bezpłatnego ogłoszenia jest podanie ceny towaru (rubryka sprzedam).

5. Redakcja ma prawo odmówić przyjęcia ogłoszenia bez podania przyczyny.

bepośredniego, które powoduje zaprzestanie przetwarzania przez nas Państwa danych w celach marketingu bezpośredniego,
• wniesienia sprzeciwu – z przyczyn związanych z Państwa szczególną sytuacją – w przypadku przetwarzania danych osobowych na podstawie prawnie uzasadnionego interesu. Jednakże w takiej sytuacji będziemy dalej przetwarzać Państwa dane osobowe w niezbędnym zakresie, jeżeli po naszej stronie będzie istniał ku temu uzasadniony powód,
• przenoszenia danych przetwarzanych w związku z wykonaniem umowy lub na podstawie Państwa zgody. Jeśli podstawą przetwarzania przez nas danych osobowych jest Państwa zgoda, wówczas posiadają Państwo prawo do cofnięcia tej zgody w dowolnym momencie. Cofnięcie zgody nie wpływa jednak na zgodność z prawem przetwarzania przez nas danych osobowych, którego dokonaliśmy na podstawie zgody przed jej cofnięciem. Wszystkie powyżej wymienione uprawnienia mogą Państwo

wykonać poprzez zwrócenie się na adres kontaktowy: rodo.zgloszenia@polskapress.pl albo pisemnie na nasz adres: Polska Press Sp. z o.o., ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa.
Jeżeli nasze wyjaśnienia i działania okażą się niewystarczające lub wadliwe, mogą Państwo w każdej chwili wnieść skargę do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych.
Pełna wersja Noty
Niniejsza Nota nie przedstawia wszystkich informacji na temat przetwarzania przez nas Państwa danych osobowych. Pełna wersja Noty dostępna jest na naszej stronie internetowej www.prywatnoscpolskapress.pl, a także w naszej siedzibie oraz w Biurach Ogłoszeń.
Prześlemy Państwu pełną wersję noty na Państwa adres mailowy, jeżeli wyrażą Państwo takie życzenie i podadzą nam swój adres e-mail w tym celu.

OGŁOSZENIA NA TELEFON - PŁATNE

800 472 852
42 647 28 52

Kierownik działu ogłoszeń
Magdalena Śliwińska: m.sliwinska@dziennik.lodz.pl

BIURA REKLAM I OGŁOSZEŃ:

ŁÓDŹ

ul. ks. Skorupki 17/19, tel. 42 66-59-455

C.H. Nowa Górna (Carrefour), ul. Kolumny 6/36, tel. 42 640-32-48

eprasa.pl 628435b78d

sje miały nowe twarze, ale sens ten sam.

Jednak to lata 80. zapisały się w zbiorowej pamięci najmocniej. Stan wojenny przyniósł kolejny zwrot: część dawnego bloku kaesowców przekazano Służbie Bezpieczeństwa, by ta mogła nadzorować działaczy Solidarności. Przywożono tu opozycjonistów z całej Małopolski. Monte znów było laboratorium strachu.

Aż do 21 kwietnia 1988 roku. Tego dnia dokonano ostatniej egzekucji w historii PRL: człowiek skazany za morderstwo i gwałt został powieszony. To był ostatni wyrok śmierci wykonany w Polsce. Symboliczna klamra historii: Montelupich zamknęło epokę, którą przez dekady współtworzyło.

Czas transformacji

Po 1989 roku Montelupich znów stało na rozdrożu historii, czekając na nowe zasady, nowe państwo i nową logikę kary. Ale transformacja nie przyszła tu wraz z wielkimi hasłami z telewizji. Montelupich potrzebowało czasu, żeby naprawdę się zmienić.

- Ta prawdziwa, mentalna rewolucja przyszła dopiero z nowymi kodeksami z 1997 roku. Wcześniej wciąż obowiązywały przepisy pamiętające czasy, gdy w Polsce można było orzec karę śmierci, a resocjalizację traktowano jak obowiązek administracyjny, a nie szansę dla człowieka - mówi kpt. Olga Mazur, rzecznik prasowy Aresztu Śledczego w Krakowie.

Aż trudno uwierzyć, że jeszcze w latach 2000. areszt na Montelupich, zaprojektowany na około 700 miejsc, potrafił pomieścić nawet 1200 osób! Dopiero po 2009 roku liczby zaczęły się normować.

- Dziś zaludnienie Monte jest o połowę mniejsze i liczy około 500 osadzonych - mówi ppor. Łukasz Dobrzański, starszy wychowawca.

Liczy brzmiało sucho. Ale w miejscu takim jak Montelupich każda z nich to czyjeś oczy, łóżko, talerz, historia. - Milowym krokiem było wykreślenie z kodeksu kary śmierci - mówi kpt. Olga Mazur. - I nowy porządek kar: kiedyś zaczynało się od najsurowszych, dziś pozbawienie wolności to ostateczność - dodaje.

Najbardziej jednak uderza zmiana w filozofii więziennictwa. Artykuł 67 kodeksu karnego wykonawczego brzmi niepozornie, a jednak odwrócił myślenie całej służby. - Już nie zmieniamy osadzonego na siłę. Mamy w nim wzbudzić wolę współdziałania - mówi rzeczniczka. - To była rewolucja: od przedmiotowego patrzenia do widzenia człowieka.

A przecież to Montelupich: miejsce, gdzie przez dekady odpowiedzialnością państwa była kara. Teraz miała być procesem, mechanizmem naprawczym. Czy nowe podejście działa? - Osa-



dzony nie ma obowiązku brania udziału w żadnym programie resocjalizacyjnym - Olga Mazur wzrusza ramionami. - Ale jeśli chce, wtedy naszym zadaniem jest pomóc mu chcieć bardziej.

A ppor. Łukasz Dobrzański dodaje: Dziś w służbie więziennej obowiązują: ochrona społeczeństwa, humanitarne i praworządne traktowanie człowieka, resocjalizacja skazanych.

Proste słowa. Ale jakże inaczej brzmią w miejscu, gdzie człowieczeństwo było walutą deficytową.

Dzisiaj zmienił się też profil tych, którzy trafiają na Monte. Wychowawca działu penitencjarnego widzi to codziennie. - W latach 90. była bieda. Dużo kradzieży, włamań do mieszkań, piwnic, samochodów. Dziś złodziei jest zdecydowanie mniej. Jesteśmy aresztem śledczym i zajmujemy się przysięgami osób skazanych i tymczasowo aresztowanych. W związku z tym możemy zaobserwować, że w izolacji przebywa

więcej przestępców gospodarczych tzw. białych kołnierzyków, cyberprzestępców oraz zwiększa się liczba izolowanych kobiet.

Okazuje się, że w dawnych latach kobiety brały na siebie winy swoich partnerów. Dziś to one częściej odpowiadają za przemoc domową czy oszustwa internetowe.

Najbardziej namacalne i widoczne zmiany dotyczą jednak higieny, medycyny i wyżywienia - kwestii, które w więzieniu są ważniejsze niż cokolwiek innego. - Zgodnie z przepisami w areszcie obowiązuje zróżnicowany sposób żywienia. Jest 7 diet podstawowych i dodatkowo te zlecane przez lekarzy - mówi rzeczniczka. - Stawka dzienna to niespełna 5 złotych, ale przyżywieniu zbiorowym można za tę kwotę dobrze nakarmić.

Zmiany dotyczą także samych cel, w których pojawiły się zabudowane kąpki sanitarne. Aż trudno uwierzyć, że przed transformacją były więzienia bez dostępu do kanalizacji w ce-



lach, o ciepłej wodzie przez całą dobę nie wspominając.

Osadzeni na Monte pracują tu jako pomocnicy kuchenni, fryzjerzy, sprzątający, wydają posiłki - wszystko pod nadzorem funkcjonariuszy. Więzienie funkcjonuje jak małe miasto, tyle że bardziej szczerne, pod kontrolą.

Jednak najważniejsza zmiana dotyczy psychiki zamkniętych tu ludzi. Jeszcze kilkanaście lat temu słowem codziennością była tematyka samobójstwa, samookaleczenia czy gwałty. - Dziś te statystyki znacznie spadły - podkreśla Łukasz Dobrzański. - Mamy psychologów, procedury, monitoring. Większość korytarzy nadzorują kamery. Żaden osadzony nie może być sam w celi, chyba że jest monitorowana.

Olga Mazur dodaje: Dawniej w jednostkach penitencjarnych dość często zdarzały się bunty i wystąpienia przeciwko administracji. Dziś czasy się zmieniły i osadzeni są świadomi swoich praw. Chcąc je egzekwować, najczęściej piszą skargi, a te są

rozpatrywane przez właściwe organy. Areszt śledczy, jak każda jednostka, może być kontrolowany przez rzecznika praw obywatelskich, Krajowy Mechanizm Prewencji Tortur i inne instytucje. To robi różnicę.

Na pytania o obecne wyzwania aresztu śledczego Łukasz Dobrzański opowiada, że najważniejszy dziś cel w skali całego systemu penitencjarnego to zwiększenie przestrzeni przypadającej na jednego osadzonego. Standard trzech metrów kwadratowych - obecnie obowiązujący w Polsce - coraz bardziej odstaje od europejskiej średniej wynoszącej cztery metry.

Trzypiętrowe łóżka nie były niczym nadzwyczajnym aż do lat 2000. Choć rok 1997 przyniósł metry kwadratowe, w praktyce bywało i nadal bywa ciasno: dwóch dorosłych mężczyzn dzieli przestrzeń wielkości przeciętnej domowej łazienki, a funkcjonariusz musi mieć wiedzę i wyczucie, by zstać się tak, aby uniknąć konfliktów.

Mimo tych ograniczeń, widać postęp. Co roku prowadzone są remonty: cel, instalacji, elewacji i zmiany te postępują, choć Monte nie ma konkurencji w Krakowie, więc nie można go po prostu opróżnić i odnowić od zera. Pomaga w tym też rosnąca rola systemu dozoru elektronicznego.

- Kara musi zostać wykonana, ale nie zawsze musi odbywać się za murami zakładu karnego, zwłaszcza że w niektórych przypadkach warunki wolnościowe przynoszą lepsze efekty resocjalizacyjne - mówi Łukasz Dobrzański. - Osoba objęta dozorem może pracować, uczestniczyć w życiu rodzinnym, a codzienna odpowiedzialność uczy więcej niż izolacja, choć oczywiście nie każdy się do tego systemu nadaje.

Jednak największa zmiana zaszła nie w murach i infrastrukturze, lecz w ludziach.

Kpt. Olga Mazur zwraca uwagę, że współczesne więziennictwo coraz bardziej opiera się na relacjach i zaufaniu. W oddziałach półotwartych funkcjonariusze działu penitencjarnego pracują z osadzonymi, mając na sobie cywilne ubranie, prowadzą zajęcia sportowe, towarzyszą podczas wyjść. W takiej atmosferze łatwiej o szczerość, o sygnały ostrzegawcze, o informacje, które mogą zapobiec tragedii. Granica między funkcjonariuszem a osadzonym nie znikła, ale stała się bardziej ludzka. Wychowawcy i osadzeni uczą się od siebie nawzajem. Nie ma miejsca na przekonanie o własnej nieomyślności, jest współpraca i wzajemna uważność.

Montelupich nie zrzuciło swojej historii jak starego mundur. Każda cegła pamięta tu więcej niż chciałby usłyszeć ktokolwiek, kto stawia stopę na więziennym dziedzińcu. A jednak paradoks tego miejsca polega na tym, że właśnie tu najdobitniej widać, jak bardzo zmieniła się Polska. I jak bardzo zmieniły się same więzienia.

- Monte to miejsce dziwne i fascynujące jednocześnie. Choć jego mury są naznaczone tragiczną historią, staramy się patrzeć w przyszłość - mówi rzeczniczka.

Bo ostatecznie więzienie nie zmienia się wtedy, gdy zmieniają się przepisy. Zmienia się dopiero wtedy, gdy zmieniają się ludzie, którzy je tworzą: ci w mundurach i ci w dresowach spodniach czekający na koniec odsiadki. Wszyscy są częścią tej samej historii, choć każdy z innej strony krat.

*** Część historyczną opracowano na podstawie „Monte. Więzienie dwóch totalitaryzmów 1939-1949” Katarzyny Łysak i Roksany Szczypty-Szczęch, wyd. krakowskiego oddziału Instytutu Pamięci Narodowej**

strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

Tak zamroziś pierogi na wigilię

Mrożenie jedzenia to sposób, by trzymać je znacznie dłużej i w każdej chwili mieć pod ręką. Tak warto przygotować bardziej pracochłonne dania

na święta Bożego Narodzenia, by później móc tylko sięgnąć po nie do zamrażarki. A jeśli coś zostanie ze spotkań przy stole, w ten sposób można uratować nadmiar jedzenia. Zobacz, jak mrozić pierogi, krokiety, uszka i inne świąteczne dania, a także grzyby, warzywa i owoce.

ZA TYDZIEŃ:

- Sylwester i Nowy Rok to czas hucznego świętowania. Jak chronić zwierzęta przed sylwestrowym stresem?
- Nigdy nie łącz alkoholu z tymi lekami



FOT. FREEPIK

Niedoceniana ryba. Ma mało rtęci i więcej omega-3 niż orzechy włoskie

Monika Góralska
redakcja@stronazdrowia.pl

Ryby to skarbnica kwasów tłuszczowych omega-3, które wspierają pracę układu nerwowego, mózgu i serca. Jednak wiele z nich zawiera także spore ilości szkodliwej rtęci. Na szczęście nie wszystkie.

Ryby to prawdziwa skarbnica zdrowia, przede wszystkim dzięki zawartości kwasów tłuszczowych omega-3. To niezbędne nienasycone kwasy tłuszczowe, które są ważne dla zdrowia serca, mózgu i całego organizmu. Ryby to również doskonały wybór jeśli zależy ci na obniżeniu cholesterolu - zawierają znacznie mniej tłuszczów nasyconych niż czerwone mięso czy drób.

Mimo niezaprzeczalnych zalet, ryby niosą ze sobą pewne ryzyko - mogą zawierać rtęć. Ten toksyczny metal, nawet w naturalnych ilościach, może szkodzić nerkom, układowi nerwowemu, a nawet skórze. Niestety, zanieczyszczenia przemysłowe znacząco zwiększają jego obecność w środowisku. Gdy rtęć dostaje się do wód, ryby ją wchłaniają. Szczególnie narażone na gromadzenie dużych ilości rtęci są większe ryby drapieżne, które kumulują ją, zjadając mniejsze ryby. Dlatego warto wybierać mniejsze gatunki ryb. Na szczęście nie wszystkie ryby mają tak samo wysoką zawartość rtęci. Do najzdrowszych i najbezpieczniejszych gatunków zaliczamy krewetki, tuńczyka jasny (light tuna) oraz łosia.

Warto również zwrócić uwagę na śledzia. Według amerykańskiej Agencji ds. Żywności i Leków (FDA), śledź zawiera średnio zaledwie 0,078 ppm rtęci. Co więcej, 143-gramowy filet ze śledzia atlantyckiego dostarcza aż 2,98 grama kwasów omega-3, czyli nieco więcej niż znajdziemy w porcji orzechów włoskich (około 2,5 grama).

Wybierając odpowiednie gatunki ryb, możesz cieszyć się ich zdrowotnymi właściwościami, minimalizując jednocześnie ryzyko związane z rtęcią.

Zgodnie z artykułem z 2003 r. opublikowanym w „The Journal



Śledź - ulubiona ryba Polaków - ma dużo omega-3 i mało rtęci. Poprawi zdrowie serca i mózgu, a także samopoczucie

of Nutrition”, rtęć przeniknęła do naszej żywności zarówno za sprawą rolnictwa, jak i przemysłu. Na początku XX wieku na farmach używano metylortęci do zwalczania grzybów chorobotwórczych. Chociaż zatrucia rtęcią były rzadkie, zdarzały się wśród pracowników fabryk, którzy doświadczali drętwienia, problemów z chodzeniem i mowieniem, a także utraty wzroku i słuchu. Dopiero w połowie i pod koniec XX wieku powiązano wybuchy zatrucia rtęcią ze spożywaniem chleba wyprodukowanego z zanieczyszczonej pszenicy. Okazało się, że zaprawione rtęcią ziarno siewne zostało omyłkowo użyte do przygotowania domowego chleba.

Również przypadkowo rtęć dostała się do zbiorników wodnych, a potem mięsa wyławianych i spożywanych ryb. Jak podają naukowcy w badaniu „do

zatruciu ludzi doszło również w Japonii z powodu uwolnienia metylortęci do zbiorników wody słodkiej i oceanicznej”. Osoby mieszkające w pobliżu, których dieta obfitowała w ryby, zaczęły cierpieć na problemy neurologiczne. Minęły lata, zanim naukowcy odkryli, jak rtęć gromadzi się w łańcuchu pokarmowym i stopniowo akumuluje się w organizmach ludzi.

Jednak niektóre składniki odżywcze obecne w rybach mogą pomóc ograniczyć szkodliwe działanie rtęci. Jest to szczególnie widoczne i korzystne w rozwija-

Śledź wspiera zdrowie mózgu, poprawia pamięć i koncentrację. Omega-3 wspiera zdrowie psychiczne, zapobiega demencji

jącym się mózgu niemowlęcia. Kluczowy w tym procesie jest kwas dokozaheksaenowy (DHA), należący do kwasów tłuszczowych omega-3, niezbędny do budowy komórek mózgowych. Matki spożywające dietę bogatą w DHA mogą przekazać ten cenny składnik odżywczy swoim dzieciom wraz z mlekiem w czasie karmienia. Jedzenie w tym czasie śledzi jest szczególnie wskazane, ponieważ dostarcza aż 1,6 grama DHA. Innym ważnym składnikiem wspomagającym rozwój mózgu, również obecnym w rybach, jest jod.

Poza DHA i jodem, śledź to także źródło innych ważnych składników odżywczych. Żelazo, kluczowe dla pamięci, koncentracji, pracy mięśni i procesów uczenia się, występuje w śledziu w ilości 2 mg na porcję (co stanowi 11 proc. dziennego zapotrzebowania dorosłego czło-

wieka). Dodatkowo, śledź dostarcza 22 proc. dziennego zapotrzebowania na cholinę - składnik odżywczy występujący w żółtkach jaj, który wspiera pamięć i pomaga chronić mózg przed szkodliwymi substancjami. To wszystko sprawia, że śledź jest rybą, którą warto włączyć do swojej diety.

Kwasy omega-3 wpływają także na poprawę samopoczucia. Badacze dowiedli, że kwasy omega-3 poprawiają krążenie i redukują stany zapalne, co wspiera zarówno przepływ krwi, jak i integralność bariery krew-mózg.

Z kolei badanie z 2018 roku, opublikowane w „Annual Review of Food Science and Technology”, wykazało, że niskie spożycie kwasów omega-3 wiąże się z wyższym ryzykiem spadku funkcji poznawczych oraz chorób neurodegeneracyjnych, takich jak choroba Alzheimera.

Kwasy omega-3 usprawniają sygnalizację nerwową i pomagają zachować elastyczność błon w mózgu, co jest kluczowe dla jego prawidłowego funkcjonowania.

Spożywanie śledzia to korzyść dla całego organizmu. Kwasy omega-3 doskonale wspierają zdrowie serca, obniżając poziom trójglicerydów i rozluźniają naczynia krwionośne. Zastąpienie tłuszczów nasyconych rybami, takimi jak śledź, może znacząco zmniejszyć ryzyko zgonu z powodu choroby niedokrwiennej serca. Istnieją również wstępne dowody sugerujące, że omega-3 mogą pomóc w obniżeniu ryzyka niektórych nowotworów, spowalniając wzrost guza i promując śmierć komórek rakowych, choć wyniki badań w tym obszarze są wciąż mieszane i wymagają dalszych potwierdzeń.

Tak zamroziś pierogi na Wigilię, a także nadmiar świątecznego jedzenia

Anna Rokicka-Żuk
redakcja@stronazdrowia.pl

Mrożenie jedzenia to sposób, by trzymać je znacznie dłużej. Tak warto przygotować bardziej pracochłonne dania na święta, by później móc tylko sięgnąć po nie do zamrażarki.

Mrożone jedzenie może być niemal tak zdrowe, jak to świeże. Przygotowanie mrozonek należy do najlepszych metod utrwalania żywności, która pozwala zachować ich wartość odżywczą, choć w mniejszym stopniu - ich strukturę i kolor.

Zamrażanie wymaga jednak właściwych warunków przechowywania, a zwłaszcza odpowiednio niskiej i stabilnej temperatury. Choć wymaga to nakładów energii, świeże jedzenie, jak i to gotowe, można mieć w każdej chwili pod ręką.

Trzeba jednak pamiętać, że mrożenie nie niszczy bakterii, a jedynie spowalnia ich cykl życiowy. Oznacza to, że w przypadku skażenia gotowych produktów chorobotwórczymi bakteriami czy niedostatecznej higieny podczas przygotowania mrozonek, istnieje ryzyko zatrucia pokarmowego. Wzrasta ono w sytuacji, gdy jedzenie nie zostało poddane dostatecznej obróbce cieplnej, która niszczy bakterie.

Szczególnie niebezpieczna jest sytuacja, gdy zamrożone jedzenie ulega rozmrożeniu. Nie powinno być wtedy ponownie schładzane do ujemnej temperatury. Zwiększa to ryzyko rozwoju bakterii, które zawsze znajdują się na produktach spożywczych (chyba że są sterylizowane)



Mrożenie jedzenia to sposób, by trzymać je znacznie dłużej i w każdej chwili mieć pod ręką

i znacznego zwiększania się ich liczby. Niestety, takie produkty znajdują się w wielu sklepach, a można je poznać po dużej ilości szronu wewnątrz opakowania, a także po zbrylaniu zawartości. Jeśli jednak jest ono zamknięte, produkt można dokładnie ugotować lub upiec, po czym spożyć bez ryzyka.

Inaczej jest z produktami mrożonymi na wagę, które nie powinny mieć opisanych cech. Ze względu na możliwość zakażenia są one jednak mniej polecanym wyborem od tych pakowanych fabrycznie.

Przed przygotowaniem mrozonek nie należy przechowywać jej zbyt długo np. w lodówce. Grozi to bowiem poważnym, a nawet śmiertelnym zakażeniem bakterią *Listeria*, która jest odporna na mrożenie i krótką pasteryzację, a rozwija się już nawet w temperaturze wynoszącej nieco poniżej zera.

Jak mrozić pierogi, krokiety, uszka i inne dania?

W zamrażalniku lub zamrażarce mogą znaleźć się gotowe potrawy, takie jak pierogi, uszka czy nawet rosół. Można przygotować je z wyprzedzeniem np. 1-2 tygodnie przed Wigilią, albo zachować na później to, co z niej zostanie. Zamrażane dania powinny być porcjowane i zapakowane osobno. W przypadku dań, takich jak pierogi, krokiety, uszka czy paszteciki, nie jest to większym problemem. Należy zadbać jednak o to, by nie były ze sobą zlepione. Warto więc zamrażać je

oddzielnie np. na tacy, a później zapakować do foliowego worka. W oddzielnych pojemnikach porcjować powinniśmy dania jednogamkowe oraz w sosie, jak np. bigos czy gołąbki.

Zamrozić można także potrawy zimne, np. sałatkę jarzynową, ale tylko przed dodaniem majonezu! Nie będzie później co prawda tak smaczna, jak zaraz po przygotowaniu, ale dodanie sosu przed samym jedzeniem uratuje ją przed niekorzystnymi zmianami w zamarzającym tłuszczu.

Zamrażać można też porcje rosółu lub bulionu (np. w tackach i woreczkach do lodu, warto jednak, by był beztłuszczowy), zup, sosów oraz gotowych dań z mięsem i warzywami, choć najlepiej bez dodatków skrobiowych. Należy pozostawić miejsce w opakowaniu, gdyż produkty płynne zwiększają objętość przy zamrażaniu.

Do mrożenia nadaje się jednak pieczywo - chleb dobrze jest pokroić, a porcje po kilka kromek poprzedzielać np. pergaminem do pieczenia. Można też zamrażać ciasta m.in. drożdżowe, w tym makowiec czy strudel, a także pieczony sernik wkrótce od przygotowania, natomiast dużo stracić może ten na zimno, zwłaszcza z galaretką.

Jak prawidłowo mrozić mięso i ryby?

Surowe mięso mrozimy bez mycia i po wstępnym schłodzeniu w lodówce. Ponieważ świeże może tam przebywać tylko do 2 dni, trzeba zamrozić od razu

po kupieniu - a nie np. w momencie, gdy nazajutrz stwierdzimy, że go jednak nie zjemy. W takim przypadku warto je przetworzyć, a po obróbce kulinarnej i ostudzeniu dopiero zamrozić.

Gotowe mięso mielone należy zjeść w ciągu kilku godzin. Najlepiej go nie mrozić - chyba że jest to produkt własnoręcznie rozdrobniony. Wtedy jednak od razu umieszczamy je w zamrażarce. O świeżość należy też szczególnie dbać w przypadku mrożenia ryb.

Jak zrobić domowe mrozonki warzywne i owocowe?

Produkty świeże, takie jak warzywa i owoce, przed zamrożeniem powinny zostać umyte i dokładnie osuszone w higieniczny sposób, najlepiej za pomocą papierowych ręczników. Te twardsze mogą być w mniejszych kawałkach (np. różyczki kalafiora czy kostki marchewki), grzyby należy oczyścić na sucho, a w przypadku malin czy jeżyn zaniechać kontaktu z wodą. Owoce warto pozbawić szypulek i pestek.

Produkt warto rozłożyć cienką warstwą np. w woreczku strunowym ułożonym na tacce lub talerzu - i tak zamrażać. Woreczki można potem ułożyć w większych pudełkach z tworzywa. Miąższ owoców i warzyw przeznaczony na koktajle, zupy isosy, warto porcjować po pokrojeniu w kostkę. Posiekane zioła warto natomiast dokładnie upchnąć w niewielkim słoiku.

Raport o bezpieczeństwie żywnościowym w Polsce

Katarzyna Wąs-Zaniuk
katarzyna.was-zaniuk@polskapress.pl

W ramach programu The Access Alliance opracowano raport dotyczący bezpieczeństwa żywnościowego w Polsce.

Zjawisko braku bezpieczeństwa żywnościowego ma złożony charakter i wciąż nie jest w pełni rozumiane przez społeczeństwo. Z ustaleń badania wynika, że od 3,5 proc. do 6,5 proc. mieszkańców kraju, czyli około 1,4-2,5 mln osób, faktycznie doświadcza tego problemu, podczas gdy większość Polaków ocenia jego skalę na co najmniej 7 proc. Najczęściej dotyczy ono kobiet w wieku 18-34 lat, osób z niższym wykształceniem, mieszkańców wsi, gospodarstw domowych liczących cztery lub więcej osób, rodzin z dziećmi, osób niepracujących lub osiągających miesięczny dochód poniżej 4 tys. zł netto.

W Polsce brak środków finansowych na zakup jedzenia staje się problemem o coraz bardziej zauważalnym wymiarze społecznym. Najnowsze wyniki badań pokazują, że w ciągu minionego roku aż 46 proc. Polaków odczuwało niepokój, czy wystarczy im środków na zakup żywności.

Co trzeci ankietowany przyznaje, że takie obawy pojawiały się „często” lub „czasami”, co oznacza, że dla wielu gospodarstw domowych lęk o możliwość zapewnienia sobie jedzenia towarzyszył codziennemu życiu. Problemy finansowe przekładają się na konkretne ograniczenia w sposobie odżywiania - 35 proc. respondentów informuje, że w ostatnich 12 miesiącach musiało zrezygnować z posiłków, zmniejszać porcje, albo wybierać tańsze zamienniki produktów.

Właśnie zastępowanie żywności tańszymi, często mniej wartościowymi opcjami stanowi jedną z najpowszechniejszych strategii radzenia sobie z brakiem pieniędzy.

Braki finansowe wpływają także na relacje społeczne. Aż 42 proc. badanych przyznaje, że w ostatnim roku zrezygnowało ze spotkań towarzyskich ze względu na koszty jedzenia lub wspólnych posiłków. Tego typu decyzje mogą być jednym z pierwszych sygnałów pogarszającej się sytuacji materialnej i jednocześnie zwiększać ryzyko izolacji społecznej.

Przyzwyczajenia żywieniowe Polaków pozostają stosunkowo stabilne: większość spożywa co najmniej trzy posiłki dziennie, 8 proc. ogranicza się do dwóch lub mniej, niespełna 1 proc. je tylko raz dziennie.

Większość respondentów twierdzi, że ich dieta pokrywa za-

potrzebowanie energetyczne. Blisko jedna trzecia uważa, że dostarcza organizmowi zbyt dużo kalorii, a jedynie 6 proc. deklaruje niedobór energii.

Z zebranych danych wynika, że kluczowym problemem nie jest ilość jedzenia, lecz jego jakość:

23 proc. ankietowanych ocenia, że ich posiłki nie są właściwie zbilansowane,

22 proc. nie potrafi określić, czy spożywane produkty dostarczają wszystkich niezbędnych składników odżywczych,

około połowa uważa swoją dietę za jakościowo odpowiednią.

Brak bezpieczeństwa żywnościowego, choć często kojarzony z problemem odległym lub niewidocznym, okazuje się obecny także w najbliższym otoczeniu wielu Polaków. Z przeprowadzonych badań wynika, że niemal 24 proc. osób uważa, iż zna kogoś, kto regularnie boryka się z trudnościami w zakupie wystarczającej ilości jedzenia.

W tej grupie 9 proc. jest o tym całkowicie przekonanych, natomiast 15 proc. jedynie przypuszcza, że taki problem może dotyczyć kogoś z ich bliskich. Dodatkowo 56 proc. respondentów deklaruje, że byłoby w stanie zauważyć, gdyby ktoś z ich otoczenia miał trudności z zaspokojeniem podstawowych potrzeb żywieniowych. Symptomy braku bezpieczeństwa żywnościowego mogą przejawiać się na wiele sposobów. Zarówno definicja zjawiska, jak i opinie respondentów wskazują, że mogą to być m.in.: pomijanie posiłków,

jedzenie porcji mniejszych niż potrzebne do prawidłowego funkcjonowania, konieczność wybierania tańszej, mniej wartościowej żywności,

prośzenie innych o pomoc w zdobyciu jedzenia, korzystanie ze wsparcia organizacji charytatywnych.

Choć większość Polaków uważa, że potrafiłaby dostrzec u kogoś takie trudności, wyniki badania sugerują, że zdolności te są często przeceniane. Wyraźnie lepiej rozpoznają oznaki braku bezpieczeństwa żywnościowego osoby, które same doświadczają tego problemu, znają kogoś w podobnej sytuacji lub są bardziej otwarte na rozmowę o trudnych tematach.

Badanie podkreśla również silny ładunek emocjonalny związany z tym zjawiskiem. Aż 61 proc. ankietowanych deklaruje, że o swoich problemach opowiedziałoby jedynie najbliższemu, a 28 proc. nie zwierzyłoby się nikomu. Dane te pokazują, że wstyd oraz lęk przed oceną społeczną stanowią istotne bariery utrudniające mówienie o trudnościach z dostępem do żywności i szukanie wsparcia.

WARTO WIEDZIEĆ

Tego nie powinno się mrozić: ● Mleko i fermentowane produkty mleczne ● kremy na bazie śmietany i masła ● majonez i podobne sosy ● awokado ● surowe jajka w skorupkach ● jajka gotowane na twardo ● wodniste i delikatne warzywa, np. ogórki, pomidory ● ugotowane produkty skrobiowe, takie jak ziemniaki, makaron ● galarety ● tłuste ryby oraz nieupiecznione świeże ryby ● surowe mięso poddane działaniu wody. Niektóre produkty, jak brokuł czy kalafior, wymagają zblanszowania przed zamrożeniem.

Polki chorują na nowotwory ginekologiczne częściej niż kobiety w pozostałych krajach UE

Katarzyna Wąs-Zaniuk
katarzyna.was-zaniuk@polskapress.pl

Koalicja Onkozdrowia Kobiet przedstawiła strategię mającą na celu poprawę opieki zdrowotnej dla kobiet z chorobami nowotworowymi.

W raporcie „Dogonić Europę – zdrowie kobiet w Polsce, perspektywa onkologiczna” wraz z ekspertami klinicznymi opracowano 10 rekomendacji, które mają zwiększyć skuteczność i bezpieczeństwo leczenia nowotworów ginekologicznych. Najważniejsze z nich obejmują przyspieszenie diagnostyki, rozszerzenie dostępu do nowoczesnych terapii oraz skoncentrowanie leczenia zabiegowego.

Polki chorują częściej na nowotwory ginekologiczne

Polki zapadają na nowotwory ginekologiczne częściej niż kobiety w pozostałych krajach Unii Europejskiej. W przypadku raka trzonu macicy liczba zachorowań wynosi 38 na 100 tys. kobiet (UE: 27), przy raku jajnika – 23 (UE: 16), a w raku szyjki macicy – 19 (UE: 12). Jednocześnie polski system ochrony zdrowia ma ograniczone możliwości działań profilaktycznych, gdyż na ten cel przeznaczają jedynie 2 proc. wydatków.

– W tym raporcie jest mnóstwo liczb, ale każda z nich dotyczy prawdziwej kobiety – mamy, żony, córki, siostry, przyjaciółki. Dane, które pokazują, jak daleko jesteśmy za Europą, to lata życia, które można było uratować, i miesiące, których pacjentkom nikt nie odda. Polki chorują częściej, a przeżywają rzadziej – i to jest fakt, za który jako państwo musimy wziąć odpowiedzialność. Nasze pacjentki nie proszą o przywileje. One proszą o to samo, co mają kobiety w innych krajach UE: dobrą i szybką diagnostykę, jasną ścieżkę leczenia i równy dostęp do nowoczesnych terapii. To naprawdę nie są wygórowane oczekiwania – podkreśla Anna Kupiecka, prezes Fundacji OnkoCafe i liderka Koalicji Onkozdrowia Kobiet.

Dostęp do nowoczesnych terapii kontra diagnostyka

W Polsce dostęp do nowoczesnych terapii nie jest ograniczony przez brak rozwiązań, lecz przez powolną i nierównomierną ścieżkę prowadzącą do leczenia. Sprzętu diagnostycznego jest mniej niż wynosi

średnia unijna. Największym problemem pozostaje niewykonywanie niezbędnych badań predykcyjnych u kobiet z rozpoznanymi nowotworami ginekologicznymi, m.in. w raku trzonu macicy i raku jajnika. W efekcie część pacjentek nie otrzymuje nowych leków w momencie, w którym w krajach Europy Zachodniej są one już standardem opieki.

Eksperti zwracają uwagę, że różnice między Polską a państwami UE w zakresie dostępu do nowoczesnych terapii rosną. Wciąż brakuje nam powszechnego dostępu do diagnostyki molekularnej oraz skutecznych i bezpiecznych leków.

– W opiece nad pacjentkami z nowotworami ginekologicznymi potrzebujemy takiej organizacji diagnostyki i leczenia, która pozwoli na maksymalne wykorzystanie dostępnych technologii oraz doświadczenia klinicznego zespołów. Jednym z kluczowych elementów jest możliwość jak najwcześniejszej oceny molekularnej – najlepiej już na etapie biopsji. Gdyby na tym etapie można było wykonać pełne badania molekularne, czas oczekiwania na diagnozę byłby skrócony, a cały proces terapeutyczny mógłby być planowany szybciej i bardziej precyzyjnie. W praktyce oznacza to, że jeszcze przed podjęciem decyzji o leczeniu dysponowalibyśmy pełnym profilem choroby, łącząc ocenę kliniczną, radiologiczną i molekularną. To znacząco poprawiłoby bezpieczeństwo i jakość leczenia. Dziś, niestety, refundacja diagnostyki molekularnej dopiero w warunkach hospitalizacji sprawia, że pacjentki czekają dłużej niż powinny – a my tracimy czas, który w onkologii ma ogromne znaczenie – podsumowuje w swoim komentarzu do raportu prof. dr hab. Radosław Mądry.

Problem z diagnostyką istnieje również na poziomie formalnym i finansowym. Istnieje szereg ograniczeń związanych z diagnostyką histopatologiczną i molekularną uniemożliwiający podmiotom ich wykonywanie.

– W Polsce brakowało algorytmów diagnostycznych, standaryzacji wykonania badań, ale to mają wprowadzać kluczowe wytyczne Krajowej Sieci Onkologicznej. To oczywiście połowa sukcesu, bo ważniejsza jest ich faktyczna implementacja do postępowania w ośrodkach. Brak jest także właściwego i kompleksowego finansowania, co skutkuje niechęcią części świadczeniodaw-



W Polsce dostęp do nowoczesnych terapii nie jest ograniczony przez brak rozwiązań, lecz przez powolną i nierównomierną ścieżkę prowadzącą do leczenia

ców do ponoszenia kosztów diagnostyki, rekomendowanej przez towarzystwa naukowe, a co najważniejsze niezbędnej do ustalenia optymalnego planu leczenia – mówi dr Michał Chrobot.

Leczenie zabiegowe u pacjentek z nowotworami ginekologicznymi

Jak wyjaśnia prof. dr hab. Radosław Mądry, opieka nad pacjentkami z nowotworami ginekologicznymi ma dziś wiele wyzwań.

Jednym z nich jest rozproszenie leczenia, zwłaszcza przy raku jajnika, gdzie doświadczenie zespołu i ośrodka ma duży wpływ na wyniki terapii.

– W Holandii i krajach skandynawskich już lata temu skupiono operacje w najlepszych centrach – i to poprawiło skuteczność leczenia. W Polsce dążymy do mądrej koncentracji leczenia zabiegowego – w ośrodkach z największym doświadczeniem i w stałych, wyszkolonych zespołach, ale ten proces dopiero się zaczyna. Musimy go konsekwentnie rozwijać – mówi specjalista.

Wyniki ankiety. Potrzebne jest wyrównanie szans

Fundacja OnkoCafe – Razem Lepiej przeprowadziła ankietę wśród pacjentek z rakiem trzonu macicy, która stanowi wartościowe uzupełnienie ra-

portu. Badanie wykazało, że problem nie ogranicza się wyłącznie do dostępu do badań, lecz dotyczy także informacji na ich temat. Aż 6 na 10 kobiet w trakcie diagnozy nie otrzymało od lekarza informacji o badaniach molekularnych – a to właśnie one pozwalają na dobór nowoczesnego leczenia, w tym immunoterapii.

– Ankieta pokazała, że kobiety najbardziej potrzebują dziś silnej struktury systemu – jednego zespołu i jednej, dobrze opisanego drogi opieki. Kiedy brakuje przepływu informacji – a tak jest dziś, bo pacjentki często zostają same z szukaniem informacji o leczeniu i badaniach lub otrzymują je za późno – płacą za to niepokojem i czasem. Ośrodki, które działają w modelu stałych, wyspecjalizowanych zespołów, udowadniają w Europie, że to połączenie wiedzy, organizacji i komunikacji po prostu działa lepiej. My też musimy ten model w Polsce budować szybciej i mądrzej niż dotąd – przekonuje w raporcie dr Anna Dańska-Bidzińska.

Rak piersi jest najczęściej diagnozowanym nowotworem złośliwym u kobiet

Rak piersi jest obszarem, w którym w ostatnich latach odnotowano największy postęp w dostępie do terapii. Polskie pacjentki mają możliwość skorzystania z najnowszych le-

ków często szybciej niż kobiety w Europie Zachodniej. Jednak jak podkreślają eksperci, niezmiennie profilaktyka pozostaje najsłabszą stroną.

– Kluczowym zadaniem na najbliższe lata będzie więc połączenie tych dwóch elementów: dalszej poprawy dostępu do skutecznego leczenia z równoczesnym wzmocnieniem profilaktyki i edukacji zdrowotnej. Tylko wtedy potencjał nowoczesnych terapii będzie w pełni wykorzystany, a Polki zyskają szansę na rokowania porównywalne z pacjentkami w najlepszych systemach opieki onkologicznej w Europie – napisała dr n. med. Katarzyna Pogoda.

Co należy zmienić i jak to osiągnąć?

Koalicja Onkozdrowia Kobiet przedstawiła swój raport podczas konferencji prasowej 8 grudnia. Dokument jasno wskazuje, że kierunek koniecznych zmian jest już opracowany.

Zawiera dziesięć rekomendacji, których wdrożenie może przyspieszyć diagnozę, usprawnić organizację leczenia i poszerzyć dostęp do nowoczesnych terapii. Wśród najważniejszych postulatów znajdują się również działania mające wzmocnić kadry medyczne, podnieść jakość opieki oraz skuteczniej monitorować potrzeby pacjentek – elementy kluczowe dla efektywnego leczenia.

Koalicja podkreśla, że zmiany powinny być wprowadzane w sposób planowy i spójny w całym kraju. Szybko, ale z pełną odpowiedzialnością.

W onkologii kobiet największe znaczenie ma bowiem zarówno moment rozpoczęcia leczenia, jak i miejsce, w którym pacjentka kontynuuje terapię.

– Środowisko medyczne potrzebuje większego wsparcia w procesie koordynacji „ścieżki pacjenta”, tak żeby skupić się przede wszystkim na jakości realizowanych świadczeń medycznych zgodnie ze standardami postępowania diagnostyczno-terapeutycznego (m.in. aktualizowanych na stronie Krajowy Ośrodek Monitorujący Krajowej Sieci Onkologicznej (KSO). Wszystkie zgłoszone w Raporcie postulaty są ujęte jako kluczowe zadania w ustawie o KSO. Wierzymy, że nasze wspólne działania pozwolą „Dogonić Europę” – podsumowuje wnioski z raportu prof. dr hab. Renata Duchnowska.

WARTO WIEDZIEĆ

Rak piersi to najczęściej diagnozowany nowotwór złośliwy wśród kobiet w Polsce i na świecie. Stanowi ok. 23 proc. zachorowań na nowotwory u kobiet, co czyni go najczęstszą, ginekologiczną chorobą nowotworową na całym globie.

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

PROSTE SPOSOBY NA TRAWIENIE

Jakie są objawy przejedzenia?

Przejedzenie to grupa objawów wywołanych przez spożycie nadmiernej ilości pokarmów, co ma miejsce szczególnie w okresie świątecznym. Przejeżdenie i jego konsekwencje nie należą do najprzyjemniejszych. Zbyt duża ilość pokarmu zalegająca w żołądku sprawia, że możemy czuć się ociężały i senni. Ciężko jest odmówić sobie skosztowania wszystkich pyszności ze świątecznego stołu. Niekontrolowane jedzenie może jednak prowadzić do spożycia nadmiernej ilości pokarmów w zbyt krótkim czasie. Żołądek jest mięśniami, który może rozciągnąć się do pojemności nawet dwóch litrów. Kilka dni nadmiernego spożywania tłustych i ciężkostrawnych potraw może wywo-

łać nieprzyjemne dolegliwości, w tym: ból brzucha, zgagę, senność, wzdęcia, nudności, wymioty, biegunki, zaparcia.

Jakie są sposoby na uczucie niestrawności?

● Ruch

Gdy towarzyszą nam nieprzyjemne dolegliwości trawienne, ciężko wyobrazić sobie wstanie z kanapy i pójście na spacer. Warto jednak wziąć pod uwagę to, że pozycja wyprostowana i chodzenie pobudza krążenie oraz przyspiesza procesy trawienne. Spacer może okazać się zbawienią podczas przejeżenia, ponieważ ruch poprawi perystaltykę jelit oraz wspomaga przesuwanie treści pokarmowej w dalsze części jelit. Aktywność dodatkowo w naturalny sposób rozbija pęcherzyki powietrza w jelitach, dzięki czemu łagodzi wzdęcia.

● Kompot z suszu

Kompot z suszu to nieodłączny napój w czasie świąt Bożego Narodzenia. Unoszący się podczas gotowania charakterystyczny korzenny zapach kojarzy się ze świąteczną atmosferą, śniegiem oraz oczywiście kolacją wigilijną. Kompot z suszu może z powodzeniem zmniejszyć dolegliwości trawienne, spowodowane przez przejeżdenie. Wypicie szklanki tego aromatycznego napoju przyspieszy przemianę materii, wspomaga trawienie ciężkostrawnych potraw, zredukuję wzdęcia oraz nieprzyjemne przelewanie w jelitach.

● Herbata miętowa

Liście mięty pieprzowej mogą być stosowane jako doskonały środek łagodzący dolegliwości dyspeptyczne. Mięta zawiera

olejki eteryczne, w tym mentol, który ma działanie rozkurczowe na mięśnie gładkie przewodu pokarmowego. Dzięki temu wypicie herbaty miętowej złagodzi nieprzyjemne skurcze brzucha. Herbata miętowa pobudza również wydzielanie soku żołądkowego, dzięki czemu wspomaga trawienie ciężkostrawnych posiłków.

● Korzeń imbiru

Imbir z powodzeniem może być stosowany jako naturalny lek przeciwdziałający nudności i wymiotom. Zawarte w nim olejki eteryczne pobudzają wydzielanie kwasu żołądkowego, dzięki czemu poprawiają trawienie i zmniejszają uczucie ciężkości w brzu-



chu. Wystarczy wypić herbatę z dodatkiem 1 łyżeczki startego korzenia imbiru lub zjeść 2 plasterki imbiru posypane solą. Imbir może działać drażniąco na przewód pokarmowy, dlatego powinni na niego uważać osoby z wrzodami żołądka lub dwunastnicy oraz cierpiące na refluks żołądkowo-przełykowy.

● Herbata z kopru włoskiego Nasiona kopru włoskiego mają działanie pobudzające, dzięki czemu poprawiają perystaltykę jelit i łagodzą dolegliwości związane z przejeżdeniem. Z powodzeniem mogą zmniejszyć wzdęcia oraz łagodzić zaparcia. Koper włoski ma również działanie rozkurczowe, co korzystnie wpływa na zmniejszenie nieprzyjemnego bólu brzucha. Przygotowanie herbaty z kopru jest bardzo proste. Wystarczy, że zalejesz wrzątkiem pół łyżeczki nasion kopru włoskiego. Taki napar powi-

nien stać pod przykryciem 20 minut. Następnie całość należy przecedzić przez sito i od razu spożyć.

Jakie jeszcze zioła można stosować na niestrawność?

● Ziele rumianku wykazuje działanie rozkurczające, dzięki czemu zmniejsza ból i skurcze brzucha, które często towarzyszą niestrawności. Dodatkowo rumianek pospolity charakteryzuje się właściwościami przeciwzapalnymi i łagodzącymi, szczególnie na błony śluzowe żołądka i dwunastnicy.

● Melisa też znana jest ze swoich właściwości uspokajających, jednak niewiele osób wie, że działa ona również pobudzająco na wydzielanie soków trawiennych. Napary z zióła tej rośliny rozkurczają mięśnie gładkie przewodu pokarmowego i łagodzą ból oraz skurcze brzucha.

Jak nie marnować jedzenia w święta?

Marta Siesicka-Osialek
marta.siesicka-osialek@polskapress.pl

Wyrzucamy ogromne ilości jedzenia. To marnotrawienie żywności, ale też pieniędzy, czasu i energii potrzebnych na przygotowanie dań. Przy odrobinie wysiłku, można to zmienić.

Polacy wyrzucają jedzenie na potęgę. Jak wynika z badań przeprowadzonych przez Instytut Ochrony Środowiska-Państwowego Instytutu Badawczego (IOŚ-PIB) i Szkołę Główną Gospodarstwa Wiejskiego, najwięcej żywności marnują jej konsumenci.

- W Polsce w każdej sekundzie przez cały rok wyrzucane do kosza są blisko 153 kilogramy żywności w całym łańcuchu żywnościowym, a aż 92 kg w polskich domach - wylicza Robert Łaba z IOŚ-PIB.

Eksperti bardzo nisko - na zaledwie 23,4 proc. - oceniają szansę Polski na to, aby do 2030 roku sprostała dyspozycji Parlamentu Europejskiego, w sprawie efektywnego gospodarowania zasobami m.in. ograniczenia marnowania żywności o połowę. Nasze szanse mogą jednak wzrosnąć, jeśli zaczniemy działać u podstaw i rozpoczniemy proces zmian od rozsądnego planowania zakupów i zapełniania naszych lodówek. Wszelkie działania na rzecz planety warto zaczynać od siebie. Małe gesty poszczególnych jednostek zebrane w całość mogą bowiem przynieść spektakularne efekty. Początek zmian ma miejsce na na-



Najważniejsze, by nie traktować pozostałości po wigilijnej wieczerzy jak bezwartościowych resztek, tylko jak wartościowe składniki, które wciąż mają sporo dobrego smaku do zaoferowania

szej głowie, a następnie... podczas przygotowań do zakupów.

Jak mówi Sylwia Majcher - edukatorka ekologiczna, dziennikarka i autorka książek, przedświąteczne przygotowania to przede wszystkim prewencja, czyli troska o to, aby wszystkie składniki, jakie chcemy kupić, na pewno były wykorzystane.

- Domową kuchnię warto potraktować jak najlepszą restaurację. Popularni kucharze przede wszystkim liczą: jaka będzie porcja dania, ile składników jest do niego potrzebnych, szacują

ostateczny koszt potrawy. Te rachunki warto robić także w domowych kuchniach. I wzorem najlepszych kucharzy myśleć o tym, by wykorzystywać cały potencjał produktu oraz znaleźć zastosowanie także dla tych części, które zazwyczaj wyrzucamy do kosza. Gdy gotujemy czerwony barszcz, z pozostałych po nim buraków warto zrobić hummus, warzywne carpaccio czy sałatkę z orzechami i natką pietruszki - mówi Sylwia Majcher.

I dodaje, że sukces świątecznych przygotowań gwarantuje

właśnie planowanie. Należy zacząć od spisania wszystkich pomysłów na potrawy, jakie zamierzamy przygotować, a ich ilość dostosować do liczby gości, którzy będą zasiadali z nami do świątecznego stołu.

- Jeśli mamy apetyt na 12 tradycyjnych dań, warto pamiętać, że jeśli każdy tylko spróbuje ich wszystkich, zje prawie 1,5 kilograma w czasie tej jednej Wigilijnej kolacji. Tymczasem sugerowana na co dzień porcja dania dla dorosłego człowieka waży od 300 do 500 g. Na bazie jadal-

no spisu robimy listę potrzebnych składników, ale zanim pójdziemy z nią do sklepu, warto zrobić rezerwa w szafkach kuchennych. To idealny moment na porządkowanie i wykorzystanie wszystkich resztek. Dozalega w zgromadzonych zapasach - radzi edukatorka.

Zachęca także do tego, by przed Wigilią opróżnić zamrażarkę i przygotować ją na przyjęcie poświątecznych resztek. Dodaje, że w zaproszeniu dla gości można poprosić o to, by przynieśli swoje pudełka i zabrali jedzenie, jakie zostanie ze świątecznego stołu.

O ile resztki ze świątecznych dań nie są zbyt trudne do przetworzenia, o tyle pozostałości wigilijnych potraw często trafiają prosto do kosza. Sylwia Majcher ma jednak pomysł na to, co zrobić z jedzeniem pozostałym z wigilijnej:

● Zupy można z powodzeniem mrozić albo wekować. Takie przedłużenie terminu ważności jest dobre dla barszczu czy grzybowej.

● Kapusta może być bazą do zrobienia farszu do drożdżowych bułek. Gdy doprawimy farsz ostrzejszymi przyprawami, papryką wędzoną, kuminem rzymskim, będzie smakować zupełnie inaczej. Można dodać do niej sporo podsmażonej cebuli i wypełnić nią kruche ciasto. W formie takiej tarty też z sukcesem zmieni swój wizerunek.

● Ze śledzi można zrobić tatara, wystarczy je posiekać, dodać nieco suszonych pomidorów i natkę pietruszki. Jeśli były w oleju, chętnie zanurzą się w marynacie - np. z żurawiną,

orzechami i imbiem. To propozycja przystawki, która sprawdzi się na sylwestra.

● Z ciast, jakie zostają, można ukurczyć trufle. Trzeba je nasaczyć herbatą, dodać ulubioną konfiturę i zblendować. Potem z powstałej masy wystarczy ukurczyć niewielkie kulki i każdą obtoczyć w kakao, zmielonych orzechach czy wirowkach kokosowych.

● Owoce z kompotu z suszu można zmienić w dżem i smarować nim poranne gofry czy naleśniki.

WAŻNE

Jak jeść, żeby nie przytyć w święta Bożego Narodzenia?

W ramach wigilijnej kolacji nietrudno o spożycie kilku tysięcy kalorii, podczas gdy codzienne zapotrzebowanie na energię nie przekracza zwykle 2000 kcal, zwłaszcza jeśli mało się ruszamy i rzadko wychodzimy z domu. Co więc robić, by uniknąć trudno strawnego nadmiaru jedzenia oraz kalorii? Są sposoby:

● unikaj silnego głodu przed kolacją ● wybierz kilka tych dań, które chcesz zjeść ● jedz powoli ● nie bierz dodatków ● unikaj alkoholu lub mocno ogranicz jego ilość ● wybieraj lżejsze wersje tradycyjnych potraw.

By oszczędzać kalorie, warto spożywać posiłki tylko przy stole i zrezygnować z podjadania między nimi.

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?

Telefonicznie: 800 472 852, 42 647 28 52

Przez internet: [ibo.polskapress.pl](#)

W Biurze Reklamy:

Kierownik działu ogłoszeń: Magdalena Śliwińska, m.sliwinska@dziennik.lodz.pl

tel. 502 499 114

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

ŁÓDŹ, ul. Kolumny 6/36, tel. 502 499 119, C.H. Nowa Górna (Carrefour)

RUBRYKI I PODRUBRYKI W OGŁOSZENIACH DROBNYCH			
NIERUCHOMOŚCI - mieszkania - sprzedam - mieszkania - kupię - mieszkania - do wynajęcia - mieszkania - wynajmę - mieszkania - zamienię - domy - sprzedam - domy - kupię - domy - do wynajęcia - domy - wynajmę - domy - zamienię - lokale użytkowe - sprzedam - lokale użytkowe - kupię	- lokale użytkowe - do wynajęcia - lokale użytkowe - wynajmę - lokale użytkowe - zamienię - działki, grunty - sprzedam - działki, grunty - kupię - gospodarstwa - garaże - pośrednictwo - inne - bank stancji HANDLOWE - AGD - RTV	- elektronika, komputery - telefony - car audio - antyki - kolekcjonerstwo, sztuka - jubilersstwo - filmy, muzyka - foto, książki - instrumenty muzyczne - lombardy - sport i rekreacja - maszyny urządzenia - materiały budowlane - materiały opałowe MOTORYZACJA - samochody osobowe - ciężarowe, dostawcze - busy autobusy - rolnicze - przyczepy, naczepy - zabytkowe - uszkodzone, rozbite - motocykle - części i akcesoria	- zamienię - motofinanse - motousługi - inne FINANSE BIZNES - kredyty, pożyczki - usługi finansowe - usługi prawne - biura rachunkowe - ubezpieczenia - oferty - inne NAUKA - szkoły - kursy/szkolenia
- języki obce - korepetycje - inne PRACA - zatrudnię - urzędy pracy - szukam pracy - inne ZDROWIE - apteki - pomoc całodobowa - chirurgia - ginekologia - interna - neurologia	- pediatria - psychologia - psychiatria - stomatologia - urologia - inne specjalizacje - przychodnie, kliniki - laboratoria - zabiegi - opieka - sprzęt medyczny - uroda - inne USŁUGI - agd rtv foto - budowlano-remontowe	TURYSTYKA - agroturystyka - kraj - świat - biura podróży - oazy i kolonie - wycieczki - przewozy - inne ZWIERZĘTA - lecznice - usługi - inne MATRYMONIALNE RÓŻNE	KOMUNIKATY ŻYCZENIA/PODZIĘKOWANIA GASTRONOMIA - dania na telefon - usługi - inne ROLNICZE - maszyn rolnicze - ogrodnictwo - plody rolne - zwierzęta hodowlane - inne TOWARZYSKIE USŁUGI KAMIENIARSKIE USŁUGI POGRZEBOWE

Nieruchomość

MIESZKANIA - KUPIĘ

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

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

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

AUTA uszkodzone - Złomowanie, 604-542-022

Finanse biznes

KREDYTY, POŻYCZKI

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

Praca

ZATRUDNIĘ

OCHRONA z gr. niepełnosprawności Ozorków tel. 604 630 556

Zdrowie

POMOC CAŁODOBOWA

Odtruwanie, alkohol, kroplówki, 42-678-60-49, 602-691-580

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

0011242694

OGŁOSZENIA DROBNE na TELEFON 800 472 852 42 647 28 52

INSTALACYJNE

12H Dobry Hydraulik, 666-744-277

OGRODNICZE

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

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

PRZEPROWADZKI

H 24/ 40zł, rozbiórki, 518-121-909

Rutkowski przeprowadzki, 501-781-201

AUTOPROMOCJA

Dziennik ŁÓDZKI

Czwartek z dreszczykiem

Kup dziennik z dodatkiem „Pod paragrafem”

dzienniklodzki.pl

REKLAMA

0011453429

OBWIESZCZENIE BURMISTRZA WOLBORZA

o rozpoczęciu konsultacji społecznych:

1. projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla terenów położonych w obrębach Młynary i Kuznecin w Gminie Wolbórz.

2. projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla terenów położonych w obrębie Żarnowica w Gminie Wolbórz

Na podstawie art. 17 pkt 11 w trybie art. 8h ust. 1 ustawy dnia 27 marca 2003 roku o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2024 r. poz. 1130 ze zm.) oraz art. 29 i art. 39 ust. 1 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2024 r., poz. 1112, ze zm.), w związku z:

1. uchwałą Nr XV/141/2025 Rady Miejskiej w Wolborzu z dnia 27 maja 2025 roku w sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla terenów położonych w obrębach Młynary i Kuznecin w Gminie Wolbórz

2. uchwałą Nr XV/145/2025 Rady Miejskiej w Wolborzu z dnia 27 maja 2025 roku w sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla terenów położonych w obrębie Żarnowica w Gminie Wolbórz

Zawiadamiam

I. o przeprowadzeniu w dniach **od 17 grudnia 2025 r. do 23 stycznia 2026 r.** konsultacji społecznych miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla terenów położonych w obrębach **Młynary i Kuznecin** w Gminie Wolbórz wraz z prognozą oddziaływania na środowisko. Konsultacje społeczne prowadzone będą w następujących formach:

– zbieranie uwag do projektu zmiany planu w terminie od 17 grudnia 2025 r. do 23 stycznia 2026 r.;

– dyżur projektanta odbędzie się w dniu **13 stycznia 2026 r. w godzinach 15.30 – 16.00** w siedzibie Urzędu Miejskiego w Wolborzu, ul. Plac Jagielly 28, 97-320 Wolbórz, w sali konferencyjnej;

– spotkanie otwarte odbędzie się w dniu **13 stycznia 2026 r. o godzinie 16.00** w siedzibie Urzędu Miejskiego w Wolborzu, ul. Plac Jagielly 28, 97-320 Wolbórz, w sali konferencyjnej;

II. o przeprowadzeniu w dniach **od 17 grudnia 2025 r. do 23 stycznia 2026 r.** konsultacji społecznych miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla terenów położonych w obrębie **Żarnowica** w Gminie Wolbórz wraz z prognozą oddziaływania na środowisko. Konsultacje społeczne prowadzone będą w następujących formach:

– zbieranie uwag do projektu zmiany planu w terminie od 17 grudnia 2025 r. do 23 stycznia 2026 r.;

– dyżur projektanta odbędzie się w dniu **14 stycznia 2026 r. w godzinach 15.30 – 16.00** w siedzibie Urzędu Miejskiego w Wolborzu, ul. Plac Jagielly 28, 97-320 Wolbórz, w sali konferencyjnej;

– spotkanie otwarte odbędzie się w dniu **14 stycznia 2026 r. o godzinie 16.00** w siedzibie Urzędu Miejskiego w Wolborzu, ul. Plac Jagielly 28, 97-320 Wolbórz, w sali konferencyjnej;

Projekty miejscowych planów zagospodarowania przestrzennego wraz z prognozą oddziaływania na środowisko zostały udostępnione w siedzibie Urzędu Miejskiego w Wolborzu, a także w Biuletynie Informacji Publicznej:

1. Projekt miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla terenów położonych w obrębach Młynary i Kuznecin wraz z prognozą oddziaływania na środowisko. https://www.wolborz.4bip.pl/index.php?job=wiad&idg=17&id=823&x=11&y=&n_id=5520

2. Projekt miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla terenów położonych w obrębie Żarnowica w Gminie Wolbórz wraz z prognozą oddziaływania na środowisko. https://www.wolborz.4bip.pl/index.php?job=wiad&idg=17&id=823&x=11&y=&n_id=5524

Składający uwagi do projektów planów miejscowych oraz prognozy oddziaływania na środowisko zobowiązany jest podać swoje imię i nazwisko albo nazwę oraz adres zamieszkania albo siedziby oraz adres poczty elektronicznej, o ile taki posiada, a także wskazuje czy jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym nieruchomości objętej uwagą, oraz może podać dodatkowe dane do kontaktu, takie jak adres do korespondencji lub numer telefonu. Uwagi należy składać wyłącznie za pomocą „Formularza Pisma Dotyczącego Aktu Planowania Przestrzennego”

– w formie papierowej na adres: Urzędu Miejskiego w Wolborzu , ul. Plac Jagielly 28, 97-320 Wolbórz

– w formie elektronicznej, w tym za pomocą środków komunikacji elektronicznej, bez konieczności opatrywania ich bezpiecznym podpisem elektronicznym, w szczególności za pomocą poczty elektronicznej na adres e-mail: poczta@wolborz.eu lub elektronicznej skrzynki podawczej ePUAP: /dnp0cv982n/SkrytkaESP lub e-Doręczenia: AE:PL-51260-89631-VWVB-21;

Formularz Pisma Dotyczącego Aktu Planowania Przestrzennego dostępny jest na stronie Biuletynu Informacji Publicznej: https://www.wolborz.4bip.pl/index.php?job=wiad&idg=17&id=823&x=11&y=&n_id=5499

Organem właściwym do rozpatrzenia uwag jest Burmistrz Wolborza.

BURMISTRZ WOLBORZA

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne w Twojej gazecie przez Internetowe Biuro Ogłoszeń. Bez wychodzenia z domu.

ibo.polskapress.pl

Bardzo lubię pracować w sylwestra z racji tego, że mam wtedy urodziny

Dawid Kwiatkowski w agencji Newseria Fot. Krzysztof Szymczak



Z ŻYCIA GWIAZD

W TELEWIZJI

KRZYŻÓWKA NR 194

Marcela Leszczak odnalazła sens

Celebrytka zamieściła na Instagramie nagranie, na którym wspólnie z synem ubiera choinkę. Asekurowany przez mamę Fryderyk zawieszał ozdoby, stojąc na drabinie. W opisie rolki Leszczak stwierdziła: „Twoja obecność sprawia, że te święta wciąż mają sens. Wszystko ma sens”.



Agata Rubik jest kochana

W miniony weekend celebrytka świętowała swoje 39. urodziny. I oczywiście pochwaliła się na Instagramie fotkami z uroczystości. „Moja piękna żona ma dziś swoją urodzinową imprezę. Happy Birthday. Kocham cię w tym życiu i w każdym innym” – złożył żonie życzenia Piotr Rubik.

Viki Gabor nie nakręca sytuacji

Młoda piosenkarka w wywiadzie dla RMF FM została zapytana o konflikt z Roksaną Węgiel. – Nie lubię tego tematu, jest on niepotrzebny. Były rzeczy, które mi się nie podobały z jej strony, które wyszły na początku. Jestem takim typem osoby, że jak widzę, że ktoś robi coś na mój temat, to nie będę siedzieć cicho – powiedziała. A potem dodała: – Nie nakręcam tej sytuacji, bo jestem pewna, że tak samo jak mi, tak i Roxie, nie chce się. Nie musimy się lubić i rozmawiać ze sobą. (GZL) Fot. Sylwia Dąbrowa



Faceci od kuchni TVN 7, 20:00

Początkujący kucharz (Michaël Youn), który pragnie podbić świat, jest zwalniany przez kolejnych pracodawców. Gdy spotyka szefa kuchni (Jean Reno) słynnej paryskiej restauracji, ma szansę na realizację marzeń.

Czarny mercedes TVP Kultura, 20:00

1939 rok. W Warszawie zostaje zamordowana żona prominentnego adwokata (Artur Żmijewski). Śledztwo prowadzi nadkomisarz Król (Andrzej Zieliński), który jest żołnierzem podziemia.

Śledztwa siostry Bonifacji BBC First, 21:00

Odcinek świąteczny. Stowarzyszenie teatralne miasteczka przygotowuje się do wystawienia „Kopciuszka”. Na wieść o śmierci jednego z członków obsady próby zostają przerwane.

Tylko dla odważnych TVP Historia, 21:20

Eric (Josh Brolin) służy w straży pożarnej od ponad 20 lat. W czerwcu 2013 roku wraz z załogą musi stawić czoła żywiołowi, który trawi lasy Arizony i nieuchronnie zbliża się do miasta.

Izraelscy osadnicy i Louis Theroux BBC Brit, 22:00

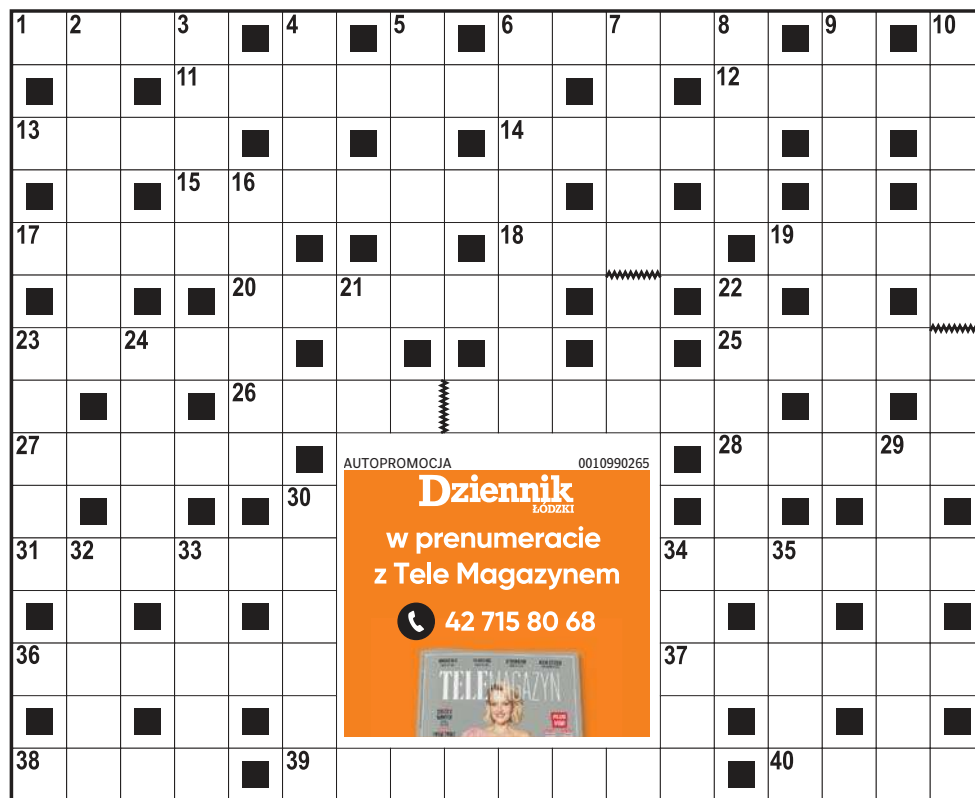
Louis Theroux udaje się na Zachodni Brzeg Jordanu, aby spotkać się przedstawicielami społeczności nacjonalistycznych osadników izraelskich, którzy mieszkają na palestyńskim terytorium.

Poziomo:

- 1) tkanina ucięta pod kątem,
- 6) koszenie zboża lub trawy,
- 11) dowództwo jednostki policyjnej,
- 12) ptak z rzędu blaszkowatych,
- 13) muzyczne talerze, czynele,
- 14) pokarm dla urodzonego potomstwa,
- 15) gorzki likier produkowany w Mediolanie,
- 17) nagły, mimowolny skurcz mięśni,
- 18) skorupiak z arktycznych wód,
- 19) „... uniesień”, obraz Władysława Podkowińskiego,
- 20) Maciej, bohater powieści „Chłopi”,
- 23) rzucanie i łapanie obręczy pałeczkami,
- 25) dawna nazwa stopu kilku metali,
- 26) stan w USA z Santa Fe,
- 27) wojsko walczące konno, kawaleria,
- 28) myśliwy beocki, zginął z rąk Artemidy,
- 31) imię pani Dulskiej,
- 34) rezydencja francuskich królów ustanowiona przez Ludwika XIV,
- 36) lwia ..., grzyb o azjatyckim rodowodzie,
- 37) miejsce w sportowym rankingu,
- 38) pisemny dowód kasowy,
- 39) barwna część oka,
- 40) pierwiastek chemiczny o symbolu Nb.

Pionowo:

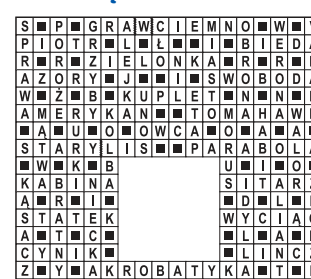
- 2) szyte ręcznie chodaki, noszono na Podhalu,



- 3) krótka scenka kabaretowa,
- 4) chorobliwe przywidzenie,
- 5) koń maści jasnobrązowej,
- 6) japoński pilot-samobójca,
- 7) zbieg okoliczności, przypadek,
- 8) cząstka z elektronami,
- 9) wyciszają gwałtowne, wysokie dźwięki,
- 10) komedia satyryczna Moliera,

- 16) miejsce wygłaszania kazania,
- 21) biegnie obok szosy,
- 22) zakręt rzeki, meander,
- 23) ptak jak kuksaniec,
- 24) gałązki do chłosty,
- 29) ... Benedyktynów w Tyńcu,
- 30) barwny ptak łowny,
- 32) przepływa przez Łomżę,
- 33) królewskie rozporządzenie,
- 34) ptak jak rzeka w Garwolinie,
- 35) drapieżna ryba morska.

ROZWIĄZANIE NR 193



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Energia sprzyja działaniu, ale uważaj na słowa. Horoskop dzienny zapowiada, że spokojna rozmowa dziś przyniesie więcej niż pośpiech.

Ryby (19.02 - 20.03)

Stabilność daje Ci siłę, lecz drobna zmiana poprawi nastroj. Horoskop na dziś to wskazówka, by zaufać intuicji w sprawach domowych. **Baran (21.03 - 19.04)** Dzień sprzyja kontaktom i nowym pomysłom. Nie obiecuj za dużo – horoskop na środę radzi skupić się na jednym celu.

Byk (20.04 - 20.05)

Emocje będą dziś intensywne, ale szczerość Ci pomoże. Horoskop dzienny podpowiada, by zadbać o siebie i bliskich bez poczucia winy. **Bliźnięta (21.05 - 21.06)** Twoja pewność siebie będzie zwracać uwagę otoczenia, ale horoskop na dziś wyraźnie przypomina, by słuchać również innych ludzi. **Rak (22.06 - 22.07)** Nie krytykuj zbyt surowo poczynania innych ludzi. Horoskop dzienny na środę mówi, że drobna niedoskonałość również ma wartość...

Lew (23.07 - 22.08)

Intuicja poprowadzi Cię właściwie. Horoskop dzienny to wskazówka, by unikać manipulacji. Szczerość przyniesie o wiele lepsze rezultaty. **Panna (23.08 - 22.09)** Zaplanuj coś nowego, lecz nie ignoruj codziennych obowiązków. Horoskop na dziś radzi brać pod uwagę oczekiwania innych osób. **Waga (23.09 - 22.10)** Harmonia wymaga kompromisu. Horoskop dzienny na środę wróży, że warto wybrać spokój i zadbać o relacje z innymi osobami.

Skorpion (23.10 - 21.11)

Praca przynosi efekty, jeśli zachowasz cierpliwość. Horoskop dzienny mówi, by nie bać się poprosić o wsparcie, jeśli zajdzie taka potrzeba. **Strzelec (22.11 - 21.12)** Oryginalność działa na Twoją korzyść. Horoskop na dziś to wyraźna podpowiedź, by dzielić się pomysłami. Ktoś pomoże Ci je rozwinąć. **Koziorożec (22.12 - 19.01)** To, co zrobisz lub powiesz, pomoże wyrazić to, co trudne. Horoskop dzienny na środę mówi, że otoczenie będzie pod wrażeniem...

Nie tylko seniorski ŁKS Łódź będzie trenował w Turcji

Dariusz Piekarczyk
d.piekarczyk@dziennik.lodz.pl

PIŁKA NOŻNA. 5 stycznia seniorski ŁKS Łódź rozpocznie przygotowania do wiosennych meczów.

Od 10 do 23 stycznia podopieczni trenera Grzegorza Szoki przebywać będą w tureckiej miejscowości Side. W planach nie tylko treningi, ale także mecze sparingowe. Okazuje się, że w Turcji, trenować będzie także dwóch piłkarzy Akademii ŁKS Aleksander Ufniarz i Olaf Zuchora otrzymało powołanie na styczniowe zgrupowanie Talent Pro, które będzie miało miejsce w tureckiej miejscowości Belek. Odbędzie się ono w dniach 9-17 stycznia, a wezmą udział zawodnicy w kategoriach U-15 (rocznik 2011), U-16 (rocznik 2010) oraz U-17 (rocznik 2009). Wśród nich znalazł się bramkarz Aleksander Ufniarz (rocznik 2011) z drużyny Akademii ŁKS U-15 występującej w Centralnej Lidze Juniorów oraz środkowy obrońca Olaf Zuchora (rocznik 2010), który na co



Dwóch młodych elkaesiaków będzie przygotowywać się do wiosny w Turcji. To bramarz Aleksander Ufniarz (żółta koszulka) oraz Olaf Zuchora

dzień gra w zespole do lat 17 (ten także rywalizuje w CLJ). Dodajmy, że Talent Pro to projekt Polskiego Związku Piłki Nożnej, który obejmuje najzdolniejszych zawodników z roczników U-15, U-16 i U-17. ©©

BETCRIS IV LIGA

Pelikan Łowicz poinformował o pozyskaniu o pierwszym z-

mowym transferze. Otóż spadkowicz z grupy pierwszej III ligi pozyskał 24-letniego Pawła Gieracha. To wychowanek Unii Skierniewice, który rundę jesienną spędził w ekipie Ząbkovii Ząbki, beniaminku grupy pierwszej III ligi. Wystąpiła w 10 meczach o punkty, strzelając jednego gola. Wcześniej występował

między innymi w juniorach Legii Warszawa i Jagiellonii Białystok oraz seniorskich ekipach Wigier Suwałki, GKS Katowice, Zrywu Wygoda i Mszczonowianki Mszczonów. Pelikan prowadzony przez trenera Piotra Kocębę wspólnie z RKS Radomsko i Ceramiką Opoczno otwiera tabelę - mają po 36 punktów.

Lechia Tomaszów pokonała pierwszoligowego nowicjusza

Dariusz Piekarczyk
d.piekarczyk@dziennik.lodz.pl

SIATKÓWKA. W meczu 14. kolejki I ligi Lechia Tomaszów Mazowiecki wygrała we własnej hali z beniaminkiem Spartą Grodzisk Mazowiecki.

Tomaszowianie zwyciężyli pewnie 3:0 (25:12, 25:21, 25:21). MVP tego starcia wybrany został Marcel Hendzelewski, który był także najskuteczniejszym graczem Lechii, a zdobył 14 punktów. 11 zapiisał na swoim koncie Artur Brzostowicz, osiem Tytus Nowik, a po siedem Jakub Abramowicz oraz Jakub Zimoląg. ©©

Pozostałe wyniki 14. kolejki I ligi mężczyzn: Czarni Radom - Stal Nysa 0:3, Necko Augustów - Anioły Toruń 0:3, Astra Nowa Sól - Nowak-Mosty MKS Będzin 1:3, GKS Katowice - SMS PZPS Spała 3:1, MCKiS Jaworzno - BBTS Bielsko-Biała 3:2, Mickiewicz Kluczbork - Avia Świdnik 3:1, KPS Siedlce - BKS Bydgoszcz 3:1. Liderem tabeli są katowiczanie z GKS, którzy zdobyli dotychczas 37 punktów. Na miejscu drugim plasują się Anioły Toruń, a na trzecim Stal Nysa. Dalsza kolejność: 4. Mickiewicz Kluczbork - 32, 5. Nowak-Mosty MKS Będzin - 36, 6. MCKiS Jaworzno - 22, 7. BKS Bielsko-Biała - 22, 8. Lechia Tomaszów Mazowiecki - 20, 9. Astra Nowa Sól - 18, 10. KPS Siedlce - 17, 11. Avia Świdnik - 16, 12. Sparta Grodzisk Mazowiecki - 14, 13. Necko Augustów - 14, 14. BKS Bydgoszcz - 14, 15. Czarni Radom - 13, 16. SMS Spała - 2. W sobotę (20 grudnia) Lechia gra u siebie z BBTS Bielsko-Biała (20).



Podwójny blok siatkarzy Lechii Tomaszów Mazowiecki, którzy wygrali we własnej hali z Spartą Grodzisk Mazowiecki 3:0

II liga siatkówki: KP Pajęczno, Volley Żychlin oraz WKS Wieluń liderami. W III lidze na czele Czarni

Dariusz Piekarczyk
d.piekarczyk@dziennik.lodz.pl

SIATKÓWKA. Kolejne mecze o punkty rozegrali drugoligowcy. Znakomicie radzą sobie sobie zawodniczki KP Pajęczno, które są liderkami. U mężczyzn na czele tabel gracze Volley Team Żychlin oraz WKS Wieluń.

Ciekawie także w trzecioligowców. Wśród mężczyzn na czoło tabeli wysunęli się siatkarze z Rzęsni, którzy są spadkowiczem z II ligi. ©©

II LIGA SIATKÓWKI KOBIET

Grupa II. Wyniki meczów 9. kolejki: AZS AWF Varsovia Warszawa - MOS Wola Warszawa 3:1, Volley Kobyłka - ŁKS AZS UMED Łódź 3:0, Krótka Mysiadło - Łaskovia Łask 3:1 (27:25, 25:21, 20:25, 25:20), VII LO SMS Amber Kalisz - TPS Bielsk Podlaski 2:3, Barycz Janków Przysgodzki - Libero Gwarant Aleksandrów Łódzki 1:3 (20:25, 25:22, 19:25, 19:25).

1. Volley Kobyłka	9	24	26:7
2. TP Bielsk Podlaski	9	20	23:14
3. Gwarant Aleksandrów Ł.	9	19	22:12
4. ŁKS UMED Łódź	9	15	19:18
5. AZS AWF Varsovia	9	15	19:17
6. MOS Wola Warszawa	9	12	15:18
7. MKS Kalisz	9	10	14:20
8. Krótka Mysiadło	9	9	15:20



To jest radość! Dziewczęta z KP Pajęczno, mimo braków kadrowych, bez kłopotów pokonały Płomień Sosnowiec

9. Barycz Janków Przysg. 9 6 12:25
10. Łaskovia Łask 9 5 9:23

Grupa III. Wyniki meczów 9. kolejki: MKS MOS Płomień Sosnowiec - Pajęczno 0:3 (20:25, 17:25, 15:25), KS Częstochowianka - Chełmiec Wałbrzych 0:3, Volley Wrocław - SMS PZPS II Szczryk 0:3, MUKS Sari Żory - AZS AWF Wrocław 3:0, Sokół AZS AWF Katowice - Polonia Łaziska Górne 3:1.

1. KP Pajęczno	9	25	26:7
2. SMS PZPS Szczryk II	8	19	22:9
3. Chełmiec Wałbrzych	9	16	20:14
4. MUKS Sari Żory	9	15	20:16
5. AZS AWF Katowice	9	13	18:20

6. Częstochowianka 9 12 17:20
7. Polonia Łaziska Górne 9 11 15:19
8. AZS AWF Wrocław 8 8 13:20
9. Płomień Sosnowiec 9 8 12:22
10. Volley Wrocław 9 5 8:24

II LIGA SIATKÓWKI MĘŻCZYZN

Grupa I. Wyniki meczów 12. kolejki: Volley Team Żychlin - Energetyk Poznań 3:1 (25:17, 25:22, 27:29, 26:24), Tarnovia Tarnowo Podgórze - Olimpia Sulęcina 0:3, Joker Piłka - Cargill Słupca 1:3, Travel Elephant Trzebiatów - Wilki Wilczyn 1:3, Stoczniovec Politechnika Gdańska - Krishome Września 0:3, Akademia Siatkówek Stilon Gorzów - Trefl II Gdańsk 1:3.



Siatkarska drużyna WKS Wieluń trenera Bartłomieja Matejczyka wygrała w trzech setach mecz w Gubinie

1. Volley Team Żychlin	12	34	35:8
2. Energetyk Poznań	12	30	34:13
3. SPS Cargill Słupca	12	26	30:19
4. Wilki Wilczyn	12	25	29:14
5. Energia Trefl II Gdańsk	12	20	26:22
6. Krishome Września	12	16	20:25
7. Olimpia Sulęcina	12	15	22:26
8. Tarnovia Tarnowo Podg.	12	13	17:24
9. Joker Piła	12	13	20:27
10. Stilon Gorzów	12	11	16:30
11. Stoczniovec Gdańsk	12	9	16:32
12. Elephant Trzebiatów	12	4	9:34

gnica - Gwardia Wrocław 0:3, Volley Jelcz Łaskowice - Chełmiec Wałbrzych 3:0, Bugaj Volley Radomsko - Sobieski Żagań 2:3 (22:25, 29:27, 25:22, 14:25, 11:15), Bielawianka Bielawa - AZS Stoelele Częstochowa 2:3. Pauza: SPS Brzeg Dolny.

1. WKS Wieluń	11	30	30:7
2. Volley Jelcz Łaskowice	11	27	32:12
3. Gwardia Wrocław	11	25	29:14
4. Sobieski Żagań	11	19	26:20
5. Energia Gubin	11	17	22:21
6. Chełmiec Wałbrzych	11	14	17:23
7. AZS Częstochowa	11	14	22:25
8. Bugaj Volley Radomsko	11	13	19:25
9. Bielawianka Bielawa	11	9	16:30

10. SPS Brzeg Dolny	10	8	11:23
11. Ikar Legnica	11	4	7:31

III LIGA SIATKÓWKI MĘŻCZYZN

Wyniki meczów weekendowych: Wifama Łódź - Skiermiewicki Węgiel II Skiermiewice 3:0, SMS PZPS III Spała - EKS Skra Bełchatów 3:0, Lechia II Tomaszów Mazowiecki - Czarni Rzęśnia 1:3, Bzura Ozorków - Czarni Rzęśnia 3:2.

1. Czarni Rzęśnia	10	26	29:10
2. Resursa Łódź	9	25	26:13
3. Bzura Ozorków	10	22	26:13
4. Wifama Łódź	11	18	22:20
5. Skiermiewicki Węgiel I	11	16	20:22
6. Lechia II Tomaszów M.	10	11	16:21
7. EKS Skra Bełchatów	10	11	13:21
8. SMS PZPS III Spała	11	9	16:27
9. Skiermiewicki Węgiel II	10	0	0:30

III LIGA SIATKÓWKI KOBIET

Wyniki meczów weekendowych: Skier-VIS Skiermiewice - Łaskovia II Łask 2:3, UKS Ozorków - Akademia Siatkówek Zduńska Wola 3:0, Fuks Sulejów - MUKS 47 LO-Budowlani Łódź 3:1, Metalurgia Volley Radomsko - Active Opoczno 0:3.

1. UKS Ozorków	8	22	23:5
2. Budowlani Łódź	10	21	26:13
3. Skier-VIS Skiermiewice	10	19	24:15
4. Łaskovia II Łask	9	14	20:19
5. Fuks Sulejów	9	14	17:18
6. AS Zduńska Wola	8	10	13:18
7. Volley Żelazny Opoczno	8	8	11:18
8. Metalurgia Radomsko	8	5	9:22
9. AS Active Opoczno	8	4	6:21

PIŁKA NOŻNA TURNIEJ NIE MIAŁ KLASYFIKACJI KOŃCOWEJ ANI WYŁANIANIA ZWYCIĘZCÓW

Rekordowa XI edycja Football School CUP w Łodzi. Dziecięca piłka nożna w najlepszym wydaniu

Dariusz Kuczmera
d.kuczmera@dziennik.lodz.pl

Sportowe emocje, setki uśmiechów i prawdziwa radość z gry - tak w skrócie można podsumować XI edycję Turnieju Football School CUP, która odbyła się w Łodzi.

Tegoroczne wydarzenie okazało się największym w historii cyklu, gromadząc rekordową liczbę dzieci z 24 szkół podstawowych.

Turniej został starannie zaplanowany i podzielony na dwie części, każda z udziałem 12 szkół, co pozwoliło na sprawną organizację oraz zapewniło wszystkim uczestnikom maksymalny czas gry. Od pierwszego gwizdka aż do zakończenia rozgrywek hala sportowa tętniła życiem, a młodzi zawodnicy z ogromnym zaangażowaniem rywalizowali na boisku.

Organizatorzy po raz kolejny pozostali wierni filozofii Football School - turniej nie miał kła-



Pamiątkowe zdjęcie uczestników turnieju Football School Cup w Łodzi... Uśmiechy zdobyły buzie młodych piłkarzy

syfikacji końcowej ani wyłaniania zwycięzców. Najważniejsze były: ruch, dobra zabawa, integracja rówieśnicza oraz nauka zasad fair play.

- Od początku zależało nam na tym, aby Football School CUP był wydarzeniem, w którym dzieci czują radość z grania, a nie presję wyniku. Nie uczymy ich tabel i punktów, tylko współpracy, szacunku i miłości do sportu. Rekordowa liczba uczestników pokazuje, że

ten kierunek jest właściwy - mówi Piotr Klepczarek, organizator turnieju i prezes Football School.

Każdy młody piłkarz opuszczał halę z pamiątkowym dyplomem oraz prezentem, co dla wielu dzieci było równie ważne jak sama gra. Organizatorzy zadbali o to, aby każdy uczestnik poczuł się doceniony i wyróżniony, niezależnie od sportowego poziomu czy wyniku pojedynczych meczów.

Na wysokim poziomie stała również organizacja sportowa turnieju. Zawody sędziowane były przez doświadczonych trenerów i byłych piłkarzy, na co dzień pracujących w Football School. Wśród nich znaleźli się m.in. byli zawodnicy ŁKS - Jakub Skrzypiec oraz Marcin Pyrdoł, którzy dbali nie tylko o prawidłowy przebieg meczów, ale także o edukacyjny i wychowawczy wymiar rywalizacji sportowej.

Wyjątkowym elementem tegorocznej edycji była również obecność spikera ŁKS Kamila Janiszewskiego, który przez cały czas trwania turnieju prowadził zawody, zapowiadał drużyny i budował atmosferę znaną z profesjonalnych stadionów. Dzięki temu dzieci mogły poczuć się jak prawdziwi piłkarze, a kibice żywiołowo reagowali na wydarzenia boiskowe. - Chcemy, aby dzieci już od najmłodszych lat miały po-

zytywne skojarzenia ze sportem. Taka oprawa, jak profesjonalny spiker, muzyka czy dobra organizacja, sprawia, że to wydarzenie zapada im w pamięć i motywuje do dalszej aktywności fizycznej - dodaje Piotr Klepczarek.

Football School CUP to nie tylko turniej piłkarski, ale także ważna inicjatywa społeczna, promująca aktywny styl życia wśród dzieci i młodzieży. Coraz większe zainteresowanie wydarzeniem pokazuje, że szkoły, rodzice i sami uczniowie widzą wartość w takiej formie sportowej integracji.

XI edycja turnieju potwierdziła, że piłka nożna w wydaniu dziecięcym może być przestrzenią radości, rozwoju i wspólnoty - bez presji wyniku, za to z ogromną dawką pozytywnych emocji. Organizatorzy zapowiadają, że Football School CUP na stałe pozostanie ważnym punktem sportowego kalendarza regionu, a kolejne edycje mają być jeszcze większe i jeszcze lepsze. ©©

Reprezentacja Polski w siatkonodze tuż za podium w President Cup

Dariusz Kuczmera
d.kuczmera@dziennik.lodz.pl

Reprezentacja Polski w futnecie (siatkonodze) wzięła udział w bardzo mocno obsadzonym turnieju o Puchar Prezydenta, w słowackich Vrutkach.

Polacy rozpoczęli rozgrywki od pojedynku ze słowackim SK Laborec Humenné. Dzięki zwycięstwom w singlu i deblu mecz zakończyli wygraną 4:2. W następnym spotkaniu uporali się z reprezentacją Słowacji U-21, zwyciężając 5:1. Na koniec pojedynków grupowych Biało-Czerwoni musieli uznać wyższość reprezentacji Czech we wszystkich trzech konkurencjach i tym samym uzyskali awans do najlepszej czwórki turnieju z 2. miejsca w grupie.

W półfinale przyszło im się zmierzyć z późniejszymi triumfatorami całego turnieju, TJ Spartak Čelákovice. Drużyna czechskiej extraligi, wzmocniona dodatkowo, świetnie dysponowanymi, Ondrejem Vitem oraz Martinem Sehringiem, była tego dnia poza zasięgiem dla wszystkich rywali. Nie inaczej było w meczu z Polską, wszystkie trzy pojedynki zakończyły się pewnymi



Reprezentanci Polski w silnie obsadzonym turnieju pokazali bardzo dobrą dyspozycję

zwycięstwami Czechów. W meczu o 3. miejsce Polacy spotkali się z aktualnymi mistrzami Europy, reprezentacją Słowacji. Ten mecz był zdecydowanie bardziej wyrównany. W singlu walczyliśmy na przewagę w obydwóch setach, a w deblu do rozstrzygnięcia potrzebny był tie-break, który jednak na swoją stronę przechylił Słowacy. W trójkach gospodarze turnieju już pewnie przypieczętowali zwycięstwo i to oni sięgnęli po brązowe medale. Polska kończy turniej na 4. miejscu, które w tak elitarnym gronie trzeba uznać za bardzo dobry wynik i udane zakończenie międzynarodowego sezonu dla Polskiego Futnetu.

Jednak w Polsce futnetowe rozgrywki jeszcze się nie kończą. 20 grudnia w wielkopolskim Kleczewie czeka nas ostatni akcent tegorocznego cyklu mistrzostw Polski, którym będzie rywalizacja mężczyzn w grze pojedynczej.

Klasyfikacja turnieju: 1. TJ Spartak Čelákovice, 2. Reprezentacja Czech, 3. Reprezentacja Słowacji, 4. Reprezentacja Polski, 5. Reprezentacja Węgier, 6. SK Laborec Humenné, 7. UMT Trebišov, 8. Reprezentacja Słowacji U-21. Skład reprezentacji Polski: Michał Kłosiński, Mateusz Śliwka, Marcin Gębicki, Kuba Matuszczyk, Łukasz Grzyb. ©©

Sukcesy Harasuto na koniec roku

Dariusz Kuczmera
d.kuczmera@dziennik.lodz.pl

Podopieczni Patrycji Łapki i Damiana Suligorskiego z sekcji Koluszk, Jakuba Kujawskiego, Kingi Harast oraz Janusza Harast sekcje Olechów Łódź osiągnęły wielki sukces.

Zawodnicy klubu Harasuto zajęli znakomite trzecie miejsce w klasyfikacji generalnej turnieju karate WKF, który odbył się w Grodzisku Mazowieckim.

Relacjonuje prezes Janusz Harast: - W Mazowieckiej Lidze Karate Natalia Tarka, aktualna zdobywczyni Pucharu Polski, triumfowała w całym cyklu trzech imprez, zdobywając zarówno Puchar, jak i główną nagrodę. W zawodach w Grodzisku Mazowieckim wzięło udział 277 zawodników z 14 klubów. Był to finał cyklu, podczas którego najlepsi zawodnicy zostali uhonorowani nagrodami głównymi oraz pamiątkowymi pucharami. Natalia wygrała wszystkie swoje pojedynki, zarówno w Extra Lidze, jak i w zawodach głównych.

Złote medale wywalczyli: Natalia Tarka kumite Extra Liga U 14, Adam Ratajczyk kumite U 12 Liga B, Ignacy Jaśniewski kumite U 14, Mateusz Rubnikowicz U 14, Marianna Szkop U 10,

Lena Stolarczyk U 12 Liga B, Nikola Zalewska U 12 Liga B, Justyna Chmielewska U 14, Natalia Tarka U 14, Weronika Rosalska U 16.

Srebrne medale wywalczyli: Filip Kupczyk Extra Liga U 16, Bartłomiej Kieszkowski U 12 Liga B, Patryk Hiszpański U 14.

Brązowe medale wywalczyli: Mateusz Rubnikowicz Extra Liga U 14, Joanna Bartuzel Extra Liga U 14, Weronika Rosalska Extra Liga U 16, Mikołaj Salamon U 14, Miłosz Pilarczyk U 14, Kamil Kieszkowski U 14, Filip Kupczyk U 16.

Wielu nowych zawodników pierwszy raz zdobyło medale.

Już na początku stycznia weźmiemy udział w międzynarodowym turnieju w Koszycach

na Słowacji oraz w zgrupowaniu z Mistrzem Świata, który przyjedzie na konsultacje na zaproszenie klubu Champion do Łodzi.

W ferie w lutym nasi zawodnicy rozpoczną rywalizację w pierwszych zawodach cyklu światowej Ligi Youth League, który zaczyna się od zawodów w Zjednoczonych Emiratach Arabskich. Potwierdzeni zawodnicy młodzieżki Natalia Tarka, Justyna Chmielewska i junior Jakub Tarka. Jeżeli uda się jeszcze dokonać zgłoszenia junior Łukasz Rubnikowicz.

Planujemy także udział w Youth League w maju w Manili na Filipinach, w czerwcu w Poreču w Chorwacji oraz we wrześniu w Guadalajarze w Meksyku - kończy Janusz Harast. ©©



Karatecy Harasuto w pełnej krasie z wieloma trofeami

SPORT

www.sportowy24.pl

Dariusz Michalczewski bił brawo. Medale ŁKS, Dynamitu, Victorii i Gardy

Dariusz Kuczmera
d.kuczmera@dziennik.lodz.pl**BOKS. Za nami 25. mistrzostwa Polski kobiet oraz 96. mistrzostw Polski mężczyzn w boksie olimpijskim.**

Na starcie mistrzostw stanęły 72 zawodniczki z 45 klubów oraz 153 zawodników z 81 klubów. Panie i panowie z klubów naszego regionu zdobyli medale. Panie skompletowały wszystkie kolory medali: złoto zdobyła Amelia Kostrzewa (ŁKS Boks Łódź), srebro Weronika Dziubek (BKS Dynamit Główno), a brąz wywalczyła Natalia Mucha (UKS Victoria Łódź). Wśród panów ze złota w kategorii +90 kg cieszył się Jakub Domurad (SB Garda Bełchatów).

Amelia Kostrzewa to świeżo upieczona mistrzyni świata siołerek w kickboxingu w formule Full Contact.

Relacjonuje trener ŁKS Grzegorz Goliński: - Do Gdańska przyjechalśmy po pełną pulę i wierzyliśmy w sukces bo znamy swoją wartość, ale niepokoiła nas troszkę dyspozycja spowodowana drobnymi urazami i wyczerpującą końcówką sezonu (z MŚ w Abu Dhabi wróciliśmy 01.12!). Odpuszczenie startu nie wchodziło jednak w rachubę - mieliśmy bowiem do wykonania „ważną misję”.

Amelka rywalizowała o miano najlepszej pięściarki

w kraju, w kategorii wagowej do 70kg i stoczyła dwa pojedynki. Oba ciężkie, ale zwycięskie. Dzięki temu mogliśmy się cieszyć z pierwszego seniorskiego złota. A radość była ogromna. Misja zrealizowana na 1908%.

To dla Amelki piąty z rzędu złoty medal mistrzostw Polski w boksie (poprzednie zdobywała kolejno w 2021 i 2022 wśród kadetek, a w 2023 i 2024 jako juniorka), ale my wciąż jesteśmy głodni sukcesów i w kolejnych latach postaramy się dorzucić do worka następne trofea i tytuły mistrzowskie.

Tym występem zakończyliśmy sezon startowy 2025. Teraz czas na regenerację bo na horyzoncie czekają kolejne wyzwania! - kończy trener Grzegorz Goliński.

W Gdańsku zabrakło medalistek tegorocznych mistrzostw świata w Liverpoolu - złotej Agaty Kaczmarzkiej oraz srebrnych Anety Rygielskiej i Julii Szeremety, które dostały wolne. Ta ostatnia pojawiła się jednak na zawodach, na trybunach zasiedli również zawodowi mistrzowie świata Dariusz Michalczewski i Łukasz Różański. Mistrzostwa Polski w boksie odbyły się w Gdańsku po raz szósty. Poprzednio w 1986 roku pięściarze rywalizowali w Hali Olivia, teraz walczyli w hali Centrum Sportu Akademickiego Politechniki Gdańskiej. ©©



Trener Grzegorz Goliński prowadzi Amelię Kostrzewą z ŁKS wprost do zdobycia medalu olimpijskiego

REJESTRACJA CHĘTNYCH NA BILETY OLIMPIJSKIE

Kibice, którzy będą chcieli zobaczyć na żywo zawody olimpijskie w Los Angeles w 2028 roku, będą mogli zarejestrować się w systemie już 14 stycznia przyszłego roku. Obiecano przynajmniej milion biletów w cenie 28 dolarów. Rejestracja jest darmowa i potrwa do 18 marca. Następnie odbędzie się losowanie szczęśliwców, którym w kwietniu umożliwi się zakup pierwszych wejściówek na olimpijskie zmagania. **DK**



FOT. ARCHIWUM

SABALENKA NR 1
Oto wyniki plebiscytu WTA. Głosami dziennikarzy Białorusinka Aryna Sabalenka została najlepszą tenisistką 2025 roku. Wyróżniona została po raz drugi z rzędu. Iga Świątek wygrała w 2022 i 2023 roku. **DK**

Gracze Widzewa Shehu i Visus na czele klasyfikacji ekstraklasy

Dariusz Kuczmera
d.kuczmera@dziennik.lodz.pl**Za nami runda jesienna sezonu 2025/26 PKO Bank Polski Ekstraklasy oraz STS Pucharu Polski. Statystycy z portalu widzew.com, wykonali kapitalną robotę...**

Kilku zawodników Widzewa znalazło się w czołówce oficjalnych statystyk PKO BP Ekstraklasy. Jest wśród nich Sebastian Bergier, który jesienią w lidze strzelił 9 goli, czyli tyle, ile w poprzednim sezonie w barwach GKS Katowice w trakcie całych rozgrywek. Napastnik obecnie plasuje się na trzecim miejscu w klasyfikacji strzelców. Na jej czele, z 13 bramkami na koncie, jest Tomasz Bobek z gdańskiej Lechii. Biorąc pod uwagę różne aspekty gry Bergier jest w ścisłej czołówce zawodników celnie trafiających z główki (3 gole).

Pod koniec jesieni również Andi Zeqiri pokazał, że potrafi celnie i cennie - na wagę punktów lub awansu - przymierzyć z główki, co mogliśmy oglądać w meczach z Piastem w lidze i Pogonią w STS Pucharze Polski. Oby na wiosnę Szwajcar notował takie trafienia jak najczęściej.

Jesienią tylko jeden zawodnik RTS wystąpił w każdym z 21 meczów PKO BP Ekstraklasy oraz STS Pucharu Polski. Był nim Angel Baena, który zajmuje czołowe miejsca również



FOT. KRZYSZTOF SZYMCAK

Widzewiak Julian Shehu prowadzi po rundzie jesiennej w klasyfikacji wygranych pojedynków z rywalami w PKO Ekstraklasie.

w kilku innych zestawieniach. Hiszpan jest obecnie drugim piłkarzem w lidze pod względem liczby dryblingów (64) i trzecim jeśli chodzi o udane dryblingi (29). Skrzydłowy jest także w czołówce liczby kluczowych udziałów przy golu bez asysty, notując w lidze trzy tego typu zagrania.

Po 20 razy jesienią w barwach Widzewa grali Fran Alvarez, Szymon Czyż, Mariusz Fornalczyk oraz Julian Shehu, a 19 razy na boisku pojawili się Ricardo Visus i Mateusz Żyro. Ten ostatni jako jedyny zaliczył każdy występ w pełnym wymiarze czasowym, również w dogrywkach Pucharu Polski, co przełożyło się łącznie

na 1770 minut gry. Z kolei Szymon Czyż jest drugim obok Baeny piłkarzem czerwono-białoczerwonych, który jesienią zagrał w każdym meczu PKO BP Ekstraklasy.

Dwóch z tych zawodników znajduje się w czołówce kilku innych zestawień. Ricardo Visus przewodzi ligowej klasyfikacji piłkarzy pod względem liczby podań do przodu (354), za to Julian Shehu jest pierwszy jeśli chodzi o wygrane pojedynki z rywalami (120), a drugi w liczbie ogólnej tych boiskowych pojedynków (215).

Jesienią zespół Widzewa Łódź w 18 starciach ligowych i 3 pucharowych prowadził trzech szkoleniowców. Sezon

łódzianie zaczęli pod wodzą trenera Zeljko Sopicia, który w 6 spotkaniach PKO BP Ekstraklasy zdobył z drużyną 7 punktów (2-1-3). Potem zastąpił go Patryk Czubak, notując 2 zwycięstwa i 3 porażki w lidze (6 punktów) oraz awans po rzutach karnych w pierwszej rundzie STS Pucharu Polski.

Od połowy października zespół prowadzi Igor Jovićević. Pod wodzą Chorwata Widzewiaczy przeszli dwie rundy STS Pucharu Polski i wiosną będą grać o kolejny awans - do półfinału. W lidze szkoleniowiec zanotował 7 meczów, z których 2 wygrał, 1 zremisował i 4 przegrał. ©©

Z KS Budowlani do Komitetu Olimpijskiego

Dariusz Kuczmera
d.kuczmera@dziennik.lodz.pl**W Warszawie zakończyła się ostatnia w tym roku konsultacja szkoleniowa Reprezentacji Polski Rugby 7 U18 zorganizowana przez Polski Związek Rugby.**

W zgrupowaniu kadry uczestniczyła jedna rugbista KS Budowlani Łódź Karolina Wojtczak. Zabrakło Amelii Bykowskiej drugiej kadrowiczki z klubu z ulicy Górniczej. W trakcie konsultacji juniorki

miały możliwość spotkać się z olimpijczykami Polskim Komitecie Olimpijskim oraz zwieźć Muzeum Sportu. W trakcie treningów udało się rozegrać mecze sparingowe ze stołecznymi drużynami: Legią oraz Mazovią.

Ogromne brawo dla naszych zawodniczek Karoliny Krawczyk i Karoliny Wojtczak oraz trenera Jarosława Batora, którzy świetnie zaprezentowali nasz klub podczas wymagającego zgrupowania w Legia Training Center - czytamy na profilu klubu na Facebooku. ©©



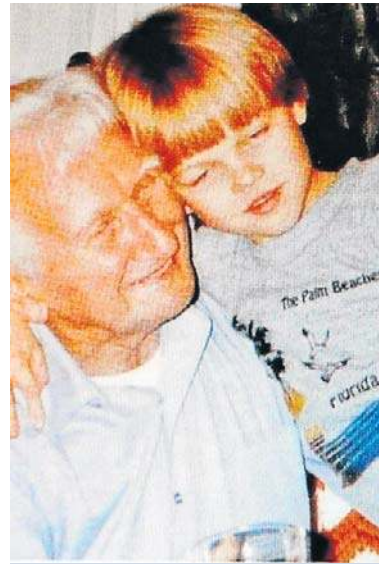
FOT. KS BUDOWLANI

Ogień olimpijski „niesie” rugbistka KS Budowlanych Łódź Karolina Wojtczak. Może kiedyś naprawdę...

NAD WARTĄ

www.dzienniklodzki.pl

Nr 51



WARTA

**LEONARDO
DICAPRIO
I JEGO DZIADEK
STACH Z WARTY
ZNANY AKTOR
CHĘTNIE
GO WSPOMINA
str. 6**

FOT. ARCHIWUM MUZEUM MIASTA I RZĘKI WARTY

ZDUŃSKA WOLA



Dochód ze Świątecznego Biegu Charytatywnego zostanie przeznaczony na leczenie 12-letniej zduńskowolanki
str. 4

FOT. WŁODZIMIERZ RYCHLIŃSKI

Biegiem, pomagajmy chorej Helence

Świąteczny Bieg Charytatywny zorganizowany został w Zduńskiej Woli już 9. raz. Pieniądze przeznaczone będą dla 12-letniej Helenki Kołodziejkiej.

Młoda zduńskowolanka od urodzenia zmagająca się z chorobą genetyczną, która uniemożliwia prawidłowy rozwój i samodzielną funkcjonowanie. Bieg dla

dziewczynki przygotowany został przez grupę Biegam Bo Lubie. Zainteresowanie tym przedsięwzięciem przerodziło oczekiwanie organizatorów.

W biegu wystartowało 300 zawodników. Chętnych było więcej. - Jeszcze w dniu biegu zgłaszali się chętni do startu. Niestety, nie mogliśmy przy-

jąć kolejnych zapisów. To pokazuje, z jak dużym odzewem spotkała się ta inicjatywa - podkreśla Mariusz Mann z Biegam Bo Lubie.

OSTRÓWEK

Bajkowa kraina koło Zduńskiej Woli
Przejeżdżający przecierają oczy ze zdumienia **str. 2**

KRZYŻÓWKA

Chwila relaksu dla Ciebie
Zrób sobie przerwę w przedświątecznej krzątaninie **str. 5**

POWIAT WIERUSZOWSKI

Nękał była dziewczynę, teraz posiedzi za kratami
Nachalny 44-latek posunął się nawet do grożenia nożem **str. 3**

SPORT

Kalendarz piłkarski
Na prezentacji spotkają się ludzie Warty Sieradz **str. 8**

KRÓTKO

OSTRÓWEK

Bajkowa kraina koło Zduńskiej Woli

Z całego regionu przyjeżdżają ludzie, by przenieść się do bajkowej krainy. Piękne iluminacje zachwycają tysiącami światełek, barw, figurek. Trudno policzyć, ile światełek jest w tym bajkowym ogrodzie. Mowa o świetlanej dekoracji zdołanej posesję Józefa Kępniaka w Ostrówku koło Zduńskiej Woli. Iluminacje widoczne są z daleka. Znajdują się przy drodze wojewódzkiej nr 482. Przejeżdżający tą trasą przecierają oczy ze zdumienia i zachwytu. Zatrzymują się, by choć na chwilę przenieść się do bajkowej krainy, świata marzeń. Tematem dekoracji są święta Bożego Narodzenia i zbliżający się Nowy Rok. Iluminacje Józefa Kępniaka w Ostrówku pojawiły się pierwszy raz ponad 25 lat temu. Autor podkreśla, że nie spodziewał się takiego zainteresowania ze strony sąsiadów i przejeżdżających obok jego domu. Nie przewidywał też, że jego dzieło przybierze takie rozmiary. To wyszło naturalnie. Każdego roku wzbogacał swój ogródek o kolejne elementy. Pojawiały się figurki, światełka w różnych kolorach. To wymaga dużego zaangażowania, wysiłku.

Wiadomo, wszystko się może zepsuć. Wtedy pan Józef kupuje nowe rzeczy. Tak było i w tym roku. Pojawiły się nowe sznury ze światełkami. Mają po 60 metrów długości. W każdym znajduje się 1000 lampek. W tym dziele wspomaga pana Józefa rodzina. Przygotowania do tego wszystkiego zaczynają się w połowie listopada. Efekt zawsze zachwyca. Iluminacja ma już swoich fanów, regularnie odwiedzających dom państwa Kępniaków. – Każdego doku przyjeżdżam, by zobaczyć te piękne rzeczy. Jestem tu nawet kilka razy w miesiącu. Przed świętami znów zajrzę, by zobaczyć, co nowego się pojawiło – zapewnia Weronika Ignaczak z Łasku. Włodzimierz Rychliński



FOT. WŁODZIMIERZ RYCHLIŃSKI

Paweł Gołąb
Poddębice

Mieszkańcy Poddębic po raz kolejny pokazali, że potrafią się jednoczyć w ważnych sprawach. Charytatywny Kiermasz Domowych Ciast na rzecz chorej Edyty Tomczyk zakończył się ogromnym sukcesem. Dzięki zaangażowaniu dziesiątek osób udało się zebrać ponad 20 tys. zł na dalsze leczenie i rehabilitację młodej mieszkanki miasta.

W centrum Poddębic w minionym tygodniu odbyła się druga edycja Charytatywnego Kiermaszu Domowych Ciast, zorganizowanego z myślą o Edycie Tomczyk – 28-letniej mieszkance miasta, która zmagając się z ciężką chorobą neurologiczną. Celem akcji było zebranie środków na kosztowne turnusy rehabilitacyjne, dające realną szansę na poprawę jej stanu zdrowia. Mobilizacja była ogromna. Przygotowano aż 130 blach domowych wypieków, z których powstało około 650 słodkich paczek. Każda z nich była sprzedawana za symboliczną kwotę 20 zł. Zainteresowanie przerosło oczekiwania



FOT. PAWEŁ GOŁĄB

Finał zbiórki przyniósł imponujący rezultat. Łącznie udało się zebrać 20.408,20 zł

organizatorów – wszystkie paczki rozeszły się co do sztuki.

Finał zbiórki przyniósł imponujący rezultat. Łącznie udało się zebrać 20.408,20 zł (w tym 18.962,20 zł w gotówce z puszek oraz 1.446 zł z wpłat dokonanych podczas kiermaszu za pośrednictwem portalu Siepomaga). Całość środków trafiła już na konto zbiórki i zostanie przeznaczona na dalsze leczenie Edyty. – To była cudowna, kolejna wizyta, pełna wzruszeń i ogromnej wdzięczności – pod-

kreśla kucharz-cukiernik i inicjator akcji Adrian Antczak, który osobiście przekazał wspólnie wieści Edycie i jej bliskim.

A rodzice 28-latki Renata i Andrzej także nie kryją wdzięczności wobec wszystkich, którzy włączyli się w akcję. Bo poza pomocą finansową ogromne znaczenie ma dla nich także okazane wsparcie i poczucie, że w tych trudnych chwilach nie są sami. – Dziękujemy wszystkim wspaniałym ludziom, którzy piekli, przy-

chodzili dokładać cegiełkę, dawali uśmiech i ciepłe słowo a nawet łzy. Każdy ma swoje życie i swoje problemy a Wy pokazaliście ogrom serca dla Edyty. Ten kiermasz pokazał, że dobro i wasze serca potrafią jednoczyć ludzi i pomimo ciężkich czasów zmieniać świat – mówią rodzice.

Dzięki zebranych fundusom już 4 stycznia Edyta wyjedzie na kolejny dwutygodniowy turnus rehabilitacyjny do Bydgoszczy.

ZDJĘCIE TYGODNIA



FOT. WŁODZIMIERZ RYCHLIŃSKI



FOT. WŁODZIMIERZ RYCHLIŃSKI



FOT. KAROLINA PIEKAREK

Za nami weekend cudów, czyli finał Szlachetnej Paczki. Ogólnopolska akcja objęła także nasz region, m.in. Burzenin, Złoczew i Zduńską Wólę. Pomagali tam wolontariusze i... Tygrysek Borysek. Jak informuje Karolina Piekarek, koordynator regionalny Szlachetnej Paczki, w Burzeninie i Złoczewie obdarowano 26 osób, a w Zduńskiej Woli 34.

Dariusz Piekarczyk

Nie dawał żyć byłej dziewczynie, nękał i groził. Teraz posiedzi za kratami

Natalia Ptak
Powiat wierszowski

Decyzją sądu najbliższe trzy miesiące spędzi w areszcie 44-letni mieszkaniec powiatu wierszowskiego. Grozi mu nawet do 8 lat pozbawienia wolności. Wszystko po tym, jak śledził swoją byłą partnerkę oraz towarzyszącego jej mężczyznę, a następnie zablokował im drogę swoim samochodem. Mając na sobie kominiarkę i trzymając w ręku nóż, ruszył w ich stronę...

Policjant z Wydziału Kryminalnego, będąc w czasie wolnym od służby, otrzymał telefoniczną informację, że były partner 25-latki jechał za nią i jej chłopakiem. Kobieta obawiając się o własne życie i zdrowie, zadzwoniła do policjanta. Ten powiadomił oficera dyżurnego i pojechał we wskazane miejsce, oczekując na przyjazd patrolu.

- W rozmowie z 25-latką policjanci ustalili, że jej były partner, z którym miała konflikt, jechał za nią i jej kolegą. W pew-



44-latek został tymczasowo aresztowany. Grozi mu do 8 lat więzienia

Były partner 25-latki jechał za nią i jej chłopakiem. Później z nożem w ręku ruszył w ich stronę

nym momencie zastawił swoim samochodem drogę i ubrany w kominiarkę szedł w ich kierunku, trzymając nóż w ręku. Mężczyzna, widząc wychodzącego z samochodu 22-latkę, odjechał z miejsca. Mundurowi skrupulatnie szu-

kali agresora. Do działań zaangażowano kryminalnych, którzy następnego dnia w godzinach porannych zatrzymali 44-latkę - relacjonuje Piotr Siemicki, rzecznik KPP w Wierszowie.

Podczas przeszukania osobowej masy, którą się poruszał, policjanci znaleźli na siedzeniu nóż oraz kominiarkę. Ustalono również, że wobec 44-latkę aktualnie prowadzone są postępowania o podobne przestępstwa. Po zebraniu materiału dowodowego przez śledczych mężczyzna został doprowadzony do prokuratury, gdzie usłyszał zarzuty nękania i stosowania groźb karalnych.

Sąd analizując zebrane dowody, przychylił się do prokuratorskiego wniosku i zastosował wobec 44-letniego mieszkańca powiatu wierszowskiego środek zapobiegawczy w postaci tymczasowego aresztowania na okres 3 miesięcy.

- Za popełnione przestępstwa mężczyźnie grozić może kara pozbawienia wolności nawet do 8 lat - dodaje rzecznik Siemicki.

Sześciolatek pod kołami hyundaia

Dariusz Piekarczyk
Sieradz

W godzinach popołudniowych w poniedziałek doszło w centrum Sieradza do potrącenia sześciolatniego chłopca.

- Kierująca hyundaem mieszkanka Sieradza wjechała na drogę rowerową biegnącą wzdłuż placu Wojewódzkiego, na parkingu przed budynkiem Starostwa Powiatowego i potrąciła sześciolatnie dziecko, które

było w tym czasie pod opieką ojca - mówi asp. sztab. Agnieszka Kulawiecka, rzeczniczka prasowa Komendy Powiatowej Policji w Sieradzu. - Kobieta była trzeźwa i posiadała uprawnienia do prowadzenia pojazdu, które jej zatrzymano. Okoliczności zdarzenia wyjaśni postępowanie prowadzone pod nadzorem Prokuratury Rejonowej w Sieradzu. Dziecko przewieziono zostało do szpitala Matki Polki w Łodzi, na szczęście nie ma poważnych obrażeń.



Sześciolatek potrącono na drodze rowerowej w centrum Sieradza. Trafił do Centrum Zdrowia Matki Polki

Oszukał aptekarkę na 500 złotych. Policja prosi o pomoc w znalezieniu mężczyzny

Włodzimierz Rychliński
Zduńska Wola

Policjanci Komendy Powiatowej Policji w Zduńskiej Woli prowadzą postępowanie dotyczące oszustwa podczas rozmieniania pieniędzy. Sprawca w aptece przy ulicy Kilińskiego oszukał farmaceutkę na 500 zł. Prokurator wydał zarządzenie o publikacji dokumentacji fotograficznej, na której widać sprawcę. Może to pomóc w ustaleniu jego danych.

Do zdarzenia doszło w październiku. Do apteki przy ulicy Kilińskiego w Zduńskiej Woli przyszedł mężczyzna, który poprosił farmaceutkę o rozmienienie pieniędzy. Wykorzystując chwilową nieuwagę kobiety, podmienił pliki pieniędzy i przekazał jej gotówkę, gdzie brakowało 500 zł. Kobieta ponownie przeliczyła otrzymane pieniądze i zorientowała się, że została oszukana. Wybiegła za sprawcą, ale ten wsiadł do samochodu i odjechał. Aptekarka wskazała, że mężczyzna mówił z obcym akcentem - ukraińskim lub gruzińskim.

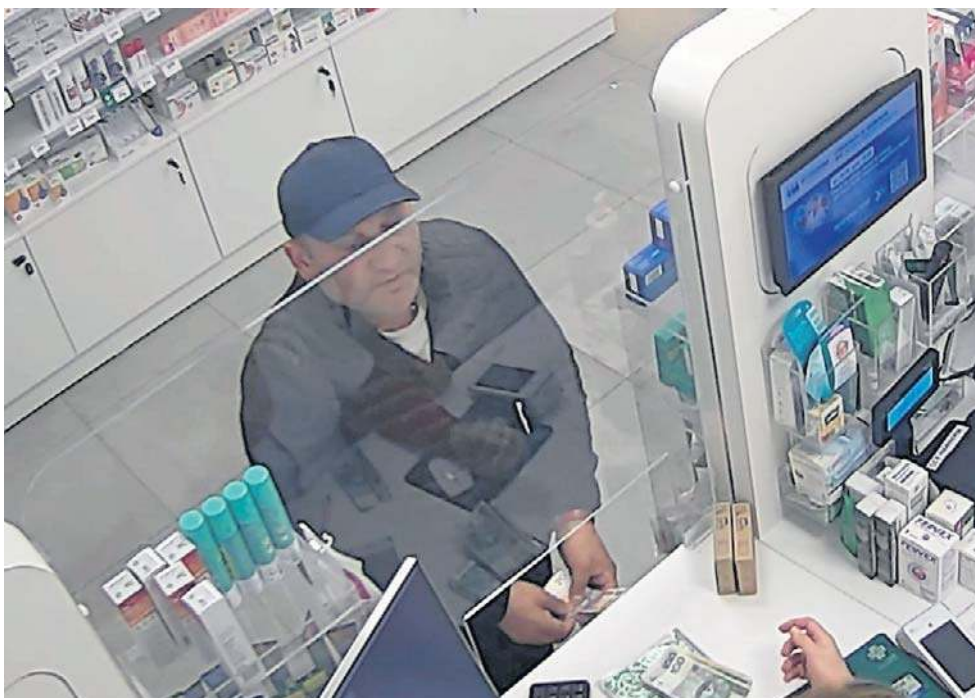
- Wizerunek sprawcy zarejestrowały kamery monitoringu. Prokurator Rejonowy w Zduńskiej Woli wydał zarządzenie o publikacji dokumentacji fotograficznej, na której widać oszusta - informuje Katarzyna Bi-

niaszczyk z Komendy Powiatowej Policji w Zduńskiej Woli. Opublikowanie zdjęć z monitoringu może doprowadzić do jego wytypowania.

Wszyscy, którzy rozpoznają osobę ze zdjęć lub posiadają

inne informacje mogące przyczynić się do ustalenia jej tożsamości, proszeni są o kontakt telefoniczny.

Numer telefonu 47 845 32 49 lub 47 845 32 11, 47 845 32 03.



Policja poszukuje tego mężczyzny

Paweł Gołąb
Powiat poddębicki

Kolejne nieodpowiedzialne zachowania na drogach zakończyły się interwencją poddębickich policjantów. Funkcjonariusze w ciągu dwóch dni zatrzymali dwóch nietrzeźwych kierowców - jednego w Uniejowie, drugiego na węźle A2 w Wartkowicach. W obu przypadkach mężczyźni stracili prawa jazdy, a sprawy trafią do sądu.

Pierwszego ze sprawców - jak informuje mł. asp. Alicja Bartczak, oficer prasowy Komendy Powiatowej Policji w Poddębicach - zatrzymano na jednej z ulic w Uniejowie podczas policyjnej kontroli drogowej. - Uwagę funkcjonariuszy zwrócił styl jazdy kierowcy citroena, który poruszał się po całej szerokości jezdni i nie trzymał prawidłowego toru jazdy. Za kierownicą siedział 40-letni mieszkaniec gminy Uniejów, który podróżował z dwoma pasażerami. Przeprowadzone badanie stanu trzeźwości potwierdziło przypuszczenia policjantów - mężczyzna miał



Dwaj kierowcy ponieśli konsekwencje nieodpowiedzialnego zachowania

w organizmie ponad dwa promile alkoholu - mówi mł. asp. Alicja Bartczak.

Kolejny przypadek miał miejsce na węźle autostrady A2 w Wartkowicach, gdzie policjanci zatrzymali do kontroli samochód ciężarowy marki DAF z naczepą. Kierującym był 39-letni mieszkaniec województwa kujawsko-pomorskiego. Zachowanie mężczyzny wzbudziło podejrzenia funkcjonariuszy, dlatego został poddany badaniu na trzeźwość. Okazało się, że miał blisko promil alkoholu w organizmie.

W obu przypadkach policjanci zatrzymali prawa jazdy kierowców. Dalsze czynności w tych sprawach będą prowadzone przez sąd.

Trzysta osób pobięło dla Helenki

Włodzimierz Rychliński
Zduńska Wola

Świąteczny Bieg Charytatywny odbył się w Zduńskiej Woli. Dochód z wydarzenia przeznaczony zostanie na leczenie młodej zduńskowolanki Helenki Kołodziejskiej. Dziewczynka zmagająca się z chorobą o nazwie zespół Emanuel.

Świąteczny Bieg Charytatywny zorganizowany został w Zduńskiej Woli już 9. raz. Pieniądze przeznaczone będą dla 12-letniej Helenki Kołodziejskiej. Młoda zduńskowolanka od urodzenia zmagająca się z chorobą genetyczną, która uniemożliwia prawidłowy rozwój i samodzielne funkcjonowanie. Bieg dla dziewczynki przygotowany został przez grupę Biegam Bo Lubię. Zainteresowanie tym przedsięwzięciem przerosło oczekiwania organizatorów. W biegu wystartowało 300 zawodników. Chętnych było więcej.

Wszyscy chcieli pomóc

- Jeszcze w dniu biegu zgłaszali się chętni do startu. Nie-

stety, nie mogliśmy przyjąć kolejnych zapisów. To pokazuje, z jak dużym odzewem spotkała się ta inicjatywa - podkreśla Mariusz Mann z BBL. - Równie duże było zainteresowanie ze strony sponsorów. Właściciele firm sami się do nas zgłaszali, że chcą wspomóc dziewczynkę. Myślę, że jest to efekt konsekwencji w organizacji biegów charytatywnych. Udało się nam zdobyć zaufanie mieszkańców i przedsiębiorców, bo poprzednie edycje biegu przynosiły oczekiwany efekt.

Kiermasz i badania

W przygotowanie tego przedsięwzięcia zaangażowali się nie tylko miłośnicy sportu. Bożonarodzeniowy kiermasz zorganizowali uczniowie i nauczyciele II Liceum Ogólnokształcącego w Zduńskiej Woli. Były też organizacje społeczne. Panie ze stowarzyszenia „Teraz Ja” uczyły samodzielnego badania piersi. Można było także zmierzyć poziom cukru. Wydarzenie zabezpieczali policjanci, służby medyczne i kilkudziesięciu strażaków.



Bieg charytatywny dla Helenki odbył się w Zduńskiej Woli. Frekwencja przerosła oczekiwania organizatorów



Wydarzenie zabezpieczali policjanci, służby medyczne i kilkudziesięciu strażaków



Helenka Kołodziejska zmagająca się z chorobą genetyczną

REKLAMA

0011438590

Świat Fryzur EWA NOWACKA i Salon Kosmetyczny

ODKRYJ swoje piękno w Świecie Fryzur!
W naszym salonie łączymy profesjonalizm, pasję i najnowsze trendy,
ABYŚ KAŻDEGO DNIA CZUŁA SIĘ WYJĄTKOWO.

- ✓ Stylowe strzyżenia i koloryzacje dopasowane do Twojej urody i charakteru.
- ✓ Zabiegi kosmetyczne, które podkreślą naturalne piękno Twojej skóry.
- ✓ Nowoczesne technologie i sprawdzone produkty - bo zasługujesz na to, co najlepsze.



Przyjdź do Świata Fryzur
i Salonu Kosmetycznego (Błaszki)

Oddaj się w ręce specjalistów,
którzy zadbają o każdy detal Twojej metamorfozy.

☎ 663 071 453

Umów wizytę już dziś i poczuj różnicę!

ŚWIAT FRYZUR I SALON KOSMETYCZNY EWA NOWACKA
98-235 Błaszki, ul. Sieradzka 1

W piżamie na drodze

Paweł Gołąb
Powiat poddębicki

Dzięki szybkiej i odpowiedzialnej reakcji jednego z mieszkańców pomoc otrzymała 77-letnia kobieta, która wczesnym rankiem samotnie poruszała się po drodze, ubrana jedynie w piżamę. Zdezorientowaną seniorkę mężczyzna zawiózł do komendy, skąd bezpiecznie trafiła pod opiekę rodziny.

Do zdarzenia - jak informuje mł. asp. Alicja Bartczak, oficer

prasowy Komendy Powiatowej Policji w Poddębicach - doszło wczoraj około godz. 5.30. - Do poddębickiej komendy zgłosił się mężczyzna, który po drodze do pracy zauważył starszą kobietę poruszającą się drogą ubraną jedynie w piżamę. Kobieta sprawiała wrażenie zagubionej i zdezorientowanej, nie potrafiła powiedzieć, gdzie się znajduje. Widząc, że może potrzebować pomocy, mężczyzna zabrał ją do swojego samochodu, a następnie przyjechał z nią do komendy policji - mówi mł. asp. Alicja Bartczak.



Seniorce z powiatu poddębickiego udało się skutecznie pomóc dzięki interwencji jednego z mieszkańców

Funkcjonariusze ustalili, że jest to 77-letnia mieszkanka gminy Poddębice. - Policjanci skontaktowali się z jej córką, która niezwłocznie przyjechała po matkę i zapewniła jej opiekę. Ta sytuacja pokazuje, jak ważna jest szybka reakcja i brak obojętności wobec osób, które mogą znajdować się w niebezpieczeństwie. Wczesne godziny poranne oraz niskie temperatury stanowią poważne zagrożenie dla zdrowia i życia, szczególnie dla osób starszych, chorych oraz zdezorientowanych - mówi mł. asp. Alicja Bartczak.

REKLAMA

0011450395

WÓJT GMINY BURZENIN

informuje,

że na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Gminy Burzenin wywieszony jest **wykaz Nr 4/2025**, obejmujący do oddania w użyczenie na okres do 10 lat części zabudowanej nieruchomości położonej w miejscowości Nieczuj. Grunt wraz budynkiem będącym przedmiotem użyczenia przeznaczony zostanie do zagospodarowania na cele statutowe „Koła Gospodyń Wiejskich w Nieczuju”. Informacje pod nr tel. 43 821 40 95, wew. 16.

REKLAMA

0011452308

WÓJT GMINY BURZENIN

informuje,

że na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Gminy Burzenin, ul. Sieradzka 1, 98-260 Burzenin, wywieszony jest **Wykaz Nr 5/2025** obejmujący nieruchomości w miejscowościach Burzenin, Ligota, Majaczewice, Prażmów, Strumiany, Strzałki, Szczawno, Tyczyn, Witów, Grabówka, Niechmierz, Wolnica Niechmirowska, Będków i Biadaczew przeznaczone do oddania w dzierżawę na wniosek inwestora - Marcomnet Sp. z o.o., zs. ul. Rynek 27-29/23, 98-400 Wieruszów w związku z realizacją projektu „Zapewnienie dostępu do bardzo szybkiego Internetu na obszarach białych plam, budowa sieci szerokopasmowej dla regionu w powiecie wieruszowskim, wieluński i sieradzki”. Szczegółowe informacje pod nr tel. 43 821 40 95 wew. 16.

SLOWNIK: AMONIT, ERIKA, KARAKAN, KIPA, MAKASAR, RAFINAT.

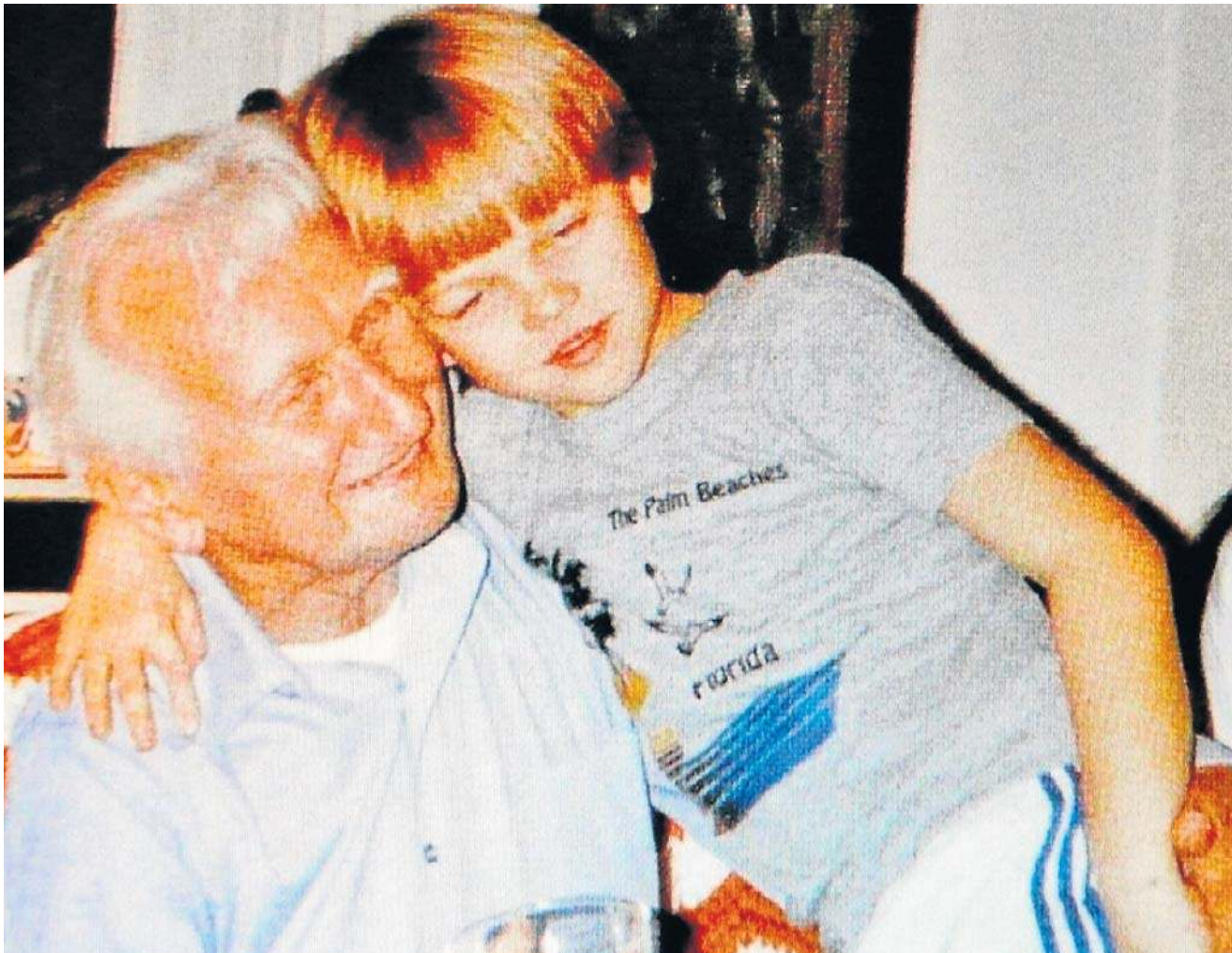
ROZWIĄZANIE: CZĘSTO NIESZCZĘŚCIE ROZBUDZA TALENT.

Leonardo DiCaprio i jego dziadek z Warty

Paweł Gołąb
Warta

Był wizjonerem, który wyprzedził swoją epokę, artystą genialnym lecz przez lata pozostającym w cieniu. Stanisław Szukalski - znany jako Stach z Warty - urodził się 13 grudnia 1893 roku i na zawsze zapisał się w historii sztuki jako twórca niepokorny, bezkompromisowy i fascynujący. Jego niezwykle życie kryje w sobie zaskakującą wątek: wyjątkową więź z Leonardo DiCaprio, światowej sławy aktorem i laureatem Oscara, który traktował Szukalskiego, jak przyzwanego dziadka. To opowieść o artyście, który doznał się uznania dopiero po latach - i o przyjaźni, która połączyła dwa odległe światy.

Urodzony pod koniec XIX wieku Stanisław Szukalski był niepokornym artystą, który już od najmłodszych lat był rozdarty pomiędzy rodzinnym krajem a Stanami Zjednoczonymi, gdzie po raz pierwszy trafił wraz z rodzicami w wieku kilku lat. Wrócił na studia do Polski, ale ostatecznie zamieszkał za Wielką Wodą na stałe - tym razem po ucieczce przed Niemcami we wrześniu 1939 roku. Rzeźbiarz zamieszkał w Kalifornii, gdzie zmarł w 1987 roku. Tam powstało Archiwum Szukalskiego założone przez holenderskie małżeństwo, które pod koniec lat 70. ubiegłego wieku zainteresowało się jego sztuką, próbując rozpropagować ją na rynku amerykańskim. W kalifornijskim środowisku artystycznym warcki artysta jest dzięki temu doceniany. Wśród jego orędowników znalazł się m.in. właśnie Leonardo DiCaprio, którego oj-



Na zdjęciu z 1983 roku Leonardo DiCaprio, wówczas 9-letni szkrab, siedzi na kolanach u Stacha z Warty w serdecznym uścisku

ciec znał się z Szukalskim. Muzeum Miasta i Rzeki Warty, które pielęgnuje pamięć o rzeźbiarzu w jego rodzinnych stronach, ma na to wymowny dowód. Zdjęcie z 1983 roku, na którym światowej sławy aktor, wówczas 9-letni szkrab, siedzi na kolanach u Stacha z Warty w serdecznym uścisku. Skąd wzięła się ta zażyłość? - Stach z Warty mieszkał w tej samej dzielnicy, co ojciec Leonardo - przypominała niejednokrotnie na naszych łamach

Barbara Cichecka, dyrektor Muzeum Miasta i Rzeki Warty. - Ten współpracował z Hollywood, a nasz rzeźbiarz szukając źródeł utrzymania również pracował dla kina, wykonując scenografie. No i tak mały Leonardo goszcząc u ojca, bo małżeństwo jego rodziców się rozpadło, widywał się również ze Stanisławem Szukalskim, czego dowodem są zdjęcia. Rodzina aktora dzięki tej znajomości ma największą kolekcję rzeźb Szukalskiego. A sam Leonardo w jednym z wywiadów przyznał, że Szukalski był jego polskim dziadkiem.

O dowodach uznania dla twórczości Stacha z Warty ze strony światowej sławy artystów mieliśmy okazję pisać już wcześniej - w 2006 roku przy okazji wydania płyty „10.000 Days” zespołu Tool, wówczas grupy ze ścisłego światowego panteonu. W wywiadach, które z okazji wydania płyty pojawiły się we wszystkich prestiżowych magazynach muzycznych, muzycy zgodnie podawali, że twórczość Szukalskiego miała na nich wielki wpływ. Także w polskiej prasie zajmującej się muzyką w każdym z artykułów padło nazwisko artysty z Warty. Między innymi

w „Metal Hammerze” czy „Teراز Rocku”.

To dla polskiego odbiorcy kultury mogło być zaskoczenie, bo w Polsce Szukalski tak dobrze kojarzony już nie był. Ma to jednak pewne uzasadnienie, bo tu Stach z Warty został nie jako skazany na zapomnienie. Wszystko przez niepokorność i kontrowersyjne poglądy, które przyniosły mu niechęć środowiska artystycznego. - To zemsta jeszcze z czasów Polski międzywojennej. Szukalski krytykował profesorów i akademie, i tym się naraził. Potępił, że w uczelniach kształci się techników, zabijając tym samym naturalne talenty - tłumaczyła wówczas na naszych łamach Barbara Cichecka. - Sam był geniuszem. W sztukach plastycznych wymyślono już tak wiele, a jemu udało się jednak stworzyć coś nowego.

W 1910 roku po powrocie do Polski Stach z Warty zdobył indeks Akademii Sztuk Pięknych w Krakowie.

- Był jednak niesfornym studentem. Wszystko najlepiej wiedział sam i profesorowie byli dla niego wątpliwymi autorytetami - przypomina kustosz warszawskiego muzeum. - Ci jednak doceniali jego talent i dwukrotnie przyznali mu nagrody za kom-

pozycje i srebrny medal za rzeźbę. Po wielu konfliktach z władzami uczelni Stach przeniósł jednak studia i wyjechał do Stanów. Krótkie trzy lata spędzone w Krakowie tak później wspominał: „anegdota, opowiadania starszych kolegów, którzy zahaczali w czasie o wcześniejsze pokolenia znanych artystów, dało mi więcej niż szkoła czy te parę książek, jakie zmusiłem się, by przeczytać”. Ot, cały Szukalski. Ten w okresie międzywojennym odnosił sukcesy, tyle że za granicą. W 1925 roku zdobył Grand Prix na Międzynarodowej Wystawie Nowoczesnej Sztuki Dekoracyjnej w Paryżu. Ale w kraju na podobne uznanie nie mógł liczyć. Rok później przystąpił do konkursu na projekt pomnika Adama Mickiewicza, który miał stanąć w Wilnie. I wygrał. Ale monumentalne lecz kontrowersyjne dzieło przedstawiające wieszczą z orłem wydziobującym mu serce nie powstało.

Leonardo DiCaprio w jednym z wywiadów przyznał, że słynny artysta Stanisław Szukalski był jego polskim dziadkiem

- Projekt był opatrzony gołdem „Topór”. Gdy okazało się, że ukrywa się pod nim Szukalski, mimo pozytywnych opinii konkurs unieważniono - przypominała Barbara Cichecka. - Odrzucony został także jego projekt rydwanu, na którym miały być przewożone prochy Juliusza Słowackiego sprowadzone do kraju. Szukalski ostatecznie został wyklęty przez środowisko artystyczne, gdy w 1929 roku na wystawie Cechu Artystów Plastyków wygłosił ostre przemówienie, w którym skrytykował nie tylko profesorów i krytyków, ale także samych artystów. Symboliczne w tej sytuacji stały się wydarzenia z września 1939 roku. Szukalski pracował wówczas w swojej pracowni pod Warszawą nad zamówieniem dla wojewody z Katowic. Omal nie stracił życia, gdy w to miejsce trafiła bomba niszcząca prawie wszystkie jego dzieła, których z założenia nie sprzedawał. Szukalski zdołał uciec przed hitlerowcami do Stanów Zjednoczonych. Jego nieliczne ocalałe dzieła, jakie zostały na miejscu, trafiły na urządzoną przez Niemców wystawę tzw. sztuki chorej, na której były pokazywane wraz z dorobkiem Witkacego. Hitlerowcy kazali potem wszystkie zniszczyć, ale kilka prac Stacha z Warty Polakom udało się uratować.

Warszkie muzeum o Stachu z Warty stara się przypominać w pierwszym rzędzie.

- Każdy, kto odwiedza nasze muzeum, z historią Szukalskiego może się zapoznać, bo jest postacią centralną spośród wszystkich urodzonych w Warszawie. Nie miał niestety szczęścia, by się przebić szerzej. Do tego potrzebne są wielkie wpływy, a on był obcy. Czasem nawet ci najwybitniejsi przegrywają - takie życie - wzdychała Barbara Cichecka.

Światowej sławy aktor Leonardo DiCaprio nie zapomni o swoim przyszywanym dziadku, który - jak podkreśla - ukształtował jego artystyczną wrażliwość. Z jego inicjatywy powstał film „Walka: Życie i zaginiona twórczość Stanisława Szukalskiego”. To polsko-amerykański dokument z 2018 roku, wyprodukowany właśnie m.in. przez Leonarda DiCaprio, a reżyserowany przez Ireneusza Dobrowolskiego. Film można oglądać na platformie Netflix.

O wielkim artyście przypominało niedawno także rodzinne miasto. W 130. rocznicę urodzin - w 2023 roku - w jego centrum odsłonięty został mural poświęcony Stachowi z Warty.

FOT. ARCHIWUM MUZEUM MIASTA I RZKI WARTY

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?

Telefonicznie: 800 472 852, 42 647 28 52

Przez internet: ibo.polskapress.pl

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

12h autokup, 664-040-076

Praca

ZATRUDNIĘ

ZATRUDNIĘ uczciwego mężczyznę do zbierania liści, Sieradz, 783-716-119

Rolnicze

INNE

NAWOZY NPK, MG, S, N 6%, P 16%, K 28%, S 9%, MG 7% Cena 2.150 zł/tona, 500-669-621

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne w Twojej gazecie zlecisz przez Internetowe Biuro Ogłoszeń: ibo.polskapress.pl

Jarmark Adwentowy. Sieradzanie wspólnie śpiewali kolędy

Dariusz Piekarczyk
Sieradz

Po raz pierwszy w Sieradzu Jarmark Adwentowy trwał dwa dni i był to znakomity pomysł.

Na Rynku oraz ulicy Kościuszki swoje stoiska miały panie z Kół Gospodyń Wiejskich, wytwórcy różnorodnych gadżetów świątecznych, smakołyków. Była także Sieradzka Spółdziel-

nia Mleczarska na czele z prezes Ireną Miedzińską. Znakomitym pomysłem było wspólne śpiewanie kolęd przed lokalem Spizarnia na ulicy Kościuszki. Za rok śpiewanie powinno się odbyć na głównej scenie. Nie zabrakło oczywiście Mikołaja, który pojawił się w niedzielne popołudnie na Rynku. Zdjęcia z nim robiły sobie nie tylko dzieciaki, ale także osoby dorosłe. Było naprawdę bożonarodzeniowo.



FOT. DARIUSZ PIEKARCZYK

Szczudlarze, jak co roku, potrafili zabawić w niedzielę, wszystkich tych, którzy zawitali na Jarmark Adwentowy



FOT. DARIUSZ PIEKARCZYK

Zdjęcie z Mikołajem podczas Jarmarku Adwentowego – bezcenne, co zresztą doskonale widać



FOT. DARIUSZ PIEKARCZYK

Kot? Proszę bardzo! Obrazy z takim oto zwierzęciem były do nabycia na stoisku znajdującym się na Rynku



FOT. DARIUSZ PIEKARCZYK

Panie z Koła Gospodyń w Równiej (gmina Błaszki) miały swoje stoisko ze smakołykami na ulicy Kościuszki



FOT. DARIUSZ PIEKARCZYK

Na scenie jarmarku, usytuowanej na Rynku, wystąpił między innymi chór sieradzkiej emerytów



FOT. DARIUSZ PIEKARCZYK

To z kolei nasi wolontariusze – radni miejscy Jakub Rozmarynowski oraz Sara Szustak (w środku)



FOT. DARIUSZ PIEKARCZYK

To był sztos! Po raz pierwszy sieradzanie, przed wejściem do Spizarni przy ulicy Kościuszki, śpiewali kolędy. Błysnął zwłaszcza chór Szkoły Podstawowej nr 10, który jak nic jest już Małą Sieradzką Armią Janosika

Piłkarze Warty Sieradz na scenie Teatru Miejskiego. Mistrz futsalowej III ligi za silny dla Ławeczkowców

Dariusz Piekarczyk
dariusz.piekarczyk@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. To będzie wieczór Warty Sieradz. W Teatrze Miejskim zaplanowano prezentację klubowego kalendarza na rok 2026.

- To już kolejny nasz kalendarz - mówi Ryszard Mes, prezes sieradzkiego trzecioliigowca. - Tym razem wydawnictwo będzie wyjątkowe, bo pokazane zostaną nasze dwie drużyny seniorskie oraz juniorskie. Będą także zdjęcia tematyczne z udziałem 24 zawodników pierwszego zespołu u sponsorów poszczególnych miesięcy. Na deskach teatru pokażą się zresztą wszystkie nasze drużyny. Spokojnie zaprezentowanych zostanie około 250 osób z naszego klubu - począwszy od piłkarzy, szkoleniowców oraz członków zarządu. Na promocję zapraszamy nie tylko rodziców i bliskich naszych graczy, ale także kibiców. Dodam, że początek tego wyjątkowego wydarzenia, po jakże udanym



Tak było podczas prezentacji kalendarza rok temu. Od lewej były prezes Warty Tomasz Jóźwik, a obok wiceprezes sieradzkiego trzecioliigowca Andrzej Miller

dla klubu roku, zaplanowaliśmy na godzinę 18.

Warta była rewelacją jesiennych meczów w grupie pierwszej III ligi. W tabeli zajmuje drugie miejsce za rezerwami ekstraklasowej Legii Warszawa, tra-

cąc do tego zespołu sześć punktów. Drużyna trenera Marka Przybyły ma jednak do rozegrania o jeden mecz więcej. Przygotowania do wiosennej batalii o ligowe punkty nasza drużyna rozpocznie 10 stycznia. Już trzy

dni później rozegrać ma w Warszawie mecz sparingowy z pierwszoligowcami z Polonii. Zespół ze stolicy ma na koncie 30 punktów i zajmuje w tabeli dziewiąte miejsce. Na 17 stycznia zaplanowano z hali spor-

towo-widowskiej Zespołu Szkół Katolickich 32. Halowe Mistrzostwa Ziemi Sieradzkiej. Trzecioliigowcy bronią mistrzowskiego tytułu wywalczonego przed rokiem w Buczku. Po dwóch latach turniej wraca bowiem do Sieradza. Nie jest znany ostateczny skład zawodników, bo przeżywająca kłopoty Łódź nie dała jeszcze Delegaturze Sieradz ŁZPN odpowiedzi, czy wystartuje.

AKTUALNA TABELA:

1. Legia II Warszawa	19	47	56-19
2. Warta Sieradz	18	41	33-14
3. Żabkowia Żabki	19	38	56-30
4. ŁKS Łomża	19	40	45-19
5. Wigry Suwałki	19	36	34-24
6. Wisła II Płock	18	30	32-28
7. Świt Nowy Dwór Mazow.	19	27	31-36
8. Broń Radom	19	27	26-32
9. KS CK Troszyn	19	25	45-33
10. Lechia Tomaszów Maz.	19	24	34-31
11. Olimpia Elbląg	18	24	29-33
12. Widzew II Łódź	18	21	33-47
13. Jagiellonia II Białystok	19	20	20-29
14. PGE GKS Bełchatów	19	20	34-44
15. Mławianka Mława	19	17	28-39
16. GKS Włocławek	17	14	16-28
17. KS Wąsilków	18	13	16-40
18. Znicz Biała Piska	18	5	12-54

III LIGA FUTSALU

Mamy za sobą trzecią kolejkę. Wydarzeniem był mecz w hali sportowej w Warcie, gdzie Ławeczkowcy Sieradz przegrali ze Staltem Bedlno, mistrzem tej ligi sprzed roku 4:10. Dwa gole dla pokonanych strzelił Marcin Kobierski, a po jednym Michał Szumicki oraz Łukasz Mitek. Futsal Team Parzęczew pokonał KAS Konstantynów 8:2, a zespół Bingo Futsal Bełchatów uległ Tartakowi Futsal Opoczno 4:5. Pauzował Stefan Łączy nas Łowicz. Czwartą kolejkę zaplanowano na najbliższy weekend. W piątkowy (19 grudnia) wieczór Stefan Łączy nas Łowicz zmierzy się z Bingo Bełchatów (godzina 19), a KAS Konstantynów z Ławeczkowcami Sieradz (19). W sobotę (20) Tartak Opoczno zmierzy się z Bedlnem (17).

1. Stalteam Futsal Bedlno	3	9	22-11
2. Futsal Team Parzęczew	3	6	15-8
3. KS Stefan Łowicz	2	6	14-7
4. Ławeczkowcy Sieradz	2	3	15-14
5. Tartak Futsal Opoczno	2	3	7-9
6. Bingo Futsal Bełchatów	3	0	13-23
7. KAS Konstantynów	3	0	9-23

REKLAMA

0011440090

Jakość, smak, opakowanie czyli złote wykonanie

ŚWIĄTECZNA PROMOCJA

od 8.12.2025 r. do 10.01.2026 r.

SZYNKA POLSKA
~~37,50 zł/1kg~~
33,90 zł/1kg
(najniższa cena z ostatnich 30 dni - 37,50 zł/1 kg)

SZYNKA BEZ KOŚCI
~~24,90 zł/1kg~~
21,90 zł/1kg
(najniższa cena z ostatnich 30 dni - 24,90 zł/1 kg)

SCHAB Z KOŚCIĄ
~~20,70 zł/1kg~~
17,70 zł/1kg
(najniższa cena z ostatnich 30 dni - 20,70 zł/1 kg)

KIEŁBASA ZWYCZAJNA
~~21,70 zł/1kg~~
19,70 zł/1kg
(najniższa cena z ostatnich 30 dni - 21,70 zł/1 kg)

KIEŁBASA ZŁOCZEWSKA
~~35,50 zł/1kg~~
31,90 zł/1kg
(najniższa cena z ostatnich 30 dni - 35,50 zł/1 kg)

Zapraszamy do naszych placówek:

SKLEPY FIRMOWE SIERADZ

- ul. Krakowskie Przedmieście 2, tel. 603660400
- ul. Broniewskiego 13b, tel. 609770400
- ul. Bohaterów Września 6d, tel. 609601700
- ul. Jagiellońska 13, tel. 663443011

WIELUŃ

- ul. Ślaska 30, tel. 607440400
- os. Stare Sady 14c, tel. 607600303
- os. Wyszyńskiego 40, tel. 438438344

ZŁOCZEW

- ul. Szeroka 6, tel. 603560500
- ul. Opłotki 6, tel. 607109409

LUTUTÓW

- ul. Rynek 9, tel. 605102101

KŁONOWA

- ul. Ks. J. Dalaka 4, tel. 605400440

BŁASZKI

- ul. Sieradzka 2a, 438290739

DZIAŁOSZYN

- ul. Ogrodowa 11, tel. 609502100

BURZENIN

- ul. Rynek 1, tel. 603609300

BRZEŹNIO

- ul. Wspólna 30, tel. 609750700

BRĄSZEWICE

- ul. Parkowa 4, tel. 607410601

SIEMKOWICE

- Plac Wolności 3, tel. 603401601

OSIAKÓW

- ul. Targowa 9, tel. 607609109

CZARNOŻYŁY

- Czarnożyły 2, tel. 665400406

CZASTARY

- ul. Wolności 29, tel. 607109309

WIDAWA

- ul. Wieluńska 9, tel. 609860660

ZDUŃSKA WOLA

- ul. Getta Żydowskiego 8, tel. 603252911
- ul. Osmolińska 4, Bazar Osmolin, tel. 601415333

BOLESŁAWIEC

- ul. Piłsudskiego 4, tel. 603306411

OFERUJEMY PRODUKTY W 100% Z POLSKIEGO MIĘSA.

MOŻESZ ZŁOŻYĆ ZAMÓWIENIE TELEFONICZNIE.