

PISZĄ I OPOWIADAJĄ DLA NAS:

- Piotr Załuski o red. Andrzeju Bułacie • Borys Szyc o nowym polskim serialu „Heweliusz”
- Melka Kowal - życie czarnoskórej w Polsce • Przemysław Saleta o tym, czego nauczył go sport

magazyn  
Puls

# Gazeta WROCŁAWSKA

www.gazetawroclawska.pl

Piątek-niedziela, 31.10.-2.11.2025 • Nr 254 • Cena 6,50 zł (w tym 8% VAT)

s. 12-13

Trzeba przeżyć żalobę, a potem zacząć żyć na nowo

## Nad grobami bliskich każdy ma swoją opowieść

FOT. GETTY IMAGES

s.6

Gdy wojna u granic,  
legniczanie pytają  
swojego prezydenta:  
Gdzie są schrony?

s.7

Przy Zamku Książ  
otwarto wreszcie  
nowoczesne toalety  
dla turystów

s.8

Do internetu wyciekły  
dane tysięcy mieszkań-  
ców gminy Wisznia  
Mała. W jaki sposób?

Nr ISSN 2353-6152

Nr indeksu 350-206



## TYDZIEŃ Z NASZĄ GAZETĄ

GAZETA WROCŁAWSKA  
● przy SOBOCIE  
tłumaczy, radzi, bawi...PONIEDZIAŁEK  
● DODATEK SPORTOWY  
Wyniki, tabele i analizyWTOREK  
● PULS BIZNESU  
Przepisy prawne, opinieŚRODA  
● MAGAZYN ZDROWIE  
Jak zadbać o siebie i bliskichCZWARTEK  
● POD PARAGRAFEM  
Historie kryminalnePIĄTEK  
● PULS POLSKI  
Reportaże i publicystyka

ZAMÓW PRENUMERATĘ: „GAZETA WROCŁAWSKA” z dostawą do Twojego domu lub biura. Tel. 71 72 76 237, e-mail: bok.prenumerata@polskapress.pl

Alicja Polewska

OD ICH GŁOSÓW  
JESZCZE DRŻY  
POWIETRZE

Nie lubię tego dnia. Kiedyś lubiałam. Od kilkunastu lat - nie. Boli. Cały czas. Już nie tak intensywnie, raczej cmi gdzieś w środku głowy i w okolicach serducha, ale wraca. Czasami w zupełnie niespodziewanym momencie, w środku dnia, rano albo w złotej godzinie między dniem a zmierzchem. Coś mignie przed oczami, jakiś dźwięk w morzu hałasu ulicznego, jakaś myśl, cisza, pustka albo tłum.

Chodziliśmy „na groby”.

1 listopada - wiadomo, bo trzeba, ale następnego dnia - bo... No właśnie: bo.

Wtedy znicze paliły się raptem przez kilka godzin, a dym dawały taki, że cmentarze we Wszystkich Świętych spowite były czarną chmurą bardziej niż w najbardziej smogowych latach Śląsk i Kraków razem wzięte. W Zaduszki szliśmy więc zapalić nowe i zabrać „doniczkowe” miseczki tych wypalonych do dna. Nikt wtedy jeszcze nie znał nawet słowa „recycling”, a co dopiero uprawiał świadomą gospodarkę odpadami. Po prostu braliśmy te pojemniczki, by zrobić w domu nowe znicze; czasami kupienie nowych graniczyło z cudem.

To lubiałam najbardziej - magię roztopiania w rondelku ogarków świeczek, stearyny i parafiny. Wycinanie - z pokrywek od blaszanek od pasty do butów - stojaczek do knotów i robienie tych ostatnich z bawełnianego sznurka albo sznurowadła. Potrzebne jeszcze były patyki albo drewniane łyżki, które knot utrzymywały, kiedy wlewaliśmy gorącą masę. Później nasze domowe znicze zastygały. Stawialiśmy po jednym, góra dwa na każdym rodzinnym nagrobku. I jeszcze obok na tym, na którym wisiała tabliczka „Nieznany”. I u hrabiego...

Cmentarz jest stary. Przedwojenny. Jak ten grób. Tu i ówdzie popękał ponad 100-letni beton, odpadło kilka kafelków z glazurowanej mozaiki, ale inskrypcja wykuta na granitowej tablicy daje się odczytać: imię, nazwisko, daty i podpis - *Tua figlia (twoja córka)*. Zdjęcie na emalii nic nie straciło ze świeżości. Nie pamiętam już, dlaczego uznaliśmy, że to musiał być hrabia - może dlatego, że jego nazwisko poprzedza arystokratyczne „de”? To nie ma znaczenia. Więc chodziliśmy tam i stawialiśmy domowy znicz na jego grobie. Później już szklany albo taki z kapturkiem.

To był nasz rytuał.

Tylko tego jednego dnia w roku.

Nadal to robię. Teraz z moimi córkami. Przypominają - weź jeszcze jedno światełko dla hrabiego, przecież go nie zostawiam.

Nie lubię tego dnia.

*Tua figlia*

Mostów Chrobrego  
jednak nie można wyburzyć

Sąd uważa, że mosty (zbudowane w l. 1912-1918) nie utraciły wartości historycznych

Karolina Kwiatek  
Wrocław

**Wojewódzki Sąd Administracyjny we Wrocławiu odrzucił skargę miasta. Urzędnicy chcieli, by stare Mosty Chrobrego wykreślić z wojewódzkiej ewidencji zabytków, co dałoby możliwość rozbiórki.**

Ratusz wystąpił do sądu ze skargą na decyzję konserwatora zabytków, który odmówił wykreślenia Mostów Chrobrego z wojewódzkiej ewidencji zabytków, zabezpieczając je przed ewentualną rozbiórką. Daniel Gibski, dolnośląski wojewódzki konserwator zabytków, uważał, że mosty mają wartość histo-

ryczną, a obowiązkiem miasta jest dbanie o ich stan. 29 października Wojewódzki Sąd Administracyjny we Wrocławiu przyznał mu rację, odrzucając skargę miasta. - Jestem zadowolony z wyroku - przyznaje Gibski. - Sędzia oddalił skargę w całości ze względu na to, że z przedstawionych materiałów nie wynika, aby Mosty Chrobrego nie mogły podlegać naprawie i remontowi. Co ważniejsze, nie utraciły wartości historycznych, artystycznych i naukowych, co pozwalałoby na wykreślenie ich z ewidencji zabytków - dodaje.

Sprawa ciągnie się od miesięcy. Po otwarciu nowych Mostów Chrobrego (w 2023 r. - red.) stara przeprawa straciła na zna-

czeniu. Wojewódzki konserwator zabytków wspominał, że można by zrobić na niej ciąg pieszo-rowerowy, zieleniec albo sezonowy punkt dla małej gastronomii.

To jednak kosztuje. Ratusz przekonywał, że taniej będzie wyburzyć stary obiekt i być może postawić w jego miejsce coś nowego. Wrocławskie Inwestycje stwierdzały nawet, że techniczny stan mostów jest „bardzo zły” i podjęto decyzję o ich wyburzeniu.

Co będzie dalej? Ratusz może się odwołać od postanowienia WSA do Naczelnego Sądu Administracyjnego. Nie wiemy, czy tak zrobi - czekamy na odpowiedź biura prasowego miasta.

## ZDJĘCIE DNIA

**W ostatnich dniach pokrywa śnieżna w Karkonoszach osiągnęła 30-40 cm, przekraczając 40 cm na wierzchowinie na południe od Łabskiego Szczytu. Na Śnieżce leżało 19 cm śniegu, najwięcej w październiku od 9 lat i więcej niż obecnie na Kasprowym Wierchu. Ale początek listopada zapowiada się prawdziwie wiosennie. Już wczoraj w regionie mocno wiało i nastąpiło duże ocieplenie. 1 listopada ma przynieść dwucyfrowe temperatury - na Dolnym Śląsku ma być 15 - 16 stopni. Czy śnieg zniknie też ze szczytu Śnieżki? AG**



## HOROSKOP

**Wodnik (20.01 - 18.02)**

Dziś poczujesz przyływ energii. Horoskop dzienny radzi wykorzystać ją, by ruszyć z planem, który odkładasz od dawna.

**Ryby (19.02 - 20.03)**

Czas na spokój i refleksję. Nie śpiesz się: horoskop na dziś mówi, że najlepsze decyzje dojrzewają w ciszy.

**Baran (21.03 - 19.04)**

Komunikacja to Twój klucz do sukcesu. Horoskop dzienny na piątek radzi słuchać uważnie innych ludzi.

**Byk (20.04 - 20.05)**

Zaufaj intuicji. Horoskop dzienny zapowiada, że serce poprowadzi Cię we właściwe miejsce, nawet jeśli rozum ma inne plany...

**Bliznięta (21.05 - 21.06)**

Świat patrzy na Ciebie z podziwem. Horoskop na dziś to wskazówka, by wykorzystać ten moment i pokazać swoje prawdziwe możliwości.

**Rak (22.06 - 22.07)**

Porządkując przestrzeń, porządkujesz myśli. Horoskop dzienny na piątek zapowiada, że drobne zmiany dziś przyniosą duże efekty jutro.

**Lew (23.07 - 22.08)**

Nie przejmuj się drobnymi niepowodzeniami. Horoskop dzienny uspokaja, że jutro nie będzie po nich śladu.

**Panna (23.08 - 22.09)**

Będziesz przez cały dzień w doskonałej formie. Horoskop na dziś bardzo wyraźnie zapowiada, że dużo uda Ci się dzięki temu osiągnąć.

**Waga (23.09 - 22.10)**

Przygoda czeka tuż za rogiem. Zrób krok naprzód: horoskop dzienny na piątek mówi, że los nagrodzi Twoją odwagę i ciekawość.

**Skorpion (23.10 - 21.11)**

Twoja determinacja dzisiaj zaimponuje. Nie zrażaj się przeszkodami. Horoskop dzienny mówi, że sukces już widać na horyzoncie.

**Strzelec (22.11 - 21.12)**

Twoja kreatywność dziś popłynie szerokim strumieniem. Horoskop dzienny radzi zaufać swoim pomysłom.

**Koziorożec (22.12 - 19.01)**

Uczucia nabiorą dziś głębi. Pozwól sobie na szczerość. Horoskop dzienny na piątek wróży, że ktoś bliski naprawdę tego potrzebuje...

# SZOT od Ekosystemu - Celny Wybór dla Wrocławia!

Wrocławska usługa mobilnej zbiórki tekstyliów, znana jako SZOT, to prawdziwy strzał w dziesiątkę. Inicjatywa Ekosystemu, czyli Samochód Zbierający Odzież i Tekstylia, nie tylko błyskawicznie zyskała popularność, ale także bije kolejne rekordy. Statystyki mówią same za siebie - to rozwiązanie, które celnie trafiło w potrzeby mieszkańców.

## SZOT od Ekosystemu - Celny Wybór dla Wrocławia!

Wrocławska usługa mobilnej zbiórki tekstyliów, znana jako SZOT, to prawdziwy strzał w dziesiątkę. Inicjatywa Ekosystemu, czyli Samochód Zbierający Odzież i Tekstylia, nie tylko błyskawicznie zyskała popularność, ale także bije kolejne rekordy. Statystyki mówią same za siebie - to rozwiązanie, które celnie trafiło w potrzeby mieszkańców.

## Rekordowy wrzesień i rosnące zainteresowanie

Dynamiczny rozwój usługi widać gołym okiem. Jeszcze kilka miesięcy temu miesięczna zbiórka oscylowała wokół 8 ton. Tymczasem we wrześniu padł absolutny rekord - mieszkańcy przekazali do specjalnego pojazdu aż **15 ton** ubrań i tekstyliów!. To wzrost o ponad 80% w stosunku do średniej z poprzednich miesięcy. Ten wynik, poprzedzony również bardzo udanym sierpniem (11 913 kg), pokazuje przyspieszającą dynamikę akcji.

Od początku działania programu, który wystartował jako pilotaż w lutym tego roku, mieszkańcy oddali łącznie już **ponad 77 ton** niepotrzebnej odzieży i materiałów.

Inicjatywa cieszy się popularnością w całym mieście, a usługa nie zwalnia tempa. SZOT odwiedza już 148 wrocławskich adresów, realizując ponad 270 odbiorów w miesiącu. Niezmiennie największym zainteresowaniem SZOT cieszy się w rejonie Psiego Pola (dawny sektor IV) - we wrześniu zebrano tam aż 35% wszystkich tekstyliów.

## Jak działa SZOT?

**To proste i wygodne**  
Celem inicjatywy jest ułatwienie wrocławianom pozbywania się niepotrzebnych tekstyliów w sposób odpowiedzialny i komfortowy.

Jak skorzystać z usługi?

- 1. Przygotuj tekstylia:** Wystarczy umieścić je w szczelnie zamkniętym worku o pojemności do 120 litrów. Jeśli nie masz

własnego opakowania, kierowca SZOT-a udostępni worek na miejscu.

## 2. Sprawdź harmonogram:

Mobilny samochód regularnie odwiedza różne rejony Wrocławia. Aktualny rozkład postojów znajdziesz na stronie [ekosystem.wroc.pl/szot](http://ekosystem.wroc.pl/szot).

- 3. Przekaż kierowcy:** Wystarczy przynieść worek do pojazdu o wyznaczonej godzinie. Usługa jest całkowicie bezpłatna.

Objazdowa zbiórka to przede wszystkim **wygoda i higiena**. Oddając tekstylia do SZOT-a, masz pewność, że procedura odbędzie się bezpiecznie, a Twoje rzeczy nie będą miały kontaktu z innymi materiałami. To czyste i proste rozwiązanie dla każdego, kto chce odpowiedzialnie zarządzać zawartością swojej szafy.

## Co można oddać do SZOT-a?

Lista przyjmowanych rzeczy jest bardzo szeroka. Do specjalnego samochodu można przekazać między innymi:

- obuwie
- pościel, ręczniki, zastawy i firany
- koce, obrusy i bieliznę
- plecaki, torebki, paski, portfele i galanterię skórzaną
- pluszowe zabawki

## Co trafia do worków? Cenna lekcja z wrocławskich szaf

W projekt zaangażowani są także naukowcy z Politechniki Wrocławskiej, którzy badają morfologię, czyli skład, oddawanych przez wrocławian tekstyliów.

Dotychczasowa analiza zebranych worków pokazuje, że dominują w nich ubrania **damskie (43%)** oraz **dziecięce (35%)**. Odzież męska stanowi 22% zebranych rzeczy. Co jednak daje do myślenia, to doskonały stan wielu z tych ubrań. Aż 60% sztuk odzieży dziecięcej (i 70% jej masy) nadawałoby się do ponownego założenia. W workach trafiają się nawet ubrania zupełnie nowe, z oryginalnymi metkami!

To dla nas cenna lekcja. Pamiętajmy, że tekstylia od-

dane do SZOT-a **nie trafiają ponownie na wieszaki**.

Dlatego ubrania w dobrym, a tym bardziej idealnym stanie, warto najpierw spróbować przekazać dalej. Sąsiedzka wymiana, sprzedaż online czy przekazanie organizacjom charytatywnym to najlepszy sposób, by dać nienoszonym rzeczom prawdziwe drugie życie. Do SZOT-a oddawajmy natomiast wszystko to, co do noszenia się już nie nadaje - zniszczone i zużyte materiały.

## Sprawdź, kiedy SZOT będzie u Ciebie

Inicjatywa SZOT to przykład nowoczesnego podejścia do gospodarowania tekstyliami. Jeśli chcesz skorzystać z usługi, sprawdź, kiedy samochód SZOT pojawi się w Twojej okolicy.

Aktualne informacje o trasach i godzinach kursowania SZOT-a można znaleźć:

- na stronie internetowej: [ekosystem.wroc.pl/szot/](http://ekosystem.wroc.pl/szot/)
- dzwoniąc na infolinię Ekosystemu: 71 75 86 911

- w biuletynie „wroclaw.pl” (w wersji internetowej i papierowej)

Tekstylia można również przez cały rok oddawać bezpłatnie do jednego z trzech wrocławskich PSZOK-ów, przy ul. Michalczyka 9, Szwajcarskiej 15 oraz Janowskiej 51.

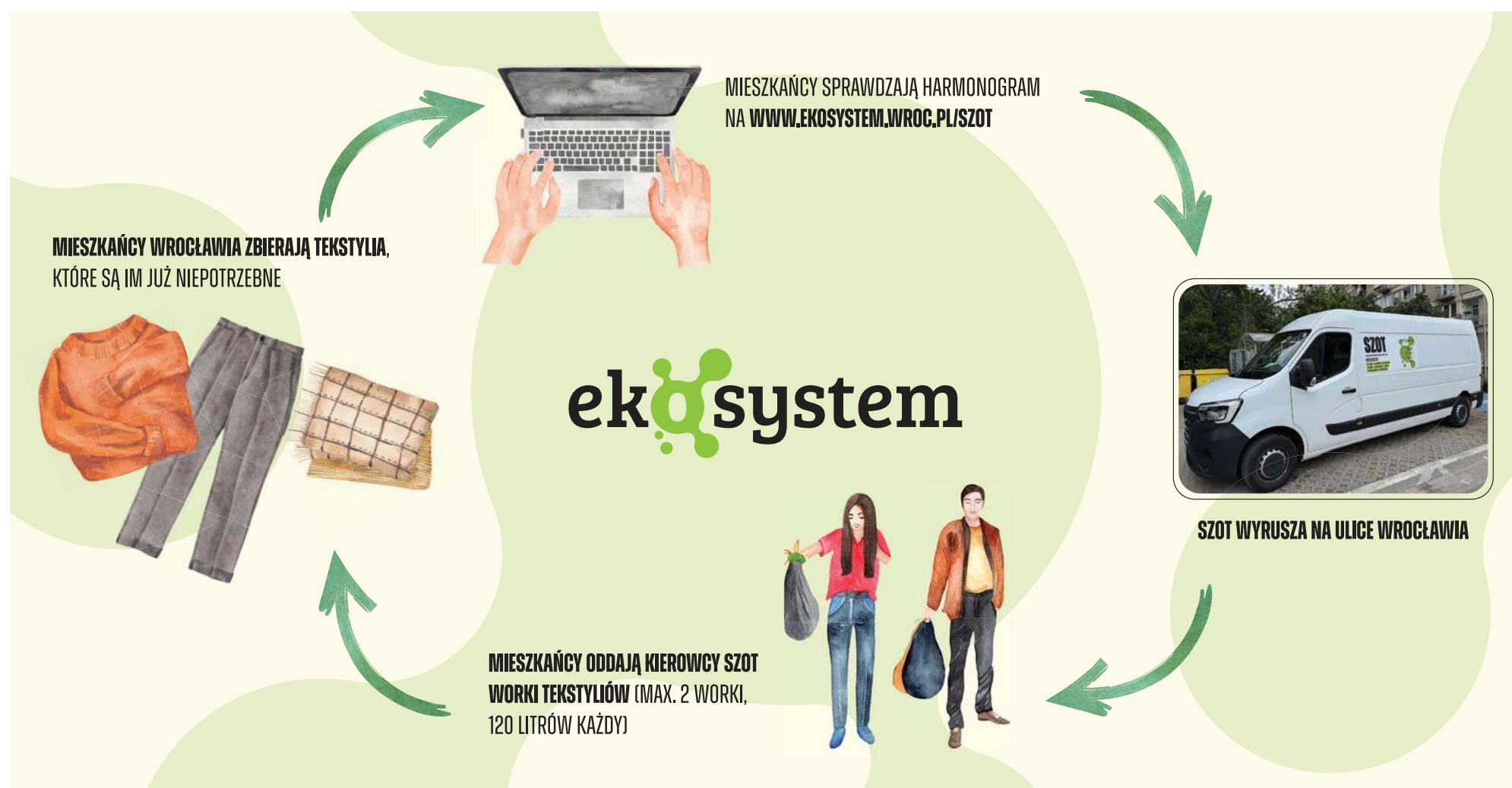
ekosystem

## ODDAJ TEKSTYLIA DO SZOT



[ekosystem.wroc.pl/szot](http://ekosystem.wroc.pl/szot)

Sprawdź, kiedy Samochód Zbierający Odzież i Tekstylia pojawi się na Twoim osiedlu



# nasz REGION

## Część Wrocławia bez ogrzewania

Michał Perzanowski  
Wrocław

**Technicy z Fortum zlokalizowali wczoraj miejsce wycieku. Firma podaje, że awarię uda się usunąć dopiero w piątek, 31 października, do godziny 15.**

W nocy ze środy na czwartek doszło do poważnej awarii magistrali ciepłowniczej na południu Wrocławia. Tysiące mieszkańców zostało pozbawionych ogrzewania i ciepłej wody. Problemy odczuli m.in. mieszkańcy Gajowic, Grabiszynka i okolicznych osiedli. Firma Fortum przez wiele godzin szukała miejsca awarii. Osuszano kolejne węzły, by ekipy mogły wejść pod ziemię. O znalezieniu miejsca awarii firma poinformowała dopiero wczoraj po południu.

Michał Perzanowski  
Wrocław

**W jednej z restauracji w Dusznikach-Zdroju burmistrz Urszula Karpowicz uderzyła radnego Jarosława Kwolka prosto w szczękę. Wszystko się nagrało na monitoring.**

Nagranie ma około 5 minut. Około 1. minuty zaczyna się awantura o kartkę, którą radny przekazał pani burmistrz. Do akcji wkracza też jej syn. Trwa szamotanina i ok. 3. minuty widać, jak burmistrz wyprowadza cios w szczękę radnego.

Po zwycięstwie w przedterminowych wyborach burmistrz Dusznik-Zdroju Urszula Karpowicz zaprosiła radnych na indywidualne rozmowy. Radny Jarosław Kwolek, jej rywal, poprosił o spot-

### KOWARY

**Wyrwał 83-latce torebkę, a najgorsze było potem...**

W wyniku ataku agresora seniorka upadła na schody i doznała obrażeń. Policjanci zatrzymali mężczyznę, któremu teraz grozi do 8 lat więzienia. W torebce było 100 zł.

### WAŁBRZYCH

**Do 5 lat więzienia grozi dwóm kobietom za kradzież w sklepie**

Policja zatrzymała 21- i 22-latkę. Są podejrzanymi o to, że ze sklepu drogerijnego w galerii przy ul. 1 Maja skradły towar za 1,1 tys. zł. Młodsza przyznała się do tego czynu.



FOT. POLICJA JELENIA GÓRA

### JELENIA GÓRA

**64-latek o 5 rano włamał się do sklepu i ukradł papierosy**

Policjanci przejrzyli monitoring i szybko zatrzymali podejrzanego. Wg właścicielki sklepu spowodował on straty w wys. 4 tys. zł. Mężczyźnie grozi do 10 lat więzienia.

# Pani burmistrz uderzyła radnego



FOT. SCREEN Z FILMU

**Zdarzenie nagrał monitoring lokalu**

czekamy na zaprzysiężenie pani burmistrz, ale chyba spotkałem się z brakiem zrozumienia - relacjonuje. Zapowiada, że po przeprowadzeniu obdukcji złoży zawiadomienie na policję i skontaktuje się z adwokatem.

Pani burmistrz temu zaprzecza i twierdzi, że radny nie przyszedł rozmawiać o mieście, lecz „załatwiać własne interesy”. Według niej Kwolek przekazał jej kartkę z konkretnym żądaniem: „Sekretarz gminy zostaje w urzędzie”. Sekretarzem jest żona radnego. „Odczytałam głośno treść i schowałam ją do torebki. Wtedy radny zaatakował mnie, próbował wyrwać torebkę, w której była kartka. W mojej obronie stanął mój syn” - napisała burmistrz w oświadczeniu. Urszula Karpowicz twierdzi, że to radny szarpał się z nią i jej synem, a ona sama odniosła obrażenia. Ucierpieć miał jej kręgosłup. - Nie dam się zastraszyć! Sprawę zgłoszę odpowiednim organom - zapowiedziała.

Do oświadczenia dołączyła inny fragment nagrania. Wy-

**Do akcji wkracza też syn pani burmistrz. Trwa szamotanina. Ok. 3. minuty widać, jak burmistrz wyprowadza cios w szczękę radnego**

nika z niego, że między stronami doszło do ostrej szarpantiny, w której uczestniczył także syn pani burmistrz. Widać, jak kobieta uderza radnego pięścią. Nagranie nie pokazuje jednak, co dokładnie wydarzyło się wcześniej i co było bezpośrednią przyczyną eskalacji awantury.

Okoliczności spotkania obie strony przedstawiają inaczej. Rozmowa miała dotyczyć przyszłości miasta, a skończyła się interwencją gości lokalu i zapowiedzią dwóch zawiadomień na policję.

## PRZEGLĄD MINIONEGO TYGODNIA

### CZWARTEK, 23.10

## 100 nowych autobusów

MPK Wrocław podpisało umowę na dzierżawę 100 nowych autobusów miejskich. 42 pojazdy „solo” i 58 autobusów przegubowych dostarczy konsorcjum firm Daimler Buses Polska i Pekao Leasing. Trafia do MPK wiosną 2027 r. Wszystkie będą niskopodłogowe, klimatyzowane i przystosowane do potrzeb osób z niepełnosprawnościami. Pojazdy zostaną wyposażone w system informacji pasażerskiej, monitoring oraz łado-

warki USB. Łączny koszt dzierżawy autobusów na 10 lat wyniesie 302 mln zł.

### PIĄTEK, 24.10

## Wielka mogiła pod ścieżką

Archeolodzy z Pracowni Pomost odkryli na terenie cmentarza w Tomkowicach koło Świdnicy pod niedawno wybudowanymi ścieżkami groby ponad 75 niemieckich żołnierzy. Szacują, że wojskowi zostali pochowani na przełomie lutego i marca 1945 roku. Najprawdopodobniej zginęli podczas działań wojennych. Ich

szczątki trafią na cmentarz wojenny w Nadolicach Wielkich (gmina Czernica).

### SOBOTA, 25.10

## Śnięte pstrągi

Prokuratura Rejonowa w Kłodzku prowadzi śledztwo w sprawie ok. 250 kg śniętych pstrągów. Zauważono je w potoku i stawach hodowlanych pod Nową Rudą. 800 m od miejsca, gdzie w sierpniu i wrześniu prowadzono specjalistyczne roboty na zlecenie Wód Polskich. Rzecznik prokuratury podkreśla, że stan wody był wówczas niski. To mogło przyczynić się do „bardzo słabego natlenienia wody”, a w konsekwencji do śnięcia ryb. Śledczy czekają na opinię biegłego.

## Najlepsza restauracja

Wrocławska restauracja Martim przy ul. Pomorskiej zdobyła tytuł najlepszej w Polsce w konkursie World Culinary Awards 2025. Lokal serwuje portugalską, współczesną kuchnię z międzykontynentalnymi akcentami, specjalizując się też w dzikich rybach i egzotycznych owocach morza.



FOT. JERZY WOJCIK

**W rejonie Wysokiej pełną parą ruszyła budowa ostatniego odcinka Wschodniej Obwodnicy Wrocławia**

### NIEDZIELA, 26.10

## Pogrom na parkingu

Na wrocławskim osiedlu Krzyki-Partynice dwaj zamaskowani mężczyźni w nocy przebili nożami opony w 87 samochodach. Spekuluje się, że mogło to być zemsta za niewpuszczenie na prywatny parking samochodów osób spoza tej wspólnoty. Policja poszukuje sprawców.

### PONIEDZIAŁEK, 27.10

## WBO 2025 ma kolor zielony

W głosowaniu w ramach Wrocławskiego Budżetu Obywatelskiego 2025 wybrano do realizacji 21 projektów: 14 osiedlowych i 7 ponadosiedlowych. Większość dotyczy nowych parków, skwerów i obiektów sportowych, a także propozycja montażu monitoringu na Nadodrze. Głosowało 60,4 tys. wrocławian - o kilkadziesiąt mniej niż przed rokiem. Miasto przeznaczy na realizację projektów WBO 2025 w sumie 35 mln zł, w tym po 1 mln zł na każdy osiedlowy i po 3 mln zł na ponadosiedlowe.



FOT. REMIGIUSZ BIAŁY

**Od 26.10 do 4.12 z powodu remontu nieczynne jest lotnisko Wrocław**

## Walczą o krzyż

Kilkudziesięciu mieszkańców Legnicy i Lubina sparaliżowało obrady Rady Miejskiej, żądając ponownego zawieszenia krzyża w sali obrad. Został on zdjęty w związku z prowadzonym tu remontem i już nie wrócił na ścianę. Sesję rady przeniesiono na późniejszą godzinę. Prezydent Legnicy Maciej Kupaj, tłumacząc decyzję, powołuje się na wynikającą z konstytucji zasadę neutralności światopoglądowej i nie przewiduje ponownego powieszenia krzyża w sali obrad.

### WTOREK, 28.10

## 13-latek „spalił” 125 tys. złotych

850 balotów siana o wartości 125 tysięcy zł spłonęło w Kunicach. Ogień podłożył 13-latek, który chciał tylko „podpalić i zaraz zgasić”. Teraz zajmie się nim sąd rodzinny.

### ŚRODA, 29.10

## W obronie domu kultury

Wrocławska posłanka Razem Marta Stożek i działacze tej partii zbierają podpisy pod petycją przeciw przeniesieniu zajęć z budynku Młodzieżowego Centrum Kultury w Legnicy przy ul. Rataja do szkół. MCK ma pozostać tylko w budynku przy ul. Mickiewicza. W środowisku są obawy, że system filii szkolnych się nie sprawdzi.

## Mijanka już do naprawy

Nie działa jeszcze nowa mijanka tramwajowa na ul. Przyjaźni za 5 mln zł, bo trzeba naprawić system sterowania sygnalizacją świetlną. **GCH**

# Finansowe wsparcie dla polskich pszczelarzy

W Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa ruszyła właśnie czwarta edycja programu pomocy dla polskich pszczelarzy, który finansowany jest z Planu Strategicznego dla Wspólnej Polityki Rolnej na lata 2023-2027. Nabór wniosków potrwa do 28 listopada 2025 r.

Pszczelarstwo jest jednym z najstarszych zajęć człowieka. Początkowo korzyści z chowu pszczoł upatrywano w możliwości pozyskiwania większej ilości miodu. Musiały minąć wieki, by ludzkość zdała sobie sprawę, że niezastąpioną rolę tych małych owadów jest zapylanie roślin, że dzięki ich pożytecznej pracy rosną plony zbóż, a drzewa i rośliny uprawne wydają owoce i nasiona, co bezpośrednio wpływa na łańcuchy pokarmowe i produkcję rolniczą.

W Polsce owady zapylające, wśród których 90 proc. stanowią pszczoły, odpowiadają za zapylanie około 80 proc. roślin. Z danych Najwyższej Izby Kontroli wynika, że korzyści z zapylania roślin uprawnych przez pszczoły szacowane są w naszym kraju na kwotę od 4,1 do 7,4 mld zł rocznie. Z kolei wartość tego wkładu pracy dla całej Unii Europejskiej określana jest, według informacji Komisji Europejskiej z 2024 r., na poziomie około 15 mld euro. Według danych Inspekcji Weterynaryjnej w Polsce w 2024 r. było 99 tys. pszczelarzy, co oznacza wzrost o 2,4 proc.

w porównaniu do 2023 r. i o 96 proc. w stosunku do roku 2011. Średniej wielkości gospodarstwo pasieczne w kraju w 2024 r. posiadało ponad 24 rodziny pszczele. Systematycznie zwiększająca się liczba pszczelarzy i pni pszczele to dowód na duży potencjał sektora pszczelarstwa w Polsce. Jednym z decydujących czynników w rozwoju tej branży są unijne programy pomocowe. Podobnie jak inne sektory polskiego rolnictwa, po 1 maja 2004 r. pszczelarstwo zostało objęte narzędziami wsparcia dostępnymi w ramach Wspólnej Polityki Rolnej, w tym działającym od 1997 r. w Unii Europejskiej mechanizmem „Wsparcie rynku produktów pszczele”.



FOT. ADOBE STOCK

Na jego bazie państwa zainteresowane tą formą pomocy opracowały trzyletnie, krajowe plany wsparcia branży pszczelarstwa, które mogły wdrażać po akceptacji Komisji Europejskiej. Polska realizowała Krajowe Programy Wsparcia Pszczelarstwa od 2005 do 2022 r. Do 2017 r. odpowiedzialna była za to Agencja Rynku Rolnego, a po jej likwidacji Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolniczego, który przyjmował i oceniał projekty złożone przez pszczelarzy. Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa przypadła rola płatnika środków dla pozytywnie zweryfikowanych wniosków.

## UNIJNA POMOC RAZY SIĘDEM

To się zmieniło w nowej unijnej perspektywie budżetowej. Teraz to Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa jest jedyną instytucją realizującą – od przyjęcia wniosku, przez jego ocenę, do wypłaty środków – europejski program wsparcia pszczelarzy. W Planie Strategicznym dla Wspólnej Polityki Rolnej na lata 2023-2027

przygotowano dla branży pszczelarstwa siedem rodzajów pomocy, tzw. interwencji. 24 października 2025 r. ruszył w ARiMR czwarty nabór wniosków o wsparcie w ramach tych interwencji, który potrwa do 28 listopada 2025 r. Na co konkretnie można otrzymać pieniądze?

### Wsparanie podnoszenia poziomu wiedzy pszczelarstwa (I.6.1)

Ta oferta dofinansowania skierowana jest do organizacji pszczelarskich oraz jednostek doradztwa rolniczego. Wsparcie można otrzymać na organizację szkoleń dotyczących m.in. prowadzenia gospodarki pasiecznej, chorób pszczoł, pożytków i produktów pszczele. Koszty kwalifikowane zostały w tym przypadku szczegółowo określone, a refundacji podlegać może nawet 100 proc. poniesionych wydatków.

### Inwestycje, wsparcie modernizacji gospodarstw pasiecznych (I.6.2)

O ten rodzaj wsparcia mogą ubiegać się indywidualni pszczelarze oraz – w ich imieniu – organizacje

pszczelarskie. Pomocą finansową objęty jest zakup nowego sprzętu pszczelarskiego, maszyn i urządzeń wykorzystywanych na potrzeby gospodarki pasiecznej, np. miodarek, odstojników oraz uli lub ich elementów. Refundacja wynosi do 50 proc. poniesionych kosztów netto i nie może przekroczyć 100 zł na jeden pień pszczele (maksymalnie 15 tys. zł w danym roku pszczelarskim).

### Wsparanie walki z warrozą produktami leczniczymi (I.6.3)

O środki finansowe w ramach tej interwencji mogą ubiegać się w imieniu pszczelarzy zrzeszające ich organizacje, jak również indywidualni pszczelarze. Przeznaczenie tych pieniędzy to zakup warzobójczych produktów leczniczych – nie tylko weterynaryjnych, lecz także tych zawierających substancje czynne dopuszczone do stosowania w gospodarstwach ekologicznych. Zwrotowi podlega do 90 proc. kosztów netto.

### Ułatwienie prowadzenia gospodarki wędrowniej (I.6.4)

W tym przypadku pomoc jest skierowana wyłącznie do indywidualnych

pszczelarzy. Realizowane z dofinansowaniem inwestycje muszą dotyczyć zakupu nowego sprzętu, maszyn i urządzeń wykorzystywanych na potrzeby gospodarki wędrowniej, m.in. wag pasiecznych czy przyczep do przewozu uli. Refundacja wynosi do 50 proc. kosztów netto. Natomiast limit wsparcia ustala się na podstawie wielkości gospodarstwa pszczelego. 150 zł na jeden pień pszczele otrzyma hodowca, który ma ich od 25 do 149. Tych pszczelarzy, którzy mają co najmniej 150 pni, obowiązuje stawka 200 zł. Jednak w sumie nie mogą oni otrzymać więcej niż 40 tys. zł.

### Pomoc na odbudowę i poprawę wartości użytkowej pszczoł (I.6.5)

Wnioski mogą składać w imieniu pszczelarzy zrzeszające ich organizacje, jak i indywidualni pszczelarze. Wsparciem objęty jest zakup: matek pszczele z linii hodowlanych, dla których prowadzone są księgi lub rejestry; odкладów lub pakietów pszczele z matkami pochodzącymi z linii hodowlanych; a także odкладów lub pakietów pszczele od producentów, którzy uzyskali rekomendację związków lub zrzeszeń pszczelarzy. Refundacji podlega do 70 proc. kosztów netto, natomiast maksymalna kwota pomocy na beneficjenta to 10 tys. zł.

### Wsparcie naukowo-badawcze (I.6.6)

Ten rodzaj pomocy adresowany jest do jednostek naukowo-badawczych, które zajmują się tematyką pszczelarską. Dofinansowanie – w maksymalnej wysokości 80 tys. zł na jednego beneficjenta w danym roku pszczele – obejmuje prace poświęcone zdrowiu pszczoł, jakości produktów pszczele i innowacjom w gospodarce

pasiecznej. Refundacja wynosi nawet 100 proc. kosztów netto.

### Wsparanie badania jakości handlowej miodu oraz identyfikacja miodów odmianowych (I.6.7)

Także w tym przypadku wnioski mogą składać wyłącznie indywidualni pszczelarze. Wsparcie można przeznaczyć na zakup analiz fizyko-chemicznych miodu lub analizy pyłkowej miodu. Refundacji podlega do 90 proc. kosztów netto, a limit wynosi 10 tys. zł.

### PSZCZELARZE SKŁADAJĄ WNIOSKI

Wnioski w ramach wszystkich naborów z PS WPR 2023-2027 Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa przyjmuje wyłącznie drogą internetową. A to oznacza, że również ubiegający się o wsparcie pszczelarze i ich zrzeszenia dokumenty mogą składać tylko za pośrednictwem Platformy Usług Elektronicznych ARiMR. Pierwszy nabór wniosków dla sektora pszczelarskiego z PS WPR 2023-2027 został przeprowadzony wiosną 2023 r. Można było się wówczas starać o wsparcie w ramach trzech interwencji: I.6.2, I.6.3 i I.6.5. Dofinansowanie w kwocie ponad 41 mln zł trafiło do około 38 tys. pszczelarzy. Pełną parą program ruszył na przełomie lat 2023-2024, gdy odbył się nabór obejmujący wszystkie siedem interwencji. Tym razem ze wsparcia finansowego skorzystało blisko 39 tys. pszczelarzy, którym ARiMR wypłaciła 39,3 mln zł. Trzeci nabór wniosków jest właśnie rozliczany przez ARiMR, stąd brak na razie ostatecznych danych. Ze statystyk Agencji wynika, że do tej pory największym zainteresowaniem pszczelarzy cieszy się interwencja I.6.2, czyli inwestycje związane z modernizacją gospodarstw pasiecznych.



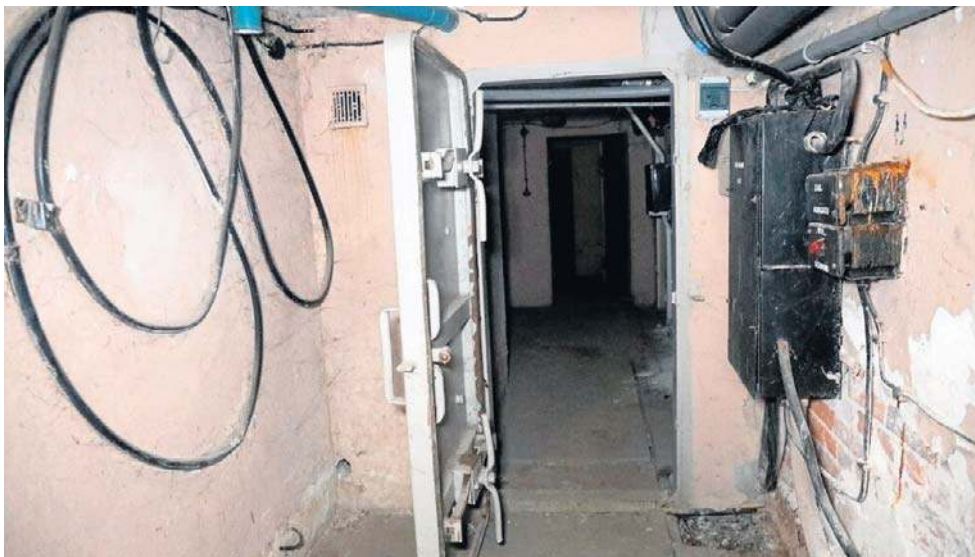
# Jak Legnica szykuje się na zagrożenia

Edyta Golisz  
Legnica

**- Trzeba być gotowym na różne scenariusze - mówił podczas spotkania z mieszkańcami prezydent Legnicy Maciej Kupaj. Ujawnił, że miasto otarło się o ostrzeżenia przeciwlotnicze.**

Może nie wydarzyć się nic, ale nie wolno bagatelizować zagrożeń. Zarówno prezydent, jak i wojewoda dolnośląska podkreślali na spotkaniu z mieszkańcami, że nie chodzi o to, aby żyć w strachu. Tylko o to, żeby czuć się w miarę bezpiecznie. Tymczasem w Legnicy, podobnie jak w całym kraju, do nadrobienia są lata zaniedbań, jeśli chodzi o bezpieczeństwo ludności. Rząd przeznacza na działania z tym związane duże środki.

- Miasto nigdy wcześniej nie otrzymywało pieniędzy na obronę cywilną. Dlatego jestem szczęśliwy, że dostaliśmy w tym roku ponad 5 mln zł i możemy wreszcie coś zrobić dla poprawy bezpieczeństwa ludności - mówi Maciej Kupaj, prezydent miasta.



W Legnicy jest sporo dawnych poniemieckich schronów, lecz nie nadają się dziś do użytku. Na zdjęciu zrujnowany schron pod dworcem PKP

Co za te pieniądze będzie zrobione? Miasto kupuje sprzęt związany np. z łącznością oraz z powodziami. Przygotowywany jest program funkcjonalno-użytkowy na budowę schronu w centrum, który na co dzień byłby podziemnym parkingiem.

- Część osób to bagatelizuje i wyśmiewa, ale myślę, że dwie

ostatnie sytuacje, o których nie mówiliśmy, w których Legnica otarła się o ostrzeżenia przeciwlotnicze, pokazują, że zagrożenia mogą być realne i jako miasto chcemy i musimy się na nie przygotować. Z przyczyn oczywistych szczegółów nie ujawnię, ale przygotowujemy się m.in. na sytuacje związane z brakiem prądu. Nie

chodzi o to, żeby straszyć, ale prosimy, aby byli państwo przygotowani na różne scenariusze - zaapelował Kupaj.

Prezydent prosi, by brać pod uwagę np. sytuację, gdy np. w wyniku dywersji ciepłownia WPEC przestanie dostarczać do mieszkań ciepło. Albo zabraknie energii elektrycznej.

- Na takie właśnie scenariusze powinniście być gotowi. Mieć zapas żywności i wody dla siebie, rodzin i waszych zwierząt. I spakowany plecak ewakuacyjny, który wcale nie musi być po to, żeby uciekać z nim za granicę. Tylko np. na wypadek alarmu, kiedy trzeba będzie zejść do piwnicy i spędzić w niej ileś czasu - mówił Maciej Kupaj.

Na spotkanie do Akademii Rycerskiej przyszło kilkadziesiąt legniczan. Pytali m.in. o dostępność schronu w Legnicy, ponieważ miasto zgłosiło do rejestru schronów jeden taki obiekt. - On faktycznie nie jest, ale Urząd Miasta nie ma do niego tytułu prawnego. Procedujemy w tej sprawie. Nie chcemy podawać na razie lokalizacji - mówił Damian Izbiański, p.o. dyrektora Wydziału Zarządzania Kryzysowego.

Czy chodzi o schron pod budynkiem dawnej Telekomunikacji przy alei Rzeczpospolitej? - Proszę państwa, ja byłem w tym obiekcie. Tam zmieści się może 30 osób - mówił prezydent Maciej Kupaj.

W mieście powołano komisję, złożoną m.in. z przedstawicieli Archiwum Państwowego i Muzeum Miedzi, która sprawdza obecnie różne obiekty pozostałe po II wojnie, które mogłyby służyć ludziom w sytuacjach zagrożenia.

O schronach na Dolnym Śląsku mówiła m.in. wojewoda Anna Żabska. Dane są zatrzważające. Zgłoszono 154 obiekty ochronne, sprawdzono 112, wymogi spełniają... 2. Pani wojewoda zaprezentowała przykład Finlandii, gdzie schronów znajduje się ponad 50 tys., mogą one pomieścić większość populacji.

- Tylko Finom dojście do takiej sytuacji zajęło prawie 100 lat. My dopiero zaczynamy. Mamy bardzo dużo do zrobienia - mówiła wojewoda Anna Żabska.

Podczas spotkania rozdano mieszkańcom m.in. wydany przez rząd „Poradnik bezpieczeństwa”, który można też pobrać ze strony poradnikbezpieczenstwa.gov.pl.

Zachęcano też wszystkich do pobrania na smartfony aplikacji RSO, czyli Regionalnego Systemu Ostrzegania.

REKLAMA

0011407578

## REGENERACJA CZY OPERACJA

FENOMEN OSOCZA I FIBRYNY - REGENERACJA KRĘGOSŁUPA, STAWÓW, MIĘŚNI I TKANEK



Jesteśmy w **Centrum Terapii Kręgosłupa (SPONDLO-CLINIC group)**, które prowadzi dr Jarosław Jawny - uznany spondyliatra, terapeuta manualny i internista - który pracuje ponad 30 lat z tkanką łączną, a jego zespół to uznani specjaliści w swoich dziedzinach. Stosujemy **proloterapię, terapię manualną, igłoterapię, masaż, trening indywidualny kręgosłupa, kinezyterapię, dietę**, ale też fizykoterapię - technologie XXI wieku.

**Laser wysokoenergetyczny dwufazowy, SALUS** - głęboka stymulacja elektromagnetyczna, **SIRIO** - głęboka stymulacja kawitacyjna uruchamiają wszystkie ukryte struktury kręgosłupa, biodra, kolana czy stopy. **Terapia tlenowa hyperbaryczna (HBOT)** to światowa nowość. Stosujemy tak zwane **terapię skojarzone** - czyli połączenie wielu metod jednocześnie. Metody dodatkowej

diagnostyki znacznie ułatwiają podjęcie właściwej terapii.

**Z jakimi schorzeniami najczęściej trafiają do Was pacjenci?**  
Z bólami kręgosłupa, kolana, biodra czy też barku - przeciążenie, wiek lub po wypadku. Inni lekarze nie potrafili pomóc. A **dysfunkcje i ból należy leczyć zawsze i za wszelką cenę**. Im wcześniej podejmiemy leczenie, tym szybciej i taniej dojdziemy do zdrowia.

**Co to jest proloterapia?**  
**Proloterapia** to najnowocześniejsza na świecie metoda leczenia i regeneracji kręgosłupa, więzadeł, stawów i mięśni. Podajemy preparat w miejsce uszkodzenia i w punkty sterujące. Likwidujemy ból poprzez **naprawę uszkodzonej tkanki**. Dużą skuteczność osiąga się podając gotowy **kolagen MD. PRP to osocze bogato-płytkowe**,

**a i-PRF to fibryna**, które uzyskuje się po odwirowaniu z krwi własnej pacjenta. **PRP** to skoncentrowana objętość **platek krwi i czynników wzrostu stymulujące przebudowę naprawczą**. **i-PRF** to najwyższe osiągnięcie medycyny regeneracyjnej, jest świetnie **usieczowana (struktura 3D)** i zawiera dodatkowo **znaczny ilość komórek macierzystych**, nazywana **jest osoczem III generacji**. **Z HBOT działa rewelacyjnie**. **Odrasta zwykła, zdrowa tkanka**.

**Czemu kolagen jest aż tak ważny?**  
Kolagen, a szczególnie fibrynogen jest odpowiedzialny za to, że nasze tkanki są elastyczne i mocne. Jego brak sprzyja uszkodzeniom wielu struktur (kolana, biodra, ale też dyskopatie czy przepukliny). **Czy starszym ludziom można pomóc?**  
Tak, dostarczamy kolagen w ten sposób, żeby

w uszkodzonym miejscu następowała regeneracja. Do **pobudzenia regeneracji** należy podać **czynniki wzrostu (PRP), komórki macierzyste, tlen** i nowoczesną rehabilitację. **Zaczynają być sprawni i bez bólu**.

**A co z ludźmi po wypadkach lub urazach sportowych?**  
**Ważne** jest prawidłowe i szybkie rozpoczęcie leczenia. Zastosowanie **proloterapii z kolagenem, PRP lub i-PRF i właściwej rehabilitacji oraz fizykoterapii** znacznie skraca czas leczenia i całkowitego wyzdrowienia. Tutaj **HBOT** czyni wręcz cuda.

**Czy skierowanie na operację to koniec marzeń o sporcie czy normalnym funkcjonowaniu?**  
Oczywiście, że nie. Prawidłowe leczenie uszkodzonego dysku czy stawu oraz całego aparatu mięśniowego i więzadłowego

prowadzi do szybkiego powrotu do zdrowia. **Trener kręgosłupa** jest wręcz niezbędny.

**Czy leczenie PRP, PRF i kolagenem jest lepsze od innych metod?**  
Tak. Działamy **przyczynowo**, a nie objawowo. Z **HBOT** mówimy o prawdziwej **rewolucji w regeneracji**.

**Celebryci, sportowcy stosują HBOT, czyli hyperbarie tlenową**. Tak. Leczenie **tlenem pod wyższym ciśnieniem** to nie moda, ale **nowoczesna i bardzo skuteczna** metoda wspomagania terapii w bardzo wielu schorzeniach, a także **znacznie skraca czas leczenia i regeneracji**. Po kilku zabiegach w komorze tlenowej poziom **komórek macierzystych** zwiększa się nawet **7-8-krotnie**. To także skuteczna profilaktyka (**idealna w czasach COVID-19**) oraz **najdoskonalszy doping**

**sportowy i intelektualny**. We Wrocławiu prowadzimy leczenie **ambulatoryjne i stacjonarne** dla pacjentów z całej Polski.

### WARTO WIEDZIEĆ:

Schorzenia, w leczeniu których się specjalizujemy to: **bóle kręgosłupa, dyskopatie (przepukliny), rwa kulszowa, bóle i zawroty głowy, migreny, bóle kończyn, barku, bóle kolan i bioder, łokieć tenisisty, wady postawy i skoliozy, bóle menstruacyjne, nerwobóle** oraz wszelkie urazy sportowe i po wypadkach komunikacyjnych. Regenerujemy staw skroniowo-żuchwowy oraz leczymy BRUKSIZM.

**Doktor Jarosław Jawny i jego zespół przyjmują we Wrocławiu przy ul. Wyszyńskiego 116 lok. 2**

**Tel. 71 791 59 23, 71 726 11 71, 503 183 095**

**www.ckregoslupa.pl**

# Nowe toalety przy zamku Książ już czynne

Adrianna Szurman  
Wałbrzych

**Nowe, ogólnodostępne toalety powstały w ramach większego projektu unijnego Via Botanica, finansowanego ze środków europejskich. Ich część (nowe schody i toalety) kosztowała 3,1 mln zł.**

Brak toalet na przedzamczu był jedną z głównych bolączek zamku Książ. Nowe, ogólnodostępne toalety otwarto 28 października. – Dawno przestaliśmy traktować tę część infrastruktury publicznej jako miejsce i obszar wstydlivy, bo w zamku Książ jest rocznie ponad pół miliona turystów, którzy mają swoje oczekiwania, prawa i wymagają właściwego traktowania i wsparcia – mówi Roman Szelemiej, prezydent Wałbrzycha.

Dorota Karolewska, prezeska zamku Książ, zaznacza, że sama konstrukcja jest imponująca, wkomponowana w otoczenie zamku. – To był bardzo skomplikowany obiekt, który powstał w miejscu, w którym wcześniej nie było tak naprawdę niczego – podkreśla, dziękując m.in. Romanowi Rutkowskiemu – pro-



Budynek toalet jest wkomponowany w przestrzeń, która opada w stronę wąwozu



Toalety są jasne i przestronne

jektantowi i Adamowi Kurczowi – wykonawcy.

Toalety powstały w sąsiedztwie tzw. Osłej Bramy. To nowy budynek podziemny z zielonym dachem. Wstęp kosztuje 3 zł albo 1 euro, można zapłacić kartą lub gotówką. Cena obejmuje zwrot kosztów poniesionych przez zamek.

– Do budynku zapewnione zostało dojście piesze przebudowanymi schodami zewnętrznymi schodzącymi na dno wąwozu (w kierunku przystanku autobusowego i stadniny), a także, dla poruszających się na wózku, przez pochylnię

przy parkingu pracowniczym z boku pawilonu powitalnego – mówi Mateusz Mykityszyn, rzecznik zamku.

Dodatkowo wyremontowano schody prowadzące do dawnego amfiteatru i zainstalowano nowe oświetlenie, w tym wzdłuż drogi prowadzącej do przystanku autobusowego.

– Oprócz budowy toalet i schodów są jeszcze trzy zadania: rewaloryzacja tarasu wejściowego wraz z pracami konserwatorskimi muru południowego przy budynku nr 3 hotelu Książ, remont i adaptacja pomieszczeń byłego baru Daisy na potrzeby



Wstęp kosztuje 3 zł albo 1 euro. Płatność kartą lub gotówką

nowego centrum informacji turystycznej zamku Książ oraz rewaloryzacja i renaturyzacja zbiornika wodnego zlokalizowanego w parku przy zamku Książ z kanalizacją wody opadowej z alei Lipowej i odtworzeniem jej nawierzchni.

Wartość całego projektu Via Botanica, który realizuje zamek Książ, to około 9 mln zł (zwrot z UE – 7 mln 357 tys. zł). Całość podzielono na cztery zadania, które muszą być zrealizowane do końca października przyszłego roku. Całość musi być gotowa do końca października 2026 r.

MATERIAL INFORMACYJNY T-MOBILE

0011414538

## Powiedz „stop” mowie nienawiści! Podpisz Deklarację Niezgody na Hejt

**Wystartowała kolejna odsłona kampanii społecznej #HejtOutLoveIn, realizowanej przez T-Mobile Polska wspólnie z Fundacją SEXEDPL, której celem jest zburzenie bariery obojętności wobec hejtu. Każdy może dołączyć do akcji, podpisując Deklarację Niezgody na Hejt na hejtoutlovein.pl i tym samym pokazać, że głos szacunku jest silniejszy niż głos nienawiści. Deklarację podpisały znane postaci życia publicznego – Anja Rubik, Helena Englert, Maciej Zakościelny, Anna Dec i Irena Wielocha.**

Kampania oparta jest o badania dotyczące mowy nienawiści w sieci wśród polskich użytkowników internetu, zlecone przez firmę T-Mobile Polska. Wnioski są pesymistyczne – wynika z nich, że chociaż tylko około pięciu procent komentatorów generuje hejt, to zjawisko przytłacza pozostałą większość. Aż 63 procent młodych osób doświadczyło hejtu – najczęściej z powodu wyglądu, poglądów i stylu bycia. Ponad 80 procent uważa go za problem, a 84 procent sądzi, że wymaga on zdecydowanej reakcji. Jednocześnie aż 67 procent badanych czuje wobec niego bezradność. Niepokoi również fakt, że osoby, które doświadczyły hejtu, pięć razy częściej stają się później jego sprawcami. Działają tym samym z potrzebą odwetu, w efekcie czego napędza się niestanna spirala nienawiści.



– Wyniki badań były dla nas szokujące – komentuje Małgorzata Rybak-Dowżyk, dyrektorka Departamentu Komunikacji Korporacyjnej i ESG w T-Mobile Polska. – Żyjemy w świecie hybrydowym, w którym świat online łączy się ze światem offline i to, czego doświadczamy w jednym, oddziałuje też na drugi. Dlatego jako T-Mobile Polska, firma, która daje ludziom okno do świata cyfrowego, uważamy, że naszą odpowiedzialnością jest nie tylko do-

starczenie najwyższej jakości usług, ale też sprawienie, by ludzie w cyfrowym świecie byli bezpieczni.

Celem akcji jest zburzenie bariery obojętności wobec hejtu.

– Jako T-Mobile nie zgadzamy się na obojętność – dodaje Rybak-Dowżyk. – Głos szacunku jest silniejszy niż głos hejtu. Wierzymy, że możemy wszyscy połączyć się ponad podziałami i działać wspólnie na rzecz wykluczenia mowy nienawiści w sieci. Możemy rozpocząć

nowy etap kultury i bezpieczeństwa w internecie.

Martyna Wyrzykowska, dyrektorka Fundacji SEXEDPL, zwraca uwagę, że kampania skierowana jest nie tylko do osób, które hejtu doświadczają, ale też do tych, które go generują, bo one również potrzebują pomocy:

– Chcemy pomagać ofiarom przemocy, świadkom, ale też sprawcom. Każda z tych grup jest ważna i każdej trzeba jakoś pomóc, by była możliwa trwała społeczna zmiana. Rosnąca w ludziach złość doprowadza do tego, że odpowiadają złością innym – a najłatwiej to zrobić wobec kogoś słabszego. Hejterzy często piszą nienawistne komentarze nie dlatego, że są złymi ludźmi, tylko dlatego, że tak robią wszyscy. Nauka zarządzania swoimi emocjami, w tym negatywnymi, to pierwszy krok do zwalczania hejtu.

Akcję #HejtOutLoveIn wspierają znani aktorzy, Helena Englert i Maciej Zakościelny. Gwiazdy ekranu jako osoby publiczne, których profile społecznościowe gromadzą tysiące followersów, są szczególnie narażone na złośliwe komentarze hejterów. Ale ich doświadczenia mogą wspomóc i zainspirować także „zwykłych” ludzi, którzy coraz częściej stają się celami ataków w świecie wirtualnym.

– Używamy naszych głosów, które są słyszalne w mediach, aby mówić o problemach, które doty-

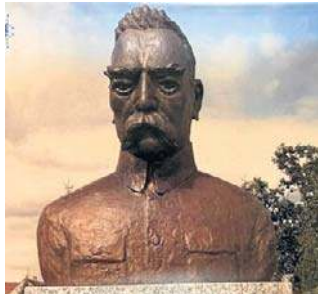
kają dziś niemal wszystkich – mówi Helena Englert, gwiazda takich produkcji jak „#BringBackAlice”, „Śleboda” czy „Rodzinka.pl”. – Już nie tylko osoby publiczne mierzą się z hejtem, ale też zwykli ludzie, którzy mają konto na Facebooku, Instagramie, TikToku – czyli w dzisiejszych czasach prawie każdy. Nie może być tak, że hejt staje się walutą wymiany opinii w internecie.

Wsparcie dla akcji #HejtOutLoveIn można wyrazić, podpisując Deklarację Niezgody na Hejt, dostępną online na stronie hejtoutlovein.pl. Zachęca do tego słynna modelka Anja Rubik, współzałożycielka i ambasadorka Fundacji SEXEDPL:

– Mówimy: dość. Nie będziemy wspierać hejtu ani słowem, ani milczeniem. Będziemy reagować, gdy zobaczymy nienawiść. Wybieramy odwagę, empatię i odpowiedzialność. Burzymy barierę obojętności wobec hejtu. Razem możemy pokazać, że głos szacunku jest głośniejszy niż głos nienawiści. Czy dołączycie?

Otwórz aparat w telefonie, zeskanuj kod i podpisz Deklarację Niezgody na Hejt.





FOT. POLICJA POLKOWICE/GMINA RADWANICE

## Gdzie jest Piłsudski? Ktoś ukradł popiersie marszałka

Michał Perzanowski  
Wrocław

**„To nie jest zwykła kradzież” - informuje gmina Radwanice. Której w nocy popiersie marszałka Józefa Piłsudskiego zniknęło. Policja prosi o pomoc w schwytaniu sprawców.**

Rzeźba stała na postumencie przy skrzyżowaniu ulic Przemysłowej i Piłsudskiego, na niewielkim skwerze obok poczty w Radwanicach (pow. polkowicki). Zniknęła nad ranem 12 października. Jej wartość to ok. 22 tysiące złotych.

- Trudno pojąć, że ktoś był w stanie zabrać symbol narodowej dumy, honoru i walki o niepodległość. To nie jest zwykła kradzież. To atak na pamięć, hi-

storię i wartości, które marszałek uosabiał. Jeśli ktoś posiada informacje na temat kradzieży, prosimy o kontakt z Urzędem Gminy w Radwanicach lub bezpośrednio z policją - poinformowała gmina na swoim Facebooku, prezentując pusty postument, na którym przez lata stało popiersie z wizerunkiem Piłsudskiego.

Policja prowadzi poszukiwania. Funkcjonariusze proszą o kontakt wszystkich, którzy mogą pomóc w ustaleniu sprawców kradzieży. - Informacje można przekazać telefonicznie Naczelnikowi Wydziału Dochodzeniowo-Sledczego KPP Polkowice pod numerem 47 874 72 51 lub zgłosić się do najbliższej jednostki policji - mówi podkom. Przemysław Rybikowski z komendy w Polkowicach.

Remigiusz Błaży  
Wrocław

**W Urzędzie Gminy Wisznia Mała ktoś się pomylił i na stronie internetowej z przetargami udostępnił wykaz mieszkańców. W pliku były nazwiska, adresy i numery pesel 5,5 tys. osób!**

Na stronie internetowej urzędu poświęconej przetargom zamieszczono ogłoszenie, że gmina poszukuje firmy do wywozu śmieci. W załącznikach do ogłoszenia - ogólnodostępnych dla wszystkich - udostępniono... wykaz mieszkańców. Lista zawierała dane 5,5 tys. osób: imiona, nazwiska, adresy zamieszkania, a nawet numery pesel. Każdy mógł pobrać dokument z wrażliwymi danymi. O sprawie, jako pierwsze, poinformowało o tym radio Eska.

- To zaskakujące, ale możliwe, że to jakiś błąd techniczny, bo wiadomo, że takich danych nie powinno się publikować. Myślę, że jest to przypadek techniczny, ale nie powinien mieć miejsca. Imię, nazwisko, adres i pesel to są dane, które jednoznacznie mogą wskazać mieszkańca, jest ustawa o RODO - mówił w rozmowie



FOT. GMINA WISZNIA MAŁA

**W załącznikach do ogłoszenia - dostępnych dla wszystkich - udostępniono... wykaz mieszkańców gminy Wisznia Mała**

z radiem Eska radny Krzysztof Chuchro.

- Powiem szczerze, że nie mam zielonego pojęcia, jak to się mogło stać. Na pewno zgłosimy to stosownym służbom, które ustalą, jak mogło dojść do tego i sprawdzą całą procedurę przewidzianą przez ochronę danych osobowych. Tylko błąd ludzki mógłby to sprawić - mówił w rozmowie z radiem Eska Jakub Bronowski, wójt Wiszni Małej.

Po nagłośnieniu sprawy, plik zawierający dane osobowe mieszkańców został usunięty ze strony z przetargami. Nie wiadomo jednak, ile osób zdą-

żyło pobrać dokument, zanim został on zdjęty. - Sprawa została przekazana do naszej komórki ds. RODO. Teraz wnętrza kontrola wyjaśni czy doszło do naruszenia przepisów o ochronie danych osobowych - mówi „Gazecie Wrocławskiej”, Joanna Łopuszańska-Kogut, kierownik referatu ochrony środowiska w urzędzie gminy.

- Policjanci przeprowadzili czynności procesowe. Przyjęliśmy zawiadomienie o możliwości popełnienia przestępstwa. Funkcjonariusze zabezpieczyli sprzęt komputerowy. W tej chwili postępowanie pro-

wadzone jest pod nadzorem Prokuratury Rejonowej w Trzebnicy - mówi nam st. asp. Daria Szydłowska z Komendy Powiatowej Policji w Trzebnicy.

Wójt Jakub Bronowski w oficjalnym komunikacie przeprosił mieszkańców i zapewnił, że urząd podjął już działania wyjaśniające.

- W związku z zaistniałą sytuacją, dotyczącą omyłkowego upublicznienia danych osobowych mieszkańców, którzy złożyli deklaracje o wysokości opłaty za gospodarowanie odpadami komunalnymi, pragnę Państwa zapewnić, że Urząd Gminy Wisznia Mała podchodzi do kwestii ochrony danych osobowych z najwyższą starannością i odpowiedzialnością. Mimo to, doszło do błędu ludzkiego, który choć niezamierzony - został przez nas potraktowany z pełną powagą. Podjęliśmy natychmiastowe działania w celu usunięcia pliku z przestrzeni publicznej oraz ograniczenia ewentualnych skutków dla osób, których dane mogły zostać ujawnione. Za zaistniałą sytuację uprzejmie Państwa przepraszamy - pisze wójt.

0011421023

REKLAMA

0410707709

Z głębokim smutkiem zawiadamiamy,  
że dnia 21 października 2025 r. zmarła  
przeżywszy 91 lat



**Irena Wilecka**

Ceremonia pogrzebowa odbędzie się  
dnia 6 listopada 2025 r. o godz. 13:00  
w kaplicy na cmentarzu przy ul. Bujwida.

Po Mszy św. Urna z prochami zmarłej  
zostanie odprowadzona  
na miejsce wiecznego spoczynku.  
Pograżona w smutku

Rodzina

AUTOPROMOCJA

**Wspomnienia.  
Te najważniejsze...**

Wspomnij bliskich. Zapal im świeczkę. Sprawdź na  
nekrelogi.net i gazetawroclawska.pl/nekrelogi

AUTOPROMOCJA

## ZAKŁADY POGRZEBOWE

● **„ABEL”** – Zakład Pogrzebowy, bezgotówkowa organizacja pogrzebów i kremacji. Całodobowe przewozy zmarłych z domu, szpitali, hospicjum. Tel. całodobowe, kom. 502-922-708, 71/355 92 23 ul. Św. Wincentego 10 A.

● **„ADORIA”** Usługi Pogrzebowe. Tanio, profesjonalnie i bezgotówkowo. Całodobowy odbiór ciała z dowolnego miejsca. Pożegnania i kremacje. Obsługa ekskluzywnym karawanem. Biuro na terenie cm. Osobowice 59a - wszystkie sprawy w jednym miejscu. Tel. całodobowy 71 352 52 05 lub 503 33 83 84.

● **„ANUBIS”** – kompleksowe usługi pogrzebowe - profesjonalnie - bezgotówkowo. Dom Pogrzebowy, biuro i własna kaplica i chłodnia, organizowanie pożegnań przed kremacją oraz czuwanie przy zmarłym przed pogrzebem tradycyjnym

w godzinach dogodnych dla klienta. Wrocław, ul. Szpacza 32/34, tel. 71 350 01 01 całodobowy. Biuro: Wrocław, ul. Dubois 20, Wróblowice, ul. Stawowa 5. Całodobowe przewozy zmarłych kraj i zagranicą. Załatwianie formalności również w domu klienta. Telefony całodobowe 71 328 83 85, 723 030 303.

● **„ARCHON”** – Zakład Pogrzebowy tel. 71 332 60 60 – całodobowe przewozy zmarłych. Własna chłodnia i kaplica, rozliczenia bezgotówkowe, wyrabianie aktów zgonu i wszystkich formalności ZUS i USC. Obsługa ceremonii pogrzebowych ekskluzywnym karawanem Mercedes Pilato gratis.

Nasze oddziały: Włodkowica 37, Hallera 112, Bogusławskiego 33, Traugutta 67, Skłodowskiej-Curie 49, Kiełczowska 90 (cm. komunalny), Krzywoustego 287, Trzebnicka 67,

ul. Grabiszyńska 101, ul. Zaporoska 83, www.zaklad-pogrzebowy.com.pl

● **„WITWICCY”** Zakład Usług Pogrzebowych, Producent Trumien. Całodobowy przewóz zmarłych. Rozliczamy ZUS, KRUS, WBE, MSWiA w zakładzie. Własna chłodnia. Kompleksowo. Solidnie! Wrocław Borowska 254 - naprzeciw Akademii Medycznej, Wrocław Kościuszki 67/1a – róg Gwarnej, Krzyżowice ul. Główna 14 gm. Kobierzyce, Sobótka ul. Św. Anny 19/1, 71/889-00-60, www.zakladpogrzebowy24.pl

● **CAŁODOBOWE PRZEWOZY ZMARŁYCH** dla miasta Wrocławia i Dolnego Śląska. Najniższe ceny. Tel. 502-922-708, 71 322-60-16.

● **KREMATORIUM – ARCHON**, ul. Kiełczowska 90, tel. 71 345 73 43

- całodobowo. Kompleksowe usługi kremacyjne i pogrzebowe, ustalanie terminów. Całodobowy odbiór osób zmarłych z domu, szpitali, hospicjów. www.krematorium.wroclaw.pl

● **MIĘDZYNARODOWE PRZEWOZY ZMARŁYCH**, tel. 71/332-60-60 – całodobowo. Przewóz zmarłych i prochów z państw całego świata. Załatwiamy wszelkie pozwolenia i formalności. Posiadamy licencję na transport zmarłych z Francji. www.zaklad-pogrzebowy.com.pl

● **ROCH** – Zakład Pogrzebowy, bezgotówkowo, kompleksowo. Całodobowe przewozy zmarłych z domu, szpitali, hospicjum. Tel. całodobowe 71/322 60 16, kom. 502-922-708, Wrocław, ul. Św. Wincentego 10 a (dawna Obrońców Pokoju).

**ibo** TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

**Kondolencje i nekrologi**

w Twojej gazecie zleczysz bez wychodzenia z domu przez Internetowe Biuro Ogłoszeń

ibo.polskappress.pl

# POLSKA i ŚWIAT

## Polskie samoloty poderwane z powodu aktywności Rosji

Beata Kulicka  
Warszawa

**Polskie myśliwce MiG-29 przechwyciły rosyjski samolot rozpoznawczy Il-20 nad Morzem Bałtyckim. Zamknięto też dwa porty lotnicze w kraju.**

Dowództwo Operacyjne Rodzajów Sił Zbrojnych (DORSZ) poinformowało w czwartek nad ranem o uruchomieniu „wszystkich dostępnych sił i środków pozostających w jego dyspozycji” w związku z rosyjskimi atakami na cele w Ukrainie.

Jak napisano, poderwane zostały dyżurne pary myśliwskie i samolot wczesnego ostrzegania, a naziemne systemy obrony po-

wietrznej oraz rozpoznania radiolokacyjnego osiągnęły stan najwyższej gotowości. O zakończeniu operowania sił powietrznych w polskiej przestrzeni powietrznej DORSZ poinformowało po godz. 10.

Przebywający w Kartuzach wicepremier i minister obrony Władysław Kosiniak-Kamysz poinformował w czwartek o przechwyceniu przez polskie myśliwce MiG-29 rosyjskiego samolotu rozpoznawczego nad Morzem Bałtyckim. - Dzisiaj MiG-i-29 przechwyciły rosyjski samolot rozpoznawczy nad Morzem Bałtyckim, tak jak wczoraj - powiedział szef MON.

Kosiniak-Kamysz podkreślił, że zagrożenie dla Polski jest ze wschodu, ze strony Federacji Ro-

### FUNDUSZE EUROPEJSKIE

Komisja Europejska poinformowała w środę o pozytywnym rozpatrzeniu trzeciego wniosku Polski o płatność z Krajowego Planu Odbudowy (KPO). Polska otrzyma 6,2 mld euro (26 mld zł). Według KE pieniądze te mają w szczególności być zainwestowane w edukację, rozwój cyfrowy, czystą energię i transport. Dotychczas Polska z KPO otrzymała 67 mld zł: 27 mld zł wpłynęło do Polski w kwietniu 2024 r.; 40 mld zł - w grudniu 2024 r.

syjskiej. - Kto dzisiaj prowadzi retorykę antyniemiecką, antyukraińską, budząc takie nastroje, działa wbrew interesowi państwa polskiego - mówił szef MON.

- Trzeba kompletnych dyletantów po drugiej stronie mieć albo cynicznych polityków wykorzystujących emocje, albo budujących takie emocje - dodał wicepremier.

W środę Dowództwo Operacyjne informowało o przechwyceniu we wtorek przez dyżurną parę polskich myśliwców MiG-29 rosyjskiego samolotu Il-20 realizującego nad Morzem Bałtyckim misję rozpoznawczą w międzynarodowej przestrzeni powietrznej bez złozonego planu lotu i z wyłączonym transponderem.

Jak podkreślono, nie odnotowano naruszenia polskiej przestrzeni powietrznej.

Równolegle polskie wojsko reagowało na działania rosyjskie na terenie Ukrainy. Dowództwo Operacyjne Rodzajów Sił Zbrojnych przekazało w czwartek wczesnym rankiem na platformie X, że w związku z atakiem Federacji Rosyjskiej na obiekty znajdujące się na terytorium Ukrainy, trwa operowanie polskiego i sojuszniczego lotnictwa w naszej przestrzeni powietrznej. Działania te, jak wskazywano, miały charakter prewencyjny i były ukierunkowane na zabezpieczenie przestrzeni powietrznej i jej ochronę, zwłaszcza w rejonach przyległych do zagrożonych obszarów.

”

*Przed nami jeszcze tylko trzy przelewy z KPO, ich wartość przebieje 100 mld zł. Pieniądze trafią do Polski w przyszłym roku*

Jan Szyszko, wiceminister funduszy, 30 października 2025 r.



FOT. MEDIA SPOŁECZNOŚCIOWE DORSZ

**Rosyjski samolot rozpoznawczy Il-20 został przechwycony przez polskie MiG-29 nad Bałtykiem**

Z kolei Polska Agencja Żegludki Powietrznej (PAŻP) informowała zaś, że z powodu konieczności zapewnienia swobody operowania lotnictwa wojskowego lotniska w Radomiu i Lublinie zostały zamknięte na czas działań.

Lotniska zostały ponownie otwarte w czwartek po godz. 10 rano.

Władze ukraińskie poinformowały, że celem przeprowadzonych przez wojska rosyjskie z użyciem rakiet i ciężkich dronów uderzeniowych były obiekty energetyczne, głównie

w zachodniej części kraju. Położonym najbliżej Polski obiektem infrastruktury energetycznej Ukrainy, który ostatniej nocy znalazł się pod zmasowanym atakiem Rosji, była elektrociepłownia w mieście Dobrotwór, ok. 60 km na wschód od granicy.

Wojska rosyjskie zaatakowały także elektrownie w Kałuszu, który znajduje się niewiele ponad 100 km na wschód od polskiej granicy, oraz w Bursztynie (ok. 150 km od Polski); obie te miejscowości położone są w obwodzie iwano-frankowskim. PAP

## Zarzuty dla Dariusza Mateckiego z PiS. Sprawa dotyczy Funduszu Sprawiedliwości. Poseł mówi o upolitycznieniu

Beata Kulicka  
Warszawa

**Prokuratura Krajowa skierowała w czwartek akt oskarżenia wobec ośmiu osób, w tym posła PiS Dariusza Mateckiego, w śledztwie dot. Funduszu Sprawiedliwości.**

Jak przekazał rzecznik prokuratury Przemysław Nowak, Matecki jest oskarżony o popełnienie łącznie sześciu przestępstw.

Akt oskarżenia skierowano do Sądu Okręgowego w Szczecinie. Prok. Nowak przypomniał, że dotyczy on tzw. „wątku szczecińskiego, obejmującego nieprawidłowości przy organizacji trzech konkursów Funduszu Sprawiedliwości, które od początku były przeprowadzane w sposób zapewniający przyznanie wielomilionowych dotacji dwóm z góry wskazanym stowarzyszeniom: Stowarzyszeniu Fidei Defensor oraz Stowarzyszeniu Przyjaciół Zdrowia”.

W marcu tego roku prokuratura przedstawiła Mateckiemu zarzuty dot. popełnienia łącznie sześciu przestępstw zagrożonych karą do 10 lat pozbawienia wolności. Pierwsze trzy dotyczą współdziałania z funkcjonariuszami publicznymi z Ministerstwa Sprawiedliwości przy przekroczeniu uprawnień w związku z przeprowadzeniem trzech konkursów na dotacje z Funduszu w sposób „zapewniający ich rozstrzygnięcie na rzecz powiązanych stowarzyszeń Fidei Defensor i Przyjaciół Zdrowia” i przywłaszczenia środków w łącznej kwocie 16,5 mln zł.

Matecki ocenił, że zarzuty są „polityczne i wysane z palca”. Zapowiedział też, że w najbliższych dniach będzie publikował dowody swojej niewinności i dokumenty odnoszące się do zarzutów prokuratury. Powiedział ponadto, że nigdy nie decydował o wydatkowaniu pieniędzy z Funduszu i nie otrzymał z niego żadnych środków. PAP

### POLITYKA

## Projekt ustawy Abonament RTV zniknie?

**Zniesienie abonamentu rtv, a w zamian finansowanie TVP i PR z budżetu; likwidacja Rady Mediów Narodowych i gwarancje apolityczności władz mediów publicznych - to niektóre z założeń projektu nowelizacji ustawy medialnej, który w czwartek przedstawiła minister kultury Marta Cienkowska.**

Jeszcze w czwartek dokument trafi do Zespołu ds. Programowania Prac Rządu, a następnie do konsultacji publicznych i międzyresortowych - zapowiedziała minister.

Szefowa MKiDN wskazała, że projekt opiera się na trzech filarach: niezależność władz, stabilne finansowanie, ograniczenie wydawania prasy przez jednostki samorządu terytorialnego. Zapowiedziała także likwidację abonamentu radiowo-telewizyjnego, ponieważ, jak podkreśliła, jest on „absolutnie nieskuteczny”, nie zapewnia stabilnego finansowania mediów publicznych, a także jest „archaicznym tworem” i „bardzo słabością opłatą”. Zygmunta Francuski

REKLAMA

0011423572

**CITODENT**  
CENTRUM STOMATOLOGICZNE

## Drodzy Pacjenci!

Informujemy,  
że w przychodni **Citodent**  
**Centrum Stomatologiczne we Wrocławiu**  
przy ul. Powstańców Śląskich 122  
jest możliwość wykonania  
**protez zębowych**  
w ramach umowy  
z NFZ w bieżącym 2025 roku.

**NFZ**

Narodowy Fundusz Zdrowia

Szczegółowe informacje  
pod numerem: 661 399 943

## Przejścia graniczne z Białorusią będą otwarte w połowie listopada

Zygmunt Francuski  
Wilno

**Polska później otworzy przejścia graniczne z Białorusią – przekazała premier Litwy Inga Ruginiene.**

– Wczoraj rozmawiałam przez telefon z premierem Polski. Była to bardzo szczegółowa, wyczerpująca rozmowa. Zdecydowaliśmy, że premier Polski opóźni ponowne otwarcie granicy Polski z Białorusią – powiedziała Ruginiene na konferencji.

Jak podkreśliła, Litwa i Polska koordynują działania, a „obecnie granice (z Białorusią) zarówno w Polsce, jak i na Litwie pozostaną zamknięte”.

Ruginiene wyraziła przekonanie, że takie działanie „naprawdę boli nieprzyjaciela są-

siada” oraz nadzieję, że pomoże to uświadomić władzom w Mińsku, że „nie będziemy tolerować żadnych ataków hybrydowych i zrobimy wszystko, aby opanować zagrożenia i zapewnić bezpieczeństwo naszym mieszkańcom”.

Rzecznik rządu Adam Szłapka przekazał w czwartek, że premier Donald Tusk i premierka Litwy Inga Ruginiene uzgodnili, że Polska otworzy swoje przejścia graniczne z Białorusią „w okolicach połowy listopada”. We wtorek premier Tusk informował, że jeszcze w listopadzie rząd będzie gotowy do otwarcia dwóch przejść granicznych z Białorusią: w Bobrownikach i Kuźnicy. Mówił wówczas, że otwarcie będzie „na próbę”, po konsultacji z Litwą. PAP



Tak obecnie wyglądają przejścia graniczne między Polską i Białorusią

## Spotkanie Trump – Xi. Lepiej niż ktokolwiek się spodziewał

Beata Kulicka  
Pusan, Korea Południowa

**Po bezpośredniej rozmowie liderów USA i Chin pojawiło się sporo pozytywnych uzgodnień. Ale ciągle trudno stwierdzić, czy to światło w tunelu, czy pozycja negocjacyjna.**

Przełom? Pierwsze od roku spotkanie przywódców USA i Chin w południowokoreańskim Pusan przyniosło zaskakującą serię pozytywnych sygnałów. Donald Trump i Xi Jinping ogłosili cały pakiet kwestii gospodarczych, w których ich kraje zamierzają współpracować. Waszyngton i Pekin mają też „razem pracować” nad rozwiązaniem konfliktu między Rosją i Ukrainą.

– Uważam, że to było niesamowite spotkanie. To wspinały przywódca, wspaniały przywódca bardzo potężnego, bardzo silnego kraju, Chin, i coś mogą powiedzieć? Podjęliśmy wybitne decyzje. (...) Wiele decyzji zostało podjętych – powiedział Trump podczas lotu powrotnego do USA na pokładzie Air Force One. Zapowiedział też pisemne podsumowanie wszystkich porozumień.

Amerykański prezydent ogłosił, że zawarł z Chinami jednoroczne porozumienie obejmujące m.in. powstrzymanie się od kontroli eksportu metali ziem rzadkich przez ChRL, a także obniżenie ceł na towary z Chin o 10 procent w zamian



Donald Trump spotkał się z Xi Jinpingem bezpośrednio po raz pierwszy od sześciu lat. Ich rozmowa przyniosła więcej efektów niż początkowo się spodziewano

za obietnicę powstrzymania eksportu prekursorów do wytwarzania fentanylu. W rezultacie cła na większość importu z Chin spadną z 57 do 47 proc.

Chiny zapowiadały wcześniej ustanowienie restrykcji eksportowych minerałów krytycznych do całego świata, co wstrząsnęło Trumpem i spowodowało zapowiedź odwetu, w tym nałożenia dodatkowych 100 proc. ceł. W wyniku rozmowy przywódców groźby te nie zostaną zrealizowane przynajmniej przez rok, choć Trump zapowiedział, że porozumienie zostanie prawdopodobnie od-

nowione. Według amerykańskiego prezydenta Chiny zgodziły się też wznowić zakupy amerykańskiej soi i innych produktów rolnych.

Trump stwierdził, że mimo poruszenia wielu kwestii nie rozmawiał z Xi o problemie Tajwanu. Zapowiedział też, że z Xi

**Trump w kwietniu złoży wizytę w Chinach, a później Xi odwiedzi USA: spotka się z Trumpem na Florydzie lub w Waszyngtonie**

ustalili, że w kwietniu odwiedzi Chiny, zaś potem Xi przyjedzie do USA, odwiedzając go na Florydzie lub w Waszyngtonie.

– Myślę, że w skali od zera do dziesięciu, gdzie 10 to ocena najwyższa, powiedziałbym, że spotkanie oceniam na 12 – podsumował.

Trump powiedział, że długo rozmawiał z Xi na temat wojny w Ukrainie i obaj ustalili, że będą współpracować, „żeby zobaczyć, czy uda nam się coś zrobić”. Dodał, że on i Xi chcą zakończyć wojnę, choć „nie ma tak naprawdę wpływu” na ich państwa. PAP

## Seria aresztowań po włamaniu do Luwru

Zygmunt Francuski  
Paryż

**Zatrzymano pięciu nowych podejrzanych w sprawie kradzieży klejnotów koronnych z paryskiego Luwru. Nadal nie znaleziono skradzionych precjozów.**

Jak przekazała w czwartek prokuratorka Laure Beccuau w radiu RTL, według śledczych jeden z zatrzymanych należał do czteroosobowej grupy, która dokonała kradzieży. Podobnie jak w przypadku pozostałych zatrzymanych, służby opierają się na próbkach DNA pobranych z miejsca zdarzenia.

Beccuau dodała, że kolejne ustalenia, które śledczym udało się uzyskać dzięki zatrzymaniom i przeszukaniom przeprowadzonym w środę wieczorem, mogą przyczynić się

do odzyskania klejnotów. Podkreśliła przy tym, że śledztwo jest bardzo skomplikowane.

Najnowsze zatrzymania przeprowadzono jednocześnie w różnych miejscach aglomeracji paryskiej w środę około godz. 21. Łącznie w sprawie kradzieży klejnotów z Luwru zatrzymano dotąd siedem osób.

Poszukiwania złodziei klejnotów wszczęto krótko po kradzieży 19 października. Wartość zrabowanych ośmiu klejnotów ocenia się na 88 mln euro.

Na miejscu zdarzenia i w pobliżu uciekający pozostawili w pośpiechu kilka przedmiotów, m.in.: kask, rękawiczki, żółtą kamizelkę, a także krótkofalówkę i pojemnik z łatwopalną cieczą. Zgubili też jeden ze zrabowanych przedmiotów – koronę cesarzowej Eugenii. PAP

## W Holandii powstanie rząd bez udziału skrajnie prawicowej partii Geerta Wildersa

Beata Kulicka  
Haga

**Niespodziewany wynik przedterminowych wyborów w Holandii. Zwyciężyła w nich liberalna partia Demokraci 66 kierowana przez Roba Jettena.**

Liberalno-proeuropejska partia Demokraci 66 (D66) zdobyła 27 mandatów w 150-osobowej Izbie Reprezentantów – wynika z sondażu exit poll Ipsos I & O dla publicznego nadawcy NOS i komercyjnego RTL.

Na drugim miejscu znalazła się skrajnie prawicowa Partia Wolności (PVV) Geerta Wildersa – 25 mandatów, a na trzecim liberalna Partia Ludowa na rzecz Wolności i Demokracji (VVD) z 23 mandatami.

Na kolejnych miejscach uplasowały się lewicowy so-



Rob Jetten, lider partii Demokraci 66

jusz Zielonych i Partii Pracy (GL-PvdA) z 20 mandatami oraz chrześcijańscy demokraci z CDA, którzy zdobyli 19 mandatów – aż o 14 więcej niż w 2023 roku. Wynik D66 też oznacza znaczący wzrost poparcia – partia miała dotąd

tylko 9 miejsc w Tweede Kamer.

Według sondażu, który ma margines błędu do jednego mandatu (a w wyjątkowych przypadkach nawet do trzech), upadek odnotowały czołowe ugrupowania z poprzednich wyborów: PVV straciła 12 mandatów, a GL-PvdA pięć. Partia Nowy Kontrakt Społeczny (NSC), która dwa lata temu zdobyła 20 miejsc, nie przekroczyła progę i wypada z parlamentu.

Niespodziewanie dobre wyniki osiągnęły partie prawicowe: JA21 uzyskała 9 mandatów (wcześniej 1), a Forum voor Democratie – 6 (wcześniej 3). Z kolei ruch rolniczy BBB zdobył 4 miejsca (wcześniej 7), a socjaliści (SP) – 3 (wcześniej 5).

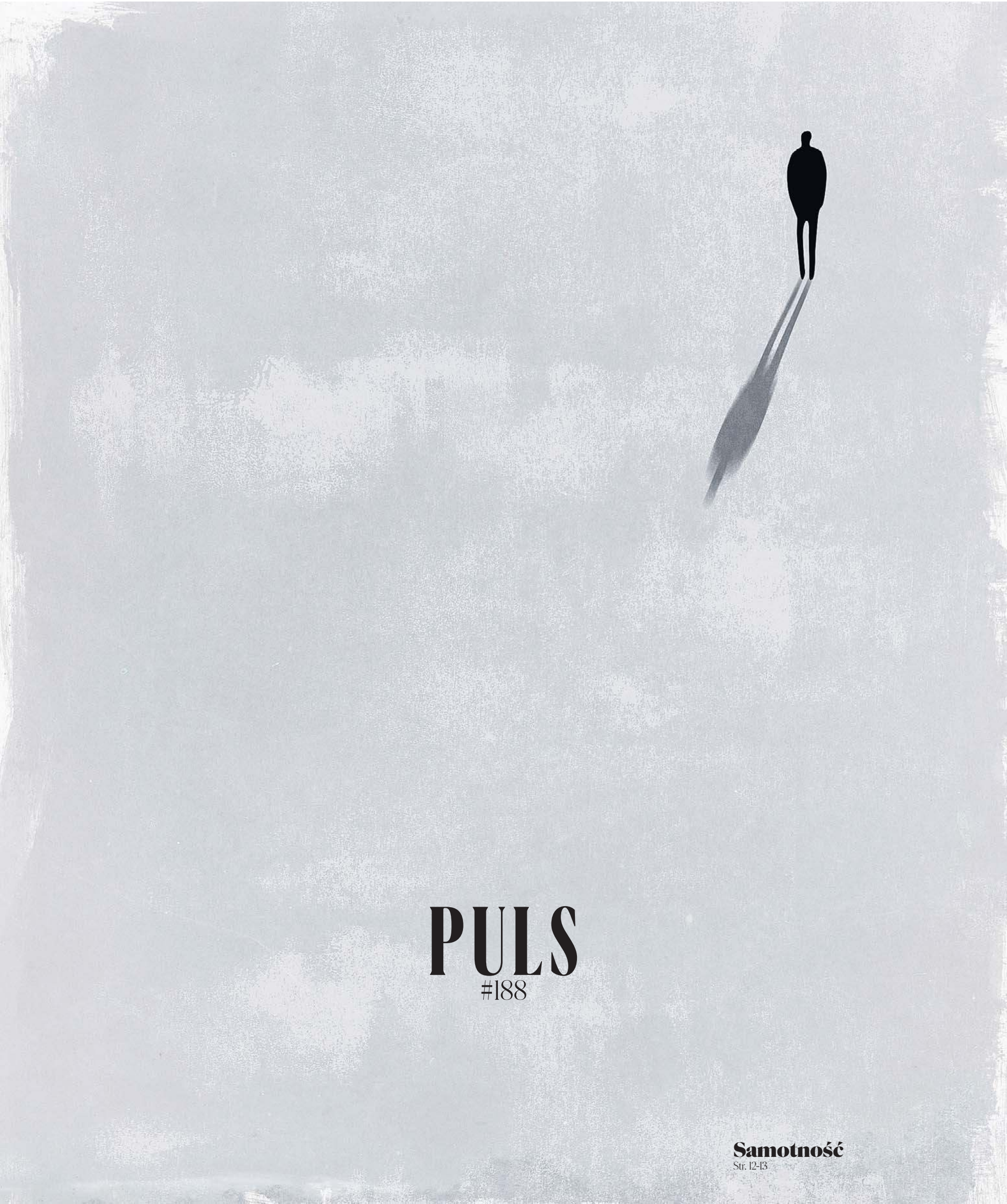
W parlamencie utrzymają się mniejsze ugrupowania, w tym Denk, Partia na rzecz Zwierząt (PvdD) i protestancka

SGP – każda z trzema mandatami. Po przerwie wraca partia seniorów 50Plus (2 mandaty). Frekwencja wyborcza wyniosła 76,3 proc. – nieco mniej niż w 2023 roku (77,7 proc.).

Wprawdzie oficjalnych wyników wyborów jeszcze nie ma, ale już zaczęły się pierwsze przymiarki koalicyjne. Według medialnych spekulacji nowym premierem zostanie Rob Jetten. Stanie on na czele rządu, który utworzą jego partia D66 razem z VVD, z CDA oraz z JA21.

Faworyt wyborów, skrajnie prawicowa Partia Wolności, po raz kolejny pozostanie w opozycji.

Kłeskę w wyborach poniosła koalicja partii lewicowo-zielonych. W konsekwencji ich lider Frans Timmermans ogłosił, że rezygnuje z przywództwa temu sojuszu. PAP



**PULS**  
#188

**Samotność**  
Str. 12-13

**M**elancholijne to święta. I na swój sposób magiczne. Cmentarze pełne pożółkłych liści, zapach palonych świec, chryzantemy: białe, ciemnofioletowe. Stoimy przy grobach zbici w małe grupki. Razem i osobno. Każdym ze swoją historią w głowie, swoim wspomnieniem o zmarłym. Swoją samotnością.

### Opowieść Miry

Mira: „Jest takie czarno-białe zdjęcie. Mam na nim 10 lat, kurtkę w biało-czarną pepitkę, koński ogon i zapłakaną twarz. Stoję, wraz z moją rodziną i znajomymi, nad grobem mojego Dziadziusia. Dziadziusia, nie Dziadka. Dziadków miały inne dzieci, ja miałam Dziadziusia albo Dziadulinę. Dziadkowie byli starzy, brzydko pachnieli, nie można się było z nimi dogadać, bo mówili jakby innym językiem, którego nie rozumiałam. Mój Dziadzius był wysokim, szczupłym mężczyzną, trochę, jak dziś myślę, wojskowym w obyciu, i choć nigdy nie widziałam go w innym stroju niż garnitur, można było odnieść wrażenie, że wciąż chodzi w mundurze. Ale mój Dziadzius był wojskowym, przedwojennym Podhalańczykiem, później walczył w AK. Dla mnie był ukochanym Dziaduliną, towarzyszem wypraw na sanki i do lasu. Opowiadał mi o wojnie, o tym, jak razem z kumplami ukradli pancerną lokomotywę i pojechali na odsiecz zaatakowane przez Sowietów polskiego miasta Lwów, i dlatego to się skończyło niemal katastrofą. Rozgrywaliśmy walki na śnieżki, jedliśmy owoce morwy, słodkie od soku. I dużo rozmawialiśmy. Kiedyś, jeszcze jako mały pyper, może sześciolatek, zapytałam Dziadziusia, który wiele opowiadał mi o lojalności, wierności i takim, trudno zrozumiałym dla dziecka rzeczom, co się działo, kiedy żołnierz zdradził. Bez chwili wahania odpowiedział: »Kula w łeb«.

Wyobraziłam sobie wówczas, jak kula ziemską, w postaci globusa, spada mi na głowę. I postanowiłam, że nigdy więcej nie zdradzę. Dziadzius umierał w domu, na raka płuc. Nie miał jeszcze 60 lat. Nic dziwnego: od kąd pamiętam, miał łufkę z zakniętym w niej papierosem w kąciuku warg. Razem z Babunią palili papierosy, a lufki, z brunatnego osadu, czyścili za pomocą kurzych piór, czemu przyglądałam się z masochistyczną fascynacją. I też szybko zaczęłam palić. Jednak oprócz tego fatalnego nałogu po Dziadulinie pozostało mi coś więcej, coś znacznie lepszego: bądź wierna, nie zdradzaj. Niczym u Herberta, którego wierszy pewnie nie znał, w »Przesłaniu Pana Cogito«: »Bądź wierny, idź«. No, ale umarł, nie było go, a ja zostałam na wychowanie w kobiecym klanie - matki, babci i tysiąca ciotek, z których to każda miała lepszy

pomysł na to, jak mnie wychowywać. Ojca w tym nie było, gdyż, dumny gówniarz, pokłócił się z moją »Macierzą« i widywałam go tylko incydentalnie, raz na parę lat. Przez długi czas największy wpływ na moje wychowanie, na moje życie, miała Babunia. Matka Polka, wyrażająca swoją miłość w karmieniu bliskich. Pamiętam, jak biegła za mną z kajerką posmarowaną świeżym masłem, na który nałożyła soczysty plaster gotowanej szynki i błagała, żebym chociaż ugryzła. Nie, uciekałam, jakby miała zależeć od tego moje życie, wiedzioną instynktem młodych organizmów, że nie należy przyjmować zbyt wiele kalorii.

Babunia umarła, kiedy byłam już na studiach. Zanim odeszła, chorowała na alzheimera. Nikogo nie poznawała, z nikim nie rozmawiała, bywała agresywna. Zwyczajnie mnie. W weekendy,

po mojej stronie, miałam kogoś, komu mogłam wszystko powiedzieć. Dzidka była (kochana, dobra) wymagająca, a Alek łał się jak świeży miód. Dzidka umarła pierwsza. Przyszła do kuchni, usiadła, wzięła długopis, książeczkę z krzyżówkami i jej serce odmówiło współpracy. Po roku z hakiem za Dzidką podążył Alek. Umarł spokojnie, w swoim łóżku, miał na sobie śmieszny piżamę św. Mikołaja, jaką dostał pod ostatnią w jego życiu choinkę. Nie pojadę na grób żadnego z nich. Nie dlatego, że jestem leniwa, po prostu - dla mnie - ich tam w grobach nie ma. Są wciąż przy mnie, w moich wspomnieniach, w moich nawykach, zasadach. Po ich śmierci poszłam do lekarza. Na depresantach jestem do dziś. Najbardziej brakuje mi telefonów do Dzidki i Alka. Dzisiaj nie mam do kogo zadzwonić. I usłyszeć, zanim skończę: »Tak, tak wszystko już

w dotychczasowym życiu, przez pamięć o stawianiu się i odchodzeniu wszechrzeczy. Bylibyśmy więc wydani tylko na łup tych samych, niewzruszonych wrażeń bez znaczenia - mówił mi swego czasu świętej pamięci prof. Zbigniew Mikołajko, filozof, etyk.

I tłumaczył, że utrata osoby bliskiej jest utratą radykalną, absolutną, ostateczną.

Profesor nie miał żadnej recepty, żadnego pomysłu na pocieszenie. A tym bardziej pomysłu, który byłby pomysłem uniwersalnym, odpowiednim dla każdego z nas. - Pozostaje zatem to, co jest najbardziej banalne, doszczętnie wyświechtane, bo kryje się w tym jakaś odwieczna mądrość: że czas leczy rany. Czas, czyli samo życie, same konieczności życiowe, sama egzystencja doraźna. Jedyną więc receptą, jeśli już jej szukać, to staranie nasze, aby osoba, która do-

tchu. Nie śpimy, nie jemy, ale działamy. Z czasem ten stan mija i zaczynamy się miotać od rozpacz po złość. Wreszcie przychodzi pocucie pustki.

Smutno nam tak po ludzku: beznadzieja i strach. Unikamy ludzi, albo wręcz przeciwnie, robimy masę rzeczy, wszystko, żeby tylko nie myśleć. Powoli wracamy do nowej rzeczywistości. Inaczej samotni.

### Opowieść Ewy i Martyny

Ewa: „Nie potrafię nawet o tym opowiadać. Byliśmy z Tadeuszem ponad pół wieku. Miałam 19 lat, on 21, kiedy wzięliśmy ślub. Potem pojawiła się Martyna. Wszystkiego dorabialiśmy się sami. Pamiętam naszą radość, kiedy kupiliśmy pierwszy samochód: »malucha«, nową zastawę do domu. Wszystko robiliśmy wspólnie, wszystko nas cieszyło. Tadek jechał na ryby, a ja razem z nim: on łowił, ja sie-

iebie samej. Nie chciało mi się chodzić na zakupy. Straciłam męża i najlepszego przyjaciela. Przychodzili znajomi, przyjeżdżała Martyna. Potem każdy wracał do swojego życia. W moim niczego już nie było. Nie potrafiłam być sama. To trwało miesiącami, latami. Któregoś dnia naprawiłam sama pralkę, potem kupiłam nową lodówkę, bo stara się zepsuła. Zobaczyłam, że w szafie wiszą same czarne swetry, spódnice i spodnie. Kupiłam sobie nową bluzkę, ciemnoróżową i zimową kurtkę. Pojechałam do sanatorium, lekarka dała skierowanie i kazała jechać. Poznałam tam Anię i Ulę. Polubiłyśmy się. Do dzisiaj piszemy do siebie na WhatsAppie. Wróciłam do książek. Bardziej się życiem cieszę, może inaczej - już tyle nie płaczę. Ułożyłam sobie plan dnia. Wstaję około 7, potem idę na zakupy albo na spacer, wiem, że muszę wyjść z domu, ruszać się. Przychodzę, jem śniadanie, czytam. Przygotowuję obiad, około 16 włączam telewizor. Idę spać około 23. Częściej spotykam się z przyjaciółmi, znajomymi. Zaczęłam wyjeżdżać na wakacje. Niby jest dobrze, staram się».

Martyna: „Choroba taty to była walka. Przegrana już na stracie. Wiedziałam, że nie mamy szans. Tata też wiedział. Mama wychodziła z pokoju, a on mówił: »Wiesz, córuś, tak bardzo chciałbym już odejść«. Nic nie odpowiadałam. Co tu mówić? Że wszystko będzie dobrze? Nie będzie. On to wiedział i ja. Coraz bardziej cierpiał, coraz bardziej nie był sobą. Bardzo chciałam, żeby odszedł. I bardzo się tego swojego chcenia wstydziałam. Bo jaka córka modelowała się o śmierć ukochanego ojca? Kiedy umierał, trzymałam go za rękę. Z oczu poleciała mu łza. Zastanawiałam się potem, dlaczego płaczę. Był na morfinie, nic go już nie bolało. A płakał. Na pogrzeb przyszedł tłum. Tata był cudownym, ciepłym człowiekiem. Nie było w nim zazdrości, zawiści. Nie oceniał innych. Staliśmy wszyscy nad grobem, a ja patrzyłam na mamę. Wiedziałam, że teraz wszystko się zmieni. I zmieniło się. Rozpaczała. Nie myślałam o sobie, tylko o niej. Nie wiedziałam, co powiedzieć, co robić. Przygotowałam śniadanie? A może nie powinniśmy jeść? Wynieść rzeczy taty już teraz, czy za rok albo dwa? Widziałam samotną, bezbronną kobietę, zasklepioną w swoim cierpieniu. Nie pozwalała sobie pomóc. Nie jadła, nie spała, codziennie chodziła na cmentarz. Mogłam być obok. Tyle. Minął rok, potem drugi. Wciąż nie kupowała nowych rzeczy, bo po co, nie warto. Nie wychodziła do znajomych, przestała czytać. Nie mogłam znieść tego jej odrętwienia. Byłam miła, do rany przyłoż. »Najchętniej położyłabym się koło taty« - powtarzała w kółko. Po-

# NAD GROBAMI BLISKICH KAŻDY MA SWOJĄ OPOWIEŚĆ

Śmierć jest faktem. Nie dyskutuje się z faktami.  
Trzeba je przyjąć, zaakceptować. Przeżyć żałobę.  
Płakać, złościć się, złorzeczyć. Pocuć pustkę,  
bezradność. Potem zacząć żyć na nowo, wyjść do ludzi,  
bo tylko dzięki nim, choć sami, nie jesteśmy samotni

*Dorota Kowalska*

kiedy zazwyczaj przyjeżdżałam do domu, warowała niczym pies stróżujący za firanką, wypatrywała. I zawsze miała dla mnie schowane jakieś słodycze w szafie, za szmizjerkami i apaszkami. Też lubię karmić ludzi, często wać ich słodyczami, to daje - mnie i im - takie malutkie chwile szczęścia. Będzie trizmem, ale i tak to napiszę - przestajemy być dziećmi, kiedy odchodzą nasi rodzice.

Moja mama, Dzidka, urodziła mnie, kiedy miała 18 lat. Nie było jej łatwo - z chorowitym dzieckiem pod pachą skończyła studia, pracowała na dwa, czasem trzy etaty, żeby nas utrzymać. O Ojcu już mówiłam, nie było go w moim życiu. Ale, na szczęście, pojawił się Alek. Dzidka i Alek poznali się, zakochali, a ja dostałam Ojczyzna. Każdemu takiego życzę. I nie chodzi tylko o to, że zrobił mi globus z piłeczki pingpongowej, że nauczył mnie pływać, ale o to, że zawsze był

wiem«. Zнали mnie lepiej niż ja znam samą siebie. Smutek przeszedł z czasem, została pustka. Chociaż dzisiaj częściej uśmiecham się niż płaczę, bo po żałobie zostają już tylko dobre wspomnienia».

### Opowieść profesora

Te pierwsze miesiące, lata są najgorsze. Zapadamy się w siebie albo wręcz przeciwnie - szukamy pocieszenia. Może inni wiedzą, jak wypełnić pustkę?

- Jeśli już zostaliśmy powołani do istnienia, to tak, to nie mamy wyjścia, to śmierć jest potrzebna. Tak tkwilibyśmy w życiu (czy to byłoby w ogóle życie?) niczym mucha w bursztynie. I co poza tym? Właściwie nie byłoby ani nadziei, bo nadzieja jest związana z przyszłością, ani poczucia własnej tożsamości, bo ona się buduje przez jakąś przeszłość, przez doznania, które w sobie gromadzimy, przez zmiany, których doświadczamy

znała straty, nie dała się przez jej pocucie całkowicie obezwładnić, zagarnąć, zanurzyć w śmierci aż do zatracenia - dodał prof. Mikołajko.

Śmierć bardzo długo z nas uchodzi. Na początku jest szok, zwłaszcza gdy strata bliskiej osoby jest zaskoczeniem, gdy przychodzi znienacka. Nie dowierzamy, płaczemy, krzyczymy. Czasami zastygamy w bezruchu. - Staję przed śmiercią i jest spuszczone kurtyna. Moją żałobą jest coś w rodzaju zamknięcia. Nie mam w obliczu śmierci nic do powiedzenia. Inni płaczą, chudną, włosy z głowy wyrwywają, a ja milknę - może te same emocje, tylko inaczej wyrażone. Ale nie mówię wtedy ludziom zbyt wiele - opowiadał mi ojciec Paweł Krupa, dominikanin.

Jesteśmy jeszcze zmobilizowani, musimy zorganizować pogrzeb, mimo że ból rozsada nam głowę, wali serce, brak nam

działam obok na kocu. Jesienią zbieraliśmy grzyby, latem i zimą ruszaliśmy nad morze. Martyna dość szybko wyprowadziła się z domu. Zostaliśmy sami i to nas chyba jeszcze bardziej do siebie zbliżyło. Wieczorami usypiałam przed telewizorem. Zawsze ze śmiechem wyciągał mi spod głowy poduszkę. »Chodź spać!« - mówił. Pomagał mi we wszystkim. Pracowity, dobry człowiek. Kiedy zachorował, wiedziałam, że nie wróci do zdrowia. Pielęgnowałam go jak potrafiłam: goiłam, myłam, obcinałam paznokcie. Wiedziałam, że odejdzie. Był pogrzeb, byli ludzie. Były sprawy w urzędach. W końcu zostałam sama. Nie byłam na to gotowa. Jego wędki za drzwiami w sypialni. Jego ubrania w szafie. Mieliliśmy swoje rytuały, swój rozkład dnia. Teraz nikt nie czekał na śniadanie, nikt nie robił kawy o 16. Nie chciało mi się wstawać z łóżka. Po co? Nie chciało mi się gotować dla

takiwałam, chociaż ciężko było mi tego słuchać. Bo to znaczyło, że ja, moja rodzina nie mamy znaczenia. Nie warto dla nas żyć. »Tylko weź ze sobą koc, ciągnie od ziemi« – wypaliłam pewnego dnia. Tak, bywałam szorstka: „Miliony kobiet straciły mężów. Mamo, choć pójdziemy do psychologa, przecież musisz dalej żyć» – powtarzałam. Kiwała tylko głową. Wracalam do domu i płakałam. Ja też kogoś straciłam, tatę. Czy ktoś mnie pyta, co czuję? Byłam zła. Ale zaraz karmiłam się w myślach i znów martwiłam o nią. Nie wiedziałam, jak jej pomóc. Pomógł czas. Zadzwoiła ktoregoś dnia i pochwaliła się, że

dzisiaj już nie płaczę, kiedy o tym myślę, uśmiecham się do siebie. Uśmiecham się do wszystkich tatowych wspomnień. Najbardziej lubię chodzić na cmentarz sama. Przykucam wtedy na ławeczce przy jego grobie »No to, kochaniutki, siadaj teraz wygodnie w tym swoim fotelu na górze i słuchaj« – tak zaczynam i opowiadam mu o tym, co u mamy, u mnie, co u jego wnuczki. Chociaż pewnie wszystko to wie. I zawsze widzę jego roześmianą twarz».

#### Opowieść naukowców

Ci, którzy stracili bliskich, mówią o pustce. O wędkach

starsze, ale także te stosunkowo młode.

Badania nad samotnością nie są zresztą czymś nowym. Grupa naukowców z uniwersytetów Harvarda, Stanforda, Curtin oraz uniwersytetu Zachodniej Australii już jakiś czas temu postanowiła zastanowić się nad tym, co może potęgować poczucie samotności. Sprawdzali, czy istnieje związek między tym, jak radzimy sobie z emocjami, a subiektywnym poczuciem osamotnienia. Zbadano grupę 501 dorosłych ludzi. Zapytano ich, czy czują się samotni, jak często, jak bardzo. Potem jak radzą sobie ze smutkiem, gniewem, złością. Okazało się, że umiejętność

do radzenia sobie z chorobami, obniża naszą odporność – wylicza psycholog Maria Rotkiel. I dodaje, że poczucie wspólnotowości jest jednym z najważniejszych czynników, które sprawiają, że czujemy się szczęśliwi. Poczucie, że żyjemy wśród ludzi, którzy są nam życzliwi. Nie chodzi nawet o posiadanie rodziny, bardziej o bycie w jakiejś wspólnocie. Wspólnocie, która sprawia, że możemy usiąść z kimś na ławce, porozmawiać, spotkać się na herbatkę z sąsiadką, z inną pójść na spacer. W grupie, wśród innych – mamy poczucie sensu, widzimy w życiu jakiś cel.

którego moja mama nigdy nie zobaczy. Powrócił ogromny żal, że jej tu nie ma, i znowu chęć niemyślenia o tym, bo za bardzo boli. Żle mi z tym, że staram się o niej nie myśleć, ale dzięki temu mogę jakoś funkcjonować».

**Blanka:** „Ostatnie zdanie Twojego postu odzwierciedla dokładnie stan mojej duszy. Działa u nas instynkt samozachowawczy – wiemy, że musimy jakoś normalnie żyć i znajdujemy na to sposób: staramy się nie myśleć, nie rozpamiętywać. W miarę upływu czasu inaczej patrzę na odejście Taty – wiem, że ja mam żyć, i chcę żyć tak, jakby chcieli moi zmarli bliscy».

tem, całkowicie poświęciliśmy się sobie, nie było nic i nikogo, tylko my i synek. A teraz jestem nagle sam. Byłem pewny, że tak miało wyglądać moje życie, że znalazłem osobę, która była mi przeznaczona. A teraz jej nie ma, nie ma mojego przeznaczenia».

**Hastry:** „Ja straciłam męża. Było bardzo ciężko, jest trochę lepiej, po prostu potrzeba czasu. Na początku była tylko ciemność i świadomość, że na zawsze tak już zostanie. Trzeba być cierpliwym».

**Pigus:** „U mnie minęło pół roku. Ciągłe huśtawki nastrojów, obsesyjne opowiadanie o tej osobie, rozmyślanie, czy można było coś zrobić. Zmarł młodo



FOT. 123RF

kupiła sobie nową kurtkę. Pomyslałam, że to dobry znak. Od śmierci taty minęły cztery lata. Pojechała do sanatorium, znowu zaczęła chodzić do biblioteki, spotykać się z przyjaciółmi. Częściej się uśmiecha. Jest silną, dzielną kobietą. Radzi sobie. A ja mogłam wreszcie częściej myśleć o tacie. Brakuje mi naszych wspólnych wypadów w góry, spacerów, rozmów. Byliśmy bardzo blisko. Zawsze wychodził po mnie na dworzec, kiedy przyjeżdżałam do domu. Już nie wypatruję go na peronie. Dzwonił i dopytywał czterdziestoletniej kobiety: »Córuś, chodzisz w czapce? Straszny ziąb!«. Nie czekam na te telefony. Tylko

schowanych za drzwiami w sypialni, o samotności. To ponoć jedna z chorób cywilizacyjnych XXI wieku, kolejne „zagrożenie dla globalnego zdrowia publicznego».

Dr Vivek Murthy, współprzewodniczący powołanej w 2023 roku komisji do walki z tym zjawiskiem, podkreśla: „Zbyt długo problem samotności pozostawał w cieniu, niedostrzegany i niedoceniany».

Z badania przeprowadzonego przez Instytut Gallupa i firmę Meta w 142 krajach świata wynika, że niemal jeden na czterech dorosłych, czyli około miliarda ludzi na świecie, czuje się bardzo lub dość samotny. To uczucie dopada nie tylko osoby

radzenia sobie z negatywnymi emocjami jest kluczowa. Poczucie samotności zwiększa nadmierne rozmyślanie, obwinianie siebie lub innych, wyobrażanie sobie katastroficznych scenariuszy, tłumienie negatywnych uczuć, unikanie innych ludzi, wycofywanie się z życia towarzyskiego, odrzucanie wsparcia emocjonalnego. Kiedy tracimy kogoś bliskiego, bardzo często tacy właśnie jesteśmy – zamykamy się w swoich skorupkach.

– Badania nad samotnością jednoznacznie wskazują, że samotność wpływa na nasze zdrowie. Depresja, stany lękowe to skutki dla wszystkich oczywiste, ale samotność obniża także nasze zdolności

#### Opowieści internautów

**Mka16:** „Na pewno nie ma jednego schematu żałoby. Każdy przeżywa to inaczej w zależności od własnego usposobienia.

Moja mama zmarła niewiele ponad rok temu. Tuż po jej śmierci było uczucie ulgi, że już nie cierpi, ale trwało to bardzo krótko. Później żal – wiem, że bezpodstawny i głupi – do Niej, że o siebie nie dbała i mnie zostawiła, do siebie samej, że nie zrobiłam wszystkiego, co mogłam. Później był okres, kiedy próbowałam rzucić się w wir pracy. Dopiero po jakimś czasie przyszła potrzeba rozmowy, wspomniania. 5 miesięcy temu urodziłam swoje pierwsze dziecko,

**Zen:** „Odczuwam strach przed przyszłością, nie wiem, jak sobie dam radę. Ona była cudowną żoną, mamą i panią domu. Nie wiem, jak sobie poradzę z tą pustką. Z drugiej strony odczuwam wstręt do życia i poczucie jego beznadziejności. Spędziliśmy razem w ten czy inny sposób prawie połowę mojego życia (jej połowę). Ponad 10 lat. To była moja pierwsza dziewczyna. Zakochanie od pierwszego wejrzenia. Przyjaźni od początku wobec braku możliwości miłości (ona była za młoda na związek). Czekalem 3 lata, 2 lata walczyłem o nią, potem spędziłem z nią 5 najlepszych lat mojego życia. Dla siebie zerwaliśmy kontakt ze świa-

i zostałam z małutkimi dziećmi. Myślę, że radzę sobie. Bardzo pomagają mi rozmowy, nie powstrzymuję łez. Na szczęście mam czasem pomoc, więc mogę wyjść, odreagować: pobiegać, wsiąść w samochód i pokrzyknąć. Ale wiem, że jeszcze wiele przede mną. Boli, nie tak miało być. Ale przecież na moje umieranie jeszcze przyjdzie czas. Teraz chcę żyć».

\*\*\*

Śmierć jest faktem. Nie dyskutuje się z faktami. Trzeba przeżyć żałobę. Płakać, złościć się, złorzeczyć. A potem trzeba zacząć żyć na nowo: wyjść do ludzi, bo tylko dzięki nim, choć sami, nie jesteśmy samotni.

## WSPOMNIENIA

14.03.1933-3.11.2024

## Quincy Jones



Legendarny amerykański kompozytor jazzowy, trębacz, aranżer, producent muzyczny i celebryta. Wyprodukował m.in. płyty „Thriller” i „Bad” Michaela Jacksona. Jones był 70 razy nominowany do Nagrody Grammy – ostatecznie zdobył ją 27 razy. Magazyn „Time” nazwał go „jednym z najbardziej wpływowych jazzmanów XX wieku”.

9.03.1962-26.11.2024

## Jan Zbigniew Furtok



Futbolista występujący na pozycji napastnika. Uznawany za jednego z najlepszych zawodników w historii GKS Katowice oraz za legendę tego klubu. Z kolei w historii reprezentacji Polski zapisał się m.in. dzięki kontrowersyjnej bramce zdobytej ręką w 1993 r. w meczu z reprezentacją San Marino. Był to jedyny gol w tym meczu.

11.01.1946-1.12.2024

## Ryszard Poznakowski



Muzyk, kompozytor i aranżer, w latach 1969-1971 i 1973-2005 członek popularnego zespołu Trubadurzy, z którym występował okazjonalnie również w latach 2010-2023. Po zakończeniu kariery muzycznej działał społecznie – W 2011 r. został wybrany sołtysiem wsi Magnuszew Duży na Mazowszu, uzyskując blisko 80 procent poparcia mieszkańców.

17.07.1937-6.12.2024

## Stanisław Tym



Człowiek instytucji: aktor teatralny, telewizyjny i filmowy, satyryk, kabareciarz, reżyser, scenarzysta i literat, autor scenariuszy do filmów „Miś”, „Rozmowy kontrolowane” i „Rys”. Cytatami z „Misia” do dziś mówi cała Polska: „Łądy i morza przemierzam, kulę ziemską z otwartym czołem. Polski mam paszport na sercu. Skąd, pytam, skąd go wziąłem?”.

1.09.1924-29.12.2024

## Jimmy Carter



Amerykański polityk, liberał, działacz Partii Demokratycznej, 39. prezydent Stanów Zjednoczonych w latach 1977-1981. Prowadził politykę odprężenia i normalizacji stosunków z ZSRR. W 1979 r. odwiedził Polskę, skąd została nadana pierwsza w historii, transmitowana na żywo w telewizji i niecenzurowana konferencja prasowa.

20.01.1946-15.01.2025

## David Lynch



Amerykański reżyser, aktor, producent i scenarzysta filmowy, muzyk, okazjonalnie malarz. Globalną sławę przyniósł mu zrealizowany w 1989 r. serial telewizyjny „Miasteczko Twin Peaks”, będący połączeniem wielu gatunków filmowych: serialu detektywistycznego, opery mydlanej, dramatu, horroru, sitcomu, westernu, a także reklamy.

29.12.1946-30.01.2025

## Marianne Faithfull



Brytyjska piosenkarka, autorka tekstów i aktorka, ikona popkultury lat 60. i 70. Była o niej głośno z powodu romansu z piosenkarzem Mickiem Jaggerem. Miała w CV wątek polski: 31 sierpnia 2010 r. wzięła udział w koncercie „Solidarność, Twój anioł Wolność ma na imię”, zorganizowanym w Gdańsku z okazji 30. rocznicy podpisania Porozumień Sierpniowych.

22.07.1949-1.02.2025

## Wojciech S. Trzciński



Kompozytor muzyki rozrywkowej, filmowej i teatralnej, aranżer, pianista i gitarzysta, dyrygent oraz producent muzyczny. Pomysłodawca nagród muzycznych Fryderyków, w latach 1993-1995 dyrektor artystyczny Teatru Muzycznego w Gdyni, zaś w 2003 r. założyciel na warszawskiej Pradze prywatnego Centrum Artystycznego „Fabryka Trzciny”.

29.01.1928-8.02.2025

## Jadwiga Puzynina



Językoznawczyni, badaczka literatury i nauczyciel akademicki, profesor UW i UKSW. W czasie wojny w Szarych Szeregach, w PRL-u związana z opozycją, potem członkini Rady Języka Polskiego przy Prezydium Polskiej Akademii Nauk i przewodnicząca zainicjowanego przez siebie Zespołu Etyki Słowa. Dama Orderu Orła Białego.

23.11.1929-15.02.2025

## Katarzyna Herbert



Tłumaczka, i działaczka kulturalna, żona poety Zbigniewa Herberta i popularyzatora jego twórczości. W latach 60 i 70. pracowała jako lektorka we francuskich wydawnictwach, a także tłumaczyła literaturę francuską na polski, m.in. Jeana d'Ormessona i Valéry'ego Larbauda. Została odznaczona Krzyżem Kawalerskim Orderu Odrodzenia Polski.

26.06.1926-18.02.2025

## Marian Turski



Historyk, dziennikarz i działacz społeczny. W czasie okupacji przebywał w getcie łódzkim, potem w KL Auschwitz-Birkenau, przeżył marsz śmierci z Auschwitz do Wodzisławia Śląskiego. W okresie PRL-u działacz organizacji komunistycznych i dziennikarz „Polityki”. W latach 2009-2025 przewodniczył Radzie Muzeum Historii Żydów Polskich „Polin”.

10.02.1937-24.02.2025

## Roberta Flack



Amerykańska gwiazda śpiewająca jazz, soul i folk. Jej przebojem „Killing Me Softly”, muzyczny punkt obowiązkowy dyskotek lat 70., nagrodzono Grammy (w sumie nagradzano ją pięć razy). W 1976 r. koncertowała w Warszawie i Poznaniu, a w 1999 r. dała specjalny występ dla prezydenta Republiki Południowej Afryki Nelsona Mandeli.

21.01.1963-6.03.2025

## Krzysztof Kononowicz



Białostocki działacz polityczny i samorządowy, aktywista i wideo-blogger. Karierę polityczną rozpoczął w wyborach samorządowych w 2006 r., kandydując z listy KWW Podlasie XXI na urząd prezydenta Białegostoku. Popularność zyskał programem politycznym, w którym gościł m.in. „żeby nie było bandycy, żeby nie było złodziejsztwa, żeby nie było niczego”.

8.01.1959-15.03.2025

## Barbara Skrzypek



Wieloletnia sekretarka i współpracownica prezesa PiS Jarosława Kaczyńskiego. Pełniła funkcję szefowej kancelarii oraz dyrektora biura partii. Trzy dni przed śmiercią była przesłuchiwana w charakterze świadka w Prokuraturze Okręgowej w Warszawie w sprawie tzw. dwóch wież, co wedle m.in. Jarosława Kaczyńskiego mogło przyczynić się do jej śmierci.

10.01.1949-21.03.2025

## George Ed Foreman



Legendarny amerykański pięściarz: dwukrotnie zawodowy mistrz świata wagi ciężkiej oraz mistrz olimpijski z 1968 r. z Meksyku. Poza ringiem był pastorem Kościoła Pana Jezusa Chrystusa w Houston. Miał dziesięcioro dzieci, w tym pięciu synów imieniem George. Był także propagatorem zdrowego żywienia. Reklamował linię grillów do posiłków dietetycznych.

18.11.1943-22.03.2025

## Łukasz Andrzej Turski



Profesor nauk fizycznych, teoretyk, popularyzator nauki i publicysta (ponad sto opracowań i książek), specjalista w zakresie fizyki materii skondensowanej i mechaniki statystycznej. Był jednym z pomysłodawców budowy Centrum Nauki Kopernik w Warszawie, pełnił też funkcję przewodniczącego rady programowej tej instytucji.

12.10.1932-24.03.2025

## Bożena Wahl



Malarka i scenografka m.in. dla Teatru Telewizji. Jej Galeria Sztuki (prowadziła ją z Alicją Wahl, siostrą bliźniaczką), mieszcząca się w willi na Starym Żoliborzu, była jedną z pierwszych prywatnych przestrzeni wystawowych w Warszawie. W PRL-u była postacią popularną – zagrała m.in. epizodyczną rolę w filmie „Miłość z listy przebojów”.

31.03.1934-29.03.2025

## Richard Chamberlain



Ikoniczny amerykański aktor, okazjonalnie filmowy piosenkarz. Jego imponująca filmografia to lista hitów: seriale „Doktor Kildare”, „Szogun” i „Ptaki ciernistych krzewów” oraz filmy „Hrabia Monte Christo”, „Człowiek w żelaznej masce” czy „Tożsamość Bourne'a”. W chwilach gdy nie odbierał kolejnych filmowych laurów, zajmował się malarstwem.

31.12.1959-1.12.2025

## Val Edward Kilmer



Amerykański aktor, do którego przylgnęła opinia „uniwersalnego”. Grał w dramatach historycznych, dramatach kryminalnych, filmach naukowofantastycznych, fantasy, komediach i westernach. Do jego najślawniejszych filmów należą: „Ścieś tajne”, „Top Gun”, „The Doors”, „Tombstone”, ale przede wszystkim „Gorączka” w reż. Michaela Manna z 1995 r.

2.08.1942-10.04.2025

## Leo Beenhakker



Holenderski piłkarz, działacz, a także trener. Przez lata był pierwszym asystentem Rinusa Michelsa, trenera Holandii, ale osiągał sukcesy także w Realu Madryt, Ajaksie Amsterdam oraz Feyenoordzie. W 2006 r. objął stanowisko selekcjonera reprezentacji Polski, ale bez oszałamiających rezultatów. Z polskim futbolem rozstał się w 2009 r.

5.07.1937-12.04.2025

## Jan Andrzej Kłoczowski



Popularny krakowski dominikanin, w latach 80. XX w. duszpasterz akademickiej „Beczki”, teolog i filozof. Od 1990 r. pełnił funkcję regensa Polskiej Prowincji Dominikanów i rektora dominikańskiego Kolegium Filozoficzno-Teologicznego. Słynął z tego, że w każdą niedzielę w południe odprawiał tzw. dwunastkę – mszę św. z „kazaniem filozoficznym”.

28.03.1936-13.04.2024

## Mario Vargas Llosa



Jego pełne nazwisko brzmiało: Jorge Mario Pedro Vargas Llosa Marqués de Vargas Llosa. Był peruwiańskim pisarzem, dziennikarzem, liberalnym politykiem i laureatem Nagrody Nobla w dziedzinie literatury w 2010 r. Szwedzka Akademia nagrodziła go za „kartografię struktury władzy oraz wyraziste obrazy oporu, buntu i porażek jednostki”.

15.02.1951-15.04.2025

## Jadwiga Jankowska-Cieślak



Ceniona i popularna aktorka teatralna, filmowa i telewizyjna. Była pierwszą Polką nagrodzoną w Cannes. Było to w 1982 r., a nagroda przypadła jej za główną rolę w filmie „Inne spojrzenie” węgierskiego reżysera Károlya Makka. Prócz tego zagrała m.in. w „Dziewczynie i gołębiach”, „Trzeba zabić tę miłość” oraz serialach: „Polskie drogi” i „Jan Serce”.

17.12.1936-21.04.2025

## Jorge Mario Bergoglio



Argentyński jezuita, który przez 12 lat, od 2013 do 2025 r., był – jako Franciszek – 266. papieżem i 8. suwerenem Państwa Watykańskiego. Statystyka podaje, że jako papież Franciszek zwołał 10 konsystorzów zwyczajnych, podczas których kreował 163 kardynałów, w tym arcybiskupa Roberta Prevosta – obecnego papieża Leona XIV.

WSPOMNIENIA

2.03.1928-18.05.2025

**Bogusław K. Nizieński**



Prawnik, sędzia, w latach 1999-2004 rzecznik interesu publicznego, a następnie członek Komisji Weryfikacyjnej WSI. Odznaczony przez prezydenta Lecha Kaczyńskiego Orderem Orła Białego i powołany do kapituły tegoż. Zrezygnował z członkostwa w 2010 r., protestując przeciwko odznaczeniu Orderem Orła Białego m.in. Adama Michnika.

10.04.1947-8.06.2025

**Ewa Dałkowska**



Popularna aktorka teatralna, radiowa i filmowa. Najpierw ukończyła polonistykę na Uniwersytecie Warszawskim, a w 1972 r. Wydział Aktorski Państwowej Wyższej Szkoły Teatralnej im. Aleksandra Zelwerowicza. Zagrała m.in. w „Strachu”, „Sprawie Gorgonowej”, „Aktorach prowincjonalnych”, „Bez znieczulenia”, „Lekcji martwego języka” i „Nadzorze”.

25.08.1938-9.06.2025

**Frederick Forsyth**



Wzięty brytyjski pisarz powieści sensacyjnych i thrillerów politycznych. Najpierw był dziennikarzem i korespondentem, a w latach 60. w Biafrze, w czasie wojny z Nigerią, został też agentem brytyjskiego wywiadu MI-6. Przyznał się do tego po prawie 50 latach. Napisał m.in. „Dzień Szakala”, „Akta Odesy”, „Psy wojny”, „Czwarty protokół” i „Fałszerza”.

27.05.1949-13.06.2025

**Piotr Nowina-Konopka**



Posel na Sejm RP, urzędnik Parlamentu Europejskiego, ekonomista, działacz społeczny, w latach 2013-2016 ambasador Polski przy Stolicy Apostolskiej oraz Zakonie Maltańskim. Wcześniej, w latach 1989-1990, pełnił funkcję ministra stanu w kancelarii prezydenta Wojciecha Jaruszelskiego. Należał do założycieli Unii Demokratycznej i Unii Wolności.

20.04.1969-17.07.2025

**Felix Baumgartner**



Austriacki spadochroniarz, znany z bicia rekordów powietrznych. W 1999 r. ustanowił rekord w skoku ze spadochronem z najwyższego budynku Petronas Towers w Kuala Lumpur w Malezji. Jego największym wyczynem był skok ze stratosfery w 2012 r., podczas którego przekroczył barierę dźwięku, osiągając prędkość około 1358 km/h.

22.06.1966-17.07.2025

**Joanna Kołaczkowska**



Aktorka kabaretowa i teatralna, autorka tekstów satyrycznych i prezenterka radiowa. Członkini lubianych formacji kabaretowych: Kabaretu Potem, a potem Kabaretu Hrabi. Była znana także z radia: np. w 2012 r. zaczęła nagrywać dla radiowej Trójki cykl audycji „Myślę, więc uważam, że”, będący dźwiękową wersją napisanych przez nią felietonów.

20.06.1931-20.07.2025

**Urszula Koziół**



Ceniona i nagradzana poetka, pisarka, autorka felietonów i utworów dramatycznych dla dzieci i dorosłych. Jej twórczość zwraca uwagę swoistym językiem, stylem i charakteryzuje się pytaniami natury filozoficznej: „kim jestem?”, „czym jest świat?”, oraz pytaniami o realność świata i czasu. W 2024 r. zdobyła Nagrodę Literacką „Nike” za tom „Raptularz”.

19.01.1956-21.07.2025

**Waldemar Skrzypczak**



Generał broni Sił Zbrojnych RP, pancerniak. W 2005 r. dowódca Wielonarodowej Dywizji Centrum-Południe w Iraku. Od 2006 r. dowódca Wojsk Lądowych. W 2017 r. zwolniony z funkcji doradcy Wojskowego Instytutu Technicznego Uzbrojenia w Zielonce – ponoczą krytykę Bartłomieja Misiewicza, ówczesnego rzecznika prasowego MON.

3.12.1948-22.07.2025

**Ozzy Osbourne**



Brytyjski muzyk i autor tekstów, który swą globalną rozpoznawalność zdobył jako wieloletni wokalista heavy-metalowego zespołu Black Sabbath. Miał na koncie pięć nagród Grammy i kontrowersyjny status celebryty – ten ostatni dzięki udziałowi w reality show MTV pod nazwą „The Osbournes”, opowiadającym o muzyku i jego rodzinie.

13.05.1935-3.08.2025

**Stella Rimington**



Brytyjska funkcjonariuszka służb specjalnych i dyrektor generalny Security Service (MI5). Pierwsza kobieta stojąca na czele służb specjalnych w Anglii. Gdy przestała być szpiegiem, z dużym sukcesem zajęła się pisanie książek. Niemal wszystkie jej powieści szpiegowskie były hitami. W Polsce ukazały się dwie: „As w rękawie” i „Ryzyko zawodowe”.

15.12.1943-11.08.2025

**Jerzy Maciej Dziewulski**



Policjant, antyterrorysta i polityk, spec od kwestii bezpieczeństwa i komentator medialny. Był doradcą prezydenta RP Aleksandra Kwaśniewskiego do spraw bezpieczeństwa, a także posłem na Sejm z ramienia SLD. Ogólnopolską rozpoznawalność zdobył, występując w PRL-owskim serialu kryminalnym „O7 zgłoś się” w reż. Krzysztofa Szmagiera.

28.08.1938-20.08.2025

**Józef Kowalczyk**



Hierarcha katolicki, nuncjusz apostolski w Polsce w latach 1989-2010, abp metropolita gnieźnieński i prymas Polski w latach 2010-2014. Na tym urzędzie konsekrował 12 biskupów i był współkonsekratorem podczas sakr 10 biskupów. Kawaler Krzyża Wielkiego Orderu Odrodzenia Polski, który w 2010 r. otrzymał od Bronisława Komorowskiego.

17.05.1940-20.08.2025

**Marcel Łoziński**



Reżyser dokumentalista, autor m.in. „89 mm od Europy” (nominacja do Oscara w 1994 r. w kategorii najlepszy krótkometrażowy film dokumentalny), „Wszystko może się przytrafić” oraz „Poste restante”. Nieomal od początku posługiwał się własną, oryginalną metodą dokumentu półotwartego, którą nazywał „zagęszczaniem rzeczywistości”.

26.04.1959-21.08.2025

**Stanisław J. Sojka**



Jeden z najbardziej rozpoznawalnych twórców muzycznych w Polsce: wokalista jazzowy i popowy, pianista, gitarzysta, skrzypek, kompozytor i aranżer. Twórca wielu hitów, m.in. „Tolerancji”, „Cudu niepamięci” i „Kiedy jesteś taka bliska”. Kawaler Krzyża Kawalerskiego Orderu Odrodzenia Polski, który dostał od Lecha Kaczyńskiego w 2009 r.

11.07.1934-4.09.2025

**Giorgio Armani**



Włoski projektant mody, który z niewielkiej manufaktury szyjącej męskie garnitury stworzył globalną markę kształtującą gusta milionów. Pierwszym sukcesem był komplet ciuchów dla Richarda Gere’a na potrzeby filmu „Amerykański żigolak” z 1980 r. Był bajecznie bogaty: w chwili śmierci jego majątek szacowano na około 12 mld dolarów.

17.05.1970-5.09.2025

**Katarzyna Stoparczyk**



Dziennikarka radiowa i telewizyjna, związana przede wszystkim z Programem Trzecim Polskiego Radia. To tam dała się poznać słuchaczom, prowadząc m.in. od 2008 r. niedzielną audycję dziecięcą „Zagadkowa niedziela”. Z kolei w soboty prowadziła audycję „Myśliwiecka 3-5-7”, rozmawiając z postaciami kultury, mediów i naukowcami.

18.08.1936-16.09.2025

**Robert Redford**



Hollywoodzki gwiazdor, który wyznaczył własny kanon aktorstwa. Zagrał m.in. w westernie „Butch Cassidy i Sundance Kid” (1969 r.), „Zadanie” (1973 r.), „Wielkim Gatsbym” (1974 r.), „Trzech dniach Kondora” (1975 r.) czy w „O jeden most za daleko” (1977 r.). Obsypany nagrodami filmowymi – miał choćby dwa Oscary – organizował festiwale filmowe i malował.

15.04.1938-23.09.2025

**Claudia Cardinale**



Jedna z najbardziej ikonicznych twarzy kina i włoska duma narodowa. Przedstawiana jako symbol seksu dekady lat 60.: 173 cm wzrostu, boska figura, promienny uśmiech i burza szatynowych włosów. W czasie swej wieloletniej kariery zagrała w ponad 175 filmach, z których wiele stanowiło ekraniizacje arcydzieł literatury włoskiej i światowej.

27.04.1963-26.09.2025

**Dorota Tlałka-Mogore**



Polska narciarka alpejska, choć od 1986 r. starująca w barwach Francji. Czterokrotnie zdobyła złoto mistrzostw Polski. W latach 80. zaliczana do ścisłej czołówki światowej. Wielokrotna olimpijka. W 1984 r. jako jedyna Polka w historii wygrała zawody Pucharu Świata, zaś w Calgary w 1988 r. wywalczyła dla Francji 8. miejsce w slalomie specjalnym.

3.04.1934-1.10.2025

**Jane Goodall**



Słynna brytyjska badaczka w dziedzinie primatologii, etologii i antropologii. Badając szympansy w Parku Narodowym Gombe w Tanzanii, udowodniła, że zwierzęta te posługują się narzędziami. Sporo kontrowersji wzbudziła jej metoda nadawania zwierzętom imion zamiast numerów, jak to było wcześniej w praktyce uniwersyteckiej.

17.02.1929-3.10.2025

**Patricia Routledge**



Angielska aktorka, która dzięki roli snobistycznej Hiacynty Bukiet w serialu komediowym „Co ludzie powiedzą?” stała się globalną sławą filmową. W krajach anglosaskich sporą popularnością cieszył się również kryminalny serial z jej udziałem pt. „Śledztwa Hetty Wainthropp”. Grała w nim tytułową, choć nieco ekscentryczną panią detektyw.

26.03.1943-9.09.2025

**Barbara Szczepuła**



Była pisarką i reportażystką o imponującym wykształceniu: skończyła architekturę (Politechnika Gdańska), dziennikarstwo (Uniwersytet Warszawski) i teologię (Wydział Papieski w Warszawie). Przez lata współpracowała z „Dziennikiem Bałtyckim”. To ona odkryła niedrukowane wiersze oraz listy Zbigniewa Herberta, co zaowocowało reportażem „Niedokończona miłość”.

11.09.1930-10.10.2025

**Adam Strzembosz**



Sędzia, nauczyciel akademicki związany głównie z KUL-em, legenda polskiego prawa. Kojarzony też z polityką: był wiceministrem sprawiedliwości w rządzie Tadeusza Mazowieckiego, pierwszym prezesem Sądu Najwyższego, przewodniczącym Trybunału Stanu, a także Krajowej Rady Sądownictwa. Kawaler Orderu Orła Białego.

5.01.1946-11.10.2025

**Diane Keaton**



Legendarna amerykańska aktorka oscarowa. Statuetkę dostała za brawurową rolę w komedii Woody’ego Allena „Annie Hall” z 1977 r., ale już pięć lat wcześniej, w 1972 r., zagrała w filmie, który uczynił z niej gwiazdę – „Ojciec chrzestny”. Z kolei w 1987 r. zadebiutowała po drugiej stronie kamery, reżyserując film dokumentalny „Heaven”.

## WSPOMNIENIA - ZMARLI ZWIĄZANI Z REGIONEM DOLNOŚLĄSKIM

16.12.1951 – 18.11.2024

**Ewa Ziemiańska-Gałwa**

Redaktorka, dziennikarka, autorka przez wiele lat związana z Wrocławskim Wydawnictwem Prasowym, „Wieczorem Wrocławia” i „Gazetą Wrocławską”. Wieloletnia redaktorka piątkowego magazynu „Wieczoru Wrocławiu”, który zyskał wielką poczytność. W stanie wojennym wyrzuciona z pracy. Działaczka podziemnej Solidarności w czasach PRL.

23.12.1949 – 22.11.2024

**Leszek Strasburger**

Bokser, wybitny zawodnik wagi muszej (do 51 kg), wielokrotny medalista mistrzostw Polski, mistrz Polski w 1975 r. Od 1980 r. był trenerem Gwardii Wrocław, początkowo jako asystent Ludwika Denderysa, a od 1986 r. jako pierwszy trener. Trenował m.in. Wojciecha Bartnika, Macieja Zegana, Andrzeja Rżanego, Mariusza Cendrowskiego i Roberta Budę.

23.11.1937 – 3.12.2024

**Lesław Miller**

Wrocławski dziennikarz. Pisał do gazet już jako uczeń. Od 1957 r. współpracownik „Słowa Polskiego”. Współzałożyciel i dziennikarz „Nowin Jeleniogórskich”. Pracował też w „Gazecie Zielonogórskiej” i „Trybunie Wałbrzyskiej”, w latach 1973-1998 znów w „Słowie Polskim”. Od 2013 r. kierował „Odrodzonym Słowem Polskim”. Dolnośląski Dziennikarz Roku 2020.

14.08.1958 – 11.01.2025

**Marek Sienkiewicz**

Radny Głogowa dwóch kadencji. Absolwent Uniwersytetu Wrocławskiego (nauki polityczne). Nauczyciel historii w głogowskich szkołach średnich. Był członkiem Związku Literatów Polskich i Głogowskiego Stowarzyszenia Literackiego. Wydał zbiory wierszy, szkiców krytyczno-literackich. Współpracował z kwartalnikiem artystyczno-literackim „Akapit”.

4.10.1984 – 13.01.2025

**Sebastian Zielonka**

Historyk zajmujący się badaniem historii okolic Bolesławca oraz Polaków poza granicami kraju. Autor książek „Kruszyn – miejsce niezwykłe” oraz „Żeliszów – wierny swoim korzeniom”. Był też współautorem i redaktorem zbiorowych publikacji, artykułów w lokalnych mediach. Podróżował, gromadząc materiały dotyczące życia m.in. Polonii w Kazachstanie.

20.11.1938 – 07.02.2025

**Zdzisław Polak**

Przez wiele lat naczelny dyrektor Dolnośląskiego Zjednoczenia Przemysłu Węglowego, a późniejszego Zrzeszenia Kopalń Węgla Kamiennego „Dolny Śląsk”, następnie Dolnośląskiego Gwarectwa Węglowego. Był również nauczycielem akademickim. Zasłużony dla Miasta Wałbrzycha i dla byłego województwa wałbrzyskiego.

31.01.1962 – 15.02. 2025

**Bogdan Grzeszczak**

Aktor, fotografik. Od 2004 r. w zespole Teatru Modrzejewskiej w Legnicy. Absolwent wydziału aktorskiego wrocławskiej PWST. Wcielił się ponad sto ról teatralnych, a współpracę z legnickim teatrem zaczął od „Ballady o Zakaczeniu” z 2000 r. Ostatnio można było go zobaczyć w „Kartotece”, „Płakach” czy „Śnie srebrnym Salomei”.

25.08.1946 – 9.03.2025

**Michał Cimek**

Głogowski terapeuta, autor książek i artykułów. Z wykształcenia i pierwszego zawodu był budowlanym, później certyfikowanym terapeutą uzależnień. Działacz Towarzystwa Ziemi Głogowskiej, autor haseł w „Encyklopedii Ziemi Głogowskiej”. Dokumentalista początny i przedsięwzięcie Towarzystwa.

26.07.1965 – 16.04. 2025

**ks. Tomasz Burghardt**

Swoją kapłańską drogę rozpoczął w Środzie Śląskiej. Potem trafił do parafii we Wrocławiu, Łądku-Zdroju, Bierutowie, Wołowie i Oławie. Od 2005 r. dyrektor wrocławskiej Caritas. Za jego kadencji powstało Hospicjum Dobrej Caritas oraz zakłady rehabilitacyjne w Henrykowie i Małkowicach. Później posługiwał wśród Polaków w północnych Niemczech.

13.09.1958 – 16.04.2025

**Wojciech Adamski**

Wiceprezydent Wrocławia za czasów Rafała Dutkiewicza. Doświadczony samorządowiec, szczególnie w sprawach bezpieczeństwa i zarządzania kryzysowego, mieszkalnictwa i gospodarki odpadami. W ostatnich latach prezes TBS. Zanim trafił do władz miasta, był komentantem Państwowej Straży Pożarnej na Dolnym Śląsku. Absolwent Politechniki Wr.

25.03.1959 – 21.05.2025

**Dr Krzysztof Czapla**

Archeolog w Muzeum Archeologiczno-Historycznym w Głogowie, regionalista i muzealnik. Badacz i odkrywca Starego Miasta w Głogowie. Wydał wiele prac archeologicznych i historycznych. Był cennym wykładowcą w Państwowej Akademii Nauk Stosowanych w Głogowie. Kierował Pracownią Badań Regionalnych PANS.

9.03.1957 – 6.06.2025

**Tadeusz Kielan**

Samorządowiec. Od 2014 roku wójt Gminy Wiejskiej Lubin. Wcześniej w latach 2010-2012 pełnił funkcję starosty lubińskiego. Pozostawił po sobie ogrom inwestycji w infrastrukturę, drogi, sport, kulturę, ochronę środowiska, edukację. Lubił grać w szachy i zachęcał do tej gry mieszkańców gminy, zwłaszcza młode pokolenie.

17.06.1956 – 20.06.2025

**Mieczysław Młynarski**

Ikona wałbrzyskiej koszykówki, jeden z najwybitniejszych zawodników w historii tego sportu w Polsce. Później trener. Był m.in. królem strzelców olimpiady w Moskwie oraz mistrzostw Europy w Pradze. Kilka razy zdobył tytuł króla strzelców ekstraklasy. Wystąpił w reprezentacji Europy. Ustanowił rekord zdobytych punktów w meczu ekstraklasy (90).

28.03.1934 – 4.08.2025

**Krzysztof Dubielówna**

Aktorka i pedagog. Pochodziła z Chorzowa, ale wybrała Wrocław: tu grała i uczyła kolejne pokolenia zawodu. Wcześniej można było zobaczyć ją na scenach Teatru Śląskiego w Katowicach oraz Teatru Ludowego w Nowej Hucie. Od 1965 roku związana z Teatrem Polskim we Wrocławiu, zagrała ok. 100 ról. Była dziekanem Wydziału Aktorskiego PWST we Wrocławiu.

20.09.1940 – 6.09.2025

**Bronisław Zathey**

Studiował kartografię i geografię na Uniwersytecie Wrocławskim. Początkowo uczył geografii w szkole, ale równolegle prowadził wykładki. Był przewodnikiem sudeckim, górskim, terenowym, a ostatecznie także miejskim. Dzięki ogromnej wiedzy i doświadczeniu był nie tylko przewodnikiem, ale i nauczycielem dla wielu młodszych kolegów z branży.

1.10.1947 – 10.09.2025

**Zbigniew Karnecki**

Stworzył muzykę do blisko 200 tytułów we wszelkich gatunkach teatru i filmu, m.in. do „Małej Moskwy” czy „80 milionów”. Był też kierownikiem muzycznym teatrów: Wrocławskiego Teatru Lalek, Wrocławskiego Teatru Współczesnego, Wałbrzyskiego Teatru Lalek, Teatru Polskiego we Wrocławiu. W l. 80. działał w opozycji, był też radnym miejskim.

4.03.1945 – 14.09.2025

**Kazimierz Pleśniak**

Pedagog i działacz ZHP, Honorowy Obywatel Legnicy, wieloletni prezes Towarzystwa Przyjaciół Dzieci w Legnicy. Był zastępcą komendanta hufca oraz Komendy Chorągwi Legnickiej. Dzięki jego inicjatywie w 1989 roku powstał „Dom Harcerza”, który pod jego dyrekcją rozwinął się w ważne centrum wychowania i kultury. Inicjator wielu konkursów dla dzieci.

1933-20.09.2025

**Henryk Ciośniński**

Długoletni pracownik Konstalu i główny konstruktor słynnego tramwaju 105N. W marcu 1975 roku pierwsze „stopiatki” pojawiły się na torach we Wrocławiu. Produkowane w Chorzowie pojazdy trafiły do niemal wszystkich dużych miast. Wybitny konserwator dawnej broni współpracujący z muzeami w Będzinie, Pszczynie, Gliwicach i Bytomiu.

1.01.1934 – 22. 09.2025

**Zbigniew Lipiński**

Trener, sportowiec z Jeleniej Góry, który poświęcił ponad 60 lat swojego życia dla rozwoju narciarstwa, biathlonu i saneczkarstwa w regionie Karkonoszy. Wychował setki talentów, w tym medalistów mistrzostw Polski i uczestników olimpiad. Był m.in. członkiem Zarządu Polskiego Związku Narciarskiego i wiceprezesem Startu Jelenia Góra.

26.06.1985 – 12.10.2025

**Artur Sękowski**

Wrocławski kierowca rajdowy. Zginął w wypadku podczas Rajdu Nyskiego. W sezonie 2022 zdobył tytuł wice mistrza klasy PRO1 w cyklu Tarmac Masters, a jego załoga triumfowała w 4. Ecumaster Rally – trzeciej rundzie tego cyklu. Podczas finału Tarmac Masters 2022, na odcinku „Radkowska Perła”, był najszybszy w klasie PRO1.

8.12.1951 – 13.10.2025

**Radosław Surowiak**

Stworzył i prowadził w Jeleniej Górze przez ponad 30 lat cukiernię „Bristolka”. Jego ciasta i torty były ozdobą najważniejszych uroczystości rodzinnych i samorządowych, trafiały na stoły podczas przyjęć dla najważniejszych zagranicznych gości. Stworzona przez niego „Bristolka” stała się miejscem kultowym i najlepszą formą promocji Jeleniej Góry.

30.11.1944 – 16.10.2025

**o. Józef Szańca**

Franciszkanin, pedagog. Przez wiele lat był dyrektorem Katolickiej Szkoły Podstawowej i Liceum Ogólnokształcącego im. Św. Franciszka z Asyżu w Legnicy. Ceniony opiekun i wychowawca młodych ludzi. Był wicedyrektorem Wydziału Katechetycznego Legnickiej Kurii Biskupiej. Przez 30 lat współpracował z Radiem Plus Legnica.

28.06.1933- 20.10.2025

**Piotr Wróbel**

Pianista, kompozytor, autor tekstów piosenek, odznaczony Medalem Zasłużony dla Miasta Zgorzelec, założyciel zespołu wokalo-muzycznego „Piotrusie”, wieloletni pracownik Górniczego Domu Kultury „Kubuś” oraz muzyk orkiestry kopalni „Turów”. Przez dziesięciolecia tworzył i inspirował pokolenia zgorzelczan – artystów, melomanów i przyjaciół muzyki.

27.10. 1946 – 22.10.2025

**Andrzej Ruebenbauer**

Emerytowany nauczyciel głogowskiej „samochodówki”, właściciel szkoły nauki jazdy. Przez 55 lat wyszkolił tysiące kierowców i setki instruktorów nauki jazdy. Jeden z organizatorów i animatorów sekcji boksu MZKS Chrobry Głogów, Był mieszkańcem ulicy 10 Maja i współorganizatorem jej imienin.

PRAWO TRWAJĄ PRACE NAD PRZEPISAMI, KTÓRE ZAOSTRZĄ WYMAGANIA DOTYCZĄCE ENERGOOSZCZĘDNOŚCI

# Domy bezemisyjne - korzystne dla użytkowników i środowiska

opr. M. Czuba-Skarżyńska  
redakcja@regiodom.pl

**Rosnące ceny energii sprawiają, że coraz częściej liczymy nie tylko koszty budowy domu, ale też jego utrzymania. Stąd wymagania dotyczące lepszej energooszczędności.**

Ministerstwo Rozwoju i Technologii (MRiT) przedstawiło projekt rozporządzenia określającego parametry techniczne, które będą musiały spełniać wszystkie budynki w Polsce. Warunki Techniczne (WT) to podstawowy akt prawny regulujący wznoszenie obiektów - od kwestii dostępności, bezpieczeństwa konstrukcji, akustyki i ochrony przeciwpożarowej, aż po efektywność energetyczną.

Projekt zawiera m.in. przepisy wprowadzające standard budynku bezemisyjnego. To obiekty o obniżonym zapotrzebowaniu na energię do ogrzewania, chłodzenia, wentylacji, przygotowania ciepłej wody użytkowej oraz oświetlenia.

Nowe wskaźniki zapotrzebowania na nieodnawialną energię pierwotną zostaną zredukowane w porównaniu do obecnego standardu niskiemisyjnego: budynek jednorodzinny: 63 kWh/(mkw./rok) wobec



**Domy bezemisyjne to obiekty o obniżonym zapotrzebowaniu na energię do ogrzewania, chłodzenia, wentylacji, przygotowania ciepłej wody użytkowej i oświetlenia**

70 kWh obecnie, budynek wielorodzinny: 58 kWh/(mkw./rok) wobec 65 kWh, budynek użyteczności publicznej: 40 kWh/(mkw./rok) wobec 45 kWh.

Co istotne, w budynkach bezemisyjnych nie będzie można stosować źródeł ciepła, chłodu i energii elektrycznej emitujących na miejscu dwutlenek węgla z paliw kopalnych. Oznacza to stopniowe odchodzenie

od kotłów gazowych i olejowych na rzecz odnawialnych źródeł energii oraz nowoczesnych systemów ciepłowniczych.

Nowy standard zacznie obowiązywać: od stycznia 2028 r. w przypadku budynków publicznych, od stycznia 2030 r. w pozostałych obiektach.

Wymogom w zakresie standardu bezemisyjnego towarzyszą dodatkowe przepisy doty-

czące wykorzystania energii słonecznej. Stopniowo, poczynając od budynków użyteczności publicznej i obiektów gospodarczych o dużej powierzchni, nowe budynki będą musiały być wyposażone w instalacje produkujące energię elektryczną lub ciepło z promieniowania słonecznego. Obowiązek obejmie również nowe budynki mieszkalne od 31 grudnia 2029 r.

Zmiany wynikające z nowych Warunków Technicznych to odpowiedź na rosnące wyzwania związane z koniecznością redukcji zużycia energii. Dane Komisji Europejskiej pokazują, że budynki odpowiadają za ok. 40% całkowitego zużycia energii w UE, a aż 75% z nich pozostaje nieefektywnych energetycznie. W Polsce, jak wynika z projektu Krajowego Planu Renowacji Budynków z grudnia 2024 r., 60% budynków jednorodzinnych wciąż korzysta z paliw stałych - głównie węgla i drewna. Przyjęcie nowych standardów to szereg korzyści zarówno dla gospodarstw domowych, jak i dla całej gospodarki.

Większa energooszczędność to przede wszystkim niższe rachunki za ogrzewanie naszych domów i mieszkań. Niższe koszty eksploatacji to z kolei możliwość zapewnienia komfortu cieplnego, czyli optymalnej temperatury wewnątrz budynku.

W skali całego kraju większa efektywność energetyczna budynków wspiera stabilność systemu elektroenergetycznego, zmniejsza konieczność inwestycji w nowe moce wytwórcze i zwiększa odporność gospodarki na zmienność cen energii.

Wdrożenie standardu bezemisyjnego oznacza rozwój

**Nowy standard zacznie obowiązywać: od stycznia 2028 r. w przypadku budynków publicznych, od stycznia 2030 r. w pozostałych obiektach.**

rynku nowoczesnych materiałów budowlanych i technologii. Już dziś na znaczeniu zyskują produkty o wysokich parametrach termoizolacyjnych, a także technologie oparte na odnawialnych źródłach energii. Dzięki nim budynki stają się bardziej ekonomiczne w eksploatacji i lepiej dostosowane do potrzeb użytkowników.

Równolegle z pracami nad nowymi Warunkami Technicznymi, MRiT prowadzi prace nad projektem klas charakterystyki energetycznej i zmianami w świadectwach charakterystyki energetycznej budynków. Nowy standard bezemisyjny ma wyznaczać ramy dla obiektów o najlepszych właściwościach użytkowych.

Te rozwiązania stworzą spójny system umożliwiający przejrzystą ocenę efektywności energetycznej budynków. Konsumenci będą mogli porównywać nieruchomości pod kątem kosztów eksploatacji.

REKLAMA

0011418176

Świętujemy 15 lat RealCo

Odkryj nasze oferty jubileuszowe

Umów się już dziś: 536 160 000 | realco.pl

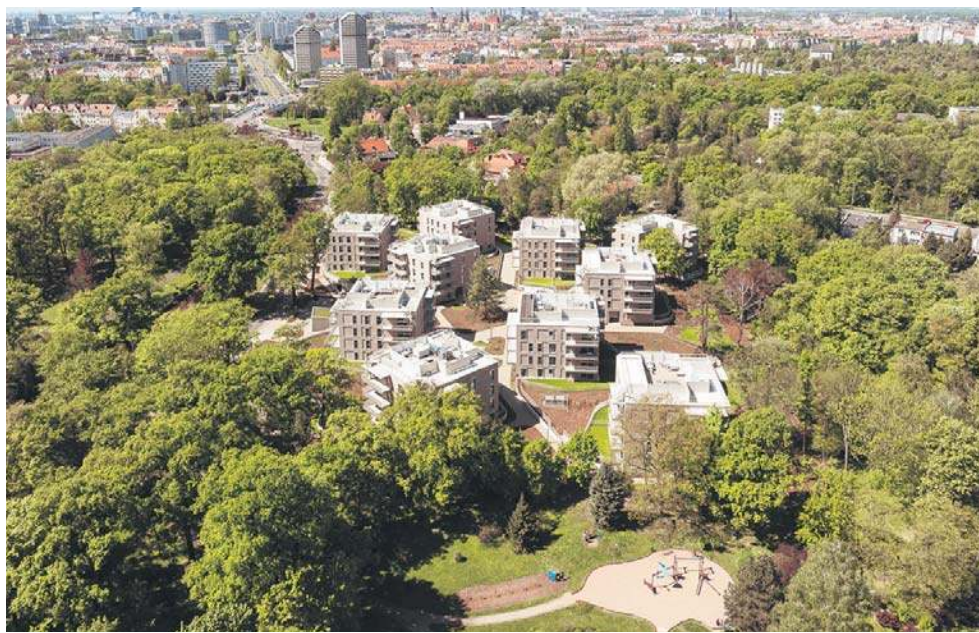
# RealCo świętuje swoje 15-lecie

**Spółka deweloperska RealCo Property Investment and Development Sp. z o.o. obchodzi 15-lecie działalności. Założona w październiku 2010 roku przez Macieja Gotkiewicza oraz Piotra Jaśkowskiego, firma ugruntowała swoją pozycję na polskim rynku nie tylko jako specjalista w odnawianiu zabytkowych budynków, ale i tworzeniu wysokiej klasy apartamentów. Co RealCo zrealizowało od początku istnienia oraz jak zmieniło krajobraz Wrocławia i Warszawy?**

RealCo rozpoczęło działalność od projektu rewitalizacji kamienicy Lipińskiego przy al. Jerozolimskich 61/63 dla niemieckiego funduszu Union Investment. W lipcu 2011 roku firma związała się z grupą kapitałową Warsaw Equity Group, co zapewniło stabilność finansową i możliwość realizacji ambitnych inwestycji. W 2013 roku RealCo nabyło pierwszą nieruchomość, kamienicę przy ul. Ogrodowej 65 w Warszawie, rozpoczynając serię przedsięwzięć rewitalizacyjnych historycznych obiektów. Obecnie, z biurami w Warszawie i Wrocławiu, firma zatrudnia blisko 40 osób. W ramach rewitalizacji oraz nowych projektów, RealCo stworzyło ponad 500 mieszkań dla swoich klientów, oddało 27 000 m<sup>2</sup> całkowitej powierzchni użytkowej w 6 ukończonych projektach, co wygenerowało ponad 450 mln przychodów.

## Połączenie historii i nowoczesności we Wrocławiu

We Wrocławiu RealCo realizuje inicjatywy, które łączą przeszłość z nowoczesną funkcjonalnością. Przykładem jest gruntownie odnowiony zabytkowy Młyn Maria, który stał się jednym z symboli lokalnych rewitalizacji. Inwestycja zdobyła tytuł „Dolnośląska Budowa Roku 2022” i otrzymała nominację do nagrody IUPA. Kolejnym przykładem są kameralne Apartamenty przy Parku Szczytnickim. W ramach inwestycji powstało 10 budynków o niskiej zabudowie wyróżniających się nowoczesną architekturą. Elewacje budynków wykonano z wysokiej jakości płytek klinierowych w ciepłym odcieniu piaskowca. Połączenie wielkoformatowych spieków inspirowanych czarnym marmurem Calacatta i mosiężnych elementów wystroju części wspólnych, są wyrazem elegancji i unikalności inwestycji.



Mieszkania zlokalizowane na parterze posiadają ogródki, a znajdujące się na wyższych piętrach balkony. W ofercie znajdują się również apartamenty z balkonami oraz przestronnymi tarasami na dachu. Projekt został oddany do użytkowania w grudniu 2024 roku. Inwestycja zdobyła nagrodę specjalną Up! Awards 2024 oraz wyróżnienie European Property Awards 2025-2026 w aż trzech różnych kategoriach. Kolejna wrocławska inwestycja, która jest w trakcie realizacji, tj. Nowa Pabianicka wzmacnia tkankę miejską dzielnicy Krzyki – oferuje mieszkania o zróżnicowanych metrażach oraz lokale usługowe z przeznaczeniem medycznym. Na terenie inwestycji zaplanowano budowę skweru ekspresji artystycznej, którego celem będzie integracja sąsiedztwa. Realizacje te ilustrują podejście inwestora do kształto-

wania tkanki miasta poprzez równowagę między lokalną i historyczną tożsamością a tworzeniem nowoczesnej i funkcjonalnej przestrzeni. – *To co wyróżnia nasze projekty, to fakt, że są one mocno osadzone w historii miejsca, w którym powstają. Przy każdej inwestycji analizujemy, jakie wartości wnosi jej lokalizacja, zarówno dla klienta, jak i lokalnej społeczności. Na tej podstawie tworzymy element sztuki lub kultury, który staje się integralną częścią projektu. W centrum Apartamentów przy Parku Szczytnickim umieściliśmy rzeźbę Oskara Zięty, światowej klasy artysty z Wrocławia. Inspiracją do stworzenia tego dzieła była jedna z ikon miasta – stalowa iglica zaprojektowana przez prof. inż. Stanisława Hempla w 1948 roku, którą można zobaczyć niedaleko, obok Hali Stulecia w Parku Szczytnickim – mówi Piotr Jaśkowski, członek zarządu RealCo.*

## Odnowa warszawskich kamienic i krok w przyszłość

Na początku działalności w Warszawie RealCo koncentrowało się na przywracaniu historycznego charakteru kamienic przy jednoczesnym wdrażaniu współczesnych standardów komfortu. Projekty przy ul. Ogrodowej 65, ul. Wilczej 19 i 22 oraz ul. Kujawskiej 3 obejmowały odtworzenie sztukaterii, boniowanych fasad i detali architektonicznych, takich jak ryzality czy supraporty, co pozwoliło dać budynkom drugie życie. Równolegle przeprowadzono modernizację instalacji, montaż wind, budowę garaży podziemnych oraz wdrożenie inteligentnych systemów zarządzania, które zwiększają wygodę i bezpieczeństwo użytkowników. Rewitalizacje zrealizowane zostały z myślą o długoterminowej wartości użytkowej i inwestycyj-

nej – od doboru materiałów, przez detale wykończeniowe, po aranżację klatek schodowych, które mają zapewnić budynkom trwałą jakość i rozpoznawalność na mapie miasta. Firma buduje również domy i obecnie poszerza swoje portfolio o osiedla w podwarszawskich Michałowicach. W skład tego kompleksu wchodzi zakończona inwestycja „Parkowa” oraz trwająca budowa osiedla „Kwitnąca”. Obydwa projekty charakteryzują się kameralnością i podmiejskim charakterem. – *Przez ostatnie 15 lat przeszliśmy długą drogę, pełną wyzwań, nauki i niezapomnianych doświadczeń. Cieszymy się, że mieliśmy*

## RealCo Property Investment and Development Sp. z o.o.

to firma deweloperska, która stanowi część polskiej grupy kapitałowej Warsaw Equity Group. Jest także członkiem Polskiego Związku Firm Deweloperskich. Misją Realco jest tworzenie niepowtarzalnych miejsc do życia, poprzez podnoszenie jakości i funkcjonalności inwestycji oraz wprowadzanie innowacyjnych rozwiązań. Firma działa z poszanowaniem miejsc, w których realizuje swoje projekty, uwzględniając ich kulturowe, społeczne i architektoniczne dziedzictwo. RealCo aktywnie wspiera inicjatywy promujące sztukę i historię przestrzeni miejskiej. Przykładem jest

„RealCo stworzyło ponad 500 mieszkań dla swoich klientów, oddało 27 000 m<sup>2</sup> całkowitej powierzchni użytkowej w 6 ukończonych projektach, co wygenerowało ponad 450 mln przychodów.”

*i mamy szczęście współpracować ze znakomitymi architektami, wykonawcami i najlepszymi instytucjami finansowymi. Naszą misją jest niezmiennie tworzenie niepowtarzalnych miejsc do życia w wyjątkowych lokalizacjach i w najwyższej jakości, dla naszych obecnych i przyszłych klientów. Nie byłoby to możliwe bez naszych pracowników, którzy są sercem naszej organizacji i największą wartością, dzięki której nieustannie rozwijamy się i uczymy. Realizujemy skrupulatnie naszą strategię wzrostu i z optymizmem patrzymy w przyszłość. Aktualnie mamy w planach projekt mieszkaniowy we Wrocławiu o powierzchni użytkowo-mieszkalnej równej 18,5 tys. m<sup>2</sup>, którego realizację chcemy rozpocząć w 4 kwartale br. oraz budowę osiedla domów pod Warszawą – podsumowuje Maciej Gotkiewicz, członek zarządu RealCo.*

instalacja rzeźby wybitnego polskiego artysty Oskara Zięty na dziedzińcu Apartamentów przy Parku Szczytnickim we Wrocławiu, która nie tylko wzbogaca estetykę budynków, ale także podkreśla wyjątkowy charakter lokalizacji. Od momentu powstania w 2010 roku, firma RealCo przeprowadziła wiele udanych projektów i nieustannie rozwija swoją pozycję na rynku nieruchomości. W jej portfolio znajdują się m.in. wrocławskie realizacje jak Młyn Maria (nagrodzony w konkursie Dolnośląska Budowa Roku 2022), Apartamenty przy Parku Szczytnickim (nagrodzone Up! Awards Wprost 2024 oraz wyróżnione w konkursie European Property Awards 2025-2026 w aż trzech różnych kategoriach), Nowa Pabianicka czy podwarszawskie Michałowice Parkowa. Szczegółowe informacje o firmie i jej realizacjach dostępne są na [www.realco.pl](http://www.realco.pl).



**INWESTYCJE** WIOSNA 2026 MOŻE PRZYNIEŚĆ WZROST POPYTU NA USŁUGI WYKONAWCZE

# Ile obecnie kosztuje budowa domu

Katarzyna Leszczak  
redakcja@regiodom.pl

**Choć dane z III kwartału br. wskazują na stabilizację kosztów budowy domów, eksperci ostrzegają, że to tylko pozory. Drożeją działki, rośnie koszt robocizny i materiałów, a jednocześnie coraz większą popularność zyskują technologie prefabrykowane, które mogą stać się hitem nadchodzącego sezonu.**

Jeszcze niedawno największym zainteresowaniem cieszyły się domy o powierzchni 140-160 mkw. Obecnie inwestorzy coraz częściej wybierają projekty o metrażu od 90 do 110 mkw. Za zmianą preferencji stoją względy ekonomiczne - mniejszy metraż i prosta bryła oznaczają niższe koszty budowy i eksploatacji. Koszt 1 mkw. pozostaje zbliżony niezależnie od wielkości budynku, dlatego każda dodatkowa powierzchnia automatycznie zwiększa całkowite nakłady inwestora.

Z raportu Sekocenbudu, przeanalizowanych przez ekspertów Extradom.pl, wynika, że w skali

roku koszt budowy domów jednorodzinnych wzrósł średnio o 2,97%, czyli podobnie jak inflacja.

Największy wzrost cen odnotowano w województwie zachodniopomorskim - 5,47%, natomiast w Małopolsce wzrost był minimalny i wyniósł zaledwie 0,96%.

Dla inwestora planującego dom o powierzchni 90-110 mkw., oznacza to koszt od 495 tys. do 660 tys. zł, a w Warszawie - nawet powyżej 680 tys. zł.

## Koszty robocizny rosną

W III kwartale wzrost kosztów robót budowlanych był umiarkowany - 0,63% dla stanu wykończeniowego zewnętrznego, 0,85% dla stanu surowego otwartego i 0,86% dla stanu zeroowego. W ujęciu rocznym wartości te wyniosły odpowiednio 2,9%, 3,9% i 4,1% - to etapy generujące największą część budżetu inwestycji. Zaskoczeniem okazały się jednak spadki cen w instalacjach grzewczych - koszt instalacji centralnego ogrzewania zmniejszył się kwartał do kwartału o 3,19%, a rok do roku aż o 10,8%.



**Średni koszt budowy mkw, domu w połowie 2026 r. wyniesie 5920 zł/mkw., a do końca 2026 roku wzrośnie do poziomu około 6040 zł/mkw.**

- Jednocześnie odpływ doświadczonych wykonawców w połączeniu z dużym popytem prowadzi do wzrostu cen usług. Zjawisko to może się nasilić wiosną i latem 2026 roku - zwłaszcza jeśli dojdzie do kolejnej obniżki

stóp procentowych - komentuje Wojciech Rynkowski z Extradom.pl.

Wzrost cen energii elektrycznej bezpośrednio wpływa na produkcję materiałów budowlanych, takich jak stal, ce-

ment czy pustaki, których wytwarzanie jest energochłonne. Rosną także koszty transportu i pracy, co sprawia, że nawet przy stabilnej inflacji nie można liczyć na znaczące obniżki. Obniżki stóp procentowych już

wpływają na rynek - rośnie liczba zapytań o kredyty hipoteczne i działki budowlane. Ewentualne złagodzenie rekomendacji S może poprawić zdolność kredytową Polaków. Z drugiej strony, marże bankowe raczej nie spadną, zwłaszcza po podwyższeniu podatku CIT dla sektora finansowego.

Ceny gruntów rosną o 10-15% rocznie, zwłaszcza w atrakcyjnych lokalizacjach. To efekt ograniczonej podaży i opóźnień w uchwalaniu planów ogólnych. Po 1 lipca 2026 r. część działek może tymczasowo utracić status budowlanych, jeśli nowe plany nie zostaną przyjęte.

## Prognozy na 2026 rok

Ekspert Extradom.pl, Wojciech Rynkowski: - Spodziewam się ożywienia, wywołanego poluzowaniem polityki kredytowej. W skali całego kraju będzie to oznaczać dalszy, powolny wzrost kosztów budowy - w tempie od 1% do 2% kwartalnie, czyli średni koszt budowy mkw, domu w połowie 2026 r. wyniesie 5920 zł/mkw., a do końca 2026 roku wzrośnie do poziomu około 6040 zł/mkw.

REKLAMA

0011420948



# VIVARTE

## NOWOCZESNE DOMY W LEŚNICY - UL. JUNACKA 46 A, WROCŁAW

**DNI  
OTWARTE**  
- 7 listopada 2025 r.,  
godz. 9:00-17:00  
Zapraszamy  
serdecznie!



**Zapraszamy do kontaktu z Działem Sprzedaży i poznania  
szczegółów oferty:**

**Tel. 519 780 000**

**E-mail: sprzedaz@vivarte.pl**

**Strona: www.vivajunacka.vivarte.pl**

**VIVA JUNACKA** to nowoczesne osiedle położone w malowniczym otoczeniu Lasu Mokrzańskiego we Wrocławiu, w dzielnicy Leśnica. Inwestycja łączy spokój życia blisko natury z doskonałą komunikacją z centrum miasta (25 min).

Na terenie osiedla powstaje dwanaście eleganckich domów w zabudowie bliźniaczej o powierzchni od 116 do 141 m<sup>2</sup>. Każdy dom dysponuje przestronnym tarasem oraz ogród-

kiem, które zapewniają prywatną przestrzeń do wypoczynku na świeżym powietrzu. Dla większego komfortu przewidziano garaż w bryle budynku oraz dodatkowe miejsce postojowe na zewnątrz.

Nowoczesność w Viva Junacka przeplata się z elegancją, tworząc unikalną wizję przestrzeni mieszkalnej. Domy wyróżniają się innowacyjnym designem, który jest zarówno estetyczny,

jak i funkcjonalny. Standard wykończenia został zaprojektowany z dużą dbałością o szczegóły, aby zapewnić mieszkańcom komfort, bezpieczeństwo i zdrowe środowisko życia.

Zastosowane rozwiązania, takie jak ogrzewanie podłogowe czy system rekuperacji, sprzyjają ekologii, pozwalają na oszczędności eksploatacyjne i zwiększają wygodę codziennego użytkowania.

# Inwestorzy i właściciele mogą się cieszyć. Wzrosła wartość nieruchomości mieszkaniowych

**Dorota Mariańska**  
redakcja@regiodom.pl

**Jak wynika z najnowszego raportu Narodowego Banku Polskiego, szacowana wartość nieruchomości mieszkaniowych w Polsce wzrosła w ub.r. z 7,2 do 7,8 bln zł, co odpowiada 215 proc. PKB.**

Jak wynika z „Raportu o sytuacji na rynku nieruchomości mieszkaniowych i komercyjnych w Polsce w 2024 r.” przygotowanego przez NBP, liczba lokali przekazanych do użytku była w 2024 roku o 10 proc. niższa niż rok wcześniej. Do użytku oddano ok. 200,1 tys. mieszkań. Z tego 67 tys. w 16 miastach wojewódzkich - tj. o 6 proc. mniej rok do roku. Autorzy zwrócili przy tym uwagę, że budowa mieszkań oddawanych w 2024 r. rozpoczęła się w latach 2021 i 2022, czyli w okresie ograniczeń covidowych oraz niepewności gospodarczej i inwestycyjnej.

W 6 największych miastach w Polsce sprzedano ok. 40 tys. mieszkań deweloperskich

czyli o 18 tys. mniej niż w 2023 r., ale o 5 tys. więcej niż w 2022 r. W ocenie autorów raportu, malejący popyt na mieszkania był konsekwencją m.in. braku dostępu do subsydiowanych kredytów mieszkaniowych oraz utrzymywania się niskiej dostępności kredytu dla gospodarstw domowych. Z kolei wzrost wynagrodzeń w sektorze przedsiębiorstw podtrzymywał gotówkowy popyt mieszkaniowy wśród zamożniejszych gospodarstw domowych.

W ubiegłym roku liczba mieszkań przypadająca na 1000 ludności zwiększyła się z 419 do 426, a przeciętna powierzchnia użytkowa mieszkania na osobę wzrosła z 31,6 do 32,2 mkw. Z kolei przeciętna liczba osób przypadająca na mieszkanie zmniejszyła się z 2,39 do 2,35.

Szacowana wartość nieruchomości mieszkaniowych w Polsce na koniec 2024 r. wyniosła ok. 7,8 bln zł, wobec 7,2 bln zł na koniec 2023 r. Tym samym, odpowiadała ok. 215 proc. PKB.



**W ub.r. liczba mieszkań przypadająca na 1000 ludności zwiększyła się z 419 do 426**

Jak wynika z raportu, w pierwszym półroczu ceny rosły w wyniku relatywnie silnego popytu oraz ograniczonej podaży.

- Jednak już w drugiej połowie 2024 r. dynamiki cenowe zaczęły wyraźnie słabnąć. W wielu segmentach rynku

pojawiały się pierwsze sygnały stabilizacji, a lokalnie - szczególnie na rynku wtórnym - odnotowano również korekty cenowe - wskazano.

Na początku 2024 r. realna dynamika cen mieszkań na rynku pierwotnym jak i wtórnym, pozostawała dodat-

nia, co oznaczało, że wzrosty cen przewyższały tempo inflacji (CPI) oraz wzrost wynagrodzeń. Jednak w kolejnych kwartałach 2024 r. obserwowano systematyczne obniżanie się tego wskaźnika.

- W efekcie, pomimo nominalnych wzrostów cen, realne

## ZDANIEM DEWELOPERA

**Edyta Szmalcel - kierownik działu sprzedaży GC Development Sp z o.o.**

- W obliczu rosnących cen i niepewności na rynkach finansowych, inwestycje w nieruchomości pozostają synonimem stabilności. To nie tylko sposób na ochronę kapitału, ale też realna szansa na zysk dzięki rosnącej wartości gruntów i mieszkań. Wrocław, jako jedno z najszybciej rozwijających się miast w Polsce, utrzymuje się w czołówce lokalizacji atrakcyjnych dla inwestorów.

FOT. MICHAŁ KULERA/POLSKA PRESS

REKLAMA

0011424451



**PLASTMET**  
SYSTEMY OGRODZENIOWE

**ALU KOMFORT  
PERGOLE  
ZADASZENIA TARASÓW  
OGRODY LETNIE  
PAWILONY OGRODOWE**

[www.plast-met.pl](http://www.plast-met.pl)

*Twój dom jest tego wart*



**512 622 666**

ul. Milicka 34A  
Trzebnica

**FINANSE** ZDOLNOŚĆ KREDYTOWA TRZYOSOBOWYCH RODZIN OSIĄGNĘŁA OBECNIE 940 TYSIĘCY ZŁOTYCH

# Wiecej można pożyczyć na mieszkanie

Katarzyna Leszczak  
redakcja@regiodom.pl

**W ciągu ostatniego roku zdolność kredytowa trzyosobowej rodziny z dochodem równym dwóm średnim krajowym wzrosła aż o 25 procent. Ostatnie pół roku to czas historycznych rekordów.**

Zdolność kredytowa trzyosobowych rodzin osiągnęła obecnie kwotę 940 tysięcy złotych. Taka suma oznacza wzrost o 25% w porównaniu do sytuacji sprzed roku. Te dane pokazują, że banki coraz chętniej udzielają kredytów na zakup nieruchomości. Jak podkreśla Bartosz Turek, analityk rynku nieruchomości:

- O tym z jak dynamicznymi zmianami mamy ostatnio do czynienia najlepiej świadczy fakt, że tak wysokiej zdolności kredytowej Polacy jeszcze nigdy nie mieli. Mało tego, z deklaracji banków wynika, że przez ostatnich 6 miesięcy ten historyczny rekord był konsekwentnie poprawiany. Jest to twardy dowód na znacznie łatwiejszy dostęp do kredytów mieszkaniowych,



FOT. 123RF

**Łatwiejszy dostęp do kredytów mieszkaniowych wynika wprost ze spadku oprocentowania kredytów oraz wzrostu wynagrodzeń**

który wprost wynika ze spadku oprocentowania kredytów oraz wzrostu wynagrodzeń.

Analizując zdolność kredytową, przyjęto optymistyczne

założenia, uwzględniające dobre zarobki, niskie koszty utrzymania, brak zobowiązań kredytowych oraz wiarygodną historię kredytową rodziny.

**Niższe oprocentowanie wspiera wzrost zdolności kredytowej**

Kluczowym czynnikiem, który wpłynął na możliwość

uzyskania wyższej kwoty kredytu, jest obniżenie stóp procentowych przez RPP.

- Nie powinno ulegać wątpliwości, że kluczową zmianą, która doprowadziła do tego, że o kredyt mieszkaniowy jest dziś wyraźnie łatwiej niż przed rokiem, są działania RPP- mówi Bartosz Turek.

Od początku roku stopa procentowa zmalała z 5,75% do 4,5%. To spadek o 1,25 punktu procentowego znacząco wpływa na redukcję kosztów kredytu mieszkaniowego. W związku z tym banki mogą udzielać większych pożyczek. Dodatkowo marże kredytowe też zostały trochę obniżone, co wspiera dalszy rozwój kredytów o wyższym nominale. To wszystko składa się na sytuację, w której tak jak na początku br. standardem były kredyty mieszkaniowe oprocentowane na 7-8%, a dziś jest to zazwyczaj niewiele ponad 6%. Ekspert przewiduje, że w niedalekiej przyszłości jest możliwe oprocentowanie „z piątką z przodu”.

Zdolność kredytową wspomagają również rosnące wynagrodzenia i stabilne ceny nieruchomości. To powoduje, że moż-

liwości nabywcy Polaków odradzają się w szybkim tempie, a popyt na kredyty hipoteczne rośnie.

**Oprócz zdolności liczy się oferta**

Rodziny z dwiema średnimi krajowymi mogą liczyć na kwoty przekraczające 900 tys. złotych. Tak jest w przypadku ING, PKO BP (wraz ze swoim bankiem hipotecznym), Alior i Pekao S.A.

- Nawet banki kalkulujące zdolność kredytową w sposób bardziej zachowawczy i tak proponują niewiele poniżej 900 tysięcy. Aż trudno uwierzyć jaką drogę pokonaliśmy w niewiele ponad 3 lata. Warto przypomnieć, że w lipcu 2022 r., kiedy dotknęliśmy dna hipotecznej posuchy, mediana zdolności kredytowej rodziny z omawianego przykładu wylądowała poniżej 400 tysięcy - podkreśla ekspert. Warto także zwrócić uwagę na koszty, opłaty dodatkowe oraz proces uzyskania kredytu. Decyzja banku o przyznaniu korzystniejszych warunków może być również uzależniona od tego, jak wiele produktów bankowych zdecydujemy się z nim powiązać.

REKLAMA

0011423737



RAJKOWSKI BUDOWNICTWO

- Inwestycje deweloperskie
- Budowa domów
- Ocieplenia, elewacje
- Kompleksowe wykończenia wewnątrz
- Ocieplenia poddaszy granulatem wełny



☎ **601-665-645**

**www.rajkowskibudownictwo.pl**

**ul. Tadeusza Kościuszki 33  
55-330 Lutynia**

**TRENDY** W CIĄGU DWÓCH DEKAD ODSETEK PRZELUDNIONYCH MIESZKAŃ W POLSCE ZMNIEJSZYŁ SIĘ Z 54,1% DO 33,7%

# Nie mają własnego kąta. Eksperci alarmują o mieszkaniowej pułapce

Katarzyna Laszczak  
redakcja@regiodom.pl

**Polska wciąż zмага się z przeludnieniem mieszkań, problemem zamieszkiwania dorosłych z rodzicami oraz wysokim oprocentowaniem kredytów hipotecznych. Eksperci portalu RynekPierwotny.pl analizują, jak zmienia się sytuacja mieszkaniowa Polaków. Okazuje się jednak, że mimo wielu trudności, nie brakuje też pozytywnych trendów.**

Od lat mówi się o tym, że polskie mieszkania są przeludnione na tle krajów Unii Europejskiej. Eurostat definiuje przeludnienie jako sytuację, w której mieszkanie nie spełnia minimalnych warunków powierzchniowych. Wymagania są jednak dość wygórowane, bo mieszkanie musi spełniać wszystkie poniższe warunki:

- samodzielny pokój dla każdego gospodarstwa domowego,
- jeden pokój dla każdej pary w gospodarstwie domowym,
- jeden pokój dla każdej samotnej osoby w wieku przynajmniej 18 lat,
- jeden pokój dla dwojga osób tej samej płci w wieku 12 lat - 17 lat,
- jeden pokój dla osoby w wieku 12 lat - 17 lat (jeśli nie może mieszkać z osobą tej samej płci),
- jeden pokój dla dwojga dzieci w wieku do 12 lat.

Według najnowszych danych wskaźnik przeludnienia w Polsce wynosi 33,7%, co jest jednym z najwyższych wyników w Unii Europejskiej. Gorzej wypadają tylko Rumunia, Bułgaria i Łotwa.

Jednocześnie eksperci podkreślają, że trend w Polsce jest spadkowy - w ciągu dwóch dekad odsetek przeludnionych mieszkań zmniejszył się z 54,1% (2005 r.) do 33,7%.

W wielu krajach zachodniej sytuacja wygląda odwrotnie. W Szwecji wskaźnik przeludnienia wzrósł z 10,7% w 2005 r. do 16,7% w 2024 r., co eksperci tłumaczą napływem migrantów.

## „Gniazdownictwo” wciąż dużym problemem

Kolejnym istotnym zjawiskiem jest tzw. „gniazdownictwo”, czyli pozostawianie dorosłych dzieci w domu rodziców mimo osiągnięcia niezależności finansowej.

Dane Eurostatu z 2024 r. pokazują, że z rodzicami mieszka aż 53,8% osób w wieku 25-34 lata, co stawia Polskę w czołówce państw UE.

- Polski wynik lokował się zatem znacznie powyżej średniej UE, która wynosi 29,7% - podaje Marek Wielgo, ekspert portalu RynekPierwotny.pl.

W 2019 roku sytuacja wyglądała nieco lepiej - odsetek „gniazdowników” spadł do niespełna 44%, co mogło być efektem lepszej dostępności kredytów i dobrej koniunktury gospodarczej. W kolejnych latach - wraz ze wzrostem oprocentowania i cen mieszkań - wskaźnik ponownie wzrósł o 5 punktów procentowych.

Podobne problemy występują w Chorwacji, Grecji i Słowacji, jednak w tych krajach widać już pewną poprawę. W 2023 roku Polskę wyprzedziły także Włochy i Portugalia. Najmniej



Dwoje dzieci w wieku do 12 lat może razem mieszkać w jednym pokoju

„gniazdowników” mają tradycyjnie Finlandia, Dania i Szwecja, choć nawet tam odnotowano wzrost tego zjawiska w ostatnich latach.

## Kredyty hipoteczne - zadłużenie rośnie, ale w granicach rozsądku

Ostatnie 20 lat to czas dynamicznego rozwoju rynku kredytów mieszkaniowych w Polsce. W 2005 roku łączna wartość nie-

splaconych hipotek wynosiła około 50 mld zł, podczas gdy dziś sięga blisko 500 mld zł.

- Pamiętajmy jednak, że w ciągu 20 lat mocno urosł również produkt krajowy brutto. Dzięki temu pod koniec 2024 r. relacja zadłużenia mieszkaniowego Polaków do PKB wynosiła około 14%, czyli była niska - wyjaśnia Andrzej Prajsnar, ekspert portalu RynekPierwotny.pl.

W 2016 roku relacja ta wynosiła 21% PKB, co oznacza spadek w ostatnich latach. Polska wypada korzystnie nie tylko na tle średniej unijnej (38%), ale też w porównaniu z Czechami (21%) i Słowacją (31%).

Wartość niesplaconych kredytów mieszkaniowych stanowiła w 2024 r. jedynie 23% rocznych dochodów do dyspozycji gospodarstw domowych, podczas gdy w Czechach było to

41%, a na Słowacji 51%. Dla porównania, w Danii wskaźnik ten wynosi aż 150%, w Holandii 160%, a w Szwecji 173%.

## Raty kredytów wciąż są wysokie

Polski rynek kredytowy przeszedł długą drogę od czasów kryzysu związanego z kredytami frankowymi. - Rozbrojenie „frankowej bomby” było w przeważającej mierze efektem spłat długu, ugod i powodów, bo wcześniejsze inicjatywy legislacyjne państwa spaliły na panewce - zauważa Andrzej Prajsnar, ekspert RynekPierwotny.pl.

Choć problem kredytów we frankach został w dużej mierze rozwiązany, Polacy wciąż borykają się z jednym z najwyższych oprocentowań kredytów hipotecznych w UE - zarówno w ostatnich latach, jak i wcześniej. To czynnik, który ogranicza dostępność mieszkań dla wielu gospodarstw domowych, ale powoli się to zmienia.

Analiza ekspertów portalu RynekPierwotny.pl pokazuje, że sytuacja mieszkaniowa w Polsce ma zarówno pozytywne, jak i negatywne aspekty. Z jednej strony widać spadek przeludnienia i niskie zadłużenie hipoteczne w relacji do PKB, z drugiej - rosnące koszty kredytów i utrzymujący się problem „gniazdownictwa”.

- Relatywnie niski ogólny poziom kredytowego długu stwarza nadzieję na poprawę sytuacji mieszkaniowej sporej grupy osób, które nie będą mogły skorzystać z oferty budownictwa społecznego - podsumowuje Andrzej Prajsnar, ekspert portalu RynekPierwotny.pl.

## O zakupie mieszkania często decyduje możliwość zaparkowania

Małgorzata Czuba-Skarżyńska  
redakcja@regiodom.pl

**Kupujący mieszkanie coraz częściej zwracają uwagę nie tylko na lokalizację czy metraż, ale także na coś znacznie bardziej przyziemnego - możliwość zaparkowania auta.**

Jak pokazuje najnowsza analiza, mieszkania z własnym miejscem postojowym sprzedają się szybciej, a w niektórych regionach - szczególnie w Małopolsce i na Mazowszu - stały się już rynkowym standardem.

## Parking wciąż na wagę złota - tu jest o nie najłatwiej

Ponad 62 proc. mieszkań wystawionych obecnie na sprzedaż w Polsce ma dedykowane miejsce parkingowe - wynika z najnowszej analizy eXp Polska.

Dostępność miejsc postojowych okazuje się jednym z najważniejszych czynników przy zakupie nieruchomości, a różnice między regionami potrafią być ogromne. Najlepiej wypadła Małopolska, gdzie prawie trzy czwarte mieszkań ma

zapewnione miejsce parkingowe.

- Parking nadal stanowi priorytet dla wielu nabywców nieruchomości w Polsce, szczególnie w centrach miast, gdzie liczba miejsc parkingowych na ulicach jest ograniczona, a samochód często jest niezbędny do dojazdu do pracy - podkreśla Olga Marciniak, dyrektor eXp Polska.

Z danych eXp Polska wynika, że w skali kraju 62,1 proc. mieszkań dostępnych na rynku posiada własne miejsce postojowe lub garaż. W niektórych regionach wskaźnik ten jest jednak znacznie wyższy.

Województwo małopolskie znalazło się na pierwszym miejscu z wynikiem 73,2 proc., wyprzedzając

- mazowieckie (70,4 proc.),
- pomorskie (68,8 proc.),
- podkarpackie (66,1 proc.)
- wielkopolskie (65,9 proc.).

**Problem z parkowaniem może zniechęcić kupujących**  
Zdecydowanie trudniej o parking w województwach:

- lubuskim (40,2 proc.),
- opolskim (41,6 proc.),
- kujawsko-pomorskim (44,9 proc.),
- podlaskim (52,7 proc.)
- warmińsko-mazurskim (53,2 proc.).

W tych regionach kupujący muszą liczyć się z mniejszym wyborem ofert z miejscem postojowym, co może wpływać na decyzje zakupowe, szczególnie wśród rodzin i osób pracujących w centrach miast.

Eksperci eXp Polska zwracają uwagę, że temat parkingów zyskuje na znaczeniu

także wśród nabywców zagranicznych, którzy coraz częściej poszukują mieszkań w Polsce. Dostępność własnego miejsca postojowego daje im większe poczucie bezpieczeństwa, komfortu i niezależności. Wiele zależy też od funkcjonowania komunikacji zbiorowej, a z tym bywa różnie, stąd poszukiwanie ofert z możliwością parkowania.

Analiza została przeprowadzona na podstawie aktualnych ofert sprzedaży mieszkań dostępnych w serwisie Otodom.pl.

# LOKUM *laVida*

Wrocław, L. Herbsta

**Zamieszkaj u siebie i żyj tak, jak lubisz.  
Odbierz klucze jeszcze w tym roku!**



szeroki wybór mieszkań  
o funkcjonalnych układach  
od 2 do 4 pokoi i metrażach 33-88 m<sup>2</sup>



balkon, ogródek lub taras  
w każdym lokum



wygodne parkowanie w garażu  
podziemnym lub na miejscach  
naziemnych



zielone dziedzińce, strefa work-out,  
kolorowy plac zabaw



pełna infrastruktura miejska  
w okolicy

**LOKUM**  
DEVELOPER



71 796 66 66



[kontakt@lokumdeveloper.pl](mailto:kontakt@lokumdeveloper.pl)

[lokumdeveloper.pl](http://lokumdeveloper.pl/oferta/lokum-la-vida)  
[/oferta/lokum-la-vida](http://lokumdeveloper.pl/oferta/lokum-la-vida)

# Dom blisko natury i miasta. **Nowe osiedle GC Development na Swojczycach**

Wrocławskie Swojczyce zyskują kolejną, nowoczesną inwestycję mieszkaniową.

**W pierwszym kwartale 2025 roku rozpoczęła się budowa kameralnego osiedla przy ul. Swojczyckiej 117 A-NA, realizowanego przez firmę GC Development. W ramach projektu powstaje dwanaście dwulokalowych domów jednorodzinnych w zabudowie bliźniaczej, zaprojektowanych z myślą o komforcie rodzin i miłośników spokojnych, zielonych okolic.**

Osiedle usytuowane jest w pobliżu kompleksu Olimpia Port i planowanej pętli tramwajowej, co gwarantuje dogodny dostęp do centrum miasta. Każdy dom będzie miał prywatny ogródek, garaż oraz dodatkowe miejsce postojowe, a inwestor zadba również o modernizację drogi osiedlowej, co przyniesie korzyści zarówno przyszłym mieszkańcom, jak i sąsiadom. Projektanci postawili na funkcjonalny układ pomieszczeń, wysoką jakość materiałów i dużą ilość naturalnego światła. Architektura osiedla łączy nowoczesną prostotę z przyjazną, kameralną skalą zabudowy, tworząc harmonijną przestrzeń do życia.

– Naszym celem jest tworzenie mieszkań i domów, które łączą estetykę, wygodę i przystępność cenową – mówi Kamil Pakosz, prezes zarządu GC Development.



SWOJCZYCKA 117  
A-NA

– Projekt przy Swojczyckiej 117 A-NA to przykład inwestycji, która odpowiada na realne potrzeby rodzin szukających przestrzeni do życia w spokojnej części miasta, bez rezygowania z miejskich udogodnień.

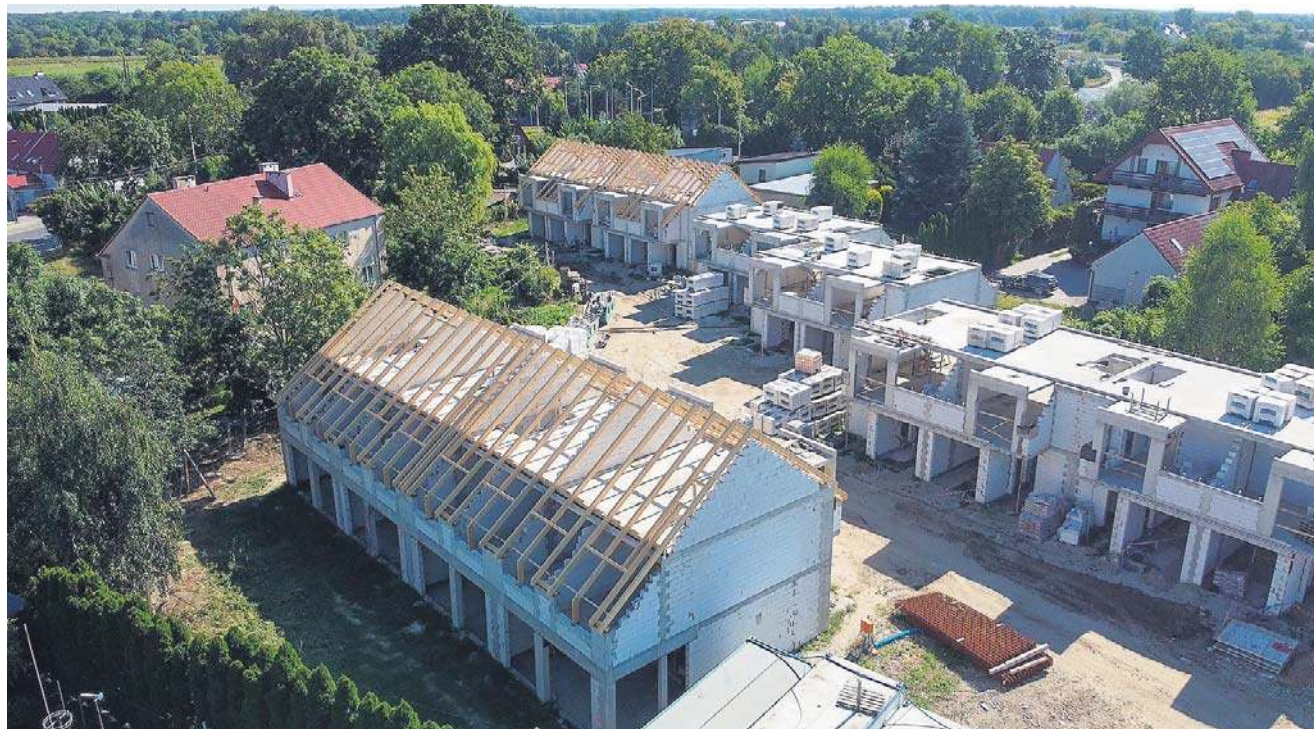
Każdy lokal oferuje 125 m<sup>2</sup> powierzchni użytkowej, w tym przestronny salon z aneksem kuchennym i wyjściem do ogródka, trzy sypialnie, trzy łazienki, garaż oraz antresolę, idealną na biuro, pokój gościnny lub strefę relaksu.

W standardzie przewidziano m.in. kominek, ogrzewanie podłogowe, rolety elektryczne, bramę garażową na pilota oraz prefabrykowane schody na poddasze – element, który rzadko pojawia się w tego typu inwestycjach.

Pomimo wysokiego standardu, ceny domów są porównywalne z cenami mieszkań o znacznie mniejszej powierzchni w innych częściach Wrocławia. Co więcej, dzięki sposobowi liczenia powierzchni pod skosami, nabywcy zyskują dodatkowe metry „gratis”.

– Pierwsze umowy zostały już podpisane, a zainteresowanie projektem przerosło nasze oczekiwania – dodaje Kamil Pakosz. – Wszystkie prace postępują zgodnie z harmonogramem, a inwestycję nadzorujemy na każdym etapie.

W sprzedaży pozostały jeszcze cztery lokale, a system płatności został podzielony na pięć dogodnych transz, rozłożonych w ustalonych, komfortowych terminach. Zakończenie budowy zaplanowane jest do listopada 2026 r., a przekazanie inwestycji klientom zaplanowano do 27 lutego 2027 roku. Ceny domów z ogródkami i miejscami postojowymi rozpoczynają się od około 13 200 zł brutto za metr kwadratowy. Więcej informacji o inwestycji można znaleźć na stronie: [www.gc-development.pl](http://www.gc-development.pl)



**GC Development**  
LIVING IN HARMONY

#### Biuro sprzedaży:

GC Development  
NICOLAS BUSINESS CENTER  
Wrocław, ul. Św. Mikołaja 19, IV  
tel. 667 99 99 06, 71 321 52 00  
[sprzedaz@gc-development.pl](mailto:sprzedaz@gc-development.pl)

**L**naliśmy się od ponad półwiecza. Nie mogę powiedzieć, że była to bliska znajomość, którą się mierzy częstymi spotkaniami, bywaniem u siebie i nieustannymi rozmowami na interesujące tematy. Owszem, traktowaliśmy się z sympatią i wiedzieliśmy o sobie dostatecznie wiele, by za każdym razem witać się serdecznie, ale właściwie to tylko tyle. A jednak, kiedy myślę o Andrzeju, mam wrażenie za każdym razem, że było to coś więcej niż zwyczajna znajomość, bo nie opuszcza mnie widok jego poważnej twarzy z oczami maskującymi nieco figlarny uśmiech znamionujący poczucie humoru i wrażliwość na absurd życia, i nie mogę uniknąć wrażenia, że darzyliśmy się wzajemną, wcale nie-małą sympatią.

Na przełomie lat sześćdziesiątych i siedemdziesiątych (niestety, ubiegłego stulecia) od kilku już lat zawodowo byłem związany z wrocławską telewizją, ale w dalszym ciągu moją prawdziwą, artystyczną pasją była praca w teatrze studenckim, czyli codzienne bywanie w „Kalamburze” przy ul. Kuźnicznej 29 A. Pewnego razu gościnnie na tej scenie wystąpił teatr uniwersytecki „Nawias”, nad którym pieczę artystyczną sprawował wtedy popularny aktor młodego pokolenia Paweł Galia – członek Teatru Polskiego.

W „Nawiasie” pojawiło się wielu sympatycznych chłopaków i kilka bardzo ładnych dziewcząt, którzy ambitnie próbowali wdrzeć się do teatralnego grona znaczących zespołów. A wtedy poza wrocławskim Kalamburem brylował w kraju teatr STU z Krakowa, Teatr Ósmego Dnia z Poznania czy łódzkie „siódemki” – żeby wymienić te najbardziej znane zespoły.

I tutaj pojawia mi się w pamięci mgiełka uniemożliwiająca rozpoznanie w przeszłości momentu, kiedy pierwszy raz zobaczyłem Andrzeja. On miał także artystyczną, teatralną pasję oraz – nawiasem mówiąc – w tym samym zespole pełną uroku dziewczynę. Kończył studia na wydziale prawa i jednocześnie skręcał zaawansowo w stronę dziennikarstwa, próbując się zacześcić w redakcji „Gazety Robotniczej”, jednej z trzech wrocławskich gazet (poza „GR” ukazywało się w mieście „Słowo Polskie” i popołudniówka „Wieczór Wrocławia”). Musieliśmy się w jakiś szczególnie sposób polubić, bo kiedy przyszło mi realizować na antenie telewizyjnej miesięcznik młodzieżowy „Spotkania”, pomyślałem o Andrzeju i zaprosiłem go do wzięcia w nim udziału. Mam dziurawe o programie wspomnienia, ale nie mogę powiedzieć, że były to moje



Andrzej Bułat (ur. 22.08.1948 r., zm. 2.11.2020 r.) w naszej gazecie pracował od 1972 roku (wówczas „Gazeta Robotnicza”) aż do emerytury, na którą odszedł w 2008 roku. Już jako emeryt nadal pisał felietony

# KILKA SPOTKAŃ

W piątą rocznicę śmierci... Wspomnienie  
o red. Andrzeju Bułacie, wieloletnim dziennikarzu,  
redaktorze naczelnym i prezesie „Gazety Wrocławskiej”

*Piotr Zahuski*

szczytowe osiągnięcia publicystyczne, zwłaszcza że treść była ostro cenzurowana przez redaktora U. oraz cenzurę instytucjonalną mieszczącą się w gmachu bankowym przy Rynku. Nie był to program bojowy w treści, w dodatku formalnie dość banalny. Andrzej jako uczestnik dyskusji rzetelnie wywiązywał się z dobrowolnego obowiązku, lecz w niczym to nie zmieniało mojej opinii o niedoskonałości „Spotkań”.

Ale telewizja nie okazała się dla niego nęcącym żywiołem. Na zawsze związał się z prasą, gdzie stworzył postać redaktora Malaka żywo interesującego się sprawami ludzi często uwikłanymi w pospolite absurd. Pisał o tym słowem ciętym, lubił ironię i humor. W jego wykonaniu najkrótsza forma ewoluowała powoli w kształt ambitnego fe-

lietonu, co zaowocowało po latach kilkoma tomikami zebranych tekstów.

Na początku roku siedemdziesiątego drugiego miałem jechać do Anglii na festiwal teatrów studenckich w Bradford jako przedstawiciel biura organizującego wrocławski Festiwal Teatru Otwartego. Pewnego dnia powiedziałem o tym Andrzejowi i wówczas on mi wyznał, że niedaleko Bradfordu mieszka jego dziadek, którego na oczy nie widział, bo po wojnie pozostał na Zachodzie. Dał mi jego adres, a ja obiecałem, że postaram się go odwiedzić.

I tak też się stało. Dzięki notatkom wiem, że było to w niedzielę, 6 stycznia. Odwiedziłem pana Andrzeja Bułata w jego skromnym mieszkaniu, gdzie wraz z przyjacielem, który mi towarzyszył,

zostaliśmy poczęstowani wismienitą nalewką z wiśni. Pan Bułat był już w podeszłym wieku i w jego wypowiedziach dawała się wyczuć silna gorczy, coś na kształt pretensji do losu, który zgrywał mu syberyjskie lata, powojenną tułaczkę i wreszcie obce gniazdo w nielubianej Anglii.

Niecałe dziesięć lat później prochy pana Bułata zostały sprowadzone do Wrocławia i pogrzebane na cmentarzu Grabiszyńskim. Mam z tej

uroczystości zdjęcie wykonane przez Tadeusza Szweda (fotoreportera „Gazety Robotniczej”), na którym niosę skrzyneczkę opatrzoną krzyżem i wyglądam jak długowłosy mnich.

Otóż zdarzyło się tak, że po uroczystościach w kaplicy wychodziłem ostatni i wtedy zauważyłem, że wzięwszy metalową urnę z prochami nieboszczyka zapomniałem o skrzynce, w której umieszczam ją przed złożeniem w grobie. Nie pytając nikogo,

wziąłem ją pod pachę, wiedząc, że w pewnym momencie rodzina zorientuje się, że nastąpiło niedopatrzenie. Miałem rację. Wtedy to właśnie Tadeusz Szwed zrobił mi cmentarne zdjęcie.

Dwa lata potem, po opuszczeniu kratek w Grodkowie, wyjechałem na emigrację. Stan wojenny, z wolną łagodzono, trwał. Gazeta, w której pracował Andrzej, od czasu do czasu poplukała w moją stronę, kpiąc z mojej pracy w Radiu Wolna Europa. Czytywałem te wymysły i bawiło. Po trzynastu latach wróciłem z Monachium i zająłem się twórczością telewizyjną. Okazało się wtedy, że Andrzej skrupulatnie przyglądał się moim realizacjom i od czasu do czasu je recenzował. Czynił to z właściwą sobie starannością, z rozsądkiem i życzliwością, co nie było wówczas, w okresie szalejącej, wręcz rozpasanej i często nieodpowiedzialnej wolności, zbyt częste. Był już wtedy naczelnym nowej, po przemianach politycznych i gospodarczych, gazety.

Zupełnie się nie zmienił w swoim wyglądzie. Wysoki brodac z chłopięcymi, otwartymi szeroko oczami, jakby chciał tym spojrzeniem ogarnąć jak najwięcej z ciekawego życia, ciągle zakochany w swojej Joli i córce Zuzi. Do tego mistrz Polski w ortografii!

Kiedy zacząłem wydawać swoje książki, bacznie je czytał i recenzował. Wstyd przyznać, najczęściej pozytywnie. Ale nie dlatego czuję do niego najszybszą sympatię, może inaczej – nie tylko dlatego. Kilka razy zorganizował mi autorski wieczór w gronie swoich kolegów z klubu rotariańskiego. Byłem jego serdecznością zdziwiony, bo obaj wiedzieliśmy, że światopoglądowo raczej się różniliśmy, choć nigdy o tym bezpośrednio nie dyskutowaliśmy. Jego zbiory doskonale napisanych felietonów ukazywały człowieka, który nie walczył na oślep z przeciwnościami i przeciwnikami, ale trafia bezlitośnie, zaprzegając do swojej sztuki fechtowania błyskotliwą inteligencję, ogromną wiedzę i zdrowy rozsądek. Dlatego lubiłem je czytać, mimo iż często się przy tym irytowałem, co by go zapewne radowało.

Składając w łańcuszku wspomnień o Andrzeju Bułacie mniejsze i większe zdarzenia, epizody mogące zniknąć w mgle zapomnienia, wciąż czuję niezmienną ich żywotność, temperaturę życia. I mimo naturalnego smutku dostrzegam wkomponowany weń uśmiech na jego poważnej twarzy, co daje mi metafizyczną radość i nawet bywa przyjemne.

SKŁADAJĄC W ŁAŃCUSZKU  
WSPOMNIENIE O ANDRZEJU  
BUŁACIE MNIEJSZE I WIĘKSZE  
ZDARZENIA, WCIAŻ CZUJĘ  
NIEZMIENNOŚĆ ICH ŻYWOTNOŚCI.

Jesienna mgła unosi się nad torami, przejeżdżające pociągi wygłuszają na chwilę wszystko wokół. Przy barierze mostu Dworcowego w Poznaniu stoi biały rower. Na pierwszy rzut oka - zwykła rama. W rzeczywistości to ghost bike po Kasi, 27-letniej poznajance, która zginęła tu 1 kwietnia 2010 roku, wracając z pracy na rowerze. Pędzące BMW uderzyło w nią tak mocno, że przeleciała nad samochodem i spadła kilka metrów dalej. Zginęła na miejscu. Kierowca znacznie przekroczył prędkość. Został skazany. Od tamtej pory biały rower wciąż tu wraca, ostatnio jesienią 2023 roku, kiedy rodzina zapowiedziała jego odświeżenie przed Świętem Zmarłych. Jest symbolem żałoby, znakiem ostrzegawczym i - dla sprawcy - niewygodnym wyrzutem sumienia.

### Krzyż przy pasach

Styczeń 2019 roku, os. Bato-rego w Poznaniu. Przejście dla pieszych przy ul. Opieńskiego to codzienna trasa do tramwaju, do sklepu, do domu. Tego wieczoru 65-letni kierowca nie zatrzymał się przed „zebrą” i uderzył w dwoje pieszych: 25-letniego Jakuba i jego 24-letnią partnerkę Annę. On zmarł w szpitalu, ona odniosła ciężkie obrażenia. Nagranie z miejskiego monitoringu i zeznania świadka przesądziły o przebiegu zdarzenia. Sprawca do końca nie przyznawał się do winy. Twierdził, że piesi „wtargnęli” mu na przejście, w sądzie wołał nawet: „to ja jestem poszkodowanym”, a ofiary porównywał do „bezzrozumnych zwierząt”. Sąd mu nie uwierzył i skazał na niepełną 2 lata więzienia.

Po wypadku rodzina podjęła decyzję o donacji narządów Jakuba. Oddano jego serce, wątrobę, trzustkę, nerki i rogowki.

- Mimo że minęło 5 lat od wypadku i śmierci Jakuba (...), czuję, że jednak gdzieś żyje wśród nas. Zginął tragicznie, ale uratował kilku osobom życie, oddając część siebie - mówiła w ubiegłym roku w rozmowie z „Głosem Wielkopolskim” jego siostra Natalia.

Dziś przy drodze stoi skromny krzyż, przypominający o tragedii i niewłaściwych decyzjach kierowcy.

### Dwa kaski

Na poboczu między Gębąrzewem a Gnieznem stoi krzyż z czarną tabliczką: „ś.p. Marcin, Marcel, 28.09.2024”. Dwa kaski na prętach, wieniec w kształcie serca, rząd zniczy na białych kamykach. Za nim pola, przed nim asfalt, na którym pękło życie ojca i jego kilkuletniego syna. Była sobota. Motocykl jechał prosto, bus skręcał w lewo. Kierowca nie



Na poboczu między Gębąrzewem a Gnieznem stoi krzyż z czarną tabliczką: „ś.p. Marcin, Marcel, 28.09.2024”. Tu zginęli ojciec i syn jadący motocyklem

FOT. PAWEŁ BRZEZNIAK

# ZATRZYMANI W PÓŁ DROGI

Tam, gdzie dziś jedziemy szybko, ktoś kiedyś jechał po raz ostatni. Krzyże na poboczach przypominają, że droga może urwać się nagle - w jednym miejscu i w jednej sekundzie

*Justyna Piasecka-Gabryel*

ustąpił pierwszeństwa. Zderzenie było gwałtowne. Ratownicy podnosili pojazd, by wydostać dziecko. Nie zdołali go uratować. Ojciec i syn zginęli na miejscu. Tydzień później Czarniejewo żegnało ich w bieli kwiatów.

### Mapa znaków

Biały rower na moście Dworcowym nie jest jedynym w Poznaniu. W listopadzie 2013 roku u zbiegu ulic Święty Marcin i alei Niepodległości stanął „ghost bike”, upamięt-

nający 24-letniego kuriera potrąconego przez ciężarówkę. W lipcu 2014 roku kolejny pojawił się przy ulicy Jana Pawła II - po śmierci 19-letniego rowerzysty. W Puszczy Zielonce w ten sposób wspomina się podróżnika Ryszarda Walerycha. Białe rowery są proste, mówią same za siebie. Widząc je, nie trzeba czytać tablic informacyjnych. Wystarczy spojrzeć.

Są też miejsca, które przypominają nie o błędach za kierownicą, lecz o przemocy. 24 maja

2015 roku w przejściu pod rondem Śródka w Poznaniu 27-letni Arkadiusz został czterokrotnie ugodzony nożem. Zmarł po kilkunastu dniach walki o życie. W miejscu zdarzenia pojawiały się znicze i jedno pytanie: „dlaczego?”. Od tamtej pory przejście nie jest już neutralne. Co jakiś czas wracają tam znicze i fotografia Arka, upominając się o pamięć.

Kwiaty, znicze, szaliki klubowe, dziecięce rysunki pojawiają się najczęściej tuż po tragediach. Znikają po kilku

dniach czy tygodniach, czasem miejsca pamięci przed Wszystkimi Świętymi odżywają, by znów przygasnąć. Nie są pomnikami. Ale potrafią choć na chwilę zatrzymać ludzi i przypomnieć o tych, którzy nie dotarli do domu.

### Memento

W 2024 roku w Polsce doszło do 21 519 wypadków drogowych, w których zginęło 1896 osób. To za dużo historii przerwanych nagle, zbyt wiele rodzin, które nie zdążyły się pożegnać. Dlatego właśnie w przestrzeni publicznej najczęściej spotykamy przydrożne krzyże - najprostszymi i najstarszymi znakami pamięci osób, które zginęły na drodze. Jak reagują na nie kierowcy, mijając je w czasie podróży?

- To zależy - stwierdza Jakub Patecki, psycholog transportu. - Młodzi, świeżo upieczeni kierowcy najczęściej wychwytyją takie znaki w swoim polu widzenia i może to na nich oddziaływać - pojawia się poczucie zagrożenia, świadomość, że właśnie stają się uczestnikami ruchu drogowego. W ich przypadku krzyż może działać jak ostrzeżenie. Również osoby bardziej empatyczne, skłonne do refleksji, mogą na moment zwolnić i pomyśleć o konsekwencjach brawury. Mówiąc o wpływie, mam jednak na myśli przede wszystkim reakcję emocjonalną, a nie zmianę zachowania za kierownicą. Kierowcy zawodowi zwykle mijają takie miejsca bez większej uwagi - nawet jeśli je zauważają, często mają poczucie, że ich to nie dotyczy.

Z drugiej strony nie tylko o skuteczność chodzi. Czy mijając krzyż przy drodze, kierowcy jeszcze myślą o tym, co on symbolizuje?

- Krzyż jest dla chrześcijan bardzo ważnym znakiem (...), znakiem ofiary Chrystusa, śmierci, ale też i zmartwychwstania. Jest po prostu wyznaniem wiary - podkreśla o. Grzegorz Dobroczyński, jezuita z Poznania.

Jak dodaje, pojawienie się krzyża w miejscu tragedii niesie ze sobą także nadzieję.

- Życie zmarłych zmienia się, ale się nie kończy. Przydrożne krzyże są memento o osobach, które tam zginęły tragicznie - tłumaczy.

W wypowiedzi o. Dobroczyńskiego mocno wybrzmiewa również moralny wymiar takich upamiętnień.

- Przypominają kierowcom, że reguły ruchu drogowego są wyrazem przykazania miłości bliźniego. Pełnią funkcję przestrogi, są katechezą w drodze. Kościół nie narzuca sztywnych zasad ich stawiania.

- Jest tutaj wolność bardzo indywidualna i osobista - zaznacza. - Trzeba patrzeć na te znaki z życzliwością i zrozumieniem dla bliskich, którzy

stracili kogoś wskutek lekkomyślności innych.

Zarządcy dróg patrzą jednak na to zagadnienie również przez pryzmat bezpieczeństwa.

- Krzyże przy drogach niewątpliwie zagrażają bezpieczeństwu, bo rozpraszają kierowców - przyznaje Alina Cieślak z poznańskiego oddziału Generalnej Dyrekcji Dróg Krajowych i Autostrad. GDDKiA. - Z jednej strony patrzymy pod kątem bezpieczeństwa, ale jeżeli ktoś je ustawia, my ich nie likwidujemy. Wiemy, że doszło tam do ogromnej tragedii.

Interwencje pojawiają się jedynie w sytuacjach skrajnych.

- Gdy ustawiono dużą płytę nagrobną, poprosiliśmy o jej usunięcie. W miejscu płyty stanął mały krzyż - wyjaśnia.

Formalnie każda taka konstrukcja powinna być zgłoszona jako zajęcie pasa drogowego - choć rzadko dzieje się tak w praktyce.

- Jeśli krzyż nie stwarza zagrożenia, szanujemy go i nie likwidujemy - mówi przedstawicielka GDDKiA.

Problem pojawia się dopiero, gdy rośnie „oprawa”: znicze, kwiaty, dekoracje.

- Utrudnia to koszenie i utrzymanie pobocza, bywa, że wiąże się z ryzykiem pożaru. Chodzi o to, by było bezpiecznie - mówi. - To nie jest masowe zjawisko. Takie miejsca powstają sporadycznie.

Dostrzega jednak ich emocjonalny wpływ na kierowców.

- Ja jako kierowca zwracam uwagę na krzyże. Sam symbol może działać ostrzegawczo - przyznaje Cieślak.

To spostrzeżenie wykorzystują także kampanie społeczne.

Od końca października w całym kraju ruszyła akcja „Zwolnij, masz przed sobą życie” pod patronatem Generalnej Dyrekcji Dróg Krajowych i Autostrad.

Jej przekaz ma być mocny, bo wyrażony obrazem, który trudno pominąć: w Warszawie pojawiają się puste krzesła, po jednym za każdą osobą, która zginęła na polskich drogach w 2024 roku. Równolegle, w całym kraju, na tablicach zmiennej treści kierowcy widzą krótkie komunikaty, mające przypomnieć o konsekwencjach pośpiechu.

To ważny sygnał, szczególnie teraz, gdy zbliża się 1 listopada i wyruszymy w drogę do bliskich, by zapalić znicze na ich grobach. Wtedy na drogach jest najbardziej tłoczno i najniebezpieczniej. Wystarczy jeden błąd, by ktoś już nigdy nie dotarł tam, dokąd jechał. Każdy przydrożny krzyż pokazuje, czym kończy się pośpiech i brak ostrożności. Jedźmy więc uważnie, bo nikt przecież nie chce, żeby kolejne znicze zapłonęły na poboczu.

# OD LASTRYKA DO GRANITU I KOMPOZYTÓW

Świecący nagrobek z kompozytu albo granitu indyjskiego, nie za duży – jak w Ameryce, w kant, zaprojektowany w 3D, na którym palą się znicze ledowe napędzane energią słoneczną - to wzór pomnika cmentarnego XXI wieku.

Oczywiście, trudno byłoby taki znaleźć na polskich cmentarzach, ale opis ten oddaje mody, trendy, innowacje, które w ostatnich latach wkraczają także na nasze nekropolie

*Magdalena Rubaszewska*

**K**ilka dekad temu królowało lastryko. Często były to nagrobki z klęcznikami z przodu, tak przynajmniej je nazywamy. Do pierwszych nagrobków z granitu wykorzystywano polski Strzegom, kamień jasny z fakturą przypominającą trochę lastryko, do tego dostawiało się ewentualnie ciemną tablicę.

Kształty były obłe z zaokrągleniami, różnymi ćwierćwałkami na płytach, zaokrąglanymi rogami i tablicami w kształcie fal. Z czasem stawiano nagrobki z rodzajów granitu impala, bohush czy kuru grey w dość klasycznym połączeniu, czyli płyta nakrywkowa i na niej stojąca tablica napisowa - wspomina Damian Cieślak, właściciel TOMBS, firmy z Łodzi. - Teraz

moda ewoluuje w nagrobki proste, cięte do kantu z delikatną fazą i tablicą napisową stojącą za nagrobkiem, od poziomu gruntu. Sporym zainteresowaniem cieszą się kolory granitu z białym wtrąceniami jak Viscount White, a także piaskowe jak indyjski Ivory Shivaishi czy Kashmir.

- Coraz częściej klienci decydują się na indywidualne pro-

jekty nagrobków opracowywane w 3D i wzorem amerykańskim idą w minimalizm - dodaje Damian Cieślak.

## Kompozyt zamiast granitu

Niektórzy sięgają, i to coraz częściej, po tańszą opcję surowcową, czyli kompozyt, materiał tworzony przez dwie warstwy aluminium i rdzeń z poliety-

lenu. Całość pokryta jest folią polimerową, która, jak zapewniają firmy oferujące ten rodzaj tworzywa na nagrobki, jest odporna na uszkodzenia mechaniczne, promieniowanie UV i opady atmosferyczne. A motyw na folii do złudzenia przypomina desenie granitu albo marmuru.

Jednym z nowych trendów, chociaż chyba jeszcze nie tak

rozpowszechnionym, jest także podświetlanie kamiennych pomników ledami. Montuje się je u podstawy nagrobka, w narożnikach, przy rzeźbach, krzyżach, ornamentach.

## Od kieliszka do marokańskiej mozaiki

Moda na ekologię, odnawialne źródła energii, oszczędne gospodarowanie zasobami wkroczyły również do innej gałęzi branży funeralnej. Chociaż we Wszystkich Świętych i w Dzień Zaduszny na nagrobkach przeważają znicze palące się żywym ogniem, to z roku na rok coraz większą popularnością cieszą się elektryczne lampki. Światło utrzymuje się w nich nieporównywalnie dłużej, nie trzeba ich też często wymieniać.

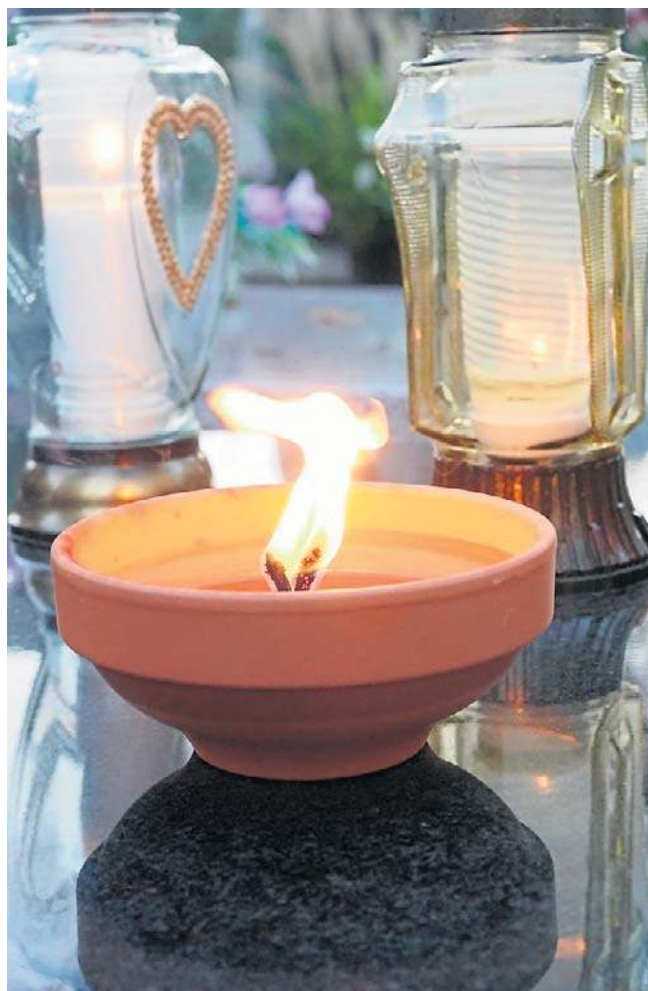
- Wchodzi na nie moda, klienci o nie pytają. W tym roku stanowią one jedną trzecią wszystkich zniczy, które przygotowuję na Wszystkich Świętych, w ubiegłym roku było ich znacznie mniej - mówi producent z Andrespola koło Łodzi.

I w modzie zniczowej widać ogromny skok. Starsi łodzianie pamiętają małe, szklane lampki kształtem przypominające kieliszki palące się otwartym płomieniem. Dzisiaj szklane i ceramiczne znicze - w tych drugich, czyli miseczkach zalanych parafiną z knotami producenci dopatrują się stylu vintage - bez przykrywk i kapturka, choć w mniejszości także daje się zauważyć na nagrobkach.

Wśród zniczy nowoczesnych na miarę XXI wieku wyróżniają się lampki solarne, które przez specjalne panele są ładowane energią słoneczną. Świecą w ciemności, uruchamiane czujnikiem, który włącza się po zapadnięciu zmroku. Znicze ledowe również mają wielu zwolenników oszczędnej formy celebrowania Wszystkich Świętych i Dnia Zadusznego. Wkład w jednej wersji jest zasilany energią słoneczną, w drugiej, mniej ekologicznej, bateriami po zużyciu zamieniającymi się w kłopotliwy odpad.

Natomiast klienci hołdujący tradycji i wybierający znicze palące się żywym ogniem, którzy jednak pozostają w większości, nie mają łatwego wyboru. Kształtów, wzorów, form, motywów, wielkości, zdobień zniczy plastikowych i szklanych co roku przybywa, chociaż wydaje się, że nic nowego nie da się już wymyślić. Ta wielość sprawia, że podjęcie „decyzji zakupowych” nie należy do szybkich i łatwych.

Wśród tej mnogości w tym roku wyróżniają się znicze szklane, witrażowe, w stylu marokańskim, wzorem przypominające mozaiki, wielokolorowe wykonane ze szkła tęczkowego, mieniącego się w słońcu.



FOT. GRZEGORZ GALASINSKI

Do łask wracają znicze sprzed lat - ceramiczne miseczki wypełnione woskiem



FOT. LUCYNA NENOW DZIENNIK ZACHODNI/POLSKA PRESS

Grobowiec z fotowoltaiką na cmentarzu na Załężu w Katowicach. Takich innowacji na polskich cmentarzach pojawia się coraz więcej

# BORYS SZYC: MIAŁEM TAKIE POCZUCIE, JAKBY MNIE NAPRAWDĘ URATOWALI Z TONĄCEGO STATKU

5 listopada swoją premierę będzie miał w serwisie Netflix nowy polski serial – „Heweliusz”. Jest to fabularyzowana opowieść o najtragiczniejszej katastrofie w historii Polskiej Żeglugi Morskiej. Główną rolę w serialu gra Borys Szyc. Popularny aktor odsłania przed nami kulisy tej wyjątkowej produkcji

*Patryk Gzyl*

**W 1993 roku, kiedy doszło do katastrofy promu Heweliusz, miał pan 15 lat. Dotarły do pana wtedy echa tej tragedii?**

Dokładnie pamiętam filmową zjawkę w „Wiadomościach” czy w „Teleexpressie” z kadrem statku odwróconego dnem do góry i pogrążającego się w wodzie. Zrobiło to na mnie gigantyczne wrażenie. Moja wyobraźnia wystrzeliła wtedy w kosmos.

**Te wspomnienia wróciły, kiedy trafiła do pana propozycja zagrania roli kapitana promu Heweliusz – Andrzeja Ułasiewicza?**

Oczywiście. Kiedy oglądałem jakiś film o katastrofie morskiej, jak „Titanic” czy „Tragedia Posejdon”, zawsze wyobrażałem sobie, jakie to musi być straszne, co to trzeba tam przeżyć. Coś jest takiego wyjątkowo przerażającego w tragedii na morzu – pewnie ten ogrom wody sprawia, że ludzki umysł nie umie tego za bardzo ogarnąć. Robiąc ten serial, mogliśmy się zbliżyć do tej tragedii, ale jednocześnie cieszyliśmy się, że my jesteśmy bezpieczni. Trzeba pamiętać, że warunki były wtedy okropne: zima, trzy stopnie na termometrze, wiatr z prędkością 180 km/h, deszcz zacinający praktycznie poziomo. Dlatego to wręcz niewyobrażalne, że ktośkolwiek przetrwał tę katastrofę.

**Podobno wdowa po kapitanie Ułasiewiczu wskazała pana jako aktora, który powinien zagrać jej męża. To miało dla pana duże znaczenie?**

Dowiedziałem się o tym już później. Zorganizowano nam spotkanie z Jolantą Ułasiewicz, która zaproponowała, abyśmy

przeszli na ty i powiedziała mi, że kiedy zapytano ją, który aktor mógłby zagrać jej męża, wymieniła między innymi mnie. Było mi więc bardzo miło i czułem swego rodzaju namaszczenie ze strony rodziny kapitana. Ale za tym szło poczucie obowiązku, dlatego tym bardziej chciałem poznać, jaki prywatnie był mąż Joli. Sie dzieliśmy, jedliśmy i rozmawialiśmy, a ja słuchałem jej opowieści.

**Co panu dało to spotkanie z rodziną kapitana?**

Przed wszystkim właśnie to przyzwolenie, że to ja jestem tą właściwą osobą, która ma go zagrać. A od strony aktorskiej była to niezwykła pomoc. Jola sprezentowała nam bowiem Świętego Graala tej produkcji – nagranie na kasecie VHS, które kapitan Ułasiewicz zrobił jeszcze za życia. Pół roku przed śmiercią kupił bowiem kamerę wideo i nagrywał wszystko dokoła, jak każdy, kto pierwszy raz w życiu miał kamerę w rękę. To taki moment zachłyśnięcia się jej możliwościami, kiedy kręci się co popadnie, zbliża, oddala, etc. I on nagrywał nie tylko rodzinę, ale też wszystkich na statku, różne jego pomieszczenia, w tym całą swoją kajutę, łącznie z łazienką. Dlatego ta jego kajuta jest w serialu odwzorowana jeden do jednego, łącznie z przedmiotami na stole i na półkach. Dokładnie tak, jak było na statku.

**A jeśli chodzi o samą postać kapitana?**

Dzięki temu filmowi mogliśmy zobaczyć, że był bardzo lubianą osobą. Miał poczucie humoru, uwielbiał mocną muzykę rockową i dobrą kuchnię.

Był więc bardzo wdzięczną postacią do oddania. U niego zawsze leciało jakieś AC/DC na cały statek. Z różnych wypraw przywoził egzotyczne przyprawy, które pozwalały mu potem gotować ciekawe potrawy. Lubił dobrze zjeść, jego córka Agnieszka wspominała, że „tata zawsze był na diecie”, co znaczyło, że ciągle się odchudzał. To mi było bardzo bliskie. Uznaliśmy, że muszę przybrać na wadze do tej roli, więc w serialu widać moją zmianę fizyczną, bo miałem 15 kg więcej niż mam teraz. Do tego dorobiliśmy jego specyficzną łysinkę na głowie. W związku z tym, że kapitan oraz jego rodzina to jedyne prawdziwe osoby, które pojawiają się w serialu, chciałem, aby moja postać była bliska prawdziwego człowieka. W serialu oglądamy fragmenty z życia kapitana, on nie jest cały czas obecny na ekranie, staraliśmy się więc oddać w tych sekwencjach jakąś prawdę o nim. Jest tam taka scena, w której bliscy kapitana oglądają nagrania z tej kasety VHS. To było właśnie dosłownie przełożone z opowieści jego córki Agnieszki. Widać tam, jaką mieli ze sobą ciepłą relację, to, że kazał się jej uczyć angielskiego, to, że specyficznym mówił takie przedłużone „kurrrrrr”. Z tych małych śladów i okrucich wspomnień, jakie pozostały po człowieku, staraliśmy się go ożywić na ekranie. Dlatego to spotkanie z rodziną kapitana dało mi niezwykle dużo.

**Bardzo wzruszająca jest ta sekwencja, w której kapitan nagrywa przez telefon wiadomość dla żony przed wyruszeniem w morze. To kilka zdań – a pięknie charakteryzuje tę po-**

**stać od prywatnej strony. To był autentyczny monolog?**

Autentyczne jest to, że Ułasiewiczowie nie mieli w domu telefonu i kapitan zawsze przed wypłynięciem w morze nagrywał się na automatyczną sekretarkę u wujostwa swej córki. Potem jego żona i córka odsłuchiwały sobie te wiadomości. Ostatnie takie nagranie zostało zarejestrowane właśnie przed jego śmiercią.

**Żona i córka kapitana widziały już serial?**

Tak. Jola i Agnieszka otrzymały serial i widziały całość. Dostałem od nich potem niezwykle wzruszające wiadomości, które pokazują, jak to mocno na nie zadziało. Że nie spodziewały się, iż po 30 latach związane z tym emocje będą tak silne, zwłaszcza u Joli. To dla mnie niezwykle ważne w tej całej układance, którą stworzyliśmy, że oddaję swą rolę hołd tej osobie, która poszła na dno razem ze swym statkiem.

**Czuł pan na sobie wyjątkową odpowiedzialność za takie pokazanie kapitana, żeby to była filmowo pełnokrwista postać, a jednocześnie jego żona i córka zobaczyły na ekranie swego męża i ojca?**

Starłem się zrobić to, jak najlepiej potrafiłem, zwłaszcza mając na uwadze to, że ostatecznie nasz serial jest fabularny, jedynie inspirowany prawdziwymi wydarzeniami. Po zakończeniu zdjęć Agnieszka spytała mnie, czy myślę, że to właśnie tak było w jego ostatnich chwilach, jak pokazaliśmy w serialu. Oczywiście miało to retoryczny ton, ale było świadectwem tego, że ona wypierała to tyle czasu i nie dopuszczała do siebie myśli, jak to mo-

gło wyglądać, a teraz zobaczyła to na ekranie. To musiało zrobić na niej ogromne wrażenie. Zresztą podobnie było ze mną. Kiedy oglądałem scenę śmierci kapitana na monitorze, to miałem po prostu łzy w oczach. Kiedy bowiem człowiek wyobrazi sobie, jak to mogło być, to jest potwornie wzruszające.

**Nie miał pan łatwego zadania, bo tak jak pan wspomniał, w scenariuszu Kaspra Bajona kapitan Ułasiewicz to główny bohater serialu, ale tak naprawdę pojawia się w niewielu scenach. Spodobało się panu takie przedstawienie tej postaci?**

Rozmawiałem z Kasprem i wiedziałem, jaki jest jego zamysł. Uznałem, że to będzie ciekawe: skupić się na postaci, która jest poboczna i nagle okazuje się być pierwszoplanową. Mam tu na myśli bohatera, którego gra Konrad Eleryk. Tymczasem główna postać, czyli kapitan Ułasiewicz, jest obecny duchem w każdym odcinku, ale na ekranie oglądamy go tylko na początku i na końcu. Zaczęłem przygotowania do zagrania tej postaci od odsłuchania nagrania audio ze statku, w którym kapitan wzywa pomocy. Są tam liczne zakłócenia, jest ten sztor, ale słysząc, jak ludzki głos przedziera się przez nie i woła: „Mayday! Mayday!”. To coś poruszającego. Słuchając tego, miałem zaciśnięte gardło. Wyobraziłem sobie, jak musiał się czuć kapitan, wiedząc, że nie ma wyjścia i musi nadać taki komunikat. Pokazujemy to w naszym serialu – i te sceny z kapitanem mają tak ogromny ładunek emocjonalny, że wystarczyło ich kilka, aby ułożył się z nich jego wyrazisty portret.

**Jakim doświadczeniem było dla pana zagranie sceny śmierci kapitana, kiedy naprawdę woda podchodziła panu do ust?**

To było ciężkie przeżycie od strony emocjonalnej i fizycznej. Wchodziłem do gigantycznej scenografii odwrotnego już statku, która zjeżdżała 9 metrów w dół i była prawie cała zanurzana w wodzie. I w tym momencie, kiedy jestem uwięziony na mostku i woda mi się powoli zbliża do głowy, wyobraziłem sobie, jak musiał się czuć kapitan, wiedząc, że za chwilę złapie ostatni oddech i dalej nie będzie już nic. To było coś przerażającego i poruszającego. Nikomu tego nie życzę. Nakręcenie tego było bardzo trudne.

**Oglądając w filmie takie historie, zawsze zadajemy sobie pytanie: „Co ja bym zrobił na jego miejscu?”. Pan też tak miał?** Oczywiście. Ale to zupełnie abstrakcyjna myśl i można sobie tylko tak gdybać. Nie chciałbym tego nigdy sprawdzać w prawdziwym życiu.

**„Heweliusz” został zrealizowany z ogromnym rozmachem, dzięki temu, że zajął się tym Netflix. Ta dbałość o realia pomogła panu wejść w rolę?**

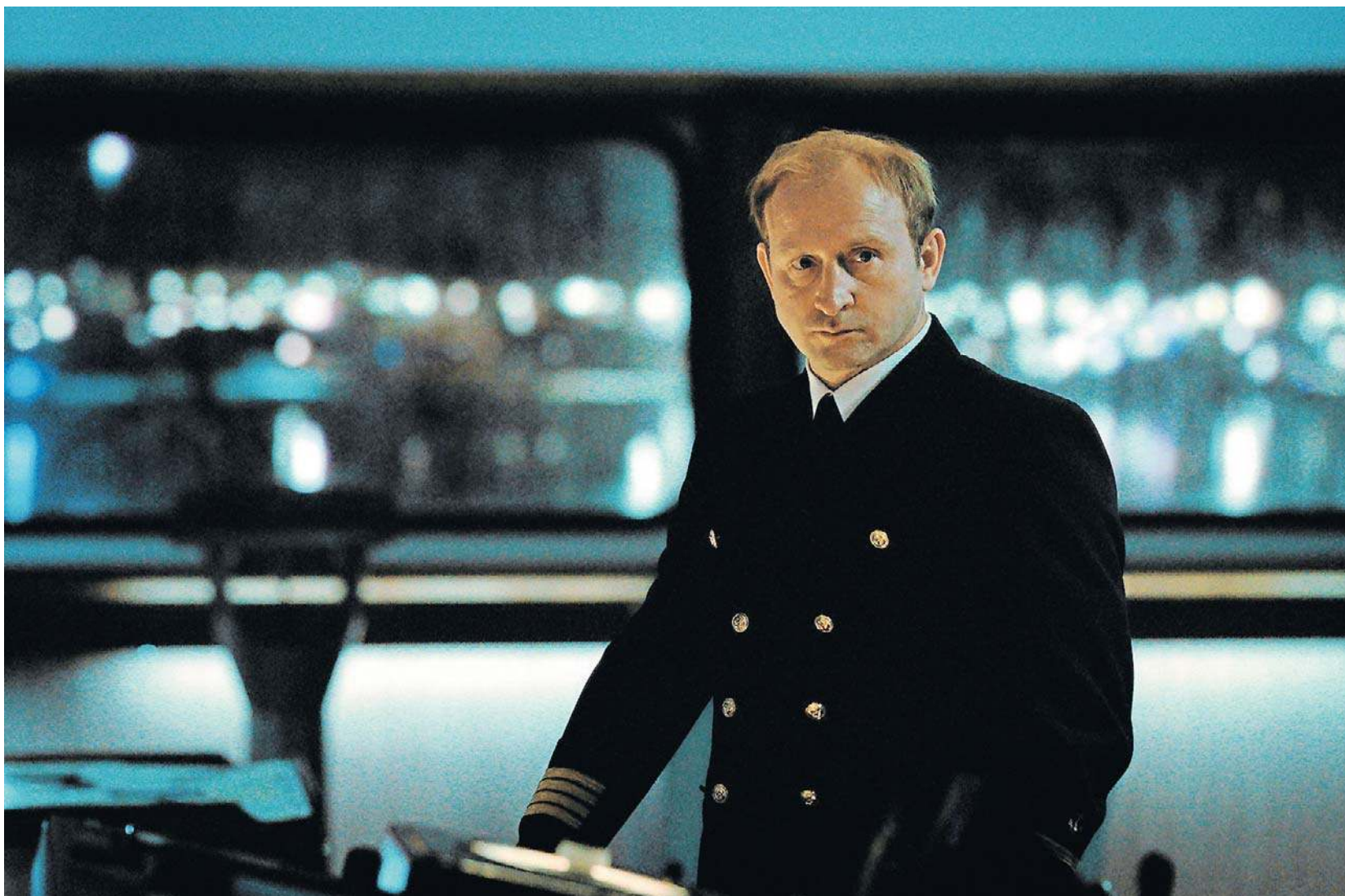
Absolutnie. To była produkcja o największym rozmachu, w jakiej brałem udział. Już myślałem, że naprawdę niewiele rzeczy mnie zaskoczy na filmowym planie, a tutaj spotkałem się z czymś wyjątkowym – zwłaszcza w tych scenach wodnych. I to we wszystkich wymiarach: organizacyjnie, ale też od strony scenografii i efektów specjalnych. Skala tego przedsięwzięcia była absolutnie niepowtarzalna. Myślę, że nic podobnego może mi się jeszcze długo nie przydarzyć.

**Jak powstawały te efektowne sceny kręcone na tonącym promie?**

Pierwsze zdjęcia, kiedy statek zaczyna się powoli przechylać, kręciliśmy na hali w Warszawie. To były te sekwencje, w których ten przechył miał jakieś 30 stopni. Potem, kiedy miał sięgać 75 i 90 stopni, pojechaliśmy pracować w hali w Belgii, gdzie stworzono gigantyczny basen, w którym ogromne dźwigi uzyskiwały ten efekt. Do tego trzeba było pokazać ten potworny sztorm: my, aktorzy, siedzieliśmy w środku, a w szczyby waliły tony wody, do tego dookoła zbudowane były ekrany ledowe, na których pokazywano nagranie wychodzenia promu z portu w nocy. Mózg był więc atakowany ze wszystkich stron i absolutnie oszukany. Zanim zaczęliśmy zdjęcia, byłem na prawdziwym promie płynącym ze Szczecina do Ystad i przyglądałem się na mostku, jak wygląda wychodzenie z portu. Nagrałem sobie wszystko – i kiedy musiałem to odtworzyć na planie, nie było w tym żadnej różnicy dla mojej głowy. Miałem poczucie, że jestem na promie, on rusza, skręca i płynie. Iluzja była niezwyczajna.

**Jak pan sobie radził z tym przechylem, wodą i wiatrem?**

Byliśmy tym wykonawcami. Po 12 godzinach kręcenia w takim przechyle, w ogromnej wilgoci i gigantycznym hałasie, bo wszystko było napędzane wielkimi wiatrakami i pompami, miało się wszystkiego dość. Zanim weszliśmy na plan, mieliśmy treningi w Mszczonowie na najgłębszym basenie do nurkowania w Polsce, który ma ponad 45 m w dół. I dla mnie najtrudniejszy fizycznie do przejścia był moment utonięcia kapitana Ułasiewicza i opadania ciała bez wydychania tlenu. Nie mogłem wypuszczać z nosa bąbelków, tylko opadać na całkowitym bezdechu. Musiałem więc nauczyć się mieć w płucach tyle powietrza, żeby wytrzymać kilkanaście sekund, ale na tyle mało, aby



FOT. MATPRAS, NETFLIX/ROBERT PAKA

**Borys Szyc:** W związku z tym, że kapitan oraz jego rodzina to jedyne prawdziwe osoby, które pojawiają się w serialu, chciałem, aby moja postać była bliska prawdziwego człowieka. Staraliśmy się więc oddać w tych sekwencjach jakąś prawdę o nim

swobodnie opadać w dół jakieś 7 metrów, będąc lekko obciążonym.

**Myślałem, że to kaskader gra.** Nie. Ja to wszystko robiłem sam.

**To dlatego powiedział pan: „Pokonałem przy tym serialu wiele swoich strachów”?**

Tak. Kiedy byłem małym chłopcem, topiłem się, lęk przed wodą był więc jednym z moich największych w życiu. Pokonałem go już częściowo wcześniej, biorąc udział w Iron Manie, gdzie musiałem płynąć w zatoce w Gdyni. Nurkowanie w wodzie zawsze jednak wiązało się u mnie ze strachem. Za każdym razem przewijały mi się wtedy w głowie kadry z tych różnych filmów katastroficznym. A tutaj musiałem tego na żywo doświadczyć i przeżyć. Pomogły mi to przełamać zajęcia z nurkami i kaskaderami. Ćwiczyliśmy nawet w Belgii na dzień przed kręceniem tej sceny z użyciem liny, która była przypięta 9 metrów w dół. Dlatego kiedy potem grałem to na planie, czułem się już pewnie.

**Zagrał pan kapitana Ułasiewicza na 200 procent. Trudno było panu otrząsnąć się po tej roli po zakończeniu zdjęć?** Po prostu byłem szczęśliwy, że udało mi się dotrzeć do końca. Miałem takie poczu-

cie, jakby mnie naprawdę uratowali z tonącego statku. (śmiech) Jest taki film z końca zdjęć, na którym widać, jak mnie wiozą na takiej tratwie, wszyscy mi klaszczą, a Janek Holoubek oblewa mnie jeszcze z góry wodą ze szlauchu. To był bardzo wzruszający moment. Bardzo jestem wdzięczny Macłowi Maciejewskiemu, czyli szefowi kaskaderów, który osobiście mnie nadzorował i pilnował w czasie tych wszystkich scen, żebym to bezpiecznie prze-trwał. Bo to były naprawdę bardzo trudne fizycznie zdjęcia. Te chwile, kiedy trzeba było grać, kiedy od dołu cała scenografia powoli się topiła – to było dla mnie wcześniej coś nie do wyobrażenia. Mieliśmy oczywiście ochraniających nas nurków, ale wykonanie tego kosztowało mnie wiele siły i emocji. Dlatego bardzo cieszyłem się, że to się szczęśliwie skończyło. Druga porcja silnych emocji czekała mnie w moim bezpiecznym domu, kiedy oglądając ten serial, byłem niezwykle poruszony. Podobnie moja żona. Trudno jej było to nawet momentami oglądać.

**Mówimy tu o żywiole morza, a niedawno miał pan okazję zetknąć się również z żywiołem gór – za sprawą kryminalnego serialu „Forst”. To prawda, że wszedł pan w ten**

**projekt ze względu na swą miłość do Tatr?**

Jak najbardziej. Kocham Tatry, uwielbiam Zakopane, górali, ich muzykę i kulturę. Jestem też smakoszem tamtejszej kuchni. Mam na Podhalu wielu przyjaciół i często ich odwiedzam. Bardzo się więc ucieszyłem, że możemy tę historię zbrodni w górskich plenerach z powieści Remigiusza Mroza przenieść na ekran. Dla mnie tym bardziej było to duże wydarzenie, że był to pierwszy projekt filmowy, który również produkowałem. Miałem więc okazję razem z moją agentką i wspólniczką Martą Barańską i naszą firmą BoMa Films zająć się realizacją serialu również od tej strony. Prześledziłem uważnie cały ten proces produkcyjny, dużym wydarzeniem była też nasza współpraca z Netflixem. Ale również wielka odpowiedzialność. To był bardzo intensywny czas – w sumie siedzieliśmy w górach aż 3 miesiące. Było to od strony organizacyjnej dosyć trudne, bo musieliśmy z całą ekipą dzień po dniu wchodzić na Giewont. Zaczynaliśmy ten spacer o 5 rano w asyście goprowców i „nositczy”, którzy targali tony sprzętu na górę.

**Jak to było kręcić o świcie na Giewoncie?**

Robiło to gigantyczne wrażenie. Zaczynaliśmy wchodzić w kompletnej ciemności z la-

tarkami na głowach. Towarzyszyła nam kompletna cisza, słyszeć było tylko nasze oddechy, gdzieś tam jedynie szemranie strumyków, które płynęły po bokach. Dzień budził się powoli ze snu i dopiero potem rozbrzmiewały głosy zwierząt. Kiedy zaczynaliśmy kręcić, była połowa października, tak że na szczęście nie było jeszcze pełnej zimy. Nam się wtedy wydawało, że fajnie by było, gdyby był śnieg, ale zrozumieliśmy po tych 2-3 dniach, że gdyby on naprawdę pokrył Giewont, to nigdy byśmy tam z tym całym naszym majdanem nie weszli. Pogoda była więc po naszej stronie. Szczególnie piękne wrażenia mieliśmy, kiedy kręcąc u podnóża Giewontu, pojawiało się słońce.

**A skąd u pana ta miłość do Tatr?**

Jeździłem tam jako dziecko na wakacje, potem kiedy chodziłem do liceum, to każdy sylwester spędzałem w Zakopanem. Było to zawsze bardzo wesołe wydarzenie. (śmiech) Myślę, że wzięło się to najpierw z literatury, potem pokochałem góralską muzykę. Moi rodzice studiowali w Krakowie na Akademii Sztuk Pięknych i w naszym domu zawsze dużo było tych opowieści o górach. Dlatego ta podhalańska nuta drgała w moim sercu. Kiedy byłem w Akademii Teatralnej,

zdawałem egzamin z „Na szkle malowane”, miałem więc okazję wykonywać krakowskie i góralskie piosenki. Ten repertuar jest mi więc bardzo bliski. A moją ukochaną kolędą jest „Oj, Małuski”. (śmiech) Zawsze mnie ciągnęło w góry.

**Serial w Tatrach był dla pana trochę sentymentalną wyprawą?**

To prawda. Odwiedziłem Martę Krzeptowską, która zarządza schroniskiem w Dolinie Pięciu Stawów. Ci wszyscy górale tam to też przyjaciele Janka Młynarskiego, który wychował się w Tatrach i zrobił całą oprawę muzyczną do tej produkcji. Spędziliśmy tam więc cudowne chwile – łącznie z niezwykle koncertem z okazji urodzin Janka, kiedy to najpierw wozem, a potem kolejką, przywieziono do Doliny Pięciu Stawów pianino, na którym zagrał potem Marcin Masecki. Z gór przyszli chłopcy ze swoimi instrumentami i wspólnie zrobili niesamowitą jam session. Było to przeżycie jedno na milion. Ludzie, którzy akurat wtedy byli w schronisku, wygrali po prostu los na loterii. (śmiech)

**Skoro w „Forście” zagrał pan, ponieważ kocha Tatry, to w „Vinci 2” ze względu na miłość do Krakowa?**

W „Vinci 2” zdecydowałem się zagrać, bo grałem w „Vinci”.

W „Vinci” z kolei zagrałem przede wszystkim, bo reżyserował Julek Machulski, a że działo się to w Krakowie, było to dla mnie najpiękniejszą wisienką na torcie. W ten sposób spełniło się bowiem moje marzenie, aby nakręcić coś w tym mieście. Tym bardziej, że pracowaliśmy wokół Akademii Sztuk Pięknych, w której studiowała moja mama, a ja żyłem jej opowieściami od dziecka. Miałem więc wrażenie, że los sprawia mi cudowny prezent, będący jakąś kodą czasową w moim życiu. A teraz wrócić do Krakowa po 21 latach było równie przyjemnie.

**Bardzo się Kraków zmienił z pana perspektywy?**

Unowocześnił się i zmienił, ale nie na złe, jak niektóre miasta. Nadal jest piękny, pełen sztuki, niezwykłego zapachu, dobrego jedzenia. Jest ciągle taką mieszkanką kultur, którą uwielbiam.

**Skoro jesteście przy Krakowie – to bardzo czekaliśmy tutaj na „Kantora”. Jakie są losy tego filmu?**

Trzeba się dobijać do producentów. Ja już trochę na to nie mam siły. Walczę o ten film i walczę, nawet obejrzałem go w tym roku w całości. Są wokół niego jednak ciągle problemy natury organizacyjnej i produkcyjnej. W 2022 roku zmarł jego reżyser Janek Hryniak – i to nie ułatwia sprawy. Ale myślę, że film nawet w takiej formie, w jakiej jest teraz, byłby absolutnie bardzo ciekawy. Mam nadzieję, że kiedyś ujrzy on salę kinową.

**Ci, którzy widzieli fragmenty, pisali, że Tadeusz Kantor to może być pana „rola życia”. Rzeczywiście tak mocno wszedł pan w tę postać?**

Tak. Kiedy obejrzałem film w zeszłym roku, to zrobił na mnie wielkie wrażenie. Odwzorowaliśmy tam spory kawałek spektaklu „Umarła klasa”, który dzieje się na różnych scenach. Zaczynamy w Krzysztoforach, potem jesteśmy w Starym Teatrze i Teatrze Słowackiego, potem wychodzi to za granicę aż do Nowego Jorku. Są to więc też momenty ścisłające za gardło. Tadeusz Kantor to postać, która zasługuje na niejednego film, a my nie możemy jednego skończyć.

**To chyba też bliska dla pana postać ze względów rodzinnych.**

To prawda. Słyszałem o nim od mamy od dziecka. Mama miała taką relikwię – legitymację do Krzysztoforów, podpisaną przez Kantora. Jej opowieści były więc dla mnie wspaniałym wstępem do zagrania tej roli. A jej zagranie – kolejną kodą czasową w moim życiu.

„To jest moje dziecko” – powiedziała jej mama, kiedy obca kobieta na dworcu uznała, że czarnoskóra dziewczynka próbuje ją okraść. Melka miała wtedy cztery lata. Dziś ma świadomość, jak bardzo rasizm i odrzucenie ukształtowały jej życie. – Nie udaję już silnej, nie muszę non stop trzymać gardy. Jestem delikatniejsza – mówi

Jolanta Tęcza-Ćwierz

# MELKA KOWAL. CZARNOSKÓRA DZIEWCZYNKA Z PODKRAKOWSKIEJ WSI

**Kiedy zobaczyłam Twój profil na Instagramie, zaskoczyło mnie, jak wygląda Melka Kowal. Skąd się wzięłaś w Polsce?**

Wiele osób tak reaguje. Słyszą nazwisko „Kowal”, a potem widzą ciemnoskórą kobietę i coś im się nie zgadza. Ale ja urodziłam się w Polsce, tu dorastałam, tu jest mój dom.

**Jak wyglądało Twoje dzieciństwo?**

Moje dzieciństwo w Polsce nie przypominało seansu w kinie, to nie była miła przeprawa. Ludzie reagowali różnie: często z lękiem, niepewnością. Inni patrzyli na mnie jak na atrakcję, pokazywali palcami, gapili się. Nie wiedzieli, czego się po mnie spodziewać. Mama powtarzała, żebym nie reagowała, ignorowała, a jeśli już nie dam rady, to mam załatwić sprawę tak, żeby ludzie dali mi święty spokój. Tak też robiłam. Po jakimś czasie wszyscy wiedzieli, że lepiej mnie nie drażnić. Dziś żałuję wielu nieprzyjemnych historii, które z tego wynikały, ale to była czysta obrona, instynkt przetrwania. Nawet jeśli jesteś w Polsce białym mężczyzną, możesz mieć przerąbane. Ale jeśli jesteś czarnoskórą kobietą na podkrakowskiej wsi, to musisz mieć naprawdę twardy tyłek. Dziś jestem delikatniejsza. Mam męża, który w razie czego mnie obroni, więc już nie muszę non stop trzymać gardy.

**Jak sytuacja związana z rasizmem najmocniej Cię dotknęła?**

Miałam cztery lata. Moja babcia leżała w szpitalu, wracaliśmy z mamą z odwiedzin. Stałyśmy na dworcu, ja chodziłam wokół niej, marudziłam, żeby coś mi kupić. Inagle podeszła do nas jakaś kobieta, aby ostrzec moją mamę, że „jakieś czarne dziecko” próbuje ją okraść. Nie zapomniałam, jak moja mama spojrziała wtedy na tę kobietę. Powiedziała tylko: „To jest moje dziecko”. A potem bardzo długo milczała. To był chyba pierwszy raz, kiedy naprawdę poczułam, że jestem inna. Że ludzie widzą

we mnie kogoś obcego. Wcześniej tego nie rozumiałam – niby widziałam siebie w lustrze, ale nie ogarniałam, że wyglądam inaczej niż inni. Tamtego dnia coś mi „kliknęło”: zrozumiałam, dlaczego ludzie traktują mnie inaczej.

**Kiedy i w jaki sposób uświadomiłaś sobie, że mierzysz się z depresją?**

Z depresją żyję właściwie od zawsze. Nie potrafię wskazać jednego momentu, w którym się zaczęła. Ten wszechogarniający smutek, zwątpienie, poczucie beznadziei towarzyszyły mi od dziecka. W dużej mierze wynika to z odrzucenia, którego doświadczyłam przez kolor skóry. Słyszałam: „Nie baw się z nią, bo jest czarna”. Kiedy dorastasz z poczuciem, że jesteś inna, że cokolwiek zrobisz, będzie ocenione przez ten filtr, trudno być wesołym dzieckiem. Obok smutku była też złość. Ogromna. Całe życie byłam wybuchowa, gniewna, wiecznie wściekła. Z czasem zaczęłam próbować to zrozumieć, szczególnie po urodzeniu pierwszego dziecka. Ale w 2016 roku o depresji poporodowej mało kto mówił.

To był temat tabu. Dopiero po drugiej ciąży, kiedy hormonalna antykoncepcja zrobiła mi sieczkę z mózgu, dotarło do mnie, jak bardzo jest źle. Wtedy zrozumiałam, że pierwsza depresja poporodowa była po prostu niezdiagnozowana. Od tamtej pory zaczęłam iść w stronę diagnozy, zrozumienia, oswojenia. Depresja to nie jest coś, co przyszło i minie, to po prostu ze mną jest.

**Kiedy zostałam mamą, poczułam, że nie chcesz już udawać silnej?**

Nie wydaje mi się, żebym udawała silną. Ja naprawdę wierzyłam, że jestem silna, że płacz jest dla słabych. Przez piętnaście lat nie uрониłam ani jednej łzy i nie zdawałam sobie sprawy, że to nie jest normalne. Miałam w sobie przekonanie, że jestem twarda baba i dam radę.



**Melka Kowal: Nie jestem osobą, która łatwo płacze. Jeśli pojawiają się u mnie łzy, to raczej ze wzruszenia i najczęściej przez dzieci**

*KIEDY DORASTASZ Z POCZUCIEM,  
ŻE JESTEŚ INNA, ŻE COKOLWIEK  
ZROBISZ, BĘDZIE OCENIONE  
PRZEZ TEN FILTR, TRUDNO BYĆ  
WESOŁYM DZIECKIEM*

Dziś wiem, że bycie twardym nie oznacza niepłakania przez piętnaście lat. Depresja dała mi dostęp do emocji, które miałam kompletnie wyłączone. Kiedyś nie wzruszało mnie nic, dziś mogę powiedzieć, że – paradoksalnie – depresja otworzyła mi serce. Zrozumiałam też, że to choroba, z którą trzeba współpracować, a nie walczyć. To nie coś, co się „wyleczy” i zapomni. To coś, z czym uczysz się żyć. Od tamtego momentu lepiej siebie znam. Daję sobie więcej przyzwolenia na delikatność. Wiem, że jeśli zignoruję sygnały, zapłacę za to wysoką cenę. Mam troje dzieci, więc nie mogę sobie pozwolić na to, by znów „zgasnąć”, żeby nie mieć siły wstać z łóżka, żeby nie dało się ze mną rozmawiać. Nie chcę, żeby moje dzieci zapamiętały mnie taką. Diagnoza dała mi świadomość i siłę. Są dni, kiedy jestem słaba, ale przez większość czasu naprawdę dobrze sobie radzę. Nie chcę mówić, że depresja ma „plusy”, bo to paskudne choróbko. Ale dzięki niej wiem o sobie więcej. Wiem, jak reaguję, gdzie mam granice. Oczywiście bywają momenty, kiedy myśli samobójcze wracają, czasem kilkadziesiąt razy dziennie. Wtedy mój mózg podpowiada: „Może byłoby lepiej, gdybyś zniknęła”. Ale się nie poddaję. To ciągła walka.

**Kiedy są momenty, że jest bardzo ciężko i nie chce się żyć, co Cię wtedy podnosi?**

Pomagają mi leki przepisane przez psychiatrę, ale od razu chcę zaznaczyć: to nie jest żadna magiczna pigułka, po której nagle stajesz się szczęśliwym człowiekiem. To nie są narkotyki, które sprawiają, że świat staje się kolorowy, a problemy znikają. To raczej coś, co pozwala przetrwać, stanąć na nogi, złapać oddech. Najczęściej jednak potrzebuję po prostu... odpocząć. Pozwolić sobie na bycie rozlazłą, na kilka dni nicnierobienia. To dla mnie trudne, bo mam we krwi działanie i poczucie obowiązku, ale

czasem trzeba się położyć i odpuścić. Depresja jest trochę jak migrena – jeśli się ją zna, można wyczuć, że nadchodzi. Potrafię rozpoznać, że zbliża się pogorszenie. Wtedy uprzedzam męża: „Słuchaj, coś się zaczyna dziać”. W takich momentach mamy swój plan naprawczy. On przejmuję więcej obowiązków, zajmuje się dziećmi, a ja skupiam się na regeneracji.

**Masz też doświadczenia z zaburzeniami odżywiania. Jak to wpłynęło na Twoje życie?**

Zawsze miałam wrażenie, że jest we mnie za dużo rzeczy, których ludzie mogą nie lubić. Po pierwsze – kolor skóry, ale tego przecież nie da się zmienić. Po drugie – charakter. Jestem uparta, mam swoje zdanie, reaguję impulsywnie, czasem powiem coś, zanim zdążę się ugryźć w język. Więc pomyślałam: „Okej, to może chociaż będę szczupła. Może wtedy ludziom będzie łatwiej mnie zaakceptować”. Zaczęło się niewinnie: od diet, głodówek, potem przyszła bulimia. Nabawiłam się zaburzeń odżywiania, a kilogramy wracały z efektem jo-jo, z poczuciem winy i nienawiści do samej siebie. Im gorzej się czułam psychicznie, tym bardziej katowałam się fizycznie. Dopiero psychiatra zwrócił mi uwagę, że to, co robię, to objaw depresji. Szukając dopaminy, niektórzy sięgają po alkohol, inni po narkotyki, ja po jedzenie. To jedyna rzecz, która dawała mi na chwilę ulgę. Problem w tym, że ta ulga kończyła się wyrzutami sumienia. A błędne koło kręciło się dalej.

**W jaki sposób traumy, błędy, doświadczenia Cię ukształtowały?**

Kiedy zobaczyłam, że pod złością siedzi smutek, wiele rzeczy się we mnie odblokowało. Zrozumiałam, że takich ludzi jak ja, którzy nie wiedzą, że są chorzy, jest mnóstwo. I że oni też przeżywają koszmar, czując się jak wariaci. Ja też się tak czułam. Nie rozumiałam, co się ze mną dzieje, myślałam, że zwariowa-

łam. A prawda jest taka, że depresja to choroba, a nie wada charakteru. I trzeba to powtarzać, bo nadal wiele osób myśli, że choroby psychiczne są powodem do wstydu. Dostaję mnóstwo wiadomości od kobiet, które piszą: „Chyba mam to samo, dobrze, że o tym mówisz. Wreszcie rozumiem, co się ze mną dzieje”. To daje mi ogromną siłę. Depresja to choroba, która zabija. Wpycha ci do głowy myśli, że jesteś bezwartościowa, że wszystkim byłoby lepiej bez ciebie. Takich momentów, kiedy myślałam, że nie chcę się już obudzić, miałam więcej niż chciałabym przyznać. Depresja to wampir. Wyssysa z ciebie wszystko, co dobre, zostawia pustkę. Dlatego trzeba o tym mówić: głośno, szczerze, bez wstydu. W mojej książce „Zwierciadła” bohaterka cierpi na ataki paniki. Chloe dostała ode mnie kawałek mojego życia, bo ja też miałam ataki paniki. I wiem, jak to jest, kiedy serce bije jak oszalałe, a ty myślisz, że zaraz umrzesz. Kiedy czytelniczki piszą mi, że dzięki mojej książce zrozumiały, że to, co czują, ma nazwę i że nie są wariatkami, to dla mnie największa nagroda. Wtedy wiem, że moja historia, choć trudna i bolesna, nie poszła na marne.

**Masz dla siebie sporo wyrozumiałości i czułości. Dużo czasu**

### potrzebowałaś, zanim zaczęłaś traktować siebie w ten sposób?

Tak, bardzo dużo. Doszłam do tego dopiero wtedy, gdy zdałam sobie sprawę, że... nie pamiętam trzech miesięcy z ubiegłego roku. Miałam wtedy bardzo ostry epizod depresyjny spowodowany skrajnym przepracowaniem. Przekroczyłam absolutnie każdy możliwy limit. W pewnym momencie po prostu mnie ścięło. A kiedy już myślałam, że wreszcie odpocznę, zmarła moja ciocia. I tak od stycznia do marca mam w głowie czarną dziurę: nie wiem, co robiłam, gdzie byłam, jak funkcjonowałam. Wtedy powiedziałam sobie: „Nigdy więcej. Nie chcę już przegapić życia, nie chcę zniknąć z własnego świata. Chcę być z dziećmi nie tylko ciałem, ale też duchem”. Dlatego dziś, kiedy widzę, że zbliżam się do niebezpiecznego momentu, że jestem przebodźcowana, przemęczona, coraz bardziej smutna, pozwalam sobie na to, żeby mnie na chwilę „ścięło”. Kładę się, oglądam seriale, piję herbatę. I nie mam już do siebie pretensji. Nie obwiniam się za to, że choruję na depresję. To nie był mój wybór.

### Macierzyństwo też nie jest łatwe.

Oczywiście, że tak. Mając troje dzieci, nie mogę po prostu spać kawałek walizki i polecieć sponta-

nicznie do Grecji. Gdybym była sama, prawdopodobnie moja praca, pisanie, tworzenie treści pozwoliłyby mi na bycie cyfrowym nomadem. Ale moje dzieci potrzebują stabilności, rytmu, swojego miejsca. Do tego dochodzą zwykłe rzeczy, jak koszty podróży dla pięcioosobowej rodziny. No i moja mama, która od lat przewlekłe choruje. Chciałam być blisko niej. Chciałam, żeby moje dzieci mogły jak najdłużej mieć babcię. Bo babcia to dla dziecka filar. Trzecia osoba do kochania po mamie i tacie. Nikodem urodziłam, mając 21 lat, bo zawsze chciałam być młodą mamą, mieć siłę, żeby nacieszyć się dziećmi. To była – wbrew temu, co głoszą złośliwe języki – świadoma decyzja. Każde z moich dzieci było planowane. Większość moich koleżanek dopiero teraz, po trzydziestce, myśli o dzieciach. Ja w wieku 40 lat będę miała już dorosłego syna i... może wreszcie wyjadę na Bora-Bora. Oczywiście, wczesne macierzyństwo ma też swoje minusy. Nie miałam typowego życia studenckiego, imprez, bez troski. Jednak z moim ówczesnym narzeczonym świadomie postawiliśmy na rodzinę. Wiedzieliśmy, że przyjdzie czas, żeby „odcinać kupon”. Trochę odcinamy je już dzisiaj, ale nie będę udawać, że są dni, kiedy myślę: „Po co mi to było?”. Każda matka zna ten

stan. Bycie mamą jest cudowne, ale bywa też frustrujące. Z drugiej strony, kiedy widzę, ile rzeczy możemy robić razem z dziećmi, jakie rozmowy prowadzimy... Wszystko się równoważy.

### Co mówisz dzieciom, kiedy widzą Cię zapłakaną?

Dzieci praktycznie nie widują mnie zapłakanej. Zdarzyło się to tylko raz, kiedy zmarła moja ciocia. Nie jestem osobą, która łatwo płacze. Jeśli pojawiają się u mnie łzy, to raczej ze wzruszenia i najczęściej przez dzieci. Potrafię się rozkleić na bajce Disneya albo kiedy ktoś z nich powie coś tak pięknego, że mięknie mi serce. Ale nie pokazuję im siebie w momentach załamania. Wiem, że gdyby zobaczyły mnie płaczącą „na serio”, byłyby przerażone. Mam zasadę: nie obciążam ich swoimi emocjami, ale też ich nie udaję. Nie ukrywam, że bywam smutna, że mam ciężki dzień. Wtedy mówię: „Chodźcie, przytulajmy się”, albo „Obejrzyjmy coś razem”. Pozwalam sobie na gniew, na frustrację. Ale płakać przy nich z bólu – tego nie potrafię. Prędzej bym się rozpłakała ze złości, kiedy mnie nie słuchają.

### Jak sobie radzisz z krytyką dotyczącą wyglądu, stylu życia, tego, co piszesz albo nagrywasz?

To zależy od dnia. Jak mam dobry humor, można mi powiedzieć absolutnie wszystko, a ja i tak się uśmiechnę. Ale jak mam

gorszy moment i ktoś mnie doprowadzi do szału, potrafię być bardzo niemiła. Ludziom się wydaje, że każda krytyka jest konstruktywna. To bardzo zabawne przekonanie. Konstruktywna krytyka istnieje, tylko rzadko się ją spotyka. Kiedy napisałam moją czwartą książkę (a jednocześnie pierwszą wydaną przez wydawnictwo) pt. „Dziwaczyna, którą zapomniało”, dostałam krytyczny komentarz dotyczący pewnego fragmentu tekstu. Jednak osoba, która go napisała, miała rację, a uwagi przedstawiła w sposób pełen szacunku, konkretnie argumentując. Ale czymś zupełnie innym jest sytuacja, kiedy pod moim filmikiem ktoś rzuca wulgaryzmem, bo akurat ma zły dzień. To już nie jest krytyka, tylko hejt i pomyje, które sfrustrowani ludzie wylewają na innych. Czasem odpowiadam takim osobom, bo mam w sobie poczucie, że nie można pozwolić, żeby internet był bezkarny. Na przykład kiedyś nagrałam rolkę o tym, że czeka mnie operacja zmniejszenia biustu. I pod filmem pojawił się komentarz: „A nie wystarczy po prostu schudnąć?”. Myślałam, że zamorduję tę kobietę przez ekran. Schudłam 30 kilogramów! Zmniejszył mi się obwód pod biustem, ale piersi zostały takie, jakie były. No i co? Masz jeszcze jakieś genialne rady, przypadkowo-wa-kobieto z internetu? Takie rzeczy bardzo

mnie boją i złością. Na szczęście coraz częściej odpuszczam. Nawet jeśli widzę komentarz, który mnie mocno irytuje, staram się myśleć, że to nie jest o mnie, to o nich. Bo ludzie, którzy piszą takie rzeczy, są często głęboko nieszczęśliwi albo po prostu głupi. I nie ogarniają, że ktoś może wyglądać inaczej, myśleć inaczej, żyć inaczej i że to wcale nie znaczy, że gorzej. Nadal wielu osobom się wydaje, że skoro jesteś w sieci, to można cię traktować jak śmietnik: wrzucać wszystko, co ślina na język przyniesie. Mam w sobie dużo wyrozumiałości, ale wszystko ma granice. I ja bardzo jasno je stawiam.

### Napisałaś dziewięć powieści. O czym opowiada najnowsza?

„Półprawdy” to książka o walce o siebie i swój spokój. Aurelie, bohaterka książki, ma stalkera, który chorą obsesją niszczy jej życie. Tą historią chciałam oddać hołd kobietom, które zmagają się z trudnym, niechcianym zauroczeniem, takim, które nie daje spać, odbiera spokój i sprawia, że czujemy się słabe, choć wcale tak nie jesteśmy. Chciałam przyręczyć temu tematowi z empatią, ale bez upiększania. Nie romantyzować go, jak często robi się to dziś w literaturze, tylko pokazać, jak bardzo potrafi być destrukcyjny. Chciałam pokazać, że miłość ma różne odcienie, a niektóre z nich mogą być naprawdę niebezpieczne.

REKLAMA

0011424179

## ANDRZEJKI W ŚWINOUJŚCIU 28-30.11.2025

### Wyjazd do Świnoujścia to połączenie 3 propozycji:

– to Kolacja Andrzejkowa z muzyką graną przez DJ-a, zwiedzanie Świnoujścia oraz wycieczka do Niemiec pt. Cesarskie Uzdrowiska. To trzydniowa podróż, która dostarczy wrażeń na długo.

### W programie:

- 1 dzień (28.11.2025):** Rozpoczęcie wycieczki w godzinach porannych (07:00 – Wrocław, 08:30 – Lubin, 09:00 – Polkowice, 09:30 – Głogów) – przejazd do Świnoujścia. Czas wolny na rekreację we własnym zakresie. Obiadokolacja i nocleg w hotelu w Świnoujściu.
- 2 dzień (29.11.2025):** Śniadanie. Wycieczka do Niemiec pt. Cesarskie Uzdrowiska. Ahlbeck, Heringsdorf – dawne uzdrowiska cesarskie, z eklektyczną zabudową, zwaną często architekturą uzdrowską bądź „kajzerowską”. Jedyne w swoim rodzaju styl architektoniczny ukształtował się na Uznamie na przełomie XIX i XX wieku. Kolacja Andrzejkowa z muzyką graną przez DJ-a w godz. 19:00 – 24:00.
- 3 dzień (30.11.2025):** Śniadanie i wykwaterowanie z hotelu. Relaks we własnym zakresie. Wyjazd w drogę powrotną.



☎ 660 416 146

✉ w.birut@wycieczkinamedal.pl

Szczegółowe informacje i zapisy na wycieczkę drogą mailową, telefonicznie lub poprzez stronę internetową WYCIECZKINAMEDAL.pl

**CENA TYLKO  
890 zł/os.**

REKLAMA

0011405572

**TARCZYŃSKI**

**Otwórz się  
na WIĘCEJ!**

**DOŁĄCZ DO NOWOCZESNEJ FIRMY,  
KTÓRA ZAPEWNI CI ROZWÓJ I STABILIZACJĘ.**

### Zatrudniamy specjalistów w działach:

- ☑ Utrzymania Ruchu i Automatyki
- ☑ Technologii
- ☑ Jakości
- ☑ Sprzedaży
- ☑ Zarządzania Produkcją
- ☑ Administracji

### Oferujemy:

- ☑ Pracę w zakładzie produkcyjnym w Ujeźdźcu Małym pod Wrocławiem
- ☑ Bezpłatną stołówkę
- ☑ Bony i paczki świąteczne
- ☑ Dofinansowanie do kształcenia (szkoły, studia, kursy, szkolenia)
- ☑ Bilety na koncerty oraz mecze Panthers Wrocław
- ☑ Prywatną opiekę medyczną LUXMED
- ☑ Kartę Multisport
- ☑ Ubezpieczenie na życie
- ☑ Atrakcyjny program poleceń pracowników

Poznaj szczegóły:

**tarczynski.praca.pl**  
**726-665-555**

rekrutacja@tarczynski.pl

# PRZEMYSŁAW SALETA: SPORT NAUCZYŁ MNIE WALCZYĆ, ŻYCIE NAUCZYŁO MNIE ODPUSZCZAĆ

Był mistrzem w ringu, dziś szuka mistrzostwa w codzienności. Przemysław Saleta opowiada o drodze, która prowadzi od rywalizacji do równowagi, od siły do spokoju. Mówi o duchowości, ojcostwie, o tym, co naprawdę znaczy wygrać – i dlaczego czasem najtrudniejszą walką jest ta, którą tocymy z samym sobą

*Jolanta Tęcza-Ćwierz*

**Mnich w Tajlandii powiedział, że Pana żywiołem jest powietrze – żywioł ludzi nie-spokojnych, poszukujących. Ile w tym było egzotyki, a ile prawdy o Panu samym?**

Nie wierzę we wróżki ani w żadne wróżenie z kart, ale będąc w Tajlandii, postanowiłem zrobić sobie tatuaż z mocą – część rytuału, który opierał się na bardzo głębokiej analizie psychologicznej i okazał się zaskakująco prawdziwy. Zawsze byłem człowiekiem, którego bardziej pociąga odkrywanie czegoś nowego niż obrona tego, co już ma. Sama droga do celu często była dla mnie ciekawsza i bardziej ekscytująca niż jego osiągnięcie. Musiało to być widoczne w książeczkach mnicha, na podstawie których usłyszałem, że moim żywiołem jest powietrze.

**W jaki sposób odbył się ten rytuał?**

Najpierw spotkałem się z mnichem w obecności tłumacza. Musiałem podać datę urodzenia i opowiedzieć, czym się zajmuję. Mnich zaglądał do swoich książek, a potem zaczął mówić o mnie rzeczy tak trafne, jakby mnie dobrze znał. Nie tylko ja miałem takie wrażenie – w czasie czterech lat, które spędziłem w Tajlandii, kilku moich znajomych również przeszło ten rytuał i mnich nigdy się nie pomylił. Niektóre osoby płakały, słysząc prawdę o sobie. Całość miała oczywiście azjatycki charakter – była bardzo delikatna, spokojna, bez oceniania. Mnich pytał, z jaką intencją ktoś przychodzi, bo zwykle ludzie chcą tatuażu-amuletu, który ma im pomóc

w konkretnych problemach. Tatuaż robi się zawsze na plecach, według wzoru, który wskazuje mnich – to on decyduje, co dana osoba otrzyma. Potem odbywa się rytuał modlitwy i na końcu ceremonia. Całość trwa około pięciu, sześciu godzin.

**To musiało być mocne doświadczenie.**

Tak, i sporo mi dało. Wykorzystałem to później w życiu. Bardzo cenię święty spokój i równowagę wewnętrzną. Mnich, u którego byłem, opuścił klasztor – jego misją stała się pomoc biednym i... tworzenie tatuaży. W jego domu panowała wyjątkowa, spokojna atmosfera. Zaprzyjaźniłem się z nim i z jego tłumaczem – Amerykaninem, byłym wojskowym, który brał udział w misjach w Afganistanie i Iraku. Mówił, że praca z mnichem pozwoliła mu przepracować wojenne doświadczenia. Gdy sam potrzebowałem spokoju i poukładania sobie pewnych rzeczy w głowie, przychodziłem tam, siadałem, piłem herbatę i wyciszałem umysł.

**Powiedział Pan, że ceni święty spokój i równowagę. Jak to pogodzić ze sportami walki?**

Skupienie na celu wcale nie kłóci się z pragnieniem świętego spokoju. Przed walką niektórzy zawodnicy krzyczą, robią zamieszanie w szatni, żeby się pobudzić, a ja zawsze potrzebowałem ciszy. Dzięki temu mogłem sobie wszystko ułożyć w głowie – taktykę, przebieg walki – i skupić się. Hałas mi przeszkadzał. W życiu mam podobnie. Czasem żartuję, że jak wyjechałem do Tajlandii,

odkryłem, że z natury jestem buddystą. Żyję dniem dzisiejszym. Nie rozpamiętuję tego, co było wczoraj, bo już tego nie zmienię. Wyciągam wnioski, ale nie wracam do przeszłości. Nie wybieram też za bardzo w przyszłość, bo wszystkiego nie da się przewidzieć, a szarpanie się z losem przynosi tylko stres i frustrację. Ludzie często sami nakładają na siebie presję, myśląc, że inni czegoś od nich oczekują. A przecież powinniśmy wymagać od siebie tylko tego, czego sami naprawdę chcemy. W buddyzmie – inaczej niż w chrześcijaństwie – nie ma nieba, piekła ani czyśćca. Celem jest dobre życie, bycie szczęśliwym i pomaganie innym. Z jednym zastrzeżeniem: jeśli sam potrzebujesz pomocy, najpierw pomóż sobie. To bardzo ważne, bo kiedy człowiek lepiej rozumie siebie, może dać innym znacznie więcej.

**Dlatego, kiedy Pana córka potrzebowała nerki, bez wahania oddał jej Pan swoją? W opinii wielu ludzi był to ogromny gest, większy niż jakikolwiek sportowy wyczyn.**

To był zupełnie naturalny odruch – chęć pomocy komuś, kogo się kocha. Nie ważne, czy chodzi o dziecko, partnerkę czy rodzica. Jeśli możesz pomóc, to po prostu pomagasz. Do dziś czasem słyszę wyrazy podziwu, których szczerze mówiąc, nie rozumiem, bo dla mnie to była zupełnie normalna decyzja. Oddanie nerki było czymś oczywistym, zero-jedynkowym, bez chwili wahania. Jedyne, czym się wtedy martwiłem, to czy

przejdę badania lekarskie – organizm miałem mocno wyeksploatowany po latach sportu zawodowego. Na szczęście wszystko się udało. Dziś nie wracam do tego wydarzenia w sensie emocjonalnym – raczej opowiadam o tym z dystansem, w formie anegdot. Wiem też, że dla moich bliskich to był dramatyczny czas, szczególnie gdy po operacji były komplikacje i zapadłem w śpiączkę. Na szczęście przetrwaliśmy to razem.

**Nie miał Pan obaw, że po tej decyzji nie będzie Pan mógł już uprawiać sportu, że życie się zmieni?**

Nie, ale nawet gdybym miał takie obawy, i tak bym się nie zawahał. To była końcówka mojej kariery, miałem wtedy 39 lat i świadomość, że w życiu są rzeczy ważne i ważniejsze. O problemach zdrowotnych córki dowiedziałem się w 2006 roku. Wtedy o przeszczepach prawie się nie mówiło, ja też niewiele o tym wiedziałem. Lekarze sugerowali, żeby pierwszy przeszczep zrobić od zmarłego dawcy, a moje nerki zostawić „na później”. Ale na początku 2007 roku zdecydowałem, że oddam swoją. Zacząłem czytać, szukać informacji i dowiedziałem się, że polska transplantologia stoi na bardzo wysokim poziomie. To mnie ostatecznie uspokoiło. Decyzję podjąłem bez stresu, choć może mam trochę sportowego skrzywienia, bo czuję ekscytację, gdy coś się dzieje i może wiązać się z ryzykiem.

**W książce wydzielił Pan „dwanaście rund” – tyle, ile w typowej walce bokser-**

**skiej. Gdyby dziś miał Pan wziąć udział w tej ostatniej, symbolicznej rundzie swojego życia, z jakim przeciwnikiem chciałby się Pan zmierzyć?**

Rzeczywiście, jestem już na etapie, w którym karierę sportową mam za sobą, dzieci są dorosłe, więc mogę wreszcie bardziej skoncentrować się na sobie i swoich potrzebach – także tych wynikających z wieku. Po covidzie miałem pewne problemy zdrowotne i zacząłem interesować się biohackiem oraz długowiecznością. Jeśli mam myśleć o „ostatniej rundzie”, to chciałbym jak najdłużej utrzymać pełną sprawność fizyczną i dobre zdrowie. Mam 57 lat i wiem, że wymaga to więcej pracy, wiedzy i inwestycji, ale jest jak najbardziej możliwe. Samo słowo „długowieczność” jest trochę mylące – mnie nie chodzi o to, żeby żyć wiecznie. Wiem, że każdy z nas kiedyś umrze i nie mam z tym problemu. Zależy mi na jakości życia. Nie wyobrażam sobie sytuacji, w której moją jedyną rozrywką byłoby oglądanie telewizji i jedzenie. Dla mnie ważne są ruch, aktywność, nauka, treningi i dbanie o siebie. Staram się też dzielić tą wiedzą z innymi – pokazywać, że można żyć zdrowo, świadomie i z pasją. Wykorzystuję swoje doświadczenie sportowe i znajomość własnego organizmu, prowadząc wykłady motywacyjne i zachęcając ludzi do aktywności.

**Jak w Pana życiu wygląda „runda regeneracyjna”? Ma Pan konkretne rytuały, które pomagają jak najdłużej zachować sprawność fizyczną i umysłową?**

Badania pokazują, że kluczem do zachowania sprawności po siedemdziesiątym roku życia jest systematyczny ruch. Najlepiej zacząć po trzydziestce, ale lepiej zacząć nawet po sześćdziesiątce niż wcale. Ja trenuję regularnie, dużo i ciężko, bo inaczej nie potrafię. Choć oczywiście z czasem zmieniło się moje podejście. Kiedyś, w latach zawodowego boks, chodziło o osiągnięcie szczytowej formy na konkretny termin walki. Dziś celem jest zdrowie, dobre samopoczucie i wygląd. Dlatego treningi mam bardziej zróżnicowane – bez ekstremalnych obciążeń, ale nadal intensywnie. Na siłowni nie podnoszę już wielkich ciężarów, bo nie chcę ryzykować kontuzji. Robię krótkie przerwy między seriami, więcej się rozciągam, pracuję nad mobilnością. Zwracam też uwagę na regenerację „od środka”. Kluczowe jest, by organizm miał czas na wy-

mianę komórek – dlatego stosuję deficyt kaloryczny i okresowe głodówki. Podczas takich przerw uruchamia się proces autofagii, czyli naturalnego „sprzątanego” starych lub chorych komórek. Odżywiam się niskowęglowodanowo, co w połączeniu z treningami sprawia, że mój organizm często przechodzi w lekką ketozę – wtedy czerpie energię głównie z tłuszczów, a nie z cukrów. Starannie doбирам to, co jem. Wspomagam się witaminami i kreatyną, która działa nie tylko na mięśnie, ale też na mózg. Dużo czasu spędzam na świeżym powietrzu i w naturalnym świetle. No i cały czas się uczę – próbuję nowych rzeczy, bo to najlepszy trening dla głowy. Mózg, tak jak mięśnie, musi pracować, żeby pozostać elastycznym.

**Jako sportowiec wielokrotnie doświadczał Pan ekstremalnych obciążeń fizycznych. Kiedy organizm mówił „dość”, a Pan musiał się poddać? Czego nauczył Pana to odkrycie o granicach ludzkiej wytrzymałości?**

Zawsze miałem w sobie potrzebę trenowania jak najczęściej. Rolą mojego trenera często było to, żeby mnie hamować. Dziś wiem, że w wieku dwudziestu czy trzydziestu lat trenowałem za dużo. Gdybym wtedy trochę odpuścił, osiągnąłbym pewnie podobne efekty, a mniej wyniszczyłbym organizm. Wtedy jednak wydawało mi się, że robię wszystko właściwie. Od czterdziestu lat zajmuję się sportem i swoim ciałem, więc dobrze je znam. Wiem, jak reaguje na obciążenia, co mu służy, a co nie. Nie potrafię jednak trenować „lekką” – jeśli mam ćwiczyć bez zaangażowania, wolę usiąść z książką. Dlatego zawsze idę blisko granicy możliwości. Ale nauczyłem się też słuchać sygnałów ciała. Kilka lat temu, po problemach zdrowotnych, przez prawie rok nie trenowałem. Bałem się powrotu, bo regeneracja po pięćdziesiątce to zupełnie inna historia. Okazało się jednak, że jeśli zwiększa się obciążenia stopniowo, ciało potrafi zaskoczyć. Trzeba tylko uważać, bo organizm z wiekiem mniej wybacza. W młodości mogłem iść na imprezę, a rano trenować jak gdyby nigdy nic. Dziś tak się nie da. Nie piję alkoholu, dbam o dietę i regenerację, bo wiem, że każda przesada kosztuje. Ale też mnie to bawi – traktuję to jako kolejne doświadczenie. Uczę się, dostosowuję, obserwuję siebie. W końcu po raz pierwszy w życiu mam 57 lat, prawda? Sport nauczył mnie analizy. Sukces wymaga nie



Książka „Saleta. Przemysław Saleta w rozmowie z Aldoną Sosnowską-Szczuką” jest książką o odwadze, o tym, żeby nie bać się marzyć

tylko trenera, ale też refleksji nad sobą - nad tym, co poszło dobrze, a co można poprawić. To się nie zmieniło. Zmieniły się tylko cele.

**W książce mówi Pan o tym, jak walczyć i nigdy się nie poddawać. A przed chwilą wspominał Pan o odpuszczeniu.**

**czaniu. Kiedy po raz pierwszy nauczył się Pan rezygnować z walki, by ocalić coś ważniejszego?**

Jeśli mówię o walce, mam na myśli sport. W życiu walka nie ma sensu. Każdy z nas jest swoim największym przeciwnikiem - i tylko z samym sobą warto się cza-

sem zmierzyć. Poza tym, nie chcę od nikogo niczego, czego ten ktoś nie chce mi dać. Nie wypycham się na siłę, nie walczę o rzeczy, które nie zależą ode mnie. Jeśli coś jest dla mnie ważne i mam na to wpływ, wtedy daję z siebie wszystko. Trzeba żyć w zgodzie z rzeczywistością. Cza-

sem człowiek o czymś marzy, ale w pewnym momencie musi przyznać, że nie da rady - brakuje czasu, talentu, możliwości. I wtedy lepiej zmienić cel, niż walić głową w mur. Podam przykład. Kiedy przeszedłem na boks zawodowy, byłem przekonany, że w półtora roku zo-

stanę mistrzem świata w wadze cruiserweight. Szybko się okazało, że to nie takie proste. Doszedłem do czwartego miejsca na świecie, ale coraz trudniej było mi utrzymać limit wagowy, więc przeszedłem do wagi ciężkiej. Wtedy zrozumiałem, że w tej kategorii mistrzem świata nie zostanę - fizycznie miałem swoje ograniczenia. Zmieniłem więc cel. Postawiłem na mistrzostwo Europy. Udało się - i to dało mi pełne poczucie spełnienia, także w boksie, nie tylko w kick-boxingu. Gdybym uparcie dążył do tytułu mistrza świata w wadze ciężkiej i nigdy go nie zdobył, pewnie byłbym dziś zgorzkniały. A tak wiem, że czasem warto skorygować swoje marzenia - nie po to, żeby z nich rezygnować, ale żeby lepiej je dopasować do swoich możliwości.

**Jak zmieniała się Pana definicja zwycięstwa - od momentów, gdy liczył się wynik, do chwil, gdy liczy się sens i autentyczność?**

Dla mnie sens i autentyczność zawsze były ważniejsze niż sam wynik. Już sam wybór drogi sportowca był pójściem za głosem serca, a nie rozsądku. Studiowałem handel zagraniczny na SGH, więc mógłbym obrać bezpieczną ścieżkę ekonomisty. Zdecydowałem się jednak na sport - z pełną świadomością, że to ryzykowna decyzja, bez żadnych gwarancji sukcesu. Ale kiedy człowiek robi coś z pasją i oddaje temu całe serce, to nawet trudne decyzje stają się właściwe. Z perspektywy czasu oczywiście widzę, że niektóre rzeczy mogły potoczyć się inaczej, ale nie żałuję żadnej z nich - ani dobrych, ani złych. Wszystko, co zrobiłem, doprowadziło mnie do miejsca, w którym jestem. I do tego, kim jestem. A ja siebie lubię. Może to brzmi banalnie, ale to bardzo buddyjskie podejście: żyć dobrze, dzielić się z innymi i pomagać im, kiedy można. Ważne jednak, żeby ta pomoc była szczera - żeby nie wynikała z potrzeby poprawienia własnego samopoczucia czy wizerunku. Pomaganie z potrzeby serca ma sens, pomaganie „dla siebie” - już nie.

**W naszej rozmowie powraca wątek duchowości i wewnętrznej drogi. Czy są w Pana życiu momenty, które dziś uznaje Pan za doświadczenia mistyczne?**

Było kilka takich momentów. Najbardziej pamiętam walkę z Carlem Williamsem w 1994 roku. Wydawało się, że wygram ją bez problemu, a tymczasem bardzo się męczyłem i przegrywałem. Byłem wtedy czwarty w rankingu

światowym - przegrana oznaczałaby duży spadek. Trzy miesiące wcześniej urodziła mi się córka. W przerwie po szóstej rundzie, wracając zakrwawiony do narożnika, uświadomiłem sobie, jaka odpowiedzialność na mnie ciąży - wobec niej, wobec rodziny i samego siebie. I to mnie niesamowicie zmotywowało. Wygrałem wszystkie kolejne rundy i całą walkę na punkty. To był moment, w którym zrozumiałem, że człowiek ma w sobie dużo więcej siły, niż mu się wydaje. Czasem wystarczy znaleźć w sobie właściwą motywację. Drugie takie doświadczenie przeżyłem po oddaniu nerki, kiedy po operacji byłem w śpiączce. Gdy się obudziłem i usłyszałem, że otarłem się o śmierć, dotarło do mnie, jak kruche jest życie. Możemy odejść w każdej chwili, zupełnie niespodziewanie. Dlatego nie warto odkładać życia na później - trzeba być z ludźmi, których się kocha, robić rzeczy, które mają sens, i nie tracić czasu na to, co nieistotne.

**Kiedy patrzy Pan dziś na młodego Saletę, stojącego u progu kariery, co by mu Pan powiedział jako ten, kto przeszedł tyle walk - w ringu i poza nim?**

Powiedziałbym mu to samo, co mówię moim córkom. Nigdy nie narzucałem im decyzji, nawet gdy były dziećmi. Zawsze mogły próbować, ale wiedziały, że muszą wziąć odpowiedzialność za konsekwencje swoich działań. Dziś obie robią to, co kochają, i biorą za to pełną odpowiedzialność. Mam bardzo bliskie, przyjacielskie relacje, oparte na zaufaniu. Najszczęśliwsze momenty w moim życiu to chwile, kiedy rodziły się moje dzieci. I od początku chciałem im przekazać jedną rzecz - że pasja w życiu jest najważniejsza. Jeśli uda się ją połączyć z pracą, to nigdy nie będzie się miało poczucia, że się pracuje. Tak też wygląda moje życie. Wszystko, czym zarabiam na życie, sprawia mi przyjemność - robiłbym to nawet za darmo. Wracając do pytania: młodemu sobie nie miałbym zbyt wiele do doradzania. Podejmowałem decyzje, które - z perspektywy tych 57 lat na Ziemi - miały sens.

**Jaki przekaz płynie z Pana książki?**

To książka o odwadze - o tym, żeby się nie bać marzyć i nie bać tych marzeń realizować. Nawet jeśli nie wszystko się uda, sama droga do celu może być źródłem ogromnej satysfakcji. Bo to właśnie ona nas kształtuje i uczy najwięcej.

FOT. MARCIN KLABAN

JAJA GRUBEGO

Hasło utworzą litery z pól ponumerowanych u dołu od 1 do 6.

**POZIOMO:** 1) masa czasu, dość odległego, 4) z Kolumba wyciągnij jednostkę elektryczną, 8) wiązadło z kortu, 9) paciorek przedłużony do zagrody, 10) Hiszpan zaprasza na wino do piwnicy, 11) proza artystyczno-naukowo-publicystyczna, 13) matka i żona Edypa, 16) pożądana i namiętna z małą lirą, 17) toksyczny gaz pełen koni, 18) srogo zmień na na zboże, 20) pani w wianie, 23) w ich sforze działał Maurer, 24) 100 cm tlenu, 25) odtąd dotąd, 26) zamiast chlebowego lub solnego 28) przeciwna podkładce, 30) my i oni po samolocie, 31) dziecię Gałczyńskiego, 32) nakrętka w turmie, 33) ubolewał nad felerem.

**PIONOWO:** 1) dobry wodór, 2) Jerzy albo kawa (stara), 3) zjadł tysiąc kotletów w „Lokomotywie”, 4) nie-

ładny nokaut (w Japonii), 5) posłania w uniach, 6) Halka z szynami, 7) to w oklaskach, 12) aportował Stasiowi i Nel, 14) w rodzinie dydelfów, 15) zatrzymanie mieszkania w zoo, 18) wdżianko zawierające odżywkę do dnia, 19) brzeg pięciuset arkuszy, 21) jeśli w cudze sprawy, to chroń nos, 22) najgłupsza część stołu, 24) dolna w Beskidzie, 27) trzeba czytać z kluczem, 29) niewolnik go zgina.

Rozwiązanie z 17.10.2025 r.  
Hasło: TATARAK

**POZIOMO:** przytrzymanie, administracja, hrabina, nornica, amantki, Oregon, agawa, lłza, płatanie, dur, Neapol, Krutynia, Damian, starówka.

**PIONOWO:** płachta, zamiana, tongi, zesłanie, marmur, emalia, cygi, Niniwa, czyż, miał, towary, kran, Grenada, gaduła, atut, atlant, pokos, plik, nów.

|    |    |    |  |    |    |    |    |    |  |    |  |    |
|----|----|----|--|----|----|----|----|----|--|----|--|----|
| 1  |    | 2  |  |    | 3  |    | 4  | 5  |  | 6  |  | 7  |
|    |    |    |  |    | 8  |    |    |    |  |    |  |    |
| 9  |    |    |  |    |    |    | 10 |    |  |    |  |    |
|    |    |    |  |    | 11 | 12 |    |    |  |    |  |    |
| 13 | 14 |    |  | 15 |    |    |    | 16 |  |    |  |    |
|    |    |    |  | 17 |    |    |    |    |  |    |  |    |
| 18 |    | 19 |  |    |    |    | 20 | 21 |  | 22 |  |    |
| 23 |    |    |  |    |    |    | 24 |    |  |    |  |    |
|    |    | 25 |  |    |    |    |    |    |  |    |  |    |
|    |    |    |  |    |    |    | 26 |    |  |    |  | 27 |
| 28 |    |    |  |    |    | 29 |    |    |  |    |  | 3  |
|    |    |    |  |    |    | 30 |    |    |  |    |  |    |
|    |    |    |  | 31 |    |    |    |    |  |    |  |    |
| 32 |    |    |  |    |    |    | 33 |    |  |    |  |    |

|   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|---|---|---|---|---|---|

WIEŚCI NIE Z TEJ ZIEMI

KATARZYNA CICHÓPEK

Zaprosiła  
na bagna

Zgodnie z wcześniejszymi zapowiedziami w minioną sobotę prezenterka wzięła ślub ze swym obecnym partnerem – Maciejem Kurzajewskim. Uroczystość odbyła się w Hotelu Drob w Urszulinie, niedaleko malowniczego Poleskiego Parku Narodowego. Para zaprosiła około 150 gości, w tym wielu znanych z mediów i polityki, aby świętować ten niezwykły dzień. Huczną imprezę zaszczyli swą obecnością m.in.: Aleksander Sikora, Magdalena Narożna, Joanna Kurka czy Agnieszka i Grzegorz Hyży. Dekoracje weselne utrzymane były w jesiennej kolorystyce. Panna młoda była ozdobą wieczoru dzięki czterem kreacjom, za które odpowiadała renomowana projektantka Viola Piekut. Maciej Kurzajewski z kolei zdecydował się na klasyczny gamitur. W niedzielę nowożeńcy zaprosili gości do spędzania czasu na świeżym powietrzu, a głównym punktem tego dnia było... wspólne zwiedzanie bagien Poleskiego Parku Narodowego.

JOANNA PRZETAKIEWICZ

Zachwyciła się

George Clooney zawitał kilka dni temu do Łodzi na Igrzyska Wolności. W wydarzeniu wzięła udział również Joanna Przetakiewicz. Projektantka podzieliła się potem na Instagramie pamiątkowymi zdjęciami z aktorem. Okazuje się, że zrobił na niej ogromne wrażenie. „George Clooney – tak, na żywo też jest piękny i czarujący. Spotkanie z nim to czysta przyjemność. Kiedy zadaje pytanie – słucha i jest zainteresowany. Klasa. Urok. Wdzięk. Zero pretensjonalności” – napisała celebrytka. I dodała: „Ale to, co naprawdę mi zaimponowało, to jego postrzeganie świata. Jako hiper gwiazda o światowej rozpoznawalności wykorzystuje swój mocny głos do obrony najważniejszych spraw. Ojciec nauczył go wybitnej społecznej odpowiedzialności” – podsumowała.

AGNIESZKA KACZOROWSKA

Tańczy  
po swojemu

Nie milkną echa minionego odcinka „Tańca z Gwiazdami”,



FOT. AUTOR

Joanna Koroniewska przyznała, że kiedyś nie odpowiadała jej własna powierchowość

w którym decyzją widzów i jurorów Agnieszka Kaczorowska i Marcin Rogacewicz odpadli z programu. W odróżnieniu od wielu wyeliminowanych, którzy żegnali się z produkcją w kurtuazyjny sposób, partnerzy w życiu i na parkiecie show nie kwapili się, by podziękować jurorom i pozostałym uczestnikom. Tancerka łamiącym się głosem pożegnała się natomiast z publicznością. – Możemy schować się wreszcie przed całym tym hejtem, którego doświadczyliśmy i cholernie bolał. Ludzie, bądźcie dla siebie dobrzy, życzliwi – powiedziała.

MAGDA MOŁEK

Bywa  
niegrzeczna

W ciągu kilku dekad swojej telewizyjnej działalności dziennikarka dorobiła się wizerunku nieokazującej uczuć profesjonalistki. Pojawiały się nawet głosy, że jest zbyt „chłodna” i „grzeczna”. W nowym wywiadzie, którego Mołek udzieliła serwisowi Onet Kobieta, odniosła się do tych zarzutów. – Chyba wciąż jestem za grzeczna. Ale nie chcę i nie umiem być kontrowersyjna. Wolę dobrze się wsłuchać i znaleźć u rozmówcy tę jedną rzecz, która jest nowa, wyjątkowa, niebanalna – stwierdziła. Ale dodała: – Bywam czasami bardzo „niegrzeczna” w sprawach, które są dla mnie bardzo istotne. Wciąż kobieca nieustępliwość jest klasyfikowana jako bycie tą niegrzeczną, trudną, konfliktową. To bzdura! – podkreśliła.

JOANNA KORONIEWSKA

Dużo ćwiczy

W niedawnej rozmowie z Pu-delkiem aktorka wprost przyznała, że za młodu przeszkadzały jej za długie stopy i za mały biust, który wypełniała wieloma poduszkami. Dziś postrzega się już lepiej, ale kosztuje ją to sporo wysiłku. Niedawno opublikowała na Instagramie swe zdjęcie w kostiumie kąpielowym, przy którym napisała: „Nic nie przychodzi za darmo. W moim wieku to już w ogóle. Dlatego dużo ćwiczę. Z naciskiem na dużo”.

RAFAŁ MROCZEK

Nie może  
zasnąć

Popularny aktor intensywnie dokumentuje postępy w budowie swojego nowego domu, który dzieli z żoną Magdaleną Czech. Obwieścił właśnie na Instagramie, że prace weszły w kolejny etap – wykończenie. Choć 43-latek ma już gotowych kilka projektów, to remont wciąż spędza mu sen z powiek. „Wybór materiałów i detali trwa... i serio, można dostać zawrotu głowy. Kiedyś było łatwiej – kilka opcji i decyzja zapadała w sekundę. Teraz? Wszystko jest takie piękne, że trudno wybrać” – napisał na Instagramie. I dodał: „Mimo przemysłowej strategii wykończenia... Zaspiałam i myślę: „Co jeszcze mogę zmienić, póki mam czas?” Chyba to nieuniknione” – stwierdził.

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 24 utworzą rozwiązanie – przysłowie angielskie.

ROZWIĄZANIE: SMUTNE GODZINY TRWAJĄ DŁUGO.

# Nauczyciel ociera się o wieczność. To więcej niż zawód

Katarzyna Adamczyk  
katarzyna.adamczyk@polskapress.pl

**Być nauczycielem to coś znacznie więcej niż zawód. To misja i dar kształtowania przyszłości! Nauczyciel ociera się o wieczność. Nigdy nie może stwierdzić, gdzie kończy się jego wpływ.**

Każdy z nas pamięta takiego nauczyciela, który coś w nas zmienił na lepsze. To mogło być jedno jego zdanie, jedno

spojrzenie pełne zrozumienia, jeden uśmiech w trudnej chwili. Jego wiara w nas, której sami w sobie w szczenięcych latach jeszcze nie mieliśmy. Dobry nauczyciel potrafi bowiem dostrzec w uczniach ich potencjał, pasję i talent - nawet gdy są ukryte gdzieś głęboko pod brakiem pewności siebie czy pierwszymi porażkami. To właśnie dlatego wpływ pedagogów nie kończy się ani wraz z dzwonkiem lekcyjnym, ani opuszczeniem murów szkoły.

Nauczyciele zostają w nas na lata - w naszych wyborach, postawach i wartościach, które niesiemy dalej przez życie.

Dlatego tak ważne jest, by zatrzymać się na chwilę i powiedzieć tym swoim wspianym belfrom - zarówno obecnym, jak i byłym - gorące „dziękuję”. Właśnie temu służy nasz Plebiscyt Edukacyjny. Chcemy tych, którzy z pasją i zaangażowaniem budują lepszą przyszłość. Ta akcja to właśnie to symboliczne „dziękuję” -

za trud, cierpliwość i serce, które wkładają w pracę każdego dnia. W jej ramach uczniowie i rodzice wskazują nauczycieli, pedagogów, psychologów oraz placówki edukacyjne, które zasługują na to szczególne wyróżnienie. To wyjątkowa okazja, by docenić tych, którzy każdego dnia z cierpliwością i oddaniem uczą, wspierają i inspirują. A także okazja, by poznać ich bliżej, dlatego dziś poznajcie pierwszych uczestników!

## LIDERZY RANKINGÓW

Oto lista nauczycieli, którzy od początku głosowania do czwartku do godz. 10 zdobyli najwięcej głosów wśród liderów z powiatów oraz lista liderów głosowania na dyrektorów, nauczycieli akademickich i placówki edukacyjne.

### NAUCZYCIEL PRZEDSZKOLA

1. **Paulina Wiercioch**, Przedszkole nr 108, Wrocław
2. **Natalia Kopa**, Przedszkole, Nowa Ruda
3. **Karolina Piątek Suchan**, Szkoła Podstawowa, Rokitnica

### NAUCZYCIEL KLAS O-III

1. **Ewa Mastej**, Publiczna Szkoła Podstawowa nr 3 im. Żołnierza Polskiego, Strzelin
2. **Magdalena Garbat**, Zespół Szkół nr 21, Wrocław
3. **Klaudia Rychel**, Zespół Szkolno-Przedszkolny im. Janusza Korczaka, Jarosław

### NAUCZYCIEL KLAS IV-VIII

1. **Monika Geppert**, Szkoła Podstawowa, Legnickie Pole
2. **Patryk Łysy**, Publiczna Szkoła Podstawowa Leonardo, Wrocław
3. **Monika Martyniuk-Piotrowska**, Szkoła Podstawowa, Lutynia

### NAUCZYCIEL SZKOŁY PONADPODSTAWOWEJ

1. **Angelika Iwachów**, Zespół Szkół nr 3 im. Kombatantów Rzeczypospolitej Polskiej, Dzierżonów
2. **Kamil Łodygowski**, Zespół Szkół nr 18, Wrocław
3. **Klaudia Russek**, Zespół Szkół Ekonomiczno-Turystycznych im. Unii Europejskiej, Jelenia Góra

### PRZEDSZKOLE ROKU

1. **Niepubliczne Przedszkole Terapeutyczne w Chojnowie**, Chojnów, Drzymały 4
2. **Publiczne Przedszkole Językowo-Sportowe Empiraki**, Wrocław, Miłosa 15
3. **Mali Odkrywczy Przedszkole Sportowe**, Nowa Ruda, Kłodzka 31 B

### SZKOŁA ROKU

1. **Niepubliczna Szkoła Podstawowa Niziołki**, Wrocław, Okulickiego 14
2. **Szkoła Podstawowa nr 2 im. Jana Pawła II w Kłodzku**, Kłodzko, Zamiejska 24
3. **Szkoła Podstawowa nr 2 im. Leopolda Okulickiego Niedźwiadka**, Trzebnica, 3-go Maja 4

### NAUCZYCIEL AKADEMICKI

1. **prof. dr hab. inż. Elżbieta Wojaczńska**, Politechnika Wrocławska, Wrocław
2. **dr Magdalena Bialek**, Uniwersytet Wrocłowski, Wrocław
3. **dr Szymon Mazurek**, Uniwersytet Ekonomiczny, Wrocław

### DYREKTOR ROKU

1. **Lucyna Sobczak**, Szkoła Podstawowa nr 2 im. gen. Leopolda Okulickiego Niedźwiadka, Trzebnica
2. **Renata Wajda**, Przedszkole nr 93 Integracyjne im. Jana Brzechwy, Wrocław
3. **Iwona Majczak**, Zespół Szkolno-Przedszkolny, Jezów Sudecki

### PSYCHOLOG LUB PEDAGOG SZKOLNY

1. **Elżbieta Kulka**, Przedszkole Publiczne nr 5, Ząbkowice Śląskie
2. **Marta Węglewska**, Szkoła Podstawowa im. Jana Brzechwy, Dłużyna Dolna
3. **Joanna Rajter**, Szkoła Podstawowa im. Jana Pawła II, Grodziszczce

### SZKOŁA JĘZYKOWA ROKU

1. **Fabryka Języka**, Wrocław, al. Kasztanowa 20/3
2. **EngMat, Zgorzelec**, Lubańska 10/10
3. **Queens School of English**, Wrocław, Sokolnicza 5/36

**Sprawdź aktualne wyniki i głosuj na:**  
[www.gazetawroclawska.pl/nauczyciel](http://www.gazetawroclawska.pl/nauczyciel)

## Lekcje potrafią inspirować, angażować i rozbudzać ciekawość

**Marzena Cieśla z Salezjańskiej Szkoły Podstawowej we Wrocławiu to uczestniczka kategorii Nauczyciel klas O-III.**

Wybrała tę ścieżkę zawodową, ponieważ wierzy, że edukacja ma moc zmieniania świata, zaczynając od jednego dziecka. - Praca z dziećmi daje mi poczucie sensu. To wyjątkowy zawód, który pozwala nie tylko uczyć, ale też inspirować, wspierać i współtworzyć przyszłość młodych ludzi - zauważa pani Marzena, dla której praca



w oświacie to przestrzeń nieustannego rozwoju - Jej własnego i uczniów. Ponadto to możliwość tworzenia lekcji, które inspirować, angażować i rozbudzać ciekawość świata. - Wierzę, że szkoła może być miejscem, w którym dzieci uczą się z radością, a nauczyciel jest przewodnikiem, który pokazuje, że nauka może być fascynującą przygodą - mówi uczestniczka, której najwięcej radości daje obserwowanie małych, codziennych sukcesów Jej uczniów, kiedy po wielu próbach coś im się uda.

## Po zakończonym kursie studenci ciepło wspominają Jego zajęcia

**W kategorii Nauczyciel Akademicki stratedr Krzysztof Zymonik z Politechniki Wrocławskiej.**

Największą satysfakcję odczuwa, kiedy studenci zaczynają swobodnie uczestniczyć w dyskusji podczas zajęć, potrafiąc przy tym merytorycznie argumentować swoje racje. Gdy stają się śmielsi w wyrażaniu swoich opinii i zadawaniu ciekawych pytań. - Niejednokrotnie znalezienie odpowiedzi na te pytania skłania mnie do pozytywnego wysiłku - za-



uważa dr Zymonik, który satysfakcję odczuwa także wtedy, kiedy podczas spotkania ze studentami na sali dydaktycznej panuje atmosfera wzajemnej życzliwości i szacunku. Motywujące jest zaś dla Niego to, że po zakończonym kursie studenci kontaktują się z Nim i z nostalgią wspominają godziny spędzone podczas spotkań dydaktycznych z Jego osobą i podkreślają, że nie był to czas stracony. - Otworzyłem im oczy na rzeczywistość, przekazując im wiedzę, którą wykorzystują w praktyce - dodaje.

## Dzieci uczą uważności, szacunku, życzliwości i okazywania ciepła

**Elżbieta Kulka (Przedszkole Publiczne nr 5, Ząbkowice Śląskie) konkuruje w ramach kategorii Psycholog lub Pedagog Szkolny.**

Od zawsze bawiła się w szkołę, lubiła uczyć innych. Nauczyciele, których spotkała na swojej drodze, zbudowali w Niej świat wartości, które chciała przekazać innym. - Przede wszystkim przekonałam się, że chcę to robić, gdy podjęłam się pierwszej pracy jako niania - przywołuje pani Elżbieta, którą najbardziej motywuje



każda opowiedziana przez dzieci historia, w której mówią o tym, co czują. Gdy rozumieją te poplątane emocje i chcą je przeżywać, a nie chować. - Dobre momenty to te, w których automatycznie dzwonię do rodziców dziecka i mówię o sukcesie, jaki dziecko osiągnęło w komunikacji, w zabawie, w rozwiązywaniu problemów - wyznaje. Dzieci zaś uczą Ją każdego dnia, by szanować ich granice, by być życzliwym, pogodnym, by słuchać ich słów, a dodatkowo dostrzegać to, co w sobie skrywają.

# DROBNE

**Gazeta  
WROCŁAWSKA**

## Jak zamieścić ogłoszenie drobne?

Telefonicznie: 800-472-852, 71/37-48-249  
Przez internet: [ibo.polskapress.pl](mailto:ibo.polskapress.pl)  
e-mail: [ogloszenia.wroclawska@polskapress.pl](mailto:ogloszenia.wroclawska@polskapress.pl)

W Biurze Reklamy:  
Biuro Ogłoszeń: **Wrocław**, ul. Świętego Antoniego 2/4  
tel. 71/37-48-249, 71/37-48-132  
Czekamy od poniedziałku do piątku w godz.: 8.00-16.00

**BIURA W REGIONIE:** • Jelenia Góra, tel. 797 607 853 • Legnica, tel. 514 800 870 • Syców, tel. 514 800 969 • Lubin, tel. 514 800 969  
• Wałbrzych, tel. 502 499 983 • Głogów, tel. 798 751 830 • Świdnica, tel. 502 499 983

## Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

**KUPIĘ** każde, got. w 24 h, 500-002-486

**KUPIĘ** mieszk. 2-3 pok., 500185254.

**KUPIĘ** mieszkanie, garaż  
tel. 504-358-452.

MIESZKANIA - WYNAJME

**POSZUKUJĘ** do wynajęcia mieszkania,  
pokoju tel. 504-358-452.

## Handlowe

ANTYKI

**ANTYKI**, stare obrazy, meble, starocie  
- kupię, 660-532-696.

MASZYNY URZĄDZENIA

**KUPIMY** maszyny do obróbki metalu  
i drewna. Tel.: 782-592-790.

## Motoryzacja

CZĘŚCI WYPOSAŻENIE SPRZEDAM

**SPRZĘGŁA-NAPRAWA** Szczęki  
hamulcowe - wymiana okładzin.  
Świdnica. [www.metalowiec.com](http://www.metalowiec.com) Tel.  
728-493-565.

## Praca

ZATRUDNIĘ

**Niemiecka firma zatrudni do  
regipsów. 0049 170 540 50 90.**

**SPRZĄTANIE** klatek schodowych  
oraz posesji, Wrocław osiedle Gaj, tel.  
515-144-576.

**Zatrudnimy pracowników Belgia  
przefabrykaty betonowe od  
15 do 18 euro netto od zaraz,  
668-878-340**

## Zdrowie

STOMATOLOGIA

**Protetyka 507-650-105.**

## Usługi

AGD RTV FOTO

**Domowa naprawa telewizorów  
LED, LCD; 71/351-60-02,  
502-175-735.**

BUDOWLANO-REMONTOWE

**DACHY**, naprawy, itp. 663-933-639.

**ELEKTRYCZNE** inst. Pomiary.  
71/351-15-15, 603-867-128.

**ELEKTRYCZNE** Pogotowie  
71/351-15-15, 603-867-128.

**KUCHNIE** junkersy piece 609-528-079.

**MALOWANIE**, tapetowa. 530-501-772.

**REMONT** express! 576-843-659.

**ROLETKI**, żaluzje, moskitiery, okna,  
rolety, drzwi. Montaż, produkcja,  
naprawa, tel. 71/341-83-03.

INSTALACYJNE

**ANTENA** absolutnie profesjonalnie,  
tel. 603-867-128, 71/351-15-15.

**Hydraulik natychmiast 500323373**

**Hydraulik, Elektryk 505-087-474.**

**HYDRAULIKA** wszystko, 505-982-689.

OGRODNICZE

**OGRODY**, drzewa, 576-843-659.

PORZĄDKOWE

**ZWALCZANIE** pluskwy, 660-811-020.

PRZEPROWADZKI

**TANIO** 508-287-106, 71/784-55-63.

STOLARSKIE

**Tapicerstwo tanio 601-892-927.**

TRANSPORTOWE

**WYWÓZ** starych mebli, 660-811-020.

ZABEZPIECZAJĄCE

**AWARIE** zamków, montaż, serwis  
drzwi antywłam. 501-104-158.

**ibo** TWOJE DOMOWE  
BIURO OGŁOSZEŃ  
Ogłoszenia drobne w Twojej gazecie  
zlećisz przez Internetowe Biuro  
Ogłoszeń: **ibo.polskapress.pl**

## Turystyka

KRAJ - GÓRY

**Beskidy koło Wadowic -  
tradycyjne turnusy Świąteczne,  
tel.: 501-642-492.**

## Różne

**SKUP** KSIĄŻEK, 668-571-329

**WRÓŻBY**, porady: profesjonalnie  
693611517, [www.wrozby.pop.pl](http://www.wrozby.pop.pl)

## Rolnicze

INNE

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

## Towarzyskie

**WANDY**, 505-353-547.

## Usługi kamieniarskie

**Atrakcyjne ceny nagrobków!  
Wypredaż z wystawy,  
71-325-19-09**

**KAMIENIARSTWO.** Pomniki  
granitowe. Koszt z montażem 2.500 zł.  
Tel. 691-883-105.

REKLAMA 0011244341

**ZŁOMOWANIE  
POJAZDÓW**  
**tel. 600 609 606**

Wszystkie formalności załatwiamy na miejscu  
Płatność gotówką od ręki  
Wydajemy zaświadczenie o demontażu  
Odbieramy własnym transportem

Stacja demontażu pojazdów | Czarkowo 16 | 64-125 Poniec

AUTOREKLAMA

**motofakty.pl**

**Motoryzacja  
na wysokich obrotach**

**motofakty.pl**

REKLAMA 0011424123

**OGŁOSZENIE**

**Wójt Gminy Grębocice**  
**informuje**

o zamieszczeniu w Biuletynie Informacji Publicznej  
Urzędu Gminy Grębocice oraz na  
stronie internetowej: [www.grebocice.com.pl](http://www.grebocice.com.pl) wykazu  
nieruchomości:

– Zarządzenie nr 261.2025 z dnia 31.10.2025 r,  
przeznaczonych do oddania w najem w trybie  
bezpzetargowym,

– Zarządzenie nr 262.2025 z dnia 31.10.2025 r.,  
przeznaczonych do oddania w najem w trybie  
bezpzetargowym.

REKLAMA 0011425233

**Wyciąg z ogłoszenia nr 23/S/2025  
Wójta Gminy Janowice Wielkie**

o III przetargu ustnym nieograniczonym  
na sprzedaż nieruchomości  
- działka gruntu nr 42 o pow. 1300 m<sup>2</sup> obręb Miedzianka stanowiąca  
własność Gminy Janowice Wielkie (nr KW JG1J/00080194/8)

**Cena wywoławcza: 50.000,00 zł** - wadium: 5000,00 zł

Przetarg odbędzie się dnia **8 grudnia 2025 r. o godzinie 9<sup>00</sup>**  
w siedzibie Urzędu Gminy Janowice Wielkie,  
ul. Kolejowa 2, pok. nr 15.

Ogłoszenie zostało udostępnione do publicznej wiadomości w Biuletynie  
Informacji Publicznej Urzędu Gminy w Janowicach Wielkich pod  
adresem: [https://janowicewielkie.i-sisco.pl/gmina,24\\_304](https://janowicewielkie.i-sisco.pl/gmina,24_304) oraz  
na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Gminy.

Szczegółowych informacji o przetargu można zasięgnąć w siedzibie  
Urzędu Gminy w Janowicach Wielkich, ul. Kolejowa 2, pok. nr 6,  
Tel. 757515124 wew. 116

REKLAMA 0011425235

**Wyciąg z ogłoszenia nr 23/S/2025  
Wójta Gminy Janowice Wielkie**

o II przetargu ustnym nieograniczonym  
na sprzedaż nieruchomości  
- działka gruntu nr 485/2 o pow. 1300 m<sup>2</sup> obręb Janowice  
Wielkie stanowiąca własność Gminy Janowice Wielkie,  
(nr KW JG1J/00085338/5)

**Cena wywoławcza: 67.000,00 zł** - wadium: 6700,00 zł

Przetarg odbędzie się dnia **8 grudnia 2025 r. o godzinie 11<sup>00</sup>**  
w siedzibie Urzędu Gminy Janowice Wielkie,  
ul. Kolejowa 2, pok. nr 15.

Ogłoszenie zostało udostępnione do publicznej wiadomości w Biuletynie  
Informacji Publicznej Urzędu Gminy w Janowicach Wielkich pod  
adresem: [https://janowicewielkie.i-sisco.pl/gmina,24\\_304](https://janowicewielkie.i-sisco.pl/gmina,24_304) oraz  
na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Gminy.

Szczegółowych informacji o przetargu można zasięgnąć w siedzibie  
Urzędu Gminy w Janowicach Wielkich, ul. Kolejowa 2, pok. nr 6,  
Tel. 757515124 wew. 116

REKLAMA 0011425239

**Wyciąg z ogłoszenia nr 25/S/2025  
Wójta Gminy Janowice Wielkie**

o I przetargu ustnym nNieograniczonym  
na sprzedaż nieruchomości  
- działka gruntu nr 483/9 o pow. 1400 m<sup>2</sup> obręb Janowice Wielkie  
stanowiąca własność Gminy Janowice Wielkie (nr KW JG1J/00085338/5)

**Cena wywoławcza: 85.000,00 zł** - wadium: 8500,00 zł

Przetarg odbędzie się dnia **8 grudnia 2025 r. o godzinie 10<sup>00</sup>**  
w siedzibie Urzędu Gminy Janowice Wielkie,  
ul. Kolejowa 2, pok. nr 15.

Ogłoszenie zostało udostępnione do publicznej wiadomości w Biuletynie  
Informacji Publicznej Urzędu Gminy w Janowicach Wielkich pod  
adresem: [https://janowicewielkie.i-sisco.pl/gmina,24\\_304](https://janowicewielkie.i-sisco.pl/gmina,24_304) oraz  
na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Gminy.

Szczegółowych informacji o przetargu można zasięgnąć w siedzibie  
Urzędu Gminy w Janowicach Wielkich, ul. Kolejowa 2, pok. nr 6,  
Tel. 757515124 wew. 116

SPORT

www.sportowy24.pl

WYNIKI LOSOWAŃ LOTTO

ŚRODA, 29.10  
Multi Multi – godz. 22:00  
3, 5, [7], 8, 10, 26, 28, 32, 34,  
37, 42, 43, 59, 61, 65, 68, 70,  
71, 72, 74  
Mini Lotto  
9, 15, 18, 27, 39

Kaskada – godz. 22:00  
3, 5, 6, 7, 9, 14, 16, 18, 19, 21,  
22, 23  
Ekstra Pensja  
8, 17, 18, 26, 30 + 4  
Ekstra Premia  
6, 16, 23, 29, 33 + 2

CZWARTEK, 30.10  
Multi Multi – godz. 14:00  
1, 7, 16, 17, 19, 22, 24, [27, 29,  
45, 54, 55, 56, 58, 62, 63, 64,  
70, 71, 73  
Kaskada – godz. 14:00  
3, 4, 6, 7, 15, 16, 18, 19, 20, 21, 22, 23

Koszmar Rafała Gikiewicza i całego Zagłębia

Piotr Janas  
x.com: @Piotr\_K\_Janas

**KGHM Zagłębie Lubin przegrało po dogrywce z Widzewem w Łodzi 0:1 w meczu 1/16 finału STS Pucharu Polski. Koszmarny błąd popełnił nowy bramkarz Miedziowych - Rafał Gikiewicz.**

Zagłębie i Widzew do rozgrywek o Puchar Polski podeszły na poważnie. Pokazały to m.in. wyjściowe składy. Wprawdzie Leszek Ojrzyński dokonał kilku zmian, ale emocje budził tylko debiut nowego bramkarza. Postawił na... pozyskanego na zasadzie transferu medycznego z Widzewa Rafała Gikiewicza.

Choć Zagłębie było zespołem wyraźnie lepszym w obu połowach, to do wyłonienia lepszego konieczna była dogrywka. W niej także długo nie padały bramki i kiedy powoli wszyscy na stadionie przygotowywali się do rzutów karnych, arbiter odgwiżdżał rzut wolny dla gospodarzy z ok. 35 metrów. Na pozór nie wyglądało to na okazję do strzału, ale Bartłomiej Pawłowski wziął tak duży rozbieg, iż jasnym stało się, że raczej nie będzie szukał dośrodkowania. Kropnął z całej siły,



Rafał Gikiewicz został antybohaterem Zagłębia w meczu z Widzewem. Jego fatalny błąd przesądził o odpadnięciu Miedziowych z STS Pucharu Polski już na etapie 1/16

lecz w sam środek bramki. Mimo to futbolówka przekroczyła linię bramkową, bo kompromitujący błąd popełnił Gikiewicz. Chcąc złapać piłkę sprawił, że ta przełała mu się po rękach, klatce piersiowej i wpadła do bramki.

W „Sercu Łodzi” wybuchła euforia. Zagłębie rzuciło się do

odrabiania strat, ale było już za późno i to Widzew zapewnił sobie awans do 1/8 finału STS Pucharu Polski. Gikiewicz po meczu był wyszydzany przez kibiców Widzewa i choć szybko uciekł do szatni, to stanął później „pod płotem” z kibicami Zagłębia, gdzie także się nasłuchiwał. W obronę

wzięli go koledzy, a zwłaszcza Arkadiusz Woźniak, ale na pewno najbliższe dni nie będą dla „Gikiego” zbyt łatwe.

Zagłębie - podobnie jak pierwszoligowy Śląsk Wrocław - kolejny mecz o stawkę rozegra dopiero w poniedziałek (3 listopada).

**WIDZEW ŁÓDŹ - KGHM ZAGŁĘBIE LUBIN P.D. 0:1 (0:0)**  
**Bramka:** Pawłowski 112.  
**Widzew:** Ilić - Krajewski (75. Visus), Andréou, Żyro, Gallapeni - Akere (67. Baena), Selahi (91. Pawłowski), Álvarez (79. Czyż), Shehu, Fornalczyk - Zeqiri (67. Bergier).  
**Zagłębie:** Gikiewicz - Ćortuka, Ławniczak, Michalski, Jakuba, Łučić (90. Nalepa) - Sypek (67. Wdowiak), Radwański, Kolan (46. Kocaba), Szmyt (75. Makowski) - Kossidis (75. Rocha).

1/16 FINAŁU PUCHARU POLSKI

**Pozostałe wyniki:** LKS II Goczałkowice Zdrój - Polonia Bytom 0:7 (Gajda 7, 14, Wróblewski 16-sam., Terlecki 34, Burkiewicz 61, Stefański 80, Wojtyra 87); Olimpia Grudziądz - Śląsk Wrocław 0:1 (Warchol 79); ŁKS Łódź - GKS Katowice 1:2 (Jędrzych 84-sam. - Jędrzych 31-k., Szkurin 61); Chojniczanka Chojnice - Świt Szczecin 3:1 (Sabała 37, 77-k., Eizenchart 54 - Kort 6), Zawisza Bydgoszcz - GKS Włocławek 3:0 (Bojas 58, Staniak 75, Kozłowski 78); Znicz Pruszków - Korona Kielce 0:3 (Rubeżiński 15, 47, Nikołow 60-k.); Odra Opole - Piast Gliwice 0:2 (Dalmat 29, Cassio 59-sam.); Avia Świdnik - Flota Świnoujście 3:0 (Pisarek 13, Zuber 33, Piętel 43); Hutnik Kraków - Wisła Kraków 0:1 (Duda 61); Puszcza Niepołomice - Lechia Gdańsk 1:3 (Simon 74 - Diaczuk 64, Bobek 115-k., Ćirković 120); Raków Częstochowa - Cracovia 3:0 (Brunes 13, 40, Diaby-Fadiga 81); Gryf Słupsk - Lech Poznań 1:2 (Wojda 54 - Jagiełło 19, Pereira 33).  
**Mecze: Miedź Legnica** - Jagiellonia Białystok, Arka Gdynia - Górnik Zabrze i Legia Warszawa - Pogoń Szczecin - zakończyły się po zamknięciu tego wydania „Gazety Wrocławskiej”.

14. KOLEJKA PKO EKSTRAKLASY

**Dziś:** Bruk-Bet Termalica Nieciecza - GKS Katowice (godz. 18, Canal+ Sport 3, Canal+ Sport 5), Piast Gliwice - Korona Kielce (g. 20:30, Canal+ Sport 3).  
**Niedziela:** Górnik Zabrze - Arka Gdynia (godz. 12:15, Canal+ Sport 3, Canal+ 360), Lech Poznań - Motor Lublin (g. 14:45, Canal+ Sport 3), Jagiellonia Białystok - Raków Częstochowa (g. 17:30, Canal+ Sport 3, Canal+ Premium, TVP Sport), Widzew Łódź - Legia Warszawa (g. 20:15, Canal+ Sport 3, Canal+ Premium).  
**Poniedziałek:** Lechia Gdańsk - Radomiak Radom (g. 18, Canal+ Sport 3), Wisła Płock - Pogoń Szczecin (g. 18, Canal+ Sport 3, Canal+ Sport 4), Cracovia - KGHM Zagłębie Lubin (g. 20:30, Canal+ Sport 3).

|                          |    |    |       |
|--------------------------|----|----|-------|
| 1. Górnik Zabrze         | 13 | 26 | 21-11 |
| 2. Jagiellonia Białystok | 12 | 24 | 24-15 |
| 3. Wisła Płock           | 12 | 22 | 16-9  |
| 4. Cracovia              | 12 | 21 | 21-14 |
| 5. Lech Poznań           | 12 | 20 | 20-18 |
| 6. Korona Kielce         | 13 | 19 | 16-12 |
| 7. KGHM Zagłębie Lubin   | 12 | 17 | 25-18 |
| 8. Raków Częstochowa     | 12 | 17 | 14-16 |
| 9. Pogoń Szczecin        | 13 | 17 | 20-23 |
| 10. Legia Warszawa       | 12 | 16 | 14-12 |
| 11. Radomiak Radom       | 13 | 16 | 23-23 |
| 12. Widzew Łódź          | 13 | 16 | 20-20 |
| 13. Arka Gdynia          | 13 | 15 | 9-20  |
| 14. Motor Lublin         | 12 | 14 | 16-21 |
| 15. GKS Katowice         | 13 | 14 | 17-24 |
| 16. Lechia Gdańsk        | 13 | 10 | 22-29 |
| 17. Termalica Nieciecza  | 13 | 10 | 17-25 |
| 18. Piast Gliwice        | 11 | 7  | 10-15 |

© P

Despodovska kończy karierę

Dawid Foltyniewicz  
dawid.foltyniewicz@polskapress.pl

**PIŁKA RĘCZNA. Szczypiornistka KPR-u Kobierzyc Zorica Despodovska zakończyła karierę. Powodem tej decyzji są kwestie zdrowotne.**

Despodovska pochodzi z Macedonii Północnej, a do drużyny KPR-u dołączyła w sezonie 2019/20. Z zespołem z Kobierzyc wywalczyła sześć medali mistrzostw Polski oraz wygrała Puchar Polski. Jej bilans w barwach KPR-u to 145 meczów i 541 bramek.

W 2023 roku uzyskała polskie obywatelstwo, a przez kibiców nazywana była często „Zosią”.

Po sezonie 2023/2024 przeszła zabieg stawu kolanowego i od tamtej pory walczyła o powrót do pełnej sprawności. Niestety mimo rehabilitacji i ogromu pracy musiała przejść

kolejną operację, co wykluczyło ją z gry na cały sezon 2024/2025. Po niedawnych badaniach okazało się, że uraz jest jeszcze poważniejszy i wymaga kolejnego leczenia operacyjnego. 33-latką postanowiła więc zakończyć karierę sportową.

- Nie była to łatwa decyzja. Zagrałam swój ostatni mecz w karierze, nie wiedząc, że właśnie wtedy żegnam się z boiskiem. Przez długi czas walczyłam o powrót, z całych sił wierząc, że jeszcze się uda. To już moja czwarta operacja w ciągu zaledwie półtora roku i nadszedł moment, w którym muszę pogodzić się z tym, że pewnych rzeczy po prostu nie da się przeskoczyć - mówi Despodovska. - Moje plany na tę chwilę to przede wszystkim powrót do zdrowia i sprawności. Reszta z czasem na pewno się ułoży - dodaje.

© P

Pierwsza domowa porażka Śląska Wrocław

Dawid Foltyniewicz  
dawid.foltyniewicz@polskapress.pl

**KOSZYKÓWKA. Śląsk uległ w Hali Orbita Umanie Reyer Wenecja 92:104. WKS po raz pierwszy w tym sezonie przegrał przed własną publicznością.**

W spotkaniu z Reyer nie mogli wystąpić Jakub Nizioł i Stefan Djordjević. Obaj leczą kontuzje. Śląsk bez dwóch kluczowych graczy przez trzy kwarty toczył z Reyer bardzo wyrównany bój. Ostatnie minuty należały jednak do zespołu z Wenecji.

- Sam nie wiem do końca, co mam powiedzieć. Ten mecz długo przebiegał tak, jak to sobie zaplanowaliśmy. Przez 33 minuty walczyliśmy jak równy z równym, ale w pewnym momencie moi zawodnicy zapomnieli przeciwko komu grają. Jeżeli rywalizujesz z takim przeciwnikiem za miękko, to



W meczu z Reyer Wenecja najsukuteczniejszym graczem Śląska - obok Ajdina Penavy - był Noah Kirkwood (22 pkt)

drużyna z taką skalą talentu ofensywnego od razu cię ukarze - powiedział trener Ainārs Bagatskis.

Po 5. kolejce BKT EuroCupu Śląsk zajmuje dziewiąte miejsce w tabeli grupy A. W następnej serii spotkań zmierzy się

na wyjeździe z Arisem Saloniki Betsson (5 listopada).

Z kolei w najbliższą niedzielę (godz. 20:00, YouTube: OBL) WKS czeka mecz w Dąbrowie Górniczej z miejscowym MKS-em w ramach 6. kolejki Orlen Basket Ligi. © P

5. KOLEJKA BKT EUROUPU

**Śląsk Wrocław - Umana Reyer Wenecja 92:104 (26:26, 18:21, 27:22, 21:35)**  
**Śląsk:** Kirkwood 22, Penava 22, Gray 20, Coleman-Jones 10, Urbaniak 7, Kulikowski 3, Czerniewicz 2, Sanon 3, Sternicki 3, Leniec 0, Siembiga 0, Wiśniewski 0.  
**Reyer:** Valentine 18, Wiltjer 15, Parks 13, Cole 13, Bowman 10, Tessitori 9, Whealte 8, Horton 8, Nikolic 7, De Nicolao 3, Candi 0.

**Pozostałe mecze grupy A:** Veolia Towers Hamburg - U-BT Cluj-Napoca 76:95, Hapoel Bank Yahav Jerozolima - Aris Saloniki Betsson 103:76, Cedevita Olimpija Lublana - Neptunas Klaipeda 91:94, BAXI Manresa - Bahçeşehir Col-lege Stambul 67:81.

|                       |   |    |     |
|-----------------------|---|----|-----|
| 1. Bahçeşehir Stambul | 5 | 10 | +78 |
| 2. Hapoel Jerozolima  | 5 | 8  | +37 |
| 3. Olimpija Lublana   | 5 | 8  | +24 |
| 4. U-BT Cluj-Napoca   | 5 | 8  | +15 |
| 5. BAXI Manresa       | 5 | 8  | +5  |
| 6. Reyer Wenecja      | 5 | 7  | +9  |
| 7. Neptunas Klaipeda  | 5 | 7  | -23 |
| 8. Aris Saloniki      | 5 | 7  | -29 |
| 9. Śląsk Wrocław      | 5 | 7  | -30 |
| 10. Towers Hamburg    | 5 | 5  | -86 |

**SKOKI** PREZES PZN NIE BĘDZIE NAMAWIAŁ STOCHA DO DALSZEGO SKAKANIA

# Adam Małysz liczy na olimpijski medal we Włoszech i zamierza współdziałać z AWF Katowice

Jacek Sroka  
j.sroka@dz.com.pl

**Rozmowa z Adamem Małyszem, prezesem Polskiego Związku Narciarskiego, byłym medalistą igrzysk olimpijskich i mistrzostw świata, a także 4-krotnym triumfator Pucharu Świata.**

Wydarzeniem ostatniego weekendu był występ w Letniej Grand Prix Kacpra Tomasiaka. 18-letni debiutant z LKS Klimczoka Bystra spisał się najlepiej z Polaków i jako jedyny zajął w Klingenthal miejsce w pierwszej dziesiątce.

Kacper to zawodnik nieprzeciętny. Popatrzmy nie tylko na wyniki, ale też jego reakcje na skoczni. Dzisiaj psychika ma duży wpływ na zawodnika, a on sobie poradził w debiucie w LGP. Miejmy nadzieję, że równie dobrze jak w Klingenthal będzie spisywał się zimą w Pucharze Świata. Takich perełek jak Tomasiak mamy jednak w polskich skokach kilka. Czekaliśmy na nie długo po sukcesach moich, a później Kamila Stocha, Dawida Kubackiego czy Piotrkę Żyły, ale mam nadzieję, że teraz pokażą się z dobrej strony.

**Najważniejszą imprezą sezonu są igrzyska olimpijskie w Mediolanie i Cortinie d'Ampezzo. Z jakimi nadziejami pojedą polscy narciarze do Włoch?**

Po tych wszystkich latach z medalami przywożonymi z igrzysk nie wyobrażam sobie, żeby tych krązków w przyszłym roku nie było. Nie chcę nadmuchiwać balonika, ale nasze oczekiwania związane z tą imprezą są bardzo duże. Tak mówić mi nie tylko serce, ale i głowa. Współpracujemy z prof. Michałem Wilkiem z AWF Katowice, który nie tylko prowadzi badania skoczków, ale też ich trening siłowy, i myślę, że możemy być spokojni, bo pod tym względem poszli mocno do przodu. Atmosfera w kadrze też jest zdecydowanie lepsza. Już to lato pokazało, że do wysokiej formy zaczyna wracać Kamil. Dawid skacze jeszcze w kratkę, Piotrek też, ale myślę, że trzeba dać im trochę czasu. Teraz pojawił się młody Tomasiak. Do rozpoczęcia sezonu zimowego jeszcze mamy kilka



Adam Małysz chce współpracować z AWF Katowice

tygodni i jesteśmy pełni nadziei, że to wszystko zaskoczy. Zmiany sprzętu nie ułatwiły życia Pawłowi Wąskowi, który w poprzednim sezonie był najlepszym z naszych zawodników. On ciągle nie może się odnaleźć w tym wszystkim, ale też ma już przebliski, więc nadzieje na dobry start na igrzyskach trzeba mieć.

**Kamil Stoch zapowiedział, że to będzie jego ostatni sezon. Nie będzie go pan namawiał do zmiany decyzji?**

Nie, bo to jest przede wszystkim jego decyzja i nikt nie może wywierać na niego żadnych nacisków. Sam do zakończenia kariery przygotowałem się dwa lata. Myślę, że to była przemyślana decyzja Kamila i do niej po prostu dojrzał. Jak ją już ogłosił to widział, że psychika się troszkę uwolniła i mówiąc kolokwialnie go „puściło”. Skacze teraz bardziej swobodnie.

**Dobrze byłoby, żeby na swoich ostatnich igrzyskach Kamil znów stanął na podium i sięgnął po piąty olimpijski medal w karierze...**

Oczywiście, że tak, ale nikt nie będzie wywierał na nim presji. Znając Kamila wiem jednak, że będzie mierzył na tych swoich ostatnich igrzyskach bardzo wysoko.

**Puchar Świata ruszy 21 listopada w Lillehammer, ale pol-**

**scy kibice już czekają na zawody w Wiśle. Szykujecie jakieś niespodzianki na skoczni im. Adama Małysza?**

Miejmy nadzieję, że będzie śnieg i nie trzeba będzie robić zawodów hybrydowych, a kibice obejrzą ciekawe konkursy. Po raz drugi będziemy organizować zawody w Mikołajki i to jest okazja, by stworzyć w Wiśle zupełnie inny Puchar Świata niż w listopadowym prologu. To 2-3 tygodnie więcej na przyjęcie zimy i zgromadzenie śniegu, a i atmosfera tego dnia jest szczególna.

**Na początku 2024 roku gościliśmy najlepszych skoczków świata nie tylko w Wiśle i Zakopanem, ale także Szczyrku. Czy powrót do organizacji PolSKI-ego Turnieju jest możliwy?**

Na dziś nie ma takiej możliwości, ale cały czas o tym myślimy, bo takie turnieje mają rację bytu. Zawodnicy nie muszą wówczas tyle podróżować, lecz skaczą w miejscowościach położonych blisko siebie. Wcześniej był pomysł, by zorganizować taką imprezę z Czechami, ale teraz ich skoki przeżywają ciężkie chwile i mają duży problem, żeby się z tego dołka podnieść. Na razie cieszymy się, że Wisła i Zakopane są na stałe w kalendarzu Pucharu Świata i zawsze chcemy zorganizować konkursy w Polsce jak najlepiej.

**Myśli pan nie tylko o najbliższej zimie, ale też kolejnych i chce zreformować szkolenie trenerów narciarskich. Jak zamierza się pan do tego zabrać?**

Dużą krzywdą było uwolnienie tego zawodu. Teraz w zasadzie każdy może być trenerem i nie jest wymagany do tego jakikolwiek papier. Byli zawodnicy chcą szkolić następców, ale nie chodzą na żadne kursy. My dwa lata temu wprowadziliśmy wymóg uczestniczenia w takich szkoleniach jeśli ktoś chciał dostać licencję PZN. Trzeba było zaliczyć odpowiednią liczbę godzin takich zajęć, żeby ta licencja została odnowiona. Spotkało się to na początku z dużą krytyką, bo jak mówiłem nie wszyscy chcą się szkolić, ale też z dużym zainteresowaniem, bo była grupa, która chciała poszerzać swoje umiejętności.

**W tej reformie ma wam pomóc Akademia Wychowania Fizycznego w Katowicach, z którą nawiązaliście właśnie współpracę.**

Mam nadzieję, że kursy i szkolenia organizowane wspólnie z katowickim AWF-em będą się cieszyć dużą popularnością wśród trenerów i dociekamy się nowych szkoleniowców, bo tego narybku trener-skiego jest w polskim narciarstwie bardzo mało. Prawdziwych fachowców też jest zresztą niewielu. W takich skokach narciarskich trenerów z papierami, którzy są po AWF-ie i mają opanowaną nie tylko praktykę, ale i teorię oraz potrafia pisać plany szkoleniowe, jest może 3-4. Oni są w stanie kształcić swoich następców i musimy to wykorzystać. Wybór katowickiej AWF nie był przypadkowy, bo ta uczelnia prowadzi takie kursy od lat i chyba jako jedyna zajmuje się sportami zimowymi mając przy tym odpowiednio zaplecze naukowe.

**Po ilu latach spodziewa się pan owoców tej reformy?**

Pewnie trzeba będzie trochę poczekać na efekty, ale mam nadzieję, że za 5-6 lat nie będzie już w Polsce problemów z trenerami. Coraz mniej dzieci chce uprawiać u nas sport, ale mam nadzieję, że gdy ich prowadzeniem zajmą się odpowiednio wyszkoleni fachowcy, to tych dzieciaków zacznie przybywać. ©©

## Wyplaty w WTA Finals 2025. Takiej kasy jeszcze w historii tenisa nie było

Paweł Wiśniewski  
redakcja@polskapress.pl

**Meczem z Amerykanką Madison Keys (sobota, nie przed godz. 16) Iga Świątek zainauguruje udział w prestiżowym turnieju tenisowym WTA Finals 2025, którego gospodarzem jest Rijad.**

Nasza tenisistka trafiła do Grupy Sereny Williams. Oprócz Madison Keys w tej fazie turnieju zagra jeszcze z inną Amerykanką Amandą Anisimovą i Rosjanką z paszportem Kazachstanu – Jeleną Rybakina.

Z kolei w Grupie Steffi Graf wystąpią: liderka rankingu światowego, Białorusinka Aryna Sabalenka, Amerykanki Coco Gauff i Jessica Pegula oraz Włoszka Jasmine Paolini.

Do półfinałów awansują po dwie najlepsze zawodniczki z każdej z grup. Turniej w „King Saud University Indoor Arena” zakończy się 8 listopada.

**Bilans Igi Świątek:**

● z Madison Keys: 5-2.

Szczególnie bolesną porażkę Polka poniosła w styczniu tego roku w półfinale Australian Open.

● z Amandą Anisimovą: 1-1.

Oba mecze panie rozegrały w tym roku i najpierw Polka rozgromiła rywalkę 6:0, 6:0 w finale Wimbledonu, a następnie Amerykanka zrewanżowała się w ćwierćfinale US Open, wygrywając 6:4, 6:3.

● z Jeleną Rybakina: 6-4.

W tym roku tenisistki spotkały się czterokrotnie i za każdym razem lepsza była Polka.

Już w ubiegłym roku triumfator turnieju kończącego sezon w wykonaniu tenisistek, Coco Gauff, zarobiła w siedem dni oszałamiające 4 805 000 dolarów! To największa premia finansowa w historii kobiecych rozgrywek tenisowych. Nagroda

byłaby wyższa o kolejne 350 000 dolarów, gdyby Amerykanka nie przegrała jednego meczu w fazie grupowej (z Czeszką Barborą Krejčíkovą, co oznaczało wyeliminowanie... Igi Świątek).

Zatem w ubiegłym roku Coco Gauff mogła za zwycięstwo odebrać czek nawet na 5 155 000 dolarów (335 000 \$ za sam udział w turnieju + 1 050 000 \$ za trzy zwycięstwa grupowe – każde „warte” 350 000 \$ + 1 270 000 \$ za zwycięski półfinał + 2 500 000 \$ za zwycięski finał).

Ubiegłoroczna pula nagród wynosiła 15 250 000 USD. W tym roku jest większa o 250 000 \$.

4 805 000 dolarów Amerykanki Coco Gauff to najwyższa jednorazowa wypłata w historii kobiecego tenisa.

Wcześniej rekordzistą był Serb Novak Djoković, wygrywając w hali „Pala Alpitour” w Turynie męski Masters w 2022 roku – zainkasował wówczas 4 740 000 dolarów.

Wśród kobiet największą premią – 4 420 000 dolarów – przypadła Australijce Ashleigh Barty po zwycięstwie w WTA Finals w Shenzhen w 2019 roku.

**Jaka kasa w tym roku?**

Pula nagród wzrosła do 15 500 000 dolarów, z czego singlistki mają do podziału 12 400 000 „zielonych”, a deblistki 3 100 000 dolarów.

Tenisistka, która wygra WTA Finals 2025, będąc niepokonaną w imprezie, może liczyć na rekordową wypłatę 5 235 000 dolarów!!! Oto składowe tej premii:

● 340 000 \$ za sam udział;

● 355 000 \$ za każdą wygraną grupową (w sumie 1 065 000 \$);

● 1 290 000 \$ za wygrany półfinał,

● 2 540 000 \$ za wygrany finał.

W przypadku wygrania zawodów, ale z jedną porażką grupową, najlepsza tenisistka zainkasuje 4 880 000 dolarów...

©P



Iga Świątek wygrała turniej WTA Finals w 2023 roku w Cancún. Na korcie zarobiła dotychczas 42 945 490 \$

**NOC POLITECHNIKI**

Politechnika Wrocławska

**WEHIKUŁ CZASU**

**7 listopada 2025 r.**

**warsztaty ● pokazy ● laboratoria**

Więcej na: **[pwr.edu.pl/noc-politechniki](http://pwr.edu.pl/noc-politechniki)**