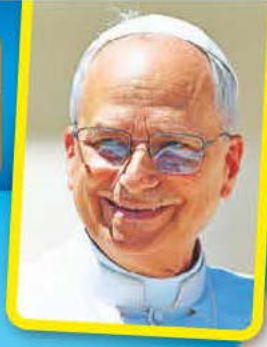


EWA BŁASZCZYK

Swoją nadzieję stara się przekazywać innym



PAPIEŻ LEON XIV

Kto go wspierał w chwili próby?

DOBRY TYDZIEŃ

D… L… ✦ TRADYCJA

Nr Indeksu 403180

Nr 44 Cena 3,99 zł
26 października 2026 r. (w tym 8%VAT)



Na taką miłość warto było poczekać

KATARZYNA PAKOSIŃSKA



MAGDALENA LAMPARSKA

Dokąd tym razem porwał ją mąż?



Sława przyszła w najmniej spodziewanym momencie

JERZY BIŃCZYCKI

Barbara i Jacek Bursztynowiczowie

Jak uczcili złote gody?

5 stron krzyżówek

Piękna nasza Polska cała



Żywiecczyzna kusi barwami



Wypieki z orzechami

ZDROWIE

- DOMOWE ĆWICZENIA NA POPRAWĘ KOORDYNACJI
- Która dieta pomoże wzmocnić wątrobę?
- Z owoców jarzębiny zrobisz nie tylko korale…

ISSN 2391-7210

Numer w sprzedaży do: 1.11.2026

REKLAMA

BYŁO MI TRUDNO NAWET CHODZIĆ...

Stawokost

Cząsteczki błogości na stawy i kości

NIECH TWOJE STAWY WSPIERAJĄ TWOJE CELE



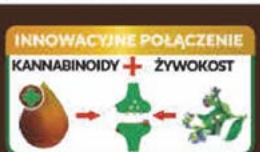
STAWOKOST - wysoka jakość i efektywność od teraz w zasięgu Twojej ręki!



Suplement diety

„JESTEM WAM BARDZO WDZIĘCZNA"

Kilka lat temu pani Małgorzata z Wrocławia zaczęła szukać wsparcia przy problemach ze stawami. *„Mąż mnie wygonił do przychodni"* – wspomina dziś, opowiadając, że po wcześniejszych preparatach *„strasznie swędziało ją całe ciało"*, *„potwornie puchła"* albo miała zawroty głowy, przez które *„czuła się jakby szła po statku"*. W końcu córka „wynalazła" w internecie Stawokost i od tamtej pory, już od około 4 lat, regularnie stosuje olejek konopny oraz krem, zawsze kupując je wcześniej *„żeby ten zapas był"*. Jak podkreśla, dużym atutem i jednocześnie zaskoczeniem było dla niej to, że oprócz większego komfortu stawów zauważyła też poprawę po jedzeniu – dziś znów może się cieszyć jedzeniem ulubionej surowej cebuli i kiszonych ogórków, po których wcześniej pojawiało się u niej uczucie opuchnięcia w okolicy wątroby. *„Najważniejsze, że naprawdę pomaga"* – mówi pani Małgorzata, dodając: *„jestem wam bardzo, bardzo wdzięczna"*.



DLACZEGO NASZE STAWY TAK BARDZO LUBIĄ KANNABIDOIDY I ŻYWOKOST?

Kannabidoid CBD przenika głęboko do ciała przez nasz własny układ kannabinoidowy znajdujący się w ciele. Żywokost jest rośliną, która może zwiększać liczbę leukocytów obojętnochłonnych. Pobudza dzięki temu działanie naturalnych mechanizmów chroniących. **Żywokost** przyśpiesza proces regeneracji ubytków kostnych, tkanki skórnej i regeneracji naskórka w stanach zapalnych. **W połączeniu** mają unikalne działanie pobudzające stawy i tkanki łączne, cały system odpornościowy oraz działają pozytywnie na komfort stawów.

WYKORZYSTAJ EFEKT WSPÓŁDZIAŁANIA

KREM NA ZEWNĄTRZ + **KROPLE DO WEWNĄTRZ**



ZAMÓW JUŻ DZIŚ!

WWW.ASEPTA.PRO

+48 326 306 571

Dostępny w aptekach i zielarniach

Z kodem ZDROWO otrzymaj specjalny prezent!*

*** Obowiązuje przy zamówieniach telefonicznych i na stronie internetowej**

Suplement diety jest środkiem spożywczym, którego celem jest uzupełnienie normalnej diety będący skoncentrowanym źródłem witamin lub składników mineralnych lub innych substancji wykazujących efekt odżywczy lub inny fizjologiczny

ASEPTA S.C. Tel: 33 817 34 24, ul. Szlak 25, 43-300 Bielsko-Biała

eprasa.pl 6305143aus

Hanna Lis

Zrobi to dla ukochanej mamy?

Zbliża się dzień Wszystkich Świętych, a ona coraz częściej wraca myślami do tych, których już nie ma. Szczególnie bolesne pozostają wspomnienia związane ze śmiercią mamy – Aleksandry Stampf'l-Kedaj. Choć od jej odejścia minęło sześć lat, Hanna Lis (56) nadal nie potrafi mówić o rodzicach bez wzruszenia. W podcaście „Zbliżenie" Mateusza Hładkiego przyznała, że nie dano jej możliwości pożegnania się z mamą.

– Nie chciałabym się tu rozklejać, ale za każdym razem, jak mówię o moich rodzicach, to niestety się rozklejam – wyznała. Pani Aleksandra pod koniec życia ciężko chorowała. Po zawale, dwukrotnym zatrzymaniu krążenia i udarze przez sześć lat była osobą leżącą. Zmarła we wrześniu 2020 roku w szpitalu. Nie chorowała na COVID-19, jednak pandemiczne ograniczenia sprawiły, że córka nie mogła być przy niej w ostatnich chwilach.



Od dziecka była mocno związana ze swoją mamą. To jej nazwisko chciałaby teraz nosić.

Zacząć wszystko od nowa

Zresztą potrzeba symbolicznego zamknięcia przeszłości towarzyszy jej również w innej sprawie. Dziennikarka chciałaby odciąć się od etapu życia związanego z byłym mężem, Tomaszem Lisem (60). Rozważa więc zmianę nazwiska.

– Po prostu to nie jest już moja historia. Rozstałam się z moim byłym mężem wiele lat temu – tłumaczyła. Gdyby zdecydowała się na taki krok, wróciłaby do panieńskiego nazwiska Kedaj. – Bardzo mocno to rozważam teraz – przyznała w tej samej rozmowie. Myślała o tym już wcześniej, jednak powstrzymywały ją względy zawodowe. Nie ukrywa, że taka decyzja oznaczałaby „trochę zaczynanie od nowa". Ma jednak również ważny, osobisty powód. – Kocham moje nazwisko panieńskie – wyznała.

Ostatecznej decyzji jeszcze nie ogłosiła. Jeśli jednak znów będzie Hanną Kedaj, może to oznaczać nie tylko nowy początek, ale także symboliczny powrót do rodzinnych korzeni. I piękny sposób na uczczenie pamięci mamy, z którą nie dane jej było pożegnać się przed śmiercią.



Dziennikarka dojrzała do tego, by rozliczyć się z trudnymi tematami.

Z byłym mężem rozstała się ponad dekadę temu.

Fot. na okładce: Akpa (3), East News (2), Forum, Adobe Stock, House of Food

Dorota Kolak
Babcia na medal!

Dorota Kolak (69) jest kochającą babcią 8-letniego Igora. Chłopiec chętnie towarzyszy jej na planie filmowym i cieszy się z sukcesów aktorki. Wciąż jednak zaskakuje go jej popularność wśród jego rówieśników. – Mój wnuk jest bardzo zdziwiony, kiedy idziemy razem na spacer i jakieś dzieci zatrzymują się, żeby zrobić sobie ze mną zdjęcie – opowiada gwiazda. Igor ma więc powody do dumy: nie każdy ma taką babcię!



SŁOWA NA DOBRY TYDZIEŃ

„Życia nie mierzy się ilością oddechów, ale ilością chwil, które zapierają dech w piersiach."

Maya Angelou

Fot.: Akpa (2), Reporter, Instagram.com/hanna_lis

eprasa.pl 6305f43ad5

Ewa Błaszczyk

Miłość nie potrzebuje

Matczyne serce aktorki napełnia się radością za każdym razem, gdy udaje jej się nawiązać z córką niewerbalny kontakt.

Od 26 lat Ewa Błaszczyk (71) uczy się rozumieć córkę bez słów. Ola Janczarska (32) po ciężkim niedotlenieniu mózgu pozostaje w stanie minimalnej świadomości. Nie odpowiada mamie tak, jak robią to inni, ale potrafi pokazać, czego chce, czego nie akceptuje i kiedy potrzebuje bliskości. W najnowszej rozmowie aktorka opowiedziała o sygnałach, które dla niej znaczą więcej, niż mogłoby się wydawać.

„Wysyłam w kosmos i do Boga informacje. Staram się myśleć pozytywnie”

Wyczekuje jej przybycia

Kiedy Ewa Błaszczyk wraca późnym wieczorem z teatru, w domu czeka na nią Ola. Nie mogą opowiedzieć sobie o minionym dniu, a jednak między nimi jest porozumienie. Pielęgniarka, która pomaga aktorce w opiece nad córką, zauważyła, że Aleksandra ożywia się, gdy mama idzie przez taras.

– Słyszy moje kroki. Czy też się spodziewa, że wieczorem się widzimy, bo sobie powiemy dobranoc – opowiadała Błaszczyk w podcaście „Bliżej. Czule o rodzicielstwie”.

Ola potrafi też stawiać granice. Kiedy przychodzi specjalistka od komunikacji pozawerbalnej, a córka nie ma ochoty ćwiczyć, czasem udaje, że śpi. To dla aktorki sygnał, że reaguje na otoczenie i potrafi wyrazić własną wolę.

W komunikacji pomaga Oli CyberOko, urządzenie dzięki któremu można wybierać

Aktorka od lat opiekuje się ukochaną córką i nie traci nadziei na poprawę jej stanu.



Najpierw musiała zmierzyć się ze śmiercią męża Jacka, a pół roku później z wypadkiem Oli.



Artystka założyła fundację i kliniki po to, żeby walczyć nie tylko o zdrowie własnej córki.

NIESIE POMOC

W powstałych z inicjatywy Ewy Błaszczyk klinikach „Budzik” dla dzieci i dorosłych co najmniej 148 pacjentów wybudziło się ze śpiączki na tyle, by opuścić placówkę i kontynuować rehabilitację w domu.

eprasa.pl 6305f43ad5

słów



Przez lata aktorka starała się, by Marianna nie ucierpiała przez ich rodzinną tragedię.

obrazy za pomocą ruchu źrenic. Powtarzające się odpowiedzi pozwalają odczytywać jej potrzeby.

– Jest na przykład sześć obrazków. Wybieramy jeden i powtarzamy. To jest komunikat. Jeżeli jest powtórzony sześć razy, to coś znaczy – tłumaczy aktorka. – Czasem przekaz jest szczególnie poruszający: „Nie zostawiaj mnie".

Nie jestem siłaczką

Za tymi słowami kryje się historia, która na zawsze zmieniła życie rodziny. W maju 2000 roku sześcioipółletnia Ola zakrztusiła się tabletką. Doszło do niedotlenienia mózgu, a dziewczynka nie odzyskała pełnej świadomości. Zaledwie kilka miesięcy wcześniej nagle zmarł mąż aktorki, Jacek Janczarski. Błaszczyk została sama z dwiema małymi córkami – Olą i jej siostrą bliźniaczką Marianną.

Przez następne lata szukała dla Aleksandry kolejnych możliwości leczenia i rehabilitacji. Minimalną świadomość córki wykazał czynnościowy rezonans magnetyczny. Ola przechodziła różne terapie, miała podane komórki macierzyste i wszczepiony stymulator. Jej mama próbowała wszystkiego, co było dostępne.

Nic dziwnego, że czasem trudno jej było zachować zimną krew. – Nie jestem siłaczką. Płaczę zwykle w wannie, bo się łatwo zmywa łzy – przyznała. Musiała też pamiętać o Mariannie, która po rodzinnej tragedii również potrzebowała matki. Jak podkreślała aktorka, nie mogła ratować jednego dziecka kosztem życia drugiego.

Dziś Ola jest dorosłą kobietą. Jej mama nadal szuka możliwości poprawy jej stanu, ale ich codzienność składa się również z drobnych znaków, których znaczenia nie trzeba tłumaczyć nikomu, kto przez lata czekał na odpowiedź od ukochanej osoby.

Rozpoznane kroki, spojrzenie, odmowa ćwiczeń – to niewiele w porównaniu z rozmową, której nie mogą odbyć. Jednak dla Ewy Błaszczyk są dowodem, że wciąż mogą się porozumiewać. A kiedy wieczorem wraca do domu, najważniejsze pozostaje to, że Ola na nią czeka.



Dla Ewy Błaszczyk zrozumienie emocji Oli jest bardzo ważne.

Fot.: Akpa (2), East News (3), Newspix.pl, Reporter, Instagram.com/ilona_ostrowska_official

Ilona Ostrowska
Uczy syna empatii



Aktorka pragnie, by jej syn Gustaw wyrósł na wrażliwego człowieka, który potrafi okazać serce tym, którym gorzej się wiedzie. Dlatego gdy uczniowie czwartych klas ze szkoły, do której chodzi syn artystki, przygotowali kanapki dla najbardziej potrzebujących, Ilona Ostrowska (52) osobiście się zaangażowała w to, żeby dostarczyć je na miejsce. – My z Gustawem przywieźliśmy je na zimny dworzec, gdzie kolejka głodnych ciągnęła się po horyzont – napisała w mediach społecznościowych pod zdjęciem obrazującym tę sytuację. I przy okazji zaapelowała do wszystkich obserwujących jej profil fanów: „Pomagajmy!!"

Anna Guzik
Wciąż nam jej brakuje



Minęło osiem miesięcy od śmierci Bożeny Dykiel (†77). Koledzy i koleżanki z serialu „Na Wspólnej", z którymi przez ponad dwie dekady spotykała się na planie, do dziś nie pogodzili się z odejściem aktorki. – Ona wciąż jest obecna w moim sercu i mojej głowie. Cały czas dziwi mnie to, że już nie ma jej wśród nas – mówi Anna Guzik (50). Mimo blisko trzydziestoletniej różnicy wieku aktorki łączyła silna więź. – Bożenka była wobec mnie bardzo życzliwa i nie bała się dawać mi rad. Ceniłam w niej to, bo żyjemy w czasach, kiedy ludzie boją się doradzić czy zasugerować coś komuś, żeby go nie urazić – wspomina.

Katarzyna Ankudowicz
Wybaczyła rodzicom



Kto by pomyślał, że pod charakterystycznym dla aktorki uśmiechem kryje się morze wylanych łez. W szczerej rozmowie z Plejadą Katarzyna Ankudowicz (45) wyznała, iż dorastała w nieszczęśliwej rodzinie naznaczonej przemocą psychiczną i fizyczną. Sąsiedzi nie reagowali, bo to były zupełnie inne czasy niż teraz. Mimo traumatycznych przejść gwiazda telewizyjnych seriali nie ma do rodziców żalu. – Mam dziś twardą skorupę i wiele mogę znieść – podkreśla. Niestety, nie obyło się bez terapii. Katarzyna Ankudowicz spędziła na niej 12 lat, ale mimo to zdarzają się w jej życiu momenty, że potrzebuje wsparcia fachowca.

eprasa.pl 6305f43ad5

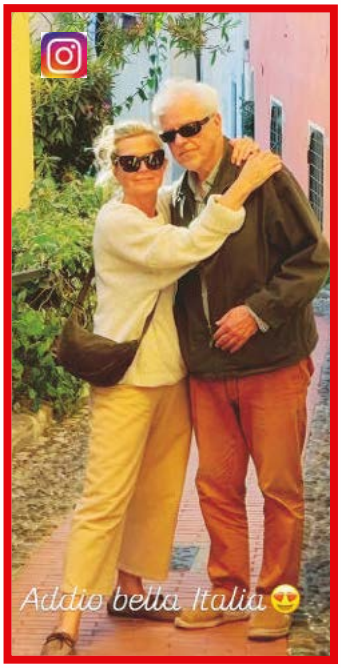
Barbara Bursztynowicz

Łapać szczęście we dwoje

Ich słowa o miłości nie są tylko piękną deklaracją. Małżeństwo właśnie świętuje złote gody!

Aktorka doskonale wie, że miłość to nie tylko poryw serca, lecz także codzienny, wspólny wybór. – Umiemy razem przezwyciężać trudności życia i cieszymy się nawzajem ze swoich sukcesów – mówi Barbara Bursztynowicz (72) o życiu z Jackiem Bursztynowiczem (74). I najwyraźniej takie podejście przynosi aktorskiemu małżeństwu wymierne efekty, gdyż para właśnie świętuje swoje złote gody!

50-lecie małżeństwa przypadło na początek października, ale zakochani wyruszyli w podróż nieco później, bo w połowie miesiąca. Na południu Europy, z dala od ciekawskich spojrzeń, aktorka celebruje to, co dla niej najważniejsze: codzienne szczęście u boku mężczyzny życia. A że radość najlepiej się mnoży, dzieli się nią też z fanami, publikując romantyczne kadry z Włoch i Hiszpanii...



Swój jubileusz postanowili uczcić romantycznie, ale i z klasą – podczas wycieczki do Włoch.

Dopełniamy się nawzajem

Historia tej miłości zaczęła się w momencie, gdy ich drogi przecięły się na studiach, w szkole teatralnej. Aktorka miała wówczas 22 lata. – Zakochałem się w Basi w jednej chwili, kiedy zobaczyłem ją po raz pierwszy – opowiada artysta. Dla niej na początku nie było to takie oczywiste... – Nie bardzo chciałam się z nim spotykać – zdradziła niedawno. Dlaczego? Miała spore powodzenie i trudno było jej się zdecydować. Ale gdy już poznała pana Jacka bliżej, wpadła po uszy! Była pewna, że to ten jedyny, na całe życie. Jak widać – nie pomyliła się.



Minęło tyle lat, a aktor niezmiennie nosi swoją Basię na rękach.

Dziś nie ma dnia, by nie cieszyli się, że postawili wtedy na siebie. Kim jest dla niej mąż? – Przyjacielem, powiernikiem, a także wielbicielem! Jest mi potrzebny, zawsze i wszędzie! – śmieje się gwiazda. I podkreśla coś jeszcze: siła ich związku nie kryje się w wielkich słowach, tylko w zwykłym, codziennym byciu obok – bez udawania i bez gry pozorów. – Dopełniamy się, jesteśmy ciekawi jedno drugiego. Nam chce się być razem. Dzięki temu wszystko jest łatwe – wyznaje.

Choć nie urywa, że czasami bywa też trudno. – Ponieważ zależy nam na sobie, wciąż się staramy – dodaje pani Barbara. – Zdarzają się nerwowe reakcje, ale to tylko krótkie spięcia. Zaraz dochodzimy do wniosku, że ten upór, by postawić na swoim, to dziecinada. A gdy zaboli jakieś słowo – przepraszamy.

I właśnie tak, krok po kroku, przetrwali razem pół wieku. W świecie, w którym relacje często nie wytrzymują tempa, oni stali się liderami w polskim show-biznesie. Dumą napawa ich też córka Małgorzata (44), scenografka i kostiumografka, która z całych sił trzyma za rodziców kciuki.

Trwać przy sobie

Na zdjęciach z wyczekanej, jubileuszowej podróży, przytuleni do siebie małżonkowie wyglądają tak, jakby czas zatrzymał się dla nich przed wieloma laty. Sympatycy aktorki od razu zauważyli jedno: wciąż zwracają się do siebie z niezwykłą



Bardzo chciała zostać mamą i jej marzenie właśnie się spełniło.

Karolina Pisarek

Witaj, nasza Kiaro!

Właśnie rozpoczęła się dla nich najcudowniejsza przygoda życia. Karolina Pisarek (29) i jej mąż Roger Salla (33) powitali na świecie córeczkę. W czasie ciąży modelka wyznała, że ze względów zdrowotnych nie może rodzić naturalnie. Na szczęście wszystko przebiegło zgodnie z planem. Dziewczynka przyszła na świat zdrowa i silna. Dostała piękne włoskie imię Kiara. – Najlepszy dzień w naszym życiu – szczęśliwi rodzice nie kryli wzruszenia, chwaląc się nowym członkiem ich rodziny na Instagramie. Para zaręczyła się w 2021 roku na Malediwach, a rok później wzięła ślub.

eprasa.pl 6305f43ad5



czułością i atencją, jakby zakochali się w sobie wczoraj. – Jacusiu, my musimy łapać szczęście – zauważa Barbara Bursztynowicz na nagraniu.

Na co jej mąż odpowiada z uśmiechem: – Ja już złapałem. Kiedy cię poznałem. Co dalej? Trzymam.

A artystka doskonale wie, jaki dar przytrafił się im obojgu. Tuż po okrągłej rocznicy, na tle polskiej jesieni, wyznała ich motto: – Trwać przy sobie, gdy świat śpiewa i gdy milknie.

I to się nazywa piękne wejście w złotą jesień.



Magdalena Lamparska



Ich miłość zaczęła się od wspólnej pasji. Małżonkowie dalej ją pielęgnują.

Chcą razem odkrywać świat

W ostatnich dniach ogarnia ją jesienna nostalgia. – Lubię moment, kiedy wszystko trochę zwalnia, pojawia się mgła, dni robią się cichsze, a my mamy więcej przestrzeni, żeby się zatrzymać. To jest czas na ciepłą herbatę i domowe ciasto. Na myśli, na które latem nie było czasu. Na złapanie oddechu i zastanowienie się, gdzie jesteśmy i dokąd chcemy iść – napisała Magdalena Lamparska (38) w internecie. Zaledwie kilka dni wcześniej dzieliła się z fanami swoimi zdjęciami z mężem, podróżnikiem Bartoszem Osumkiem, z ich niedawnej wyprawy do Karpacza.

Wyprawy rodzinne jednoczą bliskich

Górskie jesienne wędrówki ich cieszyły. W nich odnajdują spokój, ale też pojawia się p0czucie, że są bliżej Boga. Dzięki wędrówkom wracają romantyczne wspomnienia: na jedną z pierwszych randek przyszły mąż zabrał ukochaną do Jury Krakowsko-Częstochowskiej. Chciał pokazać jej krainę, w której się wychował i cieszył go ogromnie błysk w oku Magdaleny, gdy patrzyła na malownicze ruiny zamków na wapiennych skałach.

– Wydaje mi się, że ja zakochałam się w pasji. To jest bardzo ważne, żeby każdy z nas miał swoją osobistą pasję – podkreślała aktorka w wywiadzie dla „Dzień Dobry TVN".

Małżonkowie doczekali się dzieci – Tymoteusza (9) i Mili Magdaleny (4). Opieka nad nimi związana jest z licznymi obowiązkami, więc mają znacznie mniej czasu na pasje. Jednak chęci odkrywania świata nie stracili. – Nasza pierwsza podróż odbyła się, kiedy Tymek miał trzy miesiące i pamiętam, że wybraliśmy się w nasze piękne polskie Tatry – opowiadał Bartosz z uśmiechem. Kolejne wyprawy były więc tylko kwestią czasu.

Rodzinna pasja przetrwała do dziś dnia, a tak wiele miejsc pozostaje nadal do odkrycia...

Fot.: Instagram.com/basia_bursztynowicz (3), East News, Reporter, Instagram.com/karolina_pisarek, Instagram.com/magdalamparska



eprasa.pl 6305f43ad5

Rozłąka nie zniszczył

Kiedy był z mamą, tęsknił za ojcem. Gdy mieszkał u taty, ciągle myślał o mamie. Dla obojga zawsze był bardzo ważny.



Eryk Lenartowicz na stałe mieszka w Sydney, ale często bywa w Polsce.

Był mały, gdy jego rodzice zdecydowali się wyjechać z kraju i zamieszkać na drugim końcu świata. Choć spędził dzieciństwo w Australii, nie zapomniał o swoich korzeniach. – Chodziłem do polskiej szkoły niedzielnej – wspomina Eryk Lenartowicz (33). – Mama rozmawiała ze mną po polsku, opowiadała mi o ojczyźnie.

Został na dłużej

Rodzice Eryka rozstali się, kiedy miał niespełna cztery lata. Ojciec wkrótce po rozwodzie wrócił do Polski, a on został z mamą na Antypodach. – Miałem z tatą świetny kontakt, jak mieszkał w Australii – twierdzi. – Dzwoniliśmy do siebie, odwiedzał mnie. Potem przysyłał mi z Polski paczki...

„W Australii mama rozmawiała ze mną po polsku"

Jacek Lenartowicz (66) doskonale pamięta, co czuł, decydując się zostawić syna pod opieką byłej już wtedy żony. – To była najtrudniejsza decyzja w moim życiu – wyznaje. – Rozpad rodziny był dla mnie traumą. Kiedy wkrótce po ósmych urodzinach Eryk oznajmił mamie, że chciałby polecieć do Warszawy i trochę pobyć z ojcem, nie miała nic przeciwko. Jolanta Juszkiewicz (62) nie mogła mu towarzyszyć, bo prowadziła już wtedy w Sydney własny Teatr Kropka. – Bardzo chciałem wrócić do taty, zobaczyć Polskę. Byłem ciekaw, jak tu jest – opowiada Eryk. – Przyleciałem na krótko, ale tak mi się spodobało, że szybko wróciłem i zostałem na dłużej. Pan Jacek wziął na siebie obowiązek wychowania syna. Choć Eryk regularnie odwiedzał mamę, zdecydował, że skończy szkołę w ojczyźnie. W gimnazjum koledzy mówili na niego „kangur". Śmiał się z tego, bo wiedział, że jest lubiany przez rówieśników i nauczycieli. Był dobrym uczniem i nigdy nie dawał ojcu powodów do wstydu.

Zagrał u boku mamy

To, że pójdzie w ślady rodziców i zostanie artystą, wiedział, odkąd po raz pierwszy poszedł z nimi do teatru. Po maturze zdecydował się jednak studiować reżyserię w Gdyńskiej Szkole Filmowej, a nie aktorstwo. Gdy miał już w kieszeni dyplom, poleciał do Australii, by tam kontynuować naukę

TĘSKNIŁ ZA OJCZYZNĄ

Zawsze byłem mocno związany z Polską – podkreśla Eryk. Gdy mieszkał w Australii, chodził do polskiej szkoły niedzielnej. – Na początku się trochę wstydziłem mówić po polsku, a potem otworzyłem się na to.



Z tatą, który też jest aktorem, mają do dziś wspólne pasje.

eprasa.pl 6305f43ad5

a ich więzi



W programie „Demakijaż” ojciec i syn opowiadali o łączącej ich więzi.



Mama Jolanta Juszkiewicz zachęcała syna, by mówił po polsku.

w Australian Film Television and Radio School. Nie kryje, że to dzięki mamie miał okazję po raz pierwszy wystąpić na teatralnej scenie. Pani Jolanta zaprosiła go do udziału w jednym ze swoich przedstawień. Przez kilka miesięcy grali razem w sztuce „The Mother Again”, z którą odwiedzili także Polskę. – Mama wprowadziła mnie w świat teatru – potwierdza Eryk.

Aktor i reżyser od lat dzieli życie między Australię a Polskę. – I tu, i tu jest mój dom – twierdzi. Ojciec z dumą mówi o nim, że jest „niezatapialny”. – Ma swoje idee, marzenia i konsekwentnie je realizuje – opowiada pan Jacek, dodając, że serce mu rośnie, gdy Eryk odnosi sukces za sukcesem, choć wcale nie jest mu łatwo. – On w tej Australii musi się maczetą przedzierać przez filmową dżunglę i daje sobie z tym radę – żartuje.

Rozumieją się bez słów

Eryk uwielbia swoje przyrodnie rodzeństwo. Najmłodsza siostra, Lena, jest jego oczkiem w głowie. Przyjaźni się też z żoną ojca, Katarzyną. – Wymodliłem ją sobie – opowiada Jacek Lenartowicz. – Nie pojawiłaby się w moim życiu, gdyby Pan Bóg tego nie chciał. Ojciec i syn mają ze sobą świetny kontakt. Kiedy się spotykają, mogą przegadać kilka godzin. Znakomicie się bawią, oglądając razem filmy ze Stevenem Seagalem. Są przyjaciółmi, którzy rozumieją się bez słów. Jacek jest pierwszym recenzentem Eryka. Zawsze szczerze mówi mu, co myśli o jego pracy. Chwalił go za kreacje w „Leśniczówce” i „Domu pod Dwoma Orłami”, był zachwycony jego debiutancką fabułą – filmem „Storm Bird”, który Eryk wyreżyserował niedawno z Jamesem Ivorem.

Fot.: Akpa (3), archiwum prywatne

Nowy Kurier tv

WIĘKSZE LITERY

ŁATWE CZYTANIE!



TWÓJ CZYTELNY PROGRAM NA CO DZIEŃ! CO TYDZIEŃ! SPRAWDŹ!

JUŻ W SPRZEDAŻY!

REKLAMA

eprasa.pl 6305f43ad5

Paweł Pochwała

Towarzyszy

Odchodzenie ludzi to normalny proces. Według niego warto jednak zadbać o to, żeby ta ostatnia nasza droga była zawsze godna i odbyła się w odpowiedniej oprawie.

Uważa, że na jego życie mieli wielki wpływ rodzice, tata pochodzący ze Lwowa oraz mama z Ostrowca Świętokrzyskiego.

Z wykształcenia jest socjologiem i reżyserem. Przez lata Paweł Pochwała (66) dał się poznać jako znakomity dziennikarz telewizyjny i radiowy oraz prowadzący liczne programy. Niedawno zmienił profesję i to na bardzo zaskakującą. Jest mistrzem ceremonii pogrzebowych.

Często Pan podkreśla, że ukształtowała Pana historia rodzinna oraz wspólnota żeglarska?

Mój tata był Lwowiakiem – to wiele mówi. Moja mama pochodziła z Ostrowca Świętokrzyskiego, a tam, i wiem to ponad wszelką wątpliwość, mają wyjątkowy stosunek do pamięci i do śmierci. Mam tam groby rodzinne, odwiedzam je regularnie. Ile razy przyjeżdżam, to zawsze jestem u siebie w domu. A sport? Jak najbardziej. To zawsze jest wspólnotowość i współodpowiedzialność.

Wyłania się z Pana słów ogromny szacunek do życia i śmierci. Stąd pomysł, by zostać mistrzem ceremonii pogrzebowych?

O ceremoniach pogrzebowych myślałem od naprawdę wielu lat, dlaczego nie wiem. Gdyby zapytać malarza, dlaczego stworzył taki obraz? Każdy prawdziwy artysta powie: „Nie wiem, po prostu namalowałem". Ze mną jest podobnie. Nie boję się używać takich słów jak misja czy powołanie, bo ja czuję do tego powołanie. Jestem tego absolutnie pewien jako wykształcony reżyser. Tak samo jak jestem przekonany, że do aktorstwa trzeba mieć powołanie. Umiejętności, talent – to jedno, ale trzeba się do tego urodzić. To styl życia, styl myślenia. Wspominam tych wielkich aktorów, którzy mnie uczyli: Zbigniewa Zapasiewicza, Andrzeja Łapickiego, Tadeusza Łomnickiego, Aleksandrę Śląską czy Maję Komorowską. Oni byli urodzonymi aktorami. Podejrzewam, że do tych ceremonii też trzeba się urodzić.

Mówi się o tej branży, że jest niczym rodzina Corleone z filmu „Ojciec chrzestny", niełatwo stać się jej częścią?

Jestem dopiero na początku drogi. Jak się spotkamy za trzy lata, to będę miał pewnie jakąś historię do opowiedzenia. Mam pierwsze kontakty, pierwsze ceremonie za mną, jeżdżę po domach pogrzebowych, rozmawiam. To nie jest łatwa branża.

AKTORSKIE PRÓBY

Sztuka aktorska nie jest mu obca. Zagrał w kilku epizodach w serialach „Klan" i „Plebania". Uważa jednak, że mimo doświadczenia z kamerą zjadał go stres. Dlatego zrezygnował z aktorstwa.



Wraz z Iwoną Schymallą prowadził poranny program TVP 1 „Kawa czy herbata?".

Fot.: East News (2), Facebook.com/Paweł Pochwała (2)

eprasa.pl/63054...3ad5

w ważnej chwili



Od niedawna jest mistrzem ceremonii pogrzebowych.



Żeglarstwo to jedna z jego pozazawodowych pasji.

Zgadzam się, ale całe życie fascynowałem się słynnym reżyserem Tadeuszem Kantorem i teatrem Cricot 2. Przez dziesięć dni byłem jego asystentem. On w przedstawieniu „Wielopole, Wielopole" był mistrzem ceremonii pogrzebowych. Żegnał całą swoją rodzinę: wujka Olka, wujka Leonka, te wszystkie babki i dziadków, albo mój dyplom reżyserski – „Nasze miasto" Oscara Wildera. Przecież trzeci akt dzieje się na cmentarzu.

Czy jako młody chłopak obcował Pan z odchodzeniem, z tradycją żegnania bliskich?

Ja tego tak dobrze nie pamiętam, aczkolwiek w mojej rodzinie przykładało się do tego wagę. To nie było obojętne. Cały ten obrządek domowy – o tym się pamiętało, zwłaszcza w Ostrowcu, gdzie spędzałem wakacje. Dziadek leżący w domu, gromnice, płaczki. Dla mojego pokolenia to było normalne. Bardzo bym chciał, jak już w to wejdę na dobre, wrócić do fotografii pośmiertnej. To kompletnie zanikło. Dlaczego nie ma już tego zwyczaju? Przy kremacji jest przecież możliwość pożegnania i uwiecznienia tej kruchej ceremonii. Mam też w głowie akcję „Jeden znicz na grobie".

Ten zawód dopiero się kształtuje dając bliskim szansę na osobiste pożegnanie zmarłego, ale i gwarantuje zmarłemu pożegnanie, o jakim sam marzył?

Dlatego chcę być mówcą pogrzebowym. Moja pierwsza ceremonia była katolicka, w Pułtusku. Rodzina napisała mowę, ale nie miała siły jej przeczytać. To idealne miejsce dla mówcy. Współpracuję z domem pogrzebowym państwa Czyżaków w Wyszkowie. To mój „port macierzysty". Pani Anna Czyżak założyła firmę, mając 19 lat, bo nie mogła patrzeć, jak trumny wozi się żukami, którymi potem wozi się cement na budowę. To są świetni ludzie, elita branży. W tej mowie, którą czytałem, w pierwszej części żywi żegnali zmarłego, a w drugiej zmarły żegnał żywych: „Żegnam cię, żono Zofio... żegnam cię, Krzysztofie, zięciu, traktowałem cię jak syna". To jak druga część „Dziadów". Na tym to polega. Jako reżyser widzę, że to jest teatr, który trzeba wyreżyserować od początku do końca. Trzeba to ułożyć, przywitać ludzi, pożegnać. To musi mieć strukturę. Druga ceremonia, której przewodziłem, była świecka. Sam pisałem mowę. Zawsze będę się spotykał z rodzinami osobiście. Nigdy przez telefon, nigdy przez ankiety.

Dlaczego warto pomyśleć o scenariuszu, oprawie własnego pogrzebu?

Chodzi o to, żeby ludziom pokazać, że można i tak: „Żyłam jak chciałam, to i odejdę", ale ogrom pracy przed nami. Jako dziennikarz będę namawiał, żebyśmy to planowali, żeby śmierć nas nie zaskakiwała. Sam żałuję, że nie wygłosiłem mowy na pogrzebie swojego teścia. Kantor zaplanował to genialnie. Umarł chyba w piątek – nikt o tym nie wiedział, a niedzielę rano cały Kraków był oblepiony klepsydrami. Ludzie idą do kościoła, a tam wszędzie Kantor. To był trik, mistrzostwo świata. Wypełnienie woli zmarłego to piękne zajęcie, o ile wszystko jest wcześniej ustalane. Ja z moimi bliskimi rozmawiam o tym otwartym tekstem. Z ciocią Kazią mamy już wiele rzeczy ustalonych. To ułatwia robotę, bo potem wszystko dzieje się szybko.

By zostać mistrzem ceremonii pogrzebowych trzeba być dobrym człowiekiem, wierzącym, niekaranym? Jakim?

Ludzie nie pytają mnie, czy jestem wierzący, czy mam sakramenty. Ale między nami – ja jestem osobą wierzącą i nie widzę tu żadnego konfliktu interesów. Rozumiem różne spojrzenia. Mój teść, profesor, był osobą absolutnie świecką. Najporządniejszy człowiek, jakiego znałem. W rodzinie była dyskusja, czy może jednak „coś załatwić" w drugą stronę. Walnąłem ręką w stół: nie ma mowy. Nigdy by nam tego nie wybaczył. Trzeba po prostu być wrażliwym człowiekiem. Im jestem starszy, tym więcej widzę. Wcześniej nie zauważałem starszych ludzi wokół siebie, widziałem tylko młodych. Teraz to dla mnie odkrycie. Kiedy pracowałem przy „Kawie czy herbacie" regularnie przychodził do nas Marek Nowakowski, bo co roku wydawał nową książkę i mówił: „Dostrzegajcie starszych wokół siebie". Ja wtedy w ogóle nie wiedziałem, co on do mnie mówi. A teraz wiem.

Beata Banasiewicz/AKPA

eprasa.pl 6305f43ad5

O takiej miłości



Połączyła ich Gruzja, a wspólne życie przyniosło obojgu szczęście.

Gruzińskie stroje nadały ich ślubowi wyjątkowy charakter.

Chętnie ruszają w świat, by razem odkrywać kolejne piękne miejsca.

Wierzą, że to los ich połączył. Długo czekali na to uczucie, a dziś cieszą się każdą wspólną chwilą i są przekonani, że spędzą razem całe życie.

Dziewięć lat po ślubie wciąż potrafią zamienić zwykły wieczór w romantyczną randkę, a wspólny wyjazd w przygodę. – Czekaliśmy długo na tę miłość, ale w końcu ją znaleźliśmy – mówią Katarzyna Pakosińska (54) i Irakli Basilaszwili (48). – Między nami nie ma rywalizacji. Zamiast tego okazujemy sobie uczucia na każdym kroku, w każdym miejscu i o każdej porze. I choć muszę przyznać, że małżeństwo to niezła ekwilibrystyka, kochać kogoś to przede wszystkim pozwalać mu na to, żeby był, jaki jest. O takiej miłości marzyliśmy całe życie – wyznaje artystka.

Spotkanie, które zmieniło wszystko

Poznali się w 2016 roku w Gruzji, dokąd Katarzyna Pakosińska pojechała kręcić serial dokumentalny „Tańcząc z Gruzją". Z lotniska odebrał ją dziennikarz i właściciel biura turystycznego. Zastępował kolegę, któremu zepsuł się samochód. Uwagę Irakliego Basilaszwilego przyciągnęły zielone oczy pasażerki, jej donośny

marzyli

śmiech i radość życia. Wkrótce jednak beztroską znajomość przerwały dramatyczne chwile. Przed wyprawą w góry aktorka źle się poczuła. Po przyjęciu leków przepisanych przez miejscowego lekarza dostała zapaści. Przyszły mąż udzielił jej pomocy. – Sparaliżowało mnie. Nie mogłam chodzić ani mówić. Krew była już tak gęsta, że ciężko byłoby nawet wbić igłę – opowiadała po latach. Wspominała, że właśnie wtedy jej wybawca skradł jej serce, a życie zmieniło się o sto osiemdziesiąt stopni.

Znalazła wyśnionego księcia

On miał dwoje dzieci z poprzedniego związku, ona wychowywała córkę Maję (22). Przeszłość nie przeszkodziła im w podjęciu decyzji o wspólnej przyszłości. – Od początku wiedziałam, że jest mężczyzną stworzonym dla mnie – mówi aktorka. Po pół roku znajomości przyjęła jego oświadczyny. Ślub odbył się w sierpniu 2017 roku w Milanówku, gdzie dziś mieszkają. Na tygodniowe wesele wybrali gruzińską twierdzę Ananuri. Panna młoda wykonała narodowy taniec i zaskarbiła sobie sympatię rodziny ukochanego. – Małżeństwo jest ważne – to deklaracja mężczyzny, że chce z tobą być. Magia zaczęła się już od podjęcia decyzji. Poczułam spokój, że kończy się moja szarpanina. Znalazłam swojego wyśnionego księcia. Nawiasem mówiąc, mój Gruzin naprawdę okazał się księciem – zwierzyła się w jednym z wywiadów.

Warto było czekać tak długo

Katarzyna ceni w mężu szlachetność, zaradność i poczucie humoru. – Do tego jest dumny, honorowy, dotrzymujący słowa, prawdomówny i szczery. Może to dlatego, że w jego żyłach płynie błękitna krew? Ale jest absolutnie normalny. Śmieci wynosi, z psem wychodzi, więc wszystko jest w jak najlepszym porządku – zachwala ukochanego.

Oboje lubią być w ruchu, ale równie chętnie wracają do domu w Milanówku. – Większość zajęć staramy się wykonywać razem. Dom, w sensie rodzina, to dla mnie najlepsza, najukochańsza przystań. Droga, którą przeszłam, taka, a nie inna, przywiodła mnie do tego miejsca. Warto było poczekać na tę miłość – kończy Katarzyna.



Rodzinny spacer w szczytnym celu – promowali ideę transplantacji.

Fot.: Akpa, East News, Instagram.com/katarzyna_pakosinska (2)

REKLAMA

Zupełnie nowy!

Teraz WIĘCEJ STRON!
Co miesiąc ponad
100 PORAD i INSPIRACJI!



NOWOŚCI!

- testy kosmetyków, sprzętów kuchennych oraz narzędzi do domu i ogrodu
- zadania logiczne na lepszą pamięć

Poradnik Domowy
Twój codzienny ekspert!

Szukaj w dobrych punktach sprzedaży prasy lub zamów w prenumeracie na **czytelnia.pl**

eprasa.pl 6305f43ad5

Wojciech Kilar

Przyznawał, że z


Matka Boża była szczególnie bliska Kilarowi. Wszędzie miał porozkładane różańce.


Każde urodziny spędzał w sanktuarium na Jasnej Górze.


Kompozytor nazywał Maryję swoją drugą Mamą, która odnalazła go po czterdziestce.

Jasną Górę nazywał swoim drugim domem. Tam zrozumiał, że wszystko, co jest złe i ciężkie w życiu, przynosi dobro cierpiącemu.

Kompozytor i pianista, jeden z najwybitniejszych twórców muzyki filmowej, m.in. Poloneza do „Pana Tadeusza". Wojciech Kilar (81) swoją międzynarodową karierę zawdzięczał Czarnej Madonnie. – Maryja towarzyszy nam od wczesnego dzieciństwa. Jednak żeby naprawdę zrozumieć, kim Ona jest, trzeba się do Niej zbliżyć. I ja miałem to szczęście – opowiadał.

Po raz pierwszy odwiedził Częstochowę w stanie wojennym. I od razu rozkochał się w Czarnej Madonnie. – Tam znalazłem schronienie duchowe w ciężkim dla mnie, jak i dla całego narodu okresie – wspominał.

Pod opieką Matki Bożej

Od tamtej pory regularnie pielgrzymował do Częstochowy. Co roku, w swoje urodziny, 17 lipca. – Zawsze mam to samo wrażenie, kiedy przekraczam te mury, jakby Matka Boża położyła na mnie swoją rękę. I czy jestem tutaj, czy u siebie w domu, to właściwie zawsze Jasna Góra jest ze mną. Obraz Matki Bożej, który od ojca przeora otrzymałem, stoi w takim miejscu w moim domu, że przechodzę koło niego setki razy dziennie i prawie za każdym razem się żegnam – wyjaśniał.

W wywiadach opowiadał, że to właśnie Maryja ukształtowała jego wiarę. – Tak jak w dzieciństwie wychowywała mnie moja mama, tak tutaj, już jako człowiek po czterdziestce, zostałem po raz drugi wychowany przez Matkę Bożą – podkreślał.

„Moja żona, tak jak Maryja, prowadziła mnie do Boga"

Jasną Górę z czasem zaczął nazywać swoim drugim domem. O wielkiej miłości do tego miejsca napisał w książce „Na Jasnej Górze odnalazłem wolną Polskę i siebie". Tam zresztą powstały jego najważniejsze utwory. Jak chociażby kantata „Angelus", którą stworzył, wsłuchując się w modlitwę różańcową pielgrzymów. W 1984 roku w tamtejszym sanktuarium przekazał swoje wotum wdzięczności. – Pani Jasnogórskiej zawdzięczam właściwie wszystko. To, że moje życie potoczyło się tak, jak się potoczyło. Życie jako człowieka, a także jako kompozytora – opowiadał.

Prowadziła mnie do Boga

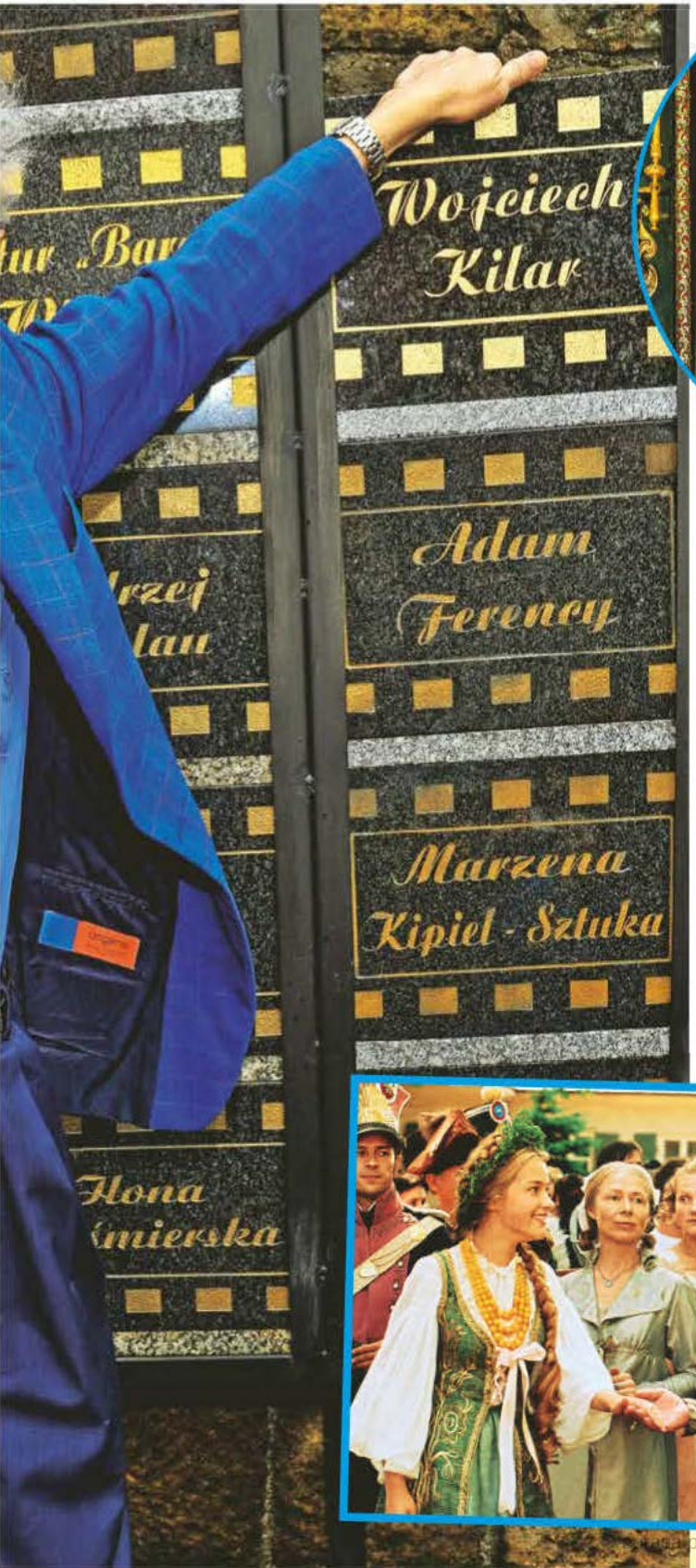
Najważniejszą kobietą w życiu Wojciecha, oprócz Maryi, była żona, Basia. Poznali się w Akademii Muzycznej w Katowicach. 22-letni wówczas Wojtek, widząc na korytarzu młodziutką maturzystkę, zakochał się w niej od pierwszego wejrzenia. – To prawdziwe zrządzenie Bożej Opatrzności porównuję do pioruna, jak w „Ojcu Chrzestnym". Bardzo jestem Bogu wdzięczny za ten szczególny moment, kiedy ją


Dzięki żonie Barbarze przestał być letnim katolikiem i zakochał się w Matce Bożej.

Fot.: East News (2), Akpa, PAP, Reporter, Adobe Stock

eprasa.pl 6305f43ad5

awdzięcza Jej wszystko





– To było olśnienie – wspominał chwilę, gdy ujrzał obraz Matki Bożej na Jasnej Górze.

spotkałem, mający wpływ na całe moje późniejsze życie – wspominał.

Długo byli narzeczeństwem, pobrali się dopiero po kilkunastu latach, w 1966 roku. To właśnie Barbara zbliżyła Wojciecha do wiary. Wcześniej był letnim katolikiem, jak sam twierdził. Dzięki żonie przestał też pić alkohol, z którym wcześniej miał problem. – Potem nie wziąłem do ust nawet nadziewanej nim czekoladki – wyjaśniał. – Moja żona, tak jak Maryja, prowadziła mnie do Boga. Całe jej życie było taką maryjną, ciepłą i serdeczną służbą, a przez tę służbę była narzędziem Boga w moim życiu. To od żony nauczyłem się też, że za wszystko należy dziękować – opowiadał.

Stworzeni dla siebie

– Za to jestem najbardziej wdzięczny Bogu, że uczynił mnie zdolnym do miłości. Dał mi kogoś, kogo kochałem. Aż strach pomyśleć, jak mogłoby potoczyć się moje życie, gdyby nie żona – opowiadał. Kilarowie wspólnie odmawiali różaniec. Razem odwiedzali też ukochaną Jasną Górę. Tam zawierzali Madonnie siebie i wszystkie swoje sprawy. A kiedy Basia chorowała i potrzebowała opieki, mąż czule się nią zajmował.

– Oni nie mogli bez siebie żyć. Wojtek starał się robić wszystko, co było najlepsze dla Basi. Kiedyś przyszliśmy na jej urodziny. Na stole leżał talerz z pokrojonym w kostkę chlebem ułożonym przez Wojtka w kształcie serca. Z trudem gryzła, chciał ułatwić jej posiłek – wspominał ich przyjaciel.

Po jej śmierci w 2007 roku kompozytor jeszcze bardziej zbliżył się do Maryi.

– Jestem szczęśliwy, że mogę się modlić za żonę przed obliczem Pani Jasnogórskiej. I tutaj, u stóp Matki Bożej, chcę wypraszać łaskę dla mnie, żebym znalazł się też tam, gdzie moja żona się teraz znajduje, w Domu Pana, i żeby dobry Bóg nas połączył – mówił. Zmarł w 2013 roku, po kilkumiesięcznej walce z guzem mózgu. Miał 81 lat. Małżonkowie spoczywają we wspólnym grobie na cmentarzu w Katowicach.

K.W.

Polonez napisany do „Pana Tadeusza” króluje dziś na studniówkach.

Kasia pl 6305f43ad5

Agnieszka Gabry

Odnalazła swoje miejsc

Opuściła Śląsk, by wyjechać na drugi koniec Polski. Do krainy, w której czas płynie wolniej, gdzie swoje troski i kłopoty zawierzają Bogu pielgrzymi z całego kraju.



Wszędzie dobrze, ale na Podlasiu najlepiej.





Syn Jakub to jej prawdziwa duma.

Całe dzieciństwo i lata aktywności zawodowej Agnieszka spędziła w Bytomiu. Pracowała w Specjalnym Ośrodku Wychowawczym, później w Bytomskim Ośrodku Edukacji. Należała również do hufca Związku Harcerstwa Polskiego w Bytomiu. Była zaangażowana w pomoc ubogim podczas świątecznych akcji Szlachetnej Paczki.

Pewna myśl nie dawała jej spokoju

– Chociaż na życie w mieście nie mogłam narzekać, przez wiele lat kiełkowała we mnie myśl o przeprowadzce w rodzinne strony mojej mamy, na Podlasie. Właśnie tam wciąż stał dom po mojej babci, gdzie jako dziecko spędzałam wakacje – wspomina.

Kiedy jej syn, Jakub dorósł, nic nie stało już na przeszkodzie do realizacji celu.

Koleżanki Agnieszki zachodziły w głowę, jak uda jej się odnaleźć w nowej rzeczywistości – po wyprowadzce z dużego, kipiącego życiem miasta do maleńkiej, liczącej niewiele ponad 130 mieszkańców wsi, gdzie czas odmierza się wschodami i zachodami słońca.

„Kiedy jej syn, Jakub dorósł, nic nie stało już na przeszkodzie do realizacji celu."

– Aga, ty na wieś? A co ty tam zamierzasz robić z twoim temperamentem?! Jesteś wulkanem energii. Długo nie zagrzejesz tam miejsca – dziwiły się.

Czas pokazał, że ich obawy okazały się bezpodstawne.

W sierpniu 2022 r., po niemal 50 latach spędzonych w Bytomiu, przeprowadziła się do maleńkich Zaczopek w gminie Rokitno. Odmienna od tej śląskiej rzeczywistość, ale... bez trudu złapała świetny kontakt z mieszkańcami – wielu kojarzyło ją, bo regularnie spędzała tu urlopy i święta.

– Po przyjeździe na miejsce uderzyło mnie jedno: dostrzegłam, że niewiele jest atrakcji dla mieszkańców. Każdy zamykał się w swoich czterech ścianach, choć gdyby nadarzyła się taka okazja, chętnie wyszedłby do ludzi, pojechał

Fot.: Natalia Mróz/archiwum domowe (4)

eprasa.pl 6305f43ad5

siak z Zaczopek

ce i przeznaczenie



Pielgrzymów trzeba porządnie nakarmić.

na wycieczkę, zwiedził nieznane zakątki Polski – przyznaje.

Poczuła, że chce i może im pomóc.

Spełniała się, służąc innym pomocą

Mogła wreszcie zrealizować swoje marzenia i życiową misję.

– Każdy z nas ma jakieś powołanie. Ja poczułam spełnienie w służbie ludziom – tłumaczy.

Tuż po przeprowadzce, porozumiała się z proboszczem i koleżanką, że wspólnie zadziałają, by zachęcić mieszkańców Zaczopek do zacieśniania więzów sąsiedzkich.

3 lata temu założyła z koleżanką Koło Gospodyń Wiejskich. Oficjalna rejestracja takiego Koła pozwalała na otrzymywanie dotacji na działalność. Mieszkańcy regularnie spotykają się w tutejszej świetlicy.

Agnieszka czuje, że znalazła swoje miejsce na Ziemi. Na Podlasiu kontynuuje pracę zawodową. Pracuje w Zespole Szkół Ogólnokształcących nr 4 w Białej Podlaskiej. Mało tego, działa społecznie! Dwa lata temu została sołtysem.

Jezus uczył, że w królestwie Bożym wielkość mierzy się gotowością do służby innym. I to przesłanie wypełnia w codziennych relacjach z ludźmi.

– Kilka razy w roku organizujemy dla mieszkańców wycieczki, w październiku zabawy zarezerwowane tylko dla pań, czyli tzw. babskie combry, zorganizowałam też Szlachetną Paczkę dla jednego ze starszych, uboższych mieszkańców naszej wsi. Odkąd jestem sołtysem, co roku w remizie świętujemy sylwestra. Zaproszeni są wówczas wszyscy – wymienia.

Życie Agnieszki toczy się blisko sanktuariów, co stało się częścią jej codziennej posługi drugiemu człowiekowi. Zaczopki znajdują się bowiem zaledwie kilka kilometrów od Sanktuarium Bł. Męczenników Podlaskich w Pratulinie oraz zaledwie 40 kilometrów od Sanktuarium Matki Boskiej Kodeńskiej. Dlatego tradycją wsi jest przyjmowanie pielgrzymów zmierzających do tych miejsc.

„Nie oczekuje podziękowań. Realizuje ewangeliczne wezwanie do miłości bliźniego.”



W Kole Gospodyń Wiejskich znalazła przyjazne dusze.

Agnieszka otacza troską przybywających w te strony z modlitwą na ustach. Na jej i pań Koła Gospodyń Wiejskich barkach jest przygotowanie około 30 blach ciast, sękaczy – jednego z symboli kulinarnych Podlasia.

Stara się, by jej wiara nie była jedynie słowem

W sierpniu tego roku gościli uczestników konnej pielgrzymki do Kodna, którzy zmierzali na uroczystość Wniebowzięcia Najświętszej Marii Panny. – Jak co roku, witamy ich z otwartym sercem zapewniając ciepłą kolację – zdradza. – 4 października zaś gościliśmy we wsi ponad dwa tysiące uczestników 16. Diecezjalnej Pielgrzymki Mężczyzn. Wydarzenie to zbiegło się z 30-leciem beatyfikacji Męczenników Podlaskich – dodaje.

Sołtyska swoimi aktywnościami udowadnia, że wiara nie pozostaje jedynie słowem. Przekłada się na otwartość, gotowość do pomocy.

– Choć nie uczestniczymy czynnie w pielgrzymkach, łączymy się z pątnikami duchowo – dodaje.

Nie oczekuje podziękowań, wzniosłych słów czy nagrody. Po prostu – otwarte drzwi, nakryty stół i serce gotowe do pomocy w służbie drugiemu człowiekowi – tak realizuje ewangeliczne wezwanie do miłości bliźniego.

Natalia Mróz

eprasa.pl 6305f43ad5

Kraina oprószona złotem

Żywiecczyzna to nie tylko góry i szlaki. Jesienią aż chce się sprawdzić, co jeszcze czeka za zakrętem.



Żywiecczyzna to region, w którym beskidzkie krajobrazy łączą się z historią dawnych rezydencji i tradycją góralską.



Beskid Żywiecki zachęca do wędrówek zarówno na widokowe szczyty, jak i spokojniejszymi leśnymi trasami.



Stary Zamek w Żywcu przez wieki należał do rodów władających miastem.



Muzeum Miejskie w Starym Zamku zgromadziło bogate zbiory dotyczące dziejów i kultury regionu.

Można wędrować górskim szlakiem albo szukać wytchnienia na leśnych ścieżkach. Żywiecczyzna mieni się atrakcjami zupełnie jak barwne beskidzkie szczyty, które teraz wyglądają tak, jakby ktoś posypał je złotym pudrem.

Prawie najwyżej

Wyższe od szczytów Beskidu Żywieckiego są w Polsce tylko Tatry. Najwyższa, królowa, Babia Góra (nazywana też Diablakiem) mierzy 1725 m n.p.m. i przyciąga turystów niesamowitymi widokami. By dotrzeć na jej szczyt, można wyruszyć z Przełęczy Krowiarki. To trasa dla niecierpliwych i niezbyt wprawnych piechurów – już po niespełna trzech godzinach będziemy u celu. Ale warto być przygotowanym na wszystko, bo Babia Góra nie bez powodu nazywana jest „Matką Niepogód" i „Kapryśnicą". Choć w dolinach cicho, spokojnie, to już wyżej aura zmienia się jak w kalejdoskopie. Na samym szczycie, poza panoramą, jest i ciekawostka – kamienny mur, który zbudowali turyści, by chronił przed szalejącym tu wiatrem...

W południowej części Beskidu Żywieckiego znajduje się Babiogórski Park Narodowy. Przez cały jego obszar przebiegają liczne szlaki turystyczne, są i ścieżki edukacyjne dla najmłodszych. A jest tu co poznawać, bo park zamieszkują wydry, borsuki, niedźwiedzie, rysie oraz wilki! Nie wolno więc tracić czujności.

Ochota na zwiedzanie

Na początek warto udać się do Żywca i Starego Zamku – niegdyś obronnej fortecy, potem renesansowej rezydencji, która była m.in. siedzibą Habsburgów. Dziś działa w nim muzeum. To tu właśnie można najwięcej dowiedzieć się o mieście i okolicy. Sam zamek otoczony jest pięknym parkiem. Ale na spacer warto też udać się na żywiecki rynek, otoczony kolorowymi kamienicami, z różowym miejskim ratuszem, z którego co dzień rozlega się hejnał.

Można też rzucić okiem na okolicę z wysokości – trzeba tylko pokonać 218 stopni wieży konkatedry Narodzenia Najświętszej Marii Panny. Momentami stromo, ale widok z tarasu rekompensuje trud.

I obowiązkowy punkt żywieckiej wycieczki – Muzeum Browaru. 18 wykutych w skale sal, gdzie leżakowało piwo, i historia opowiedziana w nowoczesny, ale poruszający wyobraźnię sposób. Jesteśmy a to w galicyjskim miasteczku pod niebem pełnym gwiazd, a to w XIX-wiecznej karczmie – scenografia zmienia się co rusz wraz z historią browaru, która zaczęła się w 1856 r. Potem czas ruszyć ciut dalej, do Sopotni Wielkiej. Nie tylko po to, by zobaczyć najwyższy w Beskidach wodospad, który ma 12 m wysokości, lecz także, by spojrzeć w niebo – we wsi bowiem funkcjonuje ośrodek astroturystyki. Tu, patrząc w górę i wokół, naprawdę możemy poczuć, że jesteśmy jakoś bliżej nieba.



Spacer po Żywcu warto zacząć od rynku i okolicznych ulic.

POMNIK ŚW. JANA PAWŁA II



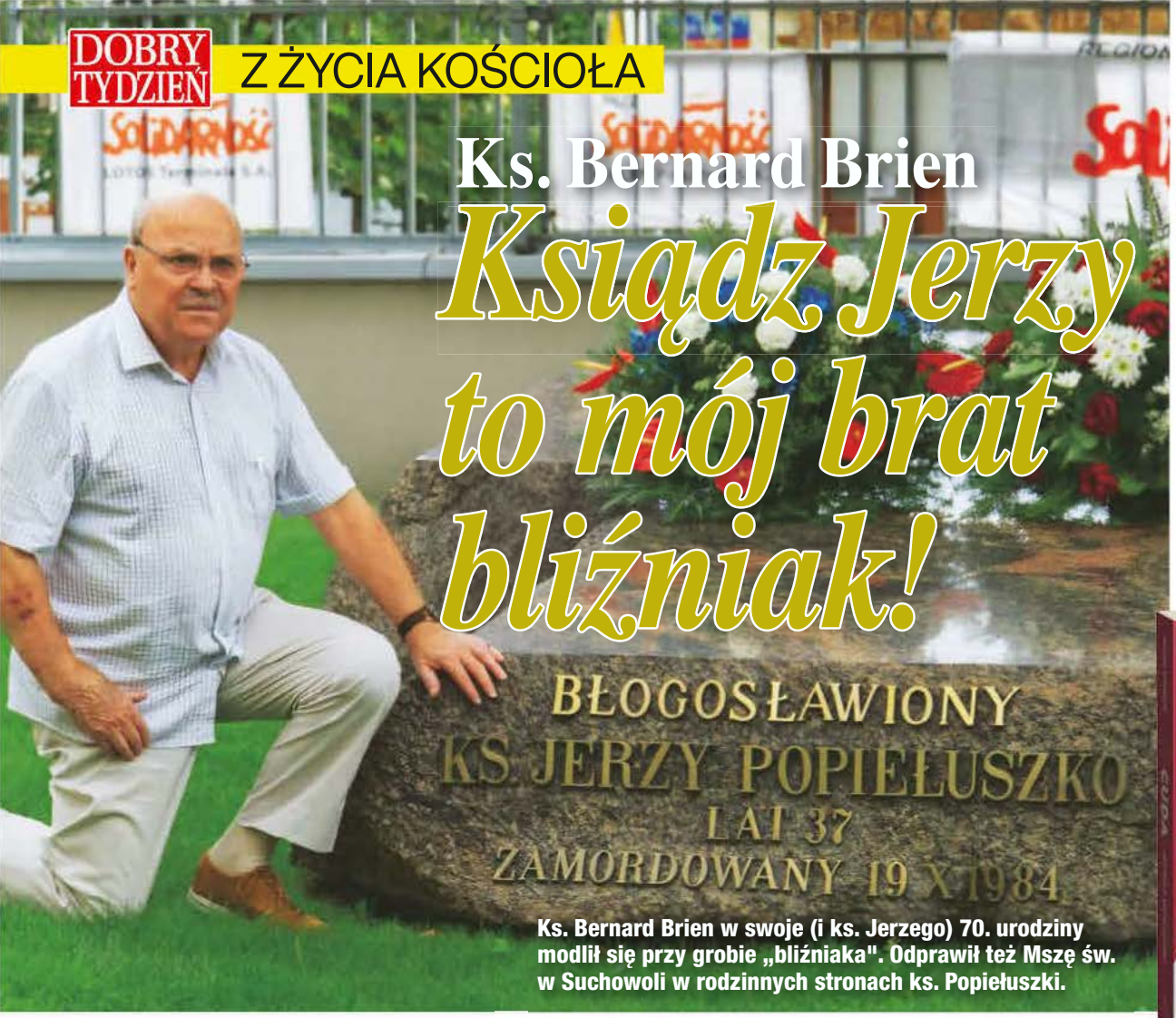
Pomnik papieża stanął w Żywcu w 2011 roku, w 16. rocznicę jego wizyty w mieście. Upamiętnia spotkanie z 1995 roku, podczas którego Jan Paweł II przemawiał do tysięcy zgromadzonych pod dzwonnicą wiernych. Wtedy także przyznano Ojcu Świętemu tytuł Honorowego Obywatela Miasta Żywca.

Fot.: Adobe Stock (6)

eprasa.pl 6305f43ad5

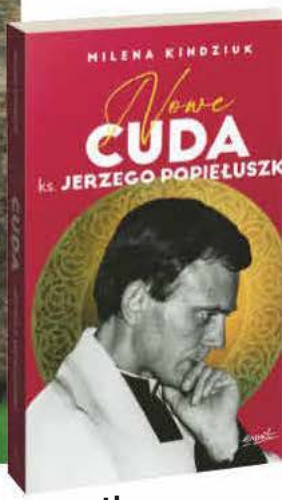
Ks. Bernard Brien

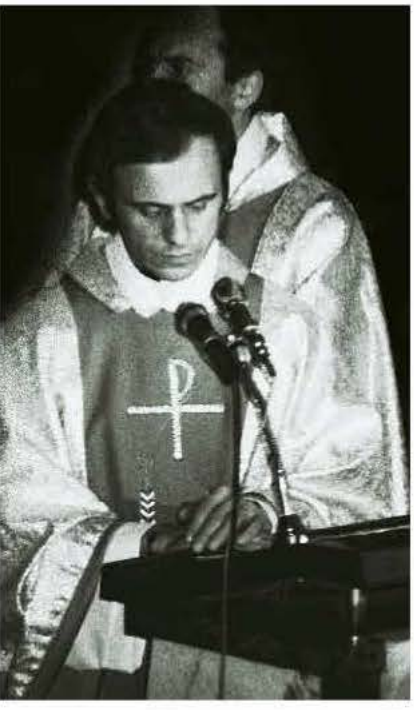
Ksiądz Jerzy to mój brat bliźniak!



Ks. Bernard Brien w swoje (i ks. Jerzego) 70. urodziny modlił się przy grobie „bliźniaka". Odprawił też Mszę św. w Suchowoli w rodzinnych stronach ks. Popiełuszki.







Kult bł. ks. Jerzego obecny jest nie tylko w Polsce, ale i za jej granicami.

Biznesmen z Francji, ojciec i dziadek, porzucił wszystko i został księdzem. Na początku swego powołania odkrył silną więź z nieznanym dotychczas męczennikiem z Polski.

Przez 40 lat nie przekroczyłem progu kościoła – opowiadał o sobie ks. Bernard Brien. – Bóg nie był mi do niczego potrzebny. Zdobywałem pieniądze, miałem piękny dom nad morzem w Bretanii, własną łódź, piękną żonę. Z poprzednią, z którą miałem ślub kościelny, rozwiodłem się. Miałem z nią dwóch synów i czwórkę wnuków. Pewnego dnia, a był rok 2004, wrócił z podróży służbowej z Włoch, otworzył drzwi i stanął jak wryty – dom był zupełnie pusty, żona zabrała wszystko. Był szok, łzy, przygnębienie... Kilka dni później wszedł po raz pierwszy w życiu do kaplicy niedaleko domu. Trwała akurat adoracja Najświętszego Sakramentu, a on niespodziewanie poczuł spokój, miłość i przebaczenie. Otrzymał łaskę wiary. Rok później poczuł powołanie do kapłaństwa. Wkrótce uzyskał unieważnienie sakramentu małżeństwa i mimo ogromnych trudności ukończył studia teologiczne. W wieku 65 lat został wyświęcony na księdza. Nikt z jego rodziny nie przyjechał na uroczystość.

> „Odkryłem wtedy wielkie Boże miłosierdzie”

To mój brat bliźniak!

Ksiądz Brien złożył ślub, że odwiedzi kraj Jana Pawła II, którego pokochał całym sercem. Pojechał do Polski, a znajomy zakonnik zawiózł go do Warszawy, do grobu ks. Jerzego Popiełuszki. Nie znał go, ale gdy stanął przy jego mogile i odkrył, że daty ich urodzin są identyczne, poczuł niezwykłą więź z zamordowanym kapłanem. Od tamtej pory zaczął go poznawać i opowiadać o nim we Francji.

Do dzieła, pomóż!

Po powrocie do kraju został kapelanem w szpitalu Créteil. Pierwsze wezwanie otrzymał na oddział paliatywny do osób umierających. Odwiedził pewną kobietę, ale siostra zakonna poprosiła go o sakrament chorych dla umierającego Franciszka Audelana, który od 11 lat chorował na białaczkę, a leka-

eprasa.pl 6305f43ad5



Ważnym gronem odbiorców przesłania ks. Bernarda byli młodzi ludzie, którym opowiadał o „bracie bliźniaku". Założył nawet fundację im. ks. Jerzego, poprzez którą ze swoją misją docierał do wielu odległych miejsc świata.

Z François Audelanem i jego żoną, którzy przybyli na grób bł. ks. Jerzego Popiełuszki, aby podziękować za łaskę życia.



Nie tylko ks. Bernard Brien i François Audelan, ale też wierni z wielu krajów świata wyprosili łaski za jego wstawiennictwem. Możemy o nich przeczytać w najnowszej książce Mileny Kindziuk „Nowe cuda ks. Jerzego Popiełuszki".

rze właśnie poradzili żonie, by była gotowa na jego odejście. Po namaszczeniu chorego ksiądz Bernard uświadomił sobie, że jest 14 września – urodziny jego i ks. Jerzego. Wyjął obrazek męczennika i powiedział: „Księże Jerzy, dziś są twoje urodziny. Jeśli możesz coś zrobić, to właśnie dziś. Do dzieła zatem, pomóż!". Po wyjściu księdza chory, nieprzytomny od kilku tygodni, otworzył oczy, a rano poszedł się wykąpać. Całkowicie wyzdrowiał! Zmarł dopiero pięć lat później.

Francja zna ks. Jerzego

Ksiądz Brien nie wiedział, co o tym myśleć i o całym zdarzeniu opowiedział biskupowi dopiero osiem miesięcy potem. Wciąż prowadził konferencje o księdzu Jerzym. Wkrótce w tym samym szpitalu wydarzył się drugi cud – po modlitwie za wstawiennictwem księdza Jerzego wyzdrowiał umierający mężczyzna. Jedna z czuwających przy nim wnuczek, która nie znała ks. Jerzego, zainteresował się nim i z kolei ona zaczęła opowiadać o księdzu z Polski Francuzom.

Marzenie o kanonizacji

Ksiądz Bernard Brien kilkakrotnie odwiedził Polskę, wyruszył też śladami ks. Jerzego – odwiedził jego rodzinne Okopy, Włocławek i Warszawę. Napisał książkę o ks. Jerzym pt. „Jerzy Popiełuszko. Prawda przeciw totalitaryzmowi", by przybliżyć jego postać Francuzom. Marzył, by uczestniczyć w jego kanonizacji. W 2024 roku zachorował na raka i zmarł 6 sierpnia 2025 roku. Na pewno po tamtej stronie jego brat bliźniak bł. ksiądz Jerzy Popiełuszko wyszedł mu na spotkanie...

Jolanta Winiarska

PYTANIA O WIARĘ



Na pytania odpowiada ks. Marek Dziewiecki, dr psychologii, wykładowca, rekolekcjonista, dyrektor telefonu zaufania, autor ponad 70 książek o małżeństwie i rodzinie. Pytania można przesyłać listownie na adres redakcji lub mailowo: wiara@dobrytydzien.com.pl

Czy kremacja to grzech?

Czy Kościół pozwala na kremację ciała zmarłych, czy też jest to grzech przeciwko Bogu, Kościołowi i bliskim? Stała czytelniczka Ewa

Droga Pani Ewo, Kościół katolicki nadal zaleca tradycyjną formę pogrzebu, czyli złożenie ciała do grobu. Ta forma jest czytelnym symbolem oczekiwania na zmartwychwstanie. Kilkadziesiąt lat temu Kościół z dystansem patrzył na kremację zwłok, gdyż niektórzy ludzie w tamtym okresie traktowali ją jako pochwałę ateizmu, albo jako manifestację niewiary w zmartwychwstanie człowieka i w jego życie wieczne. Zakaz kremacji Kościół zniósł w 1963 roku. Odtąd dopuszcza się kremację zwłok, o ile ta forma pogrzebu nie została wybrana po to, żeby negować wiarę katolicką czy żeby okazać pogardę dla ludzkiego ciała. Prochy powinny być złożone w miejscu poświęconym, czyli w grobie ziemnym, kolumbarium lub murze cmentarnym. Kościół zabrania rozsypywania prochów, trzymania urny w domu, a także przerabiania jej zawartości na pamiątki, np. na biżuterię.



FILMY I KSIĄŻKI DLA KATOLIKA



„Camino dla opornych" to pełna ciepła i wzruszeń francuska komedia inspirowana prawdziwą historią, która z lekkością mówi o rzeczach ważnych. Wspólna wędrówka Fréd i 17-letniego Adama do Santiago de Compostela staje się opowieścią o drugich szansach, dojrzewaniu, przebaczeniu i przełamywaniu uprzedzeń. Rafael Film



„Maryja. Ilustrowana biografia Najświętszej Maryi Panny. Tom 2" ks. prof. Andrzeja Zwolińskiego to opowieść prowadząca od Wniebowzięcia Maryi aż po czasy współczesne. Autor przybliża modlitwy i nabożeństwa maryjne, objawienia, cuda oraz wizerunki słynące łaskami, łącząc duchową perspektywę z teologicznym i historycznym kontekstem. Wydawnictwo Fronda

Fot.: archiwum ks. Bernarda Briena (2), archiwum Małgorzaty Lemaitre, Maciej Laprus/FOTONOVA, Adobe Stock, materiały prasowe (3)

eprasa.pl 6305f43ad5

Claudia Koll

W jego oczach nie było potępienia

Nawróciła się, gdy przeszła przez Drzwi Święte. Włoska aktorka, która grała w filmach erotycznych, podczas spotkań z Janem Pawłem II nie czuła oceny, a ojcowską miłość.



24 grudnia 1999 roku Jan Paweł II otworzył Drzwi Święte w Bazylice Św. Piotra, inaugurując Wielki Jubileusz 2000 roku.

Papież dał mi odwagę, by uwierzyć, że moja przeszłość została zmazana i mogę zacząć od nowa – mówiła Claudia Koll o św. Janie Pawle II. To dzięki papieżowi aktorka, która występowała w filmach erotycznych, zrozumiała, jak bardzo błądziła przez wiele lat. Poczuła, że dawne grzechy nie przekreślają jej w oczach Boga, i zapragnęła zmienić swoje życie. – Gdy zaczęłam czytać słowa i homilie Jana Pawła II, zrozumiałam, że Bóg nie jest sędzią, który czeka na moje potknięcie, ale Ojcem, który chce mnie podnieść – wyznała z wdzięcznością.

W jednej chwili znalazłam się u jego stóp

Claudia Koll, urodzona w 1965 roku w Rzymie, dorastała w katolickiej rodzinie. Gdy była nastolatką, film o Matce Bożej z Fatimy tak ją wzruszył, że w drodze do domu modliła się o śmierć, ponieważ pragnęła znaleźć się blisko Maryi. – Chcę żyć z Tobą i przyjść do Ciebie; przybliż mnie do Ciebie tak, jak przybliżyłaś Hiacyntę – prosiła. Potem oddaliła się od Boga. – Jak wielu nastolatków zagubiłam się; przestałam chodzić do kościoła i zaczęłam gonić za innymi pragnieniami – wyznała.

Przez cztery lata studiowała medycynę, ale ostatecznie pochłonęła ją kariera aktorska. Niestety, swój talent i urodę, którymi hojnie obdarzył ją Bóg, marnowała, grając w filmach erotycznych. Żyła z dala od wiary, na własnych zasadach, ale nie potrafiła odnaleźć szczęścia. – Towarzyszyło mi głębokie poczucie pustki... Zaczęłam zadawać sobie pytania o sens życia, o to, kim jestem i dokąd zmierzam – opowiada. Potrzebowała czasu, by zrozumieć, że to, co uważała za wolność, w rzeczywistości było niewolą.



Podczas Jubileuszu Artystów w Roku Jubileuszowym 2025 znów przeszła przez Drzwi Święte.

Miała 35 lat, gdy Kościół obchodził Wielki Jubileusz Roku 2000. W grudniu 1999 roku Jan Paweł II otworzył Drzwi Święte w Bazylice św. Piotra i jako pierwszy przez nie przeszedł. Claudia znalazła się wśród tysięcy osób, które w kolejnych miesiącach uczyniły to samo. Zdecydowała się na to tylko dlatego, że koleżanka poprosiła ją o towarzystwo. – Kiedy przechodziłam

eprasa.pl 6305f43ad5



Tak jak Jan Paweł II jest oddaną czcicielką Jezusa Miłosiernego.



Teraz wiara jest w centrum życia Claudii Koll, która chętnie daje świadectwo swej drogi do Boga.

przez Drzwi Święte, nie znałam znaczenia tego gestu. Nie miałam pojęcia, co wydarzy się dalej w moim życiu. Pamiętam, jak czekając na przejście przez Drzwi Święte, chłonęłam wiarę pielgrzymującego ludu Bożego podczas modlitwy i czułam, że ta wiara mnie niesie – wspominała.

A gdy przyszła jej kolej, zdarzyło się coś zaskakującego. – Natychmiast poczułam, że życie, które prowadziłam do tamtego momentu, legło w gruzach i bezpowrotnie zniknęło – mówiła. Był to początek długiego procesu duchowej przemiany Claudii Koll, która na nowo odkrywała wiarę i bliskość Boga.

Aktorka miała okazję kilkakrotnie spotkać się osobiście z Janem Pawłem II. – Poznałam go na początku mojego nawrócenia. Był 1 października 2000 roku. Moje życie zmieniło się na zawsze. Jego spojrzenie przeniknęło mnie na wskroś. W chwili, gdy na mnie spojrzał, padłam na kolana. Znalazłam się u jego stóp – opisywała.

Patrzył na duszę, a nie na to, co pisano w gazetach

Do dziś pamięta spojrzenie papieża pełne ojcowskiej miłości. – Każdy, kto patrzył w oczy Jana Pawła II, czuł się kimś naprawdę ważnym. W jego wzroku nie było ani grama oceny czy potępienia dla moich dawnych ról czy skandali. Była tam tylko bezbrzeżna miłość, która rozpuszczała każdy ludzki lęk. On patrzył na duszę, a nie na to, co pisano o mnie w gazetach – mówiła wzruszona artystka. Podkreśla, że od papieża bił niesamowity pokój, który przenikał do głębi.

Wielkie wrażenie wywarł na niej „List do artystów", w którym Jan Paweł II pisał o związku sztuki z pięknem i duchowym wymiarem ludzkiej twórczości. Claudia zrozumiała, jak bardzo wcześniej sprzeniewierzała się darowi, który otrzymała od Boga. Dziś uczy młodzież w założonej przez siebie Star Rose Academy. – Powtarzam im to, czego nauczyłam się od papieża Wojtyły: wasz talent jest misją, a wasze ciało to świątynia, o którą trzeba dbać z godnością.



Claudia Koll przed swoim nawróceniem chętnie odsłaniała ciało w filmach.

Poruszyła niebo i ziemię, by ocalić chłopca z Afryki

Od 2005 roku aktorka prowadzi stowarzyszenie „Le Opere del Padre" (Dzieła Ojca), które niesie pomoc mieszkańcom Afryki. Walczy z biedą, wspiera edukację i budowę studni. – Spotkanie z ubogimi przemieniło moje serce – mówi Claudia.

Podczas pobytu w Burundi poznała nastoletniego chłopca, Jean-Marie, który potrzebował przeszczepu nerki. Poruszyła niebo i ziemię, by sprowadzić go do Włoch, gdzie uratowano mu życie. Zamieszkał z nią, dorastał w jej domu i przyjął chrzest.

– To najpiękniejszy prezent od Boga – mówi aktorka. Dziś Jean-Marie założył już własną rodzinę, a Claudię uczynił babcią. Przyjęła pod opiekę kolejnego chłopca, a później dziewczynkę. Spełnia się w roli mamy zastępczej.

Bieda, z jaką zetknęła się w Afryce, wstrząsnęła nią do głębi. Widziała głodne dzieci bawiące się w brudzie, a w ich oczach dostrzegała rozpacz i brak nadziei. Doświadczyła tam też grozy wojny. Wieczorami z okien misji obserwowała czerwone smugi pocisków przecinających niebo i słyszała odgłosy strzałów. To nauczyło ją całkowitego zawierzenia Bogu nawet w chwilach strachu.

Po nawróceniu zmieniła też podejście do zawodu. Zaczęła odrzucać role wymagające nagości, wybierała produkcje opowiadające o wierze, świętych i wartościach chrześcijańskich. – Choć moje życie stało się trudniejsze niż dawniej, przeżywam je z większą świadomością i jest ono o wiele piękniejsze dzięki cudowi wiary – cudowi, który otwiera serce na Boga – podkreśla Claudia.

Fot.: East News (2), Getty Images, PAP (2)

eprasa.pl 6305f43ad5

Orzechy i słodkie zachwyty

Przyjemnie chrupiące i pełne smaku oraz jesiennego aromatu – te wypieki oczarowują od pierwszego kawałka. I na jednym trudno będzie skończyć!



Szwedzki kołacz

SKŁADNIKI:

• 3 jajka • 120 g + 4 łyżki cukru • 50 g gorzkiej czekolady • 120 g zmielonych orzechów laskowych • 1 łyżka mąki pszennej • 1 łyżeczka proszku do pieczenia • 100 g płatków migdałowych • 2 łyżki masła • 400 g śmietany 30% • 2 łyżki kawy rozpuszczalnej w proszku

PRZYGOTOWANIE:

1. Jajka utrzyj z 120 g cukru na puszystą, jasnokremową masę. Czekoladę drobno posiekaj (ew. zetrzyj na tarce o dużych otworkach), wymieszaj z mąką i orzechami. Porcjami wsyp do masy jajecznej. Wymieszaj. Ciasto nałóż do tortownicy z pergaminem. Piecz przez 30 minut w temp. 180°C. Wystudź. Stop na patelni 4 łyżki cukru. Karmel wymieszaj z masłem. Płatki migdałowe upraż.
2. Śmietanę ubij na sztywno. Kawę rozpuść w 2-3 łyżkach wrzącej wody, przestudź. Połącz z bitą śmietaną. Orzechowy spód wyłóż na paterę. Posmaruj równomiernie kawową bitą śmietaną. Posyp płatkami migdałowymi. Potem polej masłem i karmelem.

CZAS PRZYGOTOWANIA: 55 minut
PORCJE: 10 **STOPIEŃ TRUDNOŚCI:** łatwy

Szybki obiad

Mrożone Warzywa na patelnię z koperkiem i pietruszką, FRoSTA - idealne dla tych, którzy cenią sobie prostotę i wyśmienity smak w jednym daniu.



• Ok. 6,99 zł/400 g

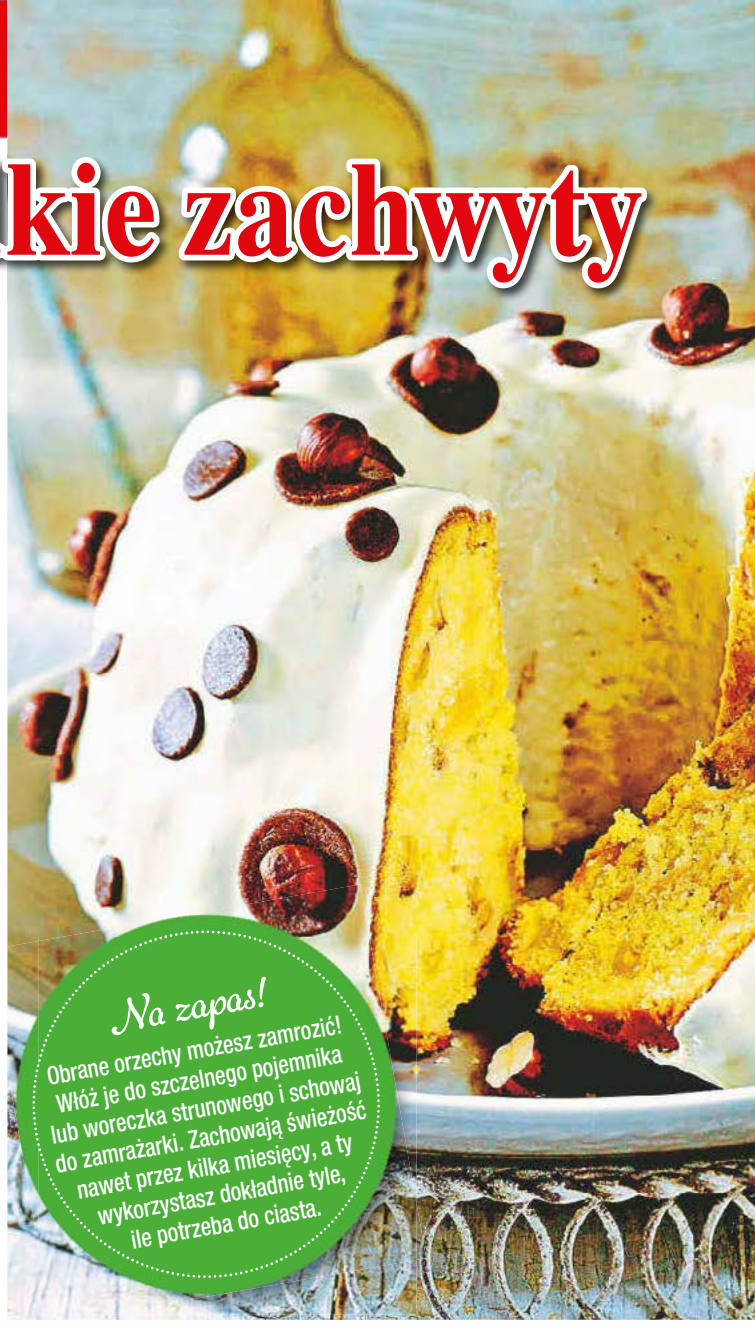


Słodka przekąska

Jeżyki Korzenne, Colian, z limitowanej serii, czyli połączenie kruchego herbatnika, karmelu i bakalii z jesiennymi przyprawami.

• Ok. 6,99 zł/140 g

Fot.: House of Food (5), materiały prasowe (2)



Na zapas!

Obrane orzechy możesz zamrozić! Włóż je do szczelnego pojemnika lub woreczka strunowego i schowaj do zamrażarki. Zachowają świeżość nawet przez kilka miesięcy, a ty wykorzystasz dokładnie tyle, ile potrzeba do ciasta.

Krajanka z bitą śmietaną

SKŁADNIKI:

• po 125 g miękkiego masła i cukru • 2 cukry waniliowe • po 320 g mielonych orzechów laskowych i gorzkiej czekolady • 8 jajek • 2 łyżeczki proszku do pieczenia • 1 kg śmietany 30% • 50 g płatków z orzechowych laskowych • 1 słoik konfitury żurawinowej

PRZYGOTOWANIE:

1. Posiekaj drobno 150 g czekolady. Oddziel żółtka od białek. Białka ubij na sztywno. Masło utrzyj z 125 g cukru. Kiedy masa maślana będzie puszysta i jasnokremowa, kolejno dodaj żółtka. Wsyp orzechy oraz mąkę i proszek do pieczenia. Dodaj posiekaną czekoladę. Delikatnie domieszaj pianę ubitą z białek. Ciasto rozsmaruj na blasze z pergaminem. Piecz przez 25 minut w temp. 180°C. Spód wystudź i posmaruj konfiturą żurawinową.
2. Płatki orzechowe zrumień, pozostałą czekoladę posiekaj. Śmietanę ubij z resztą cukru waniliowego, rozsmaruj na spodzie. Posyp czekoladą i płatkami orzechowymi. Udekoruj.

CZAS PRZYGOTOWANIA: 75 minut **PORCJE:** 18 **STOPIEŃ TRUDNOŚCI:** średni

eprasa.pl 6305f43ad5



Babka z marcepanem

SKŁADNIKI:

• 200 g orzechów laskowych • 150 g masy marcepanowej • 1 cukier waniliowy • 250 g masła • 150 g cukru • 5 jajek • 350 g mąki • 1 mały proszek do pieczenia • 150 ml mleka • 1 gotowa polewa z białej czekolady • tłuszcz i mąka do formy

PRZYGOTOWANIE:

1. Orzechy wrzuć na rozgrzaną suchą patelnię, mieszając, upraż. Przestudź, usuń brązową skórkę i posiekaj. Marcepan pokrój na kawałki. Masło utrzyj z cukrem i cukrem waniliowym na puszystą masę. Wbij do niej jajka. Porcjami wsyp mąkę przesianą z proszkiem do pieczenia. Dolej mleko. Dołóż orzechy oraz marcepan. Całość szybko wymieszaj mikserem.
2. Formę z kominkiem posmaruj tłuszczem, oprósz mąką. Napełnij ciastem. Piecz przez 50 minut w temp. 180°C. Polewę przygotuj według przepisu na opakowaniu. Oblej nią ciasto. Dowolnie udekoruj.

CZAS PRZYGOTOWANIA: **90 minut** **PORCJE:** **16**
STOPIEŃ TRUDNOŚCI: **łatwy**





Krążki z kruszonką

SKŁADNIKI:

• 325 g masła • 2 jajka • 100 g białego cukru • 525 g mąki • 175 g brązowego cukru • 2 łyżeczki proszku do pieczenia • 50 g gorzkiej czekolady • 75 g orzechów pekan • 5 g kakao • 1 łyżeczka mielonego cynamonu

PRZYGOTOWANIE:

1. Utrzyj 250 g masła z białym cukrem na puszystą, jasnokremową masę. Kolejno wbij do niej jajka, cały czas miksując. Potem do ucieranej masy dosyp 400 g mąki, 125 g brązowego cukru oraz proszek do pieczenia. Czekoladę i orzechy pekan drobno posiekaj, dodaj do ciasta. Szybko zagnieć rękami. Ciasto włóż do lodówki na co najmniej 30 minut.
2. Zagnieć na kruszonkę 50 g cukru, 125 g mąki, 75 g masła, przesiane kakao i mielony cynamon. Podziel ciasto orzechowe na 18 porcji. Z każdej uformuj placuszek (śr. 7 cm). Krążki ułóż na blachach wyłożonych pergaminem. Posyp czekoladową kruszonką. Piecz 13 minut w temp. 180°C.

CZAS PRZYGOTOWANIA: **55 minut** **SZTUK:** **18**
STOPIEŃ TRUDNOŚCI: **średni**

Tort z jabłkami w kajmaku

SKŁADNIKI:

• po 250 g miękkiego masła i cukru • 4 jajka • 2 łyżki mleka • 220 g mąki • 80 g mielonych orzechów laskowych • 4 łyżeczki proszku do pieczenia • 50 g posiekanych orzechów włoskich • 3 jabłka • 200 g śmietany 30% • 600 g mielonego twarogu • 200 g sosu kajmakowego

PRZYGOTOWANIE:

1. Masło utrzyj z 150 g cukru i jajkami na puszystą, jasnokremową masę. Dodaj mąkę przesianą z proszkiem do pieczenia, orzechy posiekane i mielone. Całość wymieszaj mikserem. Obierz 1 jabłko, grubo zetrzyj, dołóż do ciasta. Przełóż je do formy z pergaminem. Piecz przez ok. 45 minut w temp. 175°C.
2. Pozostałe jabłka oczyść, miąższ wraz ze skórką pokrój w kostkę. Śmietanę ubij na sztywno. Twaróg utrzyj z resztą cukru. Dodaj bitą śmietanę. Dołóż 1/3 jabłek i 100 g sosu. Ciasto rozetnij na 3 blaty. Przełóż kremem serowym. Resztę sosu podgrzej, wrzuć pozostałe 2/3 jabłek. Zagotuj. Rozłóż równomiernie na wierzchu tortu.

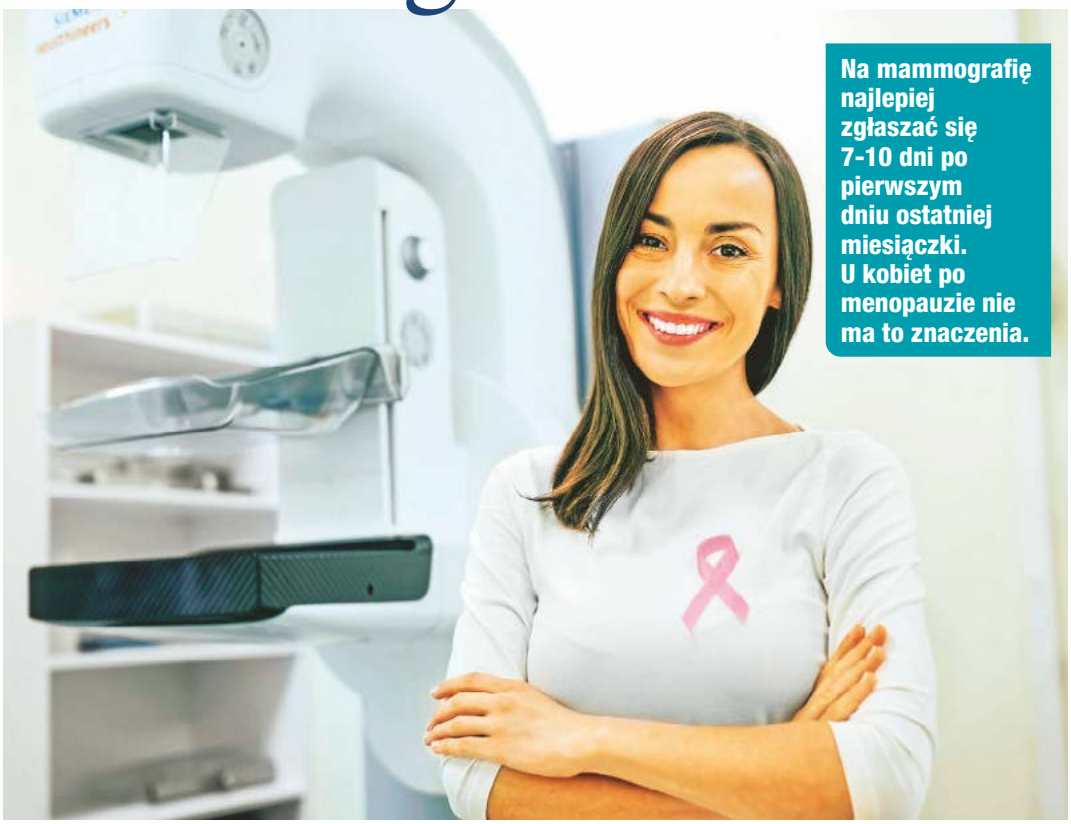
CZAS PRZYGOTOWANIA: **90 minut** **PORCJE:** **14**
STOPIEŃ TRUDNOŚCI: **średni**



eprasa.pl 6305f43ad5

Mammografia bez tabu

Odkładasz badanie na później, bo słyszałaś, że jest nieprzyjemne? Sprawdź, co dzieje się z piersią przez te kilka minut w mammografie.



Na mammografię najlepiej zgłaszać się 7-10 dni po pierwszym dniu ostatniej miesiączki. U kobiet po menopauzie nie ma to znaczenia.

Według najnowszych danych, profilaktyczną mammografię wykonuje niespełna 34 proc. Polek. Tymczasem w Danii czy Szwecji piersi bada ponad 81 proc. kobiet. Pora rozwiać wszystkie wątpliwości o tym badaniu.

Co nam daje?

Mamamografia bada gruczoł piersiowy za pomocą promieni rentgenowskich. Jej dużą zaletą jest możliwość wykrycia bardzo małych guzków, wielkości 2-5 milimetrów, które zwykle są niewyczuwalne w samobadaniu piersi. A wczesne ich zdiagnozowanie daje szanse na całkowite wyleczenie. W ramach NFZ z bezpłatnej mammografii, bez skierowania, mogą skorzystać panie w wieku 45-74 lata, co 2 lata.

Jak wygląda?

Przed samym badaniem wypełniasz krótką ankietę dotyczącą zdrowia. Do mammografii należy rozebrać się od pasa w górę. Następnie przechodzisz do pomieszczenia z aparatem mammograficznym. Technik ustawia cię przy aparacie i wykonuje zdjęcia rentgenowskie piersi lewej i prawej. Dawka promieniowania jest niska i bezpieczna. Samo badanie obu piersi trwa ok. 5 minut. W dniu badania nie powinnaś używać dezodorantów, antyperspirantów, talku pod pachy. Mogą zawierać cząsteczki widoczne na zdjęciu rentgenowskim jako białe plamki i zostać źle zinterpretowane.

Czy mammografia boli?

W trakcie badania każda pierś układana jest na płycie podporowej. Następnie opuszczana jest na nią druga płyta, tzw. łopatka uciskowa – dociska pierś i ją spłaszcza. Takie ściśnięcie jest konieczne dla uzyskania wysokiej jakości zdjęć, a tym samym wiarygodności badania. Piersi mają wrażliwą tkankę gruczołową, tłuszcz i zakończenia nerwowe, dlatego ich ściśnięcie w aparacie może powodować dyskomfort. Nie jest to jednak ostry ból, ale mocny ucisk, choć doznania mogą być interpretowane indywidualnie. Są one jednak chwilowe i do zniesienia. Warto informować o swoich wrażeniach technika wykonującego mammografię, bo może on poprawić komfort badania, np. zmienić położenie piersi czy kąt ucisku.

Co oznacza „niepewny" wynik

Jeśli wynik budzi wątpliwości onkologiczne lub jest niejednoznaczny, konieczna jest dalsza diagnostyka (informacja jest na wyniku). Ale nie oznacza to automatycznie rozpoznania raka. Po prostu potrzebna jest dokładniejsza ocena wykrytej zmiany, aby zyskać pewność, jaki ma charakter. Kolejnym badaniem może być USG piersi, mammografia 3D, rezonans magnetyczny czy biopsja. U ok. 80 proc. pań dalsze badania wykluczają nowotwór, często okazuje się, że zmiana jest łagodna, to np. torbiel czy włókniak.



Wyniki szczegółowo omawia się z lekarzem.

Mammobus czy przychodnia?

- Możemy zbadać się w przychodni czy szpitalu lub w mammobusie – mobilnej pracowni.
- Dojeżdżają one do mniejszych miejscowości, gdy w okolicy nie ma stacjonarnej mammografii, ułatwiając kobietom dotarcie na badanie. Mobilnie jest ono wykonywane równie profesjonalnie, jak w szpitalu czy poradni. Przestrzeń w mammobusie zapewnia intymność, np. wydzielona jest przebieralnia. Określona jest też konkretna godzina badania, więc nie ma obawy, że czeka nas kolejka.
- Na stronie internetowej NFZ lub swoim IKP można sprawdzić, kiedy i w jakiej miejscowości pojawi się mammobus oraz zapisać się na badanie.

eprasa.pl 6305f43ad5

MOC ROŚLIN

Przeciwzapalna jarzębina

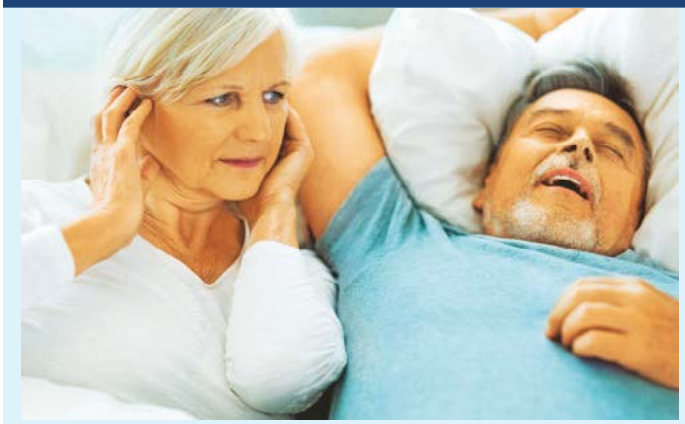
Jej owoce pomagają przy guzkach krwawniczych i problemach z pęcherzem.

● Wywar z jarzębiny wspomaga leczenie zapalenia pęcherza. Rozkrusz łyżkę suszonych owoców. Zalej szklanką zimnej wody, doprowadź do wrzenia. Przykryj i gotuj na małym ogniu 5 minut. Odstaw na 20 minut. Płyn ostudź i przecedź. Pij 2 razy dziennie po pół szklanki przez 5-7 dni.

● Jarzębina przynosi też ulgę przy hemoroidach – obkurcza naczynia krwionośne, redukuje obrzęk. Garść suszonych owoców zalej litrem wrzątku i parz 15 minut pod przykryciem. Po przecedzeniu wlej napar do miski z letnią wodą i rób 10-minutowe nasiadówki raz dziennie.



LEKARZ ODPOWIADA



Mam problemy ze snem, bo mąż w nocy bardzo chrapie. Jak mam go przekonać, by wreszcie poszedł do lekarza?

Danuta z Kielc

Warto uświadomić mu, że odwlekając wizytę u specjalisty nie tylko nie daje Pani spać, ale naraża siebie na poważne powikłania związane z tą dolegliwością. Od tych mniej groźnych, ale dokuczliwych, jak poranne bóle głowy, spadek koncentracji, zasypianie w ciągu dnia, po dużo poważniejsze, np. zaburzenia w układzie sercowo-naczyniowym, prowadzące do zawału. Właśnie dlatego chrapanie należy leczyć. Terapia zależy od przyczyny, a tę ustala się w trakcie diagnostyki.

CZY TO PRAWDA?

O glutenie

TAK

SAMO ODSTAWIENIE GO NIE SPRAWI, ŻE SCHUDNIESZ

Bezglutenowe ciastka, pieczywo czy makarony mogą mieć tyle samo kalorii co ich tradycyjne odpowiedniki, a czasem nawet więcej. Niektóre zamienniki zawierają też mniej błonnika, co może utrudniać utrzymanie sytości po posiłku. Jeśli ktoś chudnie po przejściu na dietę bezglutenową, często wynika to z ograniczenia przekąsek, słodyczy lub wielkości porcji, a nie z usunięcia samego glutenu. O chudnięciu decyduje bilans energetyczny, a nie eliminacja konkretnych grup produktów.

NIE

ZDROWIEJ JEST GO UNIKAĆ

Większość ludzi trawi gluten normalnie i nie ma potrzeby go eliminować. Jest on problemem głównie dla osób z celiakią, alergią na pszenicę albo częścią osób z nieceliakalną nadwrażliwością na gluten. Jeśli ktoś czuje się lepiej bez pieczywa, powodem może być nie gluten, tylko np. FODMAP (słabo wchłanialne cząstki fruktozy), ograniczenie przetworzonej żywności lub kalorii. Gdy masz problemy po glutenie, trzeba je zdiagnozować (zwłaszcza w kierunku celiakii), zamiast profilaktycznie go odstawiać.

DOMOWA FIZJOTERAPIA

Poprawiamy koordynację

Zawroty głowy, a co za tym idzie, potykanie się, a nawet upadki, to problem wielu starszych osób. By usprawnić ciało, ćwicz koordynację i równowagę.



● Uklęknij. Ręce wzdłuż ciała. Podnieś się do klęku na prawym kolanie, nie ruszając rękami. W kolejnym kroku wstań, mając opuszczone ramiona. Znów klęknij na prawe kolano, potem na oba. Powtórz, podnosząc się do klęku na lewym kolanie. Powtórz po 3 razy dla każdej nogi.

● Usiądź na krześle. Ręce wyciągnij przed siebie. Wstań bez odpychania się od krzesła. W ten sam sposób wróć do siedzenia. Powtórz 7 razy.



Fot.: Adobe Stock (4), rys. Anna Domaszewska (2)

eprasa.pl 6305f43ad5

Jak wzmocnić wątrobę dietą i dobrymi nawykami

TOP 6

Ma niesamowitą zdolność regeneracji, jednak gdy jest często przeciążana, np. przez przewlekły stres, niezdrową dietę czy leki, zaczyna chorować.

Wątroba jest najważniejszym filtrem naszego ciała. W niej neutralizowane są toksyny, alkohol, leki, szkodliwe substancje z jedzenia, co sprawia, że nie kumulują się we krwi i nie zatruwają organizmu. Dzięki niej możliwe jest odpowiednie trawienie i wchłanianie tłuszczów. Jeśli czujesz się ciągle zmęczona i senna, może być to sygnał, że twoja wątroba potrzebuje wsparcia.

1 Unikaj ultraprzetworzonej żywności. Jedzenie pełne tłuszczów nasyconych, trans, różnych cukrów, soli, konserwantów, wzmacniaczy smaku mocno obciąża wątrobę. Dlatego lepiej wystrzegać się produktów typu instant, konserwowych, paczkowanych wyrobów cukierniczych itp.

2 Wystrzegaj się płynnej fruktozy. Badania mówią, że nadmiar fruktozy może doprowadzić do niealkoholowego stłuszczenia wątroby. Chodzi jednak o tę w postaci syropu glukozowo-fruktozowego zawartego w wielu słodkich produktach i napojach (warto czytać etykiety). Fruktoza pochodząca z owoców nie jest tak szkodliwa.



Zażywaj ostropest. Całe ziarna zmiel lub roztłucz w moździerzu. Możesz je dodawać do potraw.

Fot.: Adobe Stock (2), materiały prasowe (3)

3 Gotuj, piecz. Najlepiej jedz dania gotowane na parze lub w wodzie, pieczone w piekarniku. Zrezygnuj ze smażonych. Unikaj zasmażek, dodawania śmietany do zup, sosów.

4 Warzywa do każdego posiłku. Sięgaj zwłaszcza po te, które zawierają najwięcej antyoksydantów – jarmuż, szpinak, karczochy, brokuł, buraki, paprykę. Pomagają neutralizować wolne rodniki i wspierają regenerację komórek wątrobowych.

5 Spalaj kalorie. Do codziennej rutyny włącz aktywność, która angażuje duże grupy mięśni, np. jazda na rowerze, energiczny marsz, pływanie. Ruszaj się jak najwięcej w ciągu dnia. Dzięki temu będziesz na bieżąco spalać kalorie, co pomoże w utrzymaniu właściwej masy ciała ważnej dla dobrej pracy wątroby.

6 Ostrożnie stosuj leki, zwłaszcza bez recepty. Zawsze przestrzegaj zaleceń lekarza czy wytycznych w ulotce leku, np. nie zwiększaj jego dawki czy częstotliwości przyjmowania. Różne z pozoru leki mogą mieć tą samą substancję czynną i wtedy jej dawka się dubluje. Nawet zwykły paracetamol można łatwo przedawkować.

eprasa.pl 6305f43ad5

CZYTELNICZKI RADZĄ

Długi spacer lekiem na smutki

Ruch to dla mnie antidotum na wszelkie zmartwienia. Redukuje poziom stresu i poprawia samopoczucie psychofizyczne. Istotne, by znaleźć aktywność, która sprawia przyjemność, a nie jest przymusem. Ja próbowałam z siłownią, ale zrezygnowałam z niej na rzecz ruchu na świeżym powietrzu. Dla mnie najlepsze okazały się spacer, marsz lub nordic walking – o każdej porze roku.

Krystyna z Kępna

Masz sprawdzony sposób na złagodzenie jakiejś dolegliwości? Podziel się nim z innymi. Przyślij poradę na adres redakcji, z dopiskiem „Czytelniczki radzą" lub e-mailem: zdrowie@dobrytydzien.com.pl

BEZ RECEPTY



Cukierki pokrzywowe
Cukierki firmy Reutter dzięki ekstraktom roślinnym świetnie wspomagają pracę serca i przemianę materii.
• cena ok. 14 zł

Karczoch ostropest
Preparat AlterMedica zawiera karczoch i ostropest. Pobudzają one wydzielanie żółci i usprawniają trawienie tłuszczów. Wspomagają regenerację wątroby.
• cena ok. 37 zł





Biała Perła dla palaczy
Wybielająca pasta do zębów została stworzona z myślą o osobach palących i tych, które rzuciły palenie, ale mają na zębach plamy od tytoniu.
• cena ok. 22 zł

DLA URODY

Triki na świeże spojrzenie

Gdy oczy wyglądają na zmęczone, cała twarz może nabrać smutnego wyrazu i sprawiać wrażenie starszej. Prostym sposobem na odświeżenie spojrzenia jest użycie białej kredki. Delikatnie pomaluj nią linię wodną oka – to da efekt subtelnego, naturalnego rozświetlenia i podkreślenia tęczówki. Możesz też rozetrzeć odrobinę białego cienia pod dolną linią rzęs, aby optycznie zmniejszyć zaczerwienienie powieki.



REKLAMA



eprasa.pl 6305f43ad5

Mira Michałowska

Wywołała wojnę domową

To ona wymyśliła „Tele-Echo” i namówiła Irenę Dziedzic, by porzuciła radio dla telewizji. Ale przede wszystkim stworzyła kultowy serial.



Mira Michałowska przyjaźniła się z zachodnią bohemą i kulturalnymi elitami.



„Wojna domowa” zachwyciła widzów i zirytowała władze.

W niedzielne popołudnie 24 października 1965 r. telewizja wyemitowała pierwszy odcinek serialu „Wojna domowa”. W komediowy sposób opowiadał o rodzinach Jankowskich i Kamińskich, w szczególności o problemach ich nastoletnich pociech Pawła i Anuli.

Historię o problemach nastolatków wymyśliła Mira Michałowska (†92), dziennikarka i tłumaczka z angielskiego, która wcześniej publikowała ją w odcinkach w „Przekroju”. Seria spodobała się czytelnikom, więc wydano ją w formie książki. – (...) Stanisław Wohl, znany operator, reżyser i dyrektor zespołu filmowego Syrena, zażądał stanowczo, żebym z tych historyjek stworzyła serial telewizyjny – wspominała Michałowska po latach.

„Mira to był brylant. W szarej i smutnej Warszawie świeciła blaskiem”

Ciągoty do pisania

Przyszła na świat w Łodzi, w spolonizowanej rodzinie Żydów, Dory i Jana Zandlów, w 1914 r. Rodzice zadbali o jej wykształcenie i naukę języków. Od dzieciństwa ciągnęło ją do pisania. Zadebiutowała jako 14-latka w „Małym Przeglądzie” redagowanym przez Janusza Korczaka. Po maturze poszła na studia do Wyższej Szkoły Dziennikarskiej

Wojna zastała ją w Paryżu, gdzie wyjechała z poślubionym w październiku 1936 r. Ignacym Złotowskim, fizyku, który dostał francuskie stypendium. W 1940 r. uciekli do Maroka, potem do USA. Tam doczekali końca wojny. Niestety, małżeństwo się rozpadło. Mira pracowała w polskiej sekcji Biura Informacji Wojennej w Nowym Jorku, gdzie przygotowywała ulotki do zrzutów nad okupowaną Polską, mąż w oddalonym o 2 tys. kilometrów Minneapolis. Została sama, cała jej rodzina w Polsce zginęła.

Chwila szczęścia

Jerzego Michałowskiego poznała na jednym z rządowych rautów podczas pierwszej powojennej wizyty w Polsce. – Przepraszam, że nie zapraszam do tańca, ale mam za ciasne buty – zagadnął. Okazało się, że wkrótce wyjeżdża do Nowego Jorku do ONZ. Ona też tam wracała. Zostali parą, a kiedy w 1947 r. Jerzego Michałowskiego mianowano ambasadorem w Londynie, wzięli ślub. W Londynie spędzili siedem lat. Uczestniczyli w uroczystości koronacji Elżbiety II. Tam też przyszli na świat ich dwaj synowie: Piotr i Stefan. To właśnie doświadczenia związane z ich wychowaniem stały się kanwą opowieści, które Michałowska publikowała w „Przekroju” .

O ile postać Pawła Jankowskiego stworzyła z cech dwóch swoich synów, Anula była wzorowana na dziewczynie, która mieszkała w tej samej kamienicy i którą autorka często mijała na schodach. Ale że serial pełen był aluzji i złośliwostek ukazujących PRL-owskie absurdy, kolejnych odcinków już nie nakręcono.

Śmierć męża w 1993 r. była dla niej ciosem – na długi czas pogrążyła się w depresji. Zmarła w sierpniu 2007 r. w Warszawie. Zgodnie z jej wolą na miejsce ostatniego spoczynku odprowadziła ją tylko najbliższa rodzina.

Fot.: Agencja Wyborcza.pl, East News

eprasa.pl 6305f43ad5

RELAKS Z KRZYŻÓWKĄ

Drodzy Czytelnicy. W poniższej krzyżówce panoramicznej rozwiązanie odczytacie z liter wpisanych na niebieskich, ponumerowanych polach.

TRUDNOŚĆ ★★★☆☆

specjał, cymes
łączy kartki
wyparł go mail
puszysty koc
tucznik
np. Piotr Lisek
rybie jaja
frachtowiec
strefa
zimny deser
wypływa z Etny
wartość, cena
kończy litanię
filmowy chwyt
z niej pieluchy
człon rytmiczny
lokal handlowy
3
władał Rosją
spór lub rywalizacja
piętrowy z masą
sadzonka z inspektu
alfabet
6
auto na złom
słowna pomoc
ryżowy trunek
paragon
miara złota
delikatne zachowanie
ośla ...
jezioro nad Bałtykiem
pula w grze
młody byczek
efekt korozji
forma sprzedaży
skrzyżny na macie
topola czarna
wdzięk, urok
1
na głowie zakonnika
poetycko o polu
dawna drobna moneta
założyciel WOŚP
model Opla
na drugiej sylabie
obok trefla
lekka atletyka
uczucie niechęci
płyta używana w stolarstwie
był walutą Włoch
drapieżnik z tajgi
5
strona tułowia
cukrowy puch
pomocnik bacy
domena jurysty
siły zbrojne państwa
okazałe drzwi
wino deserowe
fachowiec
nie garnie się do pracy
siłacz z „Quo vadis”
nauka o dziejach
rzymska szata
bankiet
był nim Eliasz
plecionka ze słomy
4
efekt popytu
szyb na śmieci
leżakuje w beczkach
pruł ją Kwinto
ośmiu muzyków
początek dnia
biedrzeniec
obwódka rogatywki
... trójkątny purpurowy, roślina ozdobna
odłożona pługiem ziemia
2
spaja blachy
floem
nad ustami
skrobia z manioku
dawniej student

Chcesz sprawdzić, czy masz poprawnie rozwiązane krzyżówki? Zeskanuj kod QR.

Rozwiązanie

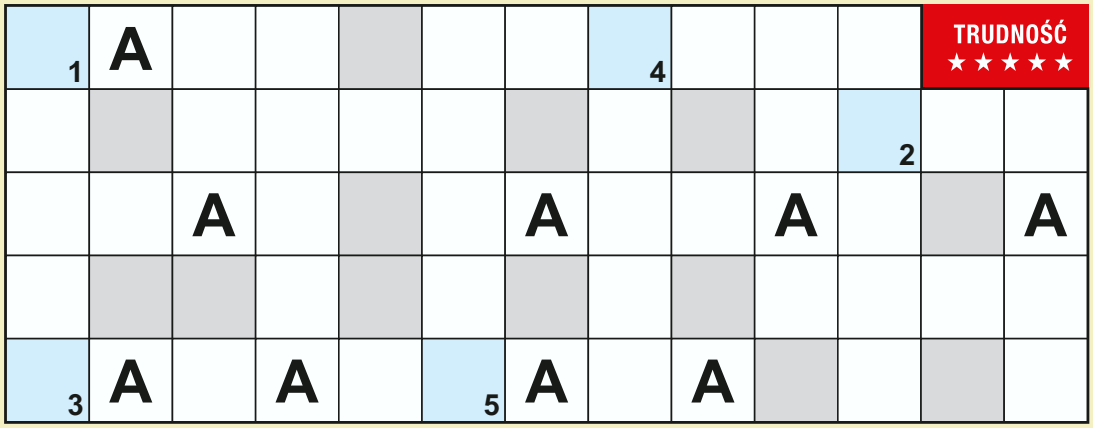
1	2	3	4	5	6

eprasa.pl 6305f43ad5

RELAKS Z KRZYŻÓWKĄ

JOLKA

Miejsce wpisywania wyrazów należy ustalić samemu. Dla ułatwienia ujawniliśmy jedną z liter. W nawiasach podano, z ilu liter składa się odgadywane słowo. Rozwiązanie utworzą litery z ponumerowanych pól.



- zimowe jabłko (5)
- często lecą mu łzy (6)
- wisiorek do kluczy (6)
- ból nerwu kulszowego (3)
- miękkie pióra (4)
- ogród krajobrazowy (4)
- wytrzymałość (4)
- znak przy nucie (5)
- za dużo się uczy (5)
- Dobry ..., św. Dyzma (4)
- reguluje trawienie (5)
- objaw chorej tarczycy (4)
- wrzucany do pieca (4)
- duchowy przywódca Tybetu (9)
- antonim tyłu (5)
- ... pokoju na mszy (4)

Rozwiązanie

1	2	3	4	5

DOBRY TYDZIEŃ

Redaktor Naczelna: Marta Lubartowska
Redaktor Zarządzający: Paweł Górnikowski
Adres redakcji: ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa,
e-mail: redakcja@dobrytydzien.com.pl
Sekretariat: Marta Stolarska 22 5170100

Hub Rozrywka i TV
Redaktor Zarządzająca: Anita Nawrocka
Planerzy: Paulina Kluczek-Sawa, Dariusz Baran
Koordynatorzy: Wojciech Chełchowski, Barbara Stasiak, Gabriela Wolak-Wereśniak
Redaktorzy: Krzysztof Beśka, Marta Drobnik, Aleksandra Jarosz, Angela Kołowiecka, Violetta Kraskowska, Dariusz Mól, Anna Napierała, Agnieszka Pacuła, Anna Ratigowska, Marek Stecko, Kinga Szafruga, Ewa Tarasiuk, Barbara Włodarska-Molęda

Hub Poradniki
Redaktor Zarządzająca: Monika Bobowska

Hub Reportaż i Story
Redaktor Zarządzająca: Agnieszka Walczak

Hub Fotoedycji:
Lider: Agata Zasada
Koordynatorzy: Emil Przygodzki, Magdalena Wojno
Fotoedytorzy: Magdalena Dąbek-Makowska, Ludmiła Jeruchimowicz, Anna Jurczewska, Grzegorz Lech, Karolina Liżewska

Hub Graficzny
Dyrektor: Robert Latek
Liderzy: Agnieszka Andrzejewska, Michał Leuszniewicz, Wojciech Makowski
Koordynatorzy: Małgorzata Kaptur, Bartłomiej Rażny
Graficy: Leszek Chyliński, Jacek Czekała, Anna Fortuna, Małgorzata Kaptur, Robert Kowalczyk, Monika Grunt-Maj, Grażyna Szulkowska, Robert Zalewski.

Bauer Media Group

Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j. ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa

Prezes Zarządu: Tomasz Namysł
Członkowie zarządu: Andrzej Choynowski, Marek Lasota
Dyrektor Pionu Wydawniczego: Marek Lasota
Publisher/Wydawca: Anna Marak
Dyrektor ds. produkcji: Piotr Orełko
Dyrektor ds. Dystrybucji i Obsługi Klienta Piotr Ludwicki
Dział Kolportażu: ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa,
Prenumerata krajowa i zagraniczna: czytelnia.pl, e-mail: prenumerata@bauer.pl, tel.: 67 210 86 05, 67 354 16 05 (w godz. 8–17).
Dyrektor Biura Reklamy: Izabela Sarnecka

Dyrektor Segmentu Pism Poradniczo-Rozrywkowych: Katarzyna Kilanowska, e-mail: katarzyna.kilanowska@bauer.pl

Druk: Bauer Print Ciechanów Sp. z o.o. Sp. j., ul. Niechodzka 25, 06-400 Ciechanów.

Wydawnictwo jest członkiem Polskiej Izby Wydawców

PBC

Rozpowszechnianie redakcyjnych materiałów publicystycznych bez zgody wydawcy jest zabronione. Wydawca czasopisma ostrzega P.T. sprzedawców, że sprzedaż aktualnych i archiwalnych numerów czasopisma po innej cenie niż wydrukowana na okładce jest działaniem na szkodę Wydawcy i skutkuje odpowiedzialnością sądową. Za treść ogłoszeń redakcja ponosi odpowiedzialność w granicach wskazanych w ust. 2 art. 42 ustawy Prawo prasowe. Niezamówionych materiałów nie zwracamy. Wszelkie skargi, reklamacje i pytania dotyczące publikowanych reklam należy kierować na adres:reklama@bauer.pl

Fotorealistyczne obrazy w tym wydaniu, które zostały wygenerowane lub zmodyfikowane przy użyciu sztucznej inteligencji, oznaczamy symbolem ✦

Fot. Adobe Stock (2)

WYKREŚLANKA

Podane słowa wykreśl z diagramu (poziomo, pionowo albo na ukos – wprost lub wspak). Nieskreślone litery czytane rzędami utworzą rozwiązanie.

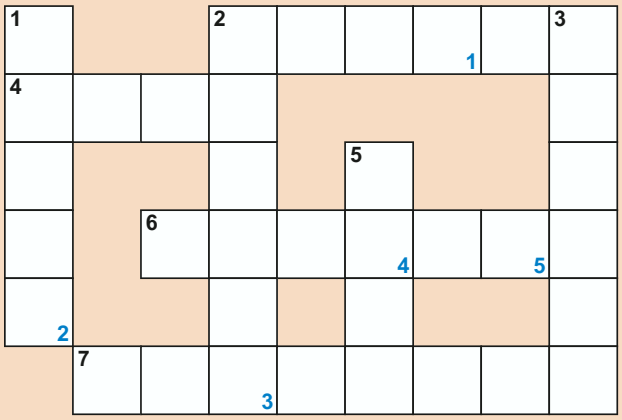
- APLAUZ
- EKSPANSJA
- GUPIK
- IGLOO
- KOALA
- LALKA
- MAGIEL
- OPACTWO
- PARÓW
- SZAŁWIA
- WACHTA
- ZACZEPKA
- ZORZA

TRUDNOŚĆ ★★☆☆☆

A	Z	R	O	Z		
J	A	U	P	A	W	I
S	C	A	A	Ó	G	P
N	Z	L	R	L	U	O
A	E	A	O	R	P	Y
P	P	O	Ł	A	I	A
S	K	K	C	W	K	K
K	A	T	K	A	I	L
E	W	A	C	H	T	A
O	M	A	G	I	E	L

Rozwiązanie

eprasa.pl 6305f43ad5



NA MINUTKĘ

TRUDNOŚĆ ★★☆☆☆

Odgadnij słowa na podstawie definicji.
Rozwiązanie utworzą litery z dodatkowo ponumerowanych pól.

POZIOMO:

2. z cętkowaną cerą
4. ułożenie ciała
6. ... szczęścia, grubosz
7. dział mechaniki

PIONOWO:

1. powieść, nowela
2. święty opiekun
3. kierunek
5. szyszak

1	2	3	4	5

Chcesz sprawdzić, czy masz poprawnie rozwiązane krzyżówki? Zeskanuj kod QR.

PANORAMKA Z OBRAZKAMI

TRUDNOŚĆ ★★★☆☆

Wyrazy w żółtych kratkach odgadnij na podstawie zdjęć. Rozwiązanie odczytasz z liter wpisanych na niebieskich, ponumerowanych polach.





- był nim Seneka
- przykazania objawione Mojżeszowi na górze Synaj
- typ lasu
- niedorzeczność, absurd
- język władz PRL-u / lisia jama
- elegant / nietakt
- ramię rzeki
- lepsze niż mono
- średni rozmiar
- metalowa rozpórka
- kształt jajka
- zastój, pat
- część wiersza, piosenki
- pachnący tlen / po jesieni
- Błękitna Planeta
- kochanek z ekranu
- sport na macie / nawałnica
- w sądowym archiwum
- niegdyś narty
- wonny krzew
- miazga na dżem
- popis diwy
- kultowy zakaz
- złącze blach
- zapis dźwięku
- złoże żelaza
- amory, zaloty
- zna Koran
- płatki z dodatkami / kuzyn brzozy
- paliwo jądrowe
- stąpnięcie / dowódca statku
- dekret carski / aerozol
- ból w kolanie
- 1/1000 kilograma
- ... do zębów / laska alpinisty
- duża papuga
- dawne nosze / podobna do lutni
- opiniuje umowy
- pokrywa dach
- 1 kg wody
- między głową a grzbietem
- rzeźba przedstawiająca tułów
- pora żniw
- chodzi bokiem
- roślinny alkaloid
- do pieczęci
- gliniany flet / ubytek
- wielki pojazd
- z akwalungiem
- hołduje modzie

Rozwiązanie

1	2	3	4	5	6

eprasa.pl 6305f43ad5

PANORAMKA

Sprawdź swoją wiedzę, ćwicz pamięć i baw się dobrze! Uzupełnij słowa w diagramie. Rozwiązanie odczytasz z liter wpisanych na niebieskich polach.

TRUDNOŚĆ ★★★★★

- dekan / rozum, intelekt
- np. eratyk
- np. opuncja
- niemowlę
- Ilion
- dezintegracja / wybitne dzieła
- łaźnia fińska
- biblijna żona Abrahama
- 4
- do łączenia blach
- szkodnik upraw
- zapał, energia, temperament
- dawna mała sypialnia / tura
- 1
- zapasowy koń
- ostra wymówka
- dyszkant
- 6
- reprymenda
- zgrany zespół
- tutka / wolumen
- zlot czarownic
- karta dań
- krzewi religię
- dział personalny
- bagienna mgła
- chwyt pokerzysty
- brzeg, krawędź
- kamienica / twarda żywica
- do kręcenia
- sucha kiełbasa / śmieci w sieci
- na starym żelastwie
- składnik bomb
- typ fabuły
- w parze z katodą
- krawędź, brzeg
- 5
- 3
- zabawkowy samochodzik
- skrót podpisu
- odgazowany węgiel
- pozostałość, resztka
- pochyłość
- samiec owcy
- trujący grzyb / welwet w prążki
- rodzaj kodu
- krępy konik
- uchwyt kubka
- w tranie / odmiana pinczera
- trudności / córka Zeusa
- surogat / futrzany szal
- otaczała zamek
- nadobność / ... spokoju
- może być domowy
- gra w rzutki
- słowa przysięgi
- gwarowo ziemniak
- rzeka lub choroba
- ojciec / głos Carrerasa
- zapadnia
- szkoda moralna
- amory, umizgi
- wiszące łóżko
- antonim fachowca
- wojsko chana
- dawniej usypiał
- 2
- jakość towaru
- „Wielka ... w chińskiej dzielnicy”, film

Chcesz sprawdzić, czy masz poprawnie rozwiązane krzyżówki? Zeskanuj kod QR.

Rozwiązanie krzyżówki

1	2	3	4	5	6

eprasa.pl 6305f43ad5



Sprawdź swoją wiedzę, ćwicz umysł!

KRZYŻÓWKA Z DUSZĄ

TRUDNOŚĆ ★★★★★

			np. tranzytowa przynęta		mata judoki		dialekt, gwara	strop karłowate drzewko		infuła biskupia	przestarzale chodnik			miał córkę Wandę							
po kwadrze ma bazie miejsce biwakowania					ze zdjęciami	11					nieoczekiwane zdarzenie					atrybut Euterpe					
							np. żertwa			8				posłanie borsuka		dwie sztuki					
aplikator		3			przeciwległy nadirowi			4			jazda bez siodła				1						
bohaterka wielu dowcipów		oko w łodzi podwodnej					pokerowy sekwens						po dzecie								
							mężczyzna o jasnych włosach		księgowość, finanse		na inteligencję		brać skrzydlata		plasterek						
dawniej na głowie mężatki		wąska łopata		opryszek uznana prawda						okleina ścienna obok kleru				6							
							7	alarm w ZHP						miara napięcia		dawniej zwarty szereg					
				stoi w garażu		wysoki w szpilce					9	bieg rumaka									
ukochany, luby		duży garnek żelazny			5			przebój, szlagier													
		ojciec chrzestny				produkt poligraficzny					gruba zasłona										
				10				dawna jednostka ciśnienia				otwór w baku	2								
np. papierkowa		człowiek wpływowy									ptasie pióro										

Rozwiązanie krzyżówki:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11

Fot.: ILLUSTRATION CONCEPT/stock.adobe.com

eprasa.pl 6305f43ad5



Słowo Boże rozważa ksiądz Przemysław Kawecki SDB, salezjanin, wychowawca, dziennikarz. Autor książek i programów TV. Proboszcz Polskiej Misji Katolickiej w Berlinie.

26 X PONIEDZIAŁEK

„(...) żaden rozpustnik ani nieczysty (...) nie ma dziedzictwa w królestwie Chrystusa i Boga (...)” Ef 5, 5-6

Sumienie można zagłuszyć całkiem rozsądnym zdaniem: „Przecież wszyscy tak robią”. Gniew Boga oznacza, że On poważnie traktuje zło, które my nauczyliśmy się usprawiedliwiać. Droga powrotu zawsze pozostaje otwarta. Trzeba jednak zacząć od stanięcia w prawdzie.

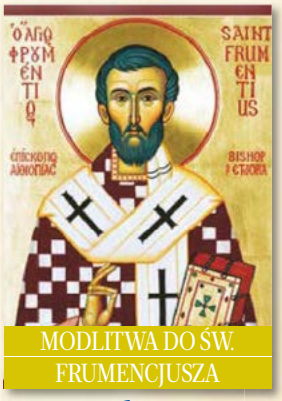


Patronka dnia: błogosławiona Celina Borzęcka. W młodości marzyła o zakonie, ale zgodnie z wolą rodziców wyszła za mąż. Habit przywdziała po śmierci męża. Założycielka zmartwychwstanek.

27 X WTOREK

„(...) królestwo Boże (...) Podobne jest do zaczynu, który pewna kobieta wzięła i włożyła w trzy miary mąki, aż wszystko się zakwasiło»” Łk 13, 20-21

Zaczyn działa, gdy jest wmieszany w mąkę. Wiara musi wejść w środek życia: sposób zarabiania pieniędzy, rozmowę po kłótni, stosunek do człowieka, który nas drażni. Jezus mówi: „aż wszystko się zakwasiło”, królestwo Boże przenika i te sprawy, które chętnie zachowalibyśmy dla siebie.



MODLITWA DO ŚW. FRUMENCJUSZA

Patron dnia: święty Frumencjusz. Biskup, ojciec chrześcijaństwa w Etiopii. Czczony we wszystkich obrządkach.

Święty Frumencjuszu, pasterzu wybrany, który w pokorze i mądrości prowadziłeś lud ku zbawieniu, wstawiaj się za nami u Pana, abyśmy wśród prób i ciemności tego świata nie utracili wiary, nadziei i miłości. Amen.

28 X ŚRODA

„Niebiosa głoszą chwałę Boga (...). Dzień opowiada dniowi, noc nocy wiadomość przekazuje” Ps 19, 2-3

Można mieć tysiące zdjęć w telefonie i coraz mniej zachwytu w sercu. Psalmista patrzy w niebo i dostrzega w nim ślad Boga, który obdarowuje świat pięknem. Taki zachwyt przywraca proporcje: przypomina, że życie jest większe od naszych pretensji i pilnych spraw.

Patroni dnia: święci Apostołowie Szymon i Juda Tadeusz. O Szymonie Ewangelia wspomina tylko trzy razy. Juda Tadeusz to patron od spraw beznadziejnych.



29 X CZWARTEK

„(...) bierzcie wiarę jako tarczę, dzięki której zdołacie zgasić wszystkie rozżarzone pociski Złego” Ef 6, 10. 16

Gdy Zły podsuwa myśl: „Z Ciebie już nic nie będzie”, pamiętaj, że Bóg nigdy z Ciebie nie zrezygnuje i zaprasza Cię do odnowy życia. Możesz wrócić po upadku, przyjąć przebaczenie i odkryć, że Twoja historia będzie miała dalszy ciąg.

Patron dnia: błogosławiony Michał Rua. Był towarzyszem św. Jana Bosko, miał dary nadprzyrodzone: uzdrawiania i pomnażania jedzenia.



Ty żyjesz? Niemożliwe!



Wyjechała na wolontariat misyjny do Afryki, a tam zapadła na malarię mózgową czwartego stopnia, tę najbardziej śmiertelną. Bóg jednak miał wobec niej inne plany i wyzdrowiała. – Ty żyjesz? Niemożliwe! – dziwili się lekarze. – Czuję się jak Łazarz – mówi Monika Więcek. – To, że ja żyję, jest dowodem, że Bóg jest – dodaje. W wyszukiwarkę serwisu YouTube wpisz: „Nie jestem cudem. Doświadczyłam cudu – Monika Więcek”.

Fot.: Wikipedia.org (3); Zgromadzenie Sióstr Zmartwychwstanek, Sheila1988/Wikimedia Commons, Bracia Mniejsi Kapucyni/www.powolanie-kapucyni.pl, Parafia Św. Apostołów Szymona i Judy Tadeusza w Skawinie, YouTube.com/SOWINSKY

eprasa.pl 6305f43ad5

ŻDEGO DNIA



Ewangelia przy kawie

Ksiądz Przemysław Kawecki SDB odpowiada na pytania Izabeli Waszkiewicz



30 X PIĄTEK

„Wielkie są dzieła Pana, zgłębiać je mają wszyscy, którzy je miłują” Ps 111, 2

Kto kocha, chce wiedzieć więcej. Dlatego miłość do Boga budzi pragnienie, by otwierać Ewangelię, trwać przy Nim w ciszy i odkrywać, jak działa w naszym życiu. Benedykt XVI napisał: „Rozpoznanie Boga żyjącego jest drogą wiodącą do miłości”. Im uważniej poznajesz Jezusa: Jego czułość, cierpliwość i gotowość przebaczania, tym śmielej możesz powierzać Mu również to, czego sam w sobie nie rozumiesz. Z takiego poznawania rodzi się bliskość: zaczynasz tęsknić za spotkaniem z Bogiem i cieszyć się Jego obecnością. O co chciałbyś dziś zapytać Jezusa, żeby poznać Go głębiej i bardziej pokochać?

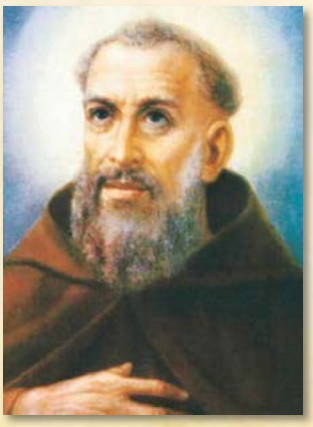


Patron dnia: błogosławiony Dominik Collins. Porzucił karierę wojskową, żeby zostać jezuitą. Zginął za wiarę – po tym, jak odmówił przejścia na anglikanizm.

31 X SOBOTA

„Dla mnie bowiem żyć – to Chrystus, a umrzeć – to zysk” Flp 1, 21

Są miłości, dla których chce się żyć, a św. Paweł odkrył taką, której nie przerwie nawet śmierć. Apostoł pisze te słowa jako więzień, z niepewną przyszłością, a jednak widzi przed sobą tylko nadzieję: dopóki żyje, może służyć ludziom; kiedy umrze, będzie z Chrystusem. Ta nadzieja i nam pozwala z większą odwagą wejść w codzienność: zadzwonić do kogoś samotnego, wyciągnąć rękę po kłótni, ofiarować komuś swój czas. Każdy dzień staje się okazją, żeby pogłębiać miłość, która w perspektywie ma wieczność. Komu dzisiaj dasz odczuć, że Chrystus jest Twoją drogą, prawdą i życiem?



Patron dnia: święty Anioł z Acri. Mimo oporów ze strony krewnych opuścił dom rodzinny i wstąpił do zakonu kapucynów. Dwa razy go opuszczał, by znów prosić o przyjęcie do niego. Gorliwy kapłan, surowym na ambonie i miłosierny w konfesjonale.

1 XI NIEDZIELA



„Cieszcie się i radujcie, albowiem wielka jest wasza nagroda w niebie”

„«(...) Błogosławieni, którzy się smucą, albowiem oni będą pocieszeni. Błogosławieni cisi, albowiem oni na własność posiądą ziemię. Błogosławieni, którzy łakną i pragną sprawiedliwości, albowiem oni będą nasyceni. Błogosławieni miłosierni (...). Błogosławieni czystego serca, albowiem oni Boga oglądać będą. (...) Błogosławieni jesteście, gdy wam urągają i prześladują was (...). Cieszcie się i radujcie, albowiem wielka jest wasza nagroda w niebie»” Mt 5, 1-12a

Izabela Waszkiewicz: Jezus nazywa szczęśliwymi ubogich, smutnych i prześladowanych – czy chrześcijaństwo jest ofertą dla ludzi, którym nie wyszło?

Ks. Przemysław Kawecki: Każdemu coś w życiu nie wychodzi. Czy wtedy człowiek traci wartość i prawo do szczęścia? Jezus przychodzi do wszystkich i mówi, że królestwo Boga jest dla nich otwarte.

„Błogosławieni cisi” – to brzmi jak hasło dla tych, którzy chcą mieć posłusznych pracowników, bezbronnych małżonków. Cichość to łagodność, panowanie nad agresją. Człowiek łagodny potrafi stanowczo powiedzieć: „Krzywdzisz mnie. Nie zgadzam się”. Może stanąć w obronie słabszego, nazwać kłamstwo. Nie musi przy tym poniżać sprawcy ani chcieć odwetu. To wymaga siły.

Mamy być miłosierni, ale i głodni sprawiedliwości, do tego „czystego serca” – czy to nie przekracza naszych możliwości? Początkiem jest ubóstwo ducha: „Boże, potrzebuję Ciebie”. Błogosławieństwa czyta się dobrze wtedy, gdy widzi się w nich najpierw twarz Jezusa. On tak żył i do tego nas zaprasza. Sprawiedliwość oznacza życie zgodne z wolą Boga, co rzutuje na to, jak traktujemy ludzi. Miłosierdzie pozwala zobaczyć w człowieku więcej niż jego najgorszy czyn. Można wymagać naprawienia krzywdy i nie odbierać sprawcy możliwości nawrócenia. A czyste serce? Zbyt łatwo zawężamy je do seksualności. Chodzi też o szczerość intencji. Pomagam, bo ktoś potrzebuje pomocy, czy dlatego, że ktoś patrzy? Bronię prawdy czy własnej przewagi?

eprasa.pl 6305f43ad5



Scenę ślubu Barbary i Bogumiła kręcono w warszawskim kościele sióstr wizytek.



Trudno dziś wyobrazić sobie innego aktora u boku Jadwigi Barańskiej…

Filmowy ślub i czyjeś łzy...

Rola w „Nocach i dniach" przyniosła aktorowi sławę, ale... to nie on miał tam grać.

Bogumił Niechcic był przystojny, a nawet miał w sobie coś, co więcej znaczy niźli foremne ciało. Wszystko od stóp do głowy było w nim sympatyczne – tak Maria Dąbrowska widziała swojego bohatera. A Jerzy Antczak (96), rozpoczynając pracę nad filmową adaptacją jej wielkiej powieści, nie miał wątpliwości, że najlepszym aktorem do tej roli jest Stanisław Jasiukiewicz (†52). Obsadził go wcześniej w roli Zaklika w „Hrabinie Cosel" i w wielu spektaklach Teatru Telewizji. Oczami wyobraźni widział go w parze z Barbarą, którą od początku miała grać jego żona Jadwiga Barańska (†89).

Zaskakująca odmowa

Kiedy przesłał Jasiukiewiczowi scenariusz, był przekonany, że aktor przyjmie rolę z radością. Był więc bardzo zdziwiony, kiedy po kilku dniach ten zadzwonił i oznajmił, że roli nie przyjmie. – Nie dlatego, że nie chcę. Nie mogę. Kiedyś to zrozumiesz... – powiedział tylko. Jerzy Antczak nie miał odwagi zapytać go o powód.

Pomysł, by jako Niechcica obsadzić aktora krakowskiego Starego Teatru Jerzego Bińczyckiego (†61), podsunęła Antczakowi kostiumolożka Barbara Ptak. Widziała go w „Biesach" jako Lebiadkina i jej zdaniem stworzył wyjątkową kreację. Reżyser pojechał więc do Krakowa, by przekonać się o tym na własne oczy. Po spektaklu reżyser zaprosił aktora „na kielicha" i zaproponował mu główną rolę.

Bińczycki był znakomitym aktorem teatralnym, ale prawie nie miał doświadczenia filmowego. Z każdym kolejnym dniem na planie „Nocy i dni" ekipa widziała, że był sztywny i wypadał źle. Po obejrzeniu pierwszych scen wrażenie było jeszcze gorsze. – Binio był żenujący. Jedyne, co było fenomenalne, to jego postura – wspominał po latach reżyser. Mimo to postanowili spróbować po raz ostatni i powtórzyć już nakręcone sceny. I wtedy stał się cud. Jerzy Bińczycki zaczął grać jak z nut. Wraz z Jadwigą Barańską stworzyli jedną z najwybitniejszych kreacji aktorskich w historii polskiego kina.

Niechcic, czyli Bińczycki

Scenę ślubu Barbary i Bogumiła kręcono w warszawskim kościele sióstr wizytek przy Krakowskim Przedmieściu. Stanisław Jasiukiewicz od kogoś się o tym dowiedział. Zresztą, mimo odmowy, kibicował produkcji. Przyszedł i stanął gdzieś z boku. Zauważono, że po jego policzkach płynęły wielkie łzy, których nawet nie próbował ocierać. Wyszedł z kościoła, zanim ekipa skończyła pracę.

Dopiero po pewnym czasie Jerzy Antczak dowiedział się, że Stanisław Jasiukiewicz odmówił zagrania Bogumiła Niechcica ponieważ wiedział, że jest śmiertelnie chory. Lekarze zdiagnozowali u niego nowotwór trzustki. Zdawał sobie sprawę, że ma przed sobą niewiele czasu, a produkcja „Nocy i dni" trwała cztery lata. Śmierć głównego aktora w trakcie zdjęć byłaby przecież dla całej produkcji katastrofą. I tak dramat Jasiukiewicza okazał się wielką szansą dla Jerzego Bińczyckiego... Ten do dziś jest kojarzony z tym filmem i uważany za jednego z największych polskich aktorów.

Stanisław Jasiukiewicz zmarł 27 czerwca 1973 roku w wieku zaledwie 52 lat. Tak się złożyło, że dokładnie tego dnia ekipa „Nocy i dni" w okolicach Stoczka Łukowskiego kręciła nieśmiertelną scenę z nenufarami...



Stanisław Jasiukiewicz kibicował koledze, jednak bardzo się wzruszył, podglądając plan filmu.

Fot.: East News (3)

eprasa.pl 6305f43ad5



Dwa dni po zabiegu papież odprawił mszę w szpitalnej kaplicy.



Po operacji Leon XIV znów spotyka się z wiernymi.

Czułem Wasze wsparcie, dziękuję!

Papież w szybkim tempie wraca do zdrowia. Chirurg, który operował Leona XIV, zdradził, że Ojciec Święty był idealnym pacjentem i... sam ustawiał nawet krzesła w kaplicy.

Serca katolików na całym świecie przepełniała radość, gdy usłyszeli, że papież, który we wtorek 13 października przeszedł operację usunięcia dolnego płata prawego płuca, szybko wraca do zdrowia. Po operacji, którą wykonano metodą wideochirurgii, rekonwalescencja Ojca Świętego przebiegała zgodnie z planem, a wyjątkowy pacjent szybko odzyskiwał siły.

Zaledwie trzy dni później Leon XIV odprawił mszę w szpitalnej kaplicy. Lekarz, który kierował zespołem medyków operujących papieża, chirurg prof. Stefano Margaritora, ujawnił prasie, że był zdumiony, gdy zastał Leona XIV... ustawiającego krzesła w kaplicy przed nabożeństwem. – Ojcze Święty, przecież my tu jesteśmy, możemy to zrobić za Ciebie – powiedział papieżowi. Ale Leon XIV nie widział w tym problemu. – To nie ma znaczenia. Mogę to zrobić, więc to zrobię – odparł Ojciec Święty, dając dowód swojej skromności i prostolinijności.

A już w sobotę, w dobrym nastroju, papież opuszczał Klinikę Gemelli. Wcześniej podziękował personelowi medycznemu za troskliwą opiekę. Pozdrowił też licznie zebranych przed szpitalem wiernych, którzy nieustannie modlili się za niego podczas hospitalizacji.

Prof. Stefano Margaritora pytany, jakim pacjentem jest Leon XIV, powiedział, że idealnym. – Papież włożył w powrót do zdrowia po operacji całe serce i wszystkie siły, wykazując się determinacją właściwą najbardziej zmotywowanym pacjentom po tego rodzaju zabiegach – opisywał. – Jego silna wola, by jak najszybciej odzyskać sprawność, przekładała się na postępy w rekonwalescencji. Jego postawa była pod każdym względem godna podziwu – podkreślił lekarz.

„Będę teraz stopniowo powracał do swoich zajęć”

Ujawnił też, że operacja papieża była rutynowa. – W podobnych przypadkach, kiedy guz płuca osiąga określoną wielkość, konieczne jest usunięcie całego płata, w którym się znajduje – wyjaśnił. Był to nowotwór złośliwy – gruczolakorak płuca, na szczęście wcześnie wykryty. Dzięki temu nie trzeba wdrażać dodatkowego leczenia i Ojciec Święty nie będzie poddawany chemio- ani radioterapii.

Leon XIV szybko dochodzi do siebie. Prof. Stefano Margaritora zapewnił, że w ciągu kilkunastu dni papież całkowicie wróci do sił i będzie mógł się udać w zaplanowaną podróż do Ameryki Południowej, którą ma odbyć w dniach 6–17 listopada.



Operowanie papieża było dla mnie głęboko osobistym przeżyciem – mówi prof. Stefano Margaritora.

SŁOWO DO WIERNYCH

„Dar spotkania rodzi się z więzi z Jezusem Chrystusem, utożsamianym przez nas z miłosiernym Samarytaninem, który przyniósł nam wieczne zbawienie i którego czynimy obecnym, gdy pochylamy się nad poranionym bratem”

Dzień po powrocie ze szpitala, w niedzielę, tak jak co tydzień, Leon XIV pokazał się w oknie Pałacu Apostolskiego, by odmówić z wiernymi modlitwę „Anioł Pański”. Przywitały go długo niemilknące brawa i entuzjastyczne okrzyki: „Niech żyje papież!”.

– Pragnę podziękować wszystkim, którzy w ostatnich dniach modlili się za mnie. Naprawdę czułem Wasze wsparcie, dziękuję! – wyznał Ojciec Święty. – To doświadczenie sprawiło, że w szczególny sposób doświadczyłem bliskości z tymi, którzy zmagają się z chorobą i słabością. Po przejściu tego trudnego etapu, jak wiecie, będę teraz stopniowo powracał do swoich zajęć, zawsze z Bożą pomocą i wspierany Waszymi modlitwami – dodał Leon XIV.

Fot.: East News (3)

eprasa.pl 6305f43ad5

REKLAMA

SPRZĄTAJ SZYBKO I DOKŁADNIE!

„Kurzojad wyczyści na błysk każdy kąt!”

ZAMÓW ZA 99 ZŁ!

BEZPRZEWODOWY MINIODKURZACZ „KURZOJAD” POTĘŻNA SIŁA SSANIA

do szybkiego sprzątania w domu i samochodzie

- **TECHNOLOGIA ULTRA-CLEAN** usuwa kurz i brud z trudno dostępnych miejsc
- **AKUMULATOR USB** ładowany jak telefon
- **MOC 120W** – nawet do 30 MINUT PRACY
- **FILTR** oczyszcza powietrze
- **LEKKI I ŁATWY W OBSŁUDZE**
- **BEZPRZEWODOWY** – użyjesz go wszędzie





Innowacyjny miniodkurzacz „Kurzojad” to wszechstronny, kompaktowy sprzęt o potężnej mocy ssania.

Został specjalnie zaprojektowany, aby ułatwić codzienne porządki bez wielkiego wysiłku, kabli i dźwigania topornych sprzętów. **Naładowany jest zawsze gotowy do sprzątania!** Wydajny akumulator umożliwia sprawną pracę nawet 30 minut bez podłączania do prądu. Błyskawicznie **usuwa kurz i brud** z mebli, żaluzji, kaloryferów, klawiatury, szuflad, wnętrza samochodu oraz innych trudno dostępnych miejsc.

Ma kompaktowe rozmiary i lekką konstrukcję. Technologia *ultra-clean* sprawia, że **zasysa okruszki, kurz, brud, sierść, piach i śmieci** z każdej powierzchni. Dzięki potężnej sile ssania możesz usunąć nawet najmniejsze paproszki z każdego zakamarka! W zestawie **2 nakładki: płaska** do superdokładnego czyszczenia trudno dostępnych kątów i szczelin oraz **szczotkowa** do delikatnych powierzchni jak tapicerka i zasłony. Bezworkowy zbiornik zapewnia wygodę użytkowania.





ZADZWOŃ I SPRZĄTAJ Z PRZYJEMNOŚCIĄ!

Zadzwoń teraz, aby otrzymać **MINIODKURZACZ „Kurzojad” za 99 zł!** Ten sprytny i poręczny miniodkurzacz pomoże Ci niemal bez wysiłku zadbać o czystość w domu każdego dnia! ***Oferta obowiązuje do wyczerpania zapasów.***

71 300 38 10

Pon.-pt. 8:00-20:00, sob. i niedz. 9:00-20:00; standardowy koszt połączenia dla danego operatora

SPRYTNE ROZWIĄZANIA NA CO DZIEŃ

Odkryj praktyczne produkty, które oszczędzają Twój czas, nerwy i pieniądze! **Oferta ważna do wyczerpania zapasów – decyduje kolejność telefonów. Przesyłka kurierem 23 zł.**

ZADZWOŃ I SKORZYSTAJ JUŻ TERAZ: 71 300 38 10

Pon.-pt. 8:00-20:00, sob. i niedz. 9:00-20:00; standardowy koszt połączenia dla danego operatora

Kompaktowa lornetka

ZASIĘG ok. 500 m

W stylu wojskowych modeli z **8-krotnym powiększeniem!** Aluminiowy szkielet o wysokiej odporności. Wyposażona w mechanizm do pełnej regulacji ostrości, dzięki czemu dostosujesz ją do swoich potrzeb. **Soczewki antyrefleksyjne** mogą minimalizować odblaski światła. Na wycieczkę, mecz, do obserwacji zwierząt.

- Składana
- Ultralekka

109 ZŁ



MIOTACZ GAZU PIEPRZOWEGO DO SAMOOBRONY

Nawet jeśli mieszkasz w spokojnej okolicy, warto być przygotowanym na nieprzyjemne sytuacje. Jedno psiknięcie może **powstrzymać napastnika** na ok. 30 min, powodując pieczenie i łzawienie oczu. A Tobie dać **czas na ucieczkę i wezwanie pomocy.**

Praktyczny klips *– miej zawsze pod ręką!*

89 ZŁ



WSZYSTKOKLEJĄCA TAŚMA „STRONG MEN”

Powiesisz półkę, lustro, obrazek – **bez wiercenia i niszczenia ścian!** Przyklei np. tkaninę do drewna, plastik do ściany, szkło do płytek, metal do cegły. Trzyma mocno nawet w wilgoci i na dworze. Dwustronna.



69 ZŁ

MINIMASZYNA DO SZYCIA

Automatycznie **reguluje i kontroluje** szerokość ściegu, gęstość i napięcie nici – nie musisz umieć dobrze szyć! **Błyskawicznie** podwiniesz spodnie, zszyjesz zasłony czy gruby dżins. Lekka, poręczna i cicha.

W ZESTAWIE: 3 szpulki nici, zapasowa igła, trzpień, nawlekacz

79 ZŁ



Szczegóły oraz informacje dotyczące zwrotów i reklamacji dostępne pod adresem sprzedawcy: Nargo Invest Sp. z o.o., ul. Żołnierzy I Armii Wojska Polskiego 10/B6, 81-383 Gdynia, +48 538448631, contactpl@globadvice.info. Regulamin: https://customers-statute.com/statute/pl/.

eprasa.pl#6305143ad5