

MAGAZYN

● W świecie PRL-owskiej opozycji ważną rolę stanowiły lokale STR. 11



ANDRZEJ SIKOROWSKI
- POSZEDŁ NA KONKURS
PIOSENKI I... WYGRAŁ
STR. 16-17

● Kapral Yokoi, przekonany, że wojna z Amerykanami wciąż trwa, ukrywał się w dżungli do 24 stycznia 1972 r. STR. 19

EXPRESS

ilustrowany



W CO PAKOWAĆ ŻYWNOSĆ?

● Na zakupy zabierajmy opakowania z materiałów naturalnych STR. 15

PRZED NAMI ŁÓDZKA SYBERIADA!

**TEMPERATURA
W DZIEŃ SPADNIE
W ŁODZI DO
KILKUNASTU STOPNI
PONIZEJ ZERA.
WEDŁUG
SYNOPTYKÓW,
NAJBLIŻSZE
DNI BĘDĄ
NAJMROŹNIEJSZE
TEJ ZIMY!** STR. 2

**OD PONIEDZIAŁKU
W „EXPRESSIE”
HOROSKOP
ZODIAKALNY
NA 2026 ROK**

GÓRY

**400 METRÓW,
KTÓRE
NAUCZYŁY GO
POKORY** STR. 23



**SERIAL „NIEBO”
TO NIE FIKCJA.
SEKTY BYŁY, SA
I BĘDĄ** STR. 24-25

ZWIERZĘTA

**SMUTNA
SCHRONISKOWA
RZECZYWITOŚĆ?** STR. 12-13

ZAGROŻENIA

**JEDENASTOLATKI
NA INSTAGRAMIE** STR. 14

EXPRESSOWO

Kobieta została ukarana mandatem 2,5 tys. zł.

FOT. POLICJA

ŁÓDŹ KALISKA Myślała, że schody prowadzą na parking

Mandatem 2,5 tys. zł została ukarana 35-letnia kierująca land roverem, która wczoraj ok. godz. 10.30 wjechała do... przejścia podziemnego na dworcu Łódź Kaliska. Kobieta była przekonana, że to podziemny parking. 35-letnia mieszkanka jednej z miejscowości pod Warszawą przyjechała do Łodzi na zawody jeździeckie „Cavaliada”, które odbywały się wczoraj w Atlas Arenie. Chciała zostawić auto w bezpiecznym miejscu, dlatego – gdy zobaczyła schody prowadzące w dół (znajdujące się na dworcu Łódź Kaliska) – pomyślała, że to parking podziemny. Włączyła kierunkowskaz, przepuściła pieszych idących

po chodniku i zjechała land roverem po schodach. Zatrzymała pojazd po kilku metrach prawdopodobnie zdając sobie sprawę, że znajduje się w przejściu podziemnym prowadzącym na perony. Niebawem na miejsce przyjechali policjanci, którzy ukarali kobietę słonym mandatem. Kobieta okazała skruchę i wyjechała autem – po schodach – na al. Unii.

– To zdarzenie pokazuje, jak ważne jest zwracanie uwagi na oznakowanie drogowe oraz stosowanie się do obowiązujących przepisów, szczególnie w nieznanym terenie. Chwila nieuwagi może prowadzić do niebezpiecznych i kosztownych konsekwencji – komentuje asp. Kamila Sowińska z Komendy Miejskiej Policji w Łodzi.

(LS)



Tędy 32-latką wjechała na zejście na perony.

FOT. POLICJA

Bląkała się na Zjazdowej. Kto ją rozpoznaje?

Ta 7-miesięczna kotka została znaleziona na ul. Zjazdowej. 27 stycznia trafiła do łódzkiego schroniska dla zwierząt. Waży 2,8 kg. Czipa brak. Jej właściciel lub osoba, która chciałaby ją przygarnąć, może zadzwonić pod numery telefonów: 501 437 232, 724 402 447 lub 500 099 995.



FOT. SCHRONISKO-ŁÓDŹ.PL

Przed nami weekend syberyjskich mrozów

Z napływem arktycznego powietrza z północnego-wschodu temperatura w dzień spadnie w Łodzi do kilkunastu stopni poniżej zera. Według synoptyków, najbliższe dni będą najmroźniejsze tej zimy.

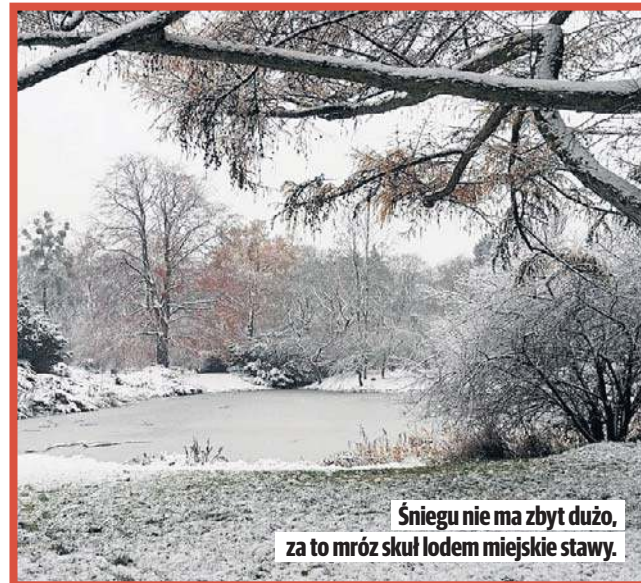
Magdalena Rubaszewska

Jeszcze dziś temperatura w centralnej Polsce będzie do wytrzymania, w dzień w Łodzi wyniesie minus 4 stopnie. Ale w nocy z piątku na sobotę ma być już minus 11 stopni, a w nocy z soboty na niedzielę słupki rtęci w termometrach mają spaść do minus 18 stopni!

W sobotę, 31 stycznia, termometry wskażą maksymalnie minus 9 stopni, w niedzielę, 1 lutego – minus 11. Mróz potrzyma do poniedziałku, 2 lutego. Instytut Meteorologii i Gospodarki Wodnej w Warszawie prognozuje tego dnia minus 10 stopni. Trzeba liczyć się, że odczuwalna temperatura może być o kilka stopni niższa.

Od wtorku ma być cieplej, ale prognozy na kilka dni do przodu obciążone są dużym ryzykiem.

– Pogoda tej zimy jest tak zmienna, dynamiczna, że trudno przewidzieć, kiedy mrozy się skończą. Jednego dnia temperatura wynosi dwa, trzy stopnie poniżej zera, a następnego już kilkanaście – mówi Zdzisław Cyganiak, wielo-



Śniegu nie ma zbyt dużo, za to mróz skuli lodem miejskie stawy.

FOT. GRZEGORZ GALASINSKI

letni obserwator pogody z Wartkowic w pow. poddębickim. – Być może słaba to pociecha, ale mroźne będą, trzy, cztery najbliższe dni. Podczas gdy w zimy w latach 80. i 90. ubiegłego wieku kilkunastostopniowy mróz trzymał dwa, trzy tygodnie.

I chociaż na łódzkich osiedlach, w parkach, miejskich lasach słychać coraz donośniej-

szy śpiew ptaków, a najgłośniejszym odzywają się sikory, to nie oznacza to końca zimy i nadejścia co najmniej przedwiośnia.

– Na cieplejsze dni, z dodatnią temperaturą trzeba poczekać co najmniej do połowy lutego. Wtedy zima skończy się bezpowrotnie, a wiosna będzie wczesna – prognozuje Zdzisław Cyganiak.

Temperatura w Łodzi

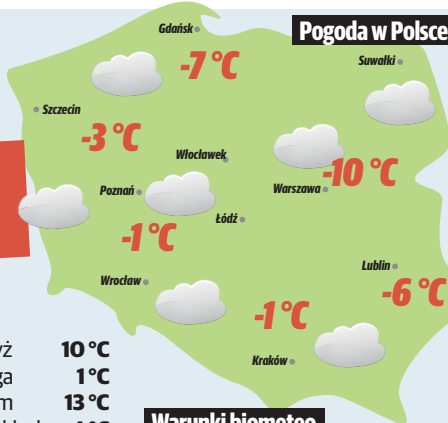
dzień **-4°C**
noc **-11°C**

Uczucie zimna może potęgować wschodni wiatr.

Dzisiaj w Europie

Ateny	15°C	Paryż	10°C
Berlin	-1°C	Praga	1°C
Bruksela	7°C	Rzym	13°C
Dublin	9°C	Sztokholm	-4°C
Helsinki	-13°C	Wiedeń	4°C
Londyn	10°C	Wilno	-14°C
Madryt	9°C	Zagrzeb	7°C

Pogoda w Polsce



Warunki biometeo

TAKIE SOBIE

Pogoda dla Łodzi na trzy dni

Sobota

dzień **-9°C**
noc **-18°C**

Niedziela

dzień **-11°C**
noc **-18°C**

Poniedziałek

dzień **-10°C**
noc **-15°C**

Z POLICJI

32-latką trafiła do aresztu

GROZIŁA NOŻEM TAKSÓWKARZOWI



Lila Sayed

20 lat więzienia grozi 32-letniej kobiecie, która groziła nożem 22-letniemu taksówkarzowi i zmusiła go do oddania 20 zł. W Prokuraturze Rejonowej Łódź-Widzew usłyszała zarzuty rozbójni kwalifikowanego i zmuszenia innej osoby przemocą do podjęcia czynności.

Podczas przesłuchania mówiła, że niczego nie pamięta, a przyznała się, bo całe zajście nagryła kamera w taksówce.

– Prokurator zdecydował o skierowaniu do sądu wniosku o zastosowanie tymczasowego aresztowania – informuje Paweł Jasiak, rzecznik Prokuratury Okręgowej w Łodzi.

Do szokującej sytuacji doszło 26 stycznia ok. godz. 22. Pijana 32-latką zamówiła przez aplikację usługę Ubera. Gdy taksówka przyjechała, poprosiła o kurs na Widzew. Gdy 22-letni kierowca podał kwotę, którą pasażerka będzie musiała mu zapłacić za przejazd – 100 zł, 32-latką powiedziała, że może dać tylko 20 zł. W związku z tym 22-letni Ukrainiec odmówił wykonania przejazdu. Kobieta zaczęła się awanturować, nie chciała wyjść z samochodu.

– W końcu wyciągnęła nóż kuchenny, który przystawiła kierowcy do szyi i prawego ramienia (uszkadzając jego odzież). Jednocześnie podejrzana zabrała mu 20 zł – dodaje prokurator Jasiak.

Agresywna i wulgarna 32-latką kazała zniszczyć taksówkarzowi dwa telefony. Wpadła w furję, bo wezwał policję. W końcu taksówkarzowi udało się wykorzystać jej nieuwagę i uciec z pojazdu. 32-latką została zatrzymana następnego dnia. Nagranie z taksówki trafiło do internetu i było szeroko komentowane w mediach społecznościowych.

AUTOPROMOCJA

0010990275

Zamów prenumeratę

Express Ilustrowany ☎ **42 715 80 68**
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.expressilustrowany.pl

EXPRESS
ilustrowany

www.expressilustrowany.pl
e-mail: express@express.lodz.pl

REDAKCJA 90-532 Łódź, ul. ks. I. Skorupki 17/19
Redaktor naczelny Marek Krzciuk
Sekretariat 42 66 59 300
BIURO REKLAMY Polska Press Sp. z o.o. Oddział Biuro Reklamy w Warszawie Filia Łódź, ul. ks. I. Skorupki 17/19, 90-532 Łódź, tel. 6659-400.

Ogłoszenia na telefon
0-800 47-28-52. Adresy i telefony biur ogłoszeń na stronach ogłoszeniowych

WYDAWCA Polska Press Sp. z o.o.
Warszawa 02-672, ul. Domaniewska 45

Prezes Zarządu Polska Press Grupy Zenon Nowak
Prezes Makroregionu Aneta Sarga-Burtan
Dyrektor sprzedaży makroregionu Anna Gałuszka
tel. 502 49 92 57
Marketing Paweł Biernacki
Patronaty: patronaty.lodzkie@polskapress.pl

Projekt graficzny Tomasz Bocheński
Biuro Prasowe: biuroprasowe@polskapress.pl
Biuro Konsumenta PPG,
e-mail: biurokonsumenta@polskapress.pl, tel. 12 688 85 10
DRUK Drukarnia ZPR Media S.A.,
04-190 Warszawa, ul. Jubilerska 10

POLSKA PRESS GRUPA



Prenumerata z dostawą do domu:
bok.prenumerata@polskapress.pl, tel. 42 715 80 68
Garmond: prenumerata dla klientów indywidualnych
prenumerataprasy@poczta.pl, tel. 12 422 14 85;
dla firm i instytucji: prenumerataprasy@garmondpress.pl
Kolporter: prenumerata wyłącznie dla firm i instytucji
www.prenumerata.kolporter.com.pl, tel. 41 367 88 88;
Poczta Polska: www.prenumerata.poczta-polska.pl,
lub w najbliższym urzędzie pocztowym.

©/® – umieszczenie takich dwóch znaków przy artykule, w szczególności przy aktualnym artykule, oznacza możliwość jego dalszego rozpowszechniania tylko i wyłącznie po uzyskaniu zgody z cennikiem zamieszczonym na stronie <http://www.expressilustrowany.pl/tresci> i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

Pierwsze takie walentynki w M1 Łódź. Silver Potańcówka z legendarną DJ Wiką

- Tegoroczne Walentynki w M1 Łódź to coś innego, świeżego i zaspokajającego proste ludzkie potrzeby! Poprzez Silver Potańcówkę z legendarną DJ Wiką chcemy realnie przeciwdziałać wszechobecnej, postępującej samotności, która dotyka nie tylko seniorów, ale i młodsze pokolenia. Dlatego zapraszamy wszystkich - od Gen Z po Baby Boomersów, bo na parkiecie przy ponadczasowych hitach, wszyscy będziemy bawić się jak jedna wielka ekipa! - zaprasza Aleksandra Kruk, dyrektor tego centrum handlowego przy ul. Brzezińskiej.

Magdalena Rubaszewska

Ta świetnie zapowiadająca się zabawa odbędzie się w walentynki, w sobotę 14 lutego w M1 Łódź. Część centrum zamieni się w salę taneczną, a za konsolą zasiądzie DJ Wika, która od lat udowadnia, że aktywne, bogate i dobre życie można mieć niezależnie od metryki. A przekonuje

do tego innych z pomocą proponowanej muzyki.

- Nowe otwarcia w naszym centrum, takie jak HalfPrice, Itaka czy nowoczesny Rossmann, idą u nas w parze z nowościami programowymi. Chcemy być bliskim, sąsiedzkim punktem na mapie Łodzi. Silver Potańcówka to dopiero początek. W tym roku planujemy zorganizować m.in. Złot Przyczep Niewiadów oraz Fe-

stiwal Czeskich Burgerów. Chcemy, by u nas zawsze działało się coś innego i wartościowego dla społeczności lokalnej - dodaje dyrektor Aleksandra Kruk.

M1 Łódź przy ul. Brzezińskiej w Łodzi funkcjonuje nie tylko w strefie handlu. Od dawna występuje z nowymi pomysłami, imprezami, inicjatywami skierowanymi do mieszkańców.

- Jako sieć pierwszych centrów handlowych w Polsce, z blisko 30-letnią historią, społeczną odpowiedzialność biznesu niezmiennie definiujemy jako realne działania odpowiadające na aktualne potrzeby naszych społeczności. Na przykład poprzez taką Silver Potańcówkę jako działanie tworzące relacje z dobrą zabawą w tle - mówi Aleksandra Kruk.



Aleksandra Kruk, dyrektor centrum handlowego M1

MATERIAŁ INFORMACYJNY ORLEN

Morskie wiatraki pod lupą

W tym roku na Bałtyku znacznie działać pierwsza polska morska farma wiatrowa - Baltic Power. To ważny krok w rozwoju krajowej energetyki i projekt, który budzi duże zainteresowanie. Wraz z nim pojawia się wiele obiegowych opinii. Sprawdzamy, które z nich mają potwierdzenie w faktach, a które są tylko mitami - oraz co morska energetyka wiatrowa oznacza dla gospodarki, środowiska i odbiorców energii.

Czy morska energetyka wiatrowa jest stabilna i efektywna?

Zanim wyznaczyć się lokalizację morskich farm wiatrowych, prowadzone są wielomiesięczne badania wietrzności. Pozwalają sprawdzić, jak zmieniają się warunki w różnych porach roku i czy dana lokalizacja jest stabilna oraz opłacalna. Dlatego opinie niestabilności morskiej energetyki trudno uznać za uzasadnione. W rzeczywistości warunki na morzu są bardziej przewidywalne niż na lądzie, a nowoczesne turbiny mogą być nawet dwa razy bardziej wydajne niż lądowe. Nie ma też ryzyka, żeby turbiny „kradły sobie wiatr”. Takie kwestie są eliminowane już na etapie

projektu, m.in. dzięki odpowiednim odległościom. Stabilny i mocny wiatr na morzu umożliwia produkcję dużej ilości energii przez większość roku. Dlatego Baltic Power nie zastąpi w całości dotychczasowych źródeł energii, ale jest ważnym elementem miksu energetycznego.

Z punktu widzenia fizyki, nie ma też możliwości, aby energia, która pochodzi z farm wiatrowych - morskich i lądowych - była słabsza niż ta z elektrowni węglowych. Elektryczność dostarczana do gniazdek odbiorców są identyczne, niezależnie od miejsca wytworzenia.

Koszty prądu z morskich elektrowni wiatrowych

Często podnoszony argument o wysokich kosztach morskiej energetyki wymaga rozróżnienia dwóch perspektyw. Pierwsza to cena energii dla odbiorcy. Gdyby Baltic Power już dziś dostarczała prąd do sieci, jego cena byłaby o około 10 proc. niższa niż ta notowana na rynku SPOT. Drugi poziom to bilans dla całej gospodarki - nowe miejsca pracy, rozwój krajowego przemysłu, napływ kapitału oraz uniknięcie emisji, które zmniejszają koszty związane z opłatami klima-

tycznymi. Przykładem jest fabryka gondoli turbin Vestas w Szczecinie.

Skąd naprawdę pochodzą turbiny Baltic Power?

Wokół inwestycji pojawił się także mit o wykorzystywaniu „użytych turbin z Niemiec”. W rzeczywistości takie rozwiązanie nie wchodzi w grę. Turbiny są projektowane od podstaw pod konkretne warunki lokalizacji i nie mogą być przenoszone z jednej farmy na drugą. W Baltic Power zastosowano nowe turbiny duńskiego producenta Vestas, a ich kluczowe elementy - gondole - produkowane są w Szczecinie. To przykład tego, jak globalna technologia zaczyna być realnie osadzona w polskim przemyśle.

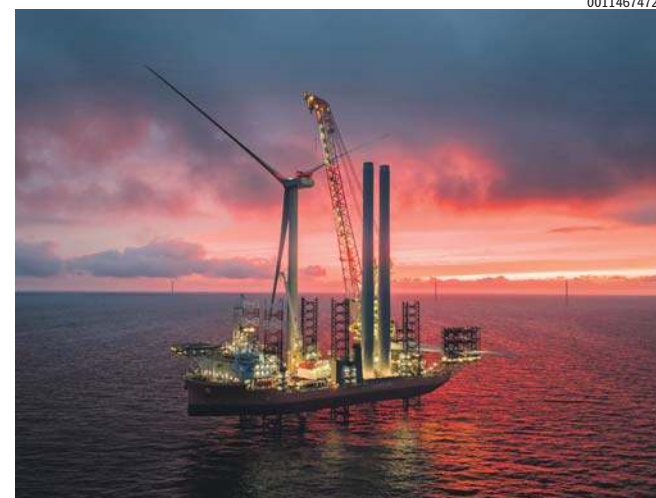
Baltic Power a turystyka, środowisko i lokalne społeczności

Obawy dotyczące wpływu farm wiatrowych na turystykę i środowisko naturalne pojawiają się niemal zawsze. Tymczasem Baltic Power powstaje aż 23 km od brzegu, co oznacza, że turbiny dla wypoczywających na plażach turystów będą ledwo widoczne. Ich pracy nie będzie słychać z plaży. To oznacza, że obecność

farm nie wpłynie na ich doświadczenia, a finalnie na ruch turystyczny w pobliskich miejscowościach. Co więcej, inwestycja nie koliduje też z miejscami uwielbianymi przez windsurferów czy kitesurferów, którzy coraz chętniej wybierają właśnie polskie wybrzeże jako swój kierunek.

Nie tylko turyści są w tej inwestycji brani pod uwagę. Na etapie budowy projekt objęty jest szczegółowymi badaniami środowiskowymi, a prace na morzu monitorują wyspecjalizowane jednostki. Stosowane są rozwiązania m.in. ograniczające hałas pod wodą w trakcie instalacji fundamentów, takie jak kurtyny powietrzne, które chronią życie morskie oraz zapewniają komfort życia mieszkańców. Na farmie będzie również zainstalowany monitoring ruchu ptaków migrujących. Jak to działa? Jeśli radar wykryje stado ptaków zbliżających się do turbin, system na czas ich spodziewanego przelotu wstrzyma pracę turbiny, by ptaki mogły bezpiecznie przelecieć przez teren farmy.

Projekt od początku rozwijany jest też w dialogu z branżą rybacką. Z początkiem 2026 wystartowała druga runda naboru wniosków



o rekompensaty dla rybaków, których działalność została ograniczona w trakcie prac instalacyjnych, wyprzedzając obowiązujące regulacje.

Kto korzystana energii z morza?

Choć morska energetyka wiatrowa to sektor o międzynarodowym charakterze, w Baltic Power znaczący udział mają polskie firmy. Lokalny wkład do projektu wynosi co najmniej 21 proc. w całym cyklu życia farmy - od projektowania i budowy, po 30 lat eksploatacji. W Polsce wyprodukowano elementy konstrukcyjne, gondole, części turbin, kable lądowe, komponenty stacji elektroenergetycznych, a krajowe firmy odpowiadały za budowę lądo-

wej stacji elektroenergetycznej w gm. Choczewo i bazy serwisowej w Łebie. Zapewniały także usługi logistyczne, transportowe, realizowały badania geotechniczne.

Baltic Power nie jest więc jedynie inwestycją energetyczną. To projekt, który realnie wzmacnia bezpieczeństwo energetyczne Polski, wspiera rozwój nowego przemysłu i sprzyja długofalowej stabilizacji cen energii - niezależnie od narracji krążących dziś w debacie publicznej. Co więcej, Baltic Power to dopiero pierwszy projekt tego typu w naszym kraju. Jego moc - blisko 1,2 GW - to ważny krok, a potencjał polskiej części Bałtyku sięga nawet ponad 30 GW, z czego na 18 GW są już przyznane koncesje.

Z wiatrem i pod wiatr - jubileusz Pędziwiatrów

Jubileuszowym koncertem w Teatrze Muzycznym w Łodzi Pędziwiatry świętowały 40-lecie działalności. To było barwne, starannie przygotowane widowisko.

Magdalena Jach

Jubileuszowym koncertem w Teatrze Muzycznym w Łodzi Pędziwiatry świętowały w miniony poniedziałek 40-lecie działalności.

Było to nie tylko podsumowaniem czterech dekad działalności zespołu, ale także okazją do przedstawienia publikacji poświęconej jego historii – „Z wiatrem i pod wiatr”. Publiczność doskonale bawiła się oglądając barwne, starannie przygotowane widowisko: dopracowane choreografie, efektowne kostiumy, rekwizyty – a nade wszystko podziwiała dzieci i ich artystyczną energię i wrażliwość.

Zespół powołany przez Halinę Pędziwiatr-Karbowską od początku łączył ambicję artystyczną z wrażliwością na potrzeby dzieci i młodzieży. Jego znakiem rozpoznawczym jest własny, starannie budowany repertuar, współpraca z uznanymi kompozytorami i autorami oraz inspiracje polskim folklorem i tradycją miejską.

„Pędziwiatry” reprezentowały Łódź na najważniejszych



scenach w kraju i za granicą, zdobywając prestiżowe nagrody i tytuły mistrzowskie. Jubileuszowy koncert był okazją do podsumowań, wspomnień i wzruszeń. Był też okazją do podziękowań i przedstawienia planów zespołu.

Na co dzień siedzibą Pędziwiatrów jest Szkoła Podstawowa nr 34 przy ul. Ćwiklińskiej na Widzewie Wschodzie.



Do puszek WOŚP zebrano mniej niż rok temu

Podczas 34. finału WOŚP w sztabach w Łodzi zebrano 3,24 mln zł. To mniej niż rok temu. Jednak trwają jeszcze licytacje fantów. Ubiegłorocznego rekordu nie udało się pobić, mimo że wolontariuszy było więcej i wielu z nich udało się zebrać bardzo dużo datków.

Matylda Witkowska

W tym roku w czasie finału Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy w Łodzi zebrano 3.240.520,46 zł. Do podsumowania wliczono kwoty w puszkach i e-skarbonkach 11 łódzkich sztabów (2.318.520 zł) i 922 tys. zł, za które łódzka firma wylicytowała jedno ze złotych serduszek WOŚP.

To mniej o blisko 40 tys. zł niż rok temu, kiedy tuż po finale doliczono się ponad 3 mln 380 tys. zł, w tym 2 mln 280 tys. z puszek i skarbonek oraz 1 mln zł za serduszek od Biogenu. Ubiegłorocznego rekordu nie udało się pobić nawet mimo większej liczby wolontariuszy - w tym finale w Łodzi było ich 1,7 tys., a rok wcześniej 1460.

Jednak sztaby są zadowolone. Największy łódzki sztab przy Manufakturze zebrał 1,03 mln zł.

- Milion złotych to naprawdę dobra kwota - cieszy się Monika Langner, rzeczniczka Manufaktury.

Życiowy rekord pobił natomiast wolontariusz nr 001 sztabu straży miejskiej - łódzki społecznik Przemysław Ledzian. Pod Biedronką na Olechowie zebrał 19,1 tys. zł.

- Jestem mega zadowolony, bo to mój rekord życiowy. W zeszłym roku zebrałem ponad 7 tys. zł, a mój poprzedni rekord to 12 tys. zł. Przyjeżdża-



Po 34. finale WOŚP wolontariusze i sztaby są zadowolone ze zbiórki. W tym roku w Łodzi wolontariuszy było 1,7 tys.



KRZYSZTOF SZYMCAK

li do mnie ludzie z całego miasta, a nawet ze Zgierza. Przynosili mi słodycze, herbatę, rękawiczki - mówi Przemek Ledzian.

3,24 mln zł nie jest jeszcze ostateczną kwotą. Nadal trwają bowiem licytacje fantów na portalu Allegro. Na przykład płaszcz komika Rafała Pacześnia od sztabu WOŚP Łódź osiągnął w tym tygodniu kwotę 9999 zł, a zwiedzanie Sejmu z łódzką posłanką Aleksandrą Wiśniewską-Uznańską miało

8800 zł. Aukcje trwać będą jeszcze około tygodnia.

W tym roku Orkiestra zbiera na „zdrowe brzuszki naszych dzieci”, a zebrane pieniądze trafią na wsparcie gastroenterologii dziecięcej. Na nowy sprzęt do badań i leczenia przewodów pokarmowych u dzieci liczą także łódzkie oddziały szpitalne: lekarze z Instytutu Centrum Zdrowia

Matki Polki w Łodzi mają nadzieję m.in. na sprzęt do rentgena, a personel Uniwersyteckiego Centrum Pediatrii z ulicy Spornej w Łodzi marzy o endosonografii.

REKLAMA

Gwiazdy na koncercie walentynkowym w Łodzi!

Ania Karwan, Paulina Przybysz czy Wiktor Dyduła - to tylko część składu artystycznego walentynkowego koncertu, który odbędzie się 14 lutego w łódzkim Klubie Wytwornia. „Rytm Ziemi”, bo tak brzmi jego tytuł, to spektakl muzyczny opowiadający o ekologii i miłości do ziemi.

Nieco przewrotna celebrowanie święta miłości skłania do spojrzenia na otaczające nas środowisko przez pryzmat emocji i uczuć. Podczas walentynkowego wieczoru połączą się żywioły muzyki i najlepszej poezji,

a wszystko w aranżacji producenta muzycznego, aranżera i kompozytora **Kamila Patera**, kierownika muzycznego tegorocznej Orkiestry **Męskiego Grania**.

Specjalnie na tę okazję swoje siły połączą wspaniali wokaliści: **Paulina Przybysz, Natalia Grosiak, Wiktor Dyduła, Ania Karwan, Dawid Tyszkowski**, a także folkowy zespół **SVAHY**.

Koncert poprowadzi aktorka Teatru Nowego w Łodzi - Paulina Walendziak.

Bilety dostępne na stronie: www.empikbilety.pl lub www.wytwornia.pl



0011470016

PCL MANAGEMENT

WYTWÓRNI

14.02.26

KONCERT WALENTYNKOWY

RYTM ZIEMI

**PAULINA PRZYBYSZ
WIKTOR DYDUŁA
DAWID TYSZKOWSKI
NATALIA GROSIK
ANIA KARWAN
SVAHY**

**ZESPÓŁ POD KIEROWNICTWEM
KAMILA PATERA**

PROWADZENIE: PAULINA WALENDZIAK
KLUB WYTWÓRNI
BILETY NA EMPIK.COM





Od jutra uczniowie mają wolne.
Ferie potrwają do 15 lutego.

Wielkopolska i Lutomierska doczekają się nowego asfaltu, ale Trasy nie będzie

Jeszcze dziś można zgłaszać dzieci na półkolonie

Magdalena Jach

W 50 szkołach i placówkach oświatowych przygotowano 4,2 tys. miejsc na półkoloniach dla uczniów klas I-VI szkół podstawowych zamieszkałych w Łodzi. Zapisy prowadzone były przez internet. Rodzice, którzy chcieliby zapisać swoje pociechy na pozostałe wolne miejsca, mogą to zrobić dziś bezpośrednio w placówkach.

Bogaty program zaplanowało Centrum Nauki i Techniki EC1. Uczestnicy półkolonii wezmą udział w zajęciach integracyjnych i ruchowych, grach terenowych i zwiedzą stałe wystawy (poświęcone energii, rozwojowi cywilizacji) oraz strefę Międzynarodowej Stacji Kosmicznej. W programie są także warsztaty filmowe Narodowego Centrum Kultury Filmowej, zajęcia w Centrum Komiksu i Narracji Interaktywnej, seanse w Planetarium i Kinie Sferycznym, turnieje gier planszowych i wizyty na Ulicy Żywiółów.

Na kosmiczną przygodę zaprasza Miejska Strefa Kultury. Tegoroczne półkolonie odbywają się pod hasłem „Ferionaucci MSK – wszyscy na pokład!”. Dzieci wcielą się w rolę młodych odkrywców i astronautów. Będą artystyczne laboratoria, teatralne improwizacje, muzyczne eksperymenty i zajęcia ruchowe. Program został pomyślany tak, by łączyć zabawę z kreatywnością i rozwijaniem wyobraźni, a nad bezpieczeństwem uczestników czuwać będą animatorzy i artyści.

Zimowe półkolonie są zaplanowane w Orientarium. Będzie okazja zajrzeć za kulisy zoo, poznać zwierzęta z bliska i dowiedzieć się, jak wygląda praca opiekunów i weterynarzy. Dzieci wezmą udział w zabawach terenowych, spotkaniach edukacyjnych i tworzeniu zabawek dla zwierząt.

Aktywną alternatywą są „Ferie na Fali”. Od poniedziałku do piątku w godz. 7-17 uczestnicy będą brać udział w intensywnych szkoleniach pływackich, nauce nurkowania, podstawach ratownictwa, grach i zabawach integracyjnych.

Wszystkie miejskie półkolonie mają charakter zorganizowanego wypoczynku zgłoszonego do kuratorium oświaty, a opiekę nad uczestnikami sprawuje wykwalifikowana kadra. W cenie zapewniono całodzienne wyżywienie i ubezpieczenie. Pełna lista na stronie internetowej uml.lodz.pl.

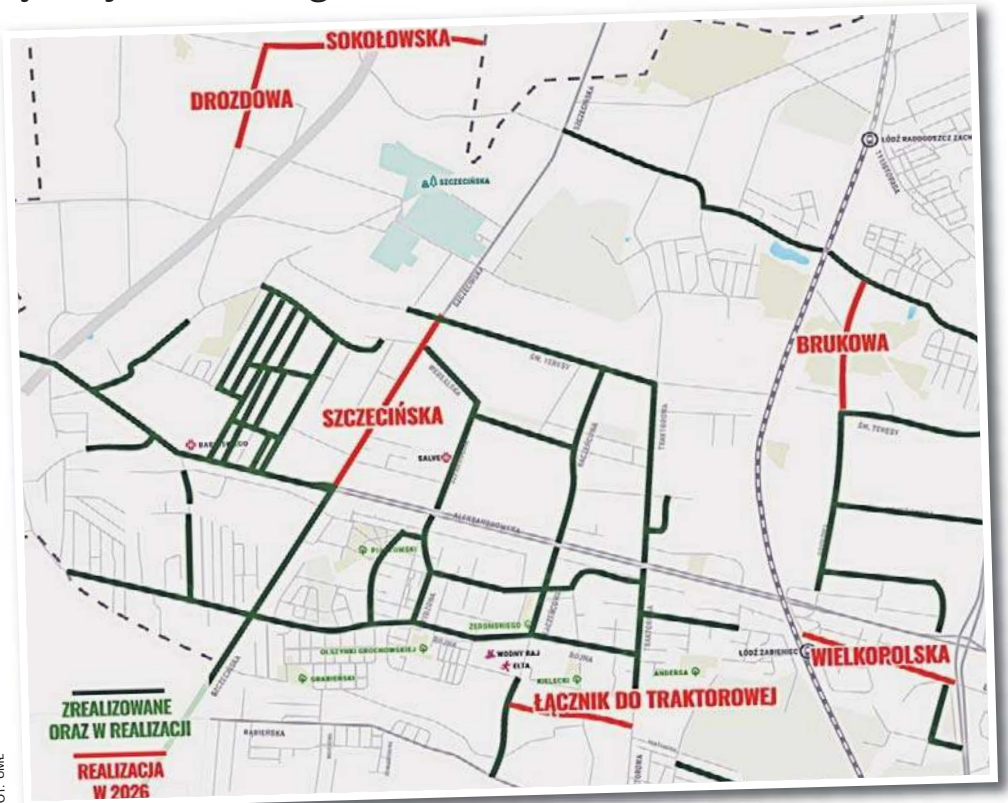
Jacek Zemła

Trasa Wojska Polskiego pozostanie w planach, choć bardzo by się przydała już teraz. W założeniach miała połączyć Teofilów z pl. Kościelnym i dalej ul. Wojska Polskiego (stąd nazwa).

Dziś wiadomo, że z tych planów niewiele wyniknie, bo zabudowano korytarz, którym droga ta miała przebiegać. Ale wciąż realne jest połączenie nowej ul. Szczecińskiej z al. Włókniarzy. Czekają na to mieszkańcy Teofilowa, Złotna i kierowcy korzystający z trasy S14.

Na razie nie planujemy dalszej budowy Trasy Wojska Polskiego, ale łącznik ul. Kaczeńcowej z Traktorową przebiegać będzie w korytarzu zarezerwowanym pod tę drogę i może stać się początkiem jej budowy – daje pewne nadzieje Tomasz Piotrowski, wiceprezydent Łodzi.

Z rzeczy bardziej realnych pozostają zaplanowane na ten rok remonty ulic na osiedlu Wielkopolska - Teofilów. Nowe jezdnie i chodniki pojawią się na kolejnym odcinku ul. Szczecińskiej – od Aleksandrowskiej do św. Teresy, na całej długości ul. Wielkopolskiej oraz na Lutomierskiej od Czarnkowskiej do Klonowej.



Drogowcy mają pojawić się również na ul. Brukowej, Drozdowej i Sokołowskiej, gdzie ułożą nowe asfaltowe nawierzchnie.

W minionym roku na Bałutach wyremontowano pierw-

szy odcinek ul. Szczecińskiej a nowe nawierzchnie zyskały ul. Tatarszyna, Spadkowa, Zagonowa oraz Hektarowa. Niebawem oddane zostaną kolejne ulice, których remonty rozpoczęły się w 2025 r. Na finiszu są remonty

ul. Wersalskiej i Szparagowej oraz Łanowej. Latem oddany do użytku zostanie kolejny odcinek ul. Szczecińskiej (Rąbieńska - granica miasta) oraz przedłużenie ul. Kaczeńcowej do Rąbieńskiej.

REKLAMA

0011456872

H. SKRZYDLEWSKA

- Kompleksowa organizacja pogrzebów
- Całodobowy transport zmarłych
- Kwiaty, wieńce, oprawa muzyczna
- Wsparcie formalne i doradztwo
- Własne krematoria
- Międzynarodowy transport zmarłych

Całodobowo: 42 672 33 33

800 672 333

Tradycja • Rzetelność • Profesjonalizm



REKLAMA

0011457249

AUTOPROMOCJA

Nekrologi i kondolencje zlećisz

osobiście w Biurze Ogłoszeń,
Łódź, ul. ks. Skorupki 17/19

Zadzwoń

502 499 119, 502 499 127

lub przez **internetowe biuro**
ibo.polskapress.pl

Nekrologi i kondolencje ukazują się w prasie
oraz w serwisie nekrologi.net

Kondolencje i nekrologi w Twojej gazecie
przez Internetowe Biuro Ogłoszeń,
bez wychodzenia z domu

Tutaj zlećisz ogłoszenie

ibo.polskapress.pl

Łódzcy ornitolodzy policzyli ptaki

Niespodzianki nad Nerem. Wodne ptaki, zwykle odlatujące w cieplejsze rejony zimą w pobliżu Grupowej Oczyszczalni Ścieków, bo płynąca tam rzeka nie zamarza.

Magdalena Rubaszewska

Do centrali Ogólnopolskiego Towarzystwa Ochrony Ptaków w Warszawie spływają dane od uczestników Ptasiej Godzinki, tegorocznej akcji liczenia przedstawicieli skrzydlatej fauny, w tym także występującej w Łodzi.

Ornitolodzy z Uniwersytetu Łódzkiego również wyruszają w teren - bo zima to najlepszy czas na liczenie - by sprawdzić, ile ptaków żyje w mieście i poza nim. Ostatnio zajęli się gatunkami związanymi z wodnym środowiskiem. I oto sensacja! W granicach Łodzi wypatrzyli bowiem ptaki, których w centralnej Polsce raczej się nie spotyka.

W dolinie Neru między Łodzią a Konstantynowem, w rejonie Grupowej Oczyszczalni Ścieków zauważyli rzadkiego bielaczka, tracze nurogęsi, cyraneczki, czyli ptaki z rodziny kaczkowatych. A krakwy, także kaczki, to już całkowite zaskoczenie, bo rzadko zimują w Polsce.

- W tym miejscu, w szuwarach przy brzegu zaobserwowaliśmy także wodniki, perkozka i kokoszkę wodną, zwaną też kurką wodną. To bardzo skryte ptaki - mówi Tomasz Janiszewski, ornitolog z łódzkiej uczelni.

Dlaczego te ptaki, bytujące na rozległych, wodnych przestrzeniach, zatrzymały się w Łodzi, niezbyt bogatej w ta-

kie środowisko? Być może były w drodze, a tegoroczna zima je zaskoczyła.

- Rzeki i stawy pokryły się lodem, a w tym miejscu Ner nie zamarza, ponieważ woda wypuszczana z oczyszczalni po procesach oczyszczania ma wyższą temperaturę. Powstała więc ostoja, w rzece żyją ryby. Ptaki znalazły dogodny miejsce do przetrwania ciężkiej dla nich zimy - dodaje ornitolog.

Obszar między Łodzią a Konstantynowem położony w dolinie Neru stanowi ptasią ostoję nie tylko zimą. Żyją tam także zimorodki, czaple siwe,



Na terenie Stawów Stefańskiego żerują trzy czaple siwe.



Nad Nerem, ale i przy stawie przy łódzkiej ASP żyją zimorodki.

ponadto obszarowi je się pliszki górskie, rudziki, strzyżyki.

To nie jedyny obszar w granicach Łodzi, który wybrały sobie do życia ptaki wodne.

Na terenie Stawów Stefańskiego żerują trzy czaple siwe. W parku im. Mickiewicza do stada krzyżówek dołączyły samce kaczki mandarynki. Na stawie w parku im. Reymonta i na zbiorniku przy ul. Przędzalnianej żerowały mewy. Latem na stawie w Ogrodzie Botanicznym brodziła czapla.

Wyniki liczenia ptaków w Łodzi poznamy w lutym.

REKLAMA

Katowice stolicą architektury i designu.

Jubileuszowa edycja 4 Design Days przyciągnęła ponad 5 tysięcy uczestników

Ponad 5 tysięcy uczestników, blisko 250 prelegentów, 42 debaty i sesje tematyczne oraz dwa dni intensywnych rozmów o przyszłości architektury, miast i jakości przestrzeni - tak wyglądała jubileuszowa, dziesiąta edycja 4 Design Days, która odbyła się w Międzynarodowym Centrum Kongresowym w Katowicach.

Wydarzenie od lat gromadzi architektów, projektantów, urbanistów, przedstawicieli samorządów, inwestorów, deweloperów, administrację publiczną oraz środowiska biznesowe. Tegoroczna edycja po raz kolejny potwierdziła, że 4 Design Days to dziś jedna z najważniejszych w Polsce platform debaty o przestrzeni, mieście i odpowiedzialnym projektowaniu.

Program jubileuszowej odsłony skoncentrowany był wokół wyzwań, z którymi mierzy się współczesna architektura: odporności na kryzysy klimatyczne i energetyczne, projektowania regeneracyjnego, adaptacji



istniejącej zabudowy, wpływu przestrzeni na relacje społeczne, a także roli nowych technologii - od danych po sztuczną inteligencję - w procesach projektowych i inwestycyjnych.

- Architektura nie może być dziś wyłącznie estetyczną odpowiedzią na potrzeby rynku. Musi stać się narzędziem budowania jakości życia i odporności miast - podkreślał podczas jednej z sesji David Sim, jeden z gości specjalnych wydarzenia i autor książki Soft City.

Wśród międzynarodowych prelegentów znaleźli się również m.in. Jonas Norsted z norweskiej pracowni Atelier Oslo, Jeanette Frisk - współzałożycielka kopenhaskiego arki_lab, specjalizująca się w projektowaniu partycypacyjnym oraz Roger Riewe - współtwórca uznanego biura Riegler Riewe Architekten. Towarzyszyły im szerokie grono polskich architektów, urbanistów i ekspertów, których dorobek realnie kształtuje współczesną przestrzeń.

Integralną częścią programu było także wydarze-



nie towarzyszące Property Forum: Pomysł na Miasto, poświęcone rynkowi nieruchomości oraz wyzwaniom stojącym przed polskimi miastami. Dyskusje dotyczyły m.in. rewitalizacji terenów poprzemysłowych, współpracy samorządów z sektorem prywatnym, długofalowego planowania przestrzennego oraz odpowiedzialności inwestycyjnej.

- Miasta potrzebują dziś nie doraźnych decyzji, lecz spójnej wizji rozwoju, która łączy interes publiczny, ekologię i jakość przestrzeni -

mówiła podczas jednej z debat Jeanette Frisk.

Jednym z najważniejszych momentów jubileuszowej edycji była Gala Property Design Awards, podczas której nagrodzono najlepsze realizacje architektoniczne i wnętrzarskie w Polsce. Jury doceniło projekty biurowe, mieszkaniowe, hotele, obiekty publiczne oraz przestrzenie komercyjne, podkreślając znaczenie jakości, odpowiedzialności środowiskowej i społecznej w projektowaniu. Z okazji 10-lecia przyznano nagrody specjalne dekady.

Tytuł Projektu Miastotwórczego Dekady otrzymała Strefa Kultury w Katowicach, Budynkiem Dekady został Varso Tower w Warszawie, a Rewitalizacją Dekady - Hala Koszyki. Architektem Dekady został Przemysław Łukasik, a Designrem Dekady - Oskar Zięta. Specjalne wyróżnienie przyznano Davidowi Simowi.

Drugiego dnia wydarzenia odbył się finał prestiżowego konkursu Dobry Design, promującego marki i projektantów, którzy łączą estetykę z funkcjonalnością, trwałością produktów oraz troską o zrównoważony rozwój. Konkurs od lat wskazuje kierunki, które wyznaczają standardy współczesnego polskiego wzornictwa.

Jubileuszowa edycja 4 Design Days po raz kolejny pokazała, że Katowice stały się jednym z kluczowych miejsc w Polsce dla rozmowy o architekturze, designie i mieście. To nie wydarzenie o chwilowych trendach, lecz o długofalowych kierunkach, które realnie wpływają na to, jak projektujemy przestrzeń, w której żyjemy, pracujemy i funkcjonujemy na co dzień.

Przedszkole przy Zielnej najlepsze w całym województwie

Przedszkole Miejskie nr 33 przy ul. Zielnej jest najlepsze wśród najlepszych. Placówka zajęła I miejsce w województwie łódzkim zdobywając 2212 głosów w plebiscycie edukacyjnym organizowanym przez Dziennik Łódzki i Express Ilustrowany. Jak wygląda najlepsze przedszkole w Łodzi i w województwie?

Emilia Kutlu

27 stycznia na ręce dyrektora Przedszkola Miejskiego nr 33 - Katarzyny Sobczyk - został przekazany dyplom za zajęcie I miejsca za najlepsze przedszkole w woj. łódzkim. Ludzie oddali ponad 2 tys. głosów na placówkę.

- Jest nam niezmiernie miło, że rodzice w nas wierzą i nas wspierają. Myślę, że wygrana to także ogromna zasługa mojego zespołu - pedagogów i pracowników przedszkola. U nas w placówce dziecko jest

zawsze na pierwszym miejscu. Najpiękniejsza w tym wszystkim jest międzypokoleniowość. Osoby, które kiedyś chodziły do tego przedszkola, dziś przyprowadzają tu swoje pociechy - mówi Katarzyna Sobczyk, dyrektorka Przedszkola Miejskiego nr 33 w Łodzi.

Ponad 70-letni budynek ma dwa piętra i ponad 600m² przystosowanych dla najmłodszych. Do przedszkola w tym roku szkolnym uczęszcza 73 dzieci, podzielonych na trzy grupy wiekowe (3-4 latków, 4-5 latków, 5-6 latków). Każda z grup

ma swoją nazwę - Tygryski, Kangurki i Kubusie. Maskotką placówki jest Kubuś Puchatek i przyjaciele ze Stumilowego Lasu. Wizerunek postaci Disney'a jest widoczny na prawie każdej ścianie w budynku. Kubusiowi, Tygryskowi i Królikowi namalowanym na ścianie przy klatce schodowej towarzyszą magiczne słowa - „przepraszam”, „dziękuję”, „proszę”.

Dzieci rozpoczynają dzień wspólnymi ćwiczeniami gimnastycznymi. O 8.30 jedzą śniadanie, a następnie realizu-



Osoby, które kiedyś tu chodziły, dziś przyprowadzają tu swoje pociechy - mówi dyrektorka Katarzyna Sobczyk.



Do przedszkola w tym roku szkolnym uczęszcza 73 dzieci, podzielonych na trzy grupy wiekowe.

ją podstawę programową. Dodatkowo organizowane są zajęcia z logopedą, ćwiczenia z rytmiki, gimnastyka korekcyjna, piłka nożna, nauka tań-

ca, robotyka i joga. Po obiedzie dzieci udają się na leżakowanie.

W minioną środę w przedszkolu przy ul. Zielnej dzieci obchodziły Międzynarodowy Dzień Lego. Kolorowały ludzika Lego i układały klocki.

Czym wyróżnia się przedszkole przy ul. Zielnej?

- Organizujemy dni kulinarne. Dzieci bardzo lubią to wydarzenie. W przyszłym tygodniu będziemy obchodzić

dzień naleśnika - zaznacza Katarzyna Sobczyk.

Przedszkole wyróżnia się jedną z największych sal gimnastycznych wśród łódzkich przedszkoli. Dzieci mają także do dyspozycji specjalny pokój terapeutyczny, w którym mogą porozmawiać o swoich problemach z pedagogiem. Dyrektorka Katarzyna Sobczyk zaznaczyła, że czymś co wyróżnia ich placówkę na tle innych jest własna kuchnia z kucharkami, które codziennie gotują dzieciom pyszne obiady (wychowankowie przedszkola mają zapewnione trzy posiłki dziennie w cenie 12 zł za dzień).

REKLAMA

0011470386



SOLANKI

Uzdrowisko Inowrocław

Czas na zdrowie



Zakwaterowanie



**3 posiłki dziennie
w formie bufetu szwedzkiego**



Konsultacja lekarska



**4 zabiegi dziennie
(oprócz niedziel i dni świątecznych)**



**90 min. dziennie w Strefie Relaksu
(sauna, jacuzzi, grota solna, siłownia)**



Voucher do Integracja Cafe



52 35 63 101, 52 35 63 100, 52 35 63 320



medicalspa@solanki.pl, recepcja@solanki.pl



www.solanki.pl

Najlepsi dyrektorzy, nauczyciele akademicy, pedagogzy, psychologodzy i szkoły nagrodzeni

Magdalena Jach

Uroczystą galą zakończyliśmy Plebiscyt Edukacyjny 2025 w województwie łódzkim. 27 stycznia w gościnnych wnętrzach Szkół Edukacji Innowacyjnej w Łodzi uhonorowaliśmy tych, którzy na co dzień pracują na rzecz edukacji młodego pokolenia w regionie.

Podczas uroczystości podsumowano etap powiatowy i wojewódzki Plebiscytu Edukacyjnego 2025 w województwie łódzkim. Spotkanie na Patio SEI w Łodzi było okazją do pogratulowania tym nauczycielom i dyrektorom, którzy zdobyli największe uznanie głosujących oraz do wyróżnienia najpopularniejszych placówek edukacyjnych. Gośćmi gali byli Wiesław Przybyła, rektor Akademii Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi oraz Miłosz Stasiak, prezes Zarządu Szkół Edukacji Innowacyjnej w Łodzi. Laureatom gratulował Marek Krzciuk, redaktor naczelny Dziennika Łódzkiego i Expressu Ilustrowanego.

Rektor AHE Wiesław Przybyła w swoim wystąpieniu podkreślił wyjątkową rolę nauczycieli i edukatorów w dzisiejszym świecie. Zaznaczył, że zawód nauczyciela - mimo prób umniejszania jego znaczenia - pozostaje jednym z najpiękniejszych i najważniejszych.

Brawa dla nauczycieli!

Podczas gali Plebiscytu Edukacyjnego 2025 mieliśmy okazję poznać nauczycieli, wyróżniających się - według głosujących - nie tylko wysokimi kompetencjami, ale również empatią, kreatywnością. Zostali wskazani jako autorytety i wychowawcy, którzy potrafią motywować, wspierać i towarzyszyć dzieciom i młodzieży w rozwoju.

Małgorzata Fraszczyńska-Sadowska, nauczycielka języka angielskiego, zajęła pierwsze miejsce w Łodzi oraz trzecie w województwie łódzkim w kategorii nauczyciel szkoły ponadpodstawowej.

- Myślę, że to nagroda za relacje - zarówno z uczniami, jak



Gala zgromadziła pedagogów z całego województwa wyróżnionych w plebiscycie.

i z ich rodzicami - podsumowała z uśmiechem. - Praca z młodzieżą licealną nie musi być trudna, jeśli wykonuje się ją z pasją. Nauczyciel nie jest już tylko przekaznikiem wiedzy. Bardzo dużo słucham moich uczniów, którzy często mają zupełnie inne, ale niezwykle ciekawe spojrzenie na świat. Wzajemnie uczymy się od siebie.

Docenieni zostali nauczyciele przedszkola. To bardzo ważne osoby, które wprowadzają dzieci w świat edukacji, tworząc bezpieczną i przyjazną przestrzeń zanim pójdą do szkoły.

Nie zabrakło także wyróżnień dla nauczycieli akademickich - wykładowców, którzy łączą rzetelną wiedzę z pasją nauczania, wysoką kulturą i partnerskim podejściem do studentów.

Osobne kategorie poświęcono dyrektorom szkół i przedszkoli. To wyraz uznania dla osób, które z odpowiedzialnością i wizją zarządzają placówkami oświatowymi, dbając nie tylko o organizację pracy, ale także o atmosferę sprzyjającą nauce i współpracy. Doceniono pedagogów i psychologów szkolnych. Ich codzienna praca z uczniami, wsparcie emocjonalne i pomoc w mierzeniu się z wyzwaniami szkolnej rzeczywistości zyskują dziś szczególne znaczenie. Imię miejsce w tej kategorii zajęła Magdalena Kaspzak, psycholog szkolny w Zespole Szkolno-Przedszkolnym w Galewicach.

- Rola psychologa w szkole jest dziś niezwykle wymagająca - powiedziała. - Problemów jest coraz więcej, a my jesteśmy wsparciem nie tylko dla uczniów, ale również dla rodziców i nauczycieli.

Przedszkole i szkoła przyjazne dzieciom i rodzicom

Nagrodzono także przedszkola oraz szkoły, które zostały wysoko ocenione przez rodziców i ich pociechy. W przypadku przedszkoli kluczowe były kwestie opieki, bezpieczeństwa i dobrej atmosfery na co dzień. W kategoriach szkół podstawowych i ponadpodstawowych wyróżniono placówki, które budują partnerskie relacje ze społecznością lokalną i stwarzają warunki sprzyjające rozwojowi młodych ludzi.

Miejsce I w Łodzi oraz w województwie łódzkim w kategorii Szkoła Roku przypadło Łódzkiej Szkole Mody Kosmetycznej Fryzjerstwa Anagra w Łodzi.

- Zawsze towarzyszy nam duże wzruszenie - przyznał Franciszek Miller, dyrektor operacyjny szkoły. - Bardzo dziękuję wszystkim, którzy oddali na nas głos.

Katolicka Szkoła Podstawowa im. św. Jana Bosko w Piotrkowie Trybunalskim - zdobyła I miejsce w powiecie piotrkowskim i II miejsce w województwie w kategorii Szkoła Roku.

- Zawdzięczamy to specyfice naszej szkoły - mówi wicedyrektor

Beata Dybowska. - Opiaramy się na systemie przewencyjnym św. Jana Bosko, który chciał wychowywać dobrych chrześcijan i uczciwych obywateli, bazując na rozumie, religii i miłości. Naszą dewizą jest „wychowanie sprawą serca”.

Głosami Czytelników, wyłoniono również najlepszą szkołę językową w regionie - miejsce, gdzie nauka języków obcych łączy skuteczność z zaufaniem kursantów. Plebiscyt edukacyjny toczył się dwuetapowo - od poziomu miast i powiatów po etap wojewódzki. Laureaci etapu wojewódzkiego odebrali swoje nagrody podczas gali w Łodzi, a najlepsi awansowali do finału ogólnopolskiego.

Partnerzy plebiscytu:

Akademia Humanistyczno-Ekonomiczna w Łodzi (AHE)

Akademia Humanistyczno-Ekonomiczna w Łodzi to dynamicznie rozwijająca się i sprawdzona uczelnia, która od ponad 33 lat z sukcesem działa na rynku edukacyjnym. AHE aktywnie współpracuje z otoczeniem biznesowym, oferując studentom realne możliwości zdobywania cennych doświadczeń zawodowych już w trakcie studiów. Uczelnia kształci blisko 9 tysięcy studentów, a jej mury opuściło już ponad 95 tysięcy absolwentów. W ofercie AHE znajdują się aż 24 innowacyjne kierunki studiów - I i II stopnia oraz jednolite studia magister-



Rektor AHE Wiesław Przybyła wygłosił krótki wykład.

FOT. KRZYSZTOF SZYMCHAK



Dyplomy i medale wręcza Marek Krzciuk, red. nac. DŁ

skie, realizowane w formie stacjonarnej, niestacjonarnej oraz z wykorzystaniem e-learningu. Zajęcia prowadzone są także w języku angielskim, a oferta obejmuje również studia podyplomowe. Akademia dysponuje nowoczesną infrastrukturą dydaktyczną, w tym m.in.: Centrum Symulacji Medycznej, pracowniami kosmetycznymi, salą sądową, studiem produkcji audialnych, Teatrem Tańca, studiem radiowo-telewizyjnym Arterion oraz trzema galeriami wystawienniczymi. AHE to siedem wydziałów w Łodzi i przestrzeń, w której edukacja łączy się z praktyką i innowacją.

Szkoły Edukacji Innowacyjnej

Szkoły Edukacji Innowacyjnej (SEI) - nowoczesna,

rozwijająca się sieć placówek edukacyjnych, która od lat odpowiada na realne potrzeby dzieci, młodzieży i dorosłych w całej Polsce. SEI to znacznie więcej niż tradycyjna edukacja - to innowacyjne podejście do rozwoju, które inspirowane do kreatywnego myślenia, samodzielności oraz odwagi w planowaniu przyszłości.

Fundamentem działalności SEI są kreatywność, międzynarodowe perspektywy oraz współpraca z otoczeniem. Placówki SEI prowadzą uczniów od żłobka i przedszkola, przez szkołę podstawową i liceum, aż po szkoły policealne i realny sukces zawodowy.

Zdjęcia i pełna relacja na www.dzienniklodzki.pl

ORGANIZATOR

PARTNERZY

PATRONAT

PREZYDENT KAZACHSTANU O WIELKIEJ AFERZE FINANSOWEJ

Grzegorz Kuczyński, PAP

Prezydent Kazachstanu Kasym-Żomart Tokajew oświadczył, że za pośrednictwem jednego z kazachstańskich banków wyprowadzono około 14 mld dolarów „z sąsiedniego kraju”.

Organizacja finansowa „przepuściła” przez siebie ponad 7 bilionów tenge (prawie 14 mld dolarów) „z sąsiedniego kraju”, powiedział Tokajew. - Z punktu widzenia prawa, ekonomii, a nawet polityki jest to, moim zdaniem, oburzający fakt. Niestety, nadal istnieje wiele podobnych przypadków związanych z oszukańczymi schematami finansowymi - podkreślił prezydent.

Oświadczenie to zostało ogłoszone w kontekście zastrzeżenia kontroli finansowej we wrześniu ubiegłego roku w stosunku do Rosjan, którzy zdalnie wyrobili karty bankowe w Kazachstanie. Niektórych z nich powiadomiono o dochodzeniach prowadzonych w Kazachstanie. Według mediów

w przestępstwa mogą być zamieszani pośrednicy, którzy pomagali obywatelom Rosji w uzyskaniu indywidualnych numerów identyfikacyjnych (IIN) i otwieraniu rachunków bankowych.

Agencja ds. regulacji i rozwoju rynku finansowego Kazachstanu poinformowała wcześniej, że w 2024 r. ponad 90% właścicieli kart wykorzystywanych do prania dochodów pochodzących z przestępstw stanowią osoby niebędące rezydentami. W ciągu roku odnotowano 6,2 tys. przypadków wykorzystania tzw. „kart drop” o wartości 24 mld tenge (47 mln dolarów). Masowe zdalne wypełnianie kart kazachstańskich banków przez Rosjan rozpoczęło się po wprowadzeniu sankcji wobec Rosji. Władze Kazachstanu stopniowo likwidują te schematy. Od 2024 r. zabronione jest zdalne wydawanie numerów IIN, część wcześniej wydanych numerów została unieważniona, a obsługa bankowa nierezydentów została znacznie zaostrzona.



Prezydenci Rosji i Kazachstanu w 2025 r.

FOT. KREMLIN/RU

Czy Ziobro straci dietę? Czarzasty wnioskuję o zmniejszenie uposażenia

Anna Nagel, PAP

Marszałek Sejmu Włodzimierz Czarzasty skierował do komisji regulaminowej wniosek ws. nieobecności posła PiS Zbigniewa Ziobry na posiedzeniach Sejmu.

Zbigniew Ziobro - były minister sprawiedliwości i prokurator generalny, obecnie poseł PiS - nie pojawia się od jakiegoś czasu na posiedzeniach Sejmu i obecnie przebywa na Węgrzech, gdzie uzyskał azyl.

28 stycznia minął 7-dniowy termin możliwości usprawiedliwienia przez Ziobrę nieobecności. Usprawiedliwienie nie wpłynęło, w związku z czym marszałek Sejmu poinformował w czwartek, że przesłał szefowi sejmowej komisji regulaminowej Jarosławowi Urbanowi

(KO) informację o nieusprawiedliwionych nieobecnościach Ziobry. Czarzasty przypomniał na konferencji prasowej, że komisja ma obowiązek rozpoznać jego wniosek i zająć stanowisko. Zaznaczył, że komisja może zwrócić posłowi uwagę, udzielić upomnienia lub nagany.

- W momencie, gdy komisja przedstawi mi stanowisko, pan Ziobro będzie miał czas na odwołanie się od tej decyzji - powiedział marszałek. Zapowiedział, że jeżeli Ziobro się nie odwoła, on przedstawi Prezydium Sejmu projekt uchwały o utracie diety parlamentarnej i obniżeniu uposażenia poselskiego do jednej dziesiątej wysokości, czyli 1350 zł brutto miesięcznie.

Uposażenie poselskie wynosi 13 467,92 zł brutto, a dieta parlamentarna 4208,73 zł brutto.

Wiceminister rolnictwa: Każdy pies będzie zaszczepiony

Adam Kielar, PAP

W tym roku zostanie przeprowadzony audyt wszystkich schronisk w całym kraju - zapowiedział w czwartek główny lekarz weterynarii Paweł Meyer. Ma dotyczyć m.in. nadzoru nad placówkami.

W czwartek (29 stycznia) w Ministerstwie Rolnictwa i Rozwoju Wsi w Warszawie przedstawiono wyniki kontroli przeprowadzonych w schroniskach dla zwierząt. W konferencji uczestniczą: główny lekarz weterynarii Paweł Meyer oraz wiceministrowie: Jacek Czerniak (MRiRW) i Tomasz Szymański (MSWiA).

Jak podkreślił Meyer, wykonano 368 kontroli, dwie jeszcze są realizowane, a w 40 miejscach stwierdzono nieprawidłowości. Zapowiedział także audyt wszystkich schronisk w Polsce.

- W tym celu w bieżącym roku zostanie przeprowadzony audyt wszystkich schronisk, całego nadzoru nad schroniskami we wszystkich województwach w całym kraju i będzie on obejmował wymagania w tym zakresie, jak również pozwoli nam ocenić system nadzoru i procedury nadzoru dotyczące tego zagadnienia - powiedział.

W ostatnim czasie szerokim echem w mediach odbiła się sprawa schroniska dla zwierząt



Jacek Czerniak i Paweł Meyer podsumowali kontrole przeprowadzone w schroniskach dla zwierząt.

FOT. PAP/PAWEŁ SUJERNAK

w Bytomiu (woj. śląskie). Dochodzenie w sprawie znęcania się nad zwierzętami w tej placówce prowadziła policja pod nadzorem tamtejszej prokuratury.

W sobotę, po ponownej kontroli, zamknięte zostało schronisko dla zwierząt w Sobolewie na Mazowszu. O tej placówce zrobiło się głośno, gdy pojawiły się tam znane osoby, w tym wokalistka Doda.

Policja w schroniskach

Podczas konferencji prasowej dotyczącej kontroli przeprowadzonych w schroniskach dla

zwierząt wiceszef MSWiA Tomasz Szymański przekazał w czwartek, że w 125 interwencjach policji w schroniskach dla zwierząt przeprowadzonych od początku br. wzięło udział blisko 490 funkcjonariuszy.

Zaapelował do organizacji społecznych i osób prywatnych, które wiedzą o nieprawidłowościach w schroniskach, by zgłaszały te informacje zarówno głównemu lekarzowi weterynarii, jak i Ministerstwu Spraw Wewnętrznych i Administracji.

- Dobrostan zwierząt oraz funkcjonowanie ich w należytych warunkach są dla nas prio-

rytetem. Mówimy stanowczo „nie” patoschroniskom - podkreślił.

Szymański poinformował również, że w ramach Komisji Wspólnej Rządu i Samorządu Terytorialnego będą analizowane wystąpienia pokontrolne. - Przeanalizujemy zalecenia i wystąpimy do jednostek samorządu terytorialnego, (...) żeby wdrożyć jak najlepsze rozwiązania - zadeklarował.

Każdy pies będzie zaszczepiony

Wiceminister rolnictwa i rozwoju wsi Jacek Czerniak zapowiedział wprowadzenie jednolitego systemu, w którym każdy pies będzie zaszczepiony.

- Każdy pies będzie zaszczepiany i zarejestrowany - podkreślił. Dodał, że w systemie znajdą się podstawowe informacje dotyczące właściciela zwierzęcia.

- Jeżeli właściciel psa nagle podejmie decyzję, żeby tego psa gdzieś zostawić - aby nigdy tak się nie działo - to system niezwłocznie sprawdzi, do kogo należał. W ten sposób ograniczymy w jakimś zakresie bezdomność zwierząt - powiedział.

Zapowiedział, że w przypadku psów system będzie obligatoryjny, zaś w przypadku kotów - fakultatywny. - Obowiązkowo rejestrowane będą też zwierzęta znajdujące się w schroniskach - dodał.

Trump ostrzega Iran: „Czas ucieka”

Kazimierz Sikorski, PAP

Donald Trump ostrzegł Teheran, że „czas ucieka” na negocjacje w sprawie porozumienia o programie nuklearnym Iranu, gdy przybywa sił USA w Zatoce Perskiej.

„Ogromna Armada zmierza w stronę Iranu. Porusza się szybko, z wielką siłą, entuzjazmem i determinacją. To większa flota, dowodzona przez wspaniałego lotniskowca Abraham Lincoln, niż ta wysłana do Wenezueli” - napisał Donald Trump na platformie społecznościowej Truth Social.

„Podobnie jak w przypadku Wenezueli, (armada) jest gotowa, chętna i zdolna do szybkiego wypełnienia swojej misji, w razie potrzeby z szybkością i przemocą” - dodał.

W odpowiedzi szef dyplomacji Iranu Abbas Araghchi oświadczył, że wojska Iranu są



Lotniskowiec USS Abraham Lincoln

FOT. X

gotowe „z palcem na spuście”, aby „natychmiast i stanowczo odpowiedzieć” na każdą agresję lądową lub morską.

Rzecznik irańskiego Korpusu Strażników Rewolucji Islamskiej zapewnił natomiast, że Iran przygotował plany operacyjne na wszelkie scenariusze wyda-

rzeń. Teheran utrzymuje, że jego program nuklearny ma charakter pokojowy i zaprzecza oskarżeniom USA i ich sojuszników, jakoby dążył do rozwoju broni jądrowej. Najnowsze ostrzeżenie Trumpa jest następstwem jego obietnicy, że Waszyngton zainterweniuje, aby

pomóc osobom zaangażowanym w brutalne stłumienie protestów na początku miesiąca.

Demonstracje rozpoczęły się po gwałtownym spadku wartości irańskiej waluty, ale szybko przerodziły się w kryzys legitymizacji dla przywódców duchownych w kraju. „Pomoc jest w drodze” - mówił Trump, po czym zmienił ton i dodał, że dowiedział się z wiarygodnego źródła, że egzekucje demonstrantów zostały wstrzymane.

Amerykańska Agencja Informacyjna Aktywistów Praw Człowieka (HRANA) potwierdziła śmierć 6301 osób, w tym 5925 protestujących, od początku zamieszek pod koniec grudnia. Norweska organizacja Iran Human Rights (IHR), ostrzegła, że ostateczna liczba ofiar może przekroczyć 25 000. Atak USA może zagrozić przepływom ropy z Bliskiego Wschodu, regionu, który odpowiada za około 1/3 globalnych dostaw ropy.

Inteligencja na wojnie z PRL

Wydarzenia czerwca 1976 r. okazały się katalizatorem zmian politycznych w Polsce. Po stłumieniu protestów zaczęły się kształtować struktury opozycji antykomunistycznej. Mariusz Grabowski opisuje ten proces.

W jednym z wywiadów Dariusz Gawin, historyk, autor „Wielkiego zwrotu”, panoramy życia społeczno-politycznego Polski sprzed Solidarności, powiedział: „(...) już Stanisława Brzozowskiego do białej gorączki doprowadzała »towarzyskość« polskiej kultury. Ona stanowi zresztą o jej sile i o jej słabościach - w warunkach opresji, jak np. w PRL, życie towarzyskie stało się ważniejsze niż kiedykolwiek i nieodłączne od życia ideowego. Politykowano przecież głównie w kuchni czy na imieninach, pijąc przy tym alkohol - może nawet bardziej niż w czasach Kongresówki, bo i możliwości »normalnego« politycznego działania były stosunkowo mniejsze». Te słowa dobrze oddają atmosferę końca lat 70. Konspiracja demokratyczna wykuwała się w nocnych dyskusjach i pod okiem SB.

Koniec lat 70. to początek kształtowania się nurtów politycznych, które później nadadzą ton opozycji antykomunistycznej. Przyjrzyjmy się im: 23 września 1976 r. powstał Komitet Obrony Robotników (wśród założycieli byli m.in. rewizjoniści Jacek Kuroń i Adam Michnik, zdeklarowani antykomuniści jak Zbigniew Romaszewski i Antoni Macierewicz, ludzie kultury jak Halina Mikołajska i Jerzy Andrzejewski). KOR domagał się m.in. zaprzestania represji, ukarania winnych brutalnego traktowania robotników w Radomiu i Ursusie, organizował pomoc materialną i prawną dla represjonowanych. Po rozłamie w organizacji nastąpił podział na grupę związaną z wydawanym pismem „Głos” (Macierewicz i Piotr Naimski) i grupę związaną z „Biuletynem Informacyjnym” (Kuroń, Michnik).

Ruch Obrony Praw Człowieka i Obywatela powstał w marcu 1977 r. i ogłosił swe istnienie „Deklaracją ideową”. I Spotkanie Ogólnopolskie odbyło się we wrześniu 1977 r. Członkowie stawiali sobie za zadanie dążenie do przestrzegania w PRL praw człowieka oraz pomoc osobom,

których prawa są ograniczane. Główni działacze ROPCiO: Stefan i Marek Niesiołowski, Benedykt i Andrzej Czumowie, Wojciech Ziemiński, przez pewien czas Leszek Moczulski. Pismem ruchu była „Opinia”.

Konfederacja Polski Niepodległej pojawiła się 1 września 1979 r. jako nawiązanie do tradycji piśmudczykowskich. Nieoficjalnym programem KPN stała się praca Leszka Moczulskiego „Rewolucja bez rewolucji”, opublikowana w czerwcowym numerze „Drogi” w 1979 r. W tym dokumencie Leszek Moczulski wprost nazywał PRL „formą władztwa radzieckiego nad Polską”.

Aktywni działacze opozycji stanowili margines społeczeństwa. Prof. Andrzej Friszke w książce „Anatomia buntu” pisze wręcz, że ludzie, którzy stawiali opór komunistycznej władzy, „byli często otoczeni murem niezrozumienia, a nawet wrogości, ze strony współobywateli”. Komuniści u władzy długo bagatelizowali problem. W 1978 r. wiceminister spraw wewnętrznych gen. Bogusław Stachura, mówiąc o działaniach wobec osób pragnących uczcić pamięć ofiar z grudnia 1970 r. na Wybrzeżu, stwierdził buńczucznie, że „siły te nie zagrażają ani podstawom ustrojowym, ani instytucjom bazy i nadbudowy”.

Zajrzyjmy do „Wielkiego zwrotu”: „Podnoszenie stopy życiowej, czego symbolem stały się butelki coca-coli, mały fiat, kolorowe telewizory, modernizacja: Port Północny, Huta Katowice, magistrała węglowa, Trasa Łazienkowska i Dworzec Centralny w Warszawie, przesuwali legitymizację ustroju z płaszczyzny ideologicznej ortodoksji na płaszczyznę pragmatyzmu. Paradoks polskiej sytuacji polegał na tym, że właśnie wtedy, gdy uruchamiano produkcję fiata 126p (1973), otwierano Trasę Łazienkowską (1974), Dworzec Centralny (1975), opozycja demokratyczna do opisu polskiej rzeczywistości sięgała po pojęcie ukute w odniesieniu do reżimów Stalina i Hitlera. Początek lat 70. to okres nie tylko wzrostu optymizmu, lecz także względnego zaniechania - na tle innych okresów dziejów PRL - brutalnych represji. Powróciły one po 1976 r., osiągając apogeum w stanie wojennym, nie-



Zbigniew Romaszewski był jednym z założycieli i najbardziej aktywnych członków Komitetu Obrony Robotników.

mniej pierwszych pięć lat dekady należało do względnie spokojnych”.

Naturalnym środowiskiem opozycji były kręgi towarzyskie i środowiskowe. Tam rodziły się polityczne pomysły i koncepcje. I tak dla przykładu: pomysł protestu przeciw zmianom w konstytucji rzucił Jan Olszewski w listopadzie 1975 r. na towarzyskim spotkaniu z Jackiem Kurońem i Janem Józefem Lipskim w mieszkaniu adwokata Anieli Steinsbergowej. Poczucie solidarności i ideowej wspólnoty sprawiły, że - jak wspominał później Lipski - „podpisał ten list tak, jakby szedł do powstania”. Proces dobierania sygnatariuszy też odbywał się na stopie towarzyskiej. Filozof Bogdan Chwedeńczuk wspominał, że Kuroń i Michnik spotykali się z nim

w parku na Żoliborzu. By użyć podpis krakowskich intelektualistów, aktorka Halina Mikołajska pojechała pod Wawel. Tam, na uroczystej kolacji u Wisławy Szymborskiej, tekst podpisał m.in. Adam Zagajewski i Kornel Filipowicz. Stanisław Lem uczestniczył w uroczystości, ale listu nie podpisał.

Środowiska działaczy ROPCiO i KOR przenikały się, choć nie zawsze było miło. Prof. Jacek Kurczewski wspominał: „Bywałem na tych imprezach towarzyskich, bo życie polityczne wtedy przyjmowało postać życia towarzyskiego. Na tych przyjęciach była i wódka, i herbata, byli ludzie tacy jak Jan Olszewski, Wojciech Ziemiński, Jan Józef Lipski. Widziałem ostrość ich sporów. To były podziały takie, że ludzie nie chcie-

li ze sobą rozmawiać. Już nie chcę powtarzać, jakie mieli w stosunku do siebie podejrzania (...). Bez przerwy się obsmarowywano”. Sytuacja zmieniła się w czasie „karnawału Solidarności”, kiedy spory ideowe odeszły na pewien czas na drugi plan.

Zofia i Zbigniew Romaszewscy wspominali w „Autobiografii”, że ich mieszkanie na ul. Kopieńskiej przypominało w pewnym momencie dworzec kolejowy, przez który przewijali się obławowani bibułą studenci, znajomi, zachodni dziennikarze. Równie znany adres ówczesnego czasu to mieszkanie Jacka Kurońa na ul. Mickiewicza na Żoliborzu. „Dom Kurońów zawsze był otwarty. Drzwi się tam nigdy nie zamykały. Co najmniej od końca lat 60. przez to mieszkanie przelewał się tłum” - wspomina Seweryn Blumsztajn. „Ludzie przychodzili nawet, gdy Jacek w latach 1965-1967 po raz pierwszy siedział w więzieniu. Odwiedzano jego brata Andrzeja i żonę Grażynę. Ponieważ brama była zamknięta i za otwarcie trzeba było płacić dozorcę, młodzi ludzie nierazdo wchodzili do mieszkania przez okno”.

W towarzyskim świecie PRL-owskiej opozycji istotną rolę stanowiły knajpy i restauracje. Stały się w PRL ostoją egalitaryzmu. Stefan Kisielewski, od 1976 r. na politycznej emigracji po podpisaniu „Listu 14” przeciwko represjonowaniu uczestników radomskiego Czerwca, za swoją ulubioną knajpę uważał barek na pl. Na Rozdrożu, gdzie bywał po codziennym spacerze. Tam spotykał się ze znajomymi i wysłuchiwał plotek, obserwując emerytowanych towarzyszy, m.in. Zenona Kliszkę, którzy też wpadali tam na pogaduszki. Na większą wódkę chodził do Cristal na Marszałkowskiej.

Ale miano „opozycyjnych” miało wówczas wiele lokali: Lotos na Belwederskiej, Niespodzianka na MDM czy Mozaika na Marszałkowskiej. Późniejszy premier Jan Olszewski upodobał sobie bar Jaś i Małgosia na Muranowie, dokąd udawał się z pękata teczką akt, które czytał przy małej czarnej. Po wszechnie omijano Świteziankę na ul. Puławskiej, która oprócz luksusowego menu (dawano tam m.in. kaczkę) służyła jako ulubione miejsce werbunku przez oficerów Służby Bezpieczeństwa.

Panorama warszawskich „miejsc opozycyjnych” z czasem zaczęła obejmować także kościoły. „Znacząca była rola Episkopatu w ograniczeniu projektowanych zmian w konstytucji. Sprzeciwiał się zwłaszcza zapisom o przewodniej roli partii i sojuszu z Sowietami. PZPR na VII Zjeździe, chcąc uniknąć protestów, podjęła decyzję okrojenia zmian, m.in. wycofano się z propo-

ycji zmiany nazwy państwa na Polska Rzeczpospolita Socjalistyczna czy zapisu o lojalności katolików wobec socjalistycznego ustroju. Wobec wydarzeń roku 1976 Episkopat przyjął - jak przy poprzednich przełomach politycznych - postawę stonowaną. Zwracał się do protestujących z apelem o spokój, od władz zaś domagał się złagodzenia represji względem społeczeństwa. W konsekwencji represji, jakie spadły na strajkujących, Episkopat starał się wpływać na władzę, by przywróciła do pracy osoby z niej zwolnione w następstwie protestów, jak również o amnestii dla skazanych” - pisał Filip Musiał w tekście „Realizm Kościoła katolickiego w czasach PRL-u”.

Komuniści, dostrzegając postawę Kościoła, zaczęli upatrywać w nim sojusznika w walce o społeczny spokój. Zaczęto więc zabiegać o przychylność episkopatu i prymasa, chcąc wykorzystać poparcie Kościoła dla rozładowania społecznej niechęci. Episkopat natomiast, wykorzystując wzrastającą elastyczność władzy, zmierzał do zapewnienia Kościołowi stabilniejszej pozycji w państwie. W roku 1977 w wyniku starań prymasa doszło do spotkania Edwarda Gierka z papieżem Pawłem VI. Kardynał Wyszyński był zdania, że ocieplenie stosunków pomiędzy Stolicą Apostolską a rządem PRL wpłynie pozytywnie na sferę stosunków państwo - Kościół i pozycję Kościoła w Polsce.

Wcześniej jednak, 20 maja 1976 r., w Pałacu Prymasowskim pojawiło się dwóch niecodziennych gości: Jacek Kuroń i Adam Michnik. Dawnych więźniów politycznych, znanych z lewicowych poglądów i dystansu do Kościoła, przyjął kardynał Stefan Wyszyński. „Dowodem uznania Kościoła dla pracy Komitetu - pisał Jan Skrzyński - było także spotkanie z kardynałem Karolem Wojtyłą w listopadzie 1976 r. Rozmowę Lipskiego, Kurońa, Macierewicza i Naimskiego z arcybiskupem Krakowa zorganizował w swoim warszawskim mieszkaniu Bohdan Cywiński. Opozycjoniści mówili o akcji pomocy robotnikom i planach na przyszłość, kardynał głównie słuchał - z aprobatą”. Na miejscu „niepokorne” zaczęły wyrastać kościoły św. Anny, miejsce spotkań studenterii warszawskiej, kościoły św. Jacka, gdzie prężnie działało duszpasterstwo oo. dominikanów, a także kościoły św. Marcina na Piwnej. To tam miała miejsce głódówka protestacyjna trwająca od 24 do 31 maja 1977 r., reakcja na bezprawne przetrzymywanie w więzieniu kilkunastu uczestników wydarzeń z czerwca 1976 r. Do rangi miejsc, gdzie trzeba było być, wyrosła siedziba Klubu Inteligencji Katolickiej na ul. Kopernika.

Mariusz Grabowski



FOT. PAP/PAWEŁ SUPERNIAK

Schroniska dla zwierząt to miejsca, w którym jedni zostawiają serce i czas. Dla innych to sposób na zarabianie pieniędzy. Umożliwia im to system, bo ten preferuje oszczędzanie, a na zwierzętach oszczędzać się nie da.

Najpierw był Bytom, potem Sobolewo, teraz Ostrowite (gmina Golub-Dobrzyń). Schronisko dla Bezdolnych Zwierząt w Bytomiu sprawuje opiekę nad stu pięćdziesięcioma psami i setką kotów. Jest prywatne, wcześniej przez lata działało jako placówka publiczna.

Kilka dni temu pod schroniskiem pojawiła się Dorota Rabczewska, wcześniej do Bytomia zjechała celebrytka Laluna, znana chociażby z programu „Królów życia”. Wtedy sytuacja wymknęła się spod kontroli. Wolontariusze chcieli wtargnąć do placówki siłą i zabrać zwierzęta. Wezwano policję.

Doda też podgrzewała atmosferę. - Moi fani to również mieszkańcy Bytomia. Zawsze pomagam swoim fanom, bo oni też mi pomagają. Zwierzęta są dla mnie numer jeden. Pani Ania, która jest kierowniczką, nie ma ani pół emocji na twarzy - mówiła.

Dalej było o tym, że mieszkańcy miasta muszą zareagować, że taka osoba nie może prowadzić schroniska. - To powinno być miejsce, w którym zwierzęta nie wegetują, nie cierpią,

nie są narzędziem do interesów, tylko gdzie mogą znaleźć ukojenie i adopcję - tłumaczyła Rabczewska.

Wcześniej spotkała się z prezydentem Mariuszem Wołoszem oraz wspomnianą już wcześniej kierowniczką schroniska. Wołosz zapewnił, że umowa z operatorem została rozwiązana 15 stycznia, że teraz najważniejsze jest to, aby zaopiekować się zwierzętami.

W międzyczasie Doda pokazywała na zdjęciach psiaki: zaniedbane, chude, pokaleczone. Miały pochodzić z bytomskiego schroniska.

- Proszę się zrzec stanowiska. Jesteś okropna, w piekle spłoniesz. Mi się chce płakać - mówiła piosenkarka w kierunku kierowniczki schroniska.

Ta zdecydowanie odpierała zarzuty. Podkreślała, że takich psów nigdy u niej nie było.

- Mam na wszystko dokumenty. Spotkamy się w sądzie - rzuciła w stronę Dody.

I dodała, że od kontroli i wydawania ocen są odpowiednie instytucje.

Ale według raportu, który przygotowało dwoje bytomskich radnych - Beata Adamczyk-Nowak z Koalicji Obywatelskiej i Maciej Bartków z Prawa i Sprawiedliwości - w bytomskim schronisku dochodziło do nieprawidłowości.

- Pojawiły się informacje o eutanazji zwierząt w celach zarobkowych, przemocy i zaniedbaniach w opiece. Zwierzęta trzymane były we własnych odchodach - twierdzi Maciej Bartków.

Z notatki, którą pod koniec grudnia podczas wizyty w schronisku sporządzili pracownicy Wydziału Inżynierii Środowiska Urzędu Miejskiego w Bytomiu, wynika, że zaobser-

wowali przypadki biegunki u psów w wielu kojcach, skrajnie niezadowolający stan sanitarny kwarantanny, rażący brak czystości w szczeniaku, widoczne urazy u zwierząt.

Ale Powiatowy Inspektorat Weterynarii w Katowicach poinformował, że przeprowadzane w ostatnich latach kontrole wykazywały jedynie uchybienia infrastrukturalne.

„Warunki bytowania zwierząt są zgodne z obowiązującym prawem. To nie ulega żadnej wątpliwości. Niezgodne z naszymi ustaleniami są stwierdzenia, które pojawiają się w mediach społecznościowych, że była to mordownia, że dochodziło do znęcania się nad zwierzętami, że psy stamtąd znikają itd. Liczne kontrole nigdy tego nie wykazały” - podkreślił Powiatowy Inspektorat Weterynarii w Katowicach.

Właściciel z zarzutami

Kilka dni później przyszedł czas na Sobolewo. W sobotę, 26 stycznia, o zamknięciu Schroniska dla Zwierząt „Happy Dog” poinformowali premier Donald Tusk i Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji. Powód? Nieusunięcie uchybień przez właściciela placówki. W azylu przebywało wówczas około sto osiemdziesiąt psów i kilka kotów.

Grunty, na którym znajduje się schronisko, należy do gminy. Dzierżawca, czyli prowadzący placówkę Marian D., został jakiś czas temu oskarżony o znęcanie się nad zwierzętami. Proces trwa wiele lat i wciąż się nie zakończył. Mężczyźnie zarzuca się m.in. stosowanie przemocy wobec zwierząt, trzymanie ich w za ciasnych kojcach oraz niedokarmianie.

Mieszkańcy i aktywiści od dawna apelowali do wójta Sobolewa Macieja Błachnio o rozwiązanie umowy z Marianem D. Bezskutecznie.

W sobotę sforowali plot i zaczęli spontanicznie zabierać psy. Część z nich trafiła do prywatnych domów. W sieci pojawiły się pytania, dlaczego zwierzęta były wydawane bez żadnych procedur. Niektórzy obawiali się, że trafiły w ręce osób, które nie będą umiały poradzić sobie z czworonogami.

I tu do akcji wkroczył poseł Łukasz Litewka, od początku za-

angażowany w to, co działo się wokół schroniska w Sobolewie.

„Nikt nie był w stanie zaplanować nad tłumem, ale to tłum ludzi, którzy kochają zwierzęta. One przeszły piekło, nigdzie nie będzie im gorzej. Weszliśmy do obozu i zobaczyliśmy maszynę do mielenia mięsa, pałki do bicia zwierząt, na których była krew. Guzy, rany, ropy. Ludzie wchodziłi do klatek, przytulali psy, błagali o smycz - wynosili je, bo nie wyobrażali sobie, by te zwierzęta zostały tam jeszcze nawet jedną noc” - napisał na platformie X. „Nie wińcie ich, wińcie tych, którzy przez lata nie otworzyli drzwi schroniska. Bo to miejsce nigdy schroniskiem nie było, było mordownią” - dodał, publikując przy okazji zdjęcie jednej z kobiet, która błagała go o smycz, by móc wyprowadzić z klatki przerażonego psa.

Jak poinformował potem wojewoda mazowiecki Mariusz Frankowski, sto czterdzieści sześć psów, które zostały, przekazano do schroniska w Wołtuszach prowadzonego przez Instytut Ochrony Zwierząt.

A miejsc, które budzą wątpliwości, przybywa. Bo podobne sceny miały miejsce w ostatni weekend w prywatnym schronisku Zielone Pole w Ostrowitem (gmina Golub-Dobrzyń). W wyniku kontroli zleconych przez MSWiA stwierdzono tu uchybienia. Obiekt znalazł się pod szczególnym nadzorem wojewody, na miejsce przyjechali wolontariusze oraz celebryci, w tym Doda.

Na reakcję polityków nie trzeba było długo czekać. Tym bardziej że wszystko dzieje się w środku zimy, wyjątkowo mroźnej i śnieżnej. I tak, kilka dni po medialnym szumie wokół zwierzątek, Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji zwróciło się do wojewodów o przekazanie informacji na temat liczby schronisk w ich regionach.

Podsekretarz stanu w MSWiA Wiesław Leśniakiewicz zaapelował też o zwrócenie uwagi podczas kontaktu z właścicielami schronisk na potrzebę odpowiedniego zabezpieczenia zwierząt.

Trochę faktów

W Polsce funkcjonuje ponad 200 zarejestrowanych schronisk dla bezdomnych zwierząt. W 2022 roku przebywało w nich ponad 84 tysiące psów i 34 tys. kotów.

W Aleksandrowie Łódzkim radzą sobie ze zwierzakami świetnie: każdy psiak w ich gminie musi zostać zaszczepiony, to obowiązek. Bo bez identyfikacji nie ma odpowiedzialności. Dopóki pies jest niczyj, można go porzucić bez żadnych konsekwencji. Od lat bezpłatnie sterylizują i kastrują zwierzęta. Rozmawiają z ludźmi, tłumacząc, dlaczego to się opłaca.

- Rocznie korzysta z tej możliwości wielu właścicieli psów i kotów, w każdym razie około

sześciuset zwierząt w ciągu roku jest sterylizowanych i kastrowanych. Jak na gminę z 35 tysiącami mieszkańców to całkiem dobry wynik - mówi Katarzyna Rezler, działaczka prozwierzęca, pełnomocnik burmistrza Aleksandrowa Łódzkiego ds. zwierząt i realizacji programu przeciwdziałania bezdomności. A tak na marginesie, mają bardzo mało bezdomnych zwierząt w swojej gminie.

Tak, oczywiście słyszała o schroniskach w Bytomiu i Sobolewie. Jak takim sytuacjom przeciwdziałać?

- Przede wszystkim trzeba określić minimalną stawkę dzienną, jaką otrzymują schroniska za psa czy kota. To mogłoby być na przykład 12 złotych plus koszty weterynaryjne, które oczywiście pokrywa gmina jako właściciel zwierzęcia. Zwierzę powinno być czipowane przy przyjęciu do schroniska, a jego wizerunek publikowany. Każde schronisko powinno prowadzić rejestr zwierząt, które do niego trafiły w ciągu na przykład ostatniego miesiąca. Wtedy właścicielom łatwiej byłoby znaleźć swojego psa, co dzisiaj wcale nie jest takie proste - tłumaczy Katarzyna Rezler.

Bo problem jest systemowy. Bytom czy Sobolewo nie są wyjątkami - zwierzęta cierpią także w innych schroniskach. Chodzi oczywiście o pieniądze.

- Gmina ma ustawowy obowiązek opieki nad bezdomnymi zwierzętami, ale bardzo często ogranicza swoją rolę do zlecenia tego zadania w drodze przetargu. W praktyce wygrywa najtańsza oferta, a kryterium ceny dominuje nad jakością opieki, zapleczem weterynaryjnym czy doświadczeniem kadry - wyjaśnia Katarzyna Rezler.

Wiadomo - system premiuje oszczędzanie, a nie dobro zwierząt. I nie jest to często winną konkretnych ludzi, ale obowiązującego modelu. Gmina znajduje schronisko, które oferuje najlepszą dla niej ofertę, czyli najtańszą.

- Widzimy stawki rzędu 8, 10 czy 15 zł dziennie za psa, często z deklaracją, że obejmują również opiekę weterynaryjną. To są stawki całkowicie nierynkowe. Za takie pieniądze nie da się zapewnić diagnostyki, leczenia, dobrej karmy, ogrzewania czy pracy ludzi. Leczenie bywa wtedy symboliczne albo odkładane w czasie - opowiada Katarzyna Rezler.

Ale bywa jeszcze gorzej. Zdarza się, że gmina płaci jednorazowo 1200, 2000 czy 2500 zł za konkretnego zwierzęcia. W tej kwocie ma się zmieścić żywienie, leczenie, praca opiekunów, utrzymanie infrastruktury.

Kontrola schronisk problemu nie rozwiązuje.

- Bardzo często są zapowiadane i koncentrują się na infrastrukturze i dokumentach. Sprawdzają się ogrodzenia, me-

traż boksów, zgodność papierów, a nie to, czy pies jest faktycznie leczony, czy eutanazja była zasadna, czy dokumentacja medyczna nie jest fikcją. Papier przyjmie wszystko, zwierzę głosu nie ma - tłumaczy Katarzyna Rezler.

I dodaje, że kiedy w schroniskach dzieje się źle, odpowiedzialność za nieprawidłowości powinny ponosić schronisko i gmina. Schronisko jest niejako wykonawcą zlecenia, ale gmina opiekunem prawnym zwierzęcia. Jeżeli wie, a powinna wiedzieć, że w schronisku dzieje się źle i nic z tym nie robi, ponosi współodpowiedzialność za taki stan rzeczy.

Pśów i kotów jest za dużo

Niby coraz bardziej rozumiemy zwierzęta. Większość Polaków wierzy, że te odczuwają ból tak jak ludzie. Stajemy się też coraz bardziej wrażliwi na krzywdę wyrządzaną psom i coraz chętniej im pomagamy. Ponad 36 procent badanych, którzy wzięli udział w ankiecie „Jak Polacy traktują zwierzęta?”, przeprowadzonej w 2019 roku, zadeklarowało, że gdy widzi psa przywiązanego do łańcucha, próbuje rozmawiać z jego właścicielem. Niemal tyle samo osób - blisko 35 procent - powiadomia lokalną organizację pomocową o blakającym się po ulicy czworonogu. Aż 87 procent ankietowanych na pytanie „Czy pomagasz zwierzętom?” odpowiedziało twierdząco, a 10 procent zadeklarowało, że jest wolontariuszem w schronisku dla zwierząt.

To deklaracje. Wszyscy kochają zwierzęta w internecie. Rzeczywistość jest jednak zupełnie inna.

- Prawda jest taka, że traktujemy zwierzęta gorzej niż rzeczy. Zwierzę można kupić, sprzedać, oddać, zostawić w spadku, zabić, zjeść. Wszystko można ze zwierzęciem zrobić. Gdyby zwierzęta mówiły, byłoby o tyle dobrze, że usłyszeliśmy prawdę, bo my tej prawdy nie przyjmujemy, my jej nie akceptujemy - mówi Dorota Sumińska, lekarz weterynarii, publicystka, autorka książek i propagatorka dobrego traktowania zwierząt.

I pyta, dlaczego walczymy o zdjęcie łańcuchów z psich szyi. Te psy mają przecież opiekunów. Czy powinni z nimi być? A psy w boksach metr na metr na końcu działki, na której stoi pałac - czy powinni tam być? Nie. Mamy dużą prowincję, na której psy traktowane są bez nadziei - tak mówi. Choć zdarzają się przypadki w miastach, kiedy pies jest zamykany na balkonie. Żyjemy w naszych bańkach. Nasi znajomi mają psy, kochają je, my kochamy swoje i wydaje nam się, że cały świat taki jest. Nie jest.

- Uważam, że trzy czwarte ludzi, jeśli nie więcej, którzy mają zwierzęta, nie powinno ich mieć. W Polsce, niestety,

jest za dużo zwierząt. Stąd wynika cały szereg problemów, dotyczących między innymi również psów i kotów, bo ciągle mamy jakieś debaty: łańcuchowe, nie łańcuchowe. Tego by nie było, gdyby zwierząt było mniej. Wtedy mieliby te zwierzęta ci, którzy powinni je mieć - uważa Dorota Sumińska.

Schronisk wciąż przybywa, bezdomność wśród zwierząt rośnie. Mamy coraz więcej psów i kotów, których nikt nie chce.

- Trzeba radykalnie zmniejszyć populację zwierząt. Jest to możliwe wyłącznie przez obowiązkową kastrację psów i kotów nieprzeznaczonych do reprodukcji. Dopóki się tego nie zrobi, dopóty będzie coraz gorzej, bo zwierząt będzie coraz więcej - ocenia Sumińska.

I tłumaczy, że Fundacja Karuna stworzyła program „Kastrujemy bezdomność”. Niestety, nie ma woli politycznej, żeby taką kastrację przeprowadzać obowiązkowo. Dlaczego?

- Dlatego, że to się wiąże z pieniędzmi. Proszę pomyśleć, choćby tacy wytwórcy karm dla zwierząt - im jest wszystko jedno, czy sprzedają swój produkt schronisku, czy prywatnym opiekunom. Są rolnicy, którzy poubojowe odpady mogą sprzedać producentom karm dla zwierząt, a tak musieliby je utylizować i jeszcze za to płacić. Jest cała rzesza instytucji, które czerpią korzyści z tego, że zwierząt jest dużo, bo na nich naprawdę można robić duże pieniądze - odpowiada.

Więc obowiązkowa kastracja i sterylizacja, czipowanie zwierząt, minimalna stawka dzienna, jaką otrzymują schroniska za psa czy kota, publikowanie wizerunków zwierząt, które trafiają do schronisk, wreszcie

rzetelne kontrole tych placówek - to pierwszy krok do tego, aby porzuconym zwierzętom żyło się choć trochę lepiej.

Najważniejszy jest człowiek

Schronisko w Korabiewicach, gmina Puszcza Mariańska, godzinę drogi od Warszawy. Zwierząt mają tu teraz około trzysta pięćdziesiąt, w tym około sto dziewięćdziesiąt psów, trzydzieści trzy koty. Mają dwadzieścia sześć koni, prawie trzydzieści kóz, krowy, świny, drób. Schronisko należy do Fundacji Międzynarodowy Ruch na rzecz Zwierząt Viva.

- Fundacja Viva przejęła je w 2012 roku. Wcześniej schronisko było w opłakanym stanie, działały się tu potworne rzeczy: znęcano się nad zwierzętami, nie karmiono ich, nie wydawano do adopcji, nie było żadnej opieki weterynaryjnej. Zwierzęta przechodziły gehennę. Nam udało się to schronisko wykupić i od 2012 roku prowadzimy je najlepiej jak potrafimy - mówi Karolina Wiewiórkowska, kierowniczka placówki.

Podpisali umowy z kilkoma gminami. Ale pieniądze, które dostają od gmin, mają pokrywać wyłącznie koszty odłowienia i przetrzymywania zwierzęcia w schronisku. To nie są duże kwoty. Tak naprawdę często dokładają do utrzymania, a przede wszystkim do opieki weterynaryjnej, więc nawet tu, jak tłumaczy, nie wychodzą na zero.

- Pomagają nam przede wszystkim darczyńcy, którzy są z nami od wielu, wielu lat. Chętnie reagują na nasze apele, wspierają w kryzysowych sytuacjach, ale też w codziennym utrzymaniu schroniska - opowiada Wiewiórkowska.

Sami też nie siedzą z założonymi rękami. Organizują dni otwarte, przeróżne imprezy i tak najbliższa odbędzie się 8 lutego - 14. urodziny schroniska, 9 kwietnia - trzecia edycja gry terenowej (to trochę taki bieg przełajowy z miejscami, w których odpowiada się na pytania, wykonuje wyznaczone zadania). Wygrywa ta ekipa, która zdobędzie najwięcej punktów. Fajna rodzinna zabawa. Można przyjechać na cały dzień i się nie nudzić. 7 czerwca będzie Dzień Dziecka - stawiają wtedy na najmłodszych, przygotowują dla nich mnóstwo atrakcji.

- Potem we wrześniu mamy „Jesień życia w schronisku”. Wtedy skupiamy się na starszych psach, pokazujemy je gościom, a 18 października czwartą edycję „Biegu po karmę”. To ogromna impreza, bierze w niej udział coraz więcej biegaczy. I na koniec, w grudniu, robimy kiermasz świąteczny - można na nim zjeść bigos, kupić jakieś drobiazgi - tłumaczy.

Podczas każdej imprezy oprowadzają gości po schronisku, przedstawiają im zwierzęta, opowiadają o nich i o tym, jak funkcjonują.

- Jeżeli chociaż jedna osoba zakocha się w jakimś psiaku i będzie chciała wziąć go do domu, to dla nas wielka radość - mówi Wiewiórkowska. To się zresztą często zdarza, a przy okazji zbierają datki na schronisko, edukują, tłumaczą, jak dbać o zwierzęta, jak zapobiegać bezdomności. U nich każdy pies ma imię, każdego znają od pyska po ogon. Psy są porządnie przebadane, zaopiekowane.

- Najważniejsi jest zespół, bez niego nie ma dobrego schroniska - tłumaczy Karolina Wiewiórkowska. - Na umowach o pracę bądź na umo-

wach zlecenie pracuje u nas ponad dwadzieścia osób. To fenomenalni, empatyczni, oddani zwierzętom ludzie, żadne przypadkowe osoby. Chcą tutaj być i wiedzą, po co tutaj są. Schronisko to smutne miejsce, prawda? Więc oni chcą nieść tym zwierzętom jak najlepszą opiekę, uczynić ich życie lepszym - dodaje.

Pomagają im wolontariusze: prawie dwieście osób. Przyjeżdżają bardzo regularnie: wyprowadzają psy, a przede wszystkim promują zwierzęta do adopcji. Wykonują kawał dobrej roboty, na którą oni, pracownicy, nie mają czasu. Wszyscy tworzą zgrany team, wszyscy kochają zwierzęta.

Itak na koniec

Szum wokół schronisk ma swoje dobre i złe strony. Zwraca uwagę na problem, ale i przeszkadza.

- Emocje są zrozumiałe, ale hejt, próby samosądu często szkodzą zwierzętom. Paraliżują adopcje, zamykają schroniska na wolontariuszy, tworzą chaos. Potrzebujemy kontroli obywatelskiej opartej na wiedzy i dokumentach - mówi Katarzyna Rezler.

Tak naprawdę najważniejszy jest człowiek. Na zmiany systemowe przyjdzie nam pewnie jeszcze poczekać, jeśli w ogóle do nich dojdzie. Więc, póki co, dobrze by było, aby zwierzętami w schroniskach zajmowali się tylko ci, którzy naprawdę tego chcą, rozumieją, że pies czy kot to żywa istota, która odczuwa ból, strach, smutek, potrafi się cieszyć, przywiązać, na swój psi czy koci sposób kochać. I jest całkowicie od nas zależna.

**Dorota Kowalska
współpraca:
Ireneusz Stajer**



W Polsce funkcjonuje ponad 200 zarejestrowanych schronisk dla bezdomnych zwierząt.

Jedenastolatki formalnie konta na Instagramie mieć nie powinny, ale nierzadko... mają.

Jedenastolatki na Instagramie. Afera w szkole, rodzice w kropce

W szkole w Toruniu klasowa afera. Ktoś podszył się na Instagramie pod 11-letnią uczennicę i porożył innym 11-latkom erotyczne fotki i treści o seksie. W akcji już są: wychowawczynie, pedagog i policja. A rodzice w szoku: - Jak to możliwe, skoro konta na Insta w tym wieku mieć nie można, a tak w ogóle to „moje dziecko ma w telefonie kontrolę rodzicielską?”

Ponieważ niektóre posty obrażały koleżanki, najpierw zrobiła się afera między dziewczynkami. Potem do akcji wkroczyli rodzice. Rzekoma sprawcy tego zamieszania - 11-letnia Marysia - dziwnym trafem postuje z Instagrama nawet wtedy, gdy mama zabiera jej na długi telefon.

- Ewidentnie ktoś podszył się pod nią na tym Instagramie, zhakował jej konto. Mam nawet podejrzenia, która z koleżanek. Zrobiłam rzuty, byłam 19 stycznia na komisariacie policji - relacjonuje pani Monika. Jej córka bardzo przeżyła ataki ze strony koleżanek i wszystko, co się później wydarzyło.

Matki w szoku. „Przecież jest kontrola w telefonie”

Szkoła zareagowała. Były spotkania z pedagogiem, psychologiem, zaangażowana jest doświadczona wychowawczynie. 19 stycznia odbyło się w szkole zebranie z matkami dziewczynek. Celem było wyjaśnienie sytuacji i próba dojścia do tego, co i kto te „seks-treści” z konta Marysi rozpowszechnił.

- Niektóre mamy były w szoku. Niektóre chyba nie wiedziały, że ich dziewczynki są takie aktywne w mediach społecznościowych. Mówiły, że mają „kontrolę rodzicielską” założoną, że ich dzieci „tam nie zaglądają” i tak dalej. O tym samym zapewniała mama tej dziewczynki, którą osobiście podejrzewam o rosyjskie treści - opowiada pani Monika.

Ona swojej córce wierzy i wraz z mężem od początku całej afery starają się Marysię wspierać. Rozmawiają, tłumaczą, ograniczają do minimum korzystanie z netu i telefonu („żeby żyła normalnym trybem teraz”); zabezpieczyli krytyczne treści pod kątem ewentualnej pracy policji. Ewentualnej,

bo najpierw wyglądało na to, że mundurowi do akcji nie wkroczą.

- 19 stycznia na komisariacie w Toruniu spotkałam się z policjantką, która takimi sprawami się właśnie zajmuje. Radziła, by dać czas jeszcze szkole na działanie, bo jak formalnie sprawa zostanie policji zgłoszona, to uruchomiona zostanie w przyszłości cała machina: sąd rodzinny, kurator itd. Wtedy zatem zawiadomienia ostatecznie nie złożyłam. Ale teraz już wiem, że sprawę policji zgłosi sama szkoła - mówiła pani Monika 27 stycznia, dodając, że jej Marysia policji się nie obawia - nie zareagowała źle np. na oddanie telefonu do badania, co pewnie nastąpi.

Do szkoły pani Monika pretekstu nie ma. Nie było zamiatacia problemu pod dywan. Po spotkaniu z samymi rodzicami odbyło się kolejne - już z udziałem dziewczynek. Sprawy wyjaśnić dalej się nie udało, ale z pewnością zaangażowanie wychowawczynie, pedagoga i szkolnego psychologa uczuliło dzieciaki na wiele kwestii i - daj Boże - czegoś na przyszłość

je nauczyło. Rodziców zresztą chyba też.

Kontrola rodzicielska nie działa? „Wszystko da się ominąć”

Jedno pani Monika przyznaje, bijąc się w piersi: podobnie jak inni rodzice do wybuchu tej afery nie do końca zdawała sobie sprawę, co jedenastolatki potrafią robić w sieci. Aby zmierzyć się z problemem, musiała „wgrzyźć się w tego Instagrama”. W tajniki takie jak odczytywanie historii całej aktywności i omijanie różnych blokad wtajemniczyła ją siostrzenica, starsza nastolatka.

Formalnie konto na Instagramie mogą mieć „dopiero” trzynastolatki. Jak się jednak okazuje, tak samo jak przy kontakcie na innych platformowych społecznościowych, tak i tutaj dzieciaki potrafią tę granicę wieku ominąć. Potem natomiast wiele z nich też szybko uczy się omijać „kontrolę rodzicielską” czy inne rodzicielskie „blokada”.

- Jak? Chyba nie ma sensu podawać wskazówek w artykule. Zresztą, dzieciaki potrafią je same znaleźć, jak się uprą. Gdzie?

W internecie. Przecież tam jest wszystko - mówi Paweł, doświadczony pracownik działu IT w dużej korporacji. - Wystarczy wpisać w wyszukiwarce „jak zdjąć kontrolę rodzicielską”, „jak ominąć weryfikację wieku” itp. Potem nastolatki szybko uczą się też radzić sobie z kontami zablokowanymi - niektóre zakładają po kilka nowych i korzystają. Dlaczego rodzice tego nie wiedzą? Cóż, przecież najczęściej jeśli sami mają problem cyfrowy, to o pomoc proszą własne dzieci, bo sami nie ogarniają.

Regulaminy mediów społecznościowych są jasne: wstęp od 13. roku życia. A jak wygląda rzeczywistość? Średni wiek debiutu to 11 lat, a niemal 20 procent dzieci zakłada konta jeszcze przed dziewiątymi urodzinami.

Raport Centralnego Ośrodka Informatyki (COI) pokazuje się, że w cyfrowym świecie nasze dzieci często są pozostawione same sobie. W 40 proc. polskich domów nie obowiązują żadne zasady dotyczące korzystania z internetu. I tylko jedna trzecia nastolatków przyznaje, że rodzice realnie monitorują to, co robią w sieci.

Choć większość platform (poza wersjami Kids) wymaga ukończenia 13 lat, aż 74 proc. dzieci zakłada tam konta wcześniej. Średnia to 11 lat, ale spora grupa (18 proc.) wchodzi w ten świat, nie mając nawet 9 lat (za: Radio Proste Rozmowy).

Z kolei jak wynika z raportu „Internet dzieci”, współtworzonego m.in. przez Monikę Rosę we współpracy z Państwową Komisją do spraw Przeciwdziałania Wykorzystaniu Seksualnemu Małoletnich Poniżej Lat 15 (PKDP), Gemusem, PBI i Uniwersytetem Warszawskim, z mediów społecznościowych korzysta 1,4 mln dzieci w wieku od 7 do 12 lat. Młodsze grupy wiekowe nie zostały objęte badaniem. (za: natemat.pl)

Jak zatem widać, historia ze szkoły w Toruniu nie jest żadnym wyjątkiem. Bo tam, gdzie jest dostęp dziecka do mediów społecznościowych, tam automatycznie pojawiają się problemy. Bywa, że jeszcze poważniejsze niż ten opisany i kończące się wielkimi dramatami.

Social Media w Polsce od 15 lat? Eksperci: będą trudności z wyegzekwowaniem

Do końca lutego br. klub Koalicji Obywatelskiej ma przedstawić projekt ustawy ograniczającej dostęp do mediów społecznościowych dla osób poniżej 15. roku życia.

Inicjatorami tego projektu poselskiego są byli minister edukacji Roman Giertych, obecna szefowa resortu Barbara Nowacka i przewodnicząca sejmowej komisji ds. dzieci i młodzieży Monika Rosa. Projekt ma opierać na rozwiązaniach wdrożonych w Australii, gdzie ograniczenia wiekowe dla użytkowników mediów społeczności-

wych już obowiązują. Podobne inicjatywy zapowiedziały już m.in. władze Francji i Danii.

Tyle że, po pierwsze, nie wiadomo, czy nawet koalicjanci KO w przyszłości - gdyby doszło do głosowania - ten projekt by poparli. Od początku wątpliwości co do jego sensu zgłaszają choćby niektórzy posłowie Konfederacji. Po drugie zaś - nawet gdyby takie prawo w przyszłości obowiązywało (niezależnie od zastosowanych konkretnych w nim rozwiązań), to nad sensem jego dumają też eksperci.

Na przykład cytowana przez portal „Gazety Prawnej” Dominika Bucholc, rzeczniczka prasowa KidsAlert, ma wątpliwości czy zakaz rzeczywiście da się egzekwować. - Technicznie to bardzo trudne. Istnieją VPN-y, konta zakładane na rodziców, aplikacje-klony czy zamknięte grupy na Discordzie, Telegramie i WhatsAppie, które de facto pełnią funkcję mediów społecznościowych. Dlatego sedno sprawy nie leży w samym zakazie, lecz w modelu weryfikacji wieku - mówi dla portalu.

Bucholc wskazuje też na dwa główne kierunki, które można by zastosować, decydując się jednak na nowe prawo. Każdy jednak wiąże się od razu z pewnym politycznym wyborem. Pierwszy to przerzucenie odpowiedzialności za weryfikację wieku na platformy. Tutaj pytanie jednak brzmi, czy to globalne koncerty winny gromadzić wiedzę o obywatelach i decydować, jak ją weryfikować. Drugi oddaje sprawę weryfikacji wieku w ręce państwa, np. za pomocą aplikacji mObywatel. Zdaniem ekspertki jednak takie rozwiązanie miałooby sens jedynie przy spójnym zastosowaniu go przez wszystkie państwa w UE.

U pani Moniki w domu w Toruniu - stan oczekiwania. Niby wszyscy starają się żyć normalnie, ale jednak rodzice chcieliby wiedzieć, co z kontem Marysi na Instagramie wydarzyło się naprawdę. Może wyjaśni to policja.

- Świat, w którym teraz dorastają nasze dzieci, to istne szaleństwo - podsumowuje Torunianka. Przy okazji sprawy jej Marysi dowiedziała się w szkole, że należy uważać bardzo na rosyjskojęzyczne media społecznościowe: dzieje się tam podobno o wiele gorzej, niż w tych dostępnych polskim nastolatkom, dzieciaki już i tam weszły. W szkole znają problem, bo mają sporo uczniów z Ukrainy...

Pani Monika podejrzewa zatem jedno: ciąg dalszy rozmaitych problemów „z tymi socialami” to pewnie dopiero nastąpi.

PS Imiona matki i córki zostały w tekście zmienione.

Małgorzata Oberlan

Z plastikowych opakowań i foliowych torebek korzystamy na co dzień. Nie zdajemy sobie jednak sprawy, że razem z kanapką zapakowaną w folię zjadamy miliony drobinek mikroplastiku.

Plastik, czyli syntetyczne tworzywa sztuczne, nazywane tworzywami polimerowymi, powstaje z paliw kopalnych, a przede wszystkim z ropy naftowej. W wyniku jej rozkładu powstają węglowodory takie jak m.in. etylen, propylen i butylen, a z nich produkowany jest politereftalan etylenu (PET), polipropylen (PP) czy polietylen (Pe). Z tych tworzyw powstają nie tylko torebki foliowe i plastikowe butelki czy pojemniki na żywność, ale też sztuczce, ubrania, zabawki dla dzieci czy sprzęty domowe.

Wyprodukowanie jednej foliowej torebki trwa zaledwie kilka sekund, użytkowanie jej zwykle ogranicza się do 20-30 minut, bo jest ona potrzebna tylko po to, aby przynieść zakupy do domu. Jednak taka foliowa reklamówka rozkłada się nawet 400 lat. W tym czasie zalega na wysypiskach śmieci lub trafia do gleby, rzek i mórz, gdzie zagraża nie tylko zwierzętom, ale też ludziom.

Używanie plastiku nie jest dla nas obojętne

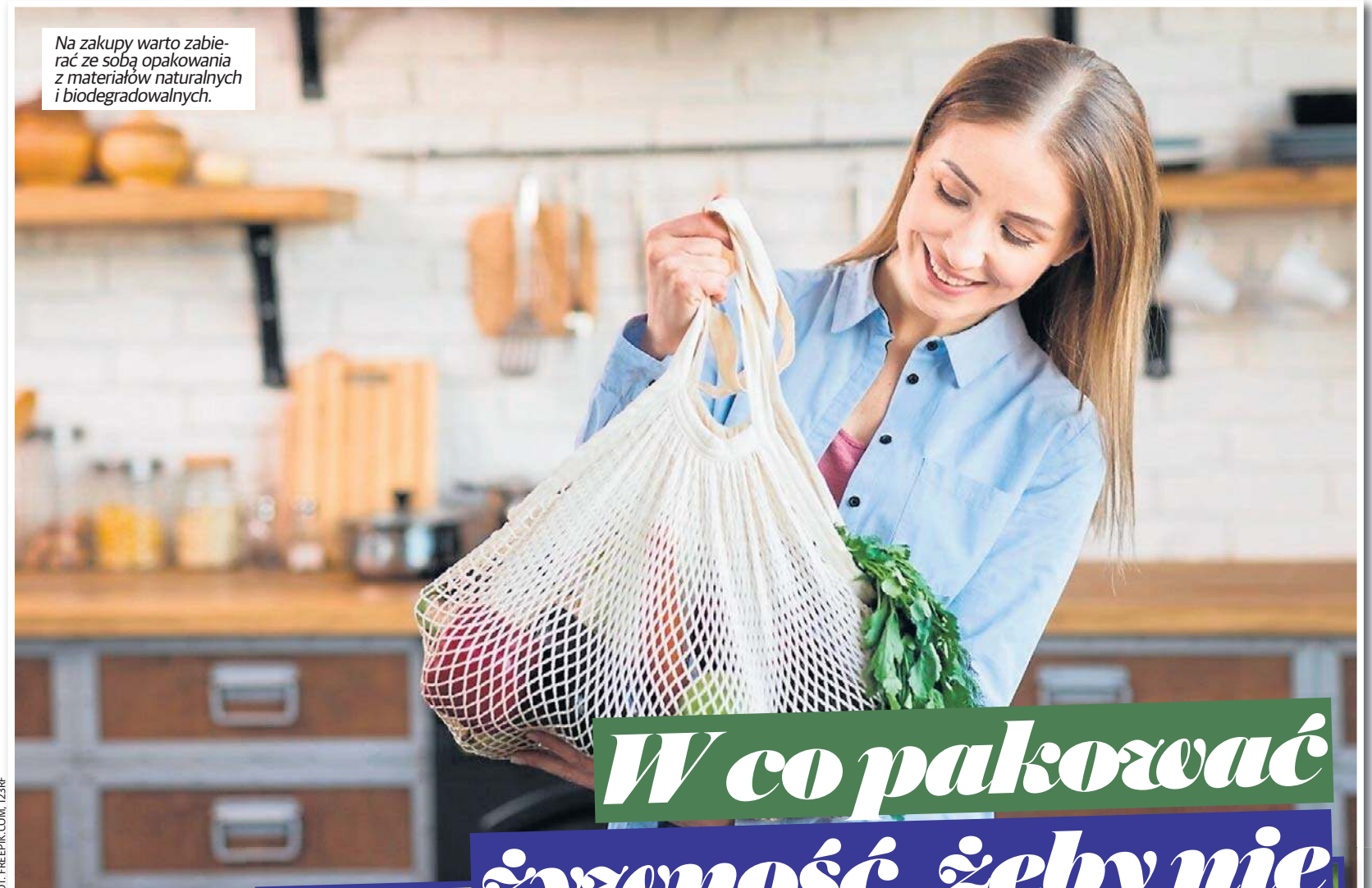
Szczególnie pakowanie żywności w foliowe reklamówki czy plastikowe lub styropianowe pojemniki sprawia, że drobiny mikroplastiku przedostają się do jedzenia, a więc zjadamy je wraz z naszym daniem.

Cząsteczki te są bardzo małe, dzięki czemu swobodnie przedostają się do krwi, wraz z którą trafiają do każdej komórki w naszym ciele oraz do wszystkich narządów. Badanie opublikowane w 2022 roku pozwoliło wykryć obecność cząstek o wielkości zaledwie 0,0007 mm w ludzkiej krwi. W badanych próbkach znaleziono plastik PET, powszechnie używany do produkcji butelek na wodę i napoje, a także polistyren, czyli popularny styropian, oraz polietylen, z którego wykonane są plastikowe torby na zakupy.

Do tej pory odkryto, że krążące w organizmie cząsteczki plastiku negatywnie oddziałują na jego funkcje.

Jedno z badań wykazało, że mikroplastiki mogą łączyć się z czerwonymi krwinkami i ograniczać ich zdolność do transportu tlenu.

Krążąc w organizmie i prawdopodobnie kumulując się w organach, powodują szereg negatywnych skutków, takich jak: stany zapalne, nowotwory, alergie, zaburzenie równowagi hormonalnej, problemy z płodnością, spadek odporności organizmu,



Na zakupy warto zabierać ze sobą opakowania z materiałów naturalnych i biodegradowalnych.

W co pakować żywność, żeby nie szkodzić zdrowiu i środowisku?

choroby układu nerwowego, zaburzenia pracy serca, otyłość czy cukrzyca.

Nie jesteśmy w stanie pozbyć się plastiku całkowicie, ale możemy znacznie ograniczyć używanie go, zamieniając plastikowe opakowania na te z materiałów naturalnych i biodegradowalnych wielokrotne-go użytku.

Torby papierowe

Taka torba zwykle wykonana jest z papieru z recyklingu, łatwo ją więc zutylizować, a także wykorzystać kolejny raz nie tylko w tej samej postaci, ale również już po jej zużyciu. Torby papierowe dostępne są już niemal w każdym sklepie i supermarkecie, warto jednak raz kupionej torby używać wielokrotnie i zabierać ją ze sobą na zakupy.

Można ją również wykorzystać do przechowywania suchych produktów, takich jak orzechy lub kasze.

Kartonowe pudełka

W supermarkecie można również skorzystać z kartonowych pudełek, w których na sklepowych półkach wystawiane są drobne produkty, takie jak np. masło, jogurty czy kasze.

Pudełka wykonane z papieru świetnie sprawdzają się jako pojemnik na zakupy, zwłaszcza gdy jeździmy po nie samochodem. Są one sztywne, dzięki czemu pro-



Przetwory najlepiej przechowywać w naczyniach szklanych.

dukty się nie pogniotą i nie rozsypią w bagażniku auta.

Torby materiałowe

Można je kupić lub uszyć samodzielnie z bluzki czy poszewki na pościel. Dzięki temu nie tylko uchronisz się przed szkodliwym wpływem plastiku na zdrowie, ale też będziesz jeszcze bardziej ekologiczna (zero waste). Torbę można prać i używać wielo-

krotnie. Należy tylko pamiętać, żeby nosić ją zawsze przy sobie.

Woreczki na warzywa i owoce

Warto zaopatrzyć się w woreczki na owoce i warzywa wykonane z naturalnych materiałów, takich jak bawełna, juta, len czy włókna bambusowe. Często są one wykonane w formie przezroczystej siatki, dzięki czemu widać, co

zostało w nich umieszczone. To ułatwia zważenie produktu na kasie bez konieczności wyjmowania go z siatki. Woreczki mogą również służyć do przechowywania produktów w domu, a nawet być wykorzystywane np. do prania.

Koszyki wiklinowe

Wiklina jest naturalnym materiałem, który bez trudu rozkłada się w środowisku. Jest trwała, a kosz wiklinowy

także stylowo się prezentuje.

Pomiesci on spore zakupy i ochroni je przed uszkodzeniem czy zgnieceniem, ponieważ w przeciwieństwie do zwykłej foliówki jest sztywny i wytrzymały. Kosz wiklinowy wykorzystasz wielokrotnie na różne sposoby, ponieważ oprócz zakupów możesz go również zabrać do lasu na grzyby czy na piknik na łonie natury.

Monika Góralska

Andrzej Sikorowski Występował w małych klubach, jeżdżąc z gitarą po całej Polsce

Pół wieku autorskiej twórczości zapewniło mu miano najpopularniejszego barda Krakowa. Andrzej Sikorowski, legendarny muzyk, wokalista i lider zespołu Pod Budą, od lat tworzy i inspiruje kolejne pokolenia miłośników piosenki poetyckiej.

Wszystko wskazywało, że pójdzie śladem taty i będzie zarabiał na życie pisaniem. Często jednak grywał i śpiewał na różnych balangach w akademiach, stąd koledzy zgłosili go do konkursu w ramach Studenckiego Festiwalu Piosenki. Poszedł - i wygrał.

Jest symbolem Krakowa - niczym Smok Wawelski. Niemal codziennie można go spotkać w bistro Vis a Vis przy Rynku Głównym. Bardzo odpowiada mu niespieszny rytm miasta. Nic więc dziwnego, że śpiewa „Nie przenieście nam stolicy do Krakowa”.

Sportowe pasje

1. Pochodzi z typowo mieszczańskiej rodziny, zakorzenio-

nej w Krakowie od kilku pokoleń. Jego dziadek miał swoje stoisko w Sukiennicach, z kolei ojciec był wziętym dziennikarzem miejskim i redaktorem naczelnym „Echa Krakowa”. Andrzej wychowywał się przy Rynku Głównym i zna dokładnie wszystkie jego zakamarki. Po szkole zrzucił tornister i ganiał z kolegami po starzych uliczkach i podwórkach.

Rodzicom się nie przelewało, dlatego chłopak nie był jakoś wyjątkowo rozpieszczany. Uczył się przyzwyczajenia, ale bez entuzjazmu. Początkowo jego pasją był sport. Regularnie oglądał w telewizji transmisje z meczów piłkarskich i zawodów lekkoatletycznych. Najpierw kopał z kumplami piłkę, a potem zapisał się do dwóch

klubów sportowych - w Wiśle trenował szermierkę, a w Wawelu - bieganie.

Chłopak z gitarą

2. Od małego ciągnęło go też do muzyki. Marzył o gitarze, ale rodziców początkowo nie było stać na zakup tego instrumentu. Dlatego dostał mandolinę i chodził na lekcje gry na niej, dzięki czemu nauczył się czytać nuty. W końcu otrzymał upragnioną gitarę i z miejsca zaczął na niej komponować swoje pierwsze piosenki. Najważniejszy był dla niego tekst, od którego zawsze zaczynał tworzenie utworu.

W międzyczasie zdał bowiem maturę i dostał się na filologię polską na Uniwersytecie Jagiellońskim. Wszystko

wskazywało więc, że pójdzie śladem taty i będzie zarabiał na życie pisaniem. Często jednak grywał i śpiewał na różnych balangach w akademiach, stąd koledzy zgłosili go do konkursu w ramach Studenckiego Festiwalu Piosenki. Poszedł - i wygrał.

Piosenki z kabaretu

3. Ruch studencki był wówczas jedyną alternatywą dla komercyjnej estrady, na której królował Krzysztof Krawczyk. Andrzej występował więc w małych klubach, jeżdżąc z gitarą po całej Polsce. Został jednak dostrzeżony i zaproszo-

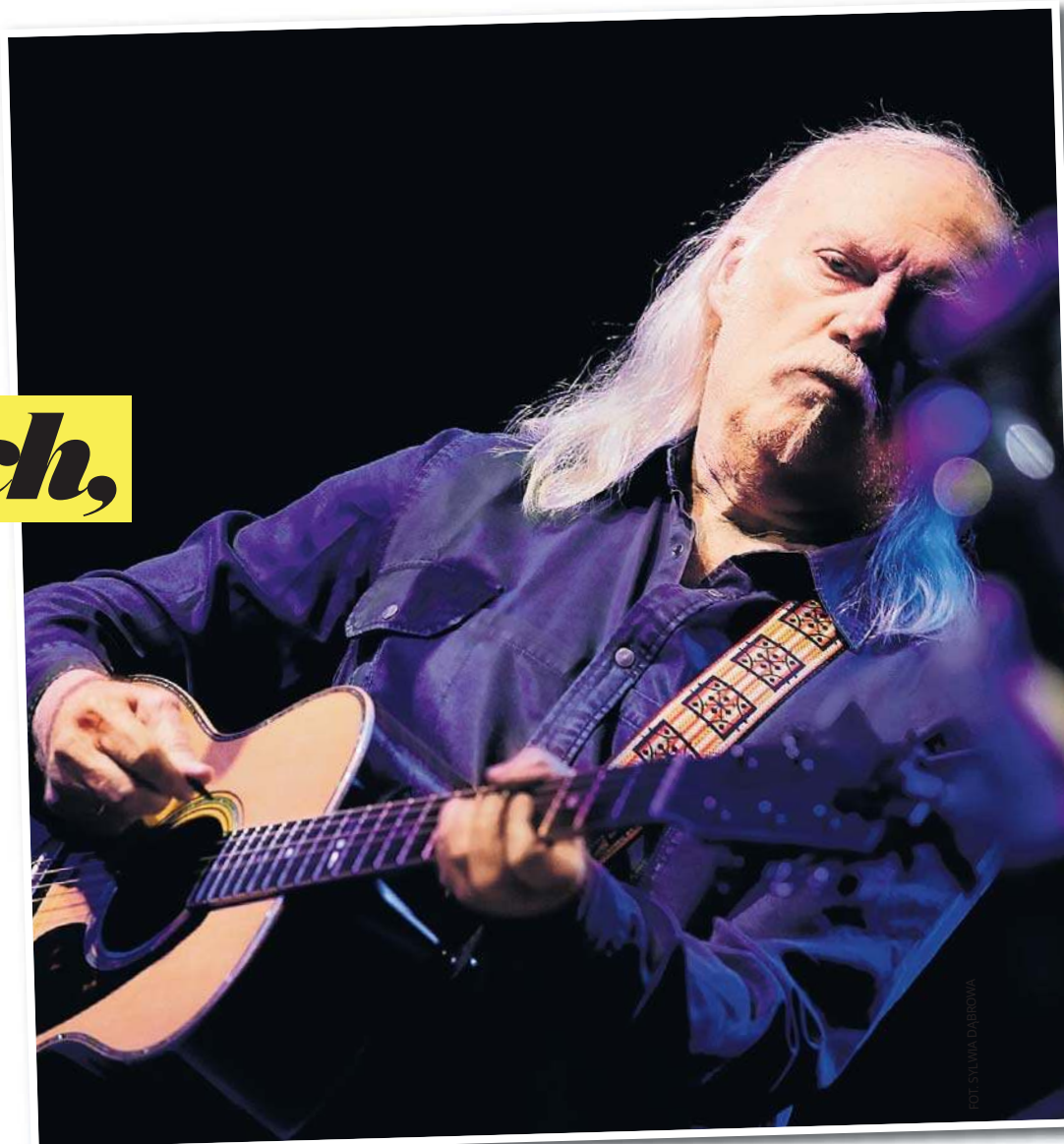
no go do programu „Spotkanie z balladą”, który przyciągał przed telewizory tłumy widzów. Tam poznał Jerzego Stuhra i Bogusława Sobczuka, którzy wprowadzili go w kręgi krakowskiej bohemy artystycznej.

Kiedy śpiewająca w studenckim kabarecie Pod Budą grecka wokalistka Chariklia Moutsou pojechała na wakacje do rodziny, Bohdan Smoleń zaproponował Andrzejowi na zastępstwo za nią. Utalentowany muzyk tak mocno zaistniał ze swymi piosenkami wśród nowych współpracowników, że Anna Treter i Jan Hnatowicz zamie-

nili kabaret na muzyczny zespół. Smoleń poszedł swoją drogą, grupa Pod Budą swoją.

Krakowski hymn

4. Gdy muzycy pojechali na festiwal do Opola, ich „Bardzo smutna piosenka retro” stała się przebojem. Chcąc nie chcąc zespół wypłynął więc na szersze wody, co działacze studenccy poczytali mu za zdradę. Sikorowski stworzył jednak z Treter i Hnatowiczem trio, które zaczęło sypać hitami jak z rękawa. Styl zespołu wyznaczało akustyczne brzmienie, melodyjne refreny i nostalgiczny klimat.



Łódź w obiektywie



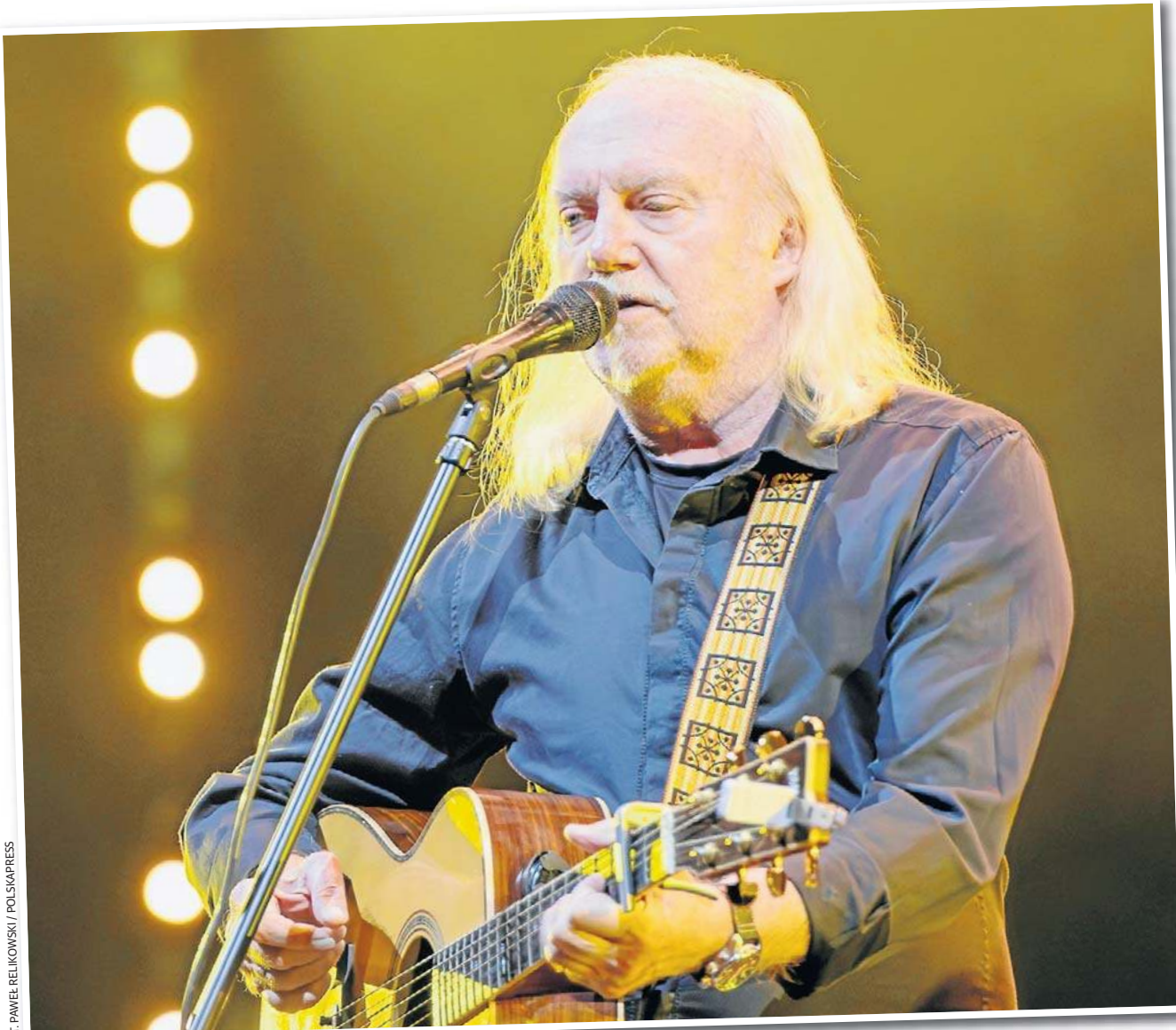
W niedzielę znów zagrała Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy. Jej 34. finał to była tradycyjna MotoSzarża na Piotrkowskiej.



W łódzkim zoo trzeba było uspić Wierę, ostatnią tygrysię syberyjską w łódzkim ogrodzie. Miała 19 lat i była chora.



Pół tysiąca maturzystów zatańczyło poloneza na Piotrkowskiej.



FOT. PAWEŁ RELIKOWSKI / POLSKAPRESS

Z czasem krakowski bard rozpoczął również udaną karierę solową, wyznaczoną siedmioma albumami. Do dzisiaj stworzył ponad 300 piosenek, które przyniosły mu ogólnopolską popularność. Jest wśród nich i ta wyjątkowa - „Nie przenieście nam stolicy do Krakowa”, którą nagrał z Grzegorzem Turnauem. Ostatnią płytę z premierowym materiałem - „Okno na Planty” - opublikował dziewięć lat temu.

Wyjątkowy duet

5. Kiedy Andrzej dołączył do kabaretu Pod Budą, szybko zakreślił się wokół wspo-

mnianej Charikli Motsiou. Piękna greczynka tak mu się spodobała, że w 1978 roku para wzięła ślub. W ten sposób krakowski muzyk dorobił się drugiej ojczyzny. Małżonkowie mają mieszkanie pod Atenami, stąd często bywają u stóp Akropolu. Andrzej bardzo lubi Grecję za jej ciepły klimat, ale i serdeczność mieszkańców.

Córka pary Maja przyszła na świat w 1980 roku. Choć od małego chodziła do szkoły muzycznej, studiowała turystykę w krakowskim AWF-ie. Nie została jednak przewodniczką, tylko zaczęła śpiewać

gościnnie z grupą Pod Budą. Z czasem wystartowała z własnymi piosenkami, śpiewając po polsku i po grecku. Najchętniej występuje jednak z tatą - i nagrała z nim aż cztery płyty. Dziś są nierozłączną parą współpracowników na scenie i w studiu.

• • •
Andrzej Sławomir Sikorowski (ur. 10 października 1949 w Krakowie) - polski piosenkarz, kompozytor, gitarzysta, pianista, akordeonista, skrzypek, autor tekstów. Od 1977 występował w krakowskiej

grupie Pod Budą. Z wykształcenia jest polonistą. Ukończył filologię polską na Uniwersytecie Jagiellońskim. W 1970 został laureatem Festiwalu Piosenki Studenckiej w Krakowie. Karierę sceniczną rozpoczął w kabarecie Pod Budą, do którego zarekomendował go Bohdan Smoleń w 1975. Jest autorem zdecydowanej większości tekstów piosenek grupy Pod Budą oraz większości kompozycji grupy.

Paweł Gzyl

Ten nasz niezwykle motoryzacyjny świat

NOWY FIAT 500 HYBRID. KLASYCZNY MIESZCZUCH

Toyota Yaris jest jednym z filarów sukcesu sprzedażowego marki w Europie oraz najchętniej wybieranym samochodem segmentu B w Polsce. Zmiany przygotowane na rok 2026 podkreślają kluczowe wartości modelu, które z każdą generacją wzmacniają jego pozycję na europejskim rynku. Toyota Yaris z roku modelowego 2026 to szeroka gama wersji wyposażenia dostosowanych do preferencji klientów, w tym usportowiona odmiana GR SPORT. Gama lakierów zostaje poszerzona o nowe odcienie Celestite Grey oraz Storm Grey, a dla wersji GR SPORT oraz Executive z pakietem Bi-Tone dostępne będzie dwukolorowe



FOT. TOYOTA

malowanie Celestite Grey/Night Sky Black.

Yarisa cały czas napędzają dwie ultraoszczędne i niezawodne hybrydy. Układ 1.5 Hybrid o mocy 116 KM jest niesamowicie wydajny, a mocniejszy układ o mocy 130 KM oferuje lepsze osiągi i bardziej angażujące wrażenia z jazdy.

Toyota Yaris z 2026 roku zyskała jeszcze bogatsze wyposażenie standardowe. Wszystkie odmiany mają teraz kamerę monitorującą kierowcę. Samochody w wariantcie Active w standardzie otrzymują teraz regulację wysokości fotela kierowcy i pasażera oraz elektrycznie składane lusterka, które nie wymagają dopłaty także w wersji Comfort.

(motofakty.pl)



FOT. TOYOTA

Od momentu debiutu w 1999 roku każda kolejna generacja Yarisa oferowała sprawdzoną niezawodność i zaawansowane technologie.



FOT. KRZYSZTOF SZYMIAK



I PO PAPIESKIM DĘBIE...

Nie udało się uratować dębu papieskiego rosnącego przed tódzka katedrą. Sadzonka posadzona w 2006 roku dobrze się przyjęła, z roku na rok korona z soczystymi liśćmi rozrastała się, obwód pnia się zwiększał. Ale od kilku lat drzewo marniało. Wypuszczało coraz mniej liści. Według specjalistów jakieś 10 lat temu drzewo zostało celowo skażone glifosatem. Mimo licznych zabiegów „odtruwających” i konserwacyjnych nie udało się go uratować. „Planuje się posadzenie na jego miejscu nowej rośliny” - informuje tódzki magistrat.



FOT. GRZEGORZ GAŁĄSIŃSKI

Poniedziałkowy poranek przyniósł kolejną tej zimy ślizgawkę. Na wychłodzoną ziemię spadł marzący deszcz. Rozwiązanie? Specjalne raczki!

1943 rok był decydującym w „Bitwie o Atlantyk”. Obie strony dysponowały dużymi siłami, obie też miały szansę na ostateczne zwycięstwo. Alianci dysponowali ASDOC-em, radarem, urządzeniem „Huff-duff” i flotą samolotów zwalczających okręty podwodne.

Niemcy mieli coraz nowocześniejsze U-booty, bardzo wiele doskonale wyszkolonych załóg, nowe urządzenia ostrzegające o namierzeniu, nowocześniejsze torpedy.

Pojawienie się brytyjskiego radaru 10-centymetrowego było zupełnym zaskoczeniem dla Niemców. Nie znając takiej długości fal radarowych Niemcy nadal korzystali na swoich U-bootach ze standardowego wykrywacza radaru „Metax” wykrywającego fale o długości 1,5 metra. Dlatego zaskoczeniem było nagłe pojawienie się samolotów - tropicieli, które bombami obrzucały okręty podwodne.

Jeden z zestrzelonych pilotów alianckich zeznał w czasie przesłuchania (do dziś nie wiadomo dlaczego), że samoloty tak dokładnie atakują U-booty rejestrując promieniowanie ich urządzenia „Metax”.

Niemieccy naukowcy dokładnie przebadali urządzenie minimalizując jego promieniowanie tak jak tylko było to możliwe. Ataki samolotów ponawiały się jednak i U-booty nadal najbardziej obawiały się zaskakującego ataku z powietrza.

Naukowcy niemieccy zaczęli się domyslać, że w grę może wchodzić nowy typ radaru pra-

cującego na znacznie krótszych falach. Wkrótce sprawa wyjaśniła się. Nad Holandią został strącony bombowiec „Sterling” wyposażony w lotniczy radar H2S pracujący na falach 10-centymetrowych.

Wszystko stało się jasne. Natychmiast przystąpiono do konstrukcji urządzenia ostrzegającego o opromienianiu wiązką nowego radaru. Tak powstał „Naxos” - aparat uprzedzający załogi U-bootów o wykryciu ich przez nowy brytyjski radar 10-centymetrowy.

Na szczęście dla Brytyjczyków „Naxos” miał mały zasięg i był niezwykle czuły na uszkodzenia. Jednocześnie, już od momentu wprowadzenia radaru 10-centymetrowego rozpoczęto prace nad radarem o jeszcze krótszej fali - 3 centymetry. Widziano bowiem, że Niemcy prędzej czy później wpadną na ślad dotychczasowego radaru.

Pierwszy ASV pracujący na falach 3-centymetrowych pojawił się w styczniu 1944 roku. Dla zabezpieczenia go przed wykryciem zastosowano specjalne pokreślone zmniejszające siłę wiązki radarowej.

Po wykryciu U-boota operator redukował tak siłę działania radaru by widzieć przeciwnika, a samemu być niewidzialnym.

Walka o konwoje na Atlantyku



Przełomem w podwodnej wojnie okazało się użycie przez aliantów lotnictwa.

FOT. WIKIMEDIA COMMONS

Mimo że Niemcy po pewnym czasie zastosowali nowy system wykrywania „Tunis” efekt nie był zbyt skuteczny.

Lepszy efekt miało przynieść pokrywanie wystających elementów okrętów podwodnych (najbardziej narażonych na działanie radaru) specjalną

warstwą pochłaniającą ale - „Sumpf”. Mimo ogromnych nakładów efekt okazał się mizy.

Słona woda tak szybko niszczyła pochłaniającą warstwę gumowo-węglową, że wykrycie okrętu podwodnego znów było niezwykle proste.

Luftwaffe próbowała jeszcze bronić podwodnej floty podwodnej Doenitza wysyłając myśliwską wersję Ju-88 do eskorty U-bootów. Brytyjczycy odpowiedzieli myśliwcami ochrony i klęska Kriegsmarine stała się w ten sposób oczywista.

Kalendarium

Wydarzyło się 30 stycznia

- 1933 - Adolf Hitler został mianowany kanclerzem Niemiec przez prezydenta Paula von Hindenburga.
- 1965 - Odbyły się uroczystości pogrzebowe Winstona Churchilla.
- 1968 - Studenci przeprowadzili demonstrację pod pomnikiem Adama Mickiewicza w Warszawie przeciwko zdjęciu przez cenzurę spektaklu „Dziady” w reżyserii Kazimierza Dejmka.
- 1969 - Na dachu budynku Apple Records w Londynie odbył się ostatni występ grupy The Beatles.
- 1989 - Amerykanie ewakuowali swoją ambasadę w Kabulu w związku z wycofaniem z Afganistanu wojsk radzieckich i groźbą wojny domowej.
- 1991 - W Teatrze Dramatycznym w Warszawie odbyła się prapremiera musicalu „Metro” w reżyserii Janusza Józefowicza.
- 2005 - Po raz pierwszy po obaleniu reżimu Saddama Husajna w Iraku odbyły się wybory parlamentarne.

Rzeź powstańców koło Strykowa

163 lata temu wybuchło Powstanie Styczniowe. Na ziemi łódzkiej miało miejsce ponad 100 bitew i potyczek Powstania Styczniowego.

Zginęły w nich setki powstańców, inni zostali ranni, trafili do rosyjskiej niewoli, a potem zostali zesłani na Syberię.

Powstanie Styczniowe wybuchło w nocy z 22 na 23 stycznia 1863 roku. Kilka dni później na terenie dzisiejszej Łodzi, w lasu radogoskim, w okolicach Parku Julianowskiego, zaczęto tworzyć oddział powstańczy. Liczył około trzech tysięcy ochotników, w tym siedemset pięćdziesięciu chłopów z podłódzkich wsi. Początkowo na jego czele stanął J. Fijałkowski. Ale wkrótce dowództwo objęli ks. Józef Czajkowski oraz Piotr Tampicki. Sformo-

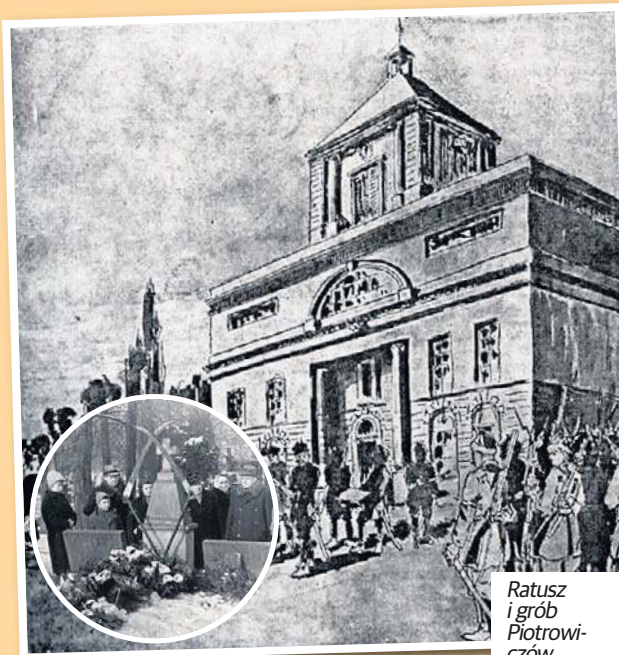
wano dwie kompanie - strzelecką i kosynierską. Następnie ks. Józef Czajkowski odczytał Manifest Rządu Narodowego i dekrety o uwłaszczeniu chłopów. Potem odebrał od powstańców przysięgę, po czym wręczył im sztandar.

Następnie śpiewając: Jeszcze Polska nie zginęła, oddział powstańców opuścił las radogoski i ruszyli w kierunku Łodzi. Powstańcy zdjęli z ratusza orła rosyjskiego, a na drzwiach umieścili tekst Manifestu Rządu Narodowego, wzywający cały naród do boju.

Stamtąd przeszli ul. Piotrkowską do siedziby niemieckiego towarzystwa strzeleckie-

go, gdzie zarekwirowali 72 sztucery. Potem okazało się, że z broni wymontowano kurki i sztucerów nie można było używać. Powstańcy zaczęli zbierać konie z łódzkich fabryk, a w Banku Polskim wypłacono im blisko 20 tysięcy rubli. Jak zanotowali kronikarze, 1 lutego, około czwartej nad ranem powstańcy opuścili Łódź. Skierowali się do lasów rossoszyckich. Chcieli się połączyć z oddziałem Józefa Oxińskiego, dowodzącego grupą partyzantów z Sieradza. Ale zostali rozbici pod Wronowicami. Po tym wydarzeniu łódzcy powstańcy rozproszyli się.

Anna Gronczewska



Ratusz i grób Piotrowiczów

Więcej

Bitwa pod Dobrą i jej ofiary

Największym wydarzeniem Powstania Styczniowego w okolicach Łodzi była bitwa pod Dobrą koło Strykowa. Doszło do niej 24 lutego 1863 roku. Trwała kilka godzin. Powstańcy zostali okrażeni. Ostatnia faza bitwy była rzezią Polaków.

- Bój zamienił się w końcu na ręczne zapasy - tak opisywał tę bitwę Wiktor Jaworski, przedstawiciel Rządu Tymczasowego.

W bitwie zginęło siedemdziesięciu powstańców, w tym siedemnastu łódzian. Wielu powstańców zastało rannych.

Kapral Yokoi, przekonany, że wojna z Amerykanami wciąż trwa, ukrywał się w dżungli na wyspie Guam na Marianach. Znalezione go dopiero 24 stycznia 1972 r.

Przypadek Yokoiego dowodzi, że wielu japońskich fanatyków przez dekady nie uwierzyło w koniec wojny. Unikali ludzi, żyli z dnia na dzień i czekali, aż zostanie uratowany przez własne wojska. Yokoi, podobnie jak Robinson zbudował prymitywny dom, robił własne ubrania, jadł ryby, spreparowane jadowite żaby, węże i szczury.

„Zostałem tylkoja”

Zajrzyjmy do CV naszego bohatera. Shoichi Yokoi urodził się w 1915 r. w Nagoi, czyli w południowej części wyspy Honsiu. Przed wojną pracował jako krawiec, co zresztą później pomogło mu w przetrwaniu. W 1941 r. został powołany do japońskiej armii, a w lutym 1943 r. trafił na wyspę Guam jako żołnierz oddziałów zaopatrzeniowych. Latem następnego roku, gdy podczas amerykańskiej ofensywy japońska linia obrony została przełamana, Yokoi wraz z innymi żołnierzami musiał ratować się ucieczką do dżungli.

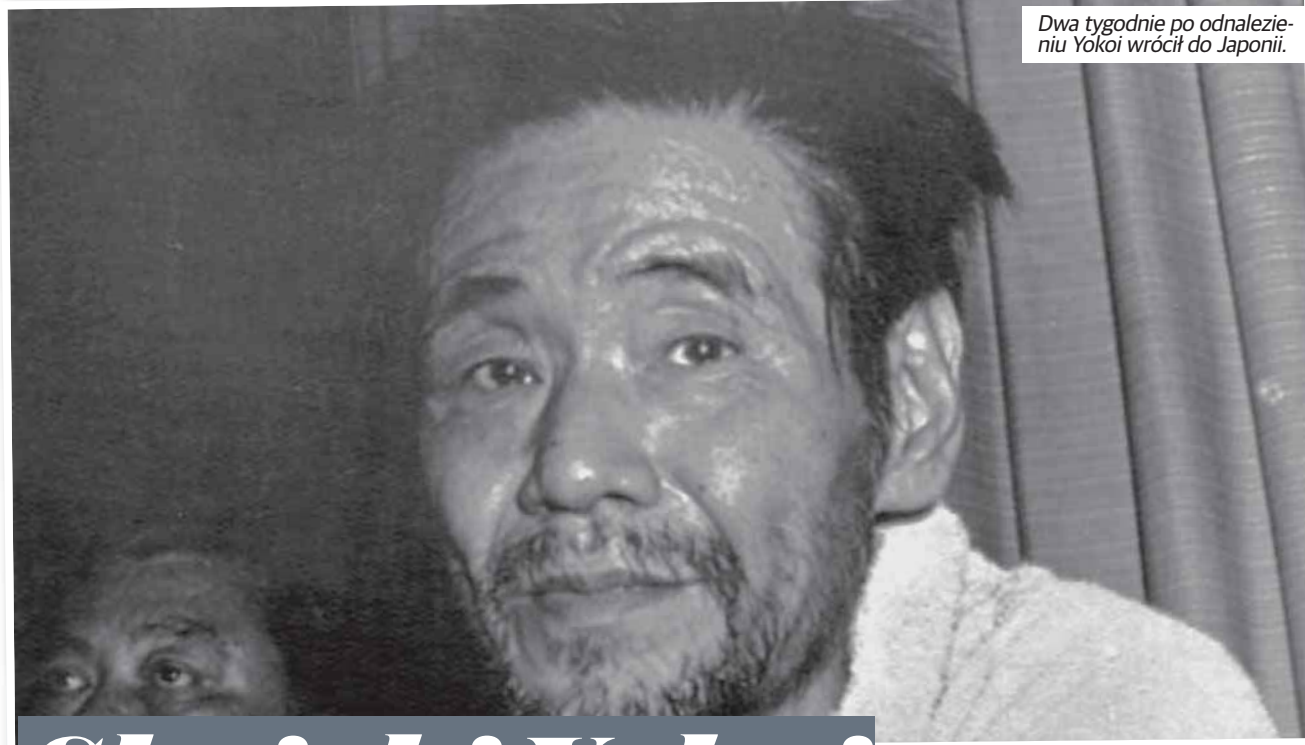
Nawet przez chwilę nie myśleli o poddaniu się jankesom. Wychowani w duchu bezwzględnej lojalności wobec cesarza i przekonani, że poddanie się jest hańbą, postanowili nie składać broni i walczyć. W ciągu kilku miesięcy liczba ukrywających się Japończyków zmalała do kilkudziesięciu. By przeżyć, zabijali wypasane na wyspie krowy, dzięki czemu zyskiwali jedzenie na kolejne dni swojej ucieczki.

Ukrywali się najpierw w grupie, a potem w coraz mniejszym gronie. Z czasem Yokoi pozostał zupełnie sam, przekonany, że wojna trwa lub że dla niego nie ma już powrotu do ojczyzny.

Przed snem kodeks

Aż trudno uwierzyć, że Yokoi trwał na posterunku aż 28 lat. Żył w dżungli, korzystając z umiejętności wyniesionych z rodzinnego domu i wojskowego szkolenia. Swoją podziemną schron wzmocnił bambusem i wyposażył w prymitywną toaletę. Dzięki doświadczeniu krawiekiem potrafił szyc ubrania z włókien roślinnych i skórek zwierząt, a narzędzia i pułapki konstruował z dostępnych materiałów.

Co jadł? Jego dieta składała się głównie z żab, szczurów, węży, krewetek rzecznych, okazjonalnie owoców i orzechów. Z czasem nauczył się usuwać jad z trujących ropuch, które hodował w swoim schronie. Wodę do picia gotował, by uniknąć chorób, a ogień rozpałał za pomocą prochu z amunicji. Przez cały czas unikał kontaktu z ludźmi, obawiając się schwytania przez Amerykanów lub miejscowych „kolaborantów”.



Dwa tygodnie po odnalezieniu Yokoi wrócił do Japonii.

Shoichi Yokoi i ostatni żołnierze II wojny światowej

Nocami recytował kodeks honorowy armii japońskiej. Chodziło zapewne o ten wydany w styczniu 1941 r., który opierał się na tzw. „Reskrypcie Cesarzowskiej do Żołnierzy i Marynarzy”. Był to zbiór zasad opartych na uwspółcześnionej filozofii bushido, kładących nacisk na absolutną lojalność wobec Cesarza, bezwzględne posłuszeństwo i preferencję śmierci nad hańbą poddania się.

Prosił o śmierć

Owego 24 stycznia 1972 r. natknął się na grupę miejscowych myśliwych. „Spanikował, bo bał się, że zostanie wzięty do niewoli, co było największym poniżeniem dla japońskiego żołnierza. „Prosił tych myśliwych, żeby go zabili” - wspominał po latach jego siostrzeniec Omi Hatashin, który zredagował później wspomnienia Yokoia.

Myśliwi niemalże siłą zabrali heroicznego wojaka do osady, w której mieszkali, by udzielić mu niezbędnej pomocy. „W czasie drogi Yokoi szarpał się i płakał, błagając o śmierć; chciał, by spotkał go los, jaki czekał na każdego honorowego samuraja” - dodawał jeden z myśliwych.

Robinsona zbadał lokalny lekarz i - co ciekawe - okazało się, że jest on w zadziwiająco dobrej kondycji fizycznej. Gdy badano go już w Japonii, okazało się, że wykazuje „nieznaczne odchylenia” w sferze neurologicznej, ale

oficjalnych danych zdrowotnych nigdy nie ujawniono.

Powrót bohatera

Już dwa tygodnie po odnalezieniu Yokoi wrócił do Japonii, a jego powrót stał się medialną sensacją. „Czuję się wielce zaskoczony, że wracam żywym” - słowa Yokoiego, które wypowiedział zaraz po powrocie do domu, stały się w Japonii niemal symboliczne.

W krótkim czasie ożenił się i zamieszkał w prefekturze Aichi. Co wielce charakterystyczne - armia wypłaciła mu zaległy żołd, a władze przyznały emeryturę. W 1991 r. Yokoi dołączył do szczytu spotkania z cesarzem Akihito, którego chciał przeprosić za „hańbę”, jaką była jego ucieczka przed wrogiem.

Pytany, dlaczego ukrywał się w dżungli tak długo, odpowiedział wymijająco: „Miałem trudne dzieciństwo, żyłem z bardzo nieprzyjemnymi krewnymi. Trzymałem się dżungli, ponieważ nie chciałem mieć z nimi do czynienia”. Wszyscy jednak wiedzieli, że kierował się zupełnie innymi pobudkami.

„Yankee go home”

Jak czytamy w posłowie Omi Hatashina, jego krewny nigdy w pełni nie przyzwyczał się do życia w nowoczesnym kraju. Z każdym rokiem stawał się coraz bardziej nostalgiczny i zamknięty w sobie. Przed swoją

śmiercią w 1997 r., w towarzystwie żony, odbył co prawda kilka podróży na Guam (otwarto tam muzeum na jego cześć, liczące... osiem metrów kwadratowych), ale „nie okazywał żadnych emocji”.

Shoichi Yokoi zmarł 22 września 1997 r., w wieku 82 lat, na atak serca. Pochowano go jak narodowego herosa. Reportrzy zauważyli, że w żegnającym go tłumie pojawiły się nawet antyamerykańskie hasła, żądające m.in. opuszczenia przez US Army baz na terytorium Japonii.

Żołnierze Cesarza

Yokoi nie był jedynym żołnierzem, który padł ofiarą armijnej indoktrynacji. Nie był nawet „wojennym rekordzistą” w ukrywaniu się przed zwycięzcami. Pierwszymi udokumentowanymi przypadkami tego typu był 46-osobowy oddział kapitana Sakae Oby, który prowadził partyzancką walkę na wyspie Saipan do grudnia 1945 r., czyli przez miesiące po poddaniu się Japonii.

W 1949 r. amerykańskim żołnierzom poddało się dwóch Japończyków ukrywających się na Iwo Jimie. W latach 50. dwóch kolejnych „żołnierzy cesarza” poddało się policji na Filipinach, zaś dekadę później na wyspie Guam broń złożył Tadashi Ito, który walczył w ukryciu przez 26 lat.

Rekord Nakamury

Wojennym długodystansowcem okazał się jednak szeregowy Teruo Nakamura, wcielony do japońskiej armii w 1943 r. i wysłany na indonezyjską wyspę Morotai. Po jej zajęciu przez aliantów we wrześniu 1944 r. Nakamura został uznany za zmarłego.

Odnaleziono go dopiero 18 grudnia 1974 r., dwa lata później niż Yokoiego, co oznacza, że swoją walkę prowadził aż 30 lat. Przetransportowano go od razu do szpitala w stolicy Indonezji, Dżakarcie. Po zakończeniu leczenia, poprosił o przewiezienie go na Tajwan, gdzie się urodził.

Z faktu, że Nakamura nie był etnicznym Japończykiem, nie przysługiwała mu japońska emerytura. Jako były żołnierz otrzymał tylko niedużą odprawę, co spotkało się ze społecznym odzewem - mieszkańcy Tajwanu oraz rząd zebrali

na rzecz Nakamury okazałą kwotę, za którą mógł się utrzymać. Zmarł w 1979 r.

Przypadek Onody

Nakamurze dorównał Hiroo Onoda, pochodzący z Kamekawy w dystrykcie Kaisō, który ukrywał się do marca 1974 r. na wyspie Lubang na Filipinach. Przed wojną pracował w firmie handlowej, a zmobilizowany w 1942 r. trafił do wywiadu armii japońskiej. Otrzymał rozkaz, aby z trzema podwładnymi dokonywać na Lubangu sabotaży wymierzonych w amerykańską infrastrukturę.

Kiedy Japonia podpisała kapitulację i wojna się skończyła, ataki Onody nie zakończyły się. Władze Filipin przez kolejne lata podejmowały różne próby przekonania Onody, że wojna naprawdę zakończyła się w 1945 r., ale bezskutecznie. Japończycy stawiali się coraz większym problemem, tym bardziej, że dość regularnie dochodziło z ich udziałem do potyczek z miejscowymi mieszkańcami - przez niemal 30 lat Onoda i jego towarzysze zabili ok. 30 osób, sądząc, że walczą z wrogiem.

W końcu, kiedy reszta żołnierzy została zabita w wyniku przypadkowych strzelanin, Onoda został sam.

Granaty i sztylet

20 lutego 1974 r. w jego kryjówce pojawił się podróżnik Norio Suzuki, który przekonał go, że wojna z Amerykanami naprawdę się skończyła. Ostatecznie Onoda ujawnił się i zrzucił mundur, gdy na wyspie zjawił się jego były dowódca - Yoshimi Taniguchi.

Poddanie obyło się ceremonialnie. Taniguchi wydał mu rozkaz: „Zgodnie z rozkazem Cesarstwa Czternasta Armia Obszaru zaprzestała wszelkiej działalności bojowej. (...) Jednostki pod dowództwem Eskadry Specjalnej mają natychmiast zaprzestać operacji wojskowych i oddać się pod dowództwo przełożonego, a jeśli nie uda się znaleźć żadnego oficera, mają oni skontaktować się z siłami amerykańskimi lub filipińskimi i postępować zgodnie z ich instrukcjami”.

Hiroo Onoda dopiero wówczas poddał się oraz oddał całą zgromadzoną broń, w tym miecz, 500 sztuk amunicji, kilka granatów i sztylet. Zmarł w 2014 r. w Tokio.

Mariusz Grabowski



Hiroo Onoda ukrywał się do marca 1974 r., odnalazł go podróżnik Norio Suzuki.



Kardynał Krajewski: Zło jest krzykliwe, ale dobro jest zaraźliwe. Jeśli ludzie wiedzą, co my czynimy, włączają się.

Kardynał Konrad Krajewski: Miłość jest „stuknięta”

FOT. KAROLINA MIEŻTAŁ

Jako jałmużnik Ojca Świętego staram się biec do tych, którzy się źle mają, i im pomagać. To nie oni mają przyjść do nas, ale my do nich. Tak robił Jezus, to jest Ewangelia, a ja staram się żyć logiką Ewangelii - mówi kardynał Konrad Krajewski.

Przyznaje, że funkcja jałmużnika papieskiego całkowicie zmieniła jego życie. Niedawno za pomoc Ukrainie otrzymał medal od prezydenta Zełenskiego. Wydał też książkę-przesłanie: „Idź i czyn dobro”. W rozmowie z Vatican News opowiada m.in. o tym, co powiedział mu Leon XIV, o nocy spędzonej z bezdomnymi, wydawaniu ogromnych kwot na pomoc potrzebującym i mądrych wskazówek papieża Franciszka.

Księżę Kardynale, skąd ten tytuł książki: „Idź i czyn dobro”?

To jest przesłanie ewangeliczne. Może nie wypowiedziane bezpośrednio, ale kiedy czytamy Ewangelię, to tam przede wszystkim istnieje „dziś”. Mówi się o czasie, który jest nam dany. Dziś nam jest dane, natomiast jutro dla nikogo z nas nie jest pewne. Więc jeżeli mam być dobry, to mam być dobry dziś. I dlatego, nie zwlekając, trzeba czynić dobro dziś, bo jutro już może nas nie być. Tu pobrzmie-

wają też słowa księdza Twardowskiego: Kochajmy dzisiaj ludzi, bo jutro ich może nie być. A kochać mamy wszystkich ludzi.

Z książki dowiadujemy się najwięcej o miłości do osób ubogich, bezdomnych, potrzebujących, dziś odrzuconych.

Ja staram się żyć logiką Ewangelii. To jest bardzo trudne - żyć Ewangelią bez komentarza, który na ogół ją rozwadnia. Mówi się w ten sposób: „Jezus powiedział, ale dzisiaj żyjemy w innym świecie, w innych okolicznościach”, i tak dalej, i tak dalej. Nie, Ewangelia jest dzisiaj aktualna i jest na dzisiaj. Czytamy Marka - jak się zaczęła publiczna działalność Pana Jezusa? Tak, że spotyka trędowatego, spotyka sparaliżowanego, a następnie spotyka Mateusza, znienawidzonego celnika, i mówi: „Idź za mną”. Najpierw spotyka się więc z tymi, którzy potrzebują pomocy, którzy są opuszczeni, zanurzeni w grzechu, zanurzeni w cierpieniu. Tak jest. Jezus idzie. On idzie jako lekarz. Lekarza potrzebują ci, którzy się źle mają. Więc idzie najpierw do nich. I tak próbowałem to realizować jako jałmużnik i staram się nadal - dopóki jestem jałmużnikiem w imieniu Ojca Świętego

- że to my biegniemy do tych, którzy się źle mają, i to my im pomagamy. Papież Franciszek mówił: „Zostaw to biuro, zostaw biurko, wyjdź na ulicę i szukaj Jezusa zranionego”. I to jest Ewangelia. To robił Jezus każdego dnia. Sam fakt, że to ludzie mają przychodzić po pomoc do nas, do urzędów, fundacji, to jeszcze nie Ewangelia w pełni. Ewangelia w pełni jest wtedy, kiedy my wychodzimy i szukamy. Myślę, że trafnie naszą Dykasterię określił papież Franciszek jako Pronto Soccorso, czyli Pogotowie Ratunkowe Miłosierdzia. To znaczy, że na wieść o tym, że coś się dzieje, biegniemy i szukamy, aby pomóc tym ludziom.

Ale czy musimy być w tym tak radykalni? Bo z Księdza książki wynika, jeśli ktoś ją tak na poważnie weźmie do siebie, że wręcz należało by zmienić swoje życie.

Ale taka jest dokładnie Ewangelia. Jest bardzo radykalna. Do tego stopnia, że ta radykalność stawia wszystko na głowie, tak jak miłość. Proszę zauważyć: miłość nie tylko jest radykalna, ale „stuknięta”. Jeśli miłość nie jest „stuknięta”, to nie jest miłością, ponieważ ona kieruje się zupełnie innym prawem niż to, które my sobie ustaliliśmy. Matka będzie kochać swo-

je dziecko, nawet jeśli ono jest w więzieniu. Taka jest miłość i Ewangelia, która wszystko stawia odwrotnie niż świat. Dlatego Jezus nam ciągle przypomina, że nie jesteśmy z tego świata, że nie można stać okrakiem - i w świecie, i w Ewangelii. Jeśli jesteśmy w Ewangelii, to na pewno jesteśmy też w świecie. Jeśli jesteśmy w świecie, to nie znaczy, że jesteśmy w środku Ewangelii.

Papież Franciszek, jak czytamy w książce, powiedział na początku Księdza posługi jako jałmużnika: „Jeśli chcesz wiedzieć, czego potrzebują bezdomni, idź do nich, spędź z nimi noc i wtedy będziesz wiedział”. Tak to wyglądało?

To wyglądało dokładnie tak, bo wszystkie te inicjatywy, które powstały, zostały spowodowane przez papieża Franciszka. Ale papież tylko nadał kierunek, natomiast nie mówił, co to ma być i jak to ma być. Nam się może wydawać, że jak ja kupię bułkę i zaniósę ubogiemu na ulicę, to już jest pełne szczęście. Ale ja go nie zapytam, czy ma zęby, czy on tą bułkę może w ogóle zjeść. Czy on nie jest cukrzykiem. Czy on może jeść to, co ja mu daję. Natomiast gdy się usiadzie z bezdomnymi, nie trzeba wcale dużo mówić. To

oni mówią, bo na ogół nikt ich nie słucha. To jest pierwsza rzecz. A druga, że dowiadujemy się rzeczy, o których byśmy nie myśleli. Na przykład na samym początku, kiedy zostałem jałmużnikiem i zacząłem ich słuchać, ci biedni mówili: „My nie mamy się gdzie załatwić”. Nie ma w Rzymie otwartych ubikacji. Turyści, kiedy przyjeżdżają do Rzymu, idą do baru i - kupując kawę - mogą iść do łazienki. A oni do baru czy do restauracji nie mogą wejść. A publicznych toalet nie ma. Więc otworzyliśmy toalety dla nich. Nie mieli się gdzie wykąpać, więc otworzyliśmy natychmiast na Placu Świętego Piotra prysznic, gdzie 200 osób dziennie się kąpie. Jeśli już są umyć, to potrzebują białej bielizny świeżej. Jeśli już są umyć, przybrani, to dlaczego ich nie zbadać? Stąd powstał pomysł ambulatorium. Jeśli już są u nas umyć i zbadani, to dlaczego mieliby nie pójść do fryzjera? Bo najwięcej mają problemów właśnie z chorobami skóry, z włosami. Więc powstał od razu zakład fryzjerski dla nich. I w ten sposób, słuchając ich, wiedzieliśmy, co mamy robić.

Ale do tego też potrzeba ludzi chętnych, fryzjerów chociażby, czy lekarzy, którzy badają w laboratorium. Skąd oni się biorą?

Więc tak: zło jest krzykliwe, ale dobro jest zaraźliwe. Jeśli ludzie wiedzą, co my czynimy, włączają się. Podam przykład. Pojechałem do jednego z marketów i wziąłem od razu 60 kg bananów - dwa olbrzymie pudła. Podszedłem do kasy z wózkiem i wtedy podchodzi do mnie jedna pani i mówi: „Ja wiem, dla kogo ksiądz te banany kupuje”. Wyciągnęła kartę płatniczą i zapłaciła. To jest odpowiedź na pana pytanie. Takie jest dobro. Jeżeli ludzie wiedzą, co my robimy, to bardzo chętnie pomagają. Często chcą pomagać, a nie wiedzą jak. A my wiemy. Robimy dokładnie to, co robiłby Jezus, więc leczymy ludzi z bezdomności, próbujemy im przywrócić godność, a jednocześnie dajemy im też posługę duchową, która jest bardzo ważna.

W jaki sposób?

Proszę zobaczyć, jak Jezus zareagował na paralytika spuszczonego przez dach do pomieszczenia, w którym przebywał. Zapytał, co jest łatwiej powiedzieć: „Wstań, idź, jesteś uzdrowiony”, czy „Odpuszczają się twoje grzechy?”. Łatwo jest powiedzieć „wstań, idź”, bo przecież mamy pełne szpitale, tam się idzie po to, żeby odzyskać zdrowie. A konfesjonały wcale nie są takie pełne. Czyli o wiele

trudniej jest przywracać godność człowieka, który ją otrzymał od Boga, niż wyleczyć człowieka. A te dwie rzeczy muszą iść w parze. Papież Franciszek bardzo często mnie pytał o to, czy zaspokajamy wszystkie potrzeby naszych biednych. To nie chodziło tylko o prysznic, o umycie się, dokumenty, ale pytał przede wszystkim, czy zapewniamy im pomoc duchową. Po pierwsze, czy ich słuchamy. Czy jesteśmy z nimi. Czy opowiadamy im o Jezusie.

Rozumiem, że opowiadacie.

Wie pan, kiedy jesteśmy z nimi, to oni sami pytają: „A dlaczego ty jesteś taki dobry dla nas?”. Ja wtedy najczęściej odpowiadam to, co mi przychodziło zupełnie spontanicznie. Robię to, co by zrobił Jezus. I to jest właśnie odpowiedź na tytuł tej książki: „Idź i czyń dobro”. I jakiegokolwiek by nie były podobki czynienia dobra, dobro jest dobrem.

Mówi Ksiądz Kardynał kilkakrotnie na łamach książki: „Najpierw czyni, potem słowa”. Dlaczego?

Jezus szedł i dotykał ludzi, uzdrawiał. Czyni są bardzo ważne. W dniu, w którym rozmawiam z panem, czytana jest Ewangelia o powołaniu Mateusza. Ta Ewangelia mówi, że nie ma świętego, który nie ma swojej kiepskiej przeszłości. Mateusz miał fatalną przeszłość. Znienawidzony był, żył z grzechu, z poboru pieniędzy. Ale każdy grzesznik ma swoją przeszłość. I to daje Jezus. Jeżeli idę i uklękę przy kratkach konfesonatu i powiem Jezusowi o swojej przeszłości, to już jej nie ma. Grzechy są odpuszczone. On nie tylko przebacza grzechy, ale obdarza mnie pokojem i mówi: „Idź i bądź święty”. To jest dzisiejsza Ewangelia. I jeżeli ja, wychodząc na ulicę, wprowadzę ją w czyn, wiedząc, że każdy z tych ludzi ma swoją przeszłość - ale Jezus nie męczy się Jego grzechami - to mój czyn pomaga temu człowiekowi przywracać godność.

Jesteście zawsze przygotowani, by pomagać?

Kiedyś była powódź w Rzymie i w jednej z dzielnic zalało bardzo dużą ilość domów. To się stało w sobotę i papież Franciszek do mnie zadzwonił. Mówi: „Weź pieniądze i jedź natychmiast i tym rodzinom zapłać za hotel, żeby miały gdzie przynocować”. Ja mówię: „Ojciec Święty, ale jest sobota i banki są pozamykane”. On na to: „To ty jesteś jałmużnikiem i nie masz pieniędzy do dyspozycji na miejscu? Jak to jest możliwe? To jest tak, jakby ktoś miał łódź, a wiosła by były zamknięte na sobotę i na niedzielę”. Wtedy zrozumiałem, że nasza pomoc musi być zupełnie inna. Musi-

my być zawsze gotowi. Stąd zrodziło się to pojęcie pogotowia ratunkowego, które zawsze jest czynne.

Ksiądz Kardynał w książce bardzo często wspomina o wskazówkach, nawet ostrych przytykach papieża Franciszka...

Papież Franciszek był bardzo konkretny. To był człowiek, który w momencie, kiedy już został papieżem, miał ogromne doświadczenie życiowe i z tego skarbcza swojego życia wyciągał rzeczy tylko istotne. Nie zajmował się narracją, tylko dawał konkretne rozwiązania. Pamiętam, jak pierwszy raz wysłał mnie na Lampedusę, kiedy przerwrocił się statek i ponad 300 osób zginęło. Jak wychodziłem, to papież mnie jeszcze zawołał: „Konrad, Konrad, wróć. Najpierw idź do proboszcza i wszystkie swoje decyzje konsultuj z proboszczem”. I tak było. Jak zajechałem na Lampedusę, to proboszcza zapytałem, czego ci ludzie najbardziej potrzebują. Ci, którzy ocaleli, potrzebowali zadzwonić do swoich domów, żeby im powiedzieć, że przeżyli. Więc we wszystkich barach wykupiliśmy karty telefoniczne i rozdaliśmy tym biednym ludziom. Oni w kolejkach stali do telefonów, żeby zadzwonić na chwilę i powiedzieć: „Żyję. Brat nie żyje, ale ja żyję”. A mądrość papieża polegała na tym, że to nie ja robiłem zgodnie ze swoją logiką i myśleniem człowieka z Łodzi i z Polski, tylko zgodnie z jego wskazówkami. Jest słowo, które zawsze towarzyszy jezuitom: „rozeznanie”. Najpierw rozeznanie, jaka jest rzeczywistość i dopiero decydowanie.

Czy rzeczywiście, zgodnie ze wskazówkami Franciszka, spędzał Ksiądz noce z bezdomnymi?

Spałem oczywiście w noclegowniach. Nawet w Polsce. Kiedyś spałem u braci albertynów w jednym pokoju z trzema bezdomnymi. Była taka śmieszna sytuacja, którą też potem opowiadałem papieżowi, że kiedy poszedłem się umyć, wracam - wszyscy siedzą na łóżkach, mimo że światło było zgaszone. Jakby się bali, że kardynał będzie spał z nimi. No i położyliśmy się. Była tylko lampa krakowska, która oświetlała okno, okratowane zresztą. W pewnym momencie wstał jeden, który nie spał w piżamie, a był cały w tatuażach. Usiadł na tym łóżku i mówi: „Muszę coś powiedzieć księdzu”. „Niech pan mówi”. „Ja jeszcze nigdy w życiu z żadnym kardynałem nie spałem”. Ja mu odpowiedziałem: „Ja też nie”.

Czytam w książce, że nie wszystkim działalność Księdza Kardynała tutaj, w Rzymie, się podoba.

Ale nie musi się wszystkim podobać. Proszę zauważyć, że działalność Jezusa do tego stopnia się nie podobała, że właściwie po każdym jego przemówieniu wyprowadzano go za miasto lub za wieś i chciano go ukamienować. I to jest tak zrozumiałe. Nie wszystkim się podobało, że papież Franciszek zorganizował prysznic pod kolumnadą Berniniego przy Placu Świętego Piotra, gdzie od tylu wieków gwoźdź wbić nie wolno, bo to jest tak szacowne miejsce kultury. Wtedy jeden z kardynałów mówił mi: „Zabieracie miejsce pielgrzymom. Dlaczego nie zrobicie tego na wzgórzu, tutaj niedaleko, gdzie są dość duże parki? W Watykanie jest tak ciasno. Nie ma miejsca?”. Wtedy mnie coś natchnęło i odpowiedziałem temu kardynałowi: „To w takim razie dlaczego ksiądz kardynał mieszka w Watykanie, skoro tam jest tyle miejsca?”. Potem ten kardynał się zdenerwował i już na odchodne, kiedy zobaczył, jak wychodzi ktoś spod prysznicza z kanapką, mówi: „Jeszcze tylko kawy tutaj brakuje”. A ja na to: „Naprawdę! Tak!”. I poszedłem od razu kupić ciśnieńniowy zaparacz do kawy. I od tej pory przez tyle lat wszyscy biedni mają cafe latte i jaką chcą. My też rano po kąpieli chętnie zjemy ciastko, może usiadzimy przy kawie w szlafroku. Dlaczego bezdomni nie mają tego nie mieć? To nas może wkurzać, to nas może denerwować, ale takie jest przywracanie godności.

Ale te osoby, którym się pomaga, zwłaszcza bezdomne, one dalej prowadzą ten tryb życia. Pomagamy im, a jednak ich życie się nie zmienia. Jak to rozumieć, jak do tego podejść?

Ja się chyba z tysiąc razy już spowiadałem i bardzo często przychodzę z tymi samymi grzechami na nowo. I Pan Jezus moimi grzechami się nie męczy. Ja mam Go naśladować. Dlaczego mam się męczyć drugim człowiekiem, który na przykład nie może wyjść z bezdomności? Bo bezdomność staje się uzależnieniem i chorobą. My im pozwalamy spać pod kolumnadą Świętego Piotra. Mało tego, kupujemy im - co denerwuje niektórych - namioty. W tym miesiącu około 400 namiotów rozdaliśmy, aby zapewnić im jakąś intymność. Dlaczego mają spać zupełnie odsłonięci? My kiedy idziemy do sypialni, też zamykamy swoje drzwi. Więc przynajmniej tyle. Ale oni rano te wszystkie namioty składają i kolumnada jest dostępna dla turystów. To nie jest tak, że my ich zapraszamy do Watykanu, tylko oni tu czują się bezpiecznie. I myślę, że to dobrze o nas świadczy. Natomiast wszystkim proponujemy możliwość powrotu, choć nie robimy tego na chwałę. Oni zawsze wiedzą, że jeśli chcą wrócić do swojego kraju, do rodziny czy w inne miejsce, gdzie wydaje im się, że będzie lepiej, to my jesteśmy w stanie tego samego dnia wyrobić każdemu paszport. Mało tego - ubierzemy go, zdążymy pójść do fryzjera i tego samego dnia możemy go zawieźć na samolot. I na tym się nie kończy. Powiadomimy rodzinę albo miejscową pomoc charytatywną, żeby go odebrano z lotniska. Bardzo często są jednak tu tak długo, że już nie mają do kogo wrócić. Ich żony, dzieci się od nich odwróciły. Wiemy o tym, bo kiedy umierają, nikt nie chce odebrać ich ciała - tak daleko już zaszły sprawy. A one zachodzą daleko wtedy, kiedy nie ma przebaczenia. To jest to, o czym papież Franciszek mówił małżonkom,

rodzinom, że możecie się kłócić cały dzień, nawet talerzami możecie rzucać, ale nie połóżcie się spać, jeśli sobie nie przebaczyście, bo potem wykopiecie tak wielki dół, że nie będziecie w stanie już żyć, pojednać się.

A jak Ksiądz Kardynał odpowiada na krytykę, że Kościół nie powinien być organizacją charytatywną?

To już słyszałem. My nie jesteśmy organizacją charytatywną. My czynimy to, co robiłby Jezus. A Jezus jest chyba najbardziej krytykowany na świecie i niechciany. Kiedy więc mam podjąć jakąkolwiek decyzję, to nie zastanawiam się, co napiszą w prasie, co będą mówili, tylko co by zrobił Jezus na moim miejscu - i to robię. A jeśli za to dostanę jakieś baty, to tylko potwierdza, że zrobiłem coś dobrego. Ojciec Święty Franciszek powiedział kiedyś: „Uważaj, jak wszyscy będą klaszali, bo jest to strasznie niebezpieczne dla ciebie. Lepiej niech o tobie mówią źle, a ty rób to, co robiłby Jezus”.

Ksiądz Kardynał spotkał się z Leonem XIV. Na co zwrócił uwagę obecny papież?

Dotychczas był to okres Roku Jubileuszowego i Ojciec Święty wszedł w celebrację wydarzeń zaplanowanych przez papieża Franciszka. I właściwie teraz dopiero, sądzę, Ojciec Święty przedstawi nam własne akcenty i na to czekamy. Mnie Ojciec Święty powiedział, że kontynuujemy to, co było robione. Ale sądzę, że z czasem też nada temu jakiś własny charakter. Obrazowo przedstawię to tak. Mieliśmy niedawno konkurs muzyki Chopina i właściwie wszyscy grali te same utwory, ale każdy grał inaczej. Nato-

miast wszyscy musieli trzymać się nut. Więc my wszyscy trzymamy się Ewangelii. Ale ta interpretacja Ewangelii, kolory Ewangelii mogą być różne i czekamy właśnie na te kolory papieża Leona XIV.

Książka „Idź i czyń dobro” mnie się kojarzy z przewodnikiem duchowym. Ona wymaga pewnej zmiany podejścia, może zmiany życia. Czy kiedy Ksiądz Kardynał został jałmużnikiem, to również wymagało zmiany życia?

Zmieniło się bardzo to życie. Papież cały czas mówił, że musi być wszystko zgodne z logiką Ewangelii, że jak nie wiesz, co zrobić, a do twojej polskiej głowy (papież bardzo lubił ten zwrot, mówił go zawsze, uśmiechając się) nie przychodzi żadne rozwiązanie, to szukaj w Ewangelii sytuacji podobnej, w której jesteś, i zobacz, co by zrobił Jezus. Papież mnie nauczył żyć codzienną Ewangelią i rozwiązywać wszystkie swoje sprawy za pomocą logiki Ewangelii, nie logiki świata. Wiele razy mówił: „Idź przed Najświętszy Sakrament i pomódl się. Idź i pokaż się Panu Jezusowi, czy ty Mu się podobasz?”. To zmieniło wszystko. Papież Franciszek miał takie bardzo proste przesłanie. Mówił: „Będziesz zarządzał wielką ilością pieniędzy”. To są dziesiątki milionów euro, nieraz wydawane miesięcznie. I dodawał: „Nasze konto jest dobre, kiedy jest puste. A jeśli nie jest puste, to znaczy, że jesteś najbardziej leniwym Polakiem, jakiego znam”. I to wystarczyło. Wiedziałem, że mam robić wszystko, żeby te pieniądze pomagały innym, a nie żeby te pieniądze były.

Wojciech Rogacin, Vatican News



Bazylika św. Piotra

FOT. ADAM JANKOWSKI

Po premierze pierwszego filmu świat oszalał na punkcie „Gremlinów”.



FOT. CAP/RES/CAPITAL PICTURES/EAST NEWS

„Gremliny rozrabiają” i... wkrótce powracają!

To jeden z tych filmów, dzięki którym wspominamy lata 80. z sentymentem i nostalgią. Nawet, jeśli bohaterami obrazu są złośliwe stwory, które w wigilijny wieczór urządzają w małym miasteczku istną demolkę. „Gremliny rozrabiają” mają już ponad 40 lat, a niebawem mają powrócić z wielkim hukiem.

Przypomnijmy: w filmie z 1984 roku nastoletni Billy dostaje od ojca niecodzienny, gwiazdkowy prezent - jest to kupiony od chińskiego sprzedawcy dziwny, kosmaty zwierzak mogwai, o sympatycznym wyglądzie i imieniu Gizmo. Są jednak trzy zasady trzymania stworzenia w domu: trzeba go chronić przed ostrym światłem i wodą, a także, a być może przede wszystkim: nie wolno go karmić po północy. Rzecz jasna, dochodzi do złamania wszystkich tych założeń, co prowadzi do łańcucha przerażających wydarzeń. Gizmo, pod wpływem niechcący wylanej na niego wody rozmnaża się, zaś po tym, jak jego „dzieci” rzucają się na jedzenie po północy, przemieniają się

w straszliwe i złośliwe gremliny, które w dodatku mnożą się niemiłosiernie, siejąc terror w spokojnym dotąd miasteczku Kingston Falls.

Najpierw niszczyły samoloty

Scenariusz filmu napisał Chris Columbus, ten sam, który wkrótce siądzie w fotelu reżysera „Kevina samego w domu” czy, kilkanaście lat później, dwóch pierwszych produkcji z serii o Harrym Potterze. W pierwszej połowie lat 80. Columbus był stosunkowo nieznany, dlatego stworzył scenopis „Gremlinów”, by udowodnić decydom w Hollywood, że posiada talent pisarski. Po myśli zaś przyszedł mu do głowy, gdy nocując w swoim mieszkaniu słyszał dziwne dźwięki. - To coś chodziło jak pluton myszy, a gdy słuchałem tego, biegającego w ciemności, byłem naprawdę przerażony - wspominał Columbus. Same słowo „Gremliny” było znane już znacznie wcześniej - w latach 20. terminem tym określano mityczne, złośliwe stwory, które powodują awarie brytyj-

skich samolotów RAF-u. I to właśnie jeden z pilotów RAF-u Roald Dahl opublikował w 1943 roku książkę zatytułowaną „The Gremlins”, opowiadającą o tych psotnych stworzeniach. Gremliny pojawiły się także w kreskówce z królikiem Bugssem, ba, nawet sam Walt Disney myślał o zrobieniu o nich pełnometrażowego filmu. Aż w końcu wspomniana książka wpadła w ręce Joe’a Dantego, który wyraził chęć nakręcenia współczesnych „Gremlinów”. - Nasze gremliny są trochę inne - są trochę zielone, mają wielkie usta, dużo się uśmiechają, naprawdę nieprzyjemne rzeczy i przez cały czas im się to podobają - mówił Dante, chcąc podkreślić cechy, które wyróżniają jego gremliny na tle innych opowieści o nich.

Wyrok upiorny? A może spaniel?

Film zgodził się wyprodukować Steven Spielberg (widzący początkowo w roli reżysera Tim Burtona). - To jedna z najbardziej oryginalnych rzeczy, na jakie natknąłem się od wie-

lu lat, dlatego ją kupiłem - tłumaczył później reżyser, którego można także dostrzec w jednej ze scen - to jeden z uczestników zjazdu wynalazców.

Do roli Billy’ego zaangażowano Zacha Galligana, mało znanego aktora. W głównego bohatera chcieli się wcielić także m.in. Tom Hanks i Kevin Bacon. Po skompletowaniu obsady zaczęto się zastanawiać, jak właściwie tytułowe gremliny mają wyglądać.

- Po przeczytaniu scenariusza, moim pierwszym pomysłem było wzięcie pomyślnego, małego ssaka [żyjącego w Indonezji - przyp. red.] i nadanie mu kreskówkowych proporcji. Chciałem, żeby wielkie oczy były urocze - opowiadał projektant filmu Chris Walas. Reżyser poprosił jednak o poprawki, zatem Walas zrobił kolejny projekt - tym razem Gizmo przypominał... spaniela. Aż w końcu powstała postać, którą wszyscy znamy.

A jeśli chodzi o stwory, które narodziły się w wyniku nieprzestrzegania wspomnianych zasad, początkowo planowano, że będą nimi... małpy, z za-

łożonymi maskami. Zmieniono jednak zdanie, gdy jedna z nich, w ataku paniki, dosłownie zdemolowała biuro reżysera. Postawiono więc na marionetki, które jednak nie były doskonałe - często się psuły i miały trudności z „wyrażaniem emocji”. Tu wkroczyli specje od efektów specjalnych.

Spielberg: „Gizmo musi zostać!”

Uroczy głosik, którym przemawia Gizmo, w rzeczywistości należał do komika Howie’go Mandela, zaś przywódca gremlinów mówi głosem aktora Franka Welkera (dubbingował m.in. Freda w „Scoobym Doo”). Wśród innych, którzy wydawali odgłosy gremlinów, byli również Michael Winslow, znany m.in. jako Jones z „Akademii policyjnej”, a nawet sam reżyser Joe Dante.

Muzykę do filmu skomponował Jerry Goldsmith, który zdobył za nią nagrodę Saturna. Pamiętna melodia nucona przez Gizma nie wychodzi z ust używającego mu głosu Mandela, lecz niejakej Ilene Keys, dziecięcej aktorki.

W pierwszej fazie scenariusza, już na początku filmu uroczy Gizmo miał przemienić się w straszego przywódcę gremlinów Stripe’a, co eliminowałoby z produkcji uroczego stworka. Na szczęście Spielberg dostrzegł w nim „to coś”, twierdząc, że widzowie chcą widzieć słodkiego mogwaja przez cały czas trwania filmu. I tak się stało, a decyzja ta z pewnością wpłynęła na odbiór obrazu, który z pospolitego horroru stał się... horrorem rodzinnym. Zresztą taki był właśnie ostateczny zamysł filmowców - tuż przed kręceniem uznali, że wiele scen jest zbyt ostrych, jak na młodą widownię. I tak, wycięto scenę, w której gremlin ucina matkę Billy’ego głową, a ta toczy się po schodach. Zrezygnowano też z fragmentu, w którym gremliny zjadają psa Billy’ego. Usunięto również scenę, w której gremliny zaatakowały McDonald’sa, konsumując zamiast hamburgerów... klientów.

Dodajmy, że scenografia przedstawiająca miasteczko Kingston Falls, rok później posłużyła filmowcom do nakręcenia „Powrotu do przyszłości”. Zaś na cele stworzenia sceny, w której Gizmo przebiera się za Rambo, producenci poprosili Sylvestra Stallone, aby udał się do odpowiednich prawników i filmowców, w celu uzyskania od nich pozwolenia.

„Dwójka” bez szału, czekamy na „Trójkę”

Świat oszalał na punkcie „Gremlinów”. Sprzedano tysiące gadżetów, gier i maskotek z podobizną Gizma. Do polskich kin film trafił z kilkuletnim opóźnieniem, a tytułowano go „Gremliny rozrabiają”. Bazując na jego popularności, w 1990 roku odbyła się premiera „Gremlinów 2” (tym razem złośliwe stwory sięją spustoszenie w nowoczesnym biurze). Film nie powtórzył sukcesu „Jedynki”, toteż porzucono plany kolejnych kontynuacji. Dopiero w 2013 roku zaczęto przebąkiwać o odświeżeniu serii, jednak z planów tych nic nie wyszło. Za to w 2023 roku powstał 20-odcinkowy, animowany serial o gremlinach, którego akcja dzieje się w Szanghaju, w latach 20.

I wreszcie w listopadzie ubiegłego roku ogłoszono, że filmowa kontynuacja jednak powstanie, mało tego: ponownie z Chrisem Columbusem w fotelu reżysera i Stevenem Spielbergiem jako producentem.

Premiera „Trójki” zaplanowana jest na 19 listopada 2027 roku. Czy powtórzy sukces części pierwszej? Fakt, że za kolejną odsłoną będą stali oryginalni twórcy, pozwala przypuszczać, że nie powinno być źle.

Wojciech Obremski

Na co dzień pracuje w wojsku jako ratownik pokładowy na śmigłowcu SAR, a dodatkowo jako ratownik medyczny. Po godzinach biega i realizuje pasję do wspinaczki wysokogórskiej. Po zdobyciu Mont Blanc i Kazbeku, przyszedł czas na większe wyzwanie - Aconcagua, najwyższy szczyt obu Ameryk. Atak szczytowy, przeprowadzony 14 stycznia, okazał się nie tylko próbą sił fizycznych, ale też testem charakteru.

- „W górach musisz wykonać pewien wysiłek bez zapłaty. Jest to mistyka, szukanie czegoś wyjątkowego. Do tego trzeba mieć wyobraźnię i filozofię życiową. Nie każdego na to stać, nie każdemu się chce. Bo w górach nie ma granic, tam się szuka wolności. A samo przebywanie w górach łagodzi, eliminuje agresję. Są elementy rywalizacji, ale rywalizacji z wyznaczonym celem, a nie z przeciwnikiem”. Ten cytat Krzysztofa Wielickiego w krótkiej formie opowiada to, co przeżyłem przez te trzy tygodnie na Aconcagui - mówi Łukasz Klein.

Za nim czternaście miesięcy przygotowań, setki godzin treningów i trzy tygodnie w surowym, wysokogórskim klimacie. Wyprawa na Aconcagua okazała się dla Łukasza najtrudniejszym doświadczeniem w jego dotychczasowej przygodzie ze wspinaczką. I jednocześnie jednym z najważniejszych. Mało brakowało, a nie doszłaby ona do skutku.

- Tydzień przed wylotem pogłębiła mi się kontuzja pleców do tego stopnia, że nie mogłem chodzić. Położyłem się na ziemi i nie mogłem wstać. Do tego problemy z nadciśnieniem tętniczym. Myślałem, że ten projekt się nie uda, że nie wylecę z Polski. Bardzo dużo osób próbowało mi pomóc. Stosowaliśmy rehabilitację, kriokomórę, masażery. Na szczęście udało mi się postawić mnie na nogi. Ale do ostatniego dnia nie miałem pewności, czy uda mi się wylecieć do Argentyny - wspomina nasz rozmówca.

- Mówiąc szczerze, to była najtrudniejsza wyprawa mojego życia - przyznaje bez wahania. - Fizycznie, psychicznie, emocjonalnie. Wszystko zostało wystawione na próbę.

Pomysł na wyprawę nie narodził się z dnia na dzień, ale był konsekwencją drogi, którą Szczecinceczanin podąża od kilku lat - od Mont Blanc, przez Kazbek, aż po marzenie o wysokościach zaczynających się od szóstki z przodu. Aconcagua miała być sprawdzianem nie tylko formy, ale przede wszystkim głowy.

Przygotowania do wyprawy trwały czternaście miesi-



- Mówiąc szczerze, to była najtrudniejsza wyprawa mojego życia - przyznaje bez wahania.

cy i wymagały ogromnej dyscypliny. Za Łukaszem setki godzin treningów kondycyjnych, budowania wytrzymałości tlenowej, ćwiczeń z obciążeniem. Do tego starty w półmaratonach - w jednym sezonie udało się przebiec całą ich koronę. Niejednokrotnie trening zaczynał się zaraz po 24-godzinny dyżurze w karetce.

- Wracałem po dobie z karetki i siedłem od razu na trening. Bywało ciężko, ale wiedziałem, po co to robię. Bez formy nie miałbym tam czego szukać. Dostałem też ogromne wsparcie od wielu osób. Bardzo dużo pomogła mi ekipa Fit4You. W tym miejscu chciałbym serdecznie podziękować Ani Guzik-Sobolewskiej i Marcinowi Sobolewskiemu za stworzenie mi bardzo dobrych warunków do przygotowań. Nawet dokupowali sprzęt, abym miał na czym trenować. To nie była tylko rozpiska treningowa, to było realne wsparcie - wspomina Łukasz.

Na wyprawę wyruszył z Mirkiem, z którym wcześniej wspinał się w Gruzji. W górach, zwłaszcza podczas kilkutygodniowej ekspedycji, relacje międzyludzkie są kluczowe.

- Jeśli jedziesz na trzy tygodnie w takie warunki, to musisz mieć obok siebie kogoś, z kim naprawdę dobrze się rozumiesz. Widziałem jego kryzysy, on widział moje. Wspólnie przechodziliśmy przez długie podejścia, żmudną aklimatyzację, noclegi w namiotach przy temperaturach sięgających minus 20 stopni, topienie śniegu na wodę i nieustanne zmęczenie. Im wyżej

wchodzisz, tym wszystko staje się trudniejsze.

Najtrudniejszy moment przyszedł niespodziewanie. Informacja o śmierci jednego z uczestników innej wyprawy, na podobnej wysokości. A chwilę później - obrzęk płuc u kolegi z zespołu i pilna ewakuacja śmigłowcem.

- Kiedy dowiedzieliśmy się o śmierci tego mężczyzny na 6500 metrach, to był taki kryzysowy moment. Zapaliła mi się czerwona lampka, czy warto ryzykować na tej wysokości? Ale zaraz przyszła myśl „Łukasz, jesteś tu, trzeba działać i myśleć, że wszystko będzie dobrze”. A za chwilę tego samego dnia kolega z naszej ekipy dostał obrzęku płuc. Tamten dzień naprawdę dał bardzo dużo do myślenia. Mimo to trzeba było wstać, otrząsnąć się i działać dalej. Ale nie było łatwo. Pomogło mi ogromne wsparcie od bliskich mi osób, które każdego dnia, jeśli tylko był zasięg, pisali do mnie. To wsparcie było naprawdę nieocenione, pomagało i motywowało mnie każdego dnia. Bez tego nie dałbym rady. Z mojej perspektywy to jest tak, że górę zdobywa głowa. Bo możesz być świetnie przygotowany, możesz mieć naprawdę najlepszy sprzęt, ale jeśli głowa nie daje rady, to nogi cię nie poniosą - kontynuuje swoją relację Łukasz.

Na wysokości 6500 metrów przyszedł kolejny kryzys. Nie ze strony organizmu, ale samej góry. Pojawiły się niespodziewane, bardzo duże opady śniegu - największe od kilkunastu lat. Pojawiło się realne zagrożenie lawinowe. Do zdobycia szczytu brako-

wało „tylko” i „aż” 400 metrów, ale oznaczało to jeszcze kilka godzin ekstremalnie trudnej wspinaczki i niepewne zejście.

- Nawet jeśli byśmy weszli tym trawersem, to byłby problem z zejściem. Była lęzka w oku. Czternaście miesięcy wyrzeczeń i jesteś tak blisko. Ale wiedziałem, że zejście mogłoby być niemożliwe. Najprawdopodobniej może bym już nie wrócił, bo naprawdę było bardzo duże ryzyko, że ta lawina zejdzie. A jak się jest tak blisko, to niestety odzywa się ego, żeby iść dalej, a wygrać ze swoim ego, to jest jedna z najtrudniejszych rzeczy, jaką trzeba zrobić. To była bardzo trudna decyzja, bo co by się nie działo, ja nigdy się nie poddam i zawsze chcę do końca. Ale na szczęście mam na tyle poukładane w głowie, że wiedziałem, iż nie warto ryzykować - wspomina nasz rozmówca.

Decyzja o odwrocie, choć trudna, ale za to odpowiedzialna, okazała się najważniejszą lekcją tej wyprawy. Łukasz Klein nie nazywa jej porażką. Po raz pierwszy znalazł się na wysokości 6500 metrów, zobaczył tę „szóstkę” z przodu i po raz kolejny przekroczył własne granice.

Podczas wspinaczki w wypakowanym po brzegi plecaku nie zabrakło jednego, bardzo ważnego dla Łukasza akcentu - szczecineckiej flagi, którą zabiera na każdą ze swoich wypraw.

- Zawsze będę niósł ze sobą flagę Szczecinka, bo ona też dodaje mi energii i motywacji. Mogę powiedzieć, że ta flaga w jakiś sposób mnie nio-

sła. Każdego dnia na każdej z wypraw miałem ją w plecaku i za każdym razem, kiedy przekroczyłem kolejną swoją barierę cieszyło mnie to, że ta szczecinecka flaga idzie ze mną coraz wyżej. Większość osób niesie flagę Polski, a ja bardzo utożsamiam się z naszym miastem, więc ta nasza flaga była bardziej osobista - mówi Łukasz.

I dodaje, że zdecydowanie nie powiedział jeszcze ostatniego słowa, jeżeli chodzi o wyprawy wysokogórskie. Kolejne plany i pomysły na następne cele już powoli kielkują w głowie. Siedem tysięcy metrów, a może nawet zdobycie ośmiotysięcznika.

Jedno jest pewne - flaga Szczecinka jeszcze nie raz powędruje w górę.

- Ludzie myślą, że moje życie było trudne. Ale myślę, że była to wspaniała podróż. Im jesteś starszy, tym bardziej zdajesz sobie sprawę, że mniej ważne jest to, co się wydarzyło, ale to, jak sobie z tym poradziłeś. Góry nauczyły mnie pokory, ale też dały siłę. Pokazały, że warto realizować marzenia, bo życie jest jedno. Flaga Szczecinka jeszcze nie raz wyruszy ze mną na wyprawę. Góry wzywają i muszę iść. Ośmiotysięcznik czeka - dodaje Łukasz.

Marzena Góra





Serial „Niebo”. Rok w piekle

Serial „Niebo” to nie fikcja. Sekty były, są i będą

FOT. MARCIN MAKOWSKI / HBO MAX

Oglądaliście serial „Niebo” na HBO? Ten wywiad może was zaniepokoić - i bardzo dobrze. Bo sekty rzadko wchodzą w życie ludzi przez religię czy wielkie deklaracje wiary. Zaczynają delikatnie: od obietnicy sensu, poczucia przynależności, bezpieczeństwa i bycia „kimś ważnym”. O mechanizmach psychomanipulacji, o tym, dlaczego w sekte może wpaść niemal każdy z nas, oraz dlaczego osoby, którym udało się z niej odejść, zamiast wsparcia często spotykają się z pogardą, opowiada psychoterapeuta Dariusz Pietrek.

Czy problem sekt w Polsce jest nadal aktualny?

Jak najbardziej. Co więcej, wydaje mi się, że przy obecnym gigantycznym kryzysie Kościoła, szczególnie rzymskokatolickiego, problem sekt będzie narastał.

Co ma do tego Kościół katolicki?

Człowiek ma w sobie potrzebę przynależności, duchowości, a często także religijno-

ści i rytuału. Sekty to oferują - przynajmniej w wersji „pseudo”, jako coś zastępczego. Dziś, gdy mówi się o Kościele czy księżach, bardzo szybko pojawia się temat pedofilii, bo to właśnie skandale dominują w przekazie. Tymczasem sekty często oficjalnie deklarują bardzo wysokie normy etyczno-moralne, a człowiek potrzebuje autorytetu. Dla wielu młodych ludzi Kościół nie jest żadną atrakcją. Autorytetem staje się streamer, youtuber, tiktokier, celebryta. W takiej rzeczywistości sekty mają wręcz idealne pole do działania. Co ważne, bardzo często nie posługują się językiem religijnym, zamiast tego sięgają po terminologię psychologiczną czy psychoterapeutyczną, używają określonych słów, kluczy i haseł.

A konkretnie? Jakie mechanizmy psychomanipulacji stosują sekty, by przyciągnąć i utrzymać nowych członków?

Na początku bardzo często jest to oferta zupełnie neutralna: zaproszenie na spotkanie, koncert, odczyt czy wykład.

Nierzadko łączy się to z innym elementem, na przykład z tzw. metodą flirtu. Do mężczyzny podchodzą kobiety, zapraszają na wydarzenie, a przy okazji nawiązuje się rozmowa. Gdy do mężczyzny podchodzi atrakcyjna kobieta, uruchamia się tzw. efekt kogucenia: kłatka do przodu, piórka w górę i opowiadanie kompletnych bzdur. Zresztą to działa również w drugą stronę. Potem pojawia się zaciekanie: „Fajna osoba, może się spotkamy, pogadamy, co mi szkodzi, to przecież za darmo”. Wreszcie zaczyna się wyobrażać, że ktoś podaje rękę i mówi: „Cześć, mam na imię Darek, jestem werbownikiem do sekty i chciałbym cię zwerbować. Będziesz u nas wykorzystywany fizycznie, psychicznie i finansowo. Spotykamy się w piątek o 16 na Długiej w Krakowie”. To są metody subtelne. Nie porusza się tematów Boga, zbawienia czy potępienia. Jest otwartość, akceptacja, radość z tego, że jesteś.

W skrócie mówiąc, sekty wykorzystują nasze potrzeby emocjonalne, społeczne i duchowe.

A kto ich nie ma?

Wszyscy je mamy. Ale jak odróżnić zdrowe zaangażowanie religijne lub społeczne od manipulacji i izolacji charakterystycznych dla sekt?

Różnica między sektą a religią sprowadza się przede wszystkim do struktury władzy, stosunku do społeczeństwa i zakresu kontroli nad członkami. Religie są zazwyczaj otwarte, mają rozbudowaną hierarchię i są osadzone w tradycji. Sekty natomiast funkcjonują w sposób zamknięty, często koncentrują się wokół charyzmatycznego lidera, stosując manipulację - wzbudzanie poczucia winy, pranie mózgu - i dążą do izolowania swoich członków. Na początku komunikat bywa bardzo atrakcyjny: „Jesteśmy wyjątkową grupą. Mamy cel. Dążymy do Boga, prawdy, miłości. Jesteśmy dla siebie braćmi i siostrami”. A potem, bar-

dzo powoli, metodą kropelkową, zaczyna się zmieniać doktrynę. Dochodzą nowe elementy, nowe rytuały. Miałem kiedyś pacjentkę, którą otrzeźwiła konkretna sytuacja. Ksiądz z katolickiej wspólnoty stworzył obrzęd przysięgi: na ołtarzu leżało Pismo Święte, ona położyła na nim rękę i miała przysięgać, że do końca życia będzie należeć do tej wspólnoty. I tu dotykamy kluczowej kwestii - wolności. W zdrowej wspólnocie nie musimy zrywać kontaktów z kimkolwiek, mogę prowadzić swoje życie, realizować różne aktywności. Nie muszę pracować w instytucji prowadzonej przez daną grupę. W sektach zdarzają się wyznaczone małżeństwa, nakazy odcinania się od rodziny, zwłaszcza jeśli ktoś jest niewierzący albo należy do innej wspólnoty. W normalnej wspólnocie w każdej chwili mogę odejść, bez krytyki i potępienia. Inaczej jest choćby u Świadków Jehowy, gdzie funkcjonuje wykluczenie. Osoba, która odchodzi, skazana jest na całkowity ostracyzm: nikt nie porozmawia z nią nawet na ulicy. A przecież w zdrowej relacji mogę przynależeć

i w każdej chwili odejść. Mogę się spotykać, dyskutować, zadawać trudne pytania, czytać różną literaturę - i to jest właśnie poczucie wolności. Oczywiście to poczucie wolności można pozornie podtrzymywać, jednocześnie krok po kroku je odbierając. Jedną z metod werbunku nazywa się metodą salami. Dobre węgierskie salami najlepiej smakuje pokrojone w cieniutkie plasterki - im cieńsze, tym łatwiej je przełknąć. I dokładnie tak wygląda wkładanie komuś określonych treści do głowy.

Jak wygląda proces werbunku?

To nie jest proces masowy, tylko indywidualny. Werbownik nie musi znaleźć dziesięciu osób, jeśli znajdzie dwie, to już jest sukces. Przykładem był Kościół Zjednoczeniowy, który działał pod różnymi organizacjami fasadowymi, takimi jak Stowarzyszenie Rodzin na rzecz Pokoju Światowego czy Stowarzyszenie Studentów na rzecz Pokoju Światowego. Organizowali rozmaite spotkania, na które ludzie dostawali zaproszenia. Na przykład „wieczór japoński”: dwie Japonki, rzekomo z Uniwersytetu Tokijskiego - choć mam wątpliwości, czy kiedykolwiek były w Tokio - opowiadały o kulturze, tradycji, śpiewie. Przywiozły kimona, puściły japońską muzykę, ludzie zjedli sushi, porozmawiali. A potem uczestnicy dostawali zaproszenie na wyjazd do Głanowa na Jurze Krakowsko-Częstochowskiej, na tak zwany wieczór studencki. Z czym się pani kojarzy wieczór studencki?

Z imprezą.

Dokładnie. Grill, beczki z piwem, muzyka, zabawa. A na miejscu okazywało się, że nie ma ani grilla, ani piwa. Zamiast tego był wykład prowadzony przez „bardzo znaną osobę”. Tematy? Ekologia, rozwój wewnętrzny, rozwój osobowości, radykalne wybaczenie, medycyna totalna, medycyna niekonwencjonalna. Jeśli spośród kilku osób znalazła się jedna zainteresowana, słyszała: „Zostań. Mamy teraz szkolenie. Współpracujemy z twoją uczelnią, załatwimy usprawiedliwienie nieobecności”. I w ten sposób człowiek powoli wsiąkał.

Jak sekty wpływają na relacje rodzinne i społeczne takich osób?

Nadają życiu pseudosens. Proszę sobie wyobrazić codzienność: praca, w domu mąż, dziecko, którym trzeba się zająć, ugotować obiad, ogarnąć kolejne obowiązki. I nagle pojawia się ktoś, kto zaprasza na wykład, spotkanie albo koncert, gdzie mówi się

o rzeczach „wyjątkowych”. A ludzie bardzo potrzebują poczucia wyjątkowości, chcą usłyszeć, że są kimś szczególnym. I wtedy ktoś mówi: „Jesteś wyjątkowa. Masz niesamowity dar. Ja to czuję - masz energię, masz moc. Możesz to robić. Możesz nam pomóc. Dzięki tobie życie wielu ludzi będzie wspaniałe”.

Słyszac to, też bym się nabrała.

Zawsze powtarzam: najważniejszym człowiekiem w twoim życiu jesteś ty. Nie mąż, nie dzieci, nie matka czy ojciec. Jezus Chrystus powiedział: „Kochaj bliźniego jak siebie samego”. Jeśli chcesz dobrze żyć, zacznij od siebie - zadbać o swoje bezpieczeństwo, komfort, granice. Dopiero gdy potrafisz zadbać o siebie, będziesz umiała zadbać o innych.

I będę wtedy bezpieczniejsza, mniej podatna na te wszystkie czarujące słowa?

Tak, o ile jest to zdrowy mechanizm. Wtedy mam poczucie własnej wartości, wiem, kim jestem i co mam w sobie. Potrafię się bronić, bo nie boję się zadawać pytań. A tu pojawia się „mistrz”, „guru”, ktoś z piękną stroną internetową, organizujący obozy, wyjazdy, autor dwóch książek. Ktoś, kto „się zna” i posługuje się językiem, który nie do końca jest zrozumiały. Ale potrafi pociągnąć za sobą ludzi. A oni są w stanie zostawić wszystko, byle z nim być.

Brzmi tak prosto, że aż trudno uwierzyć, że działa.

Najprostsze narzędzia są najskuteczniejsze. Właśnie dlatego działają. Gdy ktoś już jest w takiej organizacji, uruchamia się kolejny mechanizm: czarno-biały podział świata. My i oni. Metoda jest banalnie prosta - polaryzacja. Kto nie jest z nami, ten jest przeciwko nam. Dam przykład. Świadkowie Jehowy mieli zakaz organizowania zgromadzeń, więc zaczęli urządzać manifestacje, twierdząc, że ogranicza się ich prawa. Wiedzieli, że wtedy musi zareagować policja. A gdy policja się pojawiała, pokazywali się jako prześladowanie „dla imienia Bożego”, powołując się na Ewangelię: „Będziecie prześladowani dla imienia mego”. Proste, prawda?

Można się obronić? Jakie są metody profilaktyki wobec manipulacji sekt?

Manipulować można każdym. Jedynym realnym mechanizmem obrony jest wiedza, ale nie ta z internetu czy wygenerowana przez sztuczną inteligencję, tylko wiedza z książek pisanych przez fa-

chowców. Często jestem zapraszany do szkół i pytam uczniów: „Czy was dałoby się wciągnąć do sekty?”. Zwykle odpowiadają: „Nie, nigdy, bo ktoś musiałby mówić o Bogu”. Wtedy pytam: „A czy można wami manipulować?”. Odpowiadają, że tak. I wtedy mówię: „Właśnie dlatego można was wciągnąć do sekty, bo werbunek to forma manipulacji”. Metod jest wiele, bo ludzie mają różne potrzeby i różne deficyty. Dlatego trzeba nauczyć się weryfikować, myśleć samodzielnie, a bez rzetelnej wiedzy po prostu się nie da.

Jak często spotyka się pan z osobami, które potrzebują pomocy po pobycie w sekcie albo w związku z próbą werbunku?

Odbieram miesięcznie około 10-15 telefonów w sprawie dorosłych osób zaangażowanych w tego typu grupy. Niestety, pomoc w takich przypadkach jest bardzo ograniczona. Dzwonią zaniepokojone rodziny, często rozgoryczone brakiem narzędzi prawnych pozwalających „wyciągnąć” bliskich z sekty. Wynika to z faktu, że są to osoby pełnoletnie, chronione obowiązującym prawem. Kiedy dzwoni do mnie matka i mówi: „Mój syn ma 32 lata, wszedł do takiej grupy, co ja mam zrobić?”, odpowiadam wprost: to jest dorosły człowiek, to jego decyzja.

W 1992 roku założyłem Śląskie Centrum Informacji o Sektach i Grupach Psychomanipulacyjnych w Katowicach. Gdy rozpoczęły się bardzo poważne prace nad ustawą o ochronie i przeciwdziałaniu prześladowaniom chrześcijan w kraju, a jednocześnie nie było żadnego realnego zainteresowania tą tematyką ze strony Kościoła, państwa czy prawa, doszedłem do wniosku, że nie chcę być utożsamiany z działalnością środowisk skrajnie prawicowych. Przez lata czułem się jak Don Kichot, pozbawiony jakiegokolwiek wsparcia z zewnątrz. W efekcie w 2022 roku podjąłem decyzję o zamknięciu Centrum.

I tak długo pan wytrzymał.

Może jestem uparty, a może kierowała mną chęć pomagania ludziom. Mimo że Centrum zostało zamknięte, nadal odbieram telefony i staram się pomagać, bo zwyczajnie nie ma dokąd tych ludzi odesłać. Ośrodki dominikańskie, które kiedyś działały w Polsce, w większości zostały zlikwidowane. Pracujący tam ludzie najpewniej mieli podobne poczucie co ja - że to walka z wiatrakami.

Skąd ten brak zainteresowania, skoro, jak pan mówi, sekty wciąż są realnym problemem?

Musiałoby wydarzyć się coś spektakularnego. Ktoś musiałby kogoś zabić, uprowadzić dziecko, musiałoby dojść do rytualnego samobójstwa. Jeśli jakiś temat staje się medialny, media rzucają się na niego jak hieny, bo da się na nim zarobić. Natomiast to, że ludzie tracą majątki, że rozpadają się małżeństwa, że matki porzucają małe dzieci, bo poznały jakiegoś guru - to już nikogo nie interesuje. Sam problem nie jest medialny - sekty były, są i będą. Na Śląsku w latach 1996-2002 mieliśmy potężną falę zainteresowania okultyzmem, ezoteryką, a zwłaszcza satanizmem. W 1996 roku nieżyjący już Roman Kostrzewski odprawił pierwszą czarną mszę na wieży Bismarcka w Jarocinie i zaczęła się moda na satanizm. Niektórzy księża ostrzegali przed tym zjawiskiem, ale temat naprawdę ruszył dopiero wtedy, gdy w Rudzie Śląskiej dwoje młodych ludzi w bestialski sposób zamordowało dwoje swoich przyjaciół podczas odprawiania rytu satanistycznego w bunkrach. Pentagram do dziś jest tam wymalowany na podłodze. Później pojawiło się larum wokół napływu różnych wspólnot hinduistycznych i buddyjskich: ruchu Hare Krysna, Misji Złotania, działalność Ole Nydahl, który wprowadzał w Polsce buddyzm tybetański szkoły Karma Kagyu jako nauczyciel medytacji. Wytworzył się front, według którego wszystko, co niekatolickie, było sektą. Zielonoświątkowcy, baptyści, wolni chrześcijanie - wszyscy trafiali do jednego worka. Granice się otworzyły, rzeczywistość się zmieniła, zaczęli napływać ludzie i idee. A od tamtego mordu satanistycznego, który był niezwykle silnym akcentem, rozpoczęła się w pewnym sensie nagonka na wszystko, co niekatolickie. Dziś pracuję jako psychoterapeuta i nie jest tak, że obraziłem się na państwo, Kościół czy ludzi. Absolutnie nie. Po prostu doszedłem do wniosku, że ta formuła się wyczerpała, zwłaszcza że nikt nie udzielił mi pomocy w momencie, gdy ja i moja rodzina byliśmy prześladowani przez sektę. Zainteresowanie moją sytuacją wykazał redaktor „Gazety Wyborczej” Marcin Pietraszewski, a pomoc w kwestiach prawnych otrzymałem od księdza arcybiskupa Damiana Zimonia.

Jak w społeczeństwie postrzegani są byli członkowie sekt?

Alkoholik, który podjął leczenie, bywa postrzegany jak bohater, który odrzuca nałóg i zmienia swoje życie. Z narkomanem jest podobnie. Natomiast człowiek, który był w sekcie, najczęściej uchodzi za idiotę. Pojawia się myśle-

nie: „Jak można było dać się wkręcić w takie bzdury? Trzeba być kompletnym debilem”.

Ostatnio, za sprawą serialu HBO, głośno zrobiło się o sekcje „Niebo”, opisaną przez Sebastiana Kellera. Czy się charakteryzowała?

Zbór Leczenia Duchem Świętym „Niebo” to wspólnota wyznaniowa działająca w Polsce od 1990 roku w Majdanie Kozłowieckim, kierowana przez Bogdaną Kacmajora. Działy się w niej rzeczy dziwne i realnie niebezpieczne. Członkowie byli przekonani o swojej wyjątkowości i szczególnej bliskości z Bogiem. Nie szczepili się, nie wykonywali badań profilaktycznych, a ich dzieci nie chodziły do szkoły. Gdy policja próbowała wejść na teren wspólnoty, słyszała groźby, że wszyscy się spalą jak Gałąź Dawidowa. W „Niebie” fascynująca jest obsesja na punkcie imion. Nazwa sekty też nie wzięła się „z nieba”, tylko od słów „Nie” i „Bo” - żony i męża. Ludzie nazywali się „Apartament nr 8” czy „I Śrubokręt Nie Pomoże”. To najlepiej pokazuje, jak ogromny wpływ Kacmajor miał na tych

ludzi. Ale takie historie nie są wyjątkiem. Podobne rzeczy działy się i dzieją w wielu sektach: narkotyzowanie, wykorzystywanie seksualne, uwodzenie, przejmowanie majątków...

Jak wygląda proces psychicznego „odczepiania się” od grupy, gdy ktoś już z niej wyszedł?

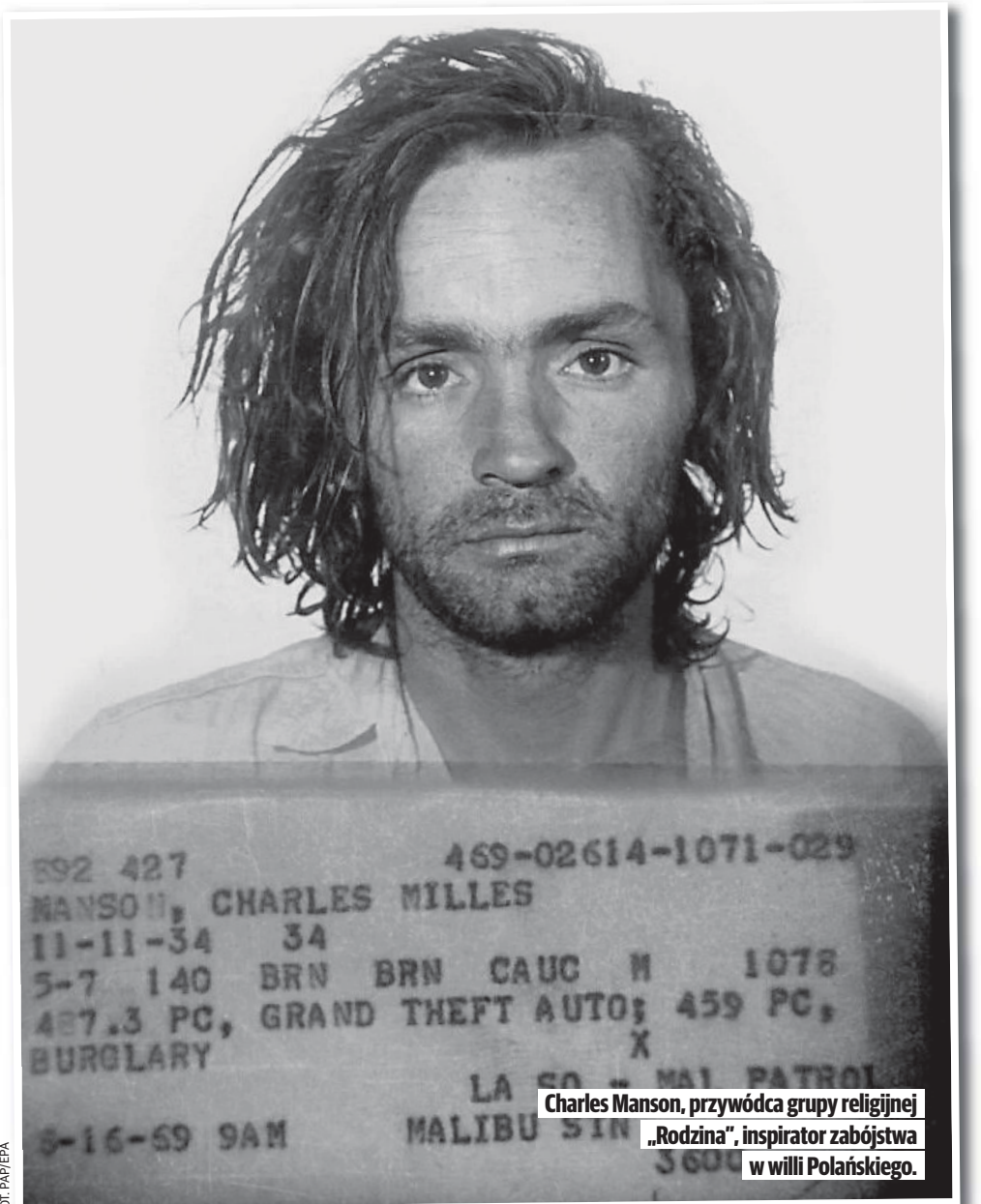
To temat co najmniej na trzytomową książkę. Po pierwsze, musi pojawić się kryzys, czyli pytania: dokąd ja idę, co się dzieje, o co w tym wszystkim chodzi. Człowiek zaczyna dostrzegać rozdziewięć między tym, co się mówi, a tym, co faktycznie się dzieje. Ktoś jest bliżej lidera, ktoś dalej, jedni mają przywileje, inni muszą robić więcej. Pojawia się krytycyzm. Dopóki ktoś jest zafascynowany i zauroczony, nic do niego nie dociera. Na tym etapie nie da się pomóc. To trochę jak z niešťczęśliwym zakochaniem, kiedy logika nie działa, a emocje buzują. Gdy przychodzi kryzys, pojawia się konflikt lojalności: „Ten człowiek prowadził mnie do Boga, do zbaawienia, do pełni osobowości. To moi przyjaciele, spędziłem z nimi dwa lata. Zerwałem

kontakt z rodziną, straciłem pieniądze, a teraz mam tak po prostu odejść? Pracę załatwili mi ludzie z tej wspólnoty, pomogli mi z mieszkaniem. Może to oni mają rację? Może mówią prawdę? A może to ja jestem pod wpływem szatana?”. Wychodzenie z sekty to proces i absolutnie nie może być w nim presji ani poganiania. Człowiek musi sam dojść do tego, co się z nim dzieje, powoli, krok po kroku. W którymś momencie przychodzi do rodziny i mówi: „Byłem naiwny, łatwowerny, zaufałem tym ludziom. Przepraszam”. I wtedy zaczyna się powolna odbudowa. Rodzina może zrobić bardzo dużo: nie zrywać kontaktu, nie obrażać się, ale też nie nawracać na siłę i nie deprecjonować tamtej grupy. To proces niezwykle delikatny.

I zapewne długotrwały.

Jeden ze znawców tematu powiedział kiedyś, że wychodzenie z sekty trwa tyle samo, co pobyt w niej. Nie do końca się z tym zgadzam, ale jedno jest pewne - to proces powolny i wymagający ogromnej cierpliwości. Pośpiech jest tu najgorszym doradcą.

Jolanta Tęcza-Ćwierz



Krzyżówka panoramiczna

stopień w polskiej policji

jon dodatni

stożące lustro

nieżyty

hazardowa gra w karty

dzielny ... Szwejk

główna część roweru

feruje wyroki w islamie

skalna przepaść

list z więzienia

przypomina elipsę

antylopy i lwy

liście pietruszki

gwóźdź programu

specjalny jadłospis

dokuczliwy owad

Emil, autor „Nany”

szybko przejmia

smar maszynowy

imituje drogie kamienie

ignorant, nieuk

dawny środek do narkozy

kolejna runda negocjacji

wytworna suknia

pan w stadninie

co ..., to obyczaj

gaz w powietrzu z pasywnymi

areszt, więzienie

wyciąg stoczniowy

zespół przyrządów

imię męskie wazelinarz

rodzaj gatunek

przymiot, zaleta pedagogiczna w szkole

14

10

6

13

18

11

20

16

2

1

3

17

12

19

15

4

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 20 utworzą rozwiązanie – dokończenie dowcipu z okienka.

Uśmiechnij się!

Rozmowa dwóch kolegów:
– Jak ci poszło na egzaminie na prawo jazdy?
– Kiepsko, wjechałem pod koparkę.
– To chyba nie zdałeś?
– Nie wiem, egzaminator ...

Krzyżówka A-Z

Każdy odgadnięty wyraz (w nawiasie liczba liter) zaczyna się literą poprzedzającą określenie. Miejsce wpisywania – do odgadnięcia. Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

- A) poczet, świta (6).
B) podstawa kolumny, fundament (4).
C) przedmiot chwały i dumy (6).
D) Edgar, francuski impresjonista (5).
E) utwór sławiący wiejskie życie (6).
F) wada towaru, usterka (5).
G) rosną po deszczu (6).
H) mrowie, chmara ludzi (5).
I) córka królewska w Hiszpanii (8).
J) miasto na Mierzei Helskiej (9).
K) gęstwina w miejscach podmokłych (7).
L) zapis w testamencie (5).
Ł) kwadratowe kluski z kapustą (7).
M) Wojciech, zagrał Rzędzia-

ż

A

na w filmie „Ogniem i mieczem” (5,4).

N) ciasto z masą orzechową i miodem (5).

O) górna część inspektu (4).

P) grecki port z klubem sportowym Olympiakos (6).

R) europejska stolica ze schodami Hiszpańskimi (4).

S) mała ..., krótki żal (6).

T) ryba z rodziny łososiowatych (4).

U) ilość metalu z wytopionej rudy (5).

W) relacje, poczucie wspólnoty (5).

Z) utrudnia ruch na drodze (9).

Ż) satyra autorstwa Ignacego Krasickiego (4,5).

Krzyżówka z hasłem

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

14

7

2

13

1

9

10

11

17

13

5

7

9

18

12

10

19

Litery z pól ponumerowanych w prawym dolnym rogu od 1 do 19 utworzą rozwiązanie – przysłowie.

- Poziomo:**
1) połowa lub pantoflowa,
7) beta lub omega,
8) opiekun pasierba,
9) gra twarzą,
12) miasto na Kaszubach,
13) ostra przyprawa do mięsa,
15) chroni głowę kolarza,
17) koniec biegu,
18) szkatułka na klejnoty,
22) z orłem i reszką,
23) pogawędka, konwersacja.
- Pionowo:**
2) stopień czcionki drukarskiej,
3) podwyższenie dla mówcy,
4) ptak jak owoc,
5) kupowane w aptece,
6) część świątyni,
9) krymka, jarmułka,
10) żółte lub czarne,
11) np. Andora,
14) liczman, szton,
15) dawny zeszyt,
16) dokucza na równiku,
19) chrust na podpałkę,
20) kraj w Afryce z Lome,
21) kontynent z Mongolią.

gatunek sera

zrzęda, nudziarz

wynik dzielenia

jazda konna

„... Walenrod”, powieść poetka

WIRÓWKA PANORAMICZNA

warstwa kopalin

pachnie na klombie

orędzie, apel

twardy i kruchy metal

odmiana szarady

Początek wpisywania odgadniętych wyrazów w polach z kreską, kierunek zegarowy. Litery w oznaczonych polach, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie – tytuł powieści.

Duet jolek

W

I

L

K

W

A

W

O

L

F

H

A

9

8

3

4

1

7

6

2

- Litery z pól ponumerowanych od 1 do 9, utworzą rozwiązanie – tytuł powieści.**
- W przypadkowej kolejności:**
– jednoroczna roślina warzywna z rodziny psiankowatych
– okamgnienie, moment
– odłamek, skrawek
– „... na peryferiach”, czechosłowacki serial telewizyjny
– okrasa do pierogów
- „Dziewczyna i ...”, polski serial młodzieżowy
– brak szczęścia, pech
– drzewo jak maść konia
– twardy metal o symbolu W
– mały chronometr
– miasto wiszących ogrodów
– typ reflektora

Logogryf

1

2

3

4

5

1

2

3

4

5

Litery w polach z kropką czytane rzędami utworzą rozwiązanie: imię i nazwisko znanego prezentera.

- 1) nieduża rola teatralna lub filmowa,
2) żytnie lub pszenne odpady,
3) wiosenne warzywo liściaste,
4) „... Billy”, autorski film Clinta Eastwooda
5) delikatesowa wędlina.

Szyfr

4

11

12

9

16

10

14

7

8

1

6

15

2

13

16

3

5

15

Litery z pól od 1 do 16 utworzą rozwiązanie: imię i nazwisko aktorki.

- Poziomo:**
4) rzęsiasty deszcz,
7) konkurent firmy Canon.
- Pionowo:**
13) lina przy maszynie,
11) podpora chromowa.

Krzyżówka

1

2

3

4

5

1

2

3

4

5

Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

- Poziomo:**
2) „... Niebezpieczna szybkość” z Keanu Reevesem,
4) słynna trylogia z rolą Keanu Reevesa,
5) imię partnerki Reevesa z filmu 1 poziomo.
- Pionowo:**
1) zabawa pod gołym niebem,
2) wyspa na Morzu Egejskim,
3) ubytek w zębie.

Rozwiązania

Krzyżówka A-Z: pieszczotliwy.
Logogryf: Piotr Kowalewski.
Szyfr: „Biały kielich”.
Duet jolek: „Młodzi i miłi”.
Kryżówka z hasłem: „Ludzie bez-estetyczni”.
Kryżówka panoramiczna: „Dziękuję ci, mój przyjacielu”.

Krzyżówka panoramiczna

kurtka dżokeja	z bież- nikiem dawne Włochy	żeński archetyp ustęp tekstu
złocza gór		
zespół z Korą		
wiek kufra	repu- blika islama	pionowy kanał górnicy
egipski groch		w port- felu Brazy- liji
imię Rodó- wicz	hin- duska księż- niczka	szkło zegar- mistrza
stolica Afga- nistanu		
orygi- nał, cudak	spisek, intryga	pęta, kajdany
gwa- rancja, rekoj- mia	popisy kow- bojów	oczko w pier- ścionku
furman z towarem	uliczne zamieszki	
pospolita ryba słodko- wodna	polski port rybacki	10 kwintali
liczbowa gra hazar- dowa	ślusar- ski uchwyt	dawna osada obronna
imię Łem- pickiej		
uszczer- bek, szwank	czerni serca	bojaźń, lęk
duch bojowy wojska	12 miesięcy	gibon biało- ręki
trafia na rynek	autko na torze	

Litery z oznaczonych pól, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

Alfabetka

Alfabetka puzzle grid with letters G, H, I, J, K, L, Ł, M, N.

Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

- dzielnica Nowego Jorku
- mały strug
- duży gryzoń z kołcami
- miasto na Węgrzech (anagram: endek + ser)
- płyn do płukania tkanin
- minerał, krzemian magnezu
- „Johnny ...”, film z rolą Keanu Reevesa
- martwa na obrazie
- Indianin znad Wielkich Jezior
- Bolesław, poeta, autor „W malinowym chruśniaku”

Krzyżówka mozaikowa

Mosaic crossword puzzle grid with numbers 1-10.

Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

Poziomo:

- 3) maluje portrety i pejzaże,
- 6) preparat z zagęszczonych warzyw,
- 7) zdobi ściany salonu,
- 10) 1/4 meczu koszykówki.

Pionowo:

- 1) szkrab, brzdąc,
- 2) spryciarz, filut,
- 4) naganny sposób bycia,
- 5) cztery damy w pokerze,
- 8) drugi pokos trawy,
- 9) angielskie przyjęcie.

Rozwiązania

Krzyżówka panoramiczna: szanta; krzyżówka łukowa: ka; krzyżówka mozaikowa: lancet; krzyżówka alfabetowa: stanowisko; alfabet-ka; krzyżówka bez litery A: pokolenie; krzyżówka dwuliterowa: rękawiczki; krzyżówka tautogramowa: wszystkie odgadnięte wyrażenia mają taką samą pierwszą literę.

Krzyżówka bez litery „A”

Crossword puzzle grid with numbers 1-37.

Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie. W odgadniętych wyrażeniach nie występuje litera „A”.

Poziomo:

- 1) w rękach kajakarza,
- 5) następca rodu,
- 9) poniżej talii,
- 10) szybki żaglowiec handlowy,
- 11) kolor bładozielony,
- 12) sportowy lub latający,
- 14) łódka dla wędkarza,
- 17) strój gejszy,
- 20) podróżna walizeczka,
- 22) mieszaniec bizona i krowy,
- 23) poręczenie, rękojmia,
- 24) skrawek papieru,
- 25) odmienność, odrębność,
- 28) atak, natarcie,
- 31) młode wino,

Pionowo:

- 33) akta osobowe,
- 34) zgiełk, harmider,
- 35) wiszące ... Semiramidy,
- 36) stąpanie bobasa,
- 37) najstarszy w rodzinie.

Pionowo:

- 1) rów na budowie,
- 2) mityczny myśliwy, beocki,
- 3) dziedzina bezpieczeństwa narodowego,
- 4) dawne sesje sądowe,
- 5) religijna „dieta”,
- 6) Magdalena, pisarka (anagram ul + lit),
- 7) kostka do ablucji,
- 8) otwierane w banku,

13) poniesiony wydatek,

15) typ orkiestry rozrywkowej,

16) stojące lustro,

17) zakończenie belki stropowej,

18) miasto Talesa,

19) graniczy z Algierią,

21) model Fiata,

25) udomowiony ptak,

26) miasto nad Sanem,

27) Bartosz, reprezentacyjny piłkarz,

29) bonifikata, zniżka,

30) piłkarze z Lublina,

31) zapada przed nocą,

32) surowiec dla hut.

Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

1) poetycko o nostalgii

- aktor z filmu „Forrest Gump”,

2) Jan Andrzej, polski

poeta i polityk (zm. 1693),

3) roślina na zielonkę,

4) młokos, gołowas,

5) zabiegi, usiłowania.

Crossword puzzle grid with numbers 1-8.

Krzyżówka tautogramowa

Wszystkie odgadnięte wyrażenia mają taką samą pierwszą literę. Litery w polach z kropką czytane rzędami utworzą rozwiązanie.

Poziomo:

- 4) ptak z Afryki, szyszak,
- 5) birbant, hulaka,
- 7) przysmak pandy,
- 8) pokrzyk wilcza jagoda.

Pionowo:

- 1) flirciarz, bałamut,
- 2) wielkie drzewo afrykańskie,
- 3) niecierpek ogrodowy,
- 6) kodeks samurajów.

Krzyżówka łukowa

Arched crossword puzzle grid with numbers 1-5.

Krzyżówka dwuliterowa

Crossword puzzle grid with numbers 1-6.

Litery z pól ponumerowanych w dolnym rogu od 1 do 3 utworzą rozwiązanie.

Poziomo:

- 3) stylista, konstruktor,
- 4) polano dobre na łuczywo,
- 5) cios szablą,
- 6) rzeczywistość bez upiększeń.

Pionowo:

- 1) podpora na rowery,
- 2) zimny kontynent,
- 3) odroczenie terminu płatności,
- 5) najludniejsze miasto na Żmudzi.



Sól drogowa, używana do odladzania, to chlorek sodu (NaCl) z dodatkami, który obniża temperaturę zamarzania wody, ale jest też główną przyczyną korozji samochodów.

Sól drogowa, a samochody.

Fakty i mity, które warto znać zimą

Sól drogowa. Może przyspieszać korozję karoserii, podwozia, układu wydechowego i zawieszenia. Może uszkodzić także lakier, gumowe części oraz elektronikę. Regularne mycie, zwłaszcza podwozia jest kluczowe dla ochrony pojazdu zimą.

Sól drogowa jest specjalnym rodzajem soli stosowanej w celu rozpuszczenia oraz usunięcia śniegu i lodu. Można nią posypywać drogi i chodniki w okresie intensywnych mrozów. Różni się ona od zwykłej soli spożywczej kilkoma ważnymi cechami. Pierwszą ważną różnicą jest skład chemiczny. Sól drogowa zawiera więcej chlorku, co pozwala na szybsze i bardziej skuteczne rozpuszczanie śniegu i lodu. Zwykła sól spożywcza zawiera jego mniejszą ilość, co przekłada się na jej mniejszą skuteczność.

Sól drogowa nie jest wrogiem

Konsystencja to kolejna ważna różnica. Sól drogowa jest grubsza i bardziej sucha niż zwykła sól spożywcza, co umożliwia jej lepsze rozprzaskiwanie się podczas stosowania. Nie wnika też w szczeliny pomiędzy np. płytami chodnika, lecz pozostaje

na jego powierzchni, aktywnie rozpuszczając śnieg i lód.

Ważny jest wszakże wpływ soli drogowej na samochody i infrastrukturę drogową. Niestety pod tym względem sól drogowa wypada nieco gorzej niż jej kuchenny odpowiednik. Powoduje większą korozję stopów metalowych i innych materiałów wrażliwych na wilgoć. Zwykła sól spożywcza jest mniej agresywna i mniej niebezpieczna dla tego typu powierzchni.

Jest też kilka mitów. Największym nieporozumieniem jest przekonanie, że sól „gryzie” metal bezpośrednio. Tymczasem proces korozji to reakcja utleniania żelaza, w której kluczowe są woda i tlen. Sól jedynie przyspiesza tę reakcję, chociaż trzeba dodać, że bardzo skutecznie. Obniża temperaturę zamarzania wody, zwiększa przewodność elektryczną roztworu i tworzy środowisko, w którym metal koroduje nawet siedem razy szybciej niż bez niej.

Sól sama w sobie nie powoduje rdzy

Dlatego samochody więcej zimą znacznie intensywniej niż latem, mimo że przecież sam metal nie zmienia właściwości. Zmienia się tylko chemia wokół niego. Kierowcy często nie zdają sobie sprawy, że największym

problemem nie jest sama sól, a ciągła wilgoć. W cieplejszych miesiącach woda z podwozia szybko odparowuje po jeździe. Zimą niemal nigdy do tego nie dochodzi. Mieszanka wody, błota i soli zalega pod nadkolami i na elementach podwozia godzinami, a nawet dniami.

Najbardziej cierpi układ hamulcowy

Zatem sól drogowa sprzyja przyspieszonemu utlenianiu, również metali nieżelaznych. Z tego powodu stanowi poważne zagrożenie dla podwozia pojazdu, gdzie znajdują się odsłonięte elementy zawieszenia, części gumowe

oraz układ hamulcowy. W każdym z tych obszarów sól może zapoczątkować lub nasilić procesy korozyjne. Dotyczy to także klocków hamulcowych, które posiadają metalową płytkę nośną, natomiast ich warstwa cierna składa się z mieszanki różnych materiałów. W sytuacji uszkodzenia klocków sól drogowa, w połączeniu z wilgocią, może prowadzić do korozji podpowierzchniowej. Z czasem może to powodować kruszenie się materiału ciernego, a nawet jego odpajanie od płytki nośnej.

Roztwór soli w wodzie przewodzi prąd. Jeśli dostanie się gdziekolwiek do styków czy przekładników, może

sprawić, że instalacja elektryczna auta zacznie sprawiać kłopoty.

Czy sól niszczy opony?

Sól drogowa może być także kłopotliwa dla opon. Im starsza opona, tym większe prawdopodobieństwo, że przez pory spękanej gumy sól dostanie się do tzw. drutówki. Może doprowadzić do zardzewienia konstrukcji nośnej opony.

Aby zabezpieczyć samochód przed szkodliwym działaniem soli drogowej, jeszcze w ciągu cieplejszych dni warto nawoskować nadwozie, aby było ono lepiej zabezpieczone przed drogową chemią. Wosk tworzy wytrzymałą warstwę zabezpieczającą, która skutecznie chroni lakier przed szkodliwym działaniem czynników zewnętrznych i sprawia, że samochód łatwiej jest utrzymać w czystości.

Myć, ale z głową

Zimowe mycie podwozia bywa wyśmiewane, bo „przecież jutro znowu będzie sól”. A jednak regularne usuwanie mieszanki soli i błota ma ogromne znaczenie. Chodzi nie o to, by podwozie było zawsze czyste, tylko by nie pozwolić soli zalegać na metalowych elementach zbyt długo. Nawet krótkie „okno” bez elektrolitu spowalnia proces korozji.

Warto też wiedzieć, że nie każde mycie ma sens. Zbyt silne ciśnienie potrafi wypłukać fabryczną konserwację w newralgicznych punktach, a gorąca woda w mrozie potrafi stworzyć dodatkową wilgoć, która pozostanie w zakamarkach. Liczy się regularność i umiar.

Aureliusz Mikos



DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?

Telefonicznie: **800 472 852, 42 647 28 52**

Przez internet: **ibo.polskapress.pl**

W Biurze Reklamy:

Kierownik działu ogłoszeń: Magdalena Śliwińska,
m.sliwinska@polskapress.pl
tel. 502 499 114

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

RUBRYKI I PODRUBRYKI W OGŁOSZENIACH DROBNYCH

NIERUCHOMOŚCI	- mieszkania - sprzedam - mieszkania - kupię - mieszkania - do wynajęcia - mieszkania - wynajmę - mieszkania - zamienię - domy - sprzedam - domy - kupię - domy - do wynajęcia - dome - wynajmę - domy - zamienię - lokale użytkowe - sprzedam - lokale użytkowe - kupię
LOKALE	- lokale użytkowe - do wynajęcia - lokale użytkowe - wynajmę - lokale użytkowe - zamienię - działki, grunty - sprzedam - działki, grunty - kupię - gospodarstwa - garaże - pośrednictwo - inne - bank stacji
HANDLOWE	- AGD - RTV

FINANSE BIZNES	- zamienię - motofinanse - motousługi - inne
MOTORYZACJA	- kredyty, pożyczki - usługi finansowe - usługi prawne - biura rachunkowe - ubezpieczenia - oferty - inne
NAUKA	- szkoły - kursy/szkolenia

PRACA	- języki obce - korepetycje - inne
ZDROWIE	- apteki - pomoc całodobowa - chirurgia - ginekologia - interna - neurologia

USŁUGI	- pediatria - psychologia - psychiatria - stomatologia - urologia - inne specjalizacje - przychodnie, kliniki - laboratoria - zabiegi - opieka - sprzęt medyczny - uroda - inne
USŁUGI	- instalacyjne - biurowo - projektowe - komputerowe - montażowe - ogrodnicze - porządkowe - przeprowadzki - reklamowe - stolarskie - radio taxi - transportowe - rozrywka - uroczystości - zabezpieczające - inne

KOMUNIKATY	- agroturystyka - kraj - świat - biura podróży - oazy i kolonie - wycieczki - przewozy - inne
ZWIERZĘTA	- lecznice - usługi - inne
MATRYMONIALNE	ROZNE

Nieruchomości

MIESZKANIA - SPRZEDAM

M2 (28,58) lp, Dąbrowa - 197 tys. zł, bezp. 882-418-267, 663-426-823

MIESZKANIA - KUPIĘ

AA 24/7 Kupię każde mieszkanie spadek udziały zadłużone z komornikiem trudnym lokatorem z dożywociem 726765223

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

DZIAŁKI, GRUNTY KUPIĘ

AA 24/7 Kupię każdy grunt budowlany rolny także udziały zadłużone z komornikiem całe Łódzkie 726765223

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

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

12h autokup, 664-040-076

Auta uszkodzone - Złomowanie, 604-542-022

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

JEŹDZĄCE, uszkodzone, 789-053-964

ROLNICZE KUPIĘ

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

Finanse biznes

KREDYTY, POŻYCZKI

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

INNE

SPRZEDAM szwalnię, 500-455-664

Praca

ZATRUDNIĘ

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

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

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

SZUKAM kierowcy kat. B., zbiórka odzieży używanej, ok. Stuttgart. Zapewniam zakwaterowanie. Praca co drugi miesiąc na zmianę. Wynagrodzenie 2200 euro na rękę. Możliwość pracy po godzinach. Niemcy, tel. 0049 1778306707

SZWACZKI - damskie, 514-535-530

Zdrowie

POMOC CAŁODOBOWA

Odrucia, alkohol, kroplówki, ciagi, 602-691-580

ALKOHOL - ciagi, odrucia, 501-063-660

INTERNA

WIZYTY domowe - dr Matusiak, 601-266-571

WIZYTY domowe, 695-412-061

NEUROLOGIA

Neurolog - specjalista, 602-691-580

PSYCHIATRIA

Psychiatra, 604-406-067

STOMATOLOGIA

Kompleksowe leczenie i protetyka, protezy elastyczne, implanty, 42-258-43-43, Ł/ Chojny, ul. Gościńska 8, 42-239-83-83, ul. Nastrojowa 53

Usługi

AGD RTV FOTO

AGD - pralki szybko, tanio, 504-556-016

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

ANTENY - serwis, 733-955-881

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

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

TELE - audiovideo naprawa, 602-687-803

BUDOWLANO-REMONTOWE

DACH tanio solidnie VAT, 787-337-426

MALUJĘ i nie tylko, 506-177-580

OKNA - naprawa, regulacja, docieplanie, roszczenie, konserwacja, 882-418-267

REMONTY solidnie, tapetowanie, gładź, 517-383-998

ROZBIÓRKI koparki wynajem + mini, 502-061-012, 513-149-330

INSTALACYJNE

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

ELEKTRYCZNE - awarie, 503-707-122

ELEKTRYK, 693-741-682

Hydraulika - awarie, 509-721-995

HYDRAULIKA tanio, 788-289-668

Przepychanie kanalizacji, 509-721-995

KOMPUTEROWE

POGOTOWIE komputer, 733-955-881

OGRODNICZE

Cięcie drzew owocowych. Fachowo, 605-307-582

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

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

PORZĄDKOWE

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

PRZEPROWADZKI

Rutkowski przeprowadzki, 501-781-201

STOLARSKIE

Meble kuchenne, inne, 42-632-33-92

INNE

TAPICERSTWO, naprawy, 42-632-33-92

Turystyka

KRAJ - GÓRY

Beskidy koło Wadowic - Wielkanoc od 1100 do 1400zł. Możliwość dowozu 501-642-492

Matrymonialne

BIURO "Nadzieja", 30-letnie doświadczenie! Promocje!, 603-579-032

PASJA wieczorki taneczne 661 974 245

Różne

KASA za stare książki 609-643-399

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

KUPIĘ ciągniki, przyczepy, maszyny rolne. Tel. 535135507.

AUTOREKLAMA

ibo

TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne

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

ibo.polskapress.pl

AUTOREKLAMA

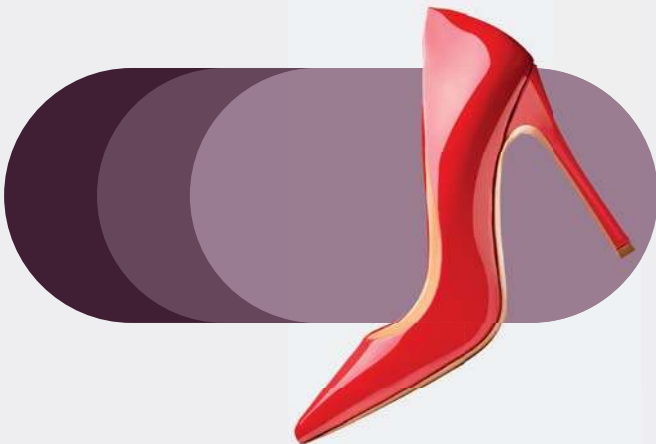
Polecamy →



strona
Kobiet

O kobietach i dla kobiet

stronakobiet.pl



DRUGI REPREZENTANT POLSKI ZOSTAŁ PIŁKARZEM WIDZEWA

Jan Hofman

Przemysław Wiśniewski przeszedł testy medyczne, a następnie podpisał kontrakt z Widzewem. To siódmy piłkarz pozyskany tej zimy przez łódzkiego przedstawiciela ekstraklasy!

Obrońca reprezentacji Polski przenosi się do Widzewa Łódź na zasadzie transferu definitywnego! 27-letni defensor (mierzący 195 cm) w barwach łódzkiej ekipy będzie występował z numerem 25 na plecach. Jego umowa obowiązuje do końca grudnia 2030 roku.

- Przedstawiony mi projekt bardzo mi się spodobał, a ja sam bardzo chciałem spróbować nowych wyzwań. Wiem, że jest tu dużo roboty do zrobienia, ale wierzę, że wspólnie ją zrobimy. Zwłaszcza jeśli spojrzymy na ruchy transferowe, jakie wykonuje Klub - powiedział Przemysław Wiśniewski.

Nieoficjalnie wiadomo, że transfer reprezentacyjnego stoper ma kosztować około 4 mln euro z bonusami. Tym samym nowy obrońca Widzewa został najdroższym Polakiem



FOT. PAP/PALE/ALÉANDRO GARCIA

w historii naszej ekstraklasy. Warto dodać, że zawodnik jeszcze do niedawna skłaniał się raczej do kontynuowania kariery we Włoszech. Widać jednak oferta Roberta Dobrzyckiego, większościowego właściciela łódzkiego klubu, przekonała go do zmiany planów.

Przemysław Wiśniewski w tym sezonie rozegrał dwadzieścia spotkań na boiskach Serie B. Na zapleczu włoskiej elity ma ponad 90 gier. Z kolei 14 razy wystąpił także w Serie A. 27-latek z Zabrza na poziomie ekstraklasy zaliczył ponad 120 spotkań w barwach Górnik

Chcą walczyć na dwóch frontach



FOT. WOLFF/VOITKELEWICZ

Jan Hofman

Walka o mistrzostwo kraju i jak najdłuższa gra w Lidze Konferencji - taki jest plan Jagiellonii Białystok na drugą część piłkarskiego sezonu.

Na początku zimowej przerwy doszło w klubie do głośnego transferu 17-letniego Oskara Pietuszelewskiego, na którego odejściu do portugalskiego FC Porto Jagiellonia zarobiła 10 mln euro.

O możliwość zmiany barw klubowych poprosił Duńczyk Louka Prip, który dostał na to zgodę i już nie pojechał z zespołem na obóz, a pod koniec tureckiego zgrupowania umowę rozwiązano również z Hiszpanem Alejandro Cantero.

W ostatnich dniach przygotowani do klubu ze stolicy Podlasia trafili dwaj bco krajowcy - lewy obrońca z Portugalii, 22-letni Guilherme Montoia oraz reprezentant Bośni i Hercegowiny, 21-letni napastnik Samed Bazdar.

W drugiej połowie lutego czeka Jagiellonię rywalizacja z włoską Fiorentiną o awans do 1/8 finału Ligi Konferencji.

Kilku zawodników nie mogło przejść pełnego okresu przygotowawczego z powodu kontuzji. Chodzi o stoperów Dusana Stojinovicia i Lukiego Kobayashiego oraz pomocnika Leona Flacha. Niewykluczone, że ten pierwszy jeszcze przed wznowieniem rozgrywek odejdzie z klubu, pozyskaniem go jest zainteresowany klub amerykańskiej MLS.

Atomowe zbrojenia rozsadzają ekstraklasę?



Po śniegu można jeździć rowerem (trener Igor Jovićević), ale czy da się grać w piłkę?



FOT. KRZYSZTOF SZYMCAK

Lukas Lerager

Dzisiejszymi spotkaniami Zagłębie Lubin - GKS Katowice (godz. 18) i Radomiak Radom - Arka Gdynia (20.30) rozpocznie się druga część sezonu piłkarskiej ekstraklasy.

Jan Hofman

Piłkarze Widzewa mecz 19. kolejki rozegrają w sobotę, w Łodzi (godz. 17.30), a ich rywalem będzie Jagiellonia Białystok.

Zimowa transferowa ofensywa Roberta Dobrzyckiego, większościowego właściciela Widzewa, sprawiła, że sportowa wyobraźnia kibiców czterokrotnych mistrzów Polski została rozgrzana do czerwoności.

Dla wielu, było to wręcz atomowe uderzenie w piłkarski rynek, które powinno rozsądzić ekstraklasę, torując Widzewowi miejsce na sam szczyt!

Do czternastu letnich transferów dorzucono w ostatnim czasie siedem (kosztowało to 22 mln euro), a to powinno sprawić, że łódzka drużyna ma wręcz obowiązek ruszyć w górę tabeli niczym francuska kolej dużych szybkości - TGV.

Pewne jest, że widzewska, wyjściowa jedenastka będzie

zupełnie inna od tej, którą fani oglądali w pierwszej części sezonu.

Jeszcze w grudniu taki scenariusz trzeba byłoby zaliczyć do kategorii science fiction, ale w obecnej rzeczywistości atak na mistrzowski tytuł wydaje się być całkiem realnym rozwiązaniem.

A to z całkiem prostej przyczyny. Po osiemnastu, z trzydziestu czterech serii spotkań ekstraklasy, różnica między pierwszym, a ostatnim zespo-

łem w tabeli wynosi zaledwie 11 punktów!

Widzew Łódź jest tuż nad strefą spadkową - z 20 punktami, mając o 10 „oczek” mniej niż liderujące zespoły Wisły Płock i Górnik Zabrze. Do rozegrania zostało szesnaście ligowych spotkań i czterdzieści osiem punktów do zdobycia. Przypomnimy tylko, że w poprzednim sezonie mistrzowski tytuł wywalczył Lech Poznań, który w 34 kolejkach uzbierał 70 punktów.

Tylko dwie trenerskie zmiany

Jan Hofman

Zimą w dwóch z 18 klubów piłkarskiej ekstraklasy doszło do zmiany trenerów.

Obie są znaczące, a jednocześnie nie stanowiły niespodzianki, gdyż były znane sporo wcześniej. Marek Papszun z Rakowa Częstochowa przeniósł się do Legii Warszawa, a pod Jasną Górą zastąpił go Łukasz Tomczyk z pierwszoligowej Polonii Bytom, którą wprowadził w 2025 roku do I ligi, a pozostawił na drugim miejscu.

1. Wisła Płock	18	30	21-12
2. Górnik Zabrze	18	30	29-24
3. Jagiellonia Białystok	17	29	29-21
4. Raków Częstochowa	18	29	26-23
5. Zagłębie Lubin	18	28	31-24
6. Cracovia	18	27	25-21
7. Radomiak Radom	18	26	35-30
8. Lech Poznań	17	26	29-26
9. Korona Kielce	18	24	21-19
10. Pogoń Szczecin	18	21	28-32
11. Motor Lublin	18	21	23-28
12. Arka Gdynia	18	21	15-32
13. Lechia Gdańsk	18	20	37-37
14. Piast Gliwice	17	20	19-19
15. Widzew Łódź	18	20	26-28
16. GKS Katowice	17	20	23-28
17. Legia Warszawa	18	19	19-21
18. Termalica Nieciecza	18	19	24-35



Marek Papszun

FOT. ADAM JANKOWSKI

ŁKS wypożyczył obrońcę z Górnika Zabrze



Maksymilian Pingot będzie pół roku grał w ŁKS.

Można rzec, wreszcie, doczekaliśmy się. Działacze piłkarskiej drużyny ŁKS pozyskali pierwszego nowego piłkarza. Łodzianie zatrudnili Maksymiliana Pingota.

Jan Hofman

Pingot reprezentował ostatnio barwy Górnika Zabrze. Łódzki pierwszoligowiec wypożyczył defensora z przedstawiciela ekstraklasy do końca bieżącego sezonu.

Maksymilian Pingot mierzy 188 cm i najczęściej występował na środku defensywy. Piłkarz rozegrał 35 meczów w ekstraklasie (w tym 8 w bieżącym sezonie), 11 spotkań na zapleczu elity oraz jedenaście meczów dla młodzieżowej reprezentacji Polski.

22-latek na Roosevelta trafił latem, w ramach transferu z Lecha Poznań. W rundzie jesiennej ekstraklasy pełnił w głównej mierze funkcję zmiennika Josemy. Zanotował osiem występów na boiskach ekstraklasowych w wyjściowej jedenastce. Zaliczył trzy występy w rozgrywkach STS Pucharu Polski oraz cztery mecze w rezerwach Górnika Zabrze, dla których strzelił jedną bramkę.

Po transferze Pawła Bochniewicza lewonożny środkowy obrońca byłby dopiero trzeci

w kolejce na swojej pozycji. Dlatego też władze Górnika podjęły decyzję o wypożyczeniu.

Wypożyczenie Maksy do końca sezonu jest dla nas ruchem stricte sportowym. Szukaliśmy zawodnika, który zwiększy nasze pole manewru taktycznego, przede wszystkim na pozycji pół lewego środkowego obrońcy. Po przejściu na grę trójką z tyłu musieliśmy powiększyć liczbę obrońców w kadrze oraz wzmocnić rywalizację na środku obrony. Wierzymy, że Maks szybko za-

adaptuje się do naszych zasad gry i podniesie jakość rywalizacji w defensywie – powiedział Radosław Mozyrko, dyrektor sportowy ŁKS.

Zawodnik przeszedł pomyślnie testy medyczne i wkrótce dołączy do drużyny trenowanej przez Grzegorza Szokę.

W sobotę łodzianie rozegrają ostatni mecz sparingowy tej zimy. ŁKS zmierzy się z drugoligowym KKS Kalisz. Mecz będzie zamknięty dla publiczności.



FOT. ŁKS

Łódź powitała elkaesiaków mrozem.

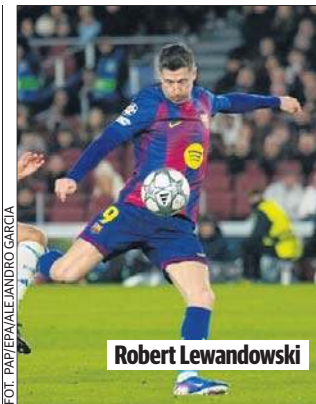
PEWNA WYGRANA BARCELONY. BRAMKA LEWANDOWSKIEGO

Jan Hofman

Rekordzista pod względem liczby triumfów w Lidze Mistrzów Real Madryt, a także finaliści poprzedniej edycji Paris Saint-Germain i Inter Mediolan, będą musieli rozegrać baraże o awans do 1/8 finału.

Ominą one Barcelonę, która wygrała z FC Kopenhaga 4:1, a jednego gola strzelił Robert Lewandowski.

Dramaturgię miało spotkanie w Lizbonie, gdzie Benfica podejmowała Real. W końcówce, gdy prowadzeni przez byłego trenera gości Portugalczyka Jose Mourinho gospodarze prowadzili 3:2, jeszcze jeden gol pozwoliłby im awansować na 24. lokatę i wystąpić w barażach, natomiast trafienie gości promowałoby ich na 8. miejsce, dające bezpośredni awans do 1/8 finału. W ostatniej akcji meczu, przy rzucie wolnym dla Benfiki, pod bramkę rywali pobiegł bramkarz Anatolij Trubin i to właśnie Ukrainiec trafił do siatki głową, ustalając wynik na 4:2 i ratując byt „Orłów” w dalszej fazie Champions League. Była to już ósma doliczona minuta.



FOT. PAP/PAZALE ANDRÓ GARCIA

Robert Lewandowski

W czołowej ósemce znalazło się pięć drużyn z Anglii. Za plecami Arsenalu i Bayernu uplasował się Liverpool, który rozbił u siebie Karabach Agdam 6:0. Bramkarzem gości był Mateusz Kochalski. Mimo porażki mistrz Azerbejdżanu znalazł się na miejscu dającym prawo gry w barażach (17/18 i 24/25 lutego).

4. lokatę zajął Tottenham Hotspur, 6. - Chelsea Londyn, a ósmą - Manchester City. Stawkę drużyn w 1/8 finału uzupełnił Sporting Lizbona. Baraże zaplanowano na Zrozygrywek odpadły m.in. Olympique Marsylia, Athletic Bilbao, Napoli, Ajax Amsterdam, Eintracht Frankfurt i Villarreal.

W siódmkę trudno walczyć



Thana Fayad (w białym stroju) nie zagrała w Dreźnie.

FOT. KRZYSZTOF SZYMCIK

Jan Hofman

W piątej kolejce Ligi Mistrzów siatkarek. drużyna Dresdner SC pokonała 3:0 ŁKS Commercecon.

To była piąta porażka elkaesianek w tych rozgrywkach. Łódzkie Wiewiory nie miały wiele do powiedzenia w starciu z niemieckim zespołem, choć w trzeciej partii dzielnie walczyły o zwycięstwo. Spotkanie trwało 86 minut.

Thana Fayad ma uraz i nie zagrała w tym meczu. Podczas porannego rozruchu w Niemczech kontuzji stawu skokowego nabawiła rozgrywająca Wiktorja Kowalczyk. Trener Adrian Chyliński miał do dyspozycji jedną szóstkę oraz libero Annę Pawłowską.

W ostatniej kolejce Champions League ŁKS zagra na wyjeździe z obrońcą trofeum A. Carraro Imoco Conegliano (4 lutego, godz. 20.30). Łodzianki są ostatnie w tabeli i nie mają na swoim koncie nawet punktu i definitywnie straciły szansę na grę w fazie play off, jak i w Pucharze CEV.

ŁKS Commercecon Łódź 3:0 (25:18, 25:19, 26:24)

Dresdner: Grome, Lorber Fijok, Pfeffer, Levinska, Kuipers, Siksa, Nestler (libero) oraz Winter, Rosemann.

ŁKS Commercecon: Gajer, Brambilla, Stefanik, Cechetto, Bidas, Obiała, Pawłowska (libero) oraz Szczyrba, Centka.

Teraz łodzianki wracają do ligowej rywalizacji. W sobotę zagrają na wyjeździe z Sokołem i Hągric Mogilno (godz. 19).

Sportowe informacje w skrócie

Jan Hofman

Polskie siatkarki w tegorocznej edycji Ligi Narodów wystąpią w chińskim Nankinie i japońskim Kansai, natomiast męska reprezentacja zagra w Linyi (Chiny), Gliwicach i Chicago. Oba turnieje finałowe odbędą się w Chinach.

● Halowy mistrz świata i Europy w siedmioboju Norweg Sander Aae Skotheim nie wystartuje w lekkoatletycznych halowych mistrzostwach świata w Toruniu (20-22 marca) z po-

wodu zerwania więzadła stawowego stopy.

● Reprezentacje Chorwacji, Islandii i Niemiec dołączyły do Danii w półfinałach mistrzostw Europy piłkarzy ręcznych. W półfinałach, zaplanowanych na dziś w Herning, Dania zagra z Islandią, a Chorwacja z Niemcami. Spotkania o medale zostaną rozegrane w niedzielę w tym samym miejscu.

● Najlepsi w lidze hokeiści Colorado Avalanche przegrali na wyjeździe z Ottawą Senators 2:5 w meczu ligi NHL. To

zaledwie siódma porażka w regulaminowym czasie gry zespołu z Denver w 51 meczach tego sezonu.

● Koszykarze San Antonio Spurs pokonali na wyjeździe Houston Rockets 111:99 w śródowym meczu ligi NBA. Wiceliderzy Konferencji Zachodniej odnieśli 32. zwycięstwo w sezonie. W składzie gości z powodu kontuzji mięśni uda zabrakło 22-letniego reprezentanta Polski Jeremiego Sochana.

Klub nie podał żadnych szczegółów urazu Sochana.



Radość duńskich piłkarzy ręcznych.

FOT. PAP/PAZALE ANDRÓ GARCIA

Marcin Hakiel przyznał, że był zbyt młody na ślub

Marcin Hakiel udzielił wywiadu, w którym nawiązał do swojego ślubu z Katarzyną Cichopek. Przyznał, że z perspektywy czasu był zbyt młody, żeby stanąć przed ołtarzem.

Katarzyna Cichopek i Marcin Hakiel stworzyli historię, o której rozpiszywały się media. Poznali się w programie „Taniec z Gwiazdami”, gdzie razem trenowali. Połączyło ich uczucie, które przetrwało długo po tym, jak zeszli z parkietu, wygrywając wcześniej Kryształową Kulę. W 2008 roku stanęli na ślubnym kobiercu. Pobrali się w Zakopanem w sanktuarium Matki Bożej Fatimskiej na Krzeptówkach, chociaż to nie sami zakochani podjęli decyzję, by akurat tam wziąć ślub.

– Ojciec moich przyjaciół stwierdził, że czas już zorganizować ten ślub. Zadzwoń do jednego ze swoich hoteli i zapytał, kiedy jest wolny termin, zapytał, czy nam pasuje i tak się zaczęło – zdradził kiedyś Hakiel w rozmowie z *Vivą!*

W kolejnych latach małżonkowie udzielali wywiadów, mieli wspólne biznesy, a także zostali podwójnymi rodzicami. Gdy wydawałoby się, że w ich miłości nastał „happy end”, oni postanowili się rozstać.

– Teraz, z perspektywy czasu, myślę, że może byłem za młody na taką decyzję. Zawsze chciałem mieć rodzinę. Mieć nałóg od rodziny niż jakichś turbo baletów. No i tak to się poukładało, nie wchodząc w szczegóły, myślę, że to były podjęte decyzje dookoła nas, a nie przez nas. Ludzie, z którymi przebywaaliśmy, trochę na to wpłynęli, chociaż finalnie to była nasza decyzja. Ale w ogóle nie żałuję. To niewłaściwy tok myślenia – mówił Hakiel w studiu Kozaczka w rozmowie z Wiktorem Krajewskim. – Gdyby to się nie wydarzyło, to nie byłbym taki, jaki jestem. Też to przerabiałem na terapii, że nie ma sensu żałowanie czegoś takiego. [...] Myślę, że wtedy ten ślub uzupełniał moje braki osobowościowe. **(RT)**



FOT. TOMASZ HOŁO

Legenda telewizji skończyła 90 lat

Edyta Wojtczak 28 stycznia 2026 roku skończyła 90 lat. Zadebiutowała w telewizji w 1956 roku i przepracowała w niej blisko czterdzieści lat. Stanowiła trzon ekipy spikerskiej, a widzowie szybko przezwali ją „panią Edytą”. Często zresztą to właśnie Wojtczak z Janem Suzinem składali Polakom życzenia noworoczne, ale i towarzyszyli im w innych przełomowych momentach. Lata 80. i 90. przyniosły załamanie nie tylko na gruncie prywatnym: powoli zbliżała się transformacja, zmieniał się i rynek mediów. Straciła pracę w TVP w 1996 roku, bo... zagrała w reklamie proszku do prania. Potem przez moment budowała z Mariuszem Walterem TVN, w którym prowadziła popularny program „Między kuchnią a salonem”. Dziś Edyta Wojtczak rzadko pojawia się publicznie. Mieszka w tym samym mieszkaniu w Warszawie, w którym mieszkała po wyprowadzce z Grójca. – Niestety muszę pozostać w domu, bo zdrowie nie pozwala mi wyjść na zewnątrz. Siedzę w mieszkaniu. Rzadko oglądam telewizję. Wolę coś poczytać. Generalnie żyję po swojemu i nie chcę się udzielać publicznie. **(RT)**



FOT. AKPA



FOT. SYLVIA DĄBROWA

Sandra Kubicka zamknęła swą matcharnię

Sandra Kubicka po roku zamknęła swój lokal z matchą Sandra's Matcha w Warszawie. Decyzję ubrała w emocjonalne słowa opisujące rzekome „podważania” jej i jej specyfiku: „(...) I to już nie chodziło o to, czy komuś smakowała moja matcha, czy nie smakowała. Tam już były wyśmiewane prace. Wyśmiewana byłam ja. Wyśmiewana była moja matcha. Byliśmy podważani. Niektóre filmiki były już tak przerysowane, z tym pluciem. Tego było po prostu za dużo. Jeśli spytacie się mnie, czy mnie to dotknęło, dotknęło mnie to” – mówiła na Instagramie kilka dni temu.

A jeszcze 14 stycznia tego roku mówiła reporterowi *Telemagazynu* Bartoszowi Boruciakowi, jak matcha jest zdrowa.

– Matcha to jest zielona herbata, ale sproszkowana. Ona jest antyoksydantem i przy np. przy insulinooporności czy zespole policystycznych jajników bardzo fajnie jest przyjmować produkty, które obniżają nam stany zapalne w organizmie. I matcha jest takim produktem – opowiadała, po czym, dwanaście dni później, zamknęła lokal. **(BB)**

Jak to jest z jazdą Roxie na nartach?

Roxie Węgiel dba o to, by być w stałym kontakcie z internautami. Dlatego prężnie działa w mediach społecznościowych, gdzie regularnie opisuje, co u niej słychać. Nie inaczej było ostatnio, gdy odpowiadała na pytania fanów. Przyznała, że próbowała wkręcić Kevina Mgleja, ale życie szybko zweryfikowało, jaka jest prawda.

– Wkręciłam mojego męża, że potrafię świetnie jeździć na nartach... Sama tak myślałam, dopóki nie poleciliśmy do St. Moritz. Okazało się, że jednak nie... Zostałam rzucona na szeroką wodę, więc szybko się nauczyłam – opowiadała Roxie.

Na co dzień gwiazda zachwyca nie tylko swoim głosem, ale także formą, której niejedna osoba może jej pozazdrościć. To jednak zasługa nie tylko genów, ale przede wszystkim ciężkiej pracy w pocie czoła.

– Mam od jakiegoś czasu takie żywieniowe pewne obostrzenia. Odkąd mam cukrzycę, to jednak ten zdrowy tryb życia, mam wrażenie, że zdominował naszą dietę, ale też dużo ćwiczymy. Tak naprawdę regularnie chodzimy na siłownię, lubimy trenować. Też nie ukrywam, że mam taką duszę sportowca i bardzo lubię sport. **(RT)**

FOT. AKPA



Horoskop tygodnia

Baran



(21.03-19.04) To dobry dzień na wyrażanie miłości i wsparcia dla bliskich oraz na szukanie sposobów pomocy tym, którzy jej potrzebują. Ale panuj nad emocjami.

Byk



(20.04-22.05) To doskonały dzień na działania społeczne lub aktywizm, gdzie możesz wykorzystać swoje idee do zmiany świata na lepsze. Ale ostrożnie.

Bliznięta



(23.05-21.06) Skup się na swoich celach zawodowych i materialnych. Twoja ambicja i wytrwałość będą kluczowe dla osiągnięcia sukcesu. Bądź pragmatyczny.

Rak



(22.06-22.07) Będziesz pełen entuzjazmu i optymizmu, gotowy do podjęcia wyzwań i poszukiwania nowych doświadczeń. To doskonały dzień na podróż.

Lew



(23.07-23.08) To doskonały dzień na przełamanie barier w relacjach oraz na podjęcie się zadań wymagających odwagi i determinacji. Staraj się unikać manipulacji.

Panna



(24.08-22.09) Bądź otwarty na poglądy innych i staraj się znaleźć wspólny język w rozwiązywaniu konfliktów. Twoja uroda i wdzięk mogą przyciągać uwagę.

Waga



(23.09-22.10) Zadbaj o odpowiednią dietę, regularną aktywność fizyczną i czas na relaks. Twoja dbałość o szczegóły może być dzisiaj szczególnie przydatna.

Skorpion



(23.10-21.11) Wykorzystaj swój charyzmatyczny sposób bycia, aby przyciągać ludzi i inspirować innych do działania. To doskonały dzień na wyrażenie siebie w pracy.

Strzelec



(22.11-21.12) Może pojawić się wiele bodźców zewnętrznych, które mogą Cię zdezorientować lub wprowadzić w niepokoje. Szukaj momentów samotności.

Koziorożec



(22.12-19.01) Wykorzystaj ten czas, aby wyrazić siebie poprzez różne formy sztuki, pisanie, lub nawet poprzez tworzenie nowych projektów zawodowych.

Wodnik



(20.01-18.02) Twoja zdolność do empatii i zrozumienia będzie działać na Twoją korzyść, pomagając Ci rozwiązywać konflikty i wzmacniać więzi z bliskimi.

Ryby



(19.02-20.03) Będziesz pełen zapału do realizacji swoich celów, ale pamiętaj o zachowaniu równowagi i uważaj, aby nie wpadać w impulsywne decyzje.