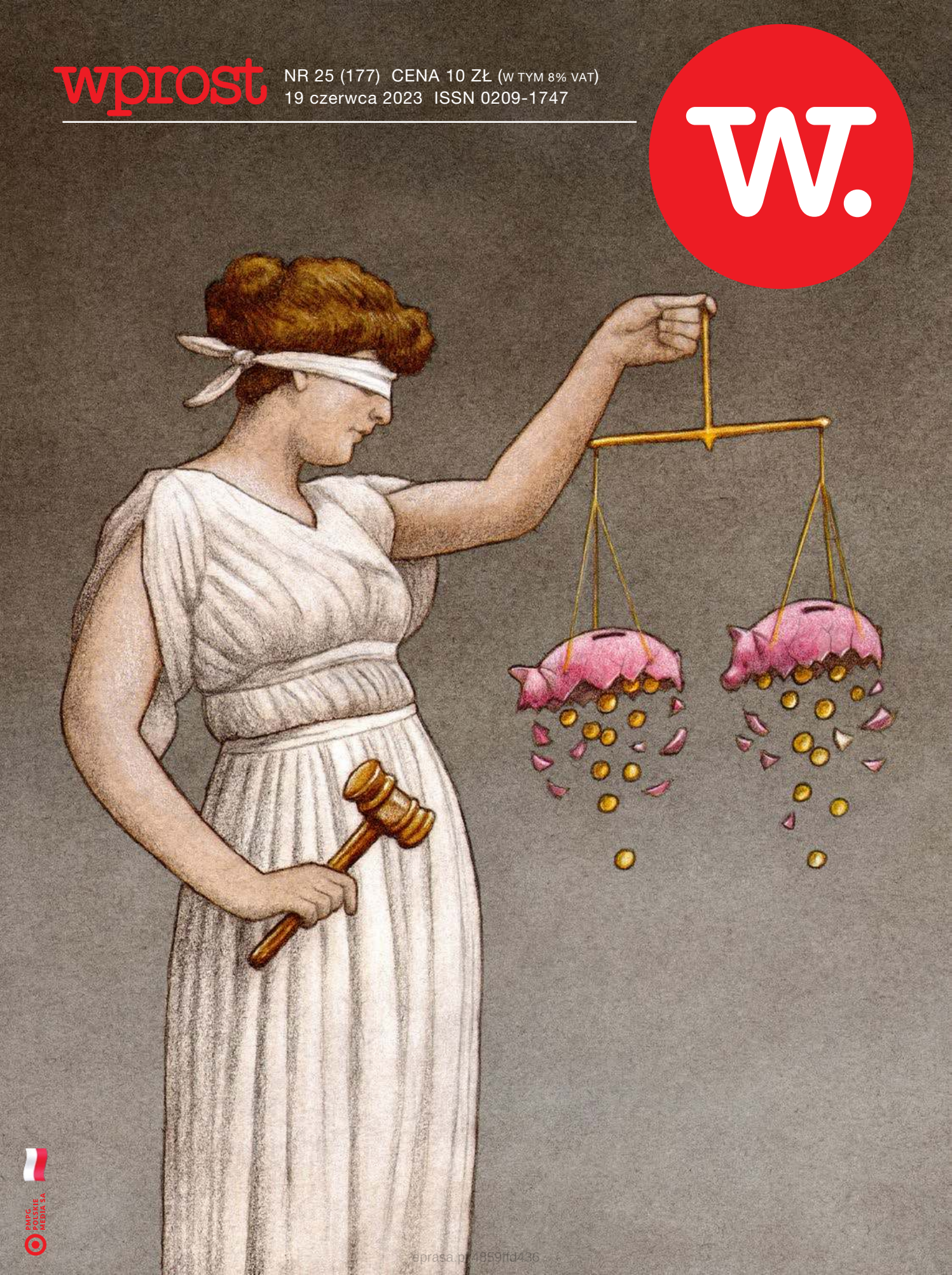
wprost
NR 25 (177) CENA 10 ZŁ (W TYM 8% VAT)
19 czerwca 2023 ISSN 0209-1747



EMTC POLSKIE MEDIA S.A.
eprasa.pl/4859ffd436

ORLEN W PORTFELU

WEJDŹ DO AKCJI

z Programem dla Akcjonariuszy
Indywidualnych PKN ORLEN



- **OSZCZĘDZAJ** na paliwie
  aż do 540 zł rocznie
- **KUPUJ** taniej
  na stacjach PKN ORLEN
- **ZYSKAJ WIEDZĘ** o rynkach finansowych
  w Akademii Inwestowania
- **BIERZ UDZIAŁ** w wyjątkowych
  wydarzeniach

Poznaj korzyści na **www.orlenwportfelu.pl**

PARTNER PROGRAMU: Biuro Maklerskie | PARTNER EDUKACYJNY AKADEMII: CFA Society Poland | PARTNER MERYTORYCZNY PROGRAMU: Stowarzyszenie Inwestorów Indywidualnych

Program ORLEN W PORTFELU ani też żaden z udostępnianych komunikatów czy dokumentów na jego temat, nie stanowi oferty sprzedaży ani zachęty do złożenia oferty kupna papierów wartościowych PKN ORLEN S.A.
Publikacja takich materiałów nie oznacza również rekomendowania przez PKN ORLEN S.A. ani przez żaden inny podmiot sprzedaży bądź kupna jakichkolwiek papierów wartościowych, w szczególności papierów wartościowych PKN ORLEN S.A.

eprasa.pl 4859ffd436



Joanna Miziołek

Układanka trudna jak zawsze

Zieloni dostali w poprzednich wyborach jedynki. W tych na pierwszych miejscach musimy wystawiać naszych kandydatów – mówi polityk Platformy Obywatelskiej.

Jego słowa mogą doprowadzić do dużego zamieszania w Koalicji Obywatelskiej, bo pytana o sprawę list

Ilustracja na okładce: Paweł Kuczyński

eprasa.pl 4859ffd436

Urszula Zielińska, przewodnicząca partii Zieloni, twierdzi, że żadnych przymiarek do układania list w KO jeszcze nie ma.

– Platforma Obywatelska jest rozsądnym koalicjantem i potrzebują na listach Zielonych, bo to

> *my działamy na rzecz zielonej transformacji, klimatu i ekologii.* **BEZ ZIELONYCH PLATFORMA NIE BĘDZIE WIARYGODNA** *w tych kwestiach*

– powiedziała. Dopytywana, co stanie się jeśli Zieloni nie dostaną ani jednego pierwszego miejsca na liście, odpowiada: – To byłoby ze szkodą dla wszystkich.

Nasz rozmówca twierdzi, że Zieloni nie wykluczają rozmów w sprawie startu w wyborach z Lewicą.

– Zieloni chcą być częścią KO, ale nie za wszelką cenę i nie na każdych warunkach. Rada Krajowa upoważniła zarząd partii do wybrania takiej formuły udziału Zielonych w wyborach, która pozwoli im po od-

eprasa.pl 4859ffd436

sunięciu PiS od władzy realizować własny program. W praktyce oznacza to rozmowy z Lewicą, dla której przyjęcie Zielonych byłby z pewnością sukcesem – mówi nasz rozmówca.

Co do innych koalicjantów Platformy Obywatelskiej, na listach na pierwszych miejscach mają znaleźć się Barbara Nowacka z Inicjatywy Polskiej, która ma dostać jedynkę w Gdyni, i Adam Szłapka z Nowoczesnej jako jedynka w Poznaniu.

– Wśród koalicjantów PO zaczyna się ferment. Część ma nie dostać jedynek na listach. Myślą o rozłamie. Pewne są tylko pierwsze miejsca dla Nowackiej i Szłapki – mówi nasz informator. Poza tym do końca czerwca kierownictwo Platformy ma ustalić pierwsze sześć miejsc na listach wyborczych.

Donald Tusk, mimo wcześniejszych spekulacji, ma startować z Warszawy. Wcześniej pojawiały się informacje, że przewodniczący Platformy Obywatelskiej może być jedynką z Katowic, by stanąć do walki o głosy z Mateuszem Morawieckim. Taki scenariusz miał być rozważany, gdyby Rafał Trzaskowski zdecydował się

eprasa.pl 4859ffd436

na start z Warszawy do Sejmu. Ostatecznie prezydent Warszawy nie kandyduje.

Z pierwszego miejsca w Szczecinie ma kandydować Bartosz Arłukowicz, obecny europoseł. Przez to zaufany człowiek Rafała Trzaskowskiego Sławomir Nitras dostanie dalsze miejsce.

Ciekawa sytuacja maluje się ze startem Radosława Sikorskiego. Donald Tusk chce, żeby obecny europoseł, a kiedyś szef MSZ startował do Sejmu.

Polityk Platformy Obywatelskiej, który zna Sikorskiego przekonuje, że **MA ON INNE AMBICJE.** *Zdaniem naszego rozmówcy, chce startować do Senatu.*

– Radkowi marzy się zastąpienie Tomasza Grodzkiego. Moim zdaniem spodobały mu się apanaże jakie ma marszałek Senatu, w tym służbowe wyjazdy, z których Grodzki cały czas korzysta – mówi polityk Platformy Obywatelskiej.

eprasa.pl 4859ffd436

Na przeszkodzie w realizacji tego planu stoi Tusk, który – według naszych rozmówców – miał obiecać stanowisko marszałka Senatu Adamowi Bodnarowi.

– Kiedy wygramy wybory, Senat nie będzie tak ważnym ośrodkiem władzy jak teraz. Dlatego nie do końca rozumiem aspiracje Radka. Przyda się w Sejmie, niezły z niego harcownik – kwituje polityk Platformy Obywatelskiej.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

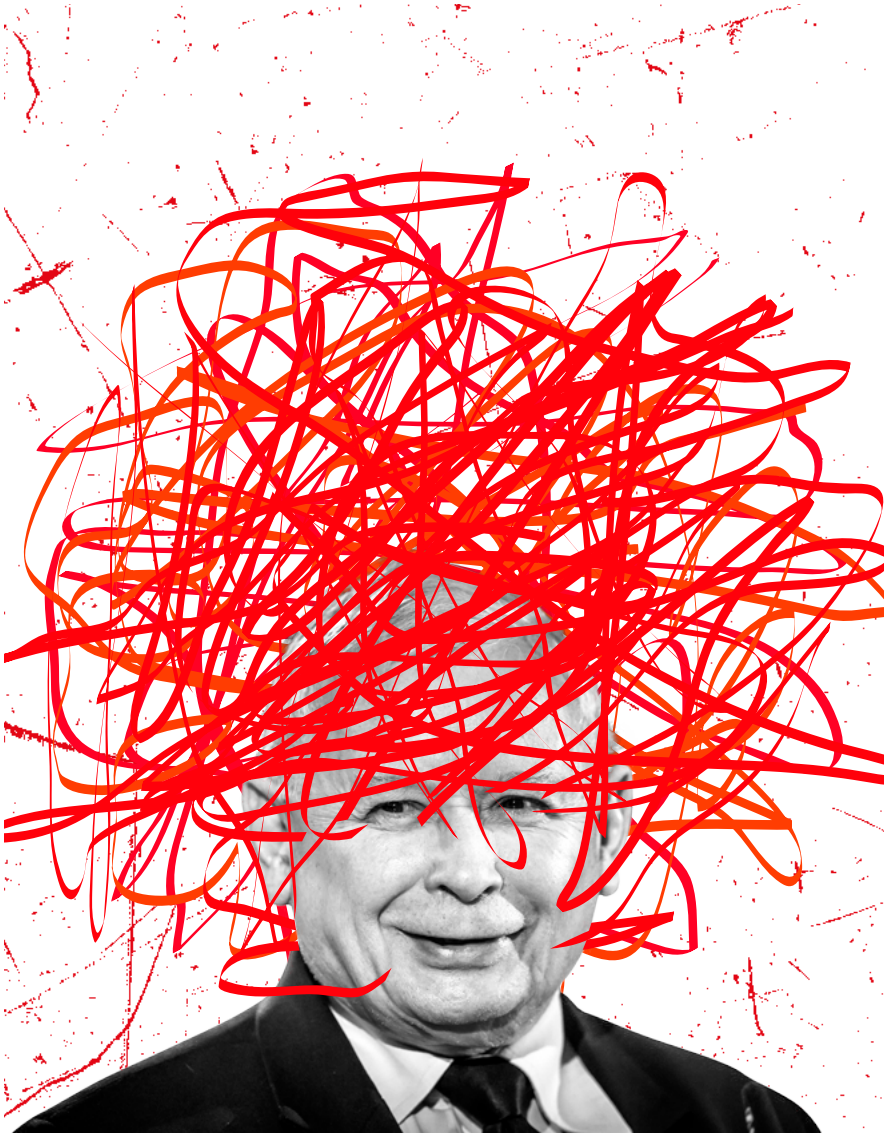
Credo: ***Tylko prawda jest ciekawa, piszemy o niej w p r o s t***



eprasa.pl 4859ffd436

Nr 25 19 czerwca 2023

Czytaj Wprost



Fot. Tomasz Jastrzebowski/REPORTER, Shutterstock

XX

SYTUACJA JEST KRYTYCZNA

– Miarka się przebrała. Jarosław Kaczyński chce poskromić ministrów, szarpnąć cuglami. Nie można też wykluczyć, że jeśli sytuacja się pogorszy wybory nie odbędą się w konstytucyjnym terminie – mówi senator Jan Maria Jackowski, dawniej związany z PiS.

KOLEJNE WYDANIE CYFROWEGO „WPROST" UKAŻE SIĘ W NIEDZIELĘ O GODZ. 20. SZUKAJ NA WPROST.PL ORAZ WE WSZYSTKICH E-KIOSKACH ORAZ APLIKACJACH MOBILNYCH APP STORE I GOOGLE PLAY

eprasa.pl 4859ffd436

Czytaj Wprost

XX NIEDYSKRECJE PARLAMENTARNE

KRAJ

XX PRZEKROCZYLIŚMY RUBIKON

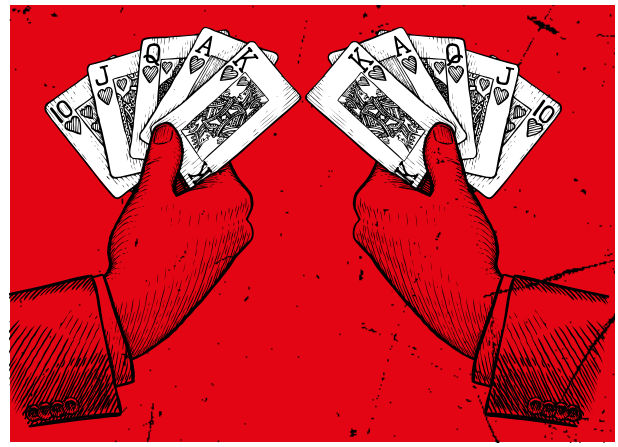
– W drugiej kadencji oczekiwałem od Andrzeja Dudy czegoś więcej. Liczyłem, że poprawi styl. Niestety, jest coraz gorzej – komentuje prof. Tomasz Nałęcz.



Fot. Zbyszek Kaczmarek / Forum, Shutterstock

XX SZANSE SĄ WYRÓWNANE

– Marsz 4 czerwca pokazał jednowładztwo Tuska i myślę, że Kaczyński jest zadowolony z tego, że jego konkurent jest silny – mówi Elżbieta Jakubiak, była posłanka PiS.



FELIETON

XX TOMASZ P. TERLIKOWSKI

SPOŁECZEŃSTWO

XX TROPICIEL NARCYSTYCZNYCH PRZEMOCOWCÓW

– Narcyzów płci żeńskiej i męskiej jest proporcjonalnie tyle samo. Przy czym mężczyźni uciekają się częściej do jawnej przemocy – ocenia bloger Paweł Panufnik.

eprasa.pl 4859ffd436



XX FASCYNACJA LITERATURĄ „HOLO-POLO”

– Zainteresowanie literaturą, w której łamie się tabu Holocaustu, świadczy o tym, że w społeczeństwie zachodzą przemiany – uważa psycholog Paweł Droździak.

FELIETON

XX PROF. ZBIGNIEW LEW-STAROWICZ

BIZNES

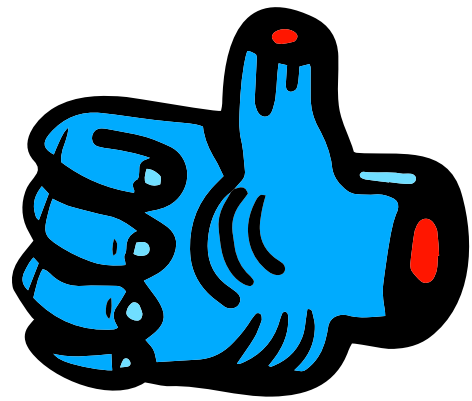
XX 2:0 DLA FRANKOWICZÓW!

Trybunał Sprawiedliwości UE wydał ważny wyrok w sprawach frankowych. Mowa o wynagrodzeniu za korzystanie z kapitału po unieważnieniu umowy kredytu.



XX SKUTKI WYROKU TSUE

Sektor bankowy, KNF, sądy, rząd i wszystkie podległe temuż instytucje to naczynia połączone – system, który doskonale umie bronić swoich interesów.



Fot. MUZEUM NIEPODLEGLOSCI / EAST NEWS, Shutterstock

eprasa.pl 4859ffd436

XX NOWE „KONIE” DLA POWIETRZNYCH KAWALERZYSTÓW



Polska kawaleria powietrzna jest doświadczona, ale nie najlepiej wyposażona w nowoczesne śmigłowce. To się właśnie zmienia.

ZAGRANICA

XX WAKACJE POD UKRAIŃSKIM OSTRZAŁEM

Moskwa pompuje miliony dolarów w podtrzymanie pustych hoteli na Krymie, ale ukraiński ostrzał i możliwość odcięcia powrotu do domu zniechęcają Rosjan.



FELIETON

XX GEN. WALDEMAR SKRZYPCZAK

ZDROWIE

XX PRZEKRACZAMY KOLEJNE GRANICE NIEMOŻLIWEGO



Jeszcze kilkanaście lat temu SMA był niemal wyrokiem. Dziś są trzy skuteczne terapie i badania przesiewowe, dzięki czemu można szybko podjąć leczenie.

Fot. Materiały prasowe, STRINGER / Reuters / Forum, Guo Xulei / Xinhua News Agency / Forum

eprasa.pl 4859ffd436

Czytaj Wprost



AKADEMIA ZDROWIA „WPROST”

XX POSTAW NA PROFILAKTYKĘ



Fot. LISI NIESNER / Reuters / Forum, Shutterstock

SPORT

XX UNIKI SABALENKI

– Nic nie zrobiłam – to słowa, którymi Aryna Sabalenka chciała zmazać z siebie oskarżenia o brak reakcji ws. wojny w Ukrainie. Zadziałały jak nóż obosieczny.

NAUKA TO POLSKA SPECJALNOŚĆ”

XX CYKL „WPROST” O POLSKIEJ NAUCE

eprasa.pl 4859ffd436

KULTURA

XX DWIE MISTRZYNIE I DWIE DEBIUTANTKI

Pokazujemy dwie wielkie nadzieje anglosaskiej literatury w towarzystwie dwóch wielkich i wybitnych pisarek.

XX ODNIÓSŁ SUKCES I KUPIŁ ZAMEK

– Pewnie mógłbym kupić mieszkanie i zrealizować podstawę życiową, którą realizuje większość ludzi w moim wieku, ale serce podpowiedziało mi inaczej – mówi aktor Maciej Musiałowski.

FELIETON

XX ŁUKASZ ORBITOWSKI



Fot. PAULINA DZIKOWSKA, MICHAŁ SZCZEPAŃSKI / W_SRODKU

eprasa.pl 4859ffd436



PIENIĄDZE NIE KUPUJĄ RZECZY

Spraw radość sobie i bliskim dzięki pożyczce przez aplikację IKO:
- nawet do 24 rat
- dla tych, którzy nie skorzystali jeszcze z naszej pożyczki ani kredytu gotówkowego

Bank Polski
dzień dobry

RRSO 9,82%

RRSO – Rzeczywista Roczna Stopa Oprocentowania dla przykładu reprezentatywnego. Udzielenie pożyczki zależy od posiadania zdolności kredytowej. Szczegóły, w tym Taryfa prowizji i opłat bankowych, dostępne są w placówkach banku i na pkobp.pl

www.pkobp.pl, infolinia: 800 302 302 brak opłat dla numerów krajowych na terenie kraju; w pozostałych przypadkach opłata zgodna z taryfą operatora, +48 81 535 60 60 opłata zgodna z taryfą operatora

eprasa.pl 4859ffd436

To nieprawda, że...

Niedyskrecje parlamentarne



Fot. 123RF

eprasa.pl/5959ffd436

To nieprawda, że...



eprasa.pl 4859ffd436

To nieprawda, że...





Joanna Miziołek
@JMiziolek

Eliza Olczyk

Ilu posłów po wyborach zamierza wyciągnąć PiS z szeregów opozycji, żeby utrzymać władzę? **CZY DONALD TUSK I SZYMON HOŁOWNIA ROZMAWIALI TUŻ PRZED MARSZEM 4 CZERWCA O WSPÓLNEJ LIŚCIE DO SEJMU I DLACZEGO NIE DOSZLI DO POROZUMIENIA?** *W jakiej formie jest lider PO? Kto wymyślił komisję do badania wpływów rosyjskich?* **O TYM I INNYCH SPRAWACH PISZEMY W „NIEDYSKRECJACH PARLAMENTARNYCH”.**

Fot. Arek Markowicz

eprasa.pl 4859ffd436

– Donald Tusk jest w „uderzeniu” – mówi polityk Platformy Obywatelskiej o obecnej formie szefa PO. Jego zdaniem, ostatni sukces marszu w Warszawie dał partii paliwo, które może poprowadzić ją do zwycięstwa.

– Tusk zapowiedział marsz w Poznaniu, gdzie stosunkowo łatwo będzie zapełnić plac Wolności. Po tym wydarzeniu pewnie zdecyduje się na marsz w Gdańsku i Krakowie – mówi polityk PO.

W Zjednoczonej Prawicy opinie na temat marszu były różne. Są tacy, którzy zaklinają rzeczywistość twierdząc, że 4 czerwca na marszu nie było wielu ludzi i brakowało w nim emocji. Takie zdanie mają politycy Suwerennej Polski.

– Ludzie na nas zagłosują i wygramy te wybory, bo w Polsce więcej jest biednych ludzi, a my o nich dbamy – mówi nam jedna z osób z Suwerennej Polski, która wszystkie błędy Zjednoczonej Prawicy przypisuje Mateuszowi Morawieckiemu.

eprasa.pl 4859ffd436

– Kłopoty, które ma teraz nasz obóz to wina złych decyzji dotyczących Unii Europejskiej. Przez ugodowość rządu teraz płacimy cenę – mówi nasz rozmówca z Suwerennej Polski wypominając przyjęcie pakietu Fit for 55.

Politycy Suwerennej Polski, z którymi rozmawialiśmy, twierdzą, że jeśli Zjednoczona Prawica wygra wybory, nie będzie tworzyła koalicji z Konfederacją.

– Dobierzemy sobie nawet do 20 posłów – mówi jeden z naszych rozmówców, a inny dodaje: – Sama Konfederacja nie będzie chciała rządzić z PiS-em. Oni są młodzi, mają czas, żeby wejść do rządu. A teraz dla ludzi są partią antyrządową, sprzeciwu.

Podobne głosy płyną również z PiS. – Jarosław Kaczyński mówi, że nie będzie koalicji z Konfederacją, określając ich w ostrych słowach – mówi nam polityk PiS.

Zdaniem naszego rozmówcy, Rafał Trzaskowski wymierzył dwa policzki warszawskiej Platformie

eprasa.pl 4859ffd436

czyli Marcinowi Kierwińskiemu, szefowi warszawskich struktur partii i zarazem sekretarzowi generalnemu PO.

– Najpierw szefem swojego gabinetu Trzaskowski zrobił Tomasza Mencinę – szkolnego kolegę z doświadczeniem samorządowym, ale bardzo niepopularnego w warszawskiej PO. Ogłosił też, że sekretarzem miasta zostanie Maria Wasiak – obecnie wiceprezydent Bydgoszczy, minister infrastruktury i rozwoju w rządzie Ewy Kopacz. PO miała swojego kandydata, który jednak przepadł w „konkursie» – mówi nasz rozmówca.

Tuż przed marszem 4 czerwca miały toczyć się rozmowy na temat wspólnej listy między Szymonem Hołownią, a Donaldem Tuskiem.

– Usłyszałem, że Szymon Hołownia zadeklarował Donaldowi Tuskowi, iż zgodzi się na jedną listę pod warunkiem, że będzie wspólnym kandydatem Polski 2050 i KO na prezydenta. Tylko, że Hołownia oczekiwał od Tuska publicznej deklaracji w tej sprawie, a to miałoby

eprasa.pl 4859ffd436

dewastujący wpływ na Platformę Obywatelską– mówi nasz rozmówca

– Szymon nie jest głupi, nie ufa Tuskowi na słowo. I rozmowy zostały zerwane – dodaje.

Suwerenna Polska i PiS są już prawie dogadane w sprawie wspólnego startu do Sejmu. Jeden z naszych rozmówców z Suwerennej Polski twierdzi, że rozmowy przebiegają bardzo dobrze.

– Pieniądze nie są dla nas problemem, tak samo jak ewentualny samodzielny klub po wyborach. Liczą się przede wszystkim ludzie na listach – zapewnia nas polityk Suwerennej Polski.

Co ciekawe ziobryści święcie wierzą, a przynajmniej tak twierdzą, że samodzielnie uzyskaliby 5 proc. poparcia i weszli do Sejmu. Ale też zdają sobie sprawę z faktu, że pójście osobno oznacza utratę władzy.

W tym tygodniu Sejm zajmował się prezydencką nowelą ustawy, powołującej państwową komisję do

eprasa.pl 4859ffd436

badania wpływów rosyjskich. Od polityków Zjednoczonej Prawicy słyszymy, że ustawa ma mnóstwo błędów. Z naszych informacji wynika, że na powołanie państwowej komisji w kształcie przyjętym przez Sejm szczególnie naciskało dwóch polityków – wiceminister spraw zagranicznych Paweł Jabłoński i szef Rządowego Centrum Legislacji Kancelarii Premiera Krzysztof Szczucki.

– Obaj mieli taki pomysł, żeby się wypromować na tej komisji, bo zamierzają startować do Sejmu. A ponieważ obecnie nie są posłami, to nie mogliby zasiadać w komisji śledczej, gdyby została powołana, bo w jej skład wchodzą wyłącznie posłowie. No to wymyślili komisję państwową, na wzór komisji weryfikującej decyzje reprywatyzacyjne – mówi polityk Zjednoczonej Prawicy.

W sensacyjne odkrycia tej komisji nie wierzą nawet politycy Zjednoczonej Prawicy. Ale – jak zastanawia się jeden z naszych rozmówców – gdyby znalazły się maile członków rządu Donalda Tuska np. do Sier-

eprasa.pl 4859ffd436

gieja Ławrowa, szefa rosyjskiego MSZ, utrzymane w bardzo przyjaznym tonie, to czy opinia publiczna nie powinna się z nimi zapoznać?

– I jak by ludzie na to zareagowali? – pyta retorycznie nasz rozmówca ze Zjednoczonej Prawicy.

Karolina Pawliczak odeszła z Nowej Lewicy i prawdopodobnie będzie startowała do Sejmu z listy KO. Co prawda posłanka jeszcze oficjalnie nie ogłosiła, z którą formacją zamierza się związać, by kandydować do Sejmu ale wielkiego wyboru nie ma. Nasz rozmówca z lewicy uważa, że Donald Tusk zgodził się na ten transfer, bo wyciąganie posłów mniejszych ugrupowań w celu ich osłabiania to jego standardowa metoda działania.

– Nie tylko lewica jest na celowniku, Polska 2050 Szymona Hołowni też. Jeżeli w ciągu nadchodzących tygodniach Koalicja Obywatelska „oberwie” po 2 punkty procentowe Trzeciej Drodze i Nowej Lewicy, to w sierpniu będzie jedna lista opozycji, o którą mniejsze partie będą błagały na kolanach – mówi nasz rozmówca.

eprasa.pl 4859ffd436

Warto dodać, że partie lewicowe nie mają nic przeciwko wspólnej liście z KO. Niektórzy lewicowi politycy uważają, że Donald Tusk przejmując postulaty programowe lewicy przyczynia się do popularyzacji lewicowych idei w społeczeństwie. A Polska 2050 ma ten kłopot, że na wspólnej liście całej opozycji, mając mało znanych ludzi, wyjdzie tak kiepsko, że ta partia zniknie po jesiennych wyborach.

– Już teraz widać, że wyborcy zaczynają się orientować na silniejszą partię czyli na KO, a działacze terenowi Polski 2050 uważają, że ich lider traci power. Niektórzy wręcz mówią, że się mota – ocenia nasz rozmówca z lewicy.

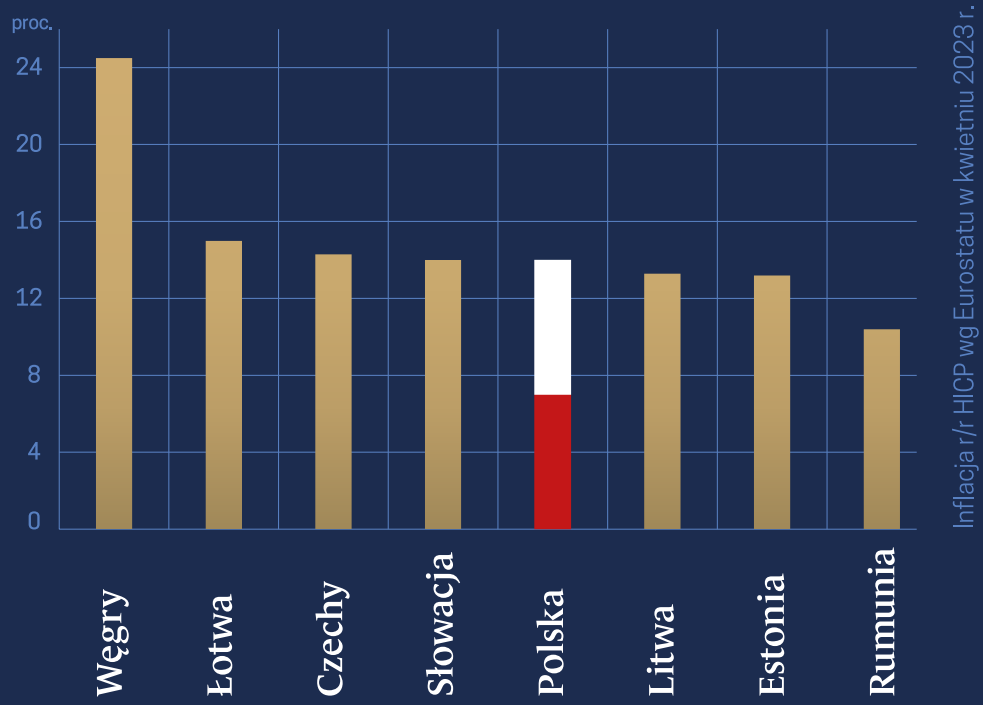
© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

NARODOWY BANK POLSKI
INFORMUJE:

Inflacja w Polsce jest typowa dla krajów Europy Środkowo-Wschodniej sąsiadujących ze strefą konfliktu wojennego.

Inflacja w krajach Europy Środkowo-Wschodniej



eprasa.pl 4859ffd436

Kraj

SYTUACJA JEST KRYTYCZNA



Fot. Tomasz Jastrzebowski/REPORTER, Shutterstock

– Obóz władzy zaplątał się we własne nogi. **TO NAJWIĘKSZY RZĄD W HISTORII III RP, MA NAJWIĘCEJ MINISTRÓW, SEKRETARZY I PODSEKRETARZY STANU, KTÓRZY MAJĄ WZAJEMNIE WYKLUCZAJĄCE SIĘ KOMPETENCJE.** *To rodzi bałagan decyzyjny. Można odnieść wrażenie, że nikt nad tym nie panuje. Ale miarka się przebrała. Jarosław Kaczyński chce poskromić ministrów, szarpnąć cuglami. Nie można też wykluczyć, że jeśli sytuacja się pogorszy, a wszystko na to wskazuje, wybory nie odbędą się w konstytucyjnym terminie – mówi* **SENATOR JAN MARIA JACKOWSKI**, *dawniej związany z PiS.*



Rozmawiała **Agnieszka Szczepańska**

eprasa.pl 4859ffd436

Wiele wskazuje na to, że prezes PiS wróci do rządu. O tym spekulował Ryszard Terlecki w Radiu Plus, ale o narastającym niezadowoleniu Jarosława Kaczyńskiego - z powodu prowadzonej w obecnym kształcie przez PiS kampanii - pisały wcześniej też media - m. in. Gazeta.pl i „Super Express”. Czy w ten sposób uda się Jarosławowi Kaczyńskiemu zapanować nad chaosem w obozie władzy?

Jest stare rzymskie powiedzenie: „Res ad triarios venit”, czyli „Sprawa doszła do trzeciego szeregu”. Gdy przegrywano bitwę i dochodziło do trzeciego szeregu – a więc najbardziej doświadczonych legionistów – oznaczało to, że sprawa jest krytyczna. I tak właśnie jest teraz w PiS.

Ta strategia przyniesie zamierzony efekt?

Obóz władzy zaplątał się we własne nogi. To największy rząd w historii III RP, ma najwięcej ministrów, sekretarzy i podsekretarzy stanu, różnych pełnomocników, którzy mają wzajemnie wykluczające się kompetencje. To rodzi bałagan decyzyjny i rząd nie jest pod

eprasa.pl 4859ffd436

tym względem efektywny. Sprawia wrażenie, jakby nikt na tym nie panował. Z tego punktu widzenia sytuacja jest trudna. Dodatkowo mamy gorączkę przedwyborczą, pojawiają się różne nieoczekiwane inicjatywy resortowe i środowiskowe grupek i podgrupek w ramach obozu rządzącego. Ciężko się w tym połapać.



Jan Maria Jackowski

– polityk, autor kilkunastu książek, dziennikarz, historyk, doktor nauk humanistycznych, poseł na Sejm Rzeczypospolitej Polskiej w latach 1997-2001. Przewodniczący Rady m.st. Warszawy w latach 2004–2005, członek Trybunału Stanu w latach 2005–2007, od 2011 senator z listy PiS. W lutym 2022 został wykluczony z klubu tej partii.

eprasa.pl 4859ffd436

Prezes PiS połapał się po czasie?

Myślę, że nie wszystkie informacje do niego docierały, otoczenie być może izolowało go od części informacji i nie miał pełnego oglądu sytuacji. Ale miarka się przebrała, dlatego chce poskromić ministrów, szarpnąć cuglami.

Nie można też wykluczyć, że jeśli sytuacja się pogorszy, a wszystko na to wskazuje, że łatwiej nie będzie – wybory nie odbędą się w konstytucyjnym terminie.

Taki scenariusz wskazywał kilka miesięcy temu Leszek Miller na łamach „Wprost”, mówiąc, że PiS może pod byle pretekstem przesunąć wybory.

Ja już o tym wspominałem w zeszłym roku z trybuny senackiej. Może być tak, że obóz rządzący się skurczy, a Konfederacja jeszcze urośnie i zaczną się problemy. Zresztą prezes PiS już kilka miesięcy temu zasugerował taką opcję w jednym z wywiadów, odnosząc się do trudnej sytuacji na wschodzie Europy i wojny w Ukrainie. Reasumując: pretekst do wprowadzenia stanu wyjątkowego – chociażby na niewielkim skrawku Polski – może się znaleźć, a to już będzie pod-

eprasa.pl 4859ffd436

stawą do przesunięcia terminu wyborów zgodnie z konstytucją.

Opozycja wyraźnie wzmocniła się w ostatnim czasie. Czy to jedynie zasługa PiS, które popełnia ostatnio błąd za błędem? Mam na myśli chociażby spot z kadrami z Auschwitz czy forsowanie ustawy „lex Tusk”.

Przede wszystkim wzmocniła się Platforma Obywatelska i bez wątpienia PiS się w dużej mierze się do tego przyczynił. Natomiast mniejsze ugrupowania, a zwłaszcza Trzecia Droga, czyli Szymon Hołownia i Władysław Kosiniak-Kamysz, są w dość niekomfortowej sytuacji. Nie dają się zdominować i próbują zachować własną tożsamość, a przy tej logice procesu politycznego, głębokiej polaryzacji na obóz rządzący i opozycję, może się okazać, że PO będzie rosło i mniejszym spadnie.

To jest groźne dla całej opozycji, bo wtedy może się okazać, że beneficjentem takiej sytuacji będzie PiS.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436



Fot. Zbyszek Kaczmarek / Forum

prasa.pl.4859ffd436

PRZEKROCZYLIŚMY RUBIKON

– To, jak Andrzej Duda sprawuje urząd, wywołuje u mnie wiele bolesnych odczuć i niechętnie się na ten temat wypowiadam. W drugiej kadencji oczekiwałem od niego czegoś więcej. Liczyłem, że poprawi styl. **NIESTETY, JEST CORAZ GORZEJ – MÓWI PROF. TOMASZ NAŁĘCZ**. *Były doradca prezydenta Bronisława Komorowskiego odnosi się m.in. do „lex Tusk”, twierdząc, że „przekroczyliśmy Rubikon”. – Państwa zachodnie musiały powiedzieć, że nie będą tego tolerować.* **JEŚLI MAMY PRAWO PRZYZWALAĆ NA POGWAŁCENIE KONSTYTUCJI, TO JAKIE MAMY MORALNE PRAWO, BY PRZECIWSTAWIAĆ SIĘ GWAŁTOM PUTINA?** *– pyta nasz rozmówca.*



Rozmawiała **Agnieszka Szczepańska**

eprasa.pl 4859ffd436

Komisja Europejska wszczęła kolejne postępowanie przeciw Polsce. Tym razem chodzi o „lex Tusk”. I – jak mówiła TVN24 wiceszefowa Komisji Europejskiej Vera Jourova – „sprawa jest pilna”. Jaki wieszczy pan scenariusz?

„Lex Tusk” to wielkie draństwo. Sprawa niezwykle obciąża opinię Polski. PiS przyzwyczaił nas do tego, że łamie konstytucję za zgodą polskiego prezydenta. Mówię o zawłaszczeniu Trybunału Konstytucyjnego, do czego wstępem było zaprzysiężenie przez Dudę do TK trzech sędziów dublerów na miejsca właściwie obsadzone przez Sejm. Teraz przekroczono kolejną granicę, dokonując niezwykle groźnego ataku na fundament demokracji – wolne wybory. A wszystko po to, by utrudnić liderowi największej partii opozycyjnej aktywność polityczną.

Mateusz Morawiecki twierdzi jednak, że Donald Tusk nie ma powodu do obaw, bo „nikomu, również tym, którym ewentualnie w krótkim terminie udowodniono działanie na rzecz Rosji, nie zostanie

eprasa.pl 4859ffd436

odmówione prawo wyborcze, ponieważ ono jest zagwarantowane w konstytucji”.

Nie mam zaufania do premiera. Nasza konstytucja jest zbudowana na szacunku dla człowieka i obywatela, ale niestety PiS wielokrotnie pokazywał, że



Tomasz Nałęcz

– historyk, publicysta i polityk, doktor habilitowany nauk humanistycznych, profesor Uniwersytetu Warszawskiego. Poseł na Sejm II w latach 1993–1997 i 2001–2005 (wicemarszałek Sejmu IV). W latach 2010–2015 doradca prezydenta RP. Autor i współautor wielu książek na temat historii.

eprasa.pl 4859ffd436

zupełnie tego nie rozumie. Tylko suwerenny sąd może pozbawić obywatela praw obywatelskich, ale partia rządząca próbuje to obejść, tworząc jakiś nowy organ administracyjny, złożony tylko ze zwolenników PiS.

To niewyobrażalny skandal, który rezonuje na arenie międzynarodowej. Na szczęście jesteśmy państwem członkowskim dwóch wielkich wspólnot, zbudowanych na fundamencie demokracji – UE i NATO.

Dziwię się PiS-owskim mężom stanu, że nie przewidzieli ostrego protestu, który wywołają swoim działaniem.

I prezydent tego raczej nie przewidział, skoro po czterech dniach od podpisania kontrowersyjnej ustawy nagle zdecydował się jej zapisy złagodzić.

Sytuacja międzynarodowa jest napięta, jest wojna w Ukrainie, a Polska – wspierając sąsiada – odgrywa tu kluczową rolę. Choć jesteśmy cenieni jako partner, przekroczyliśmy Rubikon, i państwa zachodnie musiały powiedzieć, że nie będą tego tolerować. Jeśli mamy prawo przyzwalać na takie pogwałcenie kon-

eprasa.pl 4859ffd436

stytucji, to jakie mamy moralne prawo, by przeciwstawiać się gwałtom Putina?

> *To niesłuchanie poważna sprawa i widać, że* **ANDRZEJ DUDA ZACZYNA TO ROZUMIEĆ.** *Miota się w matni, w którą sam się zapędził.*

Co by mu pan doradził w tej sytuacji?

Przez pięć lat pracowałem u boku Bronisława Komorowskiego, więc mam szacunek do urzędu prezydenta. Jednak to, jak Andrzej Duda sprawuje urząd, wywołuje u mnie wiele bolesnych odczuć i niechętnie się na ten temat wypowiadam. W drugiej kadencji oczekiwałem od niego czegoś więcej. Liczyłem, że poprawi styl. Niestety jest coraz gorzej.

Oglądał pan orędzie prezydenta?

To orędzie było o tym, jakie ogromne znaczenie dla Polski ma UE. Mówił rzeczy, które chciałbym usłyszeć, poza momentem, w którym wzbudził moje zdziwienie, że chce Polskę do prezydencji w sposób nadzwyczajny

eprasa.pl 4859ffd436

przygotowywać. Polska sprawowała prezydencję w 2012 roku i znakomicie sobie poradziła, więc nie wiem, co prezydent chce poprawiać. Chyba, że chce coś zepsuć.

Bez przyzwolenia prezydenta, większość antyunijnych awantur PiS nie byłaby możliwa. Polacy nie byliby też narażeni na utratę miliardów z KPO.

Marsz 4 czerwca zorganizowany przez Donalda Tuska to sukces opozycji?

Zdecydowanie tak. Sam w nim brałem udział, bo przekonała mnie argumentacja Tuska, że trzeba godnie obejść rocznicę zadania śmiertelnego ciosu komunizmowi w Polsce. Ubolewam, że PiS traktuje ten dzień po macoszemu, nie uznaje doniosłości wyborów z 4 czerwca, mówiąc o zdradzie i patologicznym układzie z komunistami. Przecież przy Okrągłym Stole siedziało dwóch braci Kaczyńskich, więc jeśli ktoś krytykuje dziś tamten ruch, to krytykuje braci Kaczyńskich. Jarosław znacznie mniej wtedy znaczył, ale Lech był jednym z głównych akuszerów tej umowy, uczestniczył w sekretnych spotkaniach w Magdalence, które te tryby oliwiły. Wybory nie były wolne, ale to był fenomen tam-

eprasa.pl 4859ffd436

tych czasów. Solidarnościowa większość społeczeństwa doprowadziła do upadku komuny.

Czy jako historyk odnajduje pan podobieństwo między wydarzeniami z czerwca 1989 roku a tym, co teraz dzieje się w Polsce?

Trzeba być ostrożnym w budowaniu analogii, ale uważam, że marsz Tuska przypomina początek lawiny, którym były wydarzenia z 1989 roku. I tu nawet nie chodzi o gigantyczną liczbę uczestników, bo mam wrażenie, że było ich znacznie więcej, niż oficjalnie podawano, ale sam fakt, że doszło do przebudzenia w narodzie.

Chodziłem parę lat temu na marsze KOD, ale takiej atmosfery, jak na tegorocznym wydarzeniu – nie pamiętam. Przyszły wielopokoleniowe rodziny, ludzie z psiakami, wszyscy byli niezwykle sympatyczni i życzliwi.

Donald Tusk chce kontynuować tę inicjatywę. Ale czy ta fala - w obliczu nieustannych zgrzytów w opozycji - się utrzyma?

eprasa.pl 4859ffd436

Mam nadzieję, że partie demokratyczne swoim trafnym działaniem będą korzystały z tej atmosfery, **UMIEJĘTNIE ZAGOSPODARUJĄ TEN KAPITAŁ.**

Widzę po kolejnych ruchach Donalda Tuska, że on wie, jak to zrobić.

Kolejny marsz odbędzie się 16 czerwca w Poznaniu. Wybiera się pan?

Czym innym był marsz w stolicy, czym innym spotkania w poszczególnych regionach. Byłem w Warszawie i na tym poprzestanę. Jestem jednak pewien, że na kolejnych spotkaniach tłumów nie zabraknie.

A czy Lech Wałęsa powinien uczestniczyć w tych zgromadzeniach?

Jestem przekonany, że przytłaczająca większość uczestników szanuje Lecha Wałęsę. Udowodnili to przychodząc na marsz, bo mają świadomość, że to on doprowadził Polskę do zwycięstwa i mają szacunek dla jego dorobku.

eprasa.pl 4859ffd436

Słyszałem pomruk zaskoczenia i rozczarowania wśród uczestników, gdy Wałęsa dał upust swojemu bólowi z powodu okropnych oskarżeń, umniejszania jego zasług przez PiS. Jako historyk to rozumiem, choć namawiałbym go do większej powściągliwości, bo Polska nigdy nie potrafiła doceniać swoich bohaterów. Są doceniani dopiero pośmiertnie.

Skąd ta niecierpliwość u Wałęsy? Dlaczego przerwał swoje przemówienie podczas marszu opozycji?

Kiedyś jego przymiotem było instynktowne znajdowanie nici porozumienia z tłumami, które magnetycznie go słuchały, teraz się rozminął z oczekiwaniami ludzi. Oni oczekiwali czego innego – wystąpienia o wspólnej przyszłości, gotowości do walki.

Prezydent niepotrzebnie tak walczy ze swoimi przeciwnikami, którzy chcą sprowadzić jego zasługi do działań agenturalnych. Zaskoczyło mnie, jak ta wielka krzywda go okaleczyła. Stracił swoją ogromną umiejętność nawiązywania porozumienia z tłumem.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

wPolsceNajlepiej.pl





Szukacie pomysłu na rodzinne wakacje, a może interesuje Was aktywny wyjazd z przyjaciółmi?
Portal **wpolscenajlepiej.pl** to miejsce, w którym znajdziecie przez cały rok najlepsze oferty pobytowe w całej Polsce. Tu czeka też na Was moc inspiracji i interesujących pomysłów na ciekawe spędzenie czasu podczas dłuższego urlopu lub krótkiego, weekendowego wypadu.

Wielbicieli plażowania zainteresują z pewnością nasze hotele i obiekty nad Morzem Bałtyckim. Mamy również coś dla tych, którzy kochają wędrówki po polskich szlakach górskich lub wypoczynek nad jeziorami i w innych malowniczych zakątkach naszego kraju.

Już dziś sprawdźcie oferty naszych hoteli i obiektów, zarezerwujcie pobyt i cieszcie się niezapomnianymi wakacjami z rodziną lub przyjaciółmi!

wpolscenajlepiej.pl









Szykuj się na wymarzone **wakacje!**



SZANSE SĄ WYRÓWNANE

KKinal/Shutterstock

– Marsz 4 czerwca pokazał jednowładztwo Tuska i myślę, że Kaczyński jest zadowolony z tego, że jego konkurent jest silny. Reszta to „przystawki”. Już niedługo Tusk zje swoje, a prezes PiS – swoje. Na ringu pozostanie dwóch zawodników. (...) Szanse na wygraną są wyrównane. Zresztą **CHYBA NIKT NIE SĄDZI, ŻE JEDNA PARTIA BĘDZIE RZĄDZIĆ PRZEZ 50 LAT***? – mówi* **ELŻBIETA JAKUBIAK**, *była posłanka PiS i była szefowa gabinetu prezydenta Lecha Kaczyńskiego.*



Rozmawiała **Agnieszka Szczepańska**

Ostatni sondaż przeprowadzony przez United Surveys dla WP pokazuje, że Zjednoczona Prawica nie ma powodów do radości. Choć wybory może wygrać, nie będzie w stanie rządzić. Nawet ewentual-

eprasa.pl 4859ffd436

na koalicja z Konfederacją nie zapewniłaby jej sejmowej większości.

Mamy mocną partię rządzącą i dość silną opozycję. Szanse na wygraną są wyrównane. Zresztą chyba nikt nie sądzi, że jedna partia będzie rządzić przez 50 lat? Jesteśmy demokratycznym państwem i jak wszę-



Elżbieta Jakubiak

– była minister sportu i turystyki w rządzie Jarosława Kaczyńskiego, w latach 2005–2007 szef Gabinetu Prezydenta RP i sekretarz stanu w Kancelarii Prezydenta RP. W latach 2007-2011 posłanka na Sejm. Od 2007-2010 członiki PiS, później związała się z partią Polska Jest Najważniejsza, a w 2013 współtworzyła partię Polska Razem. Po roku wycofała się z czynnego uprawiania polityki.

eprasa.pl 4859ffd436

dzie na Zachodzie przychodzi moment zmian w polityce.

Co do sondaży, w jednym tygodniu wskazują, że dana partia jest wyżej, w kolejnym – że traci. Nie jest to żadna tendencja, bo do tej pory w sondażach PiS osiągał samodzielnie ok. 39 proc. a PO – 31. Jarosław Kaczyński postawił na jednego konkurenta – lidera PO i w tej chwili daje mu fory, umacnia Tuska.

Z kuluarowych rozmów z politykami obozu rządzącego wynika jednak coś innego, że po czerwcowym marszu Donalda Tuska, który dał paliwo Platformie, entuzjazm w PiS osłabł. Nie ma pani wrażenia, że brakuje pani dawnym kolegom partyjnym pomysłów na kampanię?

Marsz 4 czerwca pokazał jednowładztwo Tuska i myślę, że Kaczyński jest zadowolony z tego, że jego konkurent jest silny. Reszta to „przystawki”. Już niedługo Tusk zje swoje, a prezes PiS – swoje. Na ringu pozostanie dwóch zawodników. Wszystko przed nami.

Ale przyzna pani, że dość nieudaną próbą ujarzmienia konkurenta była ustawa „lex Tusk”.

eprasa.pl 4859ffd436

Według mnie ta ustawa nie jest wymierzona bezpośrednio i tylko w Tuska. To będzie **ROZPRAWA ZE STRATEGIĄ JEGO OBECNOŚCI W ŚWIECIE POLITYKI.**

Myślę, że ucierpi także były koalicjant Platformy – ludowcy – czyli „przystawka”. Pamiętam wystąpienie byłego premiera, w którym mówił, że to PSL ponosi odpowiedzialność za polską energetykę. Wielu wyborców, nie tylko PiS, czeka na przesłuchanie tych, którzy podejmowali wówczas ważne decyzje w zakresie strategii, ale też te wykonawcze i doradcze.

Ale po co PiS-owi ten cały chaos? Przypomnę, że Andrzej Duda zaproponował własną nowelizację ustawy „lex Tusk”.

Wydaje mi się, że wszystko jest przemyślane, a to co się dzieje między prezydentem a PiS to inna historia – prezydent próbuje pokazać Jarosławowi Kaczyńskiemu, że ma silną pozycję.

eprasa.pl 4859ffd436

Jednak prezydent dopiero po czterech dniach od podpisania ustawy PiS zreflektował się i zaproponował zmiany. Wystraszył się krytycznych opinii płynących nie tylko z Polski?

Myślę, że jest skrupulatny i chodziło mu o doprecyzowanie pewnych zapisów. Nie doszukiwałabym się tu drugiego dna.

Wierzy pani w sensacyjne odkrycia tej komisji? Bo – jak już pisaliśmy na łamach „Wprost” – nie wierzą w nie nawet politycy Zjednoczonej Prawicy.

Każdy jest ciekawy, jaka była relacja członków rządu, służb specjalnych z Rosją. Nie rozumiem oburzenia ideą komisji, bo podobne działają w Niemczech i wszyscy zastanawiają się, jak daleko rosyjskie macki zostały w Polsce zapuszczone, dlaczego premier Pawlak wyjeżdżał setki razy do Rosji, co tam robił i po co Tuskowi był reset z Rosją.

Ale wielu ekspertów z dziedziny prawa uznaje, że ustawa – w wielu punktach – jest niezgodna z konstytucją.

Konstytucjonaliści nigdy w żadnej sprawie nie byli zgodni, nawet gdyby ustawa zasadnicza była pisana od

eprasa.pl 4859ffd436

nowa, też byłby jakiś problem. Nie mogę ich słuchać. Mam nadzieję, że następna kadencja przyniesie Polsce nową konstytucję.

Tu już nie tylko chodzi o prawników. Rada Przedsiębiorczości, która zrzesza przedstawicieli największych organizacji reprezentujących przedsiębiorców i pracodawców w Polsce, apelując do prezydenta o zawetowanie „lex Tusk”, podkreślała, że powstaje precedens, który może w przyszłości „prowadzić miliony Polaków do pozbawienie gwarantowanych przez konstytucję praw bez procesu sądowego”.

Niezależne sądy w Polsce nie rozstrzygnęły wielu spraw, w których Polacy oczekiwali sprawiedliwości jak np. w sprawie zbrodni na Przemyku, czy śmierci Papały. To bardzo obciąża wiarygodność całego systemu i stąd mała wiara Polaków w wymiar sprawiedliwości.

Komisja dostarczy wiedzy o funkcjonowaniu życia politycznego. Podobnie było z komisją Rywina, Olewnika czy WSI. Odkrywaliśmy nieznane mechanizmy działania polskiego państwa.

Innego zdania jest najwidoczniej Zachód – KE i USA.

eprasa.pl 4859ffd436

Reakcja Stanów nie była jakaś szczególna – gdyby nie wojna w Ukrainie, myślę, że ambasador miałby lepsze rozeznanie ustawy. Co do KE – to spodziewana reakcja. Będziemy przyglądać się postępowaniu ws. Katargate, gigantycznej afery korupcyjnej w PE. Póki co, osoby, które uczestniczyły w tym procederze, wracają do europarlamentu. Polska nie może myśleć o każdej reakcji, mamy swoja trudną historię i potrzebujemy wiecznej debaty o polskim interesie narodowym.

Wróćmy do wyborów. Leszek Miller mówił niedawno w wywiadzie dla „Wprost”, że jeśli PiS uzna, że nie wygra tych wyborów, jest w stanie przełożyć je pod byle pretekstem, ogłaszając na przykład stan wyjątkowy. To realny scenariusz?

Leszek Miller żyje w innej czasoprzestrzeni albo próbuje straszyć Polaków i wywoływać zagrożenie. To rytualne działania lewicy. Niektórym wydaje się, że jak będą w kółko powtarzać, że w Polsce jest władza autorytarna, to za setnym razem się to utrwali.

Przecież inwestorzy przyjeżdżają do nas i np. amerykański biznes rozwija się u nas na taką skalę, jakiej

eprasa.pl 4859ffd436

nigdy wcześniej nie było. Gdyby było tak źle, chyba nie chcieliby u nas lokować swoich pieniędzy?

> *Spory partyjne są emocjonujące dla Polaków, ale obiektywnie rzecz ujmując –* **NIC NIE ZAGRAŻA NASZEMU SYSTEMOWI DEMOKRATYCZNEMU,**

a partie, które tak psioczą na PiS dostają ogromne państwowe subwencje od 8 lat, pod rządami PiS. Wydają je bardzo swobodnie, maszerują ulicami, zamawiają sondaże opinii publicznej, posiadają własne media, tyle że w demokracji trzeba mieć pomysł na wygraną z konkurentem.

Za kilka dni odbędzie się kolejny marsz opozycji, jak pani ocenia tę inicjatywę?

Pogoda sprzyja takim wydarzeniom, można powspominać stare czasy. Uczestnicy marszu to niekoniecznie ludzie, którzy jutro zagłosują na PO, ale po prostu osoby, które interesują się polityką, Polską i popierają przeciwników PiS.

eprasa.pl 4859ffd436

4 czerwca 1989 roku to święto dla bardzo dużej części społeczeństwa, wyraz radości z pokonania komunizmu. To także moje święto.

Prof. Tomasz Nałęcz dostrzega w marszu analogię do wydarzeń z 1989 roku. Mówi, że naród się obudził i już nie zaśnie.

Bez przesady. I cóż takiego się wydarzyło? Jaką ofertę narodowi po 4 czerwca 2023 roku przedstawiła opozycja? Nie da się tego porównać z ofertą Solidarności. Gdyby politycy opozycji potraktowali poważnie ten marsz, następnego dnia powstałaby jakaś propozycja polityczna, odpowiedź na politykę gospodarczą, obronną, społeczną PiS.

Nie widziałam żadnego dokumentu, który pokazywałby, co oferują Polakom, gdy wygrają. Nie wykorzystali sukcesu z marszu i to jest największa słabość PO – nie ma ludzi, którzy pracują dla partii.

Szymon Hołownia próbował rozmawiać z politykami innych formacji o edukacji.

I wyszła kompromitacja, zero konkretów – np. jaka ma być nowa podstawa programowa, ile mają zarabiać

eprasa.pl 4859ffd436

nauczyciele, do ilu godzin zwiększyć lekcje angielskiego w szkołach?

PiS też popełnia błędy - jak choćby opublikowanie przed marszem spotu z kadrami z Auschwitz.

Takie wpadki będą zawsze, bywa i tak, że ktoś czegoś nie zrozumie lub ma za niską wrażliwość. Pytanie, co partia z tym robi i czy wyciąga wnioski. Dla mnie ważne są konkrety, a więc to, że PiS wychodzi po 8 latach, oferuje 800 plus i wiarygodność tej oferty jest bardzo wysoka. Podaję ten przykład, bo w nim mieści się zrozumienie życia społecznego, potrzeb związanych z funkcjonowaniem rodzin. Ludzie intuicyjnie to odkrywają. To również komunikat do rynku, gospodarki i pracodawców.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

Felieton



Tomasz P. Terlikowski

Arcybiskup podpisał dokument i go lekceważy

Jeśli rada stała KEP uchwali dobry dokument, to możemy być niemal pewni, że prędzej czy później, jeden z jej członków z pewnością złamie zapisy dokumentu, który sam podpisał. O kim mowa? O arcybiskupie Marku Jędraszewskim, który na Boże Ciało wygłosił kazanie z elementami agitacji

Fot. Archiwum prywatne

eprasa.pl 4859ffd436

politycznej, której sam wcześniej – podpisując stanowisko KEP – zakazał.

Kazanie na Boże Ciało, które wygłosił arcybiskup Marek Jędraszewski nie było złe. Wiele w nim było ważnych słów, a nawet jeśli z niektórymi innymi tezami metropolity krakowskiego można było dyskutować, to przynajmniej nie można im było zarzucić jednostronnej polityzacji.

> *Tyle, że tak było tylko do pewnego momentu, bo nagle arcybiskup zdecydował się powiedzieć* **SŁÓW KILKA NA TEMAT OCHRONY ŻYCIA.**

Czy to istotny temat? Jasne, że tak. Czy można i należy mówić o nim podczas Uroczystości Bożego Ciała? Tak, to także nie ulega dla mnie wątpliwości. Jeśli coś budzi mój sprzeciw, to jedynie forma, w jakiej zrobił to arcybiskup. A była ona jednoznacznie polityczna, bowiem arcybiskup wprost wskazał partie, które – jego zdaniem – nie zdają w tej sprawie egzaminu.

eprasa.pl 4859ffd436

– Co sądzić o partiach, których kandydaci na listy wyborcze mają zobowiązać się do głosowania na rzecz aborcji? Co sądzić o partiach, które proponują prawdziwy gest Piłata, to znaczy referenda w sprawie aborcji? Kto nam dał prawo, byśmy decydowali o życiu drugiego człowieka? – stawiał pytania metropolita krakowski.

Te słowa jednoznacznie wskazują na partie, które jego zdaniem nie zdają egzaminu, i choć nie padły ich nazwy, to nietrudno zgadnąć, że arcybiskup wskazał wszystkie partie opozycyjne.

Trudno nie potraktować tego jak agitacji politycznej, szczególnie, że metropolita krakowski nie znalazł czasu na choćby jedno słowo krytyki wobec partii władzy, które przecież także nie zdają egzaminu w sprawie obrony życia.

Zjednoczona Prawica obiecała pakiet ustaw, które miały pomóc opiekunom osób z niepełnosprawnością, a także ustawę dotyczącą opieki perinatalnej dla kobiet, które mają urodzić dzieci z wadami letalnymi. I co? I nic. Ustaw nie ma, pomocy nie ma, co także jest za-

eprasa.pl 4859ffd436

niedbaniem w sprawie ochrony życia. Jednak krytyki PiS z ust metropolity nie słyszymy.

Jest też istotnym problemem to,

> **CZY NAWET JEŚLI TEMAT JEST ISTOTNY** *(a jest), to kampania wyborcza – i to tak dzieląca – jest najlepszym czasem na takie – dość jednak jednoznaczne polityczne – kazania?*

Pytanie takie można zaś postawić w oparciu o stanowisko Rady Stałej KEP w sprawie nadchodzących wyborów parlamentarnych, które podpisał sam arcybiskup Marek Jędraszewski.

„...Przypominamy jednocześnie, że jako świadkowie Ewangelii wezwani jesteśmy do posługi jedności w podzielonym społeczeństwie i zachowania dystansu wobec partii politycznych” – wskazali biskupi, w tym arcybiskup Marek Jędraszewski, księżom.

„Zwracamy się też do wszystkich uczestników kampanii wyborczej o powstrzymanie się od instrumenta-

eprasa.pl 4859ffd436

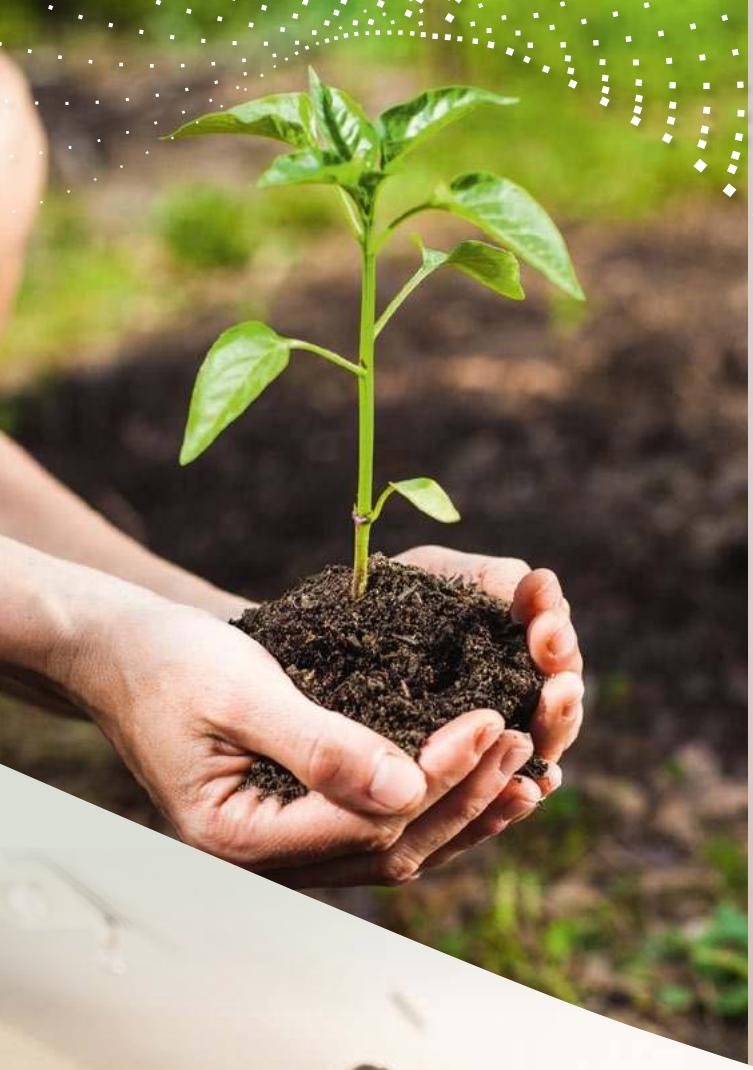
lizowania Kościoła, które przybierać może zarówno formę nieuprawnionego wykorzystywania go w partykularnych rozgrywkach poszczególnych partii, jak i kształt niesprawiedliwego, obliczonego wyłącznie na antyklerykalną emocję, piętnowania. Nie raz już publicznie podkreślaliśmy, że Kościół nie jest po stronie prawicy, lewicy ani po stronie centrum, ponieważ Kościół ma swoją własną stronę; Kościół winien stać po stronie Ewangelii” – zaznaczyli biskupi.

Kazanie arcybiskupa Marka Jędraszewskiego obie te zasady łamie, bowiem choć oczywiście dotyczy istotnej kwestii, to zawiera w sobie jednoznaczne lokowanie produktu politycznego, czego jednoznacznie sam metropolita innym księżom zakazał w podpisanym przez siebie stanowisku.

A zakazał, bo realnie szkodzi autorytetowi Kościoła jego wpisanie się w bieżącą, agresywną kampanię wyborczą. Szkoda, że arcybiskup, który w teorii to wie, w praktyce kaznodziejskiej nie wyciąga z tego wniosków.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436







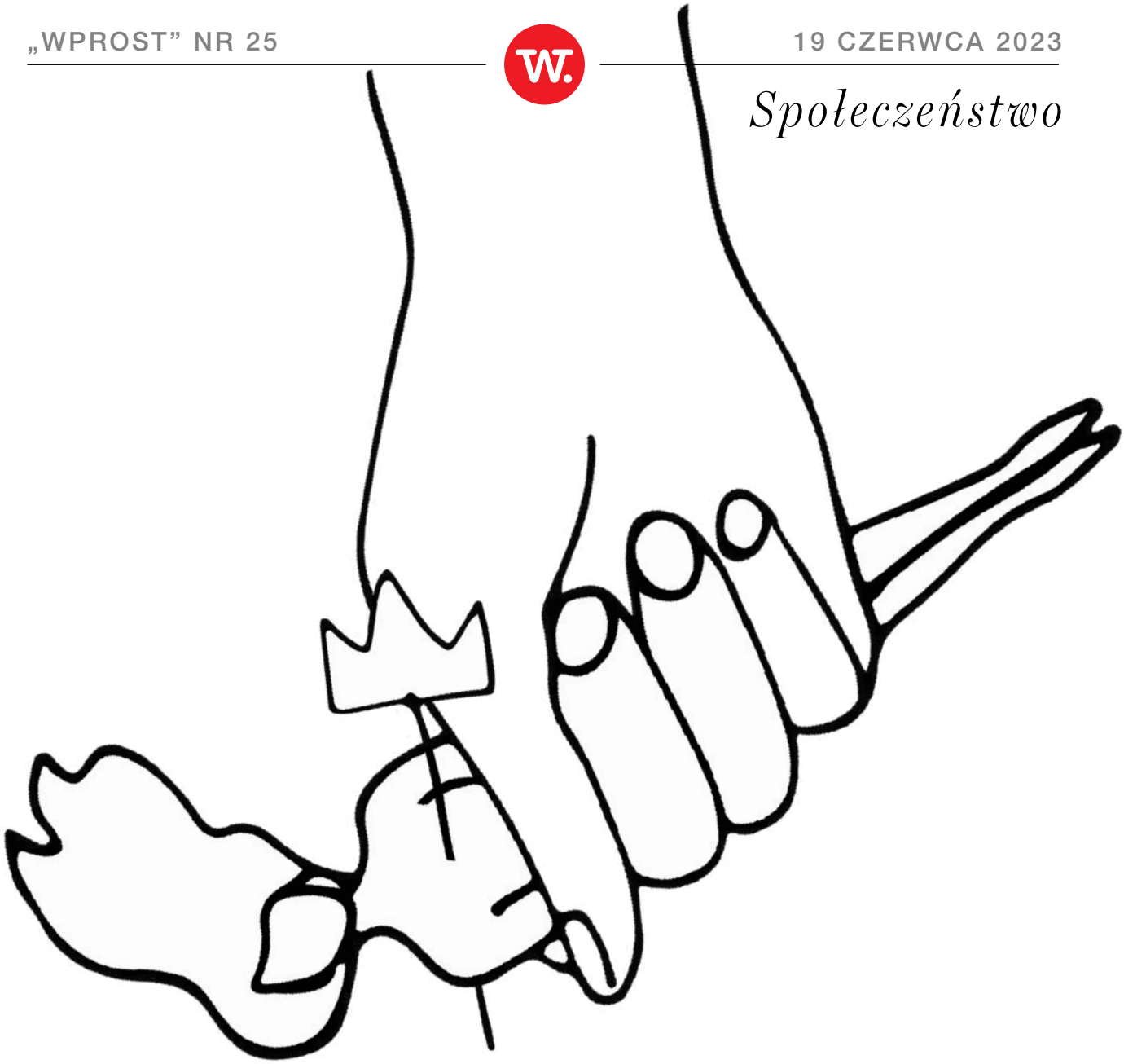
Wy zmieniacie najbliższe Wam otoczenie

eprasa.pl 4859ffd436



My inwestujemy w czystą i tanią energię z małego atomu

eprasa.pl 4859ffd436

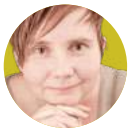


TROPICIEL NARCYSTYCZNYCH PRZEMOCOWCÓW

Fot. shutterstock

eprasa.pl 4859ffd436

– Narcyzów płci żeńskiej i męskiej jest proporcjonalnie tyle samo. Przy czym **MĘŻCZYŹNI UCIEKAJĄ SIĘ CZĘŚCIEJ DO JAWNEJ PRZEMOCY, KOBIETY – ROBIĄ TO W BIAŁYCH RĘKAWICZKACH, PRZY POMOCY ORGANÓW PAŃSTWOWYCH – MÓWI PAWEŁ PANUFNIK, DZIENNIKARZ, BLOGER.** *– Mam takie hasło: „wyciągam ludzi z piekła”, bo rozprawy sądowe przeciwko narcyzom można porównać z głęboką otchłanią, z której trudno wyjść – dodaje.*



Rozmawiała **Krystyna Romanowska**

Mam wrażenie, że w naszym życiu społecznym ukształtowała się swoista „samopomoc antynarcystyczna”. Nie tworzą jej psychoterapeuci czy psychiatrzy, ale same ofiary narcyzmu publikując filmy w sieci, na You Tubie i dzieląc się swoimi doświadcze-

eprasa.pl 4859ffd436

niami. Czy taka pomoc może być bardziej skuteczna niż ta profesjonalna oferowana przez specjalistów?

W moim przekonaniu tylko ofiara całego ciągu przemocy narcystycznej jest w stanie zrozumieć inną osobę, która tego doświadcza. Oczywiście, zdarzają się specjaliści (którzy tego nie przeżyli), ale wystarczająco za-



Paweł Panufnik

– dziennikarz, bloger. Rok temu założył fundację pomagającą ofiarom narcystycznej przemocy. Chce zwrócić uwagę na zjawisko narcyzmu w życiu społecznym oraz niebezpieczeństwa, jakie się z nim wiążą. Przygotowuje się do szkolenia instytucji w sprawniejszym wychwytywaniu manipulacji stosowanych przez jednostki z narcystycznym zaburzeniem osobowości.

eprasa.pl 4859ffd436

głębili się w temat, żeby merytorycznie ludziom pomagać i robią to w miarę skuteczne.

Ale doświadczenie człowieka, który sam wyszedł z narcystycznego piekła zafundowanego mu, czy w dzieciństwie, czy w dorosłym życiu, jest bezcenne, ponieważ on wie doskonale, co działa, a co nie. Człowiek manipulowany, okłamywany i doprowadzony na skraj szaleństwa jest w stanie zrozumieć drugą osobę w podobnej sytuacji. Anglosasi używają nawet określenia „narcistic's survivor” (ocalony z narcystycznej przemocy) i rzeczywiście jest coś specyficznego w tych ocaleńcach. Mówi się, że ich mózgi są takie, jakby właśnie wyszły z pola walki na prawdziwej wojnie.

Zaburzenie narcystyczne jest poza skalą, dlatego tak trudno jest je określić, sklasyfikować czy w ogóle o nim mówić. Mamy patologicznych kłamców, border line, osoby uzależnione. Narcyz jest ponad nimi – jest niesłychanie specyficzny, ponieważ jest w stanie walczyć ze wszystkimi i o wszystko, żeby utrzymać iluzję swojej tożsamości. Zobaczenie swojej prawdziwej twarzy jest dla niego czymś nie do zniesienia, w związku tym ma wy-

eprasa.pl 4859ffd436

jątkowo silną motywację do utrzymania swojego status quo. Życie narcyza to walka o przetrwanie – wobec tego nie obchodzi go, jaką w tej walce inni ponoszą ofiarę.

A jak pan obchodził Światowy Dzień Świadomości Ofiar Nadużyć Narcystycznych?

Nie ukrywam, że jest to dla mnie nowość – nie miałem pojęcia, że 1 czerwca obchodzimy m.in. ten dzień.

> *Jeżeli danego dnia nie tonę pod natłokiem materiałów własnych spraw lub moich klientów, to* **STARAM SIĘ BY NIE UMKNĘŁY MI SPRAWY** *związane z moją Fundacją Wyrwanych z Piekła Narcyzmu.*

Dziś zadzwoniła do mnie jedna pani, która po przeczytaniu mojej historii postanowiła na stałe wesprzeć moich podopiecznych i na początek zakupiła pionizator do rehabilitacji dla niepełnosprawnej dziewczynki. Gdy zadzwoniłem do jej mamy i powiedziałem jej o tym, ta nie mogła ukryć swojego szczęścia.

eprasa.pl 4859ffd436

Zdecydował się pan pomagać ludziom, którzy stają w sądzie w szranki z osobami narcystycznymi, ale jak pan właściwie rozpoznaje kto jest kim?

Po stanie psychicznym osoby, która się do mnie zwraca. Po ofierze widać, kim jest jej oprawca.

Ci ludzie zwykle są w totalnej psychicznej rozsypce, rozdygotani, rozchwiani, przywalenia tonami dokumentów i wytoczonych im spraw. Widać po nich, że to nie jest strach wynikający z odpowiedzialności za to, co zrobili lub czego nie zrobili, tylko jest to obawa, że nikt nie powstrzyma tamy absurdalnej przemocy ze strony eks partnera/partnerki. W najskrajniejszych przypadkach bywa tak, że dla ofiary kończy się to samobójstwami. Natomiast nie popełnia ich nigdy narcyz. On, kiedy straci zapał do sprawy, znajdzie sobie kolejną ofiarę. Ofiary narcyzów trafiają do szpitali psychiatrycznych, sam trafiłem na trzy miesiące na dzienny oddział osób znerwicowanych

Z mojego doświadczenia wynika, że narcyzów płci żeńskiej i męskiej jest proporcjonalnie tyle samo. Przy czym mężczyźni uciekają się częściej do jawnej prze-

eprasa.pl 4859ffd436

mocy, kobiety – robią to w białych rękawiczkach przy pomocy organów państwowych.

Osoby narcystyczne emanują tak specyficzną energią, charyzmą, mową ciała – że innych ogarnia paraliżujący strach lub tracą po prostu czujność, dają się zwieść i idą jak po sznurku. Obserwując toczące się sprawy widzę, że sędziowie, aparat administracyjny, policja, prokuratura, zachowują się dosyć bezradnie wobec osób narcystycznych. Część moich klientów uważa, że np. sędziowie są przez narcyzów notorycznie przekupywani, że są między nimi jakieś układy. Ale to nie są żadne układy. Ci ludzie potrafią wpłynąć emocjonalnie na innych w taki sposób, że sędzia, prokurator, policjant, psycholog są często nieświadomie gotowi podpisać się pod największą bzdurą.

Chyba pan trochę przesadza.

Gdybym nie widział dokumentów, z których wynikało, że w czasie śledztwa czy rozprawy uwierzono w najbardziej absurdalne zeznania, dano wiarę kłamstwom, to bym także nie uwierzył.

eprasa.pl 4859ffd436

Sprawy z udziałem osób narcystycznych są bardzo podobne: podobne akty oskarżenia, podobne sposoby działania, takie same kłamstwa i zbliżone do siebie techniki manipulacji. Charakterystyczne tropy to np. błędy w zeznaniach – narcyz powołuje świadków, którzy z reguły kłamią, wobec tego w zeznaniach będą pełne nieścisłości. Poziom konfabulacji podczas zeznań jest absurdalny. Jeżeli narcyz nie może znaleźć punktu zaczepienia, jest w stanie oskarżyć matkę o molestowanie seksualne swoich dzieci albo o... bałagan w domu.

> *Niekonsekwencja w przekazie jest także bardzo wyraźna. Narcyz przed sądem* **NIEUSTANNIE ROBI Z SIEBIE OFIARĘ** *teatralnymi gestami.*

Jest też ogromna bezwzględność i zajadłość – narcyz chce swoją ofiarę intencjonalnie zajechać. Kobiety pomawiają mężczyzn o nadużycia seksualne wobec siebie czy też dzieci, mężczyźni potrafią skutecznie odebrać prawa rodzicielskie matce. Spotkałem kobietę – ofiarę narcystycz-

eprasa.pl 4859ffd436

nej przemocy, naprawdę normalną kobietę, która w obecności kuratorki musiała karmić piersią swoje sześciomiesięczne dziecko, ponieważ eks-mąż odebrał jej prawa rodzicielskie. Przyzna pani, że jest to ekstremalne posunięcie! Sądy nie weryfikują i nie stawiają właściwych pytań, nie pytają np. człowieka oskarżonego przez osobę narcystyczną czy to co jest w dokumentach jest prawdą?

Osoby narcystyczne przyłapane na kłamstwie wnoszą np. o wyłączenie przewodniczącego składu sędziowskiego albo wyłączenie jawności całej rozprawy.

Śmiem postawić tezę, że wiele błędnych wyroków i skazań odbywa się pod wpływem narcystycznych manipulacji. Sądownictwo nie jest kompletnie przygotowane na rozpatrywanie takich spraw – dlatego popełnia się masę błędów.

Anita Deskiewicz, terapeutka pracująca z ofiarami także narcystycznej przemocy, napisała: „Gdyby nie autorytaryzm i narcystyczne maski instytucji, dziś was tu by nie było, a wasz bandyta-elegant siedziałby za przestępstwo przeciwko zdrowiu i życiu w pierdlu i na ścianie odliczał ołówkiem dni. To on by się bał was

eprasa.pl 4859ffd436

tknąć, nie wy, jego perfidii. To on by kombinował, nie wy, jak zdobyć kasę na prawnika i na kolejny z dupy pozew. Gdyby nie autorytaryzm instytucji, policja wyprowadziłaby bandytę za łachy z domu, kurator byłby wam do pomocy i pomógłby umyć szklanki, a OZSS zajmowałoby się leczeniem waszej traumy”. Czy pan w kontekście tej wypowiedzi uważa, że pracownicy sądów, administracji, policja i biegli psychologowie powinni przejść szkolenie w rozpoznawaniu ludzi ze spektrum zaburzenia narcystycznego?

Ewidentnie tak. A na pewno powinni zostać przeszkoleni psychologowie i biegli oraz kuratorzy. Prokuratorzy i policjanci oraz adwokaci – żeby nie dawali się narcystycznemu tokowi rozumowania i tej perfidnej manipulacji. Sędziowie również powinni być uświadamiani, z kim czasami mogą mieć do czynienia. Tak naprawdę każdy, kto na jakimkolwiek etapie ma decyzyjność w sprawach dotykających obywateli powinien sobie zadać podstawowe pytanie – a co jeżeli to nie jest prawda?

Nie sztuką jest budować postępowania pod daną tezę – sztuką jest wyłapać nieścisłości, które burzą całą

eprasa.pl 4859ffd436

tę fałszywą konstrukcję. Konstrukcję, która tak naprawdę od samego początku była kolosem na glinianych nogach. To wymaga jednak odwagi i wyjścia poza schemat – powiedzenia „nie” i zweryfikowania faktów i często też własnych poglądów.

> *Co istotne, powinny być wyeliminowane z obiegu i* **NIE DOPUSZCZANE DO PEŁNIENIA TYCH FUNKCJI** *osoby, które same w sobie są narcystyczne.*

Wówczas trauma faktycznej ofiary takiego postępowania sądowego, osoba niesłusznie oskarżona przez narcyza cierpi podwójnie, albowiem dochodzi do tego, że pastwi się nad nią toksyczny biegły czy śledczy, a w najskrajniejszych przypadkach sam sędzia, co na całe szczęście jest zdecydowaną rzadkością.

Narcyzi lubią działać na odległość, dlatego też wielu z nich jest adwokatami – potrafią oni tak zmanipulować swoim klientem, by ten zlecał im kolejne pozwy,

eprasa.pl 4859ffd436

gdzie tak naprawdę oni czerpią osobistą satysfakcję z dojeżdżania swoich kolejnych ofiar.

No dobrze, ale co konkretnie powinni po takim szkoleniu wiedzieć, skoro narcystyczna przemoc jest właściwie trudna do określenia, wymyka się opisom, jest w jakimś sensie irracjonalna.

Myślę, że trzeba postawić na skrupulatność – każda zmiana stanowiska, mylenie się w zeznaniach powinno być zweryfikowane. Narcyz jest wewnętrznie sprzeczny, a jednocześnie chroni swój wizerunek, tworząc historię trochę na bieżąco – wystarczy lepiej zanalizować dokumenty, żeby odkryć poziom absurdu oskarżeń czy kolejnych zeznań albo zwyczajnych kłamstw.

Oczywiście, każdy stara się chronić swój wizerunek – natomiast u narcyza ta chęć jest przeskalowana, dominująca.

Wymaga to jednak bardzo wnikliwej pracy, zarówno ze strony sędziego, jak i biegłych psychologów. To, co może niepokoić, to np. przypadek, że biegły przekonany przez narcystycznego rodzica wpisuje w dokumenty: „dziecko spotyka się z terapeutą z powodu nad-

eprasa.pl 4859ffd436

używania przemocy przez rodzica”, podczas gdy w rzeczywistości jest na terapii z całkiem innego powodu.

> *Bardzo charakterystyczny jest u narcyzów* **BRAK ODPOWIEDZIALNOŚCI** *i niechęć do autorytetów, zajadłość i patologiczna wręcz potrzeba kontrolowania wszystkiego oraz wszystkich.*

Ale pan też jest zajadły, myślę, że może część ludzi myśleć, że pan też jest narcyzem...

Mam swoje grono hejterów i godzę się z tym. Zajadłość wynika z tego, że nie miałem wyboru – postawiony kilka lat temu pod ścianą, musiałem i bronić siebie i przejść do ofensywy. Ale proszę mi uwierzyć wiele razy płakałem nad konsekwencjami tego, co się przydarzyło – jestem w to uwikłany na lata.

Mam takie hasło: „wyrywam ludzi z piekła”, bo rzeczywiście rozprawy sądowe przeciwko narcyzom można porównać z głęboką otchłanią, z której trudno wyjść. Co piąty warsztat sprawnie zdiagnozuje i naprawi naj-

eprasa.pl 4859ffd436

bardziej egzotyczny samochód, co piąta księgowa kompleksowo poprowadzi największą firmę, tak i co piąta osoba „rozgryzie" i skutecznie przeciwstawi się narcyzowi – osobowości o bardzo złożonej budowie. To po prostu wymaga bardzo głębokiego zaangażowania.

Jakimi narzędziami można wygrać z narcyzem w sądzie?

Najlepiej nie doprowadzając do rozprawy sądowej, ale jeżeli już się tak zdarzy – najskuteczniejszą metodą jest wytoczenie wszystkich dział już na etapie postępowania oraz poza nim, Pozwoli to na obnażenie absurdów narcystycznych oskarżeń. Stawiając czoła tym toksycznym przeciwnikom, można złapać narcyza na przekłamaniach, więc nie można się ich bać, trzeba się przeciwstawić czasami nawet sprowokować, bo to powoduje, że zaczynają popełniać błędy.

Starcie z narcyzem można wygrać wytrwałością. Narcyz na początku bardzo silnie atakuje, ponieważ chce zmęczyć ofiarę i sprawić, żeby zrezygnowała. Jeżeli ofiara przetrwa czas zmasowanego ataku i konsekwentnie zacznie go obnażać, może być pewna, że czas zadziała na jej ko-

eprasa.pl 4859ffd436

rzyść. W polskim systemie prawnym jest to niestety czasami bardzo długi czas, zbyt długi jak na realia XXI wieku.

Płaci się oczywiście za to cenę: można stracić mieszkanie, mieć najścia policji i kuratorów, otrzymać zakaz widywania a nawet kontaktowania się z własnym dzieckiem. Co jakiś czas zgłaszają się też do mnie ludzie niesłusznie aresztowani. Wiem, że gdybym nie pomagał ludziom w ich sprawach sądowych, poziom mojego stresu związanego z moimi „przygodami sądowymi” sięgnąłby zenitu. Dzięki temu ja naprawdę widzę głębszy sens w tym wszystkim, co sam przechodzę.

Gdybym pana nazwała „łowcą narcyzów” to by pan się z tym zgodził?

Czy łowcą? Może bardziej tropicielem, lubię zaglądać im do głowy i odczytywać następne kroki – to pomaga moim klientom. Ludzie dzwonią do mnie, bo po obejrzeniu moich filmów rozstali się, poszli na ugodę oszczędzając sobie wyczerpującej walki lub założyli sprawę i walczą, walczą o siebie a czasami walczą dosłownie o wszystko.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

Auschwitz, 1943 r. - egzekucja kobiety

FASCYNACJA LITERATURĄ „HOLO-POLO”



Fot. Muzeum Niepodległości/East News

eprasa.pl 4859fi

– Literatury, która jest okrutnie obrzydliwa, jest mnóstwo, choćby całe tomy gatunku zwanego „gore”. Jednak tutaj „gore” (perwersyjną perwersję) przeniesiono na obszar do tej pory uznawany za świętość. **ZAINTERESOWANIE TYPEM LITERATURY, W KTÓREJ ŁAMIE SIĘ TABU HOLOCAUSTU, ŚWIADCZY O TYM, ŻE W SPOŁECZEŃSTWIE ZACHODZĄ FUNDAMENTALNE PRZEMIANY – UWAŻA PAWEŁ DROŹDZIAK,** *psycholog i psychoterapeuta.*



Rozmawiała **Krystyna Romanowska**

Jak to możliwe, że po „Medalionach” Nałkowskiej, „Opowiadaniach” Borowskiego, wierszach Różewicza, ludzie czytają literaturę w typie gore rozgrywającą się w scenerii obozów koncentracyjnych?

Zaczynając te rozważania, warto się cofnąć do dyskusji prowadzonych kilkanaście lat po II wojnie świa-

eprasa.pl 4859ffd436

towej. Ludzie zastanawiali się wtedy, czy można zrobić komedię o wojnie? W tamtych momentach historycznych okazywało się, że to nie jest jeszcze ten czas. Ale potem właściwy moment przyszedł. Powstał serial „Jak rozpętałem II wojnę światową”, Anglicy nakręcili „Allo, allo”, a w końcu doszliśmy nawet do czarnej komedii Tarantino „Bękarty wojny”, gdzie Żydzi wychodzą zupełnie z roli jaką im się stereotypowo przypisuje w wojennej historii.

Warto zwrócić uwagę na zmianę generacyjną. Umierają ostatni ludzie pamiętający piekło obozów, grozę lat 1939-1945. Młodzi pytani dzisiaj, w którym roku

Czym jest holo-polo?

Do literatury opisującej Holocaust w sposób „popowy”, czyli traktującej scenerię obozów koncentracyjnych do opisywania np. romansów albo obscenicznych zbrodni bez poszanowania detali historycznych, krytycy zaliczają książki Maxa Czornyja (np. „Kat Hiltera”), Heather Morris („Tatuażysta z Auschwitz”), Ellie Midwood („Skrzypaczka z Auschwitz”).

eprasa.pl 4859ffd436

rozpoczęła się II wojna światowa, odpowiadają: w latach 80. Na naszych oczach materia przeżyć wojennych, w szczególności koszmaru życia w obozie, zaczyna przypominać coś, na podstawie czego można napisać thriller, np. medyczny.



Paweł Droździak

– psycholog, psychoterapeuta, mediator rodzinny. Pracuje z osobami mającymi trudności w kontrolowaniu zachowań impulsywnych. Prowadzi psychoterapię osób uwikłanych w związki, w których występuje element uzależnienia emocjonalnego. Jest współautorem książki „Zawsze bezpieczna - psychologiczne aspekty samoobrony kobiet” i autorem serii artykułów psychologicznych pisanych dla portalu Republika Kobiet. Występuje jako ekspert w programach radiowych i telewizyjnych

eprasa.pl 4859ffd436

Sceneria obozu koncentracyjnego staje się być przestrzenią obojętną, neutralną, ale jednocześnie szalenie atrakcyjną, którą można skonsumować na potrzeby stworzenia dzieła.

Jak lochy albo opuszczony dom na prowincji, do którego wprowadza się rodzina nieświadoma czekających ją strasznych przeżyć.

Żyjemy w takim momencie granicznym – dla części ludzi tematyka obozowa jest świętością i tabu nie do ruszania, ale są już tacy, którzy czują pokusę zrobienia z niej literatury. Mamy tutaj do czynienia z perwersyjną nutą, perwersyjnym przekroczeniem, balansowaniem na krawędzi tego, co dozwolone, a co – nie.

Zwróćmy uwagę na to, że jeszcze 15-20 lat temu nikt nie wydałby takiego rodzaju literatury, a przynajmniej byłby to olbrzymi skandal. Nikt by po nią nie sięgnął, bo byłoby to nie do przyjęcia. Dzisiaj jest to już „jakiś rodzaj skandalu”, ale ludzie przyznają się: „czytam to”, chodzą na spotkania z pisarzami, tworzą jakiś rodzaj społeczności. I – co najważniejsze – przestali się wsty-

eprasa.pl 4859ffd436

dzić, że im się podoba. Na tego rodzaju literaturze już można nieźle zarobić.

Za kolejnych 15 albo 20 lat czytelnicy przestaną odczuwać, że mają do czynienia z jakimś rodzajem przekroczenia. Dlaczego? To wymaga skrupulatnego wytłumaczenia. Europejska moralność bazuje na chrześcijaństwie, a

> *punktem kluczowym jest założenie, że Bóg umarł za ludzi. To* **ODWRACA DAWNIEJSZĄ RELACJĘ MIĘDZY CZŁOWIEKIEM I BOGIEM,** *bo żaden z dawnych bogów by czegoś takiego nie zrobił.*

Chrześcijaństwo i nasze europejskie intuicje moralne były dość długo zbudowane na takiej historii – wielki groźny bóg okazuje się na tyle do nas przywiązany, że daje się za nas zabić i bardzo cierpi. I teraz już czujemy się z nim związani nie dlatego, że się go boimy, albo chcemy skorzystać z jego siły, ale też dlatego, że mamy wobec niego rodzaj moralnego długu.

eprasa.pl 4859ffd436

Ale to już nie jest w Europie aktualne. Dziś dla współczesnego człowieka w Europie takim punktem zakotwiczenia, taką moralną współrzędną jest męczeństwo Holocaustu. Ono jest – w nowoczesnej świadomości – formą ukrzyżowania. Wyznacza punkty graniczne w debacie o etyce, wprowadza do gry takie pojęcia graniczne jak „antysemita” albo „faszysta”. Czyli „ten z którym się już nie dyskutuje”. Ktoś całkowicie poza granicą. Dawniej kimś takim był Judasz, albo Żydzi, bo „nie rozpoznali i ukrzyżowali”. Opowieść o Holocauście sprawiła, że nastąpiło odwrócenie i oni weszli w to miejsce. To przebudowało mentalność w taki sposób, że tam gdzie wcześniej było „nie możesz być poganinem” weszło „nie możesz być narodowcem”.

Co robi z tymi znaczeniami literatura potocznie zwana „holo-polo”? Ona perwersyjnie bawi się tymi współrzędnymi. Przesuwa je troszkę. Bo jest cierpienie, ale ono już w tych historiach nie jest święte. Jest to więc literatura perwersyjna nie z powodu skrajnych scen, tylko właśnie podważenia świętości. Monthy Python „Żywotem Briana” zdekonstruował system mo-

eprasa.pl 4859ffd436

ralnego zakotwiczenia każąc Jezusowi machać nogą na krzyżu i śpiewać.

Kiedy to już zobaczysz i się roześmiejesz, ten symbol przestaje działać. W literaturze, o której mówimy, ma to podobny wymiar. To co było absolutne, staje się po prostu sensacyjne

To raczej czysty sadyzm, powiedzmy sobie szczerze – bez większego sensu.

Literatury, która jest w jakimś sensie okrutnie obrzydliwa, jest całe mnóstwo, choćby całe tomy gatunku zwanego gore. Tutaj jednak mamy do czynienia z trochę inną sytuacją – tutaj gore (perwersyjną perwersję) przeniesiono na obszar do tej pory uznawany za świętość. Perwersyjna zakładka jest podwójna: mamy tutaj coś w rodzaju meta-gore – dla niektórych ludzi jest to po prostu nie do przejścia.

A kto sięgnie po taką literaturę?

Jest sporo wiedzy o odbiorcach horrorów generalnie. Dla niektórych – potrzebujących stymulacji, taka lektura dostarcza silnych wrażeń, ci ludzie lubią mocniejszą literaturę, mocniejszą muzykę. Druga grupa,

eprasa.pl 4859ffd436

nieświadomie użyje tego typu książek, aby nauczyć się radzić sobie ze strachem i zarządzać swoimi lękami. Ich umysły eksperymentują z sytuacjami niebezpiecznymi po to, aby uczyć się do nich dystansować. Jest też grupa, raczej subkliniczna, której fani oglądają najbardziej obrzydliwe horrory – nie podejmę w tym tekście analizy tych odbiorców, bo to temat na oddzielny duży tekst.

Czwarta grupa to ta, która trochę próbuje oswoić swoje własne agresywne instynkty. Ludzie w każdej z tych grup wykazują niższe wyniki na skali neurotyzmu. Czyli mniejszym lękiem reagują na własne impulsy popędowe, które sobie nagle uświadomią.

> *Ciekawym typem materiałów zawierających agresywne treści są* **CZARNE KOMEDIE TARANTINO.** *Neurotycy nie mogą tych filmów oglądać,*

bo są dla nich obrzydliwe, okropne, nieempatyczne. Ale to nie jest prawda. Bo filmy Taratnino nie są zwy-

eprasa.pl 4859ffd436

kłym ekscytowaniem się przemocą. One pomagają w pogodzeniu się z agresywną częścią która w nas istnieje. W przyjęciu tej części i przejęciu nad nią kontroli nie przez wyparcie, czy zaprzeczenie, ale przez pogodzenie się z tym, że to nasza część i specyficzne zdystansowanie się do tego w autoironii. Śmianie się z istnienia w nas agresywnych instynktów, o których wolelibyśmy zapomnieć. To wyzwalające, filozoficzne ujęcie.

Tarantino pomaga odbiorcy coś przekroczyć i ratuje nas przed neurozą, jednocześnie nie proponując perwersji. Przestajemy reagować zaprzeczeniem, wyparciem i obroną, kiedy uświadamiamy własne agresywne popędy, co nie znaczy, że za nimi idziemy i realizujemy je, jak odbiorca filmów gore. Chodzi o to, że musimy przyjąć do wiadomości fakt ich istnienia i się z tym pogodzić, zdystansować. Czasami humorem.

Mówi o tym kanadyjski pyscholog Jordan Peterson, ale kiedyś trafnie opisał to Edward Stachura w książce „Się”. Stachura zadaje pytanie: „Co musisz sobie po-

eprasa.pl 4859ffd436

wiedzieć na początku swojej duchowej podróży? Musisz sobie powiedzieć: jesteś bestią”. Takie uświadomienie jest w jakiś sposób uzdrawiające.

W tej całej kafeterii typów czytelniczych, gdzie plasuje się czytelnik holo-polo? Gdzie plasuj się jego twórca?

Wszędzie tam, gdzie mamy do czynienia z epatowaniem odrazą dla samego epatowania, mamy do czynienia jednak z jakimś rodzajem zaburzenia. Jeżeli ktoś odnajduje przyjemność z oglądania sytuacji w horrorze, w czasie którego widzimy niekończący się łańcuch zadawanych komuś cierpień, który nie ma sensu, nie kończy się żadnym dobrym finałem i nie jest walką dobra ze złem – można uznać to za odejście od normy. Nasze umysły radzą sobie z sytuacją niebezpieczną, zagrażającą tym, że przeczuwamy jednak jakiś sensowy koniec. Chcemy wiedzieć, gdzie jest dobro, gdzie jest zło.

Oglądanie bezsensownego znęcania się np. mężczyzny nad kobietą w literaturze, stawia ją w szeregu dzieła pornograficznego z gatunku czarnego BDSM. Przyjem-

eprasa.pl 4859ffd436

ność z oglądania/czytania tego typu materiałów trąci psychopatią. Oczywiście warto sobie zadać pytanie, z którą postacią odbiorca się tu identyfikuje. Z agresorem, czy z ofiarą? A może wymiennie? To skomplikowany temat, ale na pewno jeśli w treści dzieła nie ma żadnego dobrego finału, tylko niekończące się pasmo tortur, to jeśli w tym gustujemy, proponuję przyjrzeć się temu bliżej.

Weźmy film „Pasja” Mela Gibsona. Opowiada o męce Chrystusa, ale tego filmu nie możemy nazwać sadystyczno-pornograficznym. Lecz równie dobrze możemy sobie wyobrazić, że w filmie można pokazać cierpienie nie mające żadnego sensu: cios, krew, kopnięcie. W pewnym momencie

> *widz zaczyna czuć, że – zamiast sensu – cierpienie jest* **UŻYTE DO ROZKOSZOWANIA SIĘ PERWERSYJNĄ PRZYJEMNOŚCIĄ** *z obcowania i nurzania się w seansach cudzego cierpienia.*

eprasa.pl 4859ffd436

I to jest ta granica, którą przeciętny człowiek powinien zauważyć.

To na pewno może budzić duży niepokój, bo widać, że tam, gdzie ktoś inny ma wyznaczoną swoją granicę etyczną, inny ktoś czerpie rozkosz. Ale tu mówię o horrorach w ogóle. O gustowaniu w diabolicznych gadżetach, w muzyce która epatuje przemocą.

To nie zawsze świadczy o psychopatii, bo tu wyżej sporo opowiedzieliśmy o różnych celach jakim to może służyć, ale na pewno warto temu bliżej się przyjrzeć. Ale tu mowa o takiej literaturze i stylistyce generalnie.

Holo-polo to jeszcze inny poziom

Powstanie tej literatury czego właściwie dowodzi? Upadku moralności? Końca etyki? A może to po prostu kolejna transgresja?

To nie jest transgresja. Pozytywną transgresją jest przekroczenie jakiegoś tabu, które uwierało i dzięki któremu tworzy się nowe znaczenia, co jakoś wzbogaca.

Transgresją był wspomniany przeze mnie „Żywot Briana”. Dlaczego? Twórcy – grupa Monthy Pythona

eprasa.pl 4859ffd436

– zauważyli, że pewne ryty chrześcijańskie ludzi krępują, że ograniczają ich rozwój, ekspresję, dlatego postanowili historię o męce, która trzyma nas w jakimś szachu moralnym, zamienić w pastisz, aby się od niej uwolnić. W tej historii chrześcijańskiej mamy bowiem następujący szantaż moralny: „Pan Jezus za ciebie umarł i jesteś mu coś w tym momencie winny. Jak więc możesz tak po prostu sobie żyć, skoro Jezus się tak męczył?”. Na to pytanie może być tylko jedna transgresyjna odpowiedź: Jezus śpiewający na krzyżu o tym, żeby patrzeć zawsze na jaśniejsze strony życia.

Czy kogoś trzyma w jakimś moralnym szachu opowieść o Holokauście? Jeżeli mielibyśmy od tego się wyzwolić to moje pytanie brzmi: w jakim celu? Pytam o to, bo nie rozumiem do końca procesu, który właśnie się rozpoczął, a którego forpocztą jest właśnie popularności tej literatury.

Być może to jest jakiś sygnał, że za 10, 12, 15 lat historia Holocaustu zacznie odgrywać inną rolę. Przestanie być punktem zahaczenia dyskusji o etyce, mo-

eprasa.pl 4859ffd436

ralności, człowieczeństwie, złu i dobru, tylko coś innego będzie musiało przejąć tą rolę. Nie wiemy jeszcze co, ale coś takiego musi się pojawić. Mam nadzieję, że nie jest to propozycja, by w ogóle niczego w tym miejscu nie było.

Ale będzie to oznaczało życie w innym rodzaju mentalności?

To prawda –

> *będzie to musiała być* **CAŁKIEM NOWA KONFIGURACJA MENTALNOŚCI:** *powojenna, poholocaustowa. Co będzie jej punktem wyjścia? Trudno powiedzieć.*

Zwróćmy jednak uwagę, że w jakimś sensie jest to naturalny dyskurs historyczny: dzieje rzezi Prusów przez Krzyżaków też były niewyobrażalnym okrucieństwem, a jednak mówimy o tym dzisiaj bez zaciśniętego gardła. Rzeź Indian czy traktowanie czarnych niewolników jeszcze wzbudza jakieś uczucia.

eprasa.pl 4859ffd436

Widzimy jednak, że w kontekście Holocaustu pojawiają się w obiegu takie treści, które powodują, że „zwornik etyczny” przestaje działać.

A może to nie chodzi o żaden zwornik etyczny tylko najzwyklejszą nudę i perwersję twórców?

W procesie grupowym nie ma przypadku. Jeżeli pojawi się jeden, drugi, trzeci człowiek, który może napisać coś takiego, to coś oznacza. Jeżeli ktoś to czyta – to także coś oznacza. I to nawet nie chodzi o twórcę czy jego autokreację. On się mógł pojawić dlatego, że w społeczeństwie coś się wydarzyło. Jest po prostu elementem spełnienia jakiejś społecznej potrzeby. Każdy taki twórca jest produktem pewnego procesu. Dlatego nagle zaczyna czuć, że da się eksploatować taki temat i że jacyś ludzie na to czekają, choć sami nie wiedzą, dlaczego?

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436



Zbigniew Lew-Starowicz

Są tacy, co żyją bez seksu

Co może być przyczyną braku potrzeby seksu? Okazuje się, że uwarunkowania bio-psycho-społeczne, a wśród nich asekSualność, depresja, fobie i traumy. Ale nie tylko. Niektórzy badani wskazują, że „seks jest przereklamowany”.

Fot. Centrum Terapii Lew-Starowicz

eprasa.pl 4859ffd436

Ewolucja obyczajowości seksualnej w XX i XXI wieku miała kilka znaczących faz: pojawienie się antykoncepcji hormonalnej, rewolucja seksualna w latach 60.-80., wprowadzenie do leczenia zaburzeń erekcji słynnej „niebieskiej tabletki” w 1994 roku, model partnerskiego związku, a obecnie odkrywanie przez kobiety istniejącego w nich „potencjału erotycznego”.

> *Jednym z wielu następstw zmian obyczajowych stało się traktowanie aktywności seksualnej* **JAKO MAJĄCEJ ZNACZENIE PROZDROWOTNE** *i sprzyjające długowieczności i dobrej jakości życia.*

Skromne populacyjnie badania pionierów seksuologii przeobraziły się w badania wielotysięcznych grup mężczyzn i kobiet. Znamy wiek inicjacji seksualnej, częstotliwość aktywności seksualnej, liczbę partnerów, zdrad, zaburzeń seksualnych, upodobań, używania gadżetów itd.

Istnieje jednak mało znane jeszcze zjawisko – osób żyjących bez seksu. Co prawda nie brakuje badań na ten

eprasa.pl 4859ffd436

temat, np. analiza mężczyzn żyjących bez seksu w wieku do 60 lat obejmuje ponad 15 000 pozycji, a kobiet ponad 20 000! Wyniki badań są jednak tak dalece rozbieżne, że trudno wyciągać z nich sensowne wnioski.

Życie bez seksu może obejmować brak jakiejkolwiek aktywności seksualnej, ale także brak seksu z drugą osobą.

Spróbuję uchylić rąbka tajemnicy w oparciu o własne badania przeprowadzone na reprezentatywnej polskiej populacji w latach 1992-2017. Wynika z nich, że w wieku 18-75 lat nie jest aktywnych seksualnie 22 proc. badanych i koreluje to z wiekiem np. w wieku 25-34 lat dotyczy to 13,9 proc. badanych a w wieku 50-60 lat 24 proc.

Podawane przyczyny są oczywiste: np. problemy zdrowotne (27 proc. mężczyzn i 6 proc. kobiet), brak partnera (46 proc. mężczyzn i 53 proc. kobiet), partnerzy nie odczuwają takiej potrzeby (13 proc. kobiet i 11 proc. mężczyzn).

Najbardziej interesująca wydaje się jednak inna deklarowana przyczyna: brak potrzeb seksualnych u 16 proc. kobiet i 28 proc. mężczyzn.

eprasa.pl 4859ffd436

Przyjrzyjmy się bliżej tej ostatniej grupie badanych, która okazała się bardzo zróżnicowana, co potwierdzają również badania z innych krajów.

Co może być przyczyną braku potrzeby seksu? Okazuje się, że

> **UWARUNKOWANIA BIO-PSYCHO-SPOŁECZNE.** *Wymienię najczęściej spotykane: aseksualność, zaburzenia pożądania, wrodzone choroby, depresje i inne zaburzenia psychiczne.*

Czynniki psychologiczne to: niska samoocena, przeżycie traumy w dzieciństwie, doświadczenie seksualnej przemocy, urazowe relacje w związkach, przykre doświadczenia seksualne, lęki i fobie wiążące się z seksem, rygorystyczne wychowanie w rodzinie.

Do tego dochodzą jeszcze rygoryzm religijny, kultury negatywnie nastawione do seksu, a także tryb życia (np. wpływ narkotyków, alkoholizm).

eprasa.pl 4859ffd436

No dobrze, już wiemy co nieco. Czy jednak sami badani oceniają to jako problem?

Okazuje się, że niekoniecznie i podają następujące wytłumaczenia: „dobrze mi z tym jak jest”, „seks jest przereklamowany”, „są inne przyjemności w życiu”, „czuję wolność od przymusu seksu jak to jest u innych” itd.

Zdarza się, że takie osoby angażują się uczuciowo, ale odpowiada im „biały związek”. Jeżeli podobne oczekiwania ma druga osoba, to taki związek może być udany i znam takie.

Innym przykładem są związki osób aseksualnych, ale to odrębny temat.

Czy badania tej populacji potwierdzają istnienie u nich negatywnych następstw zdrowotnych z powodu braku seksu? Okazuje się, że niekoniecznie. Wskaźniki długowieczności nie różnią się od populacji aktywnej seksualnie. Czy coś tracą? Bez wątpienia seks jest wielką wartością, a dla teologów islamskich przedsmakiem raju. Można mieć jednak inną hierarchię wartości życiowych i inne źródła poczucia szczęścia.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436



PARTNER STRATEGICZNY

PARTNERZY GŁÓWNI

PARTNER

eprasa.pl 4859ffd436



Katarzyna Gintrowska, prezes PMPG Polskie Media

Fot. Piotr Woźniakiewicz

LAUREACI RANKINGU POLSKA DWUSETKA „WPROST” WYŁONIENI

PARTNER STRATEGICZNY

Bank Polski

PARTNERZY GŁÓWNI

BGK Bank Gospodarstwa Krajowego

InPost out of the box

PKP Polskie Koleje Państwowe Spółka Akcyjna

Bank Pekao

PARTNERZY

GPW

BOGDANKA

TOTALIZATOR SPORTOWY

eprasa.pl 4859ffd436

Poznaliśmy laureatów rankingów **200 NAJWIĘKSZYCH FIRM, GEPARDÓW I AMBASADORÓW POLSKIEGO BIZNESU.** *„Wprost” nagrodził ich podczas gali zorganizowanej na Giełdzie Papierów Wartościowych w Warszawie.*

Tekst: **Marcin Haber**

13 czerwca w siedzibie warszawskiej giełdy odbyła się gala Polskiego Biznesu „Wprost”. Podczas wydarzenia wręczone były statuetki dla zwycięzców rankingów Polskiej Dwusetki, czyli 200 największych polskich firm, Gepardów i Ambasadorów polskiego biznesu.

„Wprost” nagrodził największe firmy

Lista 200 największych polskich firm jest publikowana przez „Wprost” od 2015 roku. Po Liście 100 Najbogat-

eprasa.pl 4859ffd436

szych Polaków jest najbardziej znanym rankingiem przygotowywanym przez redakcję. W tym roku powstała po raz kolejny.

W zestawieniu znajdują się firmy, które kontrolowane są przez polskich właścicieli. Najważniejszym kryterium decydującym o pozycji w zestawieniu jest wartość przychodów, ich dynamika oraz kapitały własne danej spółki.

– Wprost celebruje swoje 40 lat, jest tygodnikiem dekady, najbardziej opiniotwórczym i cytowanym serwisem w Polsce. **NASZE RAPORTY I RANKINGI POKAZUJĄ, CO PRZED NAMI, I Z CZYM SIĘ ZMAGA POLSKI PRZEDSIĘBIORCA – POWIEDZIAŁA KATARZYNA GINTROWSKA,** *prezes zarządu PMPG Polskie Media.*

– Chociaż w polskich mediach powstaje coraz więcej różnego rodzaju zestawień, to ranking 200 najwięk-

eprasa.pl 4859ffd436

szych polskich firm pozostaje tym jedynym. W pozostałych rankingach wielu firm po prostu nie ma. A co może jeszcze istotniejsze, w kontekście obecnej sytuacji za naszą wschodnią granicą, to w zestawieniu od siedmiu lat występują wyłącznie te przedsiębiorstwa, które są kontrolowane przez polskich właścicieli – dodała prezes Gintrowska.

– To już dziewiąta edycja rankingu 200 największych polskich firm według „Wprost”. Tak dobrze nie było jeszcze nigdy w historii naszego zestawienia – komentował Szymon Krawiec, redaktor zarządzający „Wprost” i autor rankingu. W sumie 200 największych przedsiębiorstw z polskim kapitałem osiągnęło roczne przychody na poziomie 1,3 biliona złotych. To o 300 miliardów więcej niż przed rokiem, który również był rekordowy. A spośród 200 największych firm zaledwie 10 rok do roku pomniejszyło swoje przychody. Wszystkie pozostałe zaliczyły wzrosty.

– Tegoroczny ranking jest również rekordowy pod względem debiutantów. Na liście pojawiły się bowiem aż 34 nowe polskie przedsiębiorstwa, które

eprasa.pl 4859ffd436

można zaliczyć do tych dwustu największych. Próg wejścia na listę rośnie z każdym rokiem. Jeszcze parę lat temu wystarczyło mieć zaledwie 400 mln zł rocznych przychodów, żeby już znaleźć się w dwusetce. Dzisiaj trzeba mieć miliard – zaznaczył Szymon Krawiec.

Największy z największych

Zwycięzcą tegorocznego rankingu 200 najbogatszych firm jest firma, która na tej pozycji znajduje się od lat. Dzięki serii fuzji, zmianie strategii i nastawieniu na dywersyfikację działania, laureat nie dał konkurencji szans. Z firmy kojarzonej wyłącznie ze stacjami paliw stworzył multienergetyczny koncern, odbiegł rywalom na kilka dystansów. Zwycięzcą rankingu Polskiej Dwusetki za 2022 roku został PKN Orlen.

– Sytuacja, która zapanowała na świecie ponad rok temu, pokazuje nam, że droga, którą podjęliśmy, jest właściwa. Ten krok, te wielkie fuzje, są krokiem właściwym. Zapewne będzie tak, że będziemy się tutaj spotykać także w kolejnych latach, bo dążymy do tego, aby

eprasa.pl 4859ffd436



Fot. Piotr Woźniakiewicz

Szymon Krawiec i Piotr Sabat, członek zarządu ds. rozwoju, PKN Orlen S.A.

eprasa.pl 4859ffd436

PKN Orlen rozwijał się dalej – powiedział Piotr Sabat, członek zarządu ds. rozwoju, PKN Orlen S.A.

Gepardy, czyli firmy, które trudno doścignąć

W ramach rankingu „Wprost” wyróżnia także polskie Gepardy, czyli 50 najdynamiczniej rozwijających się spółek. Są to firmy, które wyróżniają się na tle swojej konkurencji wyjątkową dynamiką zysków.

W najnowszym zestawieniu zwyciężyła spółka, która w zeszłym roku ustanowiła historyczny rekord. Z roku na rok dwukrotnie powiększyła swoje przychody, a jej zysk wzrósł nie o kilka czy kilkanaście, a kilkaset procent. Jest absolutnym liderem w produkcji węgla koksowniczego. Składnika niezbędnego do produkcji stali.

Laureatem tegorocznej statuetki za pierwsze miejsce w kategorii Gepardy, została Jastrzębska Spółka Węglowa. – Jesteśmy sercem zielonej transformacji energetycznej w Polsce. Węgiel koksowy jest podstawą do wytopu stali, a z niej robi się wiatraki i fo-

eprasa.pl 4859ffd436



Fot. Piotr Woźniakiewicz

Krzysztof Masiuk, zastępca dyrektora Biura Relacji Giełdowych spółki JSW.

eprasa.pl 4859ffd436

towoltaikę. Czekają nas wielkie inwestycje, bo chcemy być wielką firmą, która będzie neutralna klimatycznie – powiedział Krzysztof Masiuk, zastępca dyrektora Biura Relacji Giełdowych spółki JSW.

Ambasadorzy polskiej gospodarki

Ostatnią z kategorii rankingu, ale wcale nie najmniej ważną, jest grupa firm, które najlepiej reprezentują Polskę za granicą. Chodzi o spółki, które dzięki swoim działaniom biznesowym pokazują, że „Polak potrafi”. Ranking Ambasadorów wyznacza 100 największych polskich eksporterów.

Tegoroczny laureat jest prawdziwym klejnotem polskiej gospodarki. W opublikowanym niedawno rankingu World Silver Survey zajął pierwsze miejsce w kategorii największych kopalń srebra na świecie. Bo niewiele osób nadal o tym wie, ale Polska jest potęgą na rynku wydobycia nie tylko miedzi, ale także srebra. W zeszłym roku firma osiągnęła prawie 34 mld zł przychodów. Ponad trzy czwarte z tej kwoty pochodziło z eksportu. Zwycięzcą ran-

eprasa.pl 4859ffd436



Fot. Piotr Woźniakiewicz

Tomasz Zdzikot, prezes KGHM Polska Miedź (w srodku).

eprasa.pl 4859ffd436

kingu Ambasadorów została spółka KGHM Polska Miedź.

– To firma, która w kraju ma charakter bardzo lokalny, ale to też jedna z najbardziej globalnych polskich firm. Jesteśmy ambasadorem polski, ambasadorem polskiego biznesu – powiedział Tomasz Zdzikot, prezes KGHM Polska Miedź.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

Bank Pekao

BIERZ ŻYCIE ZA ROGI

BANK, KTÓRY STAWIA NA INNOWACJE

Zapraszamy do naszych placówek
oraz na pekao.com.pl

eprasa.pl 4859ffd436



PKO BANK POLSKI ŚMIELEJ WKRACZA W METAVERSE

Fot. materiały prasowe

eprasa.pl 4859ffd436

PKO Bank Polski był pierwszym polskim bankiem, który uruchomił swoją wirtualną placówkę na platformie wirtualnej. Teraz, **ABY W PEŁNI ROZWINĄĆ SWÓJ POTENCJAŁ, PRAGNIE NAWIĄZAĆ WSPÓŁPRACĘ Z FIRMAMI, KTÓRE ZECHCĄ SIĘ PODZIELIĆ ZDOBYTYM DOŚWIADCZENIEM TECHNOLOGICZNYM** *i wspólnie działać na rzecz rozwoju w przestrzeniach cyfrowych.*

Tekst: **Konrad Lichoń**

PKO Bank Polski od 2022 roku jest obecny na platformie Decentraland, gdzie jako pierwszy bank w Polsce uruchomił swoją wirtualną placówkę – cyfrową kopię warszawskiej PKO Rotundy. Oddział pełni rolę cyfrowego laboratorium służącego rozwojowi narzędzi dedykowanych obszarowi Metaverse. Bank testuje za jego po-

eprasa.pl 4859ffd436

średnictwem różne formy zaangażowania użytkowników oraz buduje know-how w zakresie obecności w świecie wirtualnym.

– Nasze dotychczasowe doświadczenia związane z obecnością w świecie Metaverse są bardzo pozytywne. Podjęliśmy decyzję o zwiększeniu naszej obecności w Metaverse i przyśpieszeniu procesu budowania know-how. Zdecydowaliśmy się, aby w kolejnym kroku podjąć szerszą współpracę z firmami zewnętrznymi, które będą nas wspierały w pracach projektowych – powiedział Marek Myszka, dyrektor Biura Innowacji w PKO Banku Polskim.

Roblox i Fortnite jako przestrzenie edukacyjne

Bank chce rozwijać się na platformach gamingowych takich jak Fortnite czy Roblox. Chce utworzyć w tych miejscach interaktywne przestrzenie edukacyjno-rozrywkowe dla dzieci i młodzieży. Będą one aktywnie angażować użytkowników do realizacji misji i zadań, a ich częścią będą gry scenariuszowe, uwzględniające ele-

eprasa.pl 4859ffd436

menty takie jak edukacja finansowa i edukacja ekologiczna.

PKO Bank Polski zamierza dalej rozwijać swoją wirtualną PKO Rotundę i zwiększać jej atrakcyjność. Poszukuje w tym celu firm zainteresowanych współpracą, które na co dzień będą wspierały zespół bankowych ekspertów w animowaniu przestrzeni oraz w tworzeniu i wdrażaniu kolejnych narzędzi pozwalających dalej budować zaangażowanie użytkowników. PKO Bank Polski widzi również przestrzeń do współpracy z zewnętrznymi dostawcami np. w zakresie nabycia wirtualnej działki, czy zaprojektowania przestrzeni dostosowanej do specyfiki platformy The Sandbox i wsparcia w jej utrzymaniu.

Wirtualne przestrzenie banku nastawione na współpracę

Bank będzie także w dalszym ciągu budował doświadczenie w zakresie rozszerzonej rzeczywistości (XR) i wirtualnej rzeczywistości (VR). Po stworzeniu w 2022 roku modelu PKO Rotundy w technologii VR dostoso-

eprasa.pl 4859ffd436

wanej do gogli Oculus, Bank szuka firm programistycznych gotowych do zaprojektowania i utrzymania wirtualnej przestrzeni banku na gogle VR/XR z możliwością instalacji na wszystkich najważniejszych środowiskach gogli dostępnych na rynku oraz urządzeniach mobilnych.

Firmy zajmujące się projektowaniem przestrzeni wirtualnych XR/VR, projektowaniem rozgrywek na platformach gamingowych i klasy Metaverse mogą zgłosić swoje zainteresowanie współpracą wysyłając wiadomość na adres **FINTECH@PKOBP.PL.**

Artykuł sponsorowany

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

Ponad



miliardów złotych

przekazanych na polski sport i kulturę

Dofinansowanie sportu

ponad **15,7 miliardów złotych** od 1994 roku

Dofinansowanie kultury

ponad **3,3 miliarda złotych** od 2003 roku

#WygrywamyRazem



Gabriela Topolska
Łyżwiarka szybka, specjalizująca się w short-tracku, Ambasadorka Totalizatora Sportowego

Dawid Tomala
Mistrz olimpijski z Tokio w chodzie na 50 km, Ambasador Totalizatora Sportowego

TOTALIZATOR SPORTOWY

LOTTO

Właściciel marki LOTTO

NAJWIĘKSZY MECENAS SPORTU I KULTURY W POLSCE

eprasa.pl 4859ffd436



TRANSFORMACJA TRWA W NAJLEPSZE

Fot. materiały prasowe

Punkt Totalizatora Sportowego.

eprasa.pl 4859ffd436

Totalizator Sportowy

TOTALIZATOR SPORTOWY Z SUKCESEM ZAINICJOWAŁ I WDRAŻA PROCESY TRANSFORMACJI CYFROWEJ, *prowadzące m.in. do rozwoju wielokanałowego modelu sprzedaży usług. Teraz spółkę czeka dalsze doskonalenie systemów, które pomogły w dynamicznym rozwoju jej technologicznego oblicza.*

Tekst: **Zofia Szkarłat**

Cel, jaki wyznacza sobie Totalizator Sportowy na najbliższe lata, to zbudowanie silnych powiązań między poszczególnymi obszarami, tak aby produkty i usługi wzajemnie się przenikały i dawały odbiorcom jeszcze lepsze doświadczenie gamingowe. Aby to zrealizować, firma dąży do zniwelowania podziału na graczy w sieci naziemnej i klientów internetowych.

eprasa.pl 4859ffd436

Technologiczny filar

Przykładowo, systemy CRM pozwolą na transformację zarządzania relacjami z graczami. Nowe rozwiązania umożliwią przede wszystkim 360-stopniowy widok na każdego klienta Totalizatora Sportowego. Będą pomocne w zbudowaniu spójnego profilu gracza i zapewnienia mu wygodnego korzystania z różnorodnych produktów firmy. Oprócz tego wpłyną na podniesienie poziomu doświadczenia graczy oraz promowanie bezpiecznej i odpowiedzialnej gry.

Ulepszanie oferty Totalizatora Sportowego to nie tylko skutek decyzji biznesowych, lecz przede wszystkim kluczowy element wartości leżących u podstaw firmy. Spółka koncentruje się na rozwijaniu produktów, ponieważ jest to jeden z najskuteczniejszych sposobów na wspieranie walki z szarą strefą hazardową.

Nielegalni operatorzy nie wdrażają mechanizmów odpowiedzialnej gry i nie dbają o bezpieczeństwo graczy, a mimo tego wciąż trafiają do części klientów – nierzadko osób, które mogą być wręcz nieświadome nie-

eprasa.pl 4859ffd436

legalności procederu, w którym uczestniczą. Poprzez oferowanie atrakcyjnych rozwiązań, Totalizator Sportowy przyciąga graczy, którzy korzystając z jego produktów, mogą cieszyć się rozrywką w bezpiecznym i legalnym środowisku. Technologie, które na to pozwalają, są zatem ogromnym sprzymierzeńcem legalnego podmiotu.

Mecenat kultury, sportu...

Odzwierciedleniem dobrych wyników działalności biznesowej Totalizatora Sportowego są korzyści dla społeczeństwa. Z każdej złotówki wydanej na gry liczbowe LOTTO 19 groszy trafia na wsparcie sportu i kultury, dzięki czemu z roku na rok firma jest w stanie przekazywać coraz większe kwoty na te cele.

Środki w formie dopłat trafiają m.in. na dwa fundusze celowe: Fundusz Rozwoju Kultury Fizycznej oraz Fundusz Promocji Kultury. Na pierwszy z nich od 1994 roku wpłynęło ponad 15,7 mld zł (w samym 2022 r. było to ponad 1,013 mld); drugi od 2003 roku został zasilony kwotą 3,3 mld zł, z czego w 2022 r. – ponad 270 mln.

eprasa.pl 4859ffd436

Łącznie w tych latach Totalizator Sportowy przekazał na polski sport i kulturę ponad 19 miliardów złotych. To realne wsparcie, które pomaga w m.in. finansowaniu budowy i remontów obiektów sportowych, działalności związków sportowych, organizacji zajęć i wypoczynku dla dzieci i młodzieży, rozwoju turystyki społecznej sprzyjającej aktywności fizycznej, a w przypadku drugiego funduszu wspiera ochronę dziedzictwa narodowego, promowanie przedsięwzięć artystycznych, a także pomoc samym artystom i twórcom.

...i technologii

Uruchomiony w 2020 roku fundusz ffVC Tech & Gaming powered by Totalizator Sportowy to dowód na to, że firma swoim mecenatem objęła również obszar nowych technologii. Fundusz wspiera młode firmy rozwijające technologie z takich branż, jak m.in. AI, gaming, fintech, robotyka, proptech, machine learning czy computer vision. Wszystkie te obszary są zbieżne z profilem działalności Totalizatora Sportowego – firmy, która czuje się pewnie w świecie nowych technologii

eprasa.pl 4859ffd436

Totalizator Sportowy



Fot. materiały prasowe

Część dochodów z gier liczbowych Totalizator Sportowy przeznacza na wsparcie kultury i sportu.

eprasa.pl 4859ffd436

i chce wdrażać oraz tworzyć cyfrowe rozwiązania na miarę naszych czasów.

Spośród startupów wspieranych przez ffVC Tech & Gaming spektakularne sukcesy odnosi m.in. ReSpo.Vision. To spółka portfelowa funduszu, która specjalizuje się w predykcji sportowej i analityce danych 3D, a z jej usług korzystają giganci światowego sportu: FC Liverpool czy Paris Saint-Germain. Dzięki współpracy ze startupami o tak dużym potencjale i znaczących osiągnięciach na międzynarodowych rynkach, Totalizator Sportowy może być postrzegany nie tylko jako największy mecenas sportu i kultury, lecz także promotor innowacji i nowych technologii, wspierający młode przedsiębiorstwa z polskim pierwiastkiem.

Sukcesy stosunkowo młodego funduszu sprawiły, że Totalizator Sportowy w dalszym ciągu zamierza go wspierać. Planowane są też pierwsze wdrożenia rozwiązań oferowanych przez spółki portfelowe funduszu, a to przekłada się nie tylko na rozwój ich działalności, lecz także otwiera im drzwi do kolejnych wdrożeń na polskim i międzynarodowym rynku.

eprasa.pl 4859ffd436

Zwrot z inwestycji w innowacje

Nakłady na innowacje umożliwiły Totalizatorowi połączenie tradycji loteryjnych z wyzwaniami współczesnej branży gamingowej. Dzięki omnikanałowemu modelowi sprzedaży firma rozszerzyła dotychczasową działalność, udostępniając produkty marki LOTTO w kanale internetowym. Stał się też operatorem jedynego legalnego kasyna internetowego w Polsce oraz zaczął prowadzić sieć salonów gier na automatach poza kasynami gry.

67 lat nieprzerwanej działalności to doskonały fundament do budowania nowoczesnego przedsiębiorstwa, choć u podstaw funkcjonowania Totalizatora Sportowego niezmiennie znajduje się pełna pozytywnych emocji, bezpieczna rozrywka, która od lat pozwala Polakom spełniać marzenia.

Artykuł sponsorowany

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

wprost

Innowatory®

WPROST 2023

XIII EDYCJA

0011011
1010010

ORLEN

PARTNER
STRATEGICZNY

eprasa.pl 4859ffd436

Orły „Wprost”



Laureaci nagrody Orły „Wprost" w Mazowieckiem.

Fot. Piotr Woźniakiewicz

„WPROST” WYRÓŻNIŁO LIDERÓW MAZOWSZA

PARTNER INSTYTUCJONALNY GALI

Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi

PARTNERZY GŁÓWNI

POLREGIO

PGE Polska Grupa Energetyczna

PARTNER

GPW

eprasa.pl 4859ffd436

Podczas Gali Polskiego Biznesu 2023 „Wprost” na Giełdzie Papierów Wartościowych w Warszawie rozdaliśmy nie tylko wyróżnienia dla zwycięzców rankingów Polskiej Dwusetki, Gepardów i Ambasadorów. **WYDARZENIE TO BYŁO TAKŻE OKAZJĄ DO PRZYZNANIA NAGRÓD ORŁY „WPROST” DLA REPREZENTANTÓW WOJEWÓDZTWA MAZOWIECKIEGO.**

Tekst: **Konrad Lichoń**

Galę Orłów rozpoczęło wręczenie nagrody specjalnej w kategorii Ambasador Polskiego Biznesu. Otrzymał ją prezes KGHM Polska Miedź Tomasz Zdzikot. Podczas pracy w Ministerstwie Spraw Wewnętrznych i Administracji, Ministerstwie Obrony Narodowej oraz Poczcie Polskiej dał się poznać jako ekspert w zakresie cyberbezpieczeństwa. Dziś swoje doświadczenie i wiedzę wdraża w jednej z największych przemysłowych firm w Polsce. – Wie-

eprasa.pl 4859ffd436



Fot. Piotr Woźniakiewicz

Tomasz Zdzikot, prezes KGHM Polska Miedź (nagrodę wręczyła Marzena Zielińska, prezes Capital Point, przewodnicząca kapituły nagrody).

eprasa.pl 4859ffd436

rzę w to, że to wyróżnienie ma charakter zespołowy. To nagroda dla wszystkich górników, hutników i pracowników zakładów wzbogacania rudy. To praca trudna, wymagająca siły fizycznej i siły charakteru – powiedział Tomasz Zdzikot.

Pozostałe nagrody specjalne

Druga nagroda specjalna – w kategorii Mecenas Inwestycji i Rozwoju Polskiej Gospodarki – trafiła do ministra funduszy i polityki regionalnej, Grzegorza Pudy. Minister poprzez agencje rządowe nadzoruje wsparcie nad projektami badawczo-rozwojowymi kierowanymi do małych i średnich przedsiębiorstw. – To docenienie tego, co robimy na co dzień, odbieram tę nagrodę w imieniu wszystkich moich pracowników. Nasze działania są widoczne wśród przedsiębiorców i samorządowców. Prowadzimy politykę wspierania wszystkich, niezależnie skąd są i jakie mają poglądy – powiedział minister Grzegorz Puda.

Kolejna nagroda specjalna została przyznana dla osoby, która osobiście wzięła na siebie odpowiedzial-

eprasa.pl 4859ffd436



Fot. Piotr Woźniakiewicz

Grzegorz Puda, minister funduszy i polityki regionalnej.

eprasa.pl 4859ffd436

ność za rozwój jednego z najambitniejszych projektów infrastrukturalnych w historii Polski. Nagrodę w kategorii Perspektywa Gospodarcza otrzymał pełnomocnik rządu ds. budowy Centralnego Portu Komunikacyjnego, wiceminister funduszy i polityki regionalnej Marcin Horała. – Bardzo dziękuję za dostrzeżenie projektu, którym jest CPK. Dziś cykl newsowy liczony jest w minutach, a w takich warunkach projekty, które należy liczyć w latach, a nawet pokoleniach, mogą unikać. Takim projektem jest CPK, który odpowiada na podstawowe potrzeby Polski – powiedział laureat.

Ostatnia nagroda specjalna na tegorocznej gali została wręczona w kategorii Lider Polskiego Offshore. Statuetkę w kategorii Lider Polskiego Offshore odebrał Wojciech Dąbrowski, prezes Polskiej Grupy Energetycznej. – Jesteśmy największym inwestorem na Morzu Bałtyckim. Idea, która przyświeca tej nagrodzie, czyli patriotyzm gospodarczy, jest dla nas bardzo ważna. Dziś jesteśmy w procesie bardzo głębokiej transformacji energetycznej, której przewodzimy – powiedział.

eprasa.pl 4859ffd436



Fot. Piotr Woźniakiewicz

Marcin Horała, wiceminister funduszy i polityki regionalnej, pełnomocnik rządu ds. budowy CPK.

eprasa.pl 4859ffd436



Fot. Piotr Woźniakiewicz

Wojciech Dąbrowski, prezes zarządu PGE Polskiej Grupy Energetycznej.

eprasa.pl 4859ffd436

PGE jest liderem rozwoju polskiej energetyki wiatrowej. Do 2030 roku planuje wybudować morskie farmy wiatrowe o łącznej mocy 2,5 GW, a po 2030 r. kolejne 0,9 GW. Dodatkowo firma otrzymała zgody na inwestycje w pięciu kolejnych obszarach, gdzie możliwe będzie wybudowanie kolejnych 3,9 GW.

Najlepszy pracodawca w Polsce

Podczas gali Orłów „Wprost" nagrodziliśmy także firmy, które są najlepszym pracodawcami w Polsce (po raz pierwszy ranking pięćdziesięciu takich firm przedstawiliśmy trzy lata temu). W tegorocznej edycji zwyciężyła jedna z nielicznych firm, która wszystkich swoich pracowników zatrudnia na podstawie umowy o pracę. W zeszłym roku zatrudniła ponad 4,5 tys. nowych pracowników. Statuetkę w kategorii Najlepszy Polski Pracodawca otrzymała spółka Kaufland Polska.

– Szczególne podziękowania należą się naszym pracownikom. W tej chwili zatrudniamy ponad 15 tys. osób, a rozwój naszych pracowników, stabilizacja oferty, której do nich kierujemy są fundamentem naszego funk-

eprasa.pl 4859ffd436



Fot. Piotr Woźniakiewicz

Szymon Krawiec, „Wprost” i Michał Brończyk, dyrektor regionu sprzedaży Kaufland Polska.

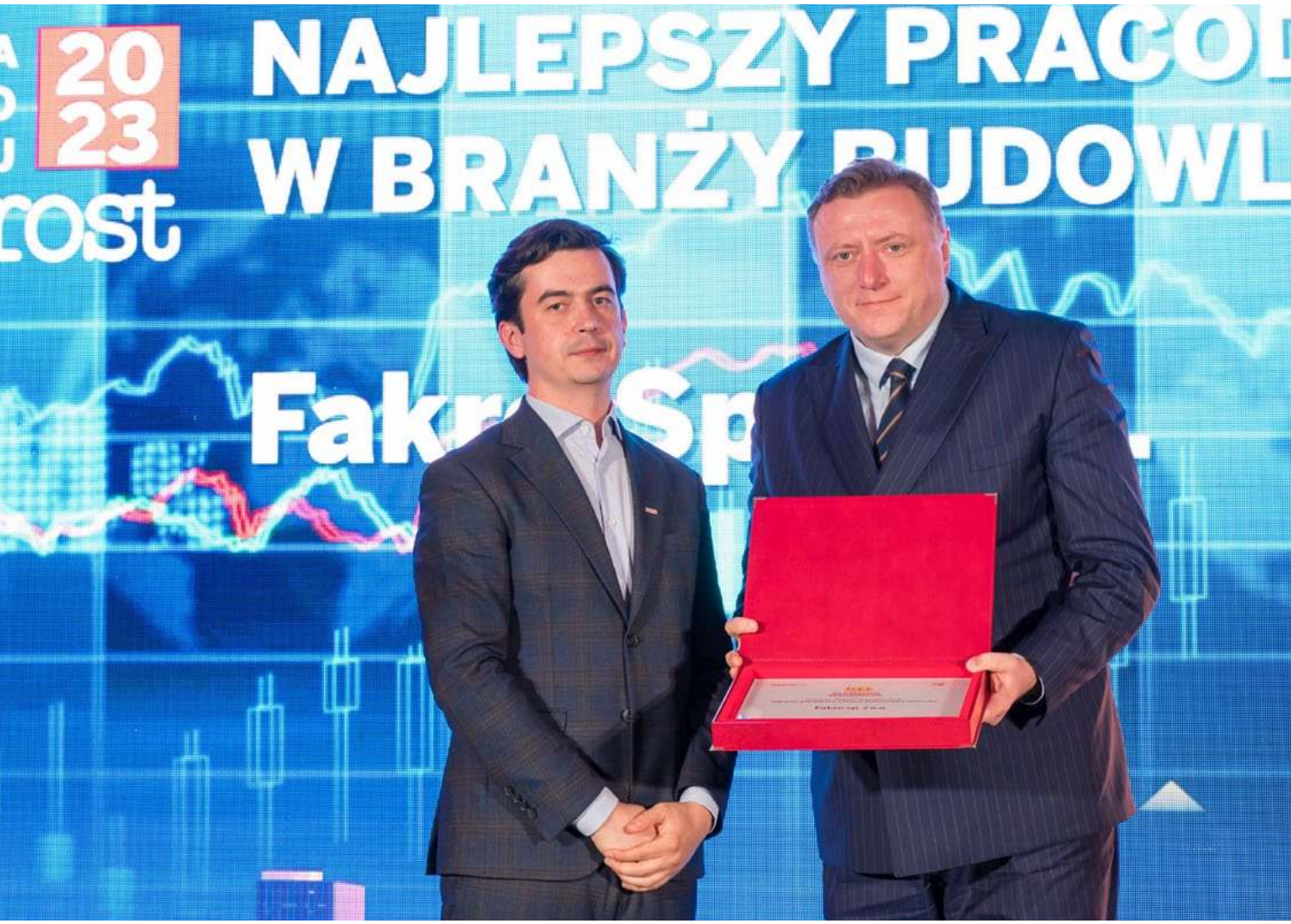
eprasa.pl 4859ffd436

cjonowania – powiedział Michał Brończyk, dyrektor regionu sprzedaży Kaufland Polska.

W tegorocznym ranking „Wprost” postanowił nagrodzić pracodawców z różnych branż. Dlatego drugą nagrodę wręczono w kategorii Branża budowlana – a otrzymała ją firma Fakro. To wiceliderem na globalnym rynku okien dachowych. Kładzie duży nacisk na zrównoważony rozwój, dobór ekologicznych materiałów i inwestycje w technologie przyjazne środowisku. Nie przeprowadzał zwolnień grupowych, nie obcinał nikomu pensji, więcej ludzi zatrudnił niż zwolnił, wydał kilka milionów złotych na wsparcie dla Ukrainy, zamieniając przecież jeden ze swoich ukraińskich magazynów na centrum pomocy dla mieszkańców kraju ogarniętego wojną.

– Poza tym, że jesteśmy firmą globalną, to jesteśmy też firmą rodzinną. Odpowiedzialność za to, żeby ludzie mieli pracę i mogli się rozwijać, jest dla nas podstawą. Dostarczając materiały budowlane, dajemy też Polakom możliwość tworzenia swojej przyszłości – powiedział Paweł Dziekoński, wiceprezes Grupy Fakro.

eprasa.pl 4859ffd436



Fot. Piotr Woźniakiewicz

Paweł Dziekoński, wiceprezes Grupy Fakro (po prawej).

eprasa.pl 4859ffd436

Osobna nagroda została przyznana także w szeroko rozumianej branży motoryzacyjnej. Są w tym sektorze firmy, które zasługują na szczególną uwagę także pod kątem warunków pracy – należy do nich Inter Cars. Laureat nie dość, że zatrudnił w zeszłym roku trzykrotnie więcej pracowników, niż zwolnił, to wszyscy zatrudnieni mogli liczyć na podwyżkę. – Dziękuję pracownikom za ogromne zaangażowanie i wkład w rozwój naszej firmy. Nagroda upewnia nas w przekonaniu, że idziemy w dobrym kierunku – powiedział Krzysztof Zawistowski, dyrektor ds. kapitału ludzkiego w Inter Cars,

Ostatnią z wyróżnionych kategorii była branża spożywcza, czyli rozwijający się, ale bardzo wymagający sektor gospodarki. Tytuł najlepszego pracodawcy w tym sektorze otrzymała spółka Smithfield Polska. Firma szczyci się tym, że płace rosły w firmie szybciej, niż inflacja. Podwyżki otrzymało w zeszłym roku ponad 90 proc. pracowników. – Otrzymujemy to wyróżnienie trzeci raz z rzędu. Udaje nam się to, bo kwestie naszych pracowników to jeden z głównych filarów rozwoju naszej firmy. Dziękuję pracownikom, ale także polskim

eprasa.pl 4859ffd436



Fot. Piotr Woźniakiewicz

Krzysztof Zawistowski, dyrektor ds. kapitału ludzkiego (po prawej).

eprasa.pl 4859ffd436

Orły „Wprost”



Fot. Piotr Woźniakiewicz

Łukasz Dominiak, Smithfield Polska (po prawej)

eprasa.pl 4859ffd436

rolnikom, z którymi na co dzień współpracujemy – powiedział Łukasz Dominiak, dyrektor ds. Public i Government Relations firmy.

Orły „Wprost" dla przedstawicieli Mazowsza

Po ogłoszeniu wyników poszczególnych rankingów, przyszła pora na rozdanie statuetek Orłów „Wprost", czyli nagrodzenie firm, które wyróżniły się w minionym roku w województwie mazowieckim.

Lider biznesu

W tej kategorii kapituła nagrodziła firmę, która na polskim rynku działa już od ponad 200 lat - Grupę PZU SA. Laureat został doceniony za stały, stabilny rozwój biznesu, za ochronę tego, co najważniejsze w życiu Polaków – rodzin, zdrowia, majątków, przedsiębiorstw, za odpowiedzialną obecność w polskim krajobrazie gospodarczym i społecznym. – Z dumą czerpiemy z naszych bogatych doświadczeń i zaufania, którym obdarzyły nas miliony Polaków. Aktywnie reagujemy także na zmieniające się potrzeby. Robimy to z korzyścią nie

eprasa.pl 4859ffd436



Fot. Piotr Woźniakiewicz

Sylwia Matusiak, członkini zarządu PZU.

eprasa.pl 4859ffd436

tylko dla klientów, ale także akcjonariuszy, co widać w wypłacanej dywidendzie – powiedziała Sylwia Matusiak, członkini zarządu PZU.

Innowacje

Kolejna statuetka Orła „Wprost” została przyznana w kategorii Innowacje i trafiła do spółki Polregio. Dostępność różnych kanałów sprzedaży biletów, podążanie za oczekiwaniami pasażerów to obecnie jedno z większych wyzwań transportu zbiorowego. Automatyzacja procesu sprzedaży ma wielu zwolenników i bez wątpienia jest trendem na skalę światową, ale równie ważne są potrzeby pasażerów, którzy w trakcie zakupów oczekują kontaktu z drugim człowiekiem.

– Kolej przeżywa swój ogromny renesans. Beneficjentem tego jest również Polregio, o czym świadczą nasze wyniki. Aby wyjść naprzeciw oczekiwaniom naszych pasażerów, uznaliśmy, że potrzebujemy stworzyć zupełnie nowe narzędzie sprzedażowe, którym jest videomat, czyli biletomat z funkcją e-kasjera – powiedział prezes zarządu Polregio Adam Pawlik.

eprasa.pl 4859ffd436



Fot. Piotr Woźniakiewicz

Adam Pawlik, prezes zarządu Polregio.

eprasa.pl 4859ffd436

Orzeł za strategię

Kolejny laureat zasłużył na wyróżnienie elastycznością i dostosowywaniem się do potrzeb rynku. Miesiąc temu firma ogłosiła nową strategię biznesową, która reagowała na wyzwania klimatyczne i społeczne, związane z zieloną transformacją. Mowa o spółce Lubelski Węgiel „Bogdanka” SA. – Nagrodę dedykuję wielotysięcznej załodze, która codziennie w pocie czoła pracuje, aby zapewnić bezpieczeństwo energetyczne w Polsce. Naszym głównym zadaniem było odpowiedzenie sobie na pytanie, co będzie w Polsce po 2049 roku, czyli po wprowadzeniu zakazu wydobycia węgla. Nasza nowa strategia powoduje, że dzięki dywersyfikacji przychodów chcemy utrzymać miejsca pracy – powiedział prezes firmy, Kasjan Wyligała.

Zrównoważony rozwój

Wyzwania związane ze zrównoważonym rozwojem i koniecznością dbania o środowisko rozumie kolejny laureat Orłów „Wprost”, DS Smith. Firma dostarcza

eprasa.pl 4859ffd436

Orły „Wprost”



Fot. Piotr Woźniakiewicz

Agnieszka Jabłońska, wiceprezes zarzadu PMPG Polskie Media i Kasjan Wyligała, prezes zarządu Lubelski Węgiel „Bogdanka” S.A.

eprasa.pl 4859ffd436

ekologiczne rozwiązania – zastępuje tworzywa sztuczne, redukuje ślad węglowy z łańcuchów dostaw swoich klientów i zapewnia nowatorskie rozwiązania w zakresie recyklingu. Do 2025 roku DS. Smith zamierza wyeliminować z półek sklepowych 1 miliard problematycznych opakowań z tworzyw sztucznych.

– Jestem zaszczycony. Cieszę się, że nasza pasja, czyli ograniczanie plastiku w gospodarce, została zauważona – powiedział Reinier Schlatmann, Prezes DS Smith w regionie Europy Środkowo-Wschodniej.

Biznes globalny

W tej kategorii kapituła nagrodziła firmę Imperial Brand Group. Laureat to jeden z czterech największych graczy w branży tytoniowej w Polsce i na świecie – od wielu lat konsekwentnie inwestuje w Polsce udowadniając jak ważnym i strategicznym rynkiem dla całej grupy jest dla nasz kraj. Projekty inwestycyjne obejmują m.in. najnowocześniejszą fabrykę koncernu w Tarnowie Podgórnym koło Poznania, rozbudowę fabryki w Radomiu oraz otwarcie nowocze-

eprasa.pl 4859ffd436



Fot. Piotr Woźniakiewicz

Reinier Schlatmann, Prezes DS Smith w regionie Europy Środkowo-Wschodniej.

eprasa.pl 4859ffd436

snych centrów usług – łańcucha dostaw i biznesowego – w Warszawie i w Krakowie. Firma zatrudnia w Polsce łącznie ponad 2500 osób.

– To zaszczyt dla nas i naszych pracowników. Inwestujemy w Polsce i zawsze patrzyliśmy na nią jako na bardzo ważny rynek. Znajduje się ona bardzo wysoko w naszej globalnej strategii. Rozwój jest możliwy także dzięki wspaniałym talentom – dyrektor generalny Bojan Stoevski.

Usługi dla biznesu

W kategorii „Usługi dla biznesu” Orła „Wprost” otrzymała firma Orion Media Group. Z małej firmy liczącej kilka osób laureat kolejnej statuetkę w kilka lat rozrósł się do przedsiębiorstwa z ponad 40 pracownikami, a jego przychody przekroczyły 10 milionów złotych rocznie.

– To była dla nas długa droga. Cztery lata temu była nas trójka, teraz jest nas ponad 40. Przez te lata przyświecał nam cel, aby dostarczać klientom usługę w wersji premium. Nie utraciliśmy tego, bo jest to w naszym

eprasa.pl 4859ffd436



Fot. Piotr Woźniakiewicz

Bojan Stoevski, dyrektor generalny Imperial Brand Group i Małgorzata Golińska, dyrektor ds. rozwoju cyfrowego PMPG Polskie Media.

eprasa.pl 4859ffd436

DNA – powiedział Marcin Gać, założyciel i dyrektor zarządzający.

Drugą statuetkę w tej kategorii otrzymała firma, z której aplikacji korzysta już 100 tys. pracowników firm z całej Polski. Ich rozwiązanie pozwala pracownikom na benefity w postaci posiłków w pracy. Mowa o SmartLunch Sp. z o. o.

– Zakładając firmę, postawiłem sobie cel, aby poprawić menu posiłków w firmach. Myślę, że to, że niedawno osiągnęliśmy liczbę 100 tys. użytkowników i sprzedaliśmy 22 miliony posiłków, pokazuje, że się to udało – powiedział założyciel Mateusz Tałpasz.

Regionalny Lider

Kolejną statuetkę kapituła przyznała nie firmie, a osobie. Doceniono bowiem lidera, czyli postać, która ma ogromny wpływ. Laureatka na co dzień walczy o sprawiedliwość m.in. w sprawie umów kredytowych z bankami. Jej kancelaria reprezentuje także tak zwanych frankowiczów.

eprasa.pl 4859ffd436



Fot. Piotr Woźniakiewicz

Marcin Gać, założyciel i dyrektor zarządzający Orion Media Group.

eprasa.pl 4859ffd436



Fot. Piotr Woźniakiewicz

Mateusz Tałpasz, założyciel SmartLunch.

eprasa.pl 4859ffd436

Laureatką nagrody Orła „Wprost” w kategorii Regionalny Lider została Iwona Rzucidło. – Dziękuję zespołowi i naszym klientom. Zaufali, że to my jesteśmy najlepszym partnerem do tego, aby walczyć o to, co im się słusznie należy. Zajmujemy się głównie kredytami frankowymi i nieautoryzowanym transakcjami finansowymi, czyli przypadkami, gdy niespodziewanie komuś giną pieniądze z konta – powiedziała laureatka.

Innowacje w e-commerce

Rosnące znaczenie handlu w internecie powoduje także duży rozwój rynku i powstawania nie tylko nowych firm, ale także innowacyjnych rozwiązań. W kategorii Innowacje w e-commerce kapituła nagrody wyróżniła firmę inbook.pl.

– Jesteśmy jedną z najstarszych księgarni internetowych w Polsce. Jesteśmy jej właścicielem od roku i udało nam się ją utrzymać. To bardzo trudny i konkurencyjny rynek, ale już w pierwszym roku udało nam się potroić zyski – powiedział Rafał Bielski, prezes inbook.pl.

eprasa.pl 4859ffd436



Fot. Piotr Woźniakiewicz

Mecenas Iwona Rzucidło ze statuetką Orła „Wprost”.

eprasa.pl 4859ffd436



Fot. Piotr Woźniakiewicz

Rafał Bielski, prezes inbook.pl.

eprasa.pl 4859ffd436



Fot. Piotr Woźniakiewicz

Piotr Ostaszewski, prezes Ekovoltis.

eprasa.pl 4859ffd436

Start-up roku

W obecnych czasach nie sposób nagrodzić firmy, a nie zwrócić uwagi na start-upy, czyli przedsiębiorstwa, które na rynku stawiają dopiero pierwsze kroki, ale robią to często z dużymi sukcesami. W kategorii „Start-up” za zasługi w propagowaniu zielonej energii i zaangażowanie w zapewnienie bezpiecznej przyszłości kolejnym pokoleniom kapituła przyznała nagrodę firmie Ekovoltis, właścicielowi marki e2V.

– Dziękujemy za dostrzeżenie naszej misji dostarczenia zielonej energii do każdego, kto jej potrzebuje. Było to bardzo ważne szczególnie w poprzednim, trudnym roku. Staliśmy się dla naszych klientów w tych czasach bezpieczną przystanią – powiedział Piotr Ostaszewski, prezes Ekovoltis. – powiedział Piotr Ostaszewski, prezes firmy.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

2:0 DLA FRANKOWICZÓW!



Fot. Shutterstock

W czwartek Trybunał Sprawiedliwości Unii Europejskiej wydał **JEDEN Z ISTOTNIEJSZYCH WYROKÓW W SPRAWACH FRANKOWYCH** *(sprawa C-520/21). Mowa o wynagrodzeniu za korzystanie z kapitału po unieważnieniu umowy kredytu.*



Tekst: **Magdalena Pledziewicz**

W odpowiedzi na zapytanie warszawskiego sądu rejonowego TSUE wskazało, że bankom nie przysługują żadne dodatkowe środki ponad zwrot wypłaconego kapitału oraz odsetek za opóźnienie, liczonych od dnia wezwania klienta do dokonania tego zwrotu. Jednocześnie, zgodnie z wcześniejszą opinią Rzecznika Generalnego, TSUE przyznał takie prawo konsumentom w stosunku do banku.

eprasa.pl 4859ffd436

Wynik tego starcia to zdecydowanie 2:0 dla frankowiczów.

Trybunał pozostał nieczuły na sześć głównych argumentów, którymi banki uzasadniają w swoich pozwach przysługiwanie im dodatkowego wynagrodzenia. Polski sąd wymienił je w zapytaniu następująco:

1. Spełniający świadczenie pieniężne został czasowo pozbawiony możliwości korzystania ze swoich pieniędzy, przez co utracił możliwość zainwestowania ich i osiągnięcia dzięki temu korzyści.
2. Spełniający świadczenie pieniężne poniósł koszty obsługi umowy kredytu i przekazania pieniędzy drugiej stronie.
3. Otrzymujący świadczenie pieniężne odniósł korzyść polegającą na tym, że mógł czasowo korzystać z cudzych pieniędzy, w tym mógł je zainwestować i dzięki temu uzyskać korzyści.
4. Otrzymujący świadczenie pieniężne czasowo miał możliwość korzystania z cudzych pieniędzy nieodpłatnie, co byłoby niemożliwe w warunkach rynkowych,

eprasa.pl 4859ffd436

5. Wartość nabywcza pieniędzy spadła na skutek upływu czasu, co oznacza realną stratę dla spełniającego świadczenie pieniężne.
6. Czasowe udostępnienie pieniędzy do korzystania może zostać potraktowane jako spełnienie usługi, za którą spełniający świadczenie pieniężne nie otrzymał wynagrodzenia.



Magdalena Pledziewicz

– radca prawny. Wspólniczka w Pledziewicz Kancelaria sp. k. w Toruniu. Zajmuje się sprawami związanymi z rynkiem finansowym ze szczególnym uwzględnieniem ochrony praw konsumenta w sporach z instytucjami finansowymi, w tym sprawami kredytobiorców frankowych. W latach 2019-2020 ekspert zewnętrzny w biurze Rzecznika Finansowego.

eprasa.pl 4859ffd436

Zasada skuteczności

Wszystkie powyższe kwestie nie wytrzymały starcia z główną zasadą dyrektywy 93/13 – zasadą skuteczności. TSUE swoim wyrokiem podkreślił, że

> *uwzględnienie któregoś z powyższych argumentów de facto* **SKUTKOWAŁOBY OBEJŚCIEM KONSEKWENCJI** *unieważnienia umowy kredytu.*

Umożliwienie bankom dochodzenia dodatkowego wynagrodzenia za korzystanie z kapitału kredytu po tym, jak sąd unieważnił umowę zawierającą niedozwolone postanowienia, wyłączałoby skuteczność dyrektywy. Przedsiębiorca otrzymałby przecież swoje wynagrodzenie, mimo skonstruowania nieuczciwej umowy. Pozostałby tym samym bezkarny i – co najważniejsze – nie miałby żadnej motywacji, aby w przyszłości tworzyć zgodne z prawem umowy.

Sąd, pytający na tle tej konkretnej sprawy, ukazał, jakiego rzędu wynagrodzeń domagaj się banki od swo-

eprasa.pl 4859ffd436

ich klientów po tym, jak ich umowę sąd uzna za nieważną z winy banku. Bank bowiem pozwał swojego klienta o zapłatę dodatkowego wynagrodzenia za korzystanie z kapitału w wysokości 192 812,51 zł, co stanowi około 2/3 kwoty wypłaconej pierwotnie kwoty kredytu.

Roszczenia te zatem zdecydowanie miały wynagrodzić bankom utratę zysku z nieważnych umów frankowych.

Pozew klienta

Orzeczenie TSUE jest jednak skutkiem pozwu o wynagrodzenie za korzystanie z kapitału złożonego nie przez bank, a przez jego klienta. Chodziło o dodatkowe wynagrodzenie za korzystanie ze środków wpłaconych do banku tytułem rat kapitałowo – odsetkowych nieważnej, jak się później okazało, umowy kredytu.

Tym samym bank został zmuszony do obrony przed argumentami, które sam wysunął wobec swojego klienta w pozwie o zapłatę przez niego wynagrodzenia za korzystanie z kapitału. W odpowiedzi bank wskazał, że

eprasa.pl 4859ffd436

po unieważnieniu umowy kredytu wynagrodzenie za korzystanie z kapitału należy się jedynie bankowi – konsumentowi już nie.

Dziś TSUE orzekł dokładnie odwrotnie.

Zaskakujący obrót spraw

Takiego obrotu sprawy nie spodziewał się nawet sąd zadający pytanie. W uzasadnieniu postanowienia w niniejszej sprawie czytamy, że zdaniem sądu odsyłającego, po unieważnieniu umowy kredytu frankowego żadnej ze stron nie należą się wynagrodzenia ponad zwrot świadczeń uiszczonych nominalnie i odsetek za opóźnienie w zwrocie tych świadczeń, należnych od wezwania do ich zwrotu.

Polski sąd wyjaśnił, że banki wykorzystują w przekazie medialnym kwestię wynagrodzeń za korzystanie z kapitału do odstraszenia konsumentów od badania ważności zapisów umownych. Chociażby z tego powodu niezgodne z celem dyrektywy byłoby więc przyznanie bankom takiego prawa. Jednak z drugiej strony, w opinii pytającego sądu, przyznanie konsumentom

eprasa.pl 4859ffd436

dodatkowych świadczeń byłoby nieproporcjonalną karą dla sektora bankowego.

TSUE tymczasem podzielił opinię Rzecznika Generalnego, którą poznaliśmy 16 lutego br. i

> *uznał, że prawo unijne nie stoi na przeszkodzie przyznaniu* **DODATKOWYCH ŚWIADCZEŃ NA RZECZ KONSUMENTA** *od przedsiębiorcy,*

jeśli w polskim prawie znajdzie się podstawa prawna pozwalająca takie świadczenie zasądzić.

Ciekawe jest, że do tej pory w podobnych sprawach TSUE wypowiadał się negatywnie. 4 czerwca 2020 r. w sprawie c-301/18 Trybunał odmówił konsumentowi dodatkowego wynagrodzenia od banku za korzystanie ze środków wpłaconych tytułem rat kredytu, od którego klient odstąpił.

Tu, zgodnie z wyrokiem, klientowi należał się jedynie zwrot nominalnie wpłaconych kwot z odsetkami za opóźnienie. Jednak orzeczenie to wydane było

eprasa.pl 4859ffd436

w związku z interpretacją innej dyrektywy, niż w sprawie c-520/21.

Koniec jednej dyskusji, początek kolejnej

Dzisiejsze orzeczenie zamyka pewną dyskusję jednocześnie otwierając kolejną. Odchodzi koncepcja sektora bankowego o należnych mu dodatkowych wynagrodzeniach po unieważnieniu umowy kredytu – czy to z tytułu waloryzacji, wynagrodzenia, odszkodowania, czy też zwrotu kosztów (wszystkie te podstawy zostały skrzętnie umieszczone przez sąd odsyłający w zapytaniu do Trybunału).

Otwiera się natomiast dyskusja na temat tego, czy w prawie polskim znajduje się podstawa dla żądania od banku przez klienta dodatkowych środków po unieważnieniu umowy – czy to z tytułu waloryzacji, wynagrodzenia, odszkodowania, czy też zwrotu kosztów.

Spór ten zdominuje polskie sądownictwo w nadchodzących latach.

Po czwartkowym wyroku TSUE możemy bez wahania nazwać koncepcję wynagrodzenia za korzystanie

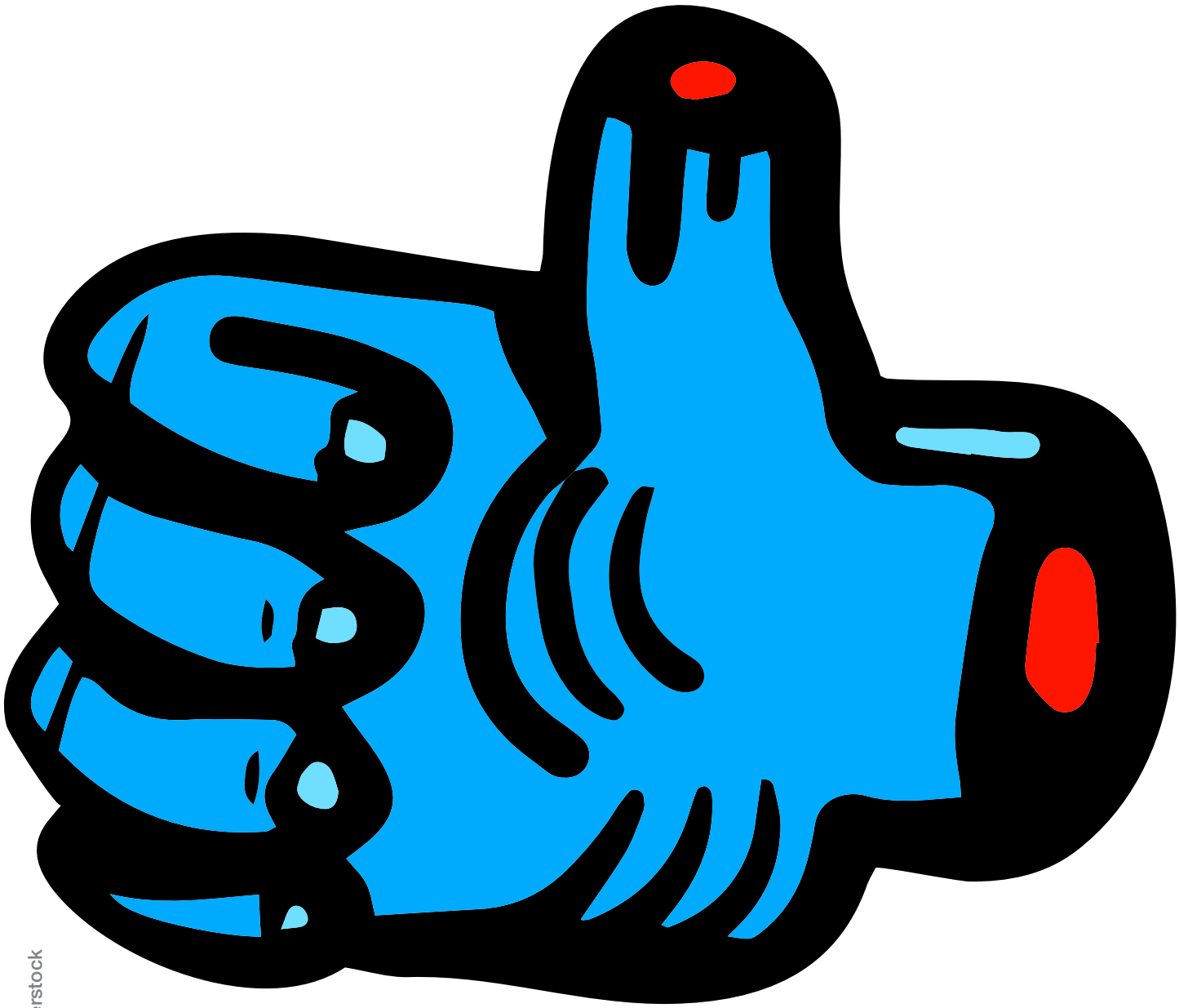
eprasa.pl 4859ffd436

z kapitału bankowym mieczem obosiecznym. Z jednej strony kampania medialna lansująca możliwość zapłaty przez klientów banków dodatkowego wysokiego wynagrodzenia powstrzymała wiele osób od pozwania banku, ostatecznie jednak otworzyła drogę do żądania dodatkowych wynagrodzeń od banków na rzecz konsumentów.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

SKUTKI WYROKU TSUE



Fot. Shutterstock

eprasa.pl 4859ffd436

Sektor bankowy, KNF, sądy, rząd i wszystkie podległe temuż instytucje to naczynia połączone, a cały ten „system” finansowany jest przez banki. **SYSTEM, KTÓRY DOSKONALE UMIE BRONIĆ SWOICH INTERESÓW.**



Tekst: **Krzysztof Oppenheim**

Frankowa „mydlana opera” ciągnie się już 8 i pół roku. Dokładnie w dniu 15 stycznia 2015 roku „frank szwajcarski w ciągu kilku minut umocnił się wobec złotego o 50 proc. Ludzie potracili miliony dolarów, a dzień, w którym się to wydarzyło, nazwano później „czarnym czwartkiem” – podaję za businessinsider.pl.

Wydarzenie to, a raczej to, co się wydarzyło potem, uznaję jako kluczowe do zrozumienia otaczającej nas rzeczywistości. Przez opisany, tak nagły skok kursu

eprasa.pl 4859ffd436

franka, w tragicznej sytuacji znalazło się bardzo wielu Polaków – frankowiczów, którzy dali się uwieść „doradcom” bankowym, że biorą kredyt w „najbezpieczniejszej walucie świata”. Przypomnę, że takich kredytów udzielono ok. 700 tys., więc ofiar „czarnego czwartku” było z pewnością więcej niż 1,5 mln, mowa w tym miejscu o Polsce.



Krzysztof Oppenheim

– ekspert finansowy, związany z bankowością od 1993 r. Specjalizuje się m.in. w antywindykacji, pomocy frankowiczom oraz zadłużonym przedsiębiorcom, a także w upadłości konsumenckiej. Prowadzi kancelarię antywindykacyjną www.krzysztofoppenheim.pl, oraz usługi w zakresie pośrednictwa i doradztwa finansowego www.oppen-kredyt.pl.

eprasa.pl 4859ffd436

Widziały gały co brały?

Pierwsze komunikaty „władz” (wówczas rządy sprawowała PO), jak i głosy opozycji, a także Komisji Nadzoru Finansowego, były jednoznaczne: ten problem musi zostać rozwiązany, nie zostawimy poszkodowanych bez pomocy. Ale ledwie minęło kilka miesięcy i ton wypowiedzi uległ radykalnej zmianie. Zaczęła obowiązywać zupełnie inna narracja: frankowicze są sami sobie winni, przecież nikt ich nie zmuszał do brania kredytu w szwajcarskiej walucie.

W sporze, gdzie z jednej strony było kilka zagranicznych banków (plus „polski” Bank PKO BP), a z drugiej – ponad 1,5 mln naszych rodaków, którzy nabyli produkt w „instytucji publicznego zaufania”, system stanął murem za sektorem finansowym.

Dodam, że problem frankowy nie był wtedy trudny do rozwiązania, szczególnie, że frankowicze byli gotowi na ustępstwa. Ale nie zrobiono w tej sprawie absolutnie NIC. Ani sektor finansowy, ani nadzorująca tenże KNF, ani politycy (także po zmianie rządu, co na-

eprasa.pl 4859ffd436

stąpiło jesienią 2015 r.) w najmniejszym nawet stopniu nie poprawili sytuacji kredytobiorców.

Kredyty frankowe? Jest interes do zrobienia!

Rynek, jak wiadomo, nie lubi próżni. Po stronie poszkodowanych toksycznym kredytem stanęli prawnicy. W 2015 roku było to ledwie kilka kancelarii, prawnicy tychże słusznie wskazywali na poważnie uchybienia prawne w treści tzw. umów frankowych. Spora część zdesperowanych frankowiczów, zdecydowała się wówczas na pozwanie banku: ufając bezkrytycznie swoim obrońcom, traktując ich często nawet jako bożyszcza.

Wynik był łatwy do przewidzenia: wszyscy frankowicze przegrywali z kretesem. Finałem takiej sprawy było najczęściej bankructwo rodziny kredytobiorcy. Zdarzały się także samobójstwa.

Kiedy kropla drąży skałę...

Z roku na rok w sporach frankowych przybywało nowych argumentów na korzyść słabszej strony. Wyroki sądów z okresu 2018 i pierwszej połowy 2019 roku nie

eprasa.pl 4859ffd436

były już tak jednomyślne, jak wcześniej. Ale wciąż zdecydowanie częściej (pewnie w ok. 80 proc. przypadków) górą były banki.

> *I dopiero rok 2019 przyniósł to, na co liczyli frankowicze: jednoznaczne, prawne potwierdzenie, iż tzw. „kredyt walutowy"* **TO PRZEKRĘT.**

Kamieniem milowym okazał się w tym wypadku wyrok TSUE z dnia 3 października 2019 roku (głośna sprawa państwa Dziubak), którego konsekwencją było masowe unieważnianie kredytów frankowych na bazie tego orzeczenia.

Bankowe imperium kontratakuje

Stan na rok bieżący: frankowicze w sporach sądowych wygrywają w 97 proc. przypadków. Bankowcy bronią się jak mogą. W tym celu używają nawet broni, która ... nie istnieje. Mowa o tzw. roszczeniach za korzystanie z kapitału przez kredytobiorcę.

eprasa.pl 4859ffd436

Bankowcy uznali, że skoro stworzona przez nich umowa kredytowa jest nieważna, ale środki zostały wypłacone, to frankowicz powinien suto zapłacić za korzystanie z kapitału. Są to więc inaczej nazwane koszty kredytu: bo skoro nie możemy tychże nazwać „odsetkami” (ze względu na nieważność umowy), niech to się nazywa „wynagrodzenie za korzystanie z kapitału”.

W okresie ostatnich dwóch lat sypnęły się pozwy banków z tego tytułu. I znowu do rozstrzygnięcia sporu została doproszona Komisja TSUE. Orzeczenie w tej sprawie, tj. bezzasadności roszczeń banków z tytułu „korzystania z kapitału” zostało ogłoszone w czwartek, 15 czerwca br.

Drugą formą uderzenia we frankowiczów, którzy szukają sprawiedliwości w sądzie, było zmuszanie ich do regulowania rat zgodnie z harmonogramem.

W tym wypadku to już bardziej wina sądów, które dość rzadko zgadzają się na tzw. zabezpieczenie roszczeń kredytobiorców, polegające na zwolnieniu tychże z obowiązku spłaty rat w okresie postępowania.

Czemu jest to tak istotne dla kredytobiorcy? Mamy

eprasa.pl 4859ffd436

tu dwa konkretne powody. Po pierwsze: proces w sądzie może potrwać nawet i 4 lata, a wysokość raty czasem przekracza możliwości finansowe kredytobiorcy. Wtedy – nawet jeśli zaprzestaną spłaty rat, co uznaję za optymalne rozwiązanie – przez okres postępowania żyją w stresie, wszak korzystny wyrok sądu nigdy jest pewny.

Drugi problem dotyczy sytuacji, kiedy kredytobiorca prowadzi aktywne życie finansowe, czyli co jakiś czas potrzebuje bankowego kredytu.

> *Jeśli zawiesił spłatę rat – a zrobił to bez zgody sądu – wtedy trafia na bankową „czarną listę” i* **O KREDYCIE NIE MOŻE NAWET POMARZYC.**

Właśnie w tej kwestii, tj. udzielenia sądownych zezwoleń na wstrzymanie spłaty rat przez frankowiczów, kiedy ci złożą stosowny pozew podważający umowę z bankiem, również wypowiada się TSUE, także 15 czerwca br.

eprasa.pl 4859ffd436

Banki na łopatkach? Nic z tych rzeczy!

Być może pomyślałeś sobie: sprawiedliwości stało się zadość. Banki suto zapłacą za jazdę po bandzie, którą uprawiały w latach 2006 -2008, sprzedając na potęgę zabójczy w skutkach (dla kredytobiorców) toksyczny produkt. Jest to bardzo naiwna refleksja. „System” zawsze stoi na straży interesów sektora finansowego.

Tu pozwolę sobie zacytować kilka tytułów publikacji z tego roku, na temat sytuacji banków, po tak ciężkim „ciosie”, jakim powinny być efekty przegrywanych masowo sądowych sporów „frankowych”.

„Banki zarobiły 6 mld zł! Wysokie stopy procentowe windują zarobki banków! Ile to jeszcze potrwa?”

„Rekordowe zyski banków w I kwartale 2023 r”.

„Zysk netto sektora bankowego w I-II`23 w górę o 49 proc”.

Sektor bankowy, KNF, sądy, rząd i wszystkie podległe temuż instytucje to naczynia połączone, a cały ten „system” finansowany jest właśnie przez banki.

eprasa.pl 4859ffd436

Na dodatek tzw. kredyty walutowe to nie jedyny przekręt bankowy, zalegalizowany przez system. Takim samym szalbierstwem jest umowa kredytowa oparta na wskaźniku WIBOR, zmienna stopa procentowa oraz powielane na całym świecie kłamstwo, iż wysoka stopa procentowa chroni przed inflacją. Te kwestie opisałem m.in. w artykule „Przekręty na kredytach to nie tylko »franki« i WIBOR”, opublikowanym we wprost.pl

I jeszcze jedna dobra rada na koniec: jeśli posiadasz kredyt w PLN i dobijają cię wysokie raty, nie daj się nabrać na pozew kontra WIBOR, który oferowany jest obecnie przez wiele kancelarii. To, co udało się frankowiczom – po 5 latach walki – z pewnością nie wydarzy się przy kredytach złotówkowych.

System doskonale umie bronić swoich interesów. Twój proces „kontra WIBOR” zakończy się więc dokładnie tak, jak wszystkie walki frankowiczów w okresie 2015-2016: polegniesz w tym boju na 100 procent!

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436



NOWE „KONIE” DLA POWIETRZNYCH KAWALERZYSTÓW

Fot. Materiały prasowe

Świgłowiec Leonardo w locie

KAWALERIA POWIETRZNA, RODZAJ SIŁ AEROMOBILNYCH, POWSTAŁA W DRUGIEJ POŁOWIE XX WIEKU, *znana jest w Polsce przede wszystkim poprzez dwa elementy. Popularny, w latach 90. XX wieku, serial dokumentalny „Kawaleria Powietrzna” emitowany w Telewizji Polskiej, który pokazywał ówczesne realia 25. Brygady Kawalerii Powietrznej w Tomaszowie Mazowieckim, a także licznych filmów fabularnych, których akcja dzieje się w czasie konfliktu w Wietnamie.*



Tekst: **Łukasz Pacholski**

To właśnie konflikt w Azji południowo-wschodniej był pierwszą okazją do masowego użycia śmigłowców do działań zaczepnych. Lekko uzbrojona piechota, przewożona przez dużą liczbę wiropłatów na pole walki, była idealnym rozwinięciem koncepcji wojsk powietrzno-desantowych.

eprasa.pl 4859ffd436

Wykrystalizowała się ona w czasie II wojny światowej, ale wówczas obie strony konfliktu korzystały z desantów spadochronowych. Ich wadą był brak możliwości punktowego skoncentrowania desantowanej piechoty, która najpierw musiała zebrać się w punkcie zbornym.

Wykorzystanie śmigłowców powoduje, że kawalerzyści mogą wykonywać szybkie rajdy za linię wroga, a po realizacji zadania powrócić do bazy.

O ile początkowo popularność tego rodzaju wojsk pojawiła się w Stanach Zjednoczonych, tak szybko rozwiązania obejmujące budowę wyspecjalizowanych jednostek aeromobilnych dysponujących śmigłowcami rozprzestrzeniły się w całym NATO oraz niektórych państwach wschodu.

Polska kawaleria powietrzna

Nie może więc dziwić fakt, że po zmianach ustrojowych w Polsce, a także określeniu kierunku integracji, w Ministerstwie Obrony Narodowej podjęto decyzję o sformowaniu tego typu jednostki. Budowanie 25. Dywizji

eprasa.pl 4859ffd436

Kawalerii Powietrznej zapoczątkowano w czerwcu 1994 roku, we wrześniu 1999 roku przeformowano ją w 25. Brygadę Kawalerii Powietrznej.

Bardzo szybko jednostka stała się jedną z tych elitarnych w Wojsku Polskim.

> *Trafiał do niej najnowocześniejszy sprzęt, a szkolenie było i nadal jest prowadzone* **Z PARTNERAMI Z INNYCH PAŃSTW NATO.**

Żołnierze brygady mają za sobą doświadczenia bojowe z takich miejsc jak Irak czy Afganistan, gdzie często pełnili zadania sił szybkiego reagowania, wykorzystując dostępne wiropłaty do wsparcia kolegów w momentach kryzysowych poza bazami.

O ile lekkie uzbrojenie piechoty od samego początku należało do najnowocześniejszych w Wojsku Polskim, tak problemem stały się „konie” kawalerzystów, czyli właśnie śmigłowce.

eprasa.pl 4859ffd436

Nie powinno to dziwić, gdyż ceny pojedynczych maszyn to miliony dolarów, a przełom wieków nie był okresem, kiedy budżet państwa mógł przeznaczyć znaczne środki finansowe na ten cel.

Od początku swojego istnienia jednostka dysponowała dwoma dywizjonami wiropłatów wyposażonych w polskie W-3 Sokół, a także sowieckie Mil Mi-8/17, które kupowano sukcesywnie od lat 70. XX wieku. Wiele z nich zbliża się do kresu swojego życia technicznego i będzie potrzebować wymiany. Co ciekawe, pomimo licznych dyskusji, przez wiele miesięcy Ministerstwo Obrony Narodowej, a także komórki organizacyjne, odmawiały odpowiedzi na pytania odnośnie następców dla Mi-8/17. Należy pamiętać o tym, że poza 25. Brygadą Kawalerii Powietrznej, są one wykorzystywane także przez siły specjalne, grupy poszukiwawczo-ratownicze, a także jako maszyny do przewozu ważnych osobistości VIP.

Obecnie w linii pozostało ich około 30 sztuk, z czego najnowsze, zakupione do misji w Afganistanie w latach 2010-11, są eksploatowane przez Powietrzną Jednostkę

eprasa.pl 4859ffd436



Fot. Materiały prasowe

Wielozadaniowy śmigłowiec transportowy Leonardo AW101

eprasa.pl 4859ffd436

Operacji Specjalnych i najprawdopodobniej zostaną zastąpione w niedalekiej przyszłości przez inną, zachodnią, konstrukcję.

Pojawia się Leonardo

Nie może więc dziwić, że sporym zaskoczeniem była prezentacja inspektora Sił Powietrznych, generała brygady pilota Ireneusza Nowaka, który w czasie majowej konferencji Defence24Day w Warszawie ogłosił plan zakupu aż 22 wielozadaniowych śmigłowców transportowych Leonardo AW101.

Zgodnie z ujawnioną koncepcją, dostawy pierwszych z nich miałyby rozpocząć się już w 2025 roku, a to oznacza, że ewentualne podpisanie kontraktu może mieć miejsce jeszcze przed zaplanowanymi na jesień wyborami parlamentarnymi. Taka deklaracja jest zaskakująca z kilku powodów, o czym w dalszej części artykułu.

Uzupełnieniem transportowych AW101 oraz lżejszych AW149 będą bojowe Boeing AH-64E Apache – w tym przypadku, co ujawnił wicepremier i minister obrony Mariusz Błaszczak w czasie swojej ostatniej

eprasa.pl 4859ffd436



Fot. Materiały prasowe

Śmigłowiec bojowy Boeing AH-64E Apache

eprasa.pl 4859ffd436

wizyty w Stanach Zjednoczonych, na okres przejściowy Polska otrzyma do Amerykanów osiem AH-64D Apache, które umożliwią zapoczątkowanie szkolenia oraz wypracowanie lokalnych procedur operacyjnych już w przyszłym roku.

> *Zakup AW101 umożliwi* **ZAKOŃCZENIE PROCESU MODERNIZACJI SPRZĘTOWEJ** *lotniczego komponentu 25. Brygady Kawalerii Powietrznej.*

Bazując na dostępnej wiedzy, będzie on obejmować dwie eskadry śmigłowców wsparcia Leonardo AW149 (dostawy pierwszych mają nastąpić już w lecie bieżącego roku), a także cięższych AW101 tego samego producenta.

Być może ich uzupełnieniem będzie niewielka liczba Sokołów, które mają przejść proces modernizacji – pomimo lat deklaracji i zapowiedzi, nadal, powyższy projekt znajduje się na etapie analizy rynkowej.

Jak pokazują m.in. doświadczenia z wojny na Ukrainie, warto mieć maszyny różnych kategorii masowych.

eprasa.pl 4859ffd436

Należy pamiętać, że z floty około 250 śmigłowców wojskowych, które są eksploatowane w Wojsku Polskim, niemal co czwarty to właśnie Sokół.

Kontrowersyjny wybór?

Pytania, która pojawiły się po prezentacji inspektora Sił Powietrznych, dotyczą przyczyn nagłego przyspieszenia programu wymiany generacyjnej śmigłowców. Należy bowiem pamiętać, że w ostatnich lat w przestrzeni publicznej królowały trzy projekty – Kruk (następca bojowych Mil Mi-24D/W, którym zostanie Boeing AH-64E Apache w liczbie do 96 egzemplarzy), Perkoz (czyli 32 zamówione Leonardo AW149) oraz Kondor (którego celem jest zakup do ośmiu wielozadaniowych śmigłowców pokładowych na potrzeby Brygady Lotnictwa Marynarki Wojennej, które mają zastąpić obecnie używane Kaman SH-2G Super Seasprite).

Nagły zwrot i przyspieszenie w kwestii następców Mi-8/17 można łatwo wytłumaczyć – wybuch pełnoskalowej wojny na Ukrainie doprowadził do utraty do-

eprasa.pl 4859ffd436

stępu do źródeł części zamiennych eksploatowanych śmigłowców.

Dodatkowo nie można wykluczyć, że Polska przekazała Ukrainie pakiety części zamiennych do wiropłatów tego typu, a poza tym (spekulacyjnie), że same Mi-8/17 również trafiły do naszego wschodniego sąsiada, jako kolejny pakiet pomocy wojskowej (wzorem Łotwy, Stanów Zjednoczonych czy Republiki Słowacji).

Jednocześnie wybór Leonardo AW101 wpisuje się w deklaracje wicepremiera i ministra obrony Mariusza Błaszczaka, który m.in. w wywiadzie opublikowanym na łamach „Wprost” jasno stwierdził, że kluczowymi dostawcami wiropłatów mają być producenci, którzy już posiadają swoje zakłady na terenie Polski. Koncern Leonardo jest jednym z dwóch, które dysponują powyższym handicapem (zakłady WSK PZL Świdnik S.A.).

Co więcej, przedstawiciele tego europejskiego producenta już w ubiegłym roku jasno wskazywali, że ewentualny zakup kolejnych (także dla 25. Brygady Kawalerii Powietrznej) AW101 przez Polskę może umoż-

eprasa.pl 4859ffd436

liwić zwiększenie zaangażowania krajowego przemysłu obronnego w programie – mowa nie tylko o zakładach w Świdniku, a także należących do Polskiej Grupy Zbrojeniowej Wojskowych Zakładów Lotniczych Nr 1 S.A. w Łodzi, które specjalizują się w obsługach śmigłowców należących do Wojska Polskiego. Obecnie linia montażu ostatecznego maszyn tego typu mieści się w brytyjskim Yeovil.

> *Nie bez znaczenia jest także fakt, że polskie lotnictwo* **NIE MA DOŚWIADCZEŃ W EKSPLOATACJI CIĘŻKICH ŚMIGŁOWCÓW** *transportowych*

w dwuwirnikowym układzie konstrukcyjnym (Boeing CH-47F Chinook, który jest popularnym typem w państwach NATO).

Kolejna „mikroflota” śmigłowców?

Obecnie brak jest wyjaśnień ze strony struktur Ministerstwa Obrony Narodowej odnośnie wyboru sposobu

eprasa.pl 4859ffd436

procedury zakupu AW101. Najprawdopodobniej będzie wskazywana chęć ujednolicenia parku sprzętowego średnich śmigłowców w strukturach Wojska Polskiego. Należy bowiem pamiętać, że w lecie bieżącego roku koncern Leonardo ma dostarczyć do Brygady Lotnictwa Marynarki Wojennej cztery AW101 przeznaczone do wykrywania i zwalczania okrętów podwodnych, a także dysponujące możliwością realizacji zadań poszukiwawczo-ratowniczych SAR nad Morzem Bałtyckim.

Kontrakt na ich zakup został podpisany w kwietniu 2019 roku i pozwala na zapoczątkowanie procesu wymiany generacyjnej w 44. Bazie Lotnictwa Morskiego w Darłowie, gdzie obecnie służą przestarzałe Mil Mi-14PŁ oraz Mi-14PŁ/R. Z całą pewnością wielu obserwatorów spodziewało się kontynuacji zakupów właśnie AW101 w konfiguracji morskiej.

Co jeszcze może zaskakiwać, to deklarowana liczba 22 egzemplarzy – standardowo eskadra wiropłatów dysponuje 16 do 18 statkami powietrznymi. Nie można więc wykluczyć, że poza 25. Brygadą Kawalerii Powietrznej, pozostałe AW101 trafią do 1. Bazy Lotnictwa Transpor-

eprasa.pl 4859ffd436

towego w Warszawie, gdzie będą wykorzystywane do transportu rządowych VIP-ów na obszarze kraju.

Oczywiście uruchomienie otwartego postępowania przetargowego mogłoby doprowadzić do uzyskania lepszych (spekulacyjnie) warunków finansowych i przemysłowych, a z drugiej strony mogłoby rodzić obawę przed budową kolejnej „mikrofloty” śmigłowców innego typu.

Jak wskazują specjaliści, AW101 ma także swoje wady, które wynikają m.in. z ogólnej filozofii projektowania tego śmigłowca w latach 80. XX wieku – przede wszystkim miał to być doskonały wiropłat morski, służący do lokalizowania i walki z sowieckimi okrętami podwodnymi na Oceanie Atlantyckim.

Nie powinno zaskakiwać, że większość z obecnych użytkowników (12 państw) wykorzystuje je do zadań morskich (zadania poszukiwawczo-ratownicze bądź lokalizowanie i zwalczanie zagrożeń podwodnych).

W roli wielozadaniowych śmigłowców transportowo-desantowych są wykorzystywane w Danii, Wielkiej Brytanii (Piechota Morska) oraz we Włoszech. Co na-

eprasa.pl 4859ffd436

leży podkreślić, w dwóch ostatnich stanowią element sił amfibijnych operujących z pokładów okrętów bądź są uzupełnieniem dla cięższych Boeing CH-47 Chinook.

Wśród wad, patrząc z perspektywy lotnictwa wojsk lądowych, można wymienić trzysilnikowy układ napędowy, który komplikuje konstrukcję oraz ogranicza udźwig użyteczny. Pomimo tego maszyny należące do Wielkiej Brytanii, Włoch czy Danii pełniły zadania operacyjne w tak wymagających obszarach jak Irak czy Afganistan.

Globalna flota śmigłowców tego typu, licząca ponad 200 maszyn, wylatała dotychczas ponad 500 tys. godzin. Poza działaniami bojowymi bądź stabilizacyjnymi, AW101 są eksploatowane w tak wymagających obszarach jak Kanada czy Norwegia, gdzie są kluczowym elementem systemu poszukiwawczo-ratowniczego.

Należy także wskazać, że Włosi zamówili na potrzeby Sił Zbrojnych wyspecjalizowaną wersję przeznaczoną do wykonywania operacji bojowych misji poszukiwawczo-ratowniczych (tzw. Combat SAR), które najczęściej są wykonywane poza linią frontu.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

wprost

Raport/Рapорт

NIEBIESKO-ŻÓŁTY KAPITAŁ
СИНЬО-ЖОВТИЙ КАПІТАЛ



PARTNER/ПАРТНЕР

METINVEST

eprasa.pl 4859ffd436

Niebiesko-żółty kapitał

UKRAIŃSKI BIZNES NA POLSKIEJ ZIEMI

ILE FIRM ZAŁOŻONYCH PRZEZ OBYWATELI UKRAINY DZIAŁA W POLSCE? *W których branżach jest ich szczególnie wiele? Jak dużą aktywność biznesową przejawiają kobiety? Odpowiedzi na te i inne pytania znajdziecie w najnowszym raporcie „Wprost” – „Niebiesko-żółty kapitał”.*



Tekst: **Martyna Kośka**

Pod koniec września zeszłego roku w Polsce działało 24,1 tys. spółek z kapitałem ukraińskim, z czego tylko w 2022 roku zarejestrowano ich 3,6 tys. Najczęściej przedsiębiorcy z Ukrainy wybierają jednak jednoosobową działalność gospodarczą: od stycznia do grudnia 2022 roku powstało ok. 15–16

eprasa.pl 4859ffd436

tys. mikrofirm. Spółki te stanowiły 7 proc. wszystkich zarejestrowanych spółek, zarówno z kapitałem polskim, jak i zagranicznym.

Ukraińcy nie czują się w Polsce obywatelami drugiej kategorii. Są przedsiębiorczy, mają pomysł na siebie. Chcą świadczyć usługi, dawać pracę, budować życie w Polsce, ale też wysyłać pieniądze do bliskich w ojczyźnie i tym samym przyczyniać się do odbudowy Ukrainy.

Ukraińscy giganci już w Polsce są

Jedna z największych firm przemysłowych w Ukrainie, producent stali Metinvest, w 2015 roku otworzyła biuro handlowe w Katowicach. „To nieczęsty w ostatnich miesiącach przykład ukraińskiej inwestycji w Polsce" – komentowała wtedy jedna z agencji informacyjnych. Okoliczności były wtedy rzeczywiście niesprzyjające: ze względu na dewaluację hrywny polskie produkty stały się mało atrakcyjne dla ukraińskich konsumentów, a jednocześnie potencjał eksportowy Ukrainy był osłabiony konfliktem i kryzysem gospodarczym.

eprasa.pl 4859ffd436

Niebiesko-żółty kapitał

– Obecność globalnej firmy na polskim rynku w znacznie szerszym zakresie to dobra wizytówka ukraińskiej gospodarki. Świadczy to o tym, że mamy nie tylko problemy, nie tylko dramatyczną sytuację na wschodzie Ukrainy, lecz także rozwijające się, prężnie działające na rynku światowym firmy – mówił kilka lat temu Jacek Piechota, prezes Polsko-Ukraińskiej Izby Gospodarczej.

To biuro handlowe istnieje w Polsce do dziś. Wprawdzie należy do najbogatszego Ukraińca, Rinata Achmetowa, ale do zeszłego roku niewielu Polaków kojarzyło nazwę Metinvest.

To się zmieniło po tym, jak światowe media przez kilka tygodni relacjonowały **OBRONĘ KOMBINATU METALURGICZNEGO W MARIUPOLU „AZOWSTAL”,** *należącego do koncernu.*

eprasa.pl 4859ffd436

Niebiesko-żółty kapitał

Metinvest, poza hutami w Ukrainie, posiada również cztery zakłady za granicą, w Bułgarii, Włoszech i Wielkiej Brytanii. W 2020 roku firma była zainteresowana przejęciem upadającej Huty Częstochowa. Nie można wykluczać, że któregoś dnia koncern metalurgiczny Achmetowa zainicjuje pełnoskalową działalność w Polsce. Na razie nasz kraj kupuje ukraińskie wyroby hutnicze, dzięki czemu w mniejszym stopniu polegamy na imporcie z Chin.

Z kolei największym ukraińskim holdingiem obecnym na GPW jest Kernel. To grupa spożywcza, która dostarcza na rynki międzynarodowe m.in. zboże oraz olej słonecznikowy. Biznes jest wyceniany na około 1,7 mld zł. Wprawdzie firma mierzy się z problemami z logistyką i transportem, ale na koniec 2022 r. miała zyski niewiele mniejsze niż przed wojną.

Ukraiński biznes w Polsce to jednak przede wszystkim tysiące jednoosobowych działalności: firm produkcyjnych, remontowych, budowlanych...

eprasa.pl 4859ffd436

16 tys. działalności gospodarczych w rok

Biznes ukraiński w Polsce to nie tylko wielkie koncerny i zakłady, ale przede wszystkim jednoosobowe działalności, które na dobre wpisały się w polski krajobraz gospodarczy.

Od stycznia do grudnia 2022 roku powstało ich ok. 15–16 tys., kolejne ponad 4 tys. to spółki z udziałem kapitału ukraińskiego. Średnio 4 na 10 ukraińskich jednoosobowych działalności gospodarczych w 2022 roku założyły kobiety, które stanowią w Polsce zdecydowaną większość uchodźców wojennych. To wszystko wiemy dzięki analitykom Polskiego Instytutu Ekonomicznego, którzy w grudniu 2022 roku opublikowali raport na temat aktywności biznesowej obywateli Ukrainy.

Ukraińcy nie pojawili się w Polsce z dnia na dzień wiosną 2022 roku. Już od 2014 roku i pierwszego ataku Rosji na ich terytorium, dało się zauważyć wzmożoną falę migracyjną. Część Ukraińców przyjechała do Polski w celu zarobkowym i po kilku miesiącach wróciła

eprasa.pl 4859ffd436

do siebie. Wśród nich byli jednak także ludzie, którzy postanowili zostać tu na dłużej. Nie interesowała ich praca na umowie czasowej, chcieli korzystać z praw pracowniczych, mieć niezależne mieszkanie, sprowadzić rodzinę z Ukrainy albo zakładali ją tu – i te założenia realizowali.

Ukraińcy na polskim rynku pracy

W 2016 roku w ramach uproszczonej procedury zatrudnienia obcokrajowców firmy deklarowały zatrudnienie 1,3 mln osób. Ponad milion to Ukraińcy.

> *Liczba wniosków o zatrudnienie obcokrajowców w ramach uroszczonej procedury, z której poza Ukraińcami korzystają obywatele Gruzji, Białorusi, Mołdawii, Armenii i wtedy jeszcze Rosji, w 2016 roku* **WZROSŁA O 68 PROC. W STOSUNKU DO ROKU POPRZEDNIEGO**.

eprasa.pl 4859ffd436

Największa liczba oświadczeń dotycząca zatrudnienia obcokrajowców w ramach uproszczonej procedury dotyczyła pracowników przy pracach prostych (750 tys. oświadczeń). W dalszej kolejności przedsiębiorstwa potrzebowały robotników przemysłowych (247 tys.), operatorów maszyn i urządzeń (112 tys.), pracowników usług i sprzedawców (65 tys.). Pozostałe grupy zawodowe stanowiły 10 proc. wszystkich oświadczeń. Największa liczba złożonych oświadczeń o zatrudnieniu obcokrajowca przypada na województwo mazowieckie – 28 proc. ogółu złożonych oświadczeń. Kolejne województwa, które odnotowały najwyższy udział złożonych oświadczeń przez pracodawców to: dolnośląskie (10,3 proc.) i wielkopolskie (9,7 proc.) i małopolskie (7,7 proc.).

W 2016 roku ponad 80 proc. firm, które chciały zatrudnić obcokrajowców, gotowych było podjąć współpracę w oparciu o umowę cywilnoprawną. Nie jest to korzystne z punktu widzenia zatrudnionych, ale dało im możliwość poznania polskiego rynku pracy. Najbar-

eprasa.pl 4859ffd436

dziej ambitni w ciągu kilku lat podnieśli kwalifikacje i zatrudnili się na wyższych stanowiskach albo założyli własną działalność.

Ukraińscy przedsiębiorcy współpracują z polskimi

Całkowicie straciły na aktualności skojarzenia sprzed kilku lat, gdy Ukraińców łączyliśmy z przysłowiowym zmywakiem. Dziś proste prace fizyczne wcale nie są też pierwszym doświadczeniem zawodowym Ukraińców w Polsce. Tym bardziej, że aż 60 proc. Ukraińców przebywających w Polsce ma wyższe wykształcenie – oszacował Deloitte w pod koniec 2022 roku. Praca poniżej ich kwalifikacji jest marnotrawstwem kapitału ludzkiego.

Z badania ankietowego przeprowadzonego przez PIE wynika, że dziś 38 proc. firm ukraińskich jest partnerem polskiego przedsiębiorstwa. Dotyczy to głównie przedsiębiorstw budowlanych (63 proc. wskazań) i handlowych (50 proc.), z branży informacji i komu-

eprasa.pl 4859ffd436

nikacji (30 proc.) oraz innych usług (29 proc.). Ukraińskie firmy często korzystają także z obsługi księgowej polskich firm, które pomagają im przebrnąć przez meandry polskiego prawa.

Polska gospodarka już korzysta

Od 2014 do 2019 roku polska gospodarka urosła o 22 proc. Gdyby nie masowy napływ na polski rynek pracy imigrantów z Ukrainy, ten wzrost byłby prawdopodobnie wyraźnie niższy. Ukraińcy dołożyli do naszego PKB około 2,5 pkt proc. – oszacowali w 2019 roku Jakub Growiec i Paweł Strzelecki z NBP i SGH oraz Robert Wyszyński z NBP.

Pełnych danych dotyczących wpływu ukraińskich firm na PKB naszego kraju za 2022 rok jeszcze nie ogłoszono, niemniej sama obecność ukraińskich przedsiębiorców i pracowników może, według szacunków Narodowego Banku Ukrainy, podbić PKB Polski o ok. 1,2 pkt. proc. rocznie.

eprasa.pl 4859ffd436

Z kolei ekonomiści Credit Agricole szacowali na koniec 2022 roku, że codzienne zakupy dokonywane przez przebywających w naszym kraju Ukraińców przyczyniły się do zwiększenia tempa wzrostu krajowego PKB w 2022 r. o 0,4-0,5 pkt proc.

> *Wartość dodatkowego popytu generowanego przez uchodźców z Ukrainy mogła wynieść w ubiegłym roku* **OD 13,4 DO 17,6 MLD ZŁ**.

„Uważamy, że w dominującym stopniu towary konsumowane przez uchodźców pochodziły z produkcji krajowej (żywność, produkty pierwszej potrzeby), a w dużo mniejszym z importu (np. sprzęt elektroniczny, AGD). Zakładając o połowę mniejszą importochłonność konsumpcji uchodźców niż populacji Polaków, uważamy, że zwiększone spożycie Ukraińców przyczyniło się do zwiększenia tempa wzrostu PKB o 0,4-0,5 pkt proc. średniorocznie w 2022 r." –

eprasa.pl 4859ffd436

czytamy w raporcie opracowanym przez ekspertów banku.

Polska musi wykorzystać ten potencjał

Analitycy firmy doradczej Deloitte, którzy przygotowali raport „Uchodźcy z Ukrainy w Polsce. Wyzwania i potencjał integracji", przekonują, że przemyślane, systemowe i długofalowe podejście do integracji obywateli Ukrainy może zaowocować wzrostem PKB od 0,2 do 3,5 proc. Będzie też miało pozytywny wpływ na proces odbudowy zniszczonego wojną sąsiadującego kraju. Warunkiem jest aktywizacja zawodowa uchodźców zgodnie z ich kwalifikacjami i lepszy dostęp do rynku mieszkań.

„Polska, jako największy kraj goszczący Ukraińców, musi opracować strategię, która umożliwi minimalizację ryzyka i wykorzystanie szans. Mądrze wdrażany, długofalowy plan może zaowocować wzrostem polskiego PKB do nawet 3,5 proc., w zależności od przyjętych założeń, w których główne zmienne dotykają kwestii wykorzystania kwalifikacji imigrantów. Wpłynie to nie tylko

eprasa.pl 4859ffd436

pozytywnie na zmniejszenie problemu niedoboru pracowników, ale też poprawi strukturę demograficzną Polski." – powiedziała Julia Patorska, jedna z autorek raportu, liderka zespołu analiz ekonomicznych w Deloitte.

Przypomniała, że już w 2019 r. trzecia część wszystkich przekazów pieniężnych na Ukrainę pochodziła z Polski. Ten kierunek się nie zmienił. „Dodatkowo pracujący migranci wysyłają cześć zarobków do Ukrainy, dlatego zwiększenie ich dochodów zwiększy wpływy dla tego kraju i wspomoże jego odbudowę" – dodała.

Polskie firmy chcą odbudować Ukrainę

Polska jest zainteresowana odbudową Ukrainy w znacznie szerszym stopniu. Od kilku miesięcy przedsiębiorcy zgłaszają Polskiej Agencji Inwestycji i Handlu gotowość podjęcia pracy przy usuwaniu zniszczeń wojennych. Są wśród nich firmy, które mają już doświadczenie we współpracy z ukraińskimi podmiotami, ale też takie, dla których pomoc w odbudowie będzie debiutem na rynku wschodnim.

eprasa.pl 4859ffd436

Niebiesko-żółty kapitał

Pomocy w odbudowie nie można postrzegać wyłącznie w kategoriach prywatnych inwestycji zainteresowanych podmiotów. To projekt koordynowany na poziomie rządowym, w którym role do odegrania na też Korporacja Ubezpieczeń Kredytów Eksportowych. Na wniosek Ministerstwa Rozwoju i Technologii w czerwcu 2022 r. wznowiła możliwości ubezpieczania należności krótkoterminowych w kontraktach eksportowych z kontrahentami ukraińskimi, a następnie rozwiała katalog o kolejne instrumenty, które zwiększą konkurencyjność polskich firm w pozyskiwaniu kontraktów.

– To jednocześnie szansa, by jak największa pula międzynarodowych środków przeznaczonych na pomoc Ukrainie „przechodziła” przez polskie podmioty. Naszym celem jest też zachęcenie krajowych banków do uruchomienia środków na projekty infrastrukturalne poprzez zagwarantowanie im spłaty kredytów – zapowiedział Janusz Władyczak, prezes KUKE.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

Niebiesko-żółty kapitał



ODBUDOWA UKRAINY RAZEM Z METINVEST

Fot. materiały prasowe

Metinvest to globalna grupa firm z branży stalowej, wydobywczej i metalurgicznej, zajmująca się produkcją stali, wydobyciem rudy i węgla.

eprasa.pl 4859ffd436

Niebiesko-żółty kapitał

– CIESZĘ SIĘ, ŻE WIELE FIRM W POLSCE JEST ZAINTERESOWANYCH UDZIAŁEM W ODBUDOWIE UKRAINY – *powiedział* **WOŁODYMYR ZADOLYNNYJ, PREZES METINVEST POLSKA**, *w rozmowie z „Wprost”. Opowiedział też o przemyśle wydobywczym i metalurgicznym w Ukrainie oraz podzielił się planami Grupy dotyczącymi odbudowy kraju.*

Tekst: **Jan Matura**

Od początku rosyjskiej inwazji na pełną skalę Ukraina wykazała się wielką odwagą i determinacją na drodze do zwycięstwa. Wspiera ją Metinvest, globalna grupa firm z branży stalowej, wydobywczej i metalurgicznej, zajmująca się produkcją stali, wydobyciem rudy i węgla.

Grupa obejmuje przedsiębiorstwa górnicze i metalurgiczne w Ukrainie, Europie, Wielkiej Brytanii i USA. Metinvest eksportuje swoje produkty na cały świat.

eprasa.pl 4859ffd436

Grupa posiada również przedstawicielstwo w Polsce, które zajmuje się dostarczaniem surowców i gotowych produktów do zachodnioeuropejskiej części Ukrainy i nadal wspiera kraj w trudnych czasach.

Redakcja „Wprost” miała okazję porozmawiać z Wołodymyrem Zadolynnym, prezesem Metinvest Polska, który szczegółowo opowiedział o działalności Metinvest Group w Polsce oraz zmianach w sektorze górniczo-metalowym od czasu wybuchu wojny w Ukrainie.

„WPROST”: Metinvest wielokrotnie informował o stratach poniesionych przez Grupę po 24 lutego 2022 i spadku produkcji w Ukrainie. Chciałabym jednak dowiedzieć, jak od wybuchu wojny zmieniły się wyniki sprzedaży w Polsce? Gdzie najbardziej odczuliście wpływ inwazji na pełną skalę?

WOŁODYMYR ZADOLYNNYJ, PREZES ZARZĄDU METINVEST POLSKA: Aby odpowiedzieć na to pytanie, musimy przeanalizować nasz eksport z Ukrainy do

eprasa.pl 4859ffd436

Polski. Większość ukraińskiego eksportu do Czech, Słowacji, Węgier i Polski stanowiły wyroby walcowane, a mianowicie blachy produkowane przez Kombinat Metalurgiczny imienia Illicza i „Azowstal” w Mariupolu.

> **KAŻDEGO ROKU DOSTARCZALIŚMY 300-330 TYSIĘCY TON BLACH GRUBYCH**. *Ponadto te same zakłady w Mariupolu dostarczały rocznie 200-220 tysięcy ton blach gorącowalcowanych, zimnowalcowanych i ocynkowanych zwojów.*

Wraz z zajęciem naszych dwóch zakładów w Mariupolu straciliśmy te ilości.

Czy były jakieś próby zrekompensowania tego z pomocą innych spółek Grupy w Ukrainie?

Próbowaliśmy zastąpić zwoje z Mariupola produktami z Zaporoża, ale nie udało nam się. Wynika to przede wszystkim z faktu, że gatunki stali, które pro-

eprasa.pl 4859ffd436

dukowaliśmy w Mariupolu, nie są produkowane w Zaporożu.

Jak długo działacie w Polsce i czy na tym rynku jest duża konkurencja?

Przedstawicielstwo Metinvest w Polsce zostało zarejestrowane w marcu 2015 roku. Jeśli chodzi o sytuację rynkową, konkurencja w tym obszarze jest dość duża, ponieważ wiele europejskich zakładów produkuje podobne produkty. Obecnie nie dostarczamy blach z Ukrainy, ale staramy się importować je na polski rynek z naszych włoskich zakładów Ferriera Valsider i Metinvest Trametal. Chciałbym od razu zaznaczyć, że obejmuje to tylko 10-12 proc. wolumenu dotychczasowego eksportu z Ukrainy. Rozumiemy, że jesteśmy obecni na rynku ze znacznie mniejszymi ilościami blach, ale konkurencja nie słabnie.

Z powodu wojny Metinvest zawiesił działalność kilku swoich przedsiębiorstw. A ukraińskie porty morskie, przez które eksportowano zdecydowaną większość wyrobów stalowych, zostały zablokowane

eprasa.pl 4859ffd436

przez Rosjan. W tej sytuacji Polska stała się swego rodzaju węzłem transportowym dla dostaw do Europy Zachodniej. Jak szybko udało się uruchomić nowe szlaki logistyczne po 24 lutego? Co było w tym najtrudniejsze?

Pod koniec lutego i na początku marca 2022 r. sytuacja z dostawami produktów była bardzo trudna. Grupa Metinvest eksportowała głównie rudę, półprodukty i produkty gotowe drogą morską. Ze względu na rosyjską okupację portów morskich ta metoda transportu stała się niemożliwa. Pojawiło się pytanie, jak eksportować surowce i wywozić je na rynki, na których zawsze byliśmy obecni. Polska stała się jednym z najważniejszych miejsc tranzytowych, przez które zaczęliśmy dostarczać produkty do innych portów.

W tamtym czasie musieliśmy działać bardzo szybko: kto pierwszy podpisał warunki z firmami, które przeładowują produkty w Polsce, ten pierwszy otrzymywał możliwości tranzytu. Uważam, że poradziliśmy sobie z tym zadaniem całkiem dobrze i podpisaliśmy

eprasa.pl 4859ffd436

warunki z niektórymi firmami już w marcu. Rozpoczęliśmy tranzyt rudy, surówki, półproduktów i wyrobów gotowych. Tak, to było trudne, ale nie tylko my, ale także inne ukraińskie firmy pracowały w takiej sytuacji.

Ukraińskie przedsiębiorstwa Metinvestu są stale zagrożone ostrzałem i często są celem ataków okupantów. Jak wpływa to na pracę w Polsce? Czy są jakieś trudności z dostawami lub opóźnienia?

Najtrudniejszym okresem dla nas i naszych klientów w Polsce był koniec jesieni 2022 – styczeń 2023 roku. Na terenie całej Ukrainy trwały ataki rakietowe. Rosjanie próbowali zniszczyć system energetyczny kraju i czasami im się to udawało, powodując szkody i straty. W rezultacie zakłady działały w dość niecykliczny sposób: zdarzały się przypadki, kiedy musieliśmy wydłużyć czas dostaw do naszych klientów.

W lutym tego roku sytuacja zaczęła się poprawiać. Spółki Grupy Metinvest stopniowo przystosowywały się do pracy w czasie wojny. O ile mi wiadomo, zaczę-

eprasa.pl 4859ffd436

liśmy kupować energię elektryczną od DTEK, który zaczął importować ją z Unii Europejskiej.

> *Tak więc* **OD LUTEGO SYTUACJA Z NASZYMI PRODUKTAMI WYRÓWNUJE SIĘ**. *Teraz, pomimo działań wojennych i ciągłego ostrzału, zwłaszcza w Zaporożu, nasze firmy nadal działają.*

Według „Forbesa” Grupa jest największym eksporterem produktów górniczych i metalurgicznych w Ukrainie w 2022 roku. Kto jest obecnie największym konsumentem waszych produktów?

Głównym odbiorcą półproduktów i wyrobów gotowych Metinvest jest Unia Europejska. Europa jest naszym głównym rynkiem zbytu.

Gdzie i do czego produkty eksportowane do Polski są stosowane?

Nasza ruda jest wykorzystywana do produkcji żelaza i stali, które są następnie używane do wytwarza-

eprasa.pl 4859ffd436

nia produktów potrzebnych naszym klientom. Na przykład zwoje walcowane na gorąco i ocynkowane, które dostarczamy z Zaporoża i Krzywego Rogu, są wykorzystywane głównie do produkcji rur kształtowych o różnych rozmiarach i zastosowaniach. Jest to głównie branża budowlana. Walcówka jest wykorzystywana do produkcji wyrobów metalowych. Dość dużą część eksportu do Polski stanowią kęsy kwadratowe, półprodukt wykorzystywany przez polskich producentów do produkcji prętów zbrojeniowych.

Jednym z najważniejszych projektów, w których wykorzystano 28,5 tys. ton blachy gorącowalcowanej w zwojach z Zaporoża, była budowa muru na granicy polsko-białoruskiej. Kombinat Metalurgiczny imienia Illicza z Mariupola i „Azovstal” dostarczyły również stal walcowaną na gorąco do budowy elektrowni cieplnej Jaworzno III.

Wiadomo, że Metinvest jest organizatorem inicjatywy Saving Lives. W jaki sposób polskie biuro poma-

eprasa.pl 4859ffd436

ga w walce z kryzysem humanitarnym w Ukrainie? Komu pomaga projekt?

Przykładowo, biuro Metinvest w Polsce włączyło się w pomoc obywatelom Ukrainy i wojsku zaraz po wybuchu wojny. Od początku marca zaczęliśmy kupować żywność i środki higieny osobistej, formować paczki i wysyłać pomoc humanitarną w Ukrainę. Kupiliśmy również drony i kamery termowizyjne dla Zbrojnych Sił Ukrainy. Teraz kontynuujemy tę pracę – pomagamy krajowi w dostarczaniu pomocy humanitarnej.

> *Na dzień dzisiejszy* **500 TYSIĘCY UKRAIŃCÓW OTRZYMAŁO JUŻ POMOC OD SAVING LIVES**, *a nasza pomoc będzie kontynuowana bez względu na okoliczności.*

Jakie są plany na przyszłość, aby pomóc Ukrainie w odbudowie? Jaką rolę odegra w tym polski oddział?

eprasa.pl 4859ffd436

Niebiesko-żółty kapitał

Cieszę się, że wiele firm w Polsce jest zainteresowanych udziałem w odbudowie Ukrainy. Prowadzimy dialog z tymi firmami, ale aktywna część projektów odbudowy i rekonstrukcji rozpocznie się po zakończeniu działań wojennych w tym kraju. Taka jest opinia moja i naszych partnerów.

Polskie przedstawicielstwo Metinvest dostarczy dodatkowych informacji na temat projektów odbudowy naszym partnerom w Polsce, a także dostarczy produkty stalowe, które nie są obecnie produkowane w Ukrainie. Na przykład, grube blachy importowane z innych krajów z pewnością będą potrzebne do odbudowy. Dlatego uważam, że biuro w Polsce, wraz z naszymi partnerami, może zapewnić znaczącą pomoc w powojennej odbudowie Ukrainy.

Artykuł sponsorowany

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

Синьо-жовтий капітал



ВІДБУДУЄМО УКРАЇНУ РАЗОМ З METINVEST

Завдяки відкриттю двох розподільчих хабів у Польщі та донатам від більш ніж 200 компаній, допомогу від Saving Lives вже отримали 500 тисяч українців

eprasa.pl 4859ffd436

Синьо-жовтий капітал

– ТІШУСЯ, ЩО БАГАТО КОМПАНІЙ В ПОЛЬЩІ ЗАЦІКАВЛЕНІ ВЗЯТИ УЧАСТЬ У ВІДБУДОВІ УКРАЇНИ *– генеральний директор Metinvest Polska* **ВОЛОДИМИР ЗАДОЛИННИЙ** *розповів про роботу гірничо-металургійної промисловості в Україні, а також поділився планами Групи, щодо відновлення країни.*

Автор: **Ян Матура**

Від початку повномасштабного російського вторгнення Україна проявила неабияку мужність та сталеву рішучість на шляху до перемоги. У цьому її підтримує Метінвест – міжнародна гірничо-металургійна група компаній, яка займається виробництвом сталі, видобутком руди та вугілля.

До Групи входять видобувні й металургійні підприємства в Україні, Європі, Великій Брита-

eprasa.pl 4859ffd436

нії та США. Метінвест експортує продукцію у всьому світі. У Польщі також є представництво Групи, яке працює над забезпеченням сировиною та готовою продукцією Західноєвропейської частини та продовжує підтримувати країну у важкі часи.

Редакції „Wprost” вдалося поспілкуватися з генеральним директором Metinvest Polska Володимиром Задолинним, який докладно розповів про діяльність Групи Метінвест у Польщі, а також про зміни в гірничо-металургійному комплексі після початку війни в Україні.

„WPROST”: Метінвест неодноразово повідомляв про те, яких збитків зазнала Група після 24 лютого 2022 та як зменшилося виробництво в Україні. Проте, хотілося б дізнатися, як змінилися показники збуту продукції саме в Польщі після початку

eprasa.pl 4859ffd436

війни? Де найбільше відчули початок повномасштабного вторгнення?

Генеральний директор Metinvest Polska ВОЛОДИМИР ЗАДОЛИННИЙ: Щоб відповісти на це запитання, треба проаналізувати наш експорт з України до Польщі. Основну частку експорту української продукції до Чехії, Словаччини, Угорщини та Польщі займав прокат, а саме товстий лист, що виробляли Маріупольський металургійний комбінат імені Ілліча й «Азовсталь».

ЩОРОКУ МИ ПОСТАЧАЛИ 300-330 ТИСЯЧ ТОНН ТОВСТОЛИСТОВОГО ПРОКАТУ. *Крім того, ті самі маріупольські комбінати щороку відвантажували 200-220 тисяч тонн гарячекатаного, холоднокатаного та оцинкованого рулонного прокату.*

eprasa.pl 4859ffd436

З окупацією наших двох маріупольських комбінатів ці обсяги ми втратили.

Чи були спроби компенсувати це за допомогою інших підприємств Групи в Україні?

Ми спробували замінити маріупольські рулони продукцією із Запоріжжя, але нам це не вдалося. Насамперед це пов›язано з тим, що марки сталі, які ми виробляли в Маріуполі, не випускають у Запоріжжі.

Як довго ви працюєте у Польщі та чи велика конкуренція на цьому ринку?

Представництво Метінвесту в Польщі зареєстровано в березні 2015 року. Щодо ситуації на ринку, то в цій сфері досить велика конкуренція, адже багато європейських комбінатів виробляє подібну продукцію.Сьогодні, звісно, ми не можемо компенсувати втрачені обсяги постачання. Товстий лист з України ми зараз не постачаємо, але намагаємося завозити його на польський ри-

eprasa.pl 4859ffd436

нок із наших італійських заводів Ferriera Valsider та Metinvest Trametal. Хочу одразу зазначити, що це покриває тільки 10-12% від обсягів колишнього експорту з України. Ми розуміємо, що присутні на ринку зі значно меншими обсягами товстого листа, проте конкуренція не послаблюється.

Через війну Метінвест призупинив роботу кількох своїх підприємств. А українські морські порти, через які експортувалася левова частка металургійної продукції, заблокували росіяни. У цій ситуації Польща стала своєрідним транспортним хабом для постачання продукції до Західної Європи. Як швидко вдалося запустити нові логістичні маршрути після 24 лютого? Що було найскладнішим у цьому?

Наприкінці лютого та на початку березня 2022 року ситуація з постачанням продукції була дуже важкою. Група Метінвест здебільшого експортувала руду, напівфабрикати та готову продукцію

eprasa.pl 4859ffd436

морем. Через окупацію росіянами морських портів такий спосіб транспортування став неможливим. Постало питання, як вивозити сировину та експортувати її на ті ринки, де ми завжди були присутніми. Польща стала одним із важливих транзитних напрямків, через які ми почали доставляти продукцію до інших портів.

Тоді діяти треба було дуже швидко: хто першим підписав умови з компаніями, які перевантажують продукцію в Польщі, той і зміг отримати можливості для транзиту. З цим завданням, я вважаю, ми впоралися досить успішно, і з деякими компаніями підписали умови вже у березні. Розпочався транзит руди, чавуну, напівфабрикатів та готової продукції. Так, було важко, але в такій ситуації працювали не тільки ми, а й інші українські компанії.

Українські підприємства Метінвесту працюють під постійною загрозою обстрілів, нерідко вони самі є метою окупантів.

eprasa.pl 4859ffd436

Як це впливає на вашу роботу в Польщі? Можливо, є труднощі з постачанням чи затримки?

Найскладнішим періодом для нас та наших клієнтів у Польщі був кінець осені 2002 року — січень 2023 року. По всій Україні не вщухали ракетні обстріли. Росіяни намагалися знищити енергетичну систему країни, і їм подекуди вдавалося завдати шкоди та втрат. Через це заводи тоді працювали досить нециклічно: були випадки, коли ми були вимушені продовжити терміни доставлення продукції нашим клієнтам.

У лютому цього року ситуація стала змінюватися на краще. Підприємства Групи Метінвест потроху пристосувалися до роботи під час війни. Наскільки я знаю, ми почали купувати електроенергію в енергетичної компанії ДТЕК, яка стала імпортувати її з ЄС.

eprasa.pl 4859ffd436

> **ТОМУ З ЛЮТОГО СИТУАЦІЯ З НАШОЮ ПРОДУКЦІЄЮ ВИРІВНЮЄТЬСЯ**. *Зараз, попри воєнні дії та постійні обстріли, особливо в Запоріжжі, наші підприємства продовжують працювати.*

За даними „Forbes”, Група є найбільшим експортером гірничо-металургійної продукції в Україні у 2022 році. Хто зараз є найбільшим споживачем вашої продукції?

Основним споживачем напівфабрикатів і готової продукції Метінвесту є Євросоюз. Європа – наш головний ринок збуту.

Де саме в Польщі використовують експортовану продукцію? Що з неї виготовляють?

З нашої руди виробляють чавун і сталь, з якої потім виготовляються потрібні клієнтам вироби.

eprasa.pl 4859ffd436

Наприклад, гарячекатані та оцинковані рулони, які ми постачаємо із Запоріжжя та Кривого Рогу, здебільшого використовують для виготовлення профільних труб різних розмірів та застосування. Переважно це будівництво. Катанка застосовується для виробництва метизної продукції. Досить велику частку експорту до Польщі займає квадратна заготовка — напівфабрикат, з якого польські виробники виготовляють арматуру.

Одним із важливих проєктів, для якого використано 28,5 тисяч тонн гарячекатаного рулону „Запоріжсталі”, стало будівництво стіни на кордоні Польщі з Білоруссю. Також ММК імені Ілліча та „Азовсталь” постачали гарячекатаний прокат для будівництва споруд теплової електростанції Явожно III.

Відомо, що Метінвест є організатором ініціативи Saving Lives. Як польський офіс допомагає у боротьбі з гуманітарною кризою в Україні? Кому допомагає проєкт?

eprasa.pl 4859ffd436

Так, офіс Метінвесту в Польщі відразу після початку війни долучився до допомоги громадянам та армії України. Від початку березня ми почали закуповувати харчові продукти та засоби особистої гігієни, формували пакунки й відправляли гуманітарну допомогу в Україну. Також ми купували дрони та тепловізори для Збройних Сил України. Зараз продовжуємо цю роботу — допомагаємо гуманітарними вантажами країні.

> *Станом на сьогодні допомогу від* **SAVING LIVES ВЖЕ ОТРИМАЛИ 500 ТИСЯЧ УКРАЇНЦІВ** *і наша допомога триватиме за будь-яких обставин.*

Які ваші подальші плани щодо допомоги Україні в її відбудові? Яку роль у цьому відіграватиме філіал у Польщі?

eprasa.pl 4859ffd436

Тішуся, що багато компаній в Польщі зацікавлені взяти участь у відбудові України. З цими компаніями ми ведемо діалог, але активна частина відновлення та проєкти з відбудови розпочнуться вже після завершення бойових дій у країні. Так вважаю я та наші партнери.

Польське представництво Метінвесту надаватиме додаткову інформацію щодо проєктів відбудови нашим партнерам у Польщі, а також забезпечуватиме металопродукцією, яка зараз не виробляється в Україні. Наприклад, товстий лист, який імпортується з інших країн світу, точно знадобиться для відбудови. Тому я вважаю, що офіс у Польщі разом із партнерами може надати значну допомогу під час повоєнного відновлення України.

стаття спонсорована

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

Zagranica

WAKACJE POD UKRAIŃSKIM OSTRZAŁEM



Krym, 9.08.2022 r. - nieliczni turyści wypoczywaja na plaży, a w oddali płonie rosyjska baza wojskowa w Nowofedoriwce.

Fot. STRINGER / Reuters / Forum

epresa.pl 4859f0a436

Wakacje pod ukraińskim ostrzałem, z perspektywą odcięcia drogi powrotu do domu skutecznie zniechęcają Rosjan do wypoczywania na Krymie. Perła w koronie rosyjskich zdobyczy terytorialnych na Ukrainie mocno wyblakła, mimo że **MOSKWA POMPUJE MILIONY DOLARÓW W PODTRZYMANIE PUSTYCH HOTELI** *na półwyspie.*



Tekst: **Jakub Mielnik**

Choć walki toczą się na razie daleko od czarnomorskich kurortów, Rosjanie jak ognia unikają planowania letnich wakacji na Krymie. W tym sezonie lokowany jest tam zaledwie jeden procent wszystkich rosyjskich rezerwacji. To dramatyczny spadek w porównaniu z okresem sprzed wybuchu pełnoskalowej wojny, gdy Krym obsługiwał aż połowę krajowego ruchu turystycznego w Rosji.

eprasa.pl 4859ffd436

Siergiej Aksjonow, rosyjski namiestnik okupowanego Krymu, zaklina rzeczywistość opowiadając agencji Interfax, że w przyszłym roku branża się odbije. Snuje nawet wizję otwarcia nowych kurortów w okupowanych obwodach chersońskim i zaporoskim.

Ten pierwszy jednak Rosjanie zalali właśnie wodą z wysadzonej zapory na Dnieprze, pozbawiając przy okazji Krymu 85 procent dostaw wody pitnej. W tym drugim zaś trwa ofensywa ukraińska, mająca doprowadzić do odcięcia połączenia lądowego Krymu z Rosją i wyparcia wojsk rosyjskich z Ukrainy.

Nic dziwnego, że

> *Rosjanie, dla których* **KRYM JEST SYNONIMEM WAKACYJNEGO RAJU,** *jak Florydа dla Amerykanów czy Lazurowe Wybrzeże dla Francuzów, nie garną się do wypoczynku w Jałcie czy Symferopolu.*

Mało kto wierzy jeszcze w zapewnienia Kremla o tym, że tzw. specjalna operacja wojskowa idzie zgod-

eprasa.pl 4859ffd436

nie z planem. Ze strachu przed ukraińską ofensywą Rosjanie wybierają bezpieczniejsze kierunki wypoczynku, jak Soczi czy oderwana siłą od Gruzji Abchazja.

Z50 do 4 procent

Krymska turystyka – główne źródło dochodów ludności – stoi na krawędzi bankructwa. Zapobiec temu ma 30 milionów dolarów wyasygnowanych przez Moskwę na rekompensaty dla świecących pustkami hoteli. Pieniądze idą głównie na utrzymanie zatrudnienia 30 tysięcy ludzi, obsługujących w normalnych sezonach jednorazowo około miliona hotelowych gości.

30 milionów dolarów to i tak drobna suma w porównaniu z miliardami dolarów, które rosyjskie firmy zainwestowały w hotelarstwo po aneksji Krymu w 2014 roku. Rozszerzenie rosyjskiej agresji na całą Ukrainę w 2022 roku okazało się zabójcze dla tych inwestycji.

W ubiegłym sezonie udział Krymu w krajowym ruchu turystycznym Rosji zjechał z 50 do 4 procent. Ci, którzy odważyli się na przyjazd, uciekli w popłochu, gdy ukraińskie drony

eprasa.pl 4859ffd436

zaczęły bombardować rosyjskie cele wojskowe na Krymie. Panikę wywołało także uszkodzenie przez sabotażystów ukraińskich mostu na Cieśninie Kerczeńskiej. To jedyna w miarę bezpieczna dla cywilów droga, łączącą okupowany półwysep z Rosją.

Linia frontu się zbliża

W tym roku śmiałków, gotowych spędzić wakacje w cieniu zbliżającej się ukraińskiej ofensywy, jest jeszcze mniej. Linia frontu jest coraz bliżej i coraz częściej na półwyspie wybuchają bomby.

> *Ukraińscy dywersanci* **WYSADZILI WĘZŁY KOLEJOWE NA KRYMIE,** *pozostawiając na razie nie tkniętą tylko drogę przez Cieśninę Kerczeńską.*

Tam jednak trzeba stać w wielogodzinnych korkach, spowodowanych skrupulatnymi kontrolami wojskowymi na moście. Problem nie dotyczy zresztą tylko turystów.

eprasa.pl 4859ffd436

Reżim w Moskwie za wszelką cenę stara się zachować pozory normalności na okupowanym Krymie, dlatego stali mieszkańcy, szczególnie ci, którzy skorzystali z oferty rządowej i zdecydowali się na osiedlenie po aneksji półwyspu, są zniechęcani do wyjazdu. Wkrótce może jednak być na późno.

Jeśli ukraińska ofensywa osiągnie swój cel i doprowadzi do odcięcia Krymu od Rosji, most na Cieśninie Kerczeńskiej będzie jedyną drogą ucieczki. I łatwym celem dla ukraińskich dronów.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436



Gen. Waldemar Skrzypczak

Ukrainę stać na rozbicie Rosjan

W Łuku Donbaskim od początku wojny skupiają się główne działania Rosjan. Ten rejon stał się „center of gravity” tej wojny. To cel Putina, który chce wydrzeć Ukrainie cały Donbas. W mojej ocenie, Ukraińców stać obec-

Fot. Adam Jagielak

eprasa.pl 4859ffd436

nie tylko na jedno zdecydowane uderzenie i rozbicie Rosjan w tym miejscu.

Informacyjna burza w mediach, opisująca oszałamiające sukcesy armii ukraińskiej, raczej nie odnosi się do tego, co dzieje się w rzeczywistości na polu walki. Komentatorowi wojskowemu rysuje się obraz ciężkich walk na froncie, nadal bez przełomowych operacji, które dawałyby podstawy do wieszczenia rychłego zwycięstwa Ukraińcom.

Trwające od kliku dni zmagania angażują z dnia na dzień coraz większy potencjał po obu stronach.

> *Straty w ludziach i sprzęcie, jakie ponoszą obie strony są znaczące. Rosjanie nadal,* **NIE MOGĄC ROZPOZNAĆ ZAMIARU UKRAIŃCÓW,** *co o czasu i kierunku*

głównego uderzenia, trzymają za Donem swoje odwody operacyjne, których potencjał oceniam na równy dwóm dywizjom zmechanizowanym, wyposażonym w najnowszy sprzęt i szkolonym od marca tego roku.

eprasa.pl 4859ffd436

To prawdopodobnie ostatni rosyjski odwód, który z uwagi na rangę, jaką się mu przypisuje w zatrzymaniu ukraińskiej kontrofensywy, określić można strategicznym. Odwód ostatniej szansy Rosjan. Na pewno niebezpieczny.

Ukraińcy nadal szukają swojej szansy w znalezieniu słabych miejsc w obronie Rosjan. Na kierunku południowym, zgodnie z przewidywaniami, „nadziali” się na rozległe pola minowe, a taktyka w torowaniu w nich przejść dla nacierających wojsk zawiodła.

Na tym kierunku Rosjanie przygotowali od trzech do pięciu dobrze ufortyfikowanych pozycji obronnych, osłanianych – jak wspomniałem – licznymi i rozległymi polami minowymi. Rzec można, że kierunek zaporoski to w wykonaniu Rosjan „wojna minowa”, która w sytuacji broniącego się, daje przewagę nad atakującymi Ukraińcami.

Ponadto na tym kierunku wszystkie miasta są przygotowane do obrony okrężnej. Przy tym tempie natarcia, pokonanie jej zajmie Ukraińcom nawet kilka tygodni i spowoduje w ich szeregach znaczne straty.

eprasa.pl 4859ffd436

Czy taki jest zamiar ich dowódców? Zakładam nadal, o czym już pisałem w kwietniu, że to operacja mająca zmylić Rosjan, co do kierunku kontrofensywy.

> *Wielu sądzi, że* **ZAMIAREM MOŻE BYĆ OPERACJA DOJŚCIA DO KRYMU,** *i działania, jakie prowadzą aktualnie Ukraińcy na Zaporożu, mają taki cel.*

Na tym etapie wojny oceniam to jako bardzo mało prawdopodobne, głównie z uwagi na wspomnianą już, dobrze przygotowaną przez Rosjan, obronę na kierunku zaporoskim.

A ponadto na fakt, że w ten sposób Ukraińcy rozciągnęliby swój front o dodatkowe 200 km, które musieliby zabezpieczać kolejnymi brygadami. Moimi zdaniem nie mają aż tyle wojska. Przecież muszą zachować swoje odwody w przypadku rosyjskich przeciwuderzeń.

Ukraińcy skupią swoje główne uderzenie na jednym kierunku, aby przede wszystkim to uderzenie miało

eprasa.pl 4859ffd436

moc tarana, a po drugie, by pozwoliło rozbić duże zgrupowanie armii rosyjskiej. Nadrzędnym celem w operacji powinno być bowiem, co od dawna podkreślam, pobicie przeciwnika.

Głównym zamiarem Ukraińców, o czym też pisałem w sierpniu ubiegłego roku, powinno być przecięcie korytarza lądowego łączącego Rosję z Krymem, czyli wyjście wojsk ukraińskich na brzeg Morza Azowskiego.

Jeżeli taki zamiar mają Ukraińcy, to jedynym kierunkiem uderzenia jest Karliwka, południowo zachodni skraj Doniecka, po czym skręt na południe na brzeg Azowskiego Morza. Głębokość operacji to około 100 km. To ogromny dystans, jak na armię Ukraińską, która musi liczyć się z przeciwuderzeniem rosyjskich odwodów zza Donu.

Ponadto w okrążeniu w obwodach zaporoskim i chersońskim znalazłyby się znaczne siły armii rosyjskiej, do likwidacji których trzeba by kolejnych kilkunastu brygad ukraińskich. Zatem – moim zdaniem – jest to zamiar nie tylko ryzykowny, ale i niemożliwy. Szansa na to była blisko rok temu.

eprasa.pl 4859ffd436

Niezmiennie wracam do Donbasu, wskazując ten rejon jako cel kontrofensywy. W Łuku Donbaskim od początku wojny skupiają się główne działania Rosjan, liczących na zdobycie całego jego obszaru. Zapamiętaliśmy nieudaną iziumską operację Rosjan, kompromitujące próby sforsowania rzeki Siewierski Doniec, ciężkie walki o Siewierodonieck, Kremenną czy Lisiczańsk. Ten rejon stał się „center of gravity” tej wojny. To cel Putina, który chce wydrzeć Ukrainie cały Donbas.

> *W mojej ocenie,* **UKRAIŃCÓW STAĆ OBECNIE TYLKO NA JEDNO ZDECYDOWANE UDERZENIE,** *które pozwoli im rozbić zgrupowanie wojsk rosyjskich.*

A w rejonie Łuku Donbaskiego Rosjanie nie są w przygotowanym ugrupowaniu obronnym i są wrażliwi na uderzenia w skrzydła swoich związanych walką wojsk.

eprasa.pl 4859ffd436

Atutem wspomnianego Łuku jest rzeka Siewierski Doniec, zamykająca od wschodu kierunek podejścia odwodów rosyjskich, przy założeniu, że Ukraińcom uda się okrążyć Rosjan w Łuku Donbaskim. Głębokość operacji to maksymalnie 40 km na froncie o szerokości 20-25 km.

Podsumowując swoje prognozy, oceniam, że Ukraińców stać na rozbicie Rosjan w Łuku Donbaskim, z utrzymaniem na innych kierunkach swoich pozycji i jednocześnie dysponowaniem nadal silnymi odwodami do działania przeciwko rezerwowym odwodom rosyjskim. Moim zdaniem, czas kontrofensywy już nadszedł.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

wprost

orły 2023



VII edycja Orłów Wprost

Gala

wręczenia nagród
Czerwiec 2023,
Rzeszów

Rzeszów

www.orly.wprost.pl

PARTNER HONOROWY:

Ministerstwo Funduszy i Polityki Regionalnej

PARTNER INSTYTUCJONALNY GALI:

Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi

PARTNERZY STRATEGICZNI:

ORLEN

Bank Polski

Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa

#KUPUJŚWIADOMIE

PRODUKT POLSKI

Bank Pekao

PARTNERZY GŁÓWNI:

Fundusze Europejskie Inteligentny Rozwój

Rzeczpospolita Polska

PARP Grupa PFR

Unia Europejska Europejski Fundusz Rozwoju Regionalnego

BGK

PGE Polska Grupa Energetyczna

PARTNERZY:

POLREGIO

G2A ARENA

eprasa.pl 4859ffd436



Fot. Guo Xulei / Xinhua News Agency / Forum

PRZEKRACZAMY KOLEJNE GRANICE NIEMOŻLIWEGO

Zaozhuang w chińskiej prowincji Szantung – 1.01.2022 r. – przygotowanie do wstrzyknięcia nusinersenu 4-letniemu pacjentowi.

eprasa.pl 4859ffd436

Jeszcze kilkanaście lat temu SMA był niemal wyrokiem: w przypadku rozpoznania choroby w pierwszych miesiącach życia mięśnie dziecka tak słabły, że przed ukończeniem roku nie było w stanie samodzielnie oddychać. Dziś **SĄ TRZY SKUTECZNE TERAPIE I BADANIA PRZESIEWOWE, DZIĘKI CZEMU MOŻNA PODAĆ LECZENIE NIEMAL ZARAZ PO URODZENIU**. *A na horyzoncie są kolejne terapie, które mogą przełamać kolejne bariery.*



Tekst: **Katarzyna Pinkosz**

W leczeniu tej rzadkiej choroby, jaką jest rdzeniowy zanik mięśni (SMA), dokonała się w ostatnich latach jedna z największych rewolucji w medycynie. Jeszcze kilkanaście lat temu nie było leczenia, które mogłoby zahamować postęp choroby. Po kolei słabły wszystkie mięśnie, pojawiała się postępująca niepełnosprawność. Diagnoza

eprasa.pl 4859ffd436

SMA typu 1, kiedy objawy choroby pojawiały się już w pierwszych 6 miesiącach życia, brzmiała jak wyrok: można było jedynie stosować rehabilitację, wspomagać dziecko oddechowo respiratorem, podawać żywienie przez specjalną sondę.

Dziś są już zarejestrowane trzy nowoczesne terapie, które hamują postęp choroby. W tym terapia genowa, która podana jeden raz ma szansę spowodować, że u dziecka przez wiele lat (lub nawet do końca życia), nie rozwiną się objawy choroby.

Milowym krokiem jest też wprowadzenie badań przesiewowych noworodków – umożliwiają one wykrycie SMA w pierwszych dniach życia i zastosowanie leczenia w okresie przedobjawowym, co daje szansę na to, że objawy nigdy się nie pojawią lub będą bardzo niewielkie.

– Żyjemy w fantastycznych czasach: przeszliśmy z sytuacji, gdzie nie mieliśmy nic, do sytuacji, gdzie mamy badania przesiewowe i trzy skuteczne terapie – mówi prof. Laurent Servais z oksfordzkiego Centrum Chorób Nerwowo-Mięśniowych i profesor wizytujący

eprasa.pl 4859ffd436

na oddziale neurologii dziecięcej na Uniwersytecie w Liege.

Która terapia skuteczniejsza?

Do tej pory uważano, że komórki układu nerwowego nie regenerują się, jeśli doszło do ich zniszczenia, co oznaczałby, że nie można przywrócić tych umiejętności, które straciła osoba chora na SMA. Jednak badania obserwacyjne, przeprowadzone u osób, które otrzymały pierwszą z innowacyjnych terapii (nusinersen) wykazały, że lek nie tylko hamuje postęp choroby, ale

> *w wielu przypadkach jego długotrwałe stosowanie (w połączeniu z rehabilitacją ruchową) pozwala na* **ODZYSKANIE NIEKTÓRYCH UTRACONYCH WCZEŚNIEJ SPRAWNOŚCI.**

Wielu pacjentów deklaruje, że ma większą siłę mięśniową i udało im się odzyskać niektóre umiejętności.

eprasa.pl 4859ffd436

Jak na razie, postępy mogą wydawać się nieduże, jednak dla chorych są kamieniem milowym.

Podobnych efektów można spodziewać się też po pozostałych dwóch terapiach: doustnej (risdiplam) oraz terapii genowej. Jak na razie nie sposób porównać, która z terapii jest bardziej efektywna w przypadku konkretnego chorego.

– Obecnie jest prowadzone badanie we Włoszech, w ramach którego lekarze starają się określić, jak działają poszczególne terapie. A także znaleźć biomarkery, które mogłyby wskazywać na lepszą odpowiedź oraz opracować algorytmy sztucznej inteligencji mogące wskazać, u jakiego pacjenta dany lek byłby najbardziej skuteczny – mówi Kacper Ruciński, członek Rady Strategicznej Fundacji SMA.

Już wkrótce można spodziewać się nowych form „starych” terapii. W przypadku nusinersenu badana jest skuteczność podawania leku w wyższej dawce. W przypadku risdiplamu ma pojawić się lek w postaci tabletki (obecnie lek jest w syropie). Również producent terapii genowej pracuje nad nową jej formą, po-

eprasa.pl 4859ffd436

dawaną dooponowo, za to w mniejszej dawce, co zminimalizowałoby ewentualne skutki uboczne.

Czy da się zregenerować neurony

– Jak na razie nie ma przekonujących dowodów, że jest sens zamiany jednej z istniejących terapii na inną, jeśli chodzi o skuteczność. Ważną opcją wydaje się zastosowanie leków oddziałujących na inne struktury, nie na białko SMN, jak to jest w przypadku trzech dostępnych do tej pory terapii, lecz na inne struktury, np. na mięśnie. Mamy obecnie trzy leki w próbach klinicznych, które mają na celu odwrócić zanik mięśni – zaznacza prof. Laurent Servais.

Te badane cząsteczki, mające na celu odbudowę tkanki mięśniowej, to inhibitory miostatyny.

– Miostatyna w organizmie hamuje podział komórek mięśniowych; inhibitory miostatyny mają na celu hamowanie jej wytwarzania, dzięki czemu u osób z SMA komórki mięśniowe będą miały szansę namnażać się i masa mięśniowa będzie przyrastać – tłumaczy Kacper Ruciński.

eprasa.pl 4859ffd436

Trzy leki z tej grupy są już na zaawansowanym etapie badań klinicznych.

– W przypadku pierwszego wiemy, że niektórzy chorzy mieli bardzo dobrą odpowiedź na leczenie,

> *musimy jednak zaczekać na ostateczne wnioski po zakończeniu badania, co jest* **PLANOWANE NA KONIEC 2024 ROKU.** *Badanie kliniczne z tym lekiem jest prowadzone także w Polsce,*

w ośrodkach w Warszawie, Poznaniu, Gdańsku. Drugi lek z tej grupy ma być stosowany razem z risdiplamem, badanie również jest prowadzone w Polsce. Trzecia cząsteczka była pierwotnie badana w dystrofii mięśniowej Duchenne'a, tam nie okazała się skuteczna, gdyż jej działanie hamowały przyjmowane przez pacjentów sterydy. Badanie w SMA dopiero się zaczęło, tu nowa cząsteczka ma większe szanse, dążymy do tego, by badanie kliniczne było prowadzone w Polsce – zaznacza Kacper Ruciński.

eprasa.pl 4859ffd436

Są też rozwijane kolejne próby leków działających przyczynowo, terapii genowych: niektóre są już w badaniach klinicznych, inne w badaniach przedklinicznych. Obok wielkich gigantów farmaceutycznych badania rozwijają mniejsze firmy.

– Najlepszym rozwiązaniem byłby rozwój terapii genowych, a jednocześnie takie terapie, które pozwalałyby na tworzenie nowych motoneuronów (neuronów ruchowych) lub generowanie komórek, które mogą zostać motoneuronami. Chodzi jednak nie tylko o to, by je stworzyć, ale także zmusić do pracy, do tworzenia nowych połączeń nerwowych. To przyszłość, jednak musimy przekraczać kolejne granice niemożliwego – zaznacza prof. Laurent Servais.

Potrzebna rehabilitacja i opieka koordynowana

O nowych terapiach mówili eksperci i pacjenci podczas XI już konferencji Weekend ze SMA-kiem, która co roku gromadzi społeczność chorych, ich rodzin i eks-

eprasa.pl 4859ffd436

pertów. Rodzice chorych dzieci i dorośli chorzy z nadzieją czekają na wieści o nowych terapiach, które pozwoliłyby na odzyskanie sprawności. Jednak leki to nie wszystko, czego potrzebują dziś chorzy.

Od czasu wprowadzenia pierwszych leków w SMA sytuacja pacjentów znacznie się poprawiła.

– Leki bardzo dobrze działają, bardzo cieszymy się też z wprowadzenia badań przesiewowych. W ramach programu lekowego mamy zalążki opieki koordynowanej: pacjent trafia do systemu, gdzie jest leczony, oceniany, koordynowany i zaopiekowany przez wielu specjalistów. Jednak

> *bardzo jest nam potrzebny* **ROZWÓJ OPIEKI KOORDYNOWANEJ,** *jak również potrzebnych będzie więcej ośrodków zajmujących się leczeniem dorosłych*

– zaznacza Dorota Raczek, prezes Fundacji SMA.

Niezbędna jest też dobrana do wieku i stanu sprawności pacjenta rehabilitacja.

eprasa.pl 4859ffd436

– Ruch sam w sobie jest lekarstwem. Fizjoterapia jest konieczna zarówno u dzieci, jak u dorosłych. Mogę powiedzieć, że dzieci zostały zdiagnozowane w czasie przesiewu noworodkowego, którym podano szybko leczenie, rozwijają się bardzo dobrze w stosunku do dzieci, które rozpoczęły leczenie, gdy miały już objawy. Jednak często również dzieci, które szybko rozpoczęły leczenie, również potrzebują rehabilitacji, gdyż mają np. nieprawidłowe ustawienie główki, co ma wpływ na późniejszy rozwój sprawności. Dlatego fizjoterapia powinna być rozpoczęta już od pierwszych dni życia. Fizjoterapia powinna też dotyczyć osób dorosłych. Tu bardzo potrzebne jest wsparcie systemowe i szkolenia fizjoterapeutów – zaznacza dr hab. Agnieszka Stępień, prezes Stowarzyszenia Fizjoterapia Polska.

Leczenie SMA w Polsce jest dziś stawiane za wzór (Polska jest jednym z niewielu krajów, w których jest dostęp do wszystkich terapii i wszystkie noworodki są objęte programem badań przesiewowych). Wciąż jednak jeszcze pozostaje wiele do zrobienia.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

wprost

Akademia Zdrowia „Wprost”



POSTAW NA PROFILAKTYKĘ

MATERIAŁ POWSTAŁ PRZY WSPÓŁPRACY Z NARODOWYM FUNDUSZEM ZDROWIA

NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia

eprasa.pl 4859ffd436

Akademia Zdrowia „Wprost”

ZADBAJ O ZDROWIE, BADANIA SĄ MODNE

Polacy coraz częściej chcą się badać i wiedzieć, czy są zdrowi. Widać to w mobilnych strefach zdrowia czy podczas pikników zdrowotnych, gdzie można zważyć się, poznać zawartość wody czy masę mięśni, sprawdzić ciśnienie tętnicze czy wykonać USG. **WARTO WIEDZIEĆ, GDZIE MOŻNA NA CO DZIEŃ WYKONAĆ BEZPŁATNE POMIARY I BADANIA,** *oraz które z nich są najważniejsze dla zdrowia.*

Tekst: **Katarzyna Pinkosz**

eprasa.pl 4859ffd436

Rośnie świadomość tego, że warto dbać o siebie, zadbać o swoją kondycję i zdrowie (to najlepsza inwestycja); zrobić morfologię, badanie moczu, wykonać przesiewową cytologię, mammografię czy kolonoskopię. Dzięki badaniom można zyskać pewność, że jest się zdrowym lub wykryć chorobę na tak wczesnym etapie, kiedy nie daje ona jeszcze objawów i szansa na wyleczenie jest największa.

Kto powinien się badać

Badania profilaktyczne powinien wykonywać każdy, niezależnie od wieku. W przypadku dzieci o badaniach (np. morfologia, badanie ogólne moczu, ciśnienie tętnicze, stężenie cholesterolu, USG i inne) decyduje pediatra, w zależności od zdrowia dziecka i niepokojących objawów. Kontroli zdrowia dziecka służą również bilanse zdrowia – okresowe profilaktyczne badania przeprowadzane na różnych etapach życia dziecka. Pozwalają sprawdzić, czy dziecko rozwija się prawidłowo oraz wcześnie wykryć wady rozwojowe czy choroby.

eprasa.pl 4859ffd436

Jakie badania powinien wykonać dorosły

Niezależnie od wieku należy znać swój wzrost, wagę ciała, BMI, ciśnienie tętnicze, stężenie cholesterolu. O badania zawsze warto zapytać lekarza rodzinnego: doradzi, które są konieczne. Również na stronie akademia.nfz.gov.pl można sprawdzić, które badania należy wykonać, w zależności od płci i wieku. Tego typu informacje można też uzyskać na stanowiskach ds. profilaktyki i promocji zdrowia np. w Kioskach Profilaktycznych NFZ i podczas organizowanych przez NFZ akcji „Środa z Profilaktyką”.

Kioski zdrowia

W Kiosku Profilaktycznym NFZ nie kupisz gazet, biletów autobusowych, drobnych przekąsek czy napojów, za to w ciągu kilku minut sprawdzisz, czy twoja waga nie jest za duża, jakie masz BMI i skład ciała oraz czy ciśnienie tętnicze nie jest zbyt wysokie. Wszystkie te pomiary można wykonać np. przy okazji wyrabiania w oddziale wojewódzkim NFZ karty EKUZ czy składa-

eprasa.pl 4859ffd436

nia dokumentów przy wyjeździe do sanatorium. Można też na wizytę w Kiosku Profilaktycznym zapisać się przez stronę oddziału wojewódzkiego NFZ, albo przez bezpłatną infolinię Funduszu (800 190 590). Pomiary w Kiosku Profilaktycznym są bezpłatne, ich wyniki można omówić z doradcą ds. profilaktyki i promocji zdrowia NFZ (często jest nim np. dietetyk, ekspert zdrowia publicznego).

– Omawiamy wyniki każdej osoby, która do nas się zgłosi. Jeśli widzimy, że ma ona nadwagę czy otyłość, często rozmawiam o nawykach żywieniowych – mówi Aneta Kądziołka, która pracuje w mazowieckim oddziale wojewódzkim NFZ jako doradca ds. profilaktyki i promocji zdrowia, a z zawodu jest dietetykiem.

– W trakcie rozmowy pytam o sposób żywienia, zachęcam do zajrzenia na portal diety.nfz.gov.pl, gdzie można się bezpłatnie zarejestrować i dobrać dla siebie indywidualną dietę, np. DASH, bardzo polecaną zarówno dla osób z nadwagą, jak z nadciśnieniem tętni-

eprasa.pl 4859ffd436

Akademia Zdrowia „Wprost”



Fot. Narodowy Fundusz Zdrowia

Kiosk profilaktyczny NFZ.

eprasa.pl 4859ffd436

czym czy cukrzycą. Mówię także o prawidłowym nawodnieniu. Jeśli z kolei z pomiarów składu ciała wynika, że za mała jest masa mięśniowa, zachęcam do większej aktywności fizycznej, a także do pobrania aplikacji Moje Fizjo+, gdzie można poćwiczyć razem z rehabilitantem.

> *Zachęcam do programów profilaktycznych, do* **ZAGLĄDANIA DO AKADEMII NFZ, ZAŁOŻENIA APLIKACJI MOJEIKP** *w telefonie komórkowym – dodaje.*

Wizyta w Kiosku Profilaktycznym trwa od kilkunastu minut do pół godziny. W tym czasie można wykonać najważniejsze pomiary, które określają ryzyko zachorowania na choroby cywilizacyjne. Wyniki pomiarów, wydrukowane w kiosku, można omówić z doradcą ds. profilaktyki i promocji zdrowia, który nie tylko podpowie, co warto zmienić w stylu życiu, ale również w przypadku gdy uzyskane parametry okażą się złe,

eprasa.pl 4859ffd436

występuje duża nadwaga, czy wysokie ciśnienie tętnicze, wskaże, do jakiego specjalisty należy się udać.

– Zdarzały się sytuacje, kiedy z powodu zagrożenia życia trzeba było wezwać zespół ratownictwa medycznego. Dziś osoba, która wtedy potrzebowała pilnej pomocy, stale kontroluje ciśnienie i regularnie wykonuje pomiary w kiosku profilaktycznym – mówi Sylwia Wądrzyk, dyrektor Departamentu Obsługi Klientów i Profilaktyki w Centrali NFZ.

Takich osób, które do Kiosków Profilaktycznych przychodzą regularnie, sprawdzając czy np. ćwiczenia lub zmiana nawyków żywieniowych dają efekt, jest coraz więcej. – Bardzo nas cieszą takie regularne wizyty, bo dowodzą, że wizyta w kiosku profilaktycznym stała się impulsem do trwałej zmiany nawyków. Ten właśnie aspekt w dużej mierze wpływa na nasze zdrowie. Ważne są dieta, aktywność fizyczna oraz jakość środowiska, w którym żyjemy – dodaje przedstawicielka NFZ.

Każda z osób, które odwiedza kiosk otrzymuje również pakiet informacji na temat badań profilaktycz-

eprasa.pl 4859ffd436

nych, miejsc, w których można je wykonać oraz świadczeń medycznych. Kioski są w pełni przystosowane do potrzeb osób z niepełnosprawnościami.

Od początku roku ponad 16 tys. osób skorzystało z usług oferowanych na stanowisku ds. profilaktyki i promocji zdrowia oraz kiosków profilaktycznych.

Środy z Profilaktyką

Promocji zdrowia służą też cyklicznie organizowane „Środy z Profilaktyką” w NFZ. – Są z nami eksperci, lekarze, pielęgniarki, farmaceuci, fizjoterapeuci, ratownicy medyczni, przedstawiciele organizacji pacjentów. Udzielają informacji, dzielą się wiedzą, doświadczeniem – zaznacza Sylwia Wądrzyk.

Ogromnym zainteresowaniem cieszą się spotkania z Amazonkami, które pokazują, jak samemu badać piersi. Także panowie uczą się na fantomach, jak badać jądra. Najmłodsi, pod okiem ratowników medycznych, zgłębiają zasady udzielania pierwszej pomocy, a pracownicy NFZ szczegółowo informują, gdzie i z jakich badań pro-

eprasa.pl 4859ffd436

filaktycznych można skorzystać. – Zachęcam też do odwiedzenia portalu Akademia NFZ, gdzie znajdziemy m.in. praktyczny kalendarz badań profilaktycznych dla osób w każdym wieku, bazę wiedzy o profilaktyce zdrowotnej oraz specjalny pakiet informacji o zdrowym stylu życia dla najmłodszych – mówi Sylwia Wądrzyk.

> *Każda* **„ŚRODA Z PROFILAKTYKĄ” JEST POŚWIĘCONA INNEMU TEMATOWI,** *np. profilaktyce chorób zakaźnych, boreliozie, nadciśnieniu tętniczemu, cukrzycy, profilaktyce chorób układu krążenia.*

W najbliższych tygodniach skupimy się na szczepieniach, między innymi przeciw HPV.

Profilaktyka 40 Plus i badania przesiewowe

Warto skorzystać też z bezpłatnych badań profilaktycznych w ramach programu Profilaktyka 40 Plus.

eprasa.pl 4859ffd436

Akademia Zdrowia „Wprost”



Fot. Narodowy Fundusz Zdrowia

W Kiosku Profilaktycznym sprawdzisz m.in. wagę, BMI, skład ciała, zmierzysz ciśnienie tętnicze.

eprasa.pl 4859ffd436

W ramach pakietu badań osoby po 40. roku życia mogą m.in. wykonać morfologię, sprawdzić ciśnienie tętnicze, stężenie glukozy, cholesterolu, kreatyniny, kwasu moczowego, wykonać próby wątrobowe, wykonać test na krew utajoną w kale, badanie ogólne moczu, a mężczyźni także sprawdzić poziom PSA.

Nie jest potrzebne skierowanie od lekarza. Wystarczy odpowiedzieć na pytania z ankiety (za pośrednictwem infolinii 22 7353953, Internetowego Konta Pacjenta, aplikacji mojeIKP lub w przychodni POZ, która realizuje program Profilaktyka 40 Plus). W ciągu dwóch dni od wypełnienia ankiety otrzymasz e-skierowanie.

Więcej na temat programu na stronie: **PACJENT.GOV.PL/AKTUALNOSC/JAKIE-BADANIA-W-PROGRAMIE-PROFILAKTYKA-40-PLUS.**

Kobiety w wieku od 25 do 59 lat mogą co trzy lata wykonać bezpłatnie cytologię w ramach Programu Profilaktyki Raka Szyjki Macicy (jeśli kobieta jest obciążona czynnikami ryzyka, jak np. zakażenie HIV,

eprasa.pl 4859ffd436

przyjmowanie leków immunosupresyjnych, może wykonać badanie co roku). Badania można wykonać bez skierowania w gabinetach ginekologiczno-położniczych oraz wybranych placówkach POZ, które mają kontrakt z NFZ.

Lista placówek jest dostępna pod adresem: **HTTPS://WWW.NFZ.GOV.PL/DLA-PACJENTA/PROGRAMY-PROFILAKTYCZNE/.**

Kobiety w wieku 50-69 lat mogą wykonać co dwa lata profilaktycznie mammografię (chyba że dostały pisemne wskazanie w ramach realizacji programu, że powinny wykonać badanie po upływie 12 miesięcy.

Lista placówek realizujących program jest na stronie: **GSL.NFZ.GOV.PL/GSL/GSL/PROGRAMYPROFILAKTYCZNE)**

Osoby w wieku 50–65 lat lub w wieku 40–49 lat mające krewnego pierwszego stopnia, u którego rozpoznano nowotwór jelita grubego i nie wykonywały kolonoskopii w okresie ostatnich 10 lat i nie mają objawów sugerujących raka jelita grubego, mogą zapisać

eprasa.pl 4859ffd436

się na kolonoskopię. Daje 95 proc. czułości w wykrywaniu raka jelita grubego. Do udziału w programie nie jest potrzebne skierowanie. Wystarczy, że pacjent jest w grupie wiekowej, która kwalifikuje się do wykonania przesiewowej kolonoskopii i zgłosi się do placówki realizującej program.

Lista placówek realizujących program: **WWW.NFZ.GOV.PL/DLA-PACJENTA/PROGRAMY-PROFILAKTYCZNE/PROGRAM-BADAN-PRZESIEWOWYCH--RAKA-JELITA-GRUBEGO/.**

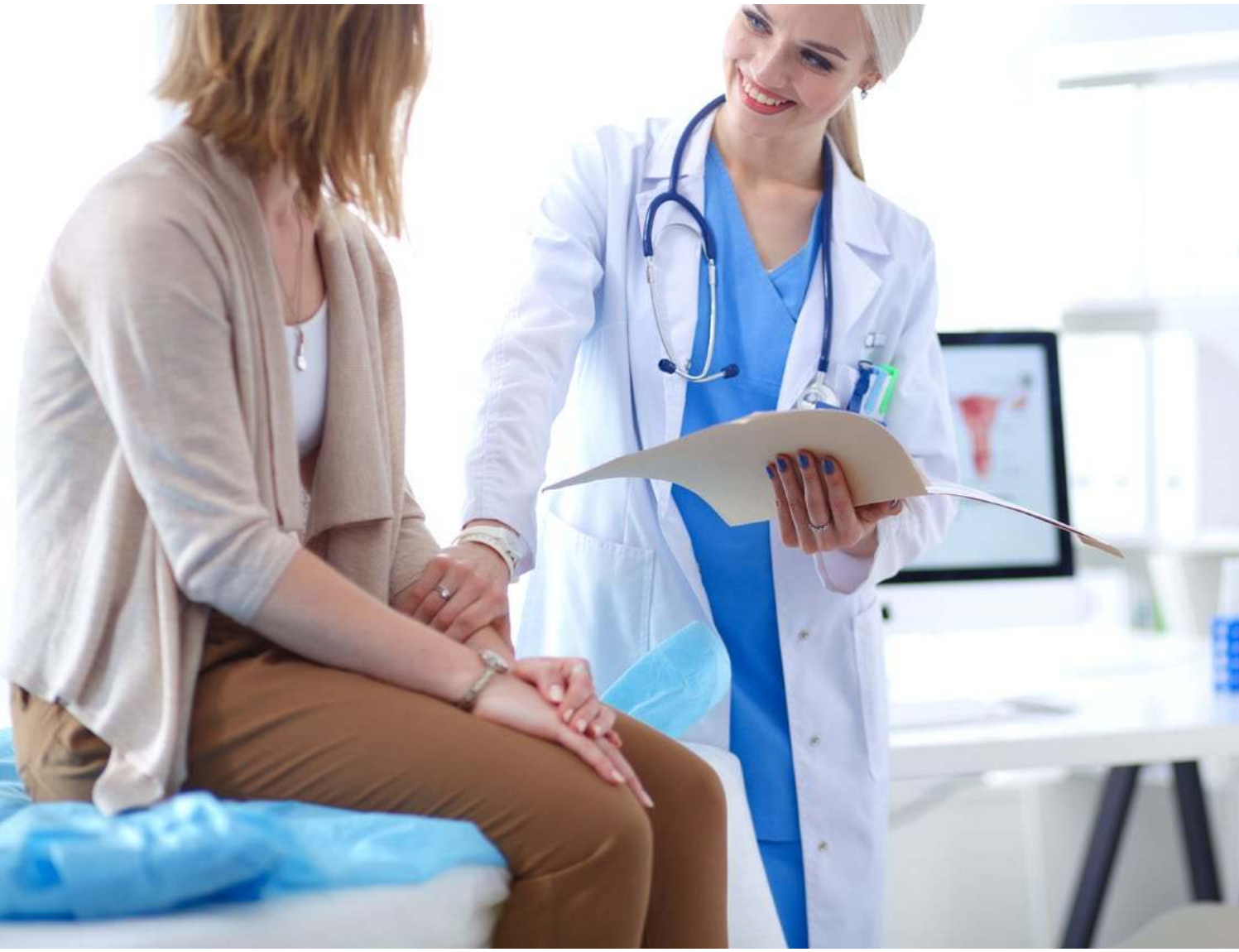
Materiał powstał przy współpracy
z Narodowym Funduszem Zdrowia

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

Akademia Zdrowia „Wprost”



DLACZEGO WARTO ZROBIĆ CYTOLOGIĘ

Fot. 123RF

eprasa.pl 4859ffd436

Akademia Zdrowia „Wprost”

Masz więcej niż 25 lat? Raz na trzy lata wykonaj cytologię w ramach bezpłatnych badań przesiewowych. Za badanie nic nie zapłacisz. **REGULARNE WYKONYWANIE CYTOLOGII MOŻE UCHRONIĆ CIĘ PRZED RAKIEM SZYJKI MACICY, NA KTÓRY W POLSCE CO ROKU UMIERAJĄ PRAWIE DWA TYSIĄCE KOBIET. EKSPERCI PRZEKONUJĄ: 99 PROC. ZACHOROWAŃ MOŻNA ZAPOBIEC, DZIĘKI SZCZEPIENIOM HPV I WYKONYWANIU CYTOLOGII.** *– To badanie jest przepustką do zdrowia – mówi prof. Mariusz Bidziński, krajowy konsultant w dziedzinie ginekologii onkologicznej. Zobacz, gdzie bezpłatnie zrobisz badanie.*

Tekst: **Anna Dembińska**

eprasa.pl 4859ffd436

Akademia Zdrowia „Wprost”

Cytologia daje szansę na wczesne wykrywanie stanów przednowotworowych i nowotworowych szyjki macicy, kiedy nie występują jeszcze żadne objawy. Konieczne jest jednak wykonywanie badań regularnie. – Mamy dzisiaj bardzo dobrze przygotowane programy profilaktyczne, które pozwalają wykryć pewne nieprawidłowości na bardzo wczesnym etapie. Nawet jeśli zmiana okaże się nowotworową, to bardzo często wykryta na wczesnym etapie może być leczona zachowawczo, nie są konieczne metody radykalne – mówi prof. Mariusz Bidziński, ginekolog-onkolog, krajowy konsultant w dziedzinie onkologii ginekologicznej.

– Jeśli dbamy o profilaktykę, możemy zaoszczędzić kobiecie wielu łez, a także dać szansę na normalne funkcjonowanie w życiu rodzinnym, na prokreację, czy bycie szczęśliwą mamą. Warto się badać, bo cytologia nie boli, a daje szansę na wczesne wykrycie nieprawidłowości – dodaje prof. Bidziński.

eprasa.pl 4859ffd436

Jak wygląda badanie cytologiczne?

Cytologię wykonuje lekarz ginekolog lub położna w gabinecie. Badanie zaczyna się od wprowadzenia wziernika do pochwy. To narzędzie przypominające szczoteczkę do rzęs. Następnie przy pomocy szczoteczki pobierane są komórki z tarczy i kanału szyjki macicy. To całkowicie bezbolesne. Pobrane komórki umieszcza się na szkiełku cytologicznym i przekazuje do laboratorium, aby ocenić je pod mikroskopem.

Czy potrzebne jest skierowanie na cytologię?

Nie. W ramach Programu Profilaktyki Raka Szyjki Macicy na NFZ, kobiety w wieku od 25. do 59. roku życia mogą wykonać bezpłatnie cytologię raz na trzy lata (lub raz w roku, jeśli lekarz potwierdził czynniki ryzyka). Skierowanie nie jest konieczne.

– Badanie może też wykonać w czasie typowej wizyty ginekolog. Dlatego jeśli kobieta odczuwa jakiekolwiek nieprzyjemne dolegliwości, to może poprosić ginekologa o wykonanie cytologii – zaznacza prof. Bidziński.

eprasa.pl 4859ffd436

Kto powinien się badać?

Obecnie w ramach programu profilaktycznego NFZ badanie jest bezpłatne dla kobiet w wieku od 25 do 59 lat. Badać powinna się każda kobieta, niezależnie od tego, czy odczuwa jakiekolwiek dolegliwości, czy nie, czy prowadzi życie intymne, czy nie.

Cytologię powinny wykonywać również kobiety po 59. roku życia – takie badanie może wykonać lub zlecić ginekolog. Jeśli wykonasz je w placówce mającej kontrakt z NFZ, wtedy jest ono również bezpłatne.

Czy ma znaczenie, w jakim momencie cyklu wykonam badania?

Tak, ponieważ ma to wpływ na wiarygodność wyników. Badanie najlepiej wykonać najwcześniej cztery dni po ostatnim dniu miesiączki i nie później niż cztery dni przed rozpoczęciem krwawienia. Jeżeli kobieta stosuje leki dopochwowe, to powinna je odstawić co najmniej 4 dni przed pobraniem wymazu, a jeśli pod-

eprasa.pl 4859ffd436

dała się badaniu ginekologicznemu / USG przezpochwowemu, to powinna odczekać jeden dzień. Na 24 godziny przed pobraniem cytologii kobieta nie powinna współżyć.

Gdzie wykonuje się badanie cytologiczne?

Cytologię wykonują lekarze ginekolodzy i położne w poradniach ginekologiczno-położniczych oraz uprawnione położne w wybranych placówkach POZ. Adresy i dane kontaktowe placówek realizujących program dostępne są na stronie Narodowego Funduszu Zdrowia w zakładce „Dla Pacjenta – Programy profilaktyczne”.

Badanie cytologiczne można wykonać także podczas typowej wizyty ginekologicznej.

Jak często konieczne jest powtarzanie cytologii?

Jeśli wynik cytologii jest prawidłowy, raz na trzy lata, jednak lekarz może zalecić wykonanie badania czę-

eprasa.pl 4859ffd436

ściej. Kobiety obciążone czynnikami ryzyka, tj. kobiety zakażone HIV, przyjmujące leki immunosupresyjne, zakażone HPV, powinny wykonywać badania profilaktyczne co 12 miesięcy.

Co wtedy, gdy wynik będzie nieprawidłowy?

W przypadku nieprawidłowego wyniku zostanie wystawione skierowanie na pogłębione badania diagnostyczne w ramach programu, tj. kolposkopię lub kolposkopię z biopsją i badaniem histopatologicznym pobranych wycinków. – Cytologia podpowiada nam, czy stan szyjki macicy jest prawidłowy, czy potencjalnie dzieje się coś nieprawidłowego: wtedy jest to informacja, że kobieta powinna być bardziej dokładnie przebadana. Zwykle okazuje się, że ten „alarm” jest przedwczesny. U 95 proc. badanych kobiet nie ma żadnej patologii, a 5 proc. należy dalej badać, czy nie mamy jednak do czynienia z chorobą – zaznacza prof. Bidziński.

eprasa.pl 4859ffd436

Czy cytologia chroni przed rakiem?

Regularne wykonywanie cytologii pozwala wykryć stany przednowotworowe, które można wyleczyć oraz wczesne stadia nowotworu, kiedy nie ma jeszcze objawów. Rak szyjki macicy nie daje żadnych objawów w początkowym etapie. Wykrycie go odpowiednio wcześnie znacznie zwiększa szanse na wyleczenie.

Co jest przyczyną raka szyjki macicy?

Główną przyczyną rozwoju raka szyjki macicy jest zakażenie wirusem brodawczaka ludzkiego (HPV), który przenoszony jest najczęściej drogą płciową. Dlatego ważne jest również zaszczepienie się przeciw HPV przed rozpoczęciem współżycia. Obecnie w Polsce szczepienia są bezpłatne dla młodzieży w wieku 12 i 13 lat. Dla osób nieobjętych szczepieniami bezpłatnymi, szczepionka jest zalecana, a jeden z preparatów – refundowany z odpłatnością 50 proc. Zaszczepienie się jest polecane szczególnie kobietom, które nie rozpoczęły współżycia płciowego.

eprasa.pl 4859ffd436

Kobiety zaszczepione przeciw HPV również powinny wykonywać **REGULARNE BADANIA CYTOLOGICZNE.**

Jakie są czynniki ryzyka zachorowania na raka szyjki macicy?

Na raka szyjki macicy można zachorować w każdym wieku. Najwięcej kobiet choruje powyżej 60. roku życia, jednak w ostatnich latach problem ten dotyka coraz więcej młodszych kobiet między 35. a 44 rokiem życia.

Do głównych czynników ryzyka rozwoju raka szyjki macicy należą czynniki związane z przenoszeniem wirusa brodawczaka ludzkiego (HPV). Im więcej partnerów seksualnych ma kobieta i wcześniej zaczyna współżycie, tym wyższe ryzyko zakażenia.

Rozwojowi raka szyjki macicy sprzyja także: wieloletnie stosowanie antykoncepcji hormonalnej, palenie papierosów, duża liczba porodów, przyjmowanie leków, które obniżają odporność, dieta uboga w witaminę

eprasa.pl 4859ffd436

C, A i karotenoidy, przebyte choroby przenoszone drogą płciową, a także wrodzone predyspozycje rodzinne do powstawania nowotworu.

Jakie są objawy raka szyjki macicy?

We wczesnym etapie rozwoju rak szyjki macicy nie daje objawów. Pierwsze objawy pojawiają się w zaawansowanym stadium. Należy jak najszybciej zgłosić się do lekarza, jeśli występują: nieprawidłowe krwawienia pojawiające się pomiędzy miesiączkami, w okresie pomenopauzalnym i po badaniu ginekologicznym, krwiste lub wodniste upławy o nieprzyjemnym zapachu i ciemnym kolorze, ból w okolicy miednicy i podbrzusza, obecność krwi w moczu i stolcu. Nie muszą to być objawy nowotworu, konieczna jest jednak wizyta u ginekologa.

Jak zmniejszyć ryzyko zakażenia wirusem HPV?

Najskuteczniejszym sposobem zapobiegania zakażeniom HPV i chorobom nowotworowym związanym z tym no-

eprasa.pl 4859ffd436

wotworem jest szczepienie, jeszcze przed inicjacją seksualną. Od 1 listopada 2021 roku pacjenci płacą 50% za szczepionkę przeciwko HPV w ramach refundacji NFZ (ze szczepienia mogą korzystać osoby po 9. roku życia, zgodnie ze wskazaniami), natomiast od 1 czerwca 2023 roku istnieje możliwość bezpłatnego podania szczepionki młodzieży (dziewczynki i chłopcy) w wieku 12 i 13 lat.

Dlaczego chłopcy powinni się szczepić przeciw HPV?

Szczepienia przeciw HPV zaleca się wszystkim nastolatkom, zarówno dziewczynkom jak i chłopcom. Zakażenia HPV dotyczą obu płci. Chłopcy mogą być nosicielami wirusa HPV. Nowotwory złośliwe i choroby związane z zakażeniem HPV u mężczyzn obejmują: raka prącia, raka odbytu, raka głowy i szyi, a także brodawki narządów płciowych (kłykciny kończyste). Szczepienie przeciw HPV zapobiega zakażeniu się wirusem i chroni przed wystąpieniem niektórych chorób nowotworowych oraz brodawek narządów płciowych.

eprasa.pl 4859ffd436

Akademia Zdrowia „Wprost”

Czy raka szyjki macicy można wyleczyć?

Tak, szczególnie jeśli jest wykryty we wczesnym stadium. W Europie ponad 62 proc. rozpoznanych raków szyjki macicy można całkowicie wyleczyć. W Polsce odsetek ten jest mniejszy, co jest spowodowane tym, że wciąż rak szyjki macicy jest rozpoznawany później, w bardziej zaawansowanych stadiach. Można to zmienić, regularnie wykonując badania profilaktyczne.

Materiał powstał przy współpracy
z Narodowym Funduszem Zdrowia

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

Akademia Zdrowia „Wprost”



Fot. 123RF

BADAJ PIERSI, WYGRAJ ŻYCIE

eprasa.pl 4859ffd436

Akademia Zdrowia „Wprost”

Masz w głowie pełno marzeń i planów? Chcesz cieszyć się życiem? **DBAJ O SWOJE ZDROWIE I BADAJ PIERSI. CO MIESIĄC.** *Korzystaj z profilaktycznej mammografii, gdy skończysz 50 lat. Badanie jest bezpłatne.*

Tekst: **Anna Kopras-Fijołek**

Rak piersi, wcześnie wykryty, daje ogromne szanse na wyleczenie. Dlatego warto się badać. Pomocne we wczesnym wykryciu guzków jest samobadanie piersi, badanie USG piersi oraz mammografia. – Najważniejsze jest to, żeby badać się profilaktycznie, kiedy nic się jeszcze nie dzieje, nic nie dolega. Bo nawet, jeśli choroba rozwinie się w organizmie, to zostanie wykryta tak wcześnie, że szansa na wyleczenie będzie bliska 100 proc.

eprasa.pl 4859ffd436

– mówi dr. n. med. Dariusz Godlewski, onkolog, prezes Ośrodka Profilaktyki i Epidemiologii Nowotworów w Poznaniu.

– Możemy wygrać zdrowie i życie, jeżeli będziemy regularnie się badać, regularnie wykonywać badania mammograficzne – potwierdza dr n. med. Agnieszka Jagiełło-Gruszfeld, onkolog kliniczny, kierownik Oddziału Zachowawczego Kliniki Nowotworów Piersi i Chirurgii Rekonstrukcyjnej w Narodowym Instytucie Onkologii im. Marii Skłodowskiej-Curie, Państwowego Instytutu Badawczego.

Samobadanie piersi i USG

Warto, żeby już od ukończenia 20. roku życia każda kobieta regularnie badała swoje piersi raz w miesiącu, najlepiej między 7. a 10. dniem cyklu. Dzięki temu można poznać swoje piersi i mieć szansę wykryć podejrzane zmiany prawie tak, jak czuła aparatura.

Jeśli już nie miesiączkujesz, wybierz na samobadanie dowolny dzień w miesiącu. Najlepiej stały, np.

eprasa.pl 4859ffd436

pierwsza niedziela w miesiącu, dzień, w którym się urodziłaś.

Jak się badać?

1. Stojąc przed lustrem, unieś ręce do góry i sprawdź, czy nie występują zmiany w kształcie, wielkości piersi i kolorze skóry.

2. Opuszkami palców jednej dłoni zbadaj pierś strony przeciwnej. Zacznij od górnej zewnętrznej ćwiartki piersi. Badanie przeprowadzaj zgodnie z ruchem wskazówek zegara. Zbadaj obie piersi.

3. Ściśnij delikatnie brodawkę, aby sprawdzić, czy nie zauważysz wydzieliny.

4. Połóż się wygodnie na plecach, ponownie zbadaj obie piersi oraz oba doły pachowe (sprawdź, czy węzły chłonne nie są powiększone).

Samobadanie piersi warto wykonywać niezależnie od innych badań (USG piersi, mammografia). W wielu przypadkach to właśnie dzięki samobadaniu można wykryć podejrzane guzki i nowotwór na wczesnym etapie.

eprasa.pl 4859ffd436

USG piersi i mammografia

USG jest częściej polecane dla młodszych kobiet, których piersi mają budowę gruczołową. Na to badanie skieruje cię ginekolog. U kobiet powyżej 45-50. roku, których piersi składają się w większym procencie z tkanki tłuszczowej, częściej polecanym badaniem jest mammografia (choć w wielu przypadkach lekarze zalecają zarówno mammografię jak i USG piersi). Na mammografię może skierować cię ginekolog, a jeśli jesteś w wieku 50-69 lat, możesz również iść na badanie bez skierowania – w ramach programu badań przesiewowych na NFZ.

Mammografia to badanie proste i szybkie. Trwa zaledwie kilka minut i nie wymaga żadnego przygotowania. Za pomocą promieni rentgenowskich pozwala wykryć raka piersi w jego wczesnym stadium rozwoju. W czasie badania wykonuje się dwa zdjęcia każdej piersi. Przez chwilę możesz mieć uczucie dyskomfortu związane z uciskiem piersi: jest konieczny, żeby uzyskać odpowiednią wiarygodność badania. Obecnie wy-

eprasa.pl 4859ffd436

korzystywane aparaty wymagają mniejszego ucisku niż aparaty starszej generacji.

Każda kobieta po 50 roku życia powinna wykonywać mammografię regularnie raz na dwa lata.

Dla kogo profilaktyczna mammografia?

Obecnie bezpłatną mammografię, w ramach programu profilaktycznego raka piersi na NFZ, mogą wykonać kobiety pomiędzy 50. a 69. rokiem życia. Możesz zrobić badanie w ramach programu bezpłatnie, jeśli jesteś uprawniona do świadczeń opieki zdrowotnej. Co ważne, na mammografię w ramach programu profilaktycznego nie potrzebujesz skierowania.

> *Programem nie mogą być objęte kobiety,* **U KTÓRYCH JUŻ WCZEŚNIEJ ZDIAGNOZOWANO ZMIANY NOWOTWOROWE** *o charakterze złośliwym w piersi.*

eprasa.pl 4859ffd436

Akademia Zdrowia „Wprost”

Badanie mammograficzne możesz wykonać w poradniach stacjonarnych lub w mammobusie, czyli mobilnej pracowni mammograficznej. Kalendarz postoju mammobusów znajdziesz na stronie Narodowego Funduszu Zdrowia: **HTTPS://WWW.NFZ.GOV.PL/DLA-PACJENTA/MAMMOBUSY/**

Program profilaktyczny jest skierowany do kobiet wieku 50–69 lat. W tej grupie wiekowej kobiety są najbardziej zagrożone zachorowaniem na raka piersi. Ginekolog może skierować na bezpłatną mammografię również przed ukończeniem 50. roku życia i po ukończeniu 69. roku życia, a także zawsze wtedy, gdy pojawią się niepokojące objawy sugerujące ryzyko nowotworu piersi.

W takim przypadku badanie jest również bezpłatne (jeśli wykonujesz je w ramach NFZ), **ALE KONIECZNE JEST SKIEROWANIE** *od ginekologa lub onkologa.*

eprasa.pl 4859ffd436

Jak często robić mammografię w ramach programu profilaktycznego?

Jeżeli wynik mammografii będzie prawidłowy, na kolejne badania możesz zgłosić się po dwóch latach (muszą minąć 24 miesiące).

Jeżeli wynik badania będzie prawidłowy, ale masz czynniki ryzyka, np. rak piersi wśród bliskich członków rodziny (matka, siostra lub córka) lub mutacje w genach BRCA 1 lub/i BRCA 2, lekarz zaleci ponowne badanie za 12 miesięcy.

Jeżeli wynik będzie nieprawidłowy, nie oznacza to potwierdzenia raka piersi. Konieczna jest jak najszybsza wizyta u ginekologa lub onkologa, który skieruje na dalszą diagnostykę. Może to być USG, dodatkowa mammografia, biopsja. Dopiero wynik biopsji potwierdza obecność nowotworu. Przed rozpoczęciem leczenia konieczne jest rozpoznanie, sprawdzenie jaki jest to podtyp nowotworu – od tego zależy dalszy sposób leczenia.

W przypadku rozpoznania raka piersi lub innego schorzenia wymagającego leczenia specjalistycznego,

eprasa.pl 4859ffd436

Nie lekceważ żadnych zmian w piersiach

Skonsultuj się ze specjalistą, jeśli zauważyłaś:

- zmianę wielkości i kształtu piersi,
- guzki lub zgrubienia wyczuwalne w piersi lub pod pachą,
- zmianę koloru skóry piersi, wciąganie skóry piersi,
- pomarszczenie lub łuszczenie skóry piersi,
- zmiany w obrębie brodawki.

Nie czekaj, działaj od razu. Masz do wygrania swoje zdrowie i życie!

zostaniesz skierowana do dalszej diagnostyki lub leczenia do poradni specjalistycznych lub lecznictwa stacjonarnego w ramach umowy z NFZ.

Gdzie zrobić mammografię w ramach programu profilaktycznego?

Sprawdź na stronie Narodowego Funduszu Zdrowia: www.nfz.gov.pl (wejdź na stronę „Programy profilaktyczne” i wybierz z listy „Profilaktyka raka piersi).

eprasa.pl 4859ffd436

Czynniki zwiększające ryzyko raka piersi:

– wiek: najwięcej zachorowań występuje u kobiet po 50. roku życia,
– obciążenie genetyczne (rak piersi w najbliższej rodzinie) obecność genów BRCA1, 2,
– czynnik hormonalny, np. wczesny wiek pierwszej miesiączki lub późna menopauza,
– wieloletnie przyjmowanie hormonalnej terapii zastępczej,
– niewłaściwa dieta oraz otyłość,
– niedostateczna aktywność fizyczna,
– częste spożywanie alkoholu,
– palenie papierosów,
– wcześniejsze choroby piersi.

Ryzyko raka piersi zmniejsza: zdrowy tryb życia, zdrowy sposób odżywiania (zobacz: portal diety NFZ), szczupła sylwetka, karmienie piersią.

Badanie mammograficzne wykonasz w poradniach stacjonarnych lub w mammobusie. Na stronach oddziałów wojewódzkich NFZ lub pod adre-

eprasa.pl 4859ffd436

Akademia Zdrowia „Wprost”

sem **HTTPS://PACJENT.GOV.PL/AKTUALNOSC/ZBADAJ-PIERSI-MAMMOBUS-PRZYJEDZIE-DO-CIEBIE** sprawdzisz, kiedy mammobus przyjedzie do miejscowości najbliżej twojego miejsca zamieszkania. Mapy są aktualizowane raz w miesiącu.

Materiał powstał przy współpracy
z Narodowym Funduszem Zdrowia

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

Akademia Zdrowia „Wprost”



Fot. 123RF

MOŻESZ MIEĆ SERCE JAK DZWON

eprasa.pl 4859ffd436

Akademia Zdrowia „Wprost”

Dzięki temu programowi możesz bezpłatnie sprawdzić stężenie cholesterolu, trójglicerydów, glukozy, ciśnienie tętnicze i BMI, a przede wszystkim dowiedzieć się, **CO ZROBIĆ, BY MIEĆ ZDROWE SERCE NA DŁUGIE LATA.** *Warto skorzystać z profilaktycznych badań.*

Tekst: **Anna Kopras-Fijołek**

Choroby układu krążenia, czyli choroby sercowo-naczyniowe, to grupa schorzeń związanych z występowaniem dolegliwości ze strony serca i układu krwionośnego (żył, tętnic i naczyń włosowatych). Mimo coraz lepszej diagnostyki i nowocześniejszych metod leczenia, umieralność w Polsce z powodu chorób układu krążenia (ChUK) należy do najwyższych w Europie. Na ich rozwój wpływa wiele czynników związanych ze współczesnym stylem życia, m.in.:

eprasa.pl 4859ffd436

nieodpowiednia dieta, palenie tytoniu i picie alkoholu, stres, brak lub niewystarczająca ilość aktywności fizycznej. Długotrwałe narażenie na te czynniki może prowadzić do licznych zaburzeń, m.in.: otyłości, cukrzycy, czy nadciśnienia tętniczego. Przez wyeliminowanie niewłaściwych nawyków, możesz w dużym stopniu zminimalizować ryzyko zachorowania.

Niepokojące objawy świadczące o zagrożeniu życia lub zdrowia dotyczą nie tylko osób starszych; coraz częściej – również młodych lub w średnim wieku. Niestety, często te objawy są bagatelizowane. – Panuje przekonanie, że „to niemożliwe, żeby coś poważnego się ze mną działo. „Jak to: w tym wieku?" Tak było np. z młodą pacjentką, która miała zawał serca – mówi lek. Piotr Kolański, lekarz rodzinny.

Program Profilaktyki Chorób Układu Krążenia

Program Profilaktyki Chorób Układu Krążenia (ChUK) to program, który ma na celu zmniejszenie zachorowal-

eprasa.pl 4859ffd436

ności i umieralności Polaków z powodu chorób układu krążenia. Program profilaktyki ChUK jest dla ciebie, jeśli:

- masz od 35 do 65 lat;
- nie masz zdiagnozowanej cukrzycy, przewlekłej choroby nerek, rodzinnej hipercholesterolemii ani niektórych chorób układu krążenia (jeśli na nie chorujesz, dowiesz się od lekarza, czy możesz wziąć udział w programie)
- nie korzystałeś/aś z badań w ramach tego programu w ciągu ostatnich 5 lat.

Wystarczy, że zgłosisz zamiar udziału w programie profilaktycznym swojemu lekarzowi POZ lub pielęgniarce POZ.

Listę placówek biorących udział w programie znajdziesz na stronie **HTTPS://GSL.NFZ.GOV.PL/GSL/GSL/PROGRAMYPROFILAKTYCZNE.**

Badania w ramach programu

Lekarz lub pielęgniarka przeprowadzi z tobą wywiad i skieruje cię na badania: (stężenie we krwi choleste-

eprasa.pl 4859ffd436

rolu całkowitego, LDLcholesterolu, HDLcholesterolu, triglicerydów i glukozy), dokonanie pomiaru ciśnienia tętniczego krwi, określenie współczynnika masy ciała (Body Mass Index – BMI).

Na ich podstawie lekarz dokona oceny ryzyka wystąpienia chorób układu krążenia (wg aktualnej klasyfikacji SCORE) oraz przekaże – w zależności od wyników badań oraz stanu twojego zdrowia – dalsze zalecenia.

Dzięki udziałowi w programie sprawdzisz swój stan zdrowia. Jeżeli zostaniesz zakwalifikowany/a do grupy podwyższonego ryzyka, będziesz mieć szansę na wczesne wykrycie chorób i ich zastopowanie.

Złote zasady dla mocnego, zdrowego serca

Dla serca ważny jest systematyczny trening, ponieważ powiększa on sieć naczyń krwionośnych, dzięki czemu więcej bogatej w tlen krwi może dotrzeć do serca. Regularnymi ćwiczeniami wzmocnisz serce, obniżysz poziom złego cholesterolu i cukru we krwi oraz ciśnienie tętnicze.

eprasa.pl 4859ffd436

Spożywaj zdrowe tłuszcze – te zawarte w rybach, orzechach, oliwie z oliwek. Dbaj o higienę jamy ustnej – bakterie wywołują próchnicę; jeśli przenikną do krwioobiegu, mogą wywołać zakażenie. Pamiętaj o odpowiedniej ilości snu. Dbaj o aktywność fizyczną. Unikaj palenia; również biernego. Badaj się, szczególnie po 40. roku życia, kiedy ryzyko chorób układu krążenia znacząco wzrasta.

Stosuj dietę DASH (ang. Dietary Approaches to Stop Hypertension – dieta w leczeniu i zapobieganiu nadciśnienia). Jest to uniwersalna dieta o udowodnionych właściwościach prozdrowotnych – wręcz profilaktycznych, uznawana za najzdrowszą dietę świata. Korzyści z jej stosowania możesz odczuć już po dwóch tygodniach od jej rozpoczęcia. Jest smaczna, łatwa – opiera się na prostych, dostępnych produktach – i szybka w przygotowaniu dzięki nieskomplikowanym przepisom.

Więcej o diecie DASH przeczytasz na portalu **DIETY.NFZ.GOV.PL.**

eprasa.pl 4859ffd436

Możemy naprawdę wydłużyć swoje życie

Rozmowa z prof. dr hab. n. med. Maciejem Banachem, kardiologiem, lipidologiem, epidemiologiem chorób serca i naczyń, prezesem Polskiego Towarzystwa Lipidologicznego

Jak poważnym problemem są choroby układu krążenia?
Choroby układu krążenia stanowią wciąż największą przyczynę zgonów na świecie – z ich powodu umiera ok. 20 mln osób rocznie. Nam, lekarzom, trudno jest zrozumieć, dlaczego wciąż to się dzieje, skoro mamy tak skuteczne leki. Co najmniej 2/3 zgonów, które są związane z tzw. miażdżycową chorobą sercowo-naczyniową, u której podłoża leży miażdżyca, jesteśmy w stanie zapobiec.

Jak możemy zapobiec zgonom?
W różny sposób: przede wszystkim kontrolując i monitorując swoje zdrowie, czyli inwestując w nie. Jeśli wcześnie o to zadbamy, będziemy wykonywali regularne profilaktyczne badania – będziemy sprawdzali poziom glukozy, stężenie cholesterolu, ciśnienie tętnicze krwi, będziemy dbali o dietę, regularny wysiłek fizyczny, by nie doprowadzić do nadwagi i otyłości (a właściwie do choroby otyłościowej), możemy żyć naprawdę bardzo długo. Podam przykład – jeżeli byśmy przez całe życie mieli poziom cholesterolu w normie, to jesteśmy w stanie zapobiec 55 proc.

eprasa.pl 4859ffd436

incydentów związanych z chorobą serca i naczyń. Czyli u co drugiej osoby ten incydent nigdy nie nastąpi.

Jak zachęciłby pan do korzystania z badań, z programów profilaktycznych?

Cieszę się, że zaczęliśmy w Polsce mówić o profilaktyce. Przez lata skupialiśmy się na tym, co zrobić, jak już chorujemy. Trzeba zrobić wszystko, żeby do tej choroby nigdy nie doprowadzić lub – żeby wydłużyć czas do jej pojawienia się. Korzystanie z programów profilaktycznych pozwoli na to, że u większości osób, które będą chciały zadbać o swoje zdrowie, będziemy mogli je właściwie monitorować i w odpowiednim momencie wdrożyć właściwe postępowanie. My to nazywamy: niefarmakologiczne, a więc: zmianę stylu życia, regularny wysiłek fizyczny i dietę.

Wiele dla naszego zdrowia możemy zrobić sami?

To prawda. Okazuje się, że już wykonanie czterech tysięcy kroków dziennie zmniejsza ryzyko zgonu, bez względu na przyczynę. Oczywiście, ze złotą zasadą: im więcej kroków robimy, tym lepiej, tym bardziej inwestujemy w swoje zdrowie. Ważna jest także dobrze zbilansowana dieta. Nie diety restrykcyjne, co do których trzeba mieć określone wskazania zdrowotne.

Obecnie mocno borykamy się również z używkami – to ogromny problem. Według danych z Głównego Urzędu Statystycznego statystycznie Polak pije rocznie nawet 11 litrów czystego spirytusu.

eprasa.pl 4859ffd436

To są jedne z najgorszych wyników od czasu II wojny światowej. Złe są też statystyki dotyczące palenia, zwłaszcza u osób młodych. Na dodatek reklamy chcą nam wmówić, że podgrzewacze są mniej trujące albo „bardziej zdrowe”. Jedno i drugie jest nieprawdą. One tak samo negatywnie wpływają na nasze zdrowie.
Warto wcześnie zainwestować w swoje zdrowie, z silnym podkreśleniem słowa „wcześnie”. Nie wtedy, kiedy pojawi się ból w klatce piersiowej. Nie wtedy, kiedy będziemy mieli już zmniejszoną tolerancję wysiłku, pojawi się kołatanie serca, będziemy bardzo źle się czuli, mając np. chorobę otyłościową, tylko wtedy, kiedy jeszcze jest czas i miejsce, żeby zainwestować w swoje zdrowie. Złota zasada: im wcześniej, tym lepiej. Naprawdę możemy wydłużyć swoje życie. I to w bardzo dobrej jakości, bo to też jest bardzo istotne.

Warzywa, ryby, roślinne oleje

Dieta DASH bazuje na: warzywach i owocach, niskotłuszczowych produktach mlecznych, pełnoziarnistych produktach zbożowych, suchych nasionach roślin strączkowych, rybach i owocach morza, chudym drobiu, orzechach i nasionach oraz olejach roślinnych.

eprasa.pl 4859ffd436

Akademia Zdrowia „Wprost”

Podstawą codziennego jadłospisu są świeże produkty spożywcze o jak najmniejszym stopniu przetworzenia. Ważnym elementem diety DASH jest ograniczanie spożycia czerwonego mięsa, słodyczy, dań zawierających nadmierne ilości soli i cukru.

DASH nie tylko pomaga obniżyć ciśnienie tętnicze, ale również zapobiega jego rozwojowi. Sprzyja poprawie stanu zdrowia w przypadku zaburzeń lipidowych, zmniejsza ryzyko rozwoju cukrzycy typu 2 oraz chorób sercowo-naczyniowych. Program żywieniowy znajdziesz na www.nfz.gov.pl – Diety NFZ.

Materiał powstał przy współpracy
z Narodowym Funduszem Zdrowia

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

Akademia Zdrowia „Wprost”



UCHROŃ DZIECKO PRZED KILKOMA NOWOTWORAMI

Fot. 123RF

eprasa.pl 4859ffd436

Akademia Zdrowia „Wprost”

Szczepionka przeciw rakowi to marzenie onkologów. **TAKA SZCZEPIONKA JUŻ JEST, CHRONI PRZED NOWOTWORAMI, KTÓRYCH PRZYCZYNĄ JEST WIRUS HPV.** *Nie zwlekaj z decyzją o zaszczepieniu.*

Tekst: **Katarzyna Pinkosz**

Od 1 czerwca 2023 ruszyły bezpłatne szczepienia ochronne przeciw HPV – wirusowi brodawczaka ludzkiego, który jest główną przyczyną zachorowań na raka szyjki macicy. To jeden z najczęściej występujących nowotworów złośliwych u kobiet w Polsce i jedyny, który można niemal całkowicie wyeliminować. W Polsce dziś na ten typ nowotworu umiera co roku ponad 1600 kobiet. – Rak szyjki macicy jest związany z przetrwałą infekcją HPV prawie w 100 pro-

eprasa.pl 4859ffd436

centach. Można powiedzieć, że niemożliwe jest rozwinięcie się raka szyjki macicy bez przetrwałej infekcji tzw. wysokoonkogennymi szczepami wirusa brodawczaka ludzkiego (HPV) – mówi prof. Tomasz Paszkowski, kierownik III Katedry i Kliniki Ginekologii UM w Lublinie.

– Ta szczepionka jest rewolucją w profilaktyce nowotworów. Jeśli uda się zaszczepić większość osób, to w połączeniu z wykonywaniem badań profilaktycznych (cytologia, badania w kierunku nosicielstwa HPV), kobiety w Polsce mogą przestać umierać na raka szyjki macicy – przekonuje prof. Andrzej Nowakowski, kierujący Poradnią Profilaktyki Raka Szyjki Macicy i Centralnym Ośrodkiem Koordynującym w Narodowym Instytucie Onkologii-PIB w Warszawie.

Szczepionka chroni też przed innymi nowotworami, których przyczyną jest HPV – m.in. częścią nowotworów głowy i szyi, a także rakiem sromu, pochwy, odbytu, prącia.

eprasa.pl 4859ffd436

Kto powinien się zaszczepić

Szczepionki są zarejestrowane dla osób od ukończenia 9. roku życia. Nie ma górnej granicy wieku, do kiedy można się zaszczepić, jednak największy efekt jest wtedy, gdy zastosuje się szczepienie przed inicjacją seksualną.

Rekomendacje, jeśli chodzi o wiek, mogą różnić się w poszczególnych państwach. W Polsce przyjęto przedział wiekowy 12-13 lat, jeżeli chodzi o program powszechnych szczepień ochronnych. Szczepienia są zalecane też u starszej młodzieży, a także u osób dorosłych, niezależnie od współżycia seksualnego.

Jak wygląda skuteczność szczepień przeciw HPV?

Skuteczność szczepień przeciw HPV jest oceniana bardzo wysoko, nawet 90-100 proc. w przypadku osób zaszczepionych przed inicjacją seksualną.

Co znajduje się w szczepionce przeciw HPV?

Szczepionki przeciw HPV nie zawierają całego wirusa. Składają się z cząstek wirusopodobnych – białek otoczki wirusa.

eprasa.pl 4859ffd436

> *W Polsce, w ramach programu powszechnych szczepień,* **DOSTĘPNE SĄ DWIE SZCZEPIONKI PRZECIW HPV**: *dwuwalentna i dziewięciowalentna.*

Szczepionka dwuwalentna jest skierowana przeciw typom wirusa HPV 16 i 18. Jest przeznaczona do profilaktyki zmian przednowotworowych narządów płciowych (szyjki macicy, sromu, pochwy) oraz raka szyjki macicy i narządów płciowych związanych z typami HPV 16 i 18.

Z kolei szczepionka dziewięciowalentna jest skierowana przeciw typom HPV 6, 11, 16, 18, 31, 33, 45, 52, 58; przeznaczona do profilaktyki zmian przednowotworowych oraz nowotworów narządów płciowych (szyjki macicy, sromu, pochwy) i odbytu, a także brodawkom narządów płciowych związanych przyczynowo z zakażeniem typami wirusa występującymi w szczepionce.

Obydwie szczepionki można stosować po 9. roku życia.

eprasa.pl 4859ffd436

Czy szczepionki stosowane w ramach programu szczepień w Polsce chronią przed rakiem?

Jest ponad 150 typów HPV. Część z nich to typy niskiego ryzyka nowotworowego. Mogą wywoływać niezłośliwe brodawki narządów płciowych (kłykciny) i brodawczaki. Są też typy HPV wysoce onkogenne, odpowiedzialne za zmiany przedrakowe i nowotworowe. Za ok. 80 proc. przypadków raka szyjki macicy odpowiadają dwa typy HPV: 16, 18. Wszystkie dostępne w Polsce szczepionki chronią przed najbardziej onkogennymi typami HPV: 16 i 18. – Opublikowane w ubiegłym roku stanowisko WHO wskazuje, że z punktu widzenia zdrowia publicznego wszystkie zarejestrowane szczepionki przeciwko HPV charakteryzują się podobną immunogennością, skutecznością kliniczną i rzeczywistą efektywnością w profilaktyce zmian przednowotworowych i raka szyjki macicy, związanych z zakażeniem HPV typu 16 i 18 – zaznacza prof. Andrzej Nowakowski.

eprasa.pl 4859ffd436

Kiedy można spodziewać się spadku zachorowań na raka szyjki macicy w Polsce?

O szczepieniach przeciw HPV często mówi się, że jest to „długofalowa inwestycja”. Na raka szyjki macicy najczęściej chorują kobiety w wieku 45-65 lat, dlatego efekt szczepień nie będzie szybko widoczny. Jednak pierwsza szczepionka przeciw HPV została zarejestrowana w 2006 roku. Państwa, które rozpoczęły powszechne szczepienia, już zaczynają obserwować efekty szczepień w najmłodszej grupie wiekowej, objętej badaniami przesiewowymi, czyli w wieku ok. 25 lat.

– Publikacje w „The Lancet” i w „New England Journal of Medicine” potwierdziły, że wprowadzenie programu powszechnych szczepień ok. 15 lat temu w Anglii i Szwecji zredukowało ryzyko zachorowania na raka szyjki macicy nawet o 90 proc. w najmłodszych grupach wiekowych kobiet. Całkowicie nie da się wyeliminować raka szyjki macicy, można jednak spowodować, że będzie on tzw. nowotworem rzadkim – zaznacza prof. Andrzej Nowakowski.

eprasa.pl 4859ffd436

Kto może zostać bezpłatnie zaszczepiony przeciw HPV?

Bezpłatne szczepienia ochronne są przeznaczone dla dziewcząt i chłopców w wieku 12 i 13 lat (roczniki 2010 i 2011), a więc dla osób urodzonych od 01.01.2010 roku do dnia 14. urodzin.

Aby zapisać nastolatkę/nastolatka na szczepienie przeciw HPV wystarczy umówić wizytę:

– w przychodni Podstawowej Opieki Zdrowotnej

– przez infolinię 989 (7 dni w tygodniu od godz. 7:00 do 20:00),

– przez Internetowe Konto Pacjenta (IKP).

Na szczepienie nie jest potrzebne skierowanie. Przed szczepieniem nastolatek zostanie zbadany przez lekarza. Szczepienia odbywają się w przychodniach POZ.

Sprawdź, gdzie możesz zaszczepić dziecko: **HTTPS://PACJENT.GOV.PL/AKTUALNOSC/SZCZEPIENIE-KTORE-CHRONI-PRZED-RAKIEM**

eprasa.pl 4859ffd436

Osoby po skończeniu 14 lat mogą zaszczepić się szczepionką zakupioną w aptece. **SZCZEPIONKA DWUSKŁADNIKOWA MA 50-PROCENTOWĄ REFUNDACJĘ**. *Konieczna jest recepta od lekarza.*

Czy można wybrać szczepionkę w ramach programu bezpłatnych szczepień?

Tak. Można wybrać jedną z dwóch dostępnych szczepionek, dwuwalentną Cervarix lub dziewięciowalentną Gardasil9.

W przypadku obydwu szczepionek, podaje się dwie dawki, z zachowaniem odstępu od 6 do 12 miesięcy między dawkami. W przypadku drugiej dawki trzeba podać ten sam preparat.

Nie ma potrzeby podawania dawek przypominających.

eprasa.pl 4859ffd436

Czy warto zaszczepić też chłopców?

Tak, dlatego że zakażenia HPV są przenoszone drogą płciową i dotyczą obu płci. W przypadku mężczyzn mogą to być nowotwory prącia, odbytu, głowy i szyi. Szczepienie zapobiega zakażeniu HPV i rozprzestrzenianiu się wirusa. Zaszczepieni mężczyźni nie będąc nosicielami HPV, przerywają łańcuch zakażeń, co pomaga zmniejszyć również liczbę przypadków raka szyjki macicy u kobiet.

Jakie działania niepożądane mogą pojawić się po szczepieniach?

Na świecie podano już kilkaset milionów dawek szczepionek przeciw HPV, są to jedne z najlepiej przebadanych pod względem bezpieczeństwa preparatów szczepionkowych. Najczęstsze działania niepożądane po szczepionce to działania miejscowe: ból w miejscu wstrzyknięcia, zaczerwienienie, obrzęk. Mogą pojawić się też objawy ogólne: zmęczenie, ból głowy i mięśni.

eprasa.pl 4859ffd436

Za każdym razem jednak do szczepienia kwalifikuje lekarz. Podobnie jak w przypadku innych szczepień, ważne jest, by po szczepieniu przez ok. 15-30 min. pozostać w przychodni, by można było udzielić pomocy, jeśli doszłoby np. do reakcji uczuleniowej.

> *Przeciwwskazaniem do szczepienia jest* **WYSTĄPIENIE W PRZESZŁOŚCI CIĘŻKIEJ REAKCJI ALERGICZNEJ** *(w tym anafilaksji) na jakikolwiek składnik szczepionki lub po poprzedniej dawce szczepionki.*

Czy zaszczepione kobiety nie będą musiały w przyszłości wykonywać badań cytologicznych?

Szczepionka nie chroni w 100 procentach przed wszystkimi typami HPV, dlatego nadal warto wykonać badania profilaktyczne. Obecnie standardem w programie

eprasa.pl 4859ffd436

Akademia Zdrowia „Wprost”

NFZ dotyczącym profilaktyki raka szyjki macicy jest w Polsce badanie cytologiczne wykonywane u kobiet w wieku 25–59 lat co trzy lata, a co roku w grupach ryzyka (np. w przypadku zakażenia HIV, przyjmowania leków immunosupresyjnych).

Materiał powstał przy współpracy
z Narodowym Funduszem Zdrowia

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

Akademia Zdrowia „Wprost”



BADANIE, KTÓRE RATUJE ŻYCIE

Fot. Shutterstock

eprasa.pl 4859ffd436

Akademia Zdrowia „Wprost”

Masz więcej niż 50 lat? **ZRÓB KOLONOSKOPIĘ. W TRAKCIE BADANIA MOŻNA NIE TYLKO WYKRYĆ ZMIANY NOWOTWOROWE LUB PRZEDNOWOTWOROWE, ALE TEŻ USUNĄĆ NIEKTÓRE POLIPY.** *Jeśli jesteś w grupie ryzyka, badanie możesz wykonać już po 40. roku życia. To badanie ratuje życie!*

Tekst: **Anna Kopras-Fijołek**

Rak jelita grubego bardzo długo rozwija się skrycie i nie daje żadnych objawów. Sposobem jego wykrycia jest badanie się. Jeśli jesteś w grupie wiekowej, która może bezpłatnie, bez skierowania, skorzystać z badań profilaktycznych, to warto się zgłosić.

eprasa.pl 4859ffd436

Bezpłatnie - dla zdrowia

W ramach programu możesz skorzystać z profilaktycznych badań kolonoskopowych na NFZ. Są one skierowane do wszystkich osób w wieku od 50 do 65 lat, u których w ciągu ostatnich dziesięciu lat nie zostało wykonane takie badanie i u których nie występują objawy mogące świadczyć o nowotworze jelita grubego. Z programu mogą skorzystać także osoby młodsze, w wieku od 40 do 49 lat, u których w najbliższej rodzinie (krewny pierwszego stopnia) rozpoznano przypadek nowotworu jelita grubego.

Rak jelita grubego jest jednym z najczęstszych nowotworów, zarówno u kobiet, jak i mężczyzn. W Polsce rocznie zapada na niego około 18 tys. osób. Jest drugim, po raku płuca, nowotworem, pod względem częstości zachorowań.

Eksperci podkreślają, że nowotwór jelita grubego jest niezwykle podstępny. Może rozwijać się bez objawów nawet przez kilka lat, dlatego tak ważne są badania przesiewowe i wczesne wykrycie choroby.

eprasa.pl 4859ffd436

- Podczas wizyt **U LEKARZA RODZINNEGO POWINNO BYĆ WYKONYWANE BADANIE PER RECTUM. NIESTETY, TO JEST ZANIEDBYWANE. W ODBYTNICY ZLOKALIZOWANYCH JEST NAJWIĘCEJ NOWOTWORÓW** *– podkreśla prof. Marek Wojtukiewicz, kierownik Kliniki Onkologii Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku.*

Na czym polega badanie kolonoskopowe

Kolonoskopia to badanie dolnego odcinka przewodu pokarmowego. Umożliwia obejrzenie wnętrza jelita grubego przy użyciu giętkiego przyrządu wyposażonego w kamerę i źródło światła (kolonoskop). W niektórych przypadkach badanie jest wykonywane w znieczuleniu ogólnym, zwłaszcza u osób:

– po przebytych rozległych operacjach w obrębie jamy brzusznej, głównie operacjach ginekologicznych,

eprasa.pl 4859ffd436

w tym cięciach cesarskich i operacjach będących wynikiem powikłań medycznych,

– po niepełnych lub bardzo bolesnych badaniach endoskopowych jelita grubego w przeszłości,

– które zgłaszają duży lęk przed wykonaniem badania.

Placówka realizująca program badań przesiewowych raka jelita grubego jest zobowiązana do wykonania pacjentowi niezbędnych badań diagnostycznych przed znieczuleniem, m.in. w ramach kwalifikacji pacjenta do znieczulenia.

W czasie kolonoskopii można pobrać wycinek błony śluzowej jelita grubego (tzw. biopsję), który następnie jest przekazywany do badania histopatologicznego. Możliwe jest również przeprowadzenie drobnych zabiegów – usunięcia polipów wielkości do 15 mm, zwiększających ryzyko raka jelita grubego, poszerzenia zwężeń jelitowych czy zatamowania krwawienia z dolnego odcinka przewodu pokarmowego.

Kolonoskopia wymaga od pacjenta przygotowania, które wpływa na jakość badania, zmniejsza ryzyko powikłań i przeoczenia nieprawidłowych zmian w jelicie. Konieczne jest oczyszczenie jelita grubego z treści pokarmowej. Dobre przygotowanie jelita poprawia jakość badania, zwiększa komfort pacjenta oraz skraca czas trwania kolonoskopii.

eprasa.pl 4859ffd436

Po konsultacji z lekarzem należy siedem dni przed badaniem odstawić preparaty żelaza. Osoby zażywające leki przeciwzakrzepowe lub przeciwpłytkowe powinny skontaktować się z lekarzem prowadzącym, ponieważ w niektórych sytuacjach konieczne jest odstawienie tych leków nawet kilka dni przed badaniem.

Przez trzy dni należy stosować dietę ubogoresztkową (z małą zawartością błonnika). Trzeba unikać surowych owoców i warzyw (szczególnie zawierających pestki, a więc m.in. malin, winogron, pomidorów i truskawek) oraz pieczywa z ziarnami. Warto zrezygnować z produktów o intensywnie czerwonym zabarwieniu (buraki): mogą one utrudniać ocenę śluzówki jelita. Najlepiej, jeśli na trzy dni przed badaniem przejdziemy na dietę płynną. Można pić kawę, herbatę, wodę czy soki, a także jeść zupy – jednak bez warzyw i dodatków.

W dniu poprzedzającym badanie można zjeść jedynie śniadanie bez napojów gazowanych i mleka. Po południu (ok. godz. 14.00) trzeba zacząć przyjmować specjalny preparat do oczyszczenia okrężnicy (w dawce i z częstotliwością zgodną z zaleceniami opisanymi w ulotce preparatu). Preparat i zalecenia dotyczące diety otrzymasz w placówce, w której będzie wykonywane badanie.

Na dwie godziny przed kolonoskopią nie można pić. Jeśli badanie będzie w znieczuleniu, należy zrezygnować z picia już cztery godziny wcześniej.

eprasa.pl 4859ffd436

Badanie przyjazne pacjentowi

Badanie trwa zazwyczaj od 15 do 30 minut. W zależności od wskazań medycznych, może być przeprowadzone w znieczuleniu miejscowym lub znieczuleniu ogólnym.

– To badanie nie jest aż tak bolesne. Sam miałem dwukrotnie robioną kolonoskopię profilaktyczną, bez żadnego znieczulenia. Nic nie bolało – zapewnia prof. dr hab. n. med. Marek Wojtukiewicz, kierownik Kliniki Onkologii Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku. – W związku z tym mogę zapewnić, że jeżeli kolonoskopię robi doświadczony endoskopista, to jest to badanie naprawdę przyjazne pacjentowi.

Żeby nie było za późno

Kolonoskopia pozwala wykryć zmiany przednowotworowe i nowotworowe oraz podjąć szybko leczenie. W ramach Programu badań przesiewowych raka jelita grubego wykonasz kolonoskopię bez skiero-

eprasa.pl 4859ffd436

wania. Wystarczy, że jesteś w grupie wiekowej, która kwalifikuje się do wykonania przesiewowej kolonoskopii i zgłosisz się do placówki realizującej program. Kolonoskopia w ramach programu profilaktycznego przeprowadzana jest w trybie ambulatoryjnym.

Program obejmuje:

– pobranie wycinków z nacieku nowotworowego lub zmian podejrzanych o charakter nowotworowy,

– usunięcie polipów wielkości do 15 mm,

– poddanie badaniu histopatologicznemu wszystkich wycinków i usuniętych polipów

– wskazanie konkretnych zaleceń dotyczących leczenia u osób, które wykonały kolonoskopię przesiewową.

Lista placówek, które przystąpiły do programu profilaktycznego znajduje się na stronie NFZ: **HTTPS://GSL.NFZ.GOV.PL/GSL/GSL/PROGRAMYPROFILAKTYCZNE.**

eprasa.pl 4859ffd436

Akademia Zdrowia „Wprost”

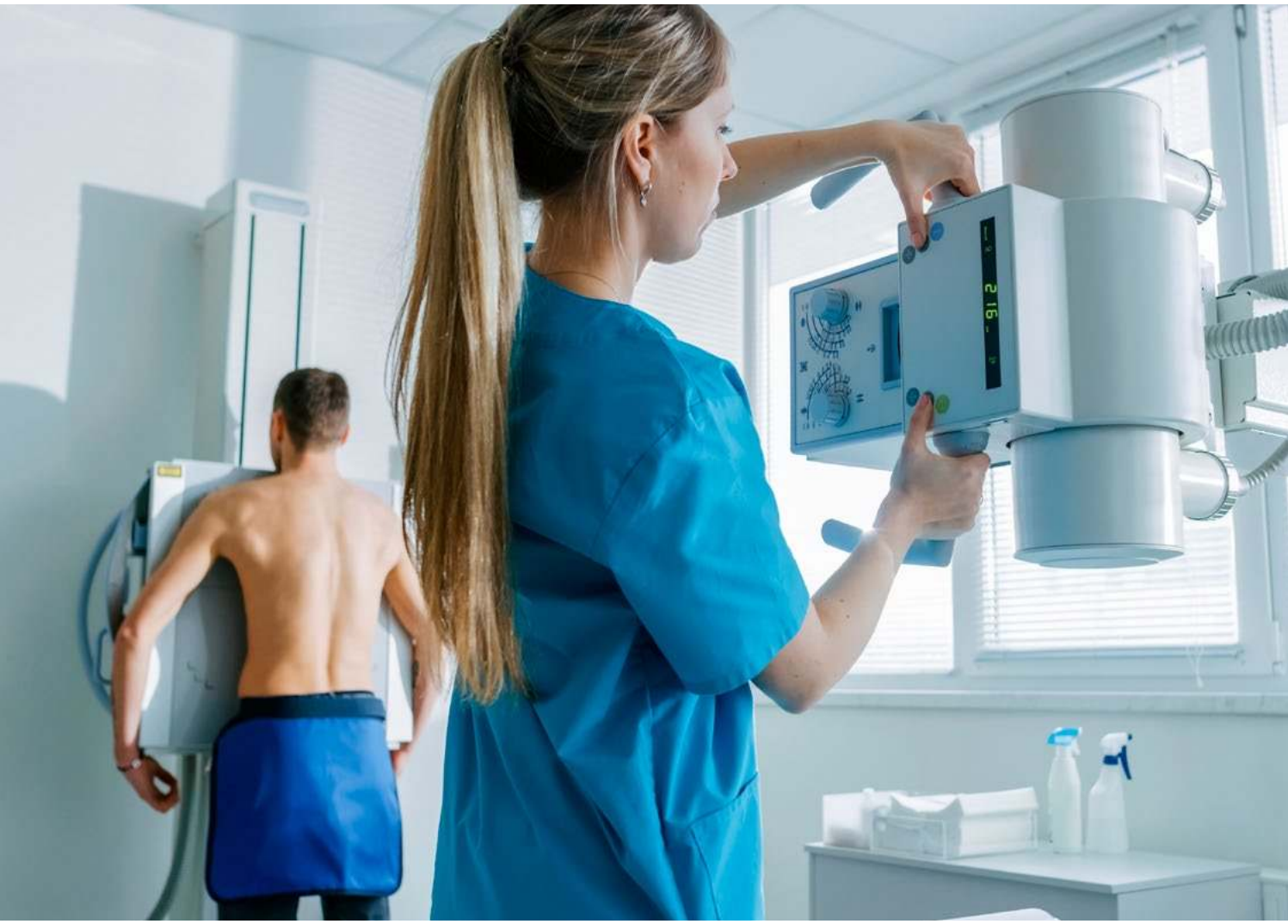
Materiał powstał przy współpracy
z Narodowym Funduszem Zdrowia

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

Akademia Zdrowia „Wprost”



Fot. Shutterstock

PALISZ LUB PALIŁEŚ? JAK NAJSZYBCIEJ ZBADAJ PŁUCA

eprasa.pl 4859ffd436

Akademia Zdrowia „Wprost”

Możemy się chwalić: **MAMY JEDEN Z NAJBARDZIEJ NOWOCZESNYCH NA ŚWIECIE PROGRAMÓW BADAŃ PRZESIEWOWYCH W KIERUNKU RAKA PŁUCA**. *Badania są bezpłatne, nie trzeba mieć na nie skierowania od lekarza, a skorzystać z nich może (i powinien) każdy, kto ma za sobą 20 „paczkolat”, czyli przez 20 lat palił średnio paczkę papierosów dziennie. Gdzie można się zbadać?*



Tekst: **Katarzyna Pinkosz**

Palenie papierosów zwiększa ryzyko kilkunastu nowotworów, w tym raka płuca – nowotworu, na który wciąż umiera najwięcej kobiet i mężczyzn w Polsce. Najlepiej nigdy nie palić papierosów lub najszybciej jak to możliwe rzucić palenie. Warto: pięć lat po rzuceniu palenia ryzyko roz-

eprasa.pl 4859ffd436

woju raka spada o prawie 40 proc., a w kolejnych latach jeszcze bardziej ono maleje. Z badań naukowców z Vanderbilt University wynika, że nawet po 25 latach od zerwania z nałogiem, ryzyko pojawienia się raka płuca u byłych palaczy nadal jest trzykrotnie większe niż u osób, które nigdy nie paliły. Dlatego osoby, które paliły papierosy, zwłaszcza przez wiele lat, a przede wszystkim osoby, które wciąż palą, są w grupie wysokiego ryzyka zachorowania na raka płuca. To właśnie dla nich jest przeznaczone badanie profilaktyczne płuc niskodawkową tomografią komputerową.

Podstępny nowotwór

Statystyki nie są dobre: ponad 22 tys. osób w Polsce co roku słyszy diagnozę raka płuca, a wciąż, mimo postępów leczenia, niewiele mniej co roku z tego powodu umiera. Przyczyną jest to, że w ponad 80 proc. przypadków ten nowotwór jest rozpoznawany w stadium zaawansowanym, kiedy doszło już do rozsiewu komó-

eprasa.pl 4859ffd436

rek nowotworowych i pojawiają się przerzuty. W takim stadium nie jest możliwe wyleczenie. Z leczenia jednak rezygnować nie można, gdyż coraz częściej – dzięki nowoczesnej diagnostyce i innowacyjnym lekom – w wielu przypadkach jest ono możliwe nawet przez wiele lat.

Im wcześniej jednak rak płuca zostanie wykryty, tym większa szansa na wyleczenie lub na to, że będzie on mógł być leczony w sposób przewlekły. Problem polega jednak na tym, że rozpoznanie raka płuca jest dużo trudniejsze niż np. raka piersi, w przypadku którego podejrzany guzek może być czasem wykryty dzięki samobadaniu piersi. W przypadku raka płuca nie jest to możliwe. Nie można lekceważyć żadnych objawów i w przypadku pojawienia się ich, trzeba jak najszybciej iść do lekarza.

Mogą to być:

- utrzymujący się kaszel lub zmiana jego charakteru,
- duszność,
- nawracające infekcje płucne,

eprasa.pl 4859ffd436

- chrypka,
- ból w okolicach klatki piersiowej, a w niektórych przypadkach także utrzymujący się ból barku,
- podwyższona temperatura,
- osłabienie,
- chudnięcie.

Tego typu objawy nie muszą świadczyć o raku płuca, jednak konieczna jest wizyta u lekarza, który może skierować na diagnostykę.

– Warto pamiętać, że rakowi płuca nie zawsze towarzyszy kaszel. Obecnie papierosy różnią się od tych, które były 20-30 lat temu, mają często bardzo dobre filtry. Najcięższe cząsteczki szkodliwych składników są osadzanie w obrębie filtra, ale te drobniejsze przenikają głębiej do płuc, dlatego obecnie rak płuca częściej rozwija się głęboko w płucu, a nie w dużych oskrzelach – mówi prof. Tadeusz Orłowski, kierownik Kliniki Chirurgii Instytutu Gruźlicy i Cho-

eprasa.pl 4859ffd436

rób Płuc w Warszawie. Dlatego niepokojącym objawem jest też ból w klatce piersiowej. W przypadku obecności guza w szczycie płuca, może boleć bark albo ramię.

Dlaczego warto skorzystać z programu niskodawkowej tomografii komputerowej

Guzek w płucu niewielkich rozmiarów, zwykle nie daje żadnych objawów. A tylko w takim przypadku jest możliwe tzw. leczenie radykalne, którego celem jest wyleczenie raka płuca (najczęściej jest to operacja chirurgiczna, w niektórych przypadkach połączona z leczeniem systemowym, rzadziej radioterapia stereotaktyczna).

– Wczesne wykrycie raka płuca jest bardzo ważne. Dla porównania: w USA operuje się ok. 20 proc. chorych na raka płuca, podczas gdy w Polsce – 15 proc. Pięcioprocentowa różnica to dużo, przekłada się na późniejsze rokowanie – mówi prof. Maciej Krzakowski, krajowy konsultant w dziedzinie onkologii.

eprasa.pl 4859ffd436

– Jeżeli zmiana w płucach wykryta jest wcześnie, operacja daje pacjentowi szansę na wyleczenie. Dlatego namawiam na rzucenie palenia, ale też na wykonywanie badań, które powinny być realizowane w grupach ryzyka. Jeżeli zmiana w płucach wykryta jest wcześnie, operacja daje pacjentowi praktycznie wyleczenie – zaznacza prof. Tadeusz Orłowski.

Dla kogo jest przeznaczony program badań przesiewowych

Choć wpływ na zachorowanie na raka płuca mają czynniki genetyczne i środowiskowe, to w 90-95 proc. na ten typ nowotworu chorują palacze lub byli palacze, którzy przez wiele lat palili papierosy. Dlatego to dla nich opracowany został. Jego celem jest wykrywanie raka płuca na wczesnym etapie, kiedy jest szansa na wyleczenie, a także wzrost wiedzy na temat ryzyka związanego z paleniem papierosów.

eprasa.pl 4859ffd436

Z programu możesz skorzystać, jeśli: Jesteś osobą w wieku 55-74 lata i:

- palisz papierosy nałogowo: masz za sobą 20 „paczkolat" i więcej – co oznacza, że średnio przez 20 lat wypalasz paczkę papierosów dziennie, lub np. palisz dwie paczki dziennie przez 10 lat)
- nie udało ci się rzucić palenia na więcej niż 15 lat (dotyczy ostatniego okresu absencji),

lub jesteś osobą w wieku 50-74 lat i:

- palisz papierosy nałogowo: masz za sobą 20 „paczkolat" lub więcej – palisz paczkę dziennie od 20 lat, palisz 2 paczki dziennie przez 10 lat
- nie udało ci się rzucić palenia na więcej niż 15 lat (dotyczy ostatniego okresu absencji),

oraz:

- z uwagi na wykonywany zawód jesteś (byłeś/-aś) narażony/-a na działanie krzemionki, berylu, niklu, chromu, kadmu, azbestu, związków arsenu,

eprasa.pl 4859ffd436

spalin silników diesla, dymu ze spalania węgla kamiennego, sadzy, radonu,

- chorowałeś/-aś na raka płuca, chłoniaka, raka głowy i szyi lub raki zależne od palenia tytoniu, np. raka pęcherza moczowego,
- ktoś z twojej bezpośredniej rodziny (pierwszego stopnia) miał raka płuca,
- chorujesz na przewlekłą obturacyjną chorobę płuc (POChP) lub włóknienie płuc (IPF).

Na czym polega badanie niskodawkową tomografią komputerową?

W przypadku niskodawkowej tomografii komputerowej używa się małej dawki promieniowania rentgenowskiego w celu zobrazowania płuc (dawka nawet dziesięciokrotnie mniejsza niż w przypadku zwykłej tomografii komputerowej). Podczas badania, które trwa kilka minut, pacjent leży na stole aparatu do tomografii. Badanie pozwala na wykrycie nawet małych guzków, niewidocznych w zdjęciu rentgenowskim, dlatego

eprasa.pl 4859ffd436

jest od niego badaniem znacznie dokładniejszym. Podczas badania wykrywa się guzki, które mogą nasuwać podejrzenie raka płuca, np. guzki lite, częściowo lite, guzki typu mlecznej szyby. Nie zawsze guzek wykryty w tomografii jest guzkiem nowotworowym. Na dalszą diagnostykę kieruje lekarz.

Czy do badania trzeba się przygotować?

Badanie nie wymaga szczególnego przygotowania. Wystarczy zabrać dowód osobisty, a także dokumentację medyczną dotyczącą chorób powstałych w wyniku palenia (dotyczy osób, które mają taką dokumentację).

Gdzie wykonywane są badania?

Program jest dostępny w placówkach w całej Polsce. Lista miejsc, gdzie wykonasz badanie, znajdziesz na stronie: **HTTPS://PACJENT.GOV.PL/PROGRAMY-PROFILAKTYCZNE/PROFILAKTYKA-RAKA-PLUCA.**

Przed tomografią będziesz mieć wizytę, po której lekarz skieruje cię na badanie. Po wykonanym badaniu

eprasa.pl 4859ffd436

otrzymasz termin wizyty kontrolnej, podczas której lekarz omówi wynik badania, podpowie, czy i kiedy konieczne będzie kolejne badanie. Jeśli palisz papierosy, doradzi ci metody rzucenia palenia.

Ważne adresy:

Telefoniczna Poradnia Palącym: **HTTPS://JAKRZUCIC-PALENIE.PL**

Tel. **801 108 108**

HTTPS://WWW.GOV.PL/WEB/WSSE-GORZOWWLKP/DZIEKUJE-NIE-PALE

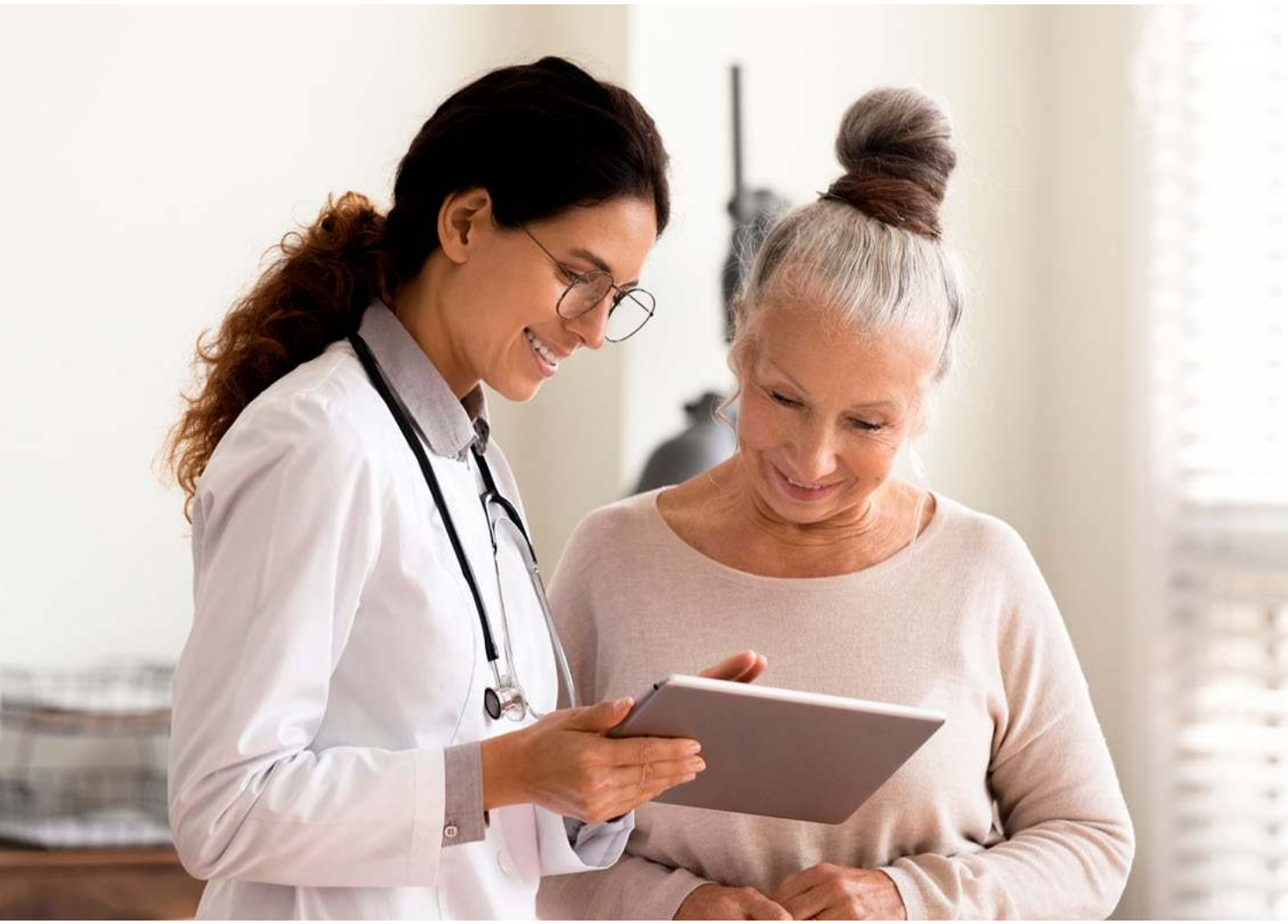
Materiał powstał przy współpracy
z Narodowym Funduszem Zdrowia

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

Akademia Zdrowia „Wprost”



Fot. Shutterstock

JAK ZADBAĆ O ZDROWIE PO CZTERDZIESTCE

eprasa.pl 4859ffd436

Akademia Zdrowia „Wprost”

Masz więcej niż 40 lat? **ZGŁOŚ SIĘ DO PROGRAMU PROFILAKTYKA 40 PLUS, WYKONAJ BEZPŁATNY PAKIET BADAŃ DIAGNOSTYCZNYCH.** *Nie musisz iść do lekarza, na te badania dostaniesz skierowanie, gdy wypełnisz ankietę.*

Tekst: **Anna Dembińska**

W Polsce na choroby przewlekłe cierpi aż połowa Polaków i z roku na rok liczba ta rośnie. Po ukończeniu 40. roku życia powinniśmy szczególnie zadbać o zdrowie. Po 40. roku życia wzrasta ryzyko zachorowania na choroby serca, cukrzycę, przewlekłą niewydolność nerek, które powoli i destrukcyjnie niszczą niezauważalnie nasze zdrowie, a z upływem czasu stają się trudne lub niemożliwe do wyleczenia.

eprasa.pl 4859ffd436

1 lipca 2021 roku ruszył Program Profilaktyka 40 Plus, który obejmuje pakiety bezpłatnych badań diagnostycznych, pozwalających na wykrycie chorób, które nawet przez wiele lat mogą rozwijać się w sposób bezobjawowy. Zapisać się do programu możesz w łatwy sposób, nie wychodząc z domu, a skierowanie na badania otrzymasz w ciągu dwóch dni roboczych. Badania laboratoryjne uwzględnione w programie pozwalają na zwiększenie świadomości o stanie zdrowia.

Kto może skorzystać z Programu Profilaktyka 40 PLUS?

Programem Profilaktyki 40 PLUS są objęte wszystkie osoby ubezpieczone w NFZ, które ukończyły 40. rok życia.

Czy osoby w wieku 60 lat i starsze mogą skorzystać z Programu?

Tak, ponieważ nie istnieje górna granica wieku udziału w programie. Profilaktyka 40 Plus jest dla osób, które

eprasa.pl 4859ffd436

ukończyły 40 lat i starszych. Jeśli masz 50, 60 lat lub więcej, możesz skorzystać z programu i zadbać o swoje zdrowie. Skierowanie jest ważne przez cały okres trwania programu.

Gdzie możesz wypełnić ankietę kwalifikującą do programu?

Formularze ankietowe dostępne są w każdej placówce POZ uczestniczącej w programie. Możesz też wypełnić ankietę przez Internetowe Konto Pacjenta lub aplikację moje IKP w zakładce „Profilaktyka”, bądź telefonicznie kontaktując się przez infolinię 22 735 39 53.

Wypełnienie ankiety zajmie ci nie dłużej niż kilka minut. Jeśli jesteś w wieku między 40 a 64 lat, zostaniesz poproszony/-a o odpowiedzi na pytana dotyczące masy ciała, wzrostu, obwodu w pasie, ryzyka chorób układu krwionośnego. Dodatkowo pojawią się pytania o aktywność fizyczną, sposób odżywania, picie alkoholu, używanie tytoniu i nikotyny, a także o ryzyko chorób onkologicznych. Pytania mają formę zamkniętą,

eprasa.pl 4859ffd436

w których należy zaznaczyć jedną odpowiedź lub kilka, wymieniając np. przebyte choroby.

Jeśli jesteś osobą powyżej 65. roku życia, **ANKIETA JEST JESZCZE KRÓTSZA I PROSTSZA,** *ponieważ zaznaczasz tylko jedną z dwóch możliwych odpowiedzi: „tak" i „nie".*

Pytania dotyczą tego, czy w ostatnich 12 miesięcy miałeś/-aś badane ciśnienie krwi, poziom cholesterolu i glukozy, czy prowadzisz aktywność fizyczną, palisz papierosy. Są także pytania dotyczące nadwagi w rodzinie, przebytych chorób oraz o objawy ze strony przewodu pokarmowego, takie jak mała ilość wypróżnień i krew w stolcu.

Warto odpowiedzieć na wszystkie pytania, im precyzyjniej wypełnisz ankietę, tym dokładniejsza będzie ocena czynników ryzyka i lepiej dopasowane badania laboratoryjne. Po wypełnieniu ankiety otrzymasz krót-

eprasa.pl 4859ffd436

kie podsumowane swoich odpowiedzi, a także szczegółowe zalecenia prozdrowotne, które możesz wdrożyć samemu.

Wypełniam ankietę, co dalej?

W ciągu dwóch dni roboczych otrzymasz e-skierowanie. Następnym krokiem jest wybór placówki, w której chcesz zrealizować badania, skontaktowanie się z nią i umówienie na termin. Pamiętaj o zabraniu dowodu osobistego na badanie. Wyniki będą dostępne w twoim koncie IKP lub będziesz mógł odebrać je osobiście w placówce, w której zrealizowałeś badania. Lista miejsc, gdzie wykonasz badanie, znajdziesz na stronie https://www.gov.pl/web/zdrowie/profilaktyka-40-plus.

Jakie badania diagnostyczne obejmuje Program?

Profilaktyka 40 Plus obejmuje trzy pakiety badań diagnostycznych: dla kobiet, mężczyzn i wspólny.Pakiet badań diagnostycznych dla kobiet obejmuje:

eprasa.pl 4859ffd436

– morfologię krwi obwodowej z wzorem odsetkowym i płytkami krwi,

– pomiar stężenia cholesterolu całkowitego albo kontrolny profil lipidowy,

– pomiar stężenia glukozy we krwi,

– próby wątrobowe: AlAT, AspAT, GGTP,

– badanie poziomu kreatyniny we krwi,

– badanie ogólne moczu,

– badanie poziomu kwasu moczowego we krwi,

– pomiar krwi utajonej w kale – metodą immunochemiczną (iFOBT).

W skład pakietu badań dla mężczyzn wchodzą:

– morfologia krwi obwodowej ze wzorem odsetkowym i płytkami krwi,

– pomiar stężenia cholesterolu całkowitego albo kontrolny profil lipidowy,

– pomiar stężenia glukozy we krwi,

– próby wątrobowe: AlAT, AspAT, GGTP,

– badanie poziomu kreatyniny we krwi,

– badanie ogólne moczu,

eprasa.pl 4859ffd436

– badanie poziomu kwasu moczowego we krwi,

– pomiar krwi utajonej w kale – metodą immunochemiczną (iFOBT),

– PSA – antygen swoisty dla stercza całkowity.

Pakiet badań diagnostycznych wspólny:

– pomiar ciśnienia tętniczego;

– pomiar masy ciała, wzrostu, obwodu w pasie

– obliczenie wskaźnika masy ciała (BMI).

To, jakich odpowiedzi udzielisz w ankiecie, wpłynie na dopasowanie dla ciebie zakresu badań diagnostycznych. Program Profilaktyka 40 Plus pozwala na wykrycie niepokojących zmian we wczesnej fazie, a zastosowane leczenia na tym etapie umożliwia całkowity powrót do zdrowia.

Gdzie wykonam badania?

We wszystkich placówkach publicznych i niepublicznych, które zawarły umowę z Narodowym Funduszem Zdrowia na realizację programu. Ich listę również znajdziesz na stronie programu Profilaktyka 40 Plus.

eprasa.pl 4859ffd436

Akademia Zdrowia „Wprost”

Jakie korzyści może przynieść udział w programie?

Program Profilaktyka 40 Plus to program zdrowotny, który pomoże ci zadbać o zdrowie. W ostatnich latach na skutek pandemii dostępność do badań była ograniczona. Dlatego tak ważne jest, aby ten czas zrekompensować, zmienić styl życia i wykonać badania profilaktyczne. Udział w programie Profilaktyka 40 Plus pozwoli na wczesne wykrycie schorzeń, a to zwiększa szansę na skuteczne leczenie. Warto z niej skorzystać już dziś!

Materiał powstał przy współpracy
z Narodowym Funduszem Zdrowia

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

UNIKI SABALENKI



Paryż, 6.06.2023 r. - turniej Roland Garros. Aryna Sabalenka czeka przy siatce, a Elina Switolina na znak protestu odchodzi nie podając jej ręki.

Fot. LISI NIESNER / Reuters / Forum

epresa.pl 4859ffd436

– Nic nie zrobiłam – to słowa, za pomocą których **ARYNA SABALENKA CHCIAŁA ZMAZAĆ Z SIEBIE OSKARŻENIA O BRAK REAKCJI WS. WOJNY W UKRAINIE**. *Zadziałały jak nóż obosieczny. Bo chociaż faktycznie Białorusinka nie popełniła żadnej zbrodni, to jednocześnie nie zrobiła również niczego, co mogłoby przyczynić się do ich zatrzymania. Dziś do świata sportu – bardziej niż kiedykolwiek – wkracza polityka.*



Tekst: **Magdalena Frindt**

Nie chcę, żeby sport był łączony z polityką. Jestem 25-letnią tenisistką. Jeśli chciałabym być politykiem, nie byłoby mnie tutaj – powiedziała Aryna Sabalenka podczas wielkoszlemowego turnieju Roland Garros, który był rozgrywany na paryskich kortach.

eprasa.pl 4859ffd436

Białorusinka próbowała w ten sposób wybrnąć z serii „niewygodnych” pytań, na które udzielenie odpowiedzi wcale nie powinno być trudne.

W idyllicznym świecie sport dałoby się odciąć grubą kreską od polityki. Może się wydawać, że w założeniach nie ma tutaj żadnych punktów stycznych. W wielkim uproszczeniu: na kortach, boiskach, lodowiskach i polach golfowych decydujące są sprawność fizyczna i strategia w imię celu osobistego lub zespołu, a w polityce trzon powinna stanowić chęć działania na rzecz innych.

Rzeczywistość obróciła w pył tego typu tezy, a sieć zależności jest obecnie gęstsza niż kiedykolwiek.

Tenisowe rozgrywki w cieniu wojny w Ukrainie

Napięcie w damskiej szatni jeszcze nigdy nie było tak wyczuwalne. Iskrzy między Ukrainkami a Rosjankami i Białorusinkami. Niesnaski – co oczywiste – pojawiły się w odpowiedzi na rosyjską pełnowymiarową agresję na Ukrainę, a Białoruś jest uznawana jako współwinny, ponieważ reżim Alaksandra Łukaszenki udostępnia te-

eprasa.pl 4859ffd436

rytorium swojego kraju wojsku Władimira Putina, skąd żołnierze przeprowadzają ataki m.in. na Kijów.

Za wschodnią granicą Polski codziennie giną ludzie – starsi, w sile wieku, a także dzieci. Rosjanie bombardują cele militarne oraz obiekty cywilne. Dopuszczają się zbrodni wojennych, które wychodzą na jaw, gdy Ukraińcom udaje się przepędzić okupantów i odzyskać kontrolę nad swoimi terytoriami.

Wojna to czas, kiedy – jeszcze bardziej niż zwykle – potrzeba jasnych deklaracji. To nie moment na lawirowanie między prawdą a kłamstwem i wypowiadanie okrągłych zdań, które niczego nie wnoszą.

List poparcia Łukaszenki i wspólny sylwester

Decyzje potrafią się mścić. Na własnej skórze odczuła to Aryna Sabalenka – reprezentantka Białorusi urodzona w Mińsku, która obecnie zajmuje drugą pozycję w światowym rankingu WTA. Tenisistka wpadła w ogień pytań, „płacąc” za swoje – niby jasne, a jednocześnie zamglone –stanowisko wobec wojny w Ukrainie.

eprasa.pl 4859ffd436

Już na początku wielkoszlemowego turnieju Rolanda Garrosa podczas konferencji prasowej doszło do wymiany zdań między ukraińską dziennikarką a tenisistką.

– Chcę zadać dwa pytania. Pierwsze dotyczy Białorusi.

> *W 2020 roku* **PODPISAŁAŚ LIST POPARCIA ŁUKASZENKI** *i było to w czasach, gdy torturował i bił protestujących na ulicy. A potem świętowałaś z nim nadejście Nowego Roku.*

Jak to możliwe, że zawodniczka, która ma szansę zostać nr 1 światowego rankingu wspiera dyktatora? – zapytała, nawiązując do brutalnego tłumienia protestów, które wybuchły w Białorusi po wyborach prezydenckich.

Alaksandr Łukaszenka oczywiście „nie pobrudził własnych rąk”, ale podległe mu służby często uciekały się do przemocy wobec pokojowo protestujących.

eprasa.pl 4859ffd436

– Nie będę tego komentować. Dziękuję za pytanie – odpowiedziała Aryna Sabalenka.

Dziennikarka nie dawała za wygraną.

– Drugie pytanie brzmi: powtarzasz, że nikt nie popiera wojny, ale czy możesz mówić za siebie i powiedzieć: „Ja, Aryna Sabalenka, zdecydowanie potępiam fakt, że Białoruś atakuje Ukrainę rakietami i chcę, żeby to się skończyło”? – dopytywała.

– Bez komentarza – powtórzyła Sabalenka.

– Więc w zasadzie popierasz to wszystko, ponieważ nie możesz głośno się wypowiedzieć? Nie jesteś mało znaczącą osobą, Aryno. Możesz to zrobić – kontynuowała przedstawicielka ukraińskich mediów.

„Tygrysica” lawiruje. Mówi o swoim „bezpieczeństwie”

Tenisistka ma na przedramieniu lewej ręki wytatuowany łeb tygrysa. Kibice doskonale wiedzą, że nie można jej zarzucić braku waleczności na korcie, dzięki której pnie się w rankingu WTA i eliminuje kolejne

eprasa.pl 4859ffd436

przeciwniczki. Jest również przebiegła, a tę cechę wykorzystuje nie tylko w czasie sportowych rozgrywek. Słowny ping-pong z opisywanej konferencji próbowała przekuć na swoją korzyść i pokazać się w roli ofiary. Czy intencjonalnie, czy przypadkowo? To pytanie pozostaje otwarte.

Trzeba przyznać, że Białorusinka w czasie konferencji prasowej faktycznie mogła poczuć się przyparta do muru. Ale warto zapytać: z jakiego powodu? Odpowiedź jest niezwykle prosta: Sabalenka podjęła decyzję, że będzie posługiwała się ogólniakami, zamiast nazywać sprawy po imieniu.

Bo obecnie nie toczy się jakaś tam – bliżej nieokreślona – „wojna”. Toczy się wojna w Ukrainie, którą prowadzą Rosjanie z wykorzystaniem terenu Białorusi. Umierają ludzie – mieszkańcy Buczy, Mariupola czy Chersonia. Tysiące ludzi, którzy mają swoje historie, swoje rodziny, swoje plany. Wiadomo, kto jest agresorem, kto się broni. A Sabalenka nie chce być mieszana w... politykę. Przynajmniej do pewnego czasu, ale o tym później.

eprasa.pl 4859ffd436

Białorusinka opuściła dwa kolejne spotkania z dziennikarzami, które są zwyczajowo organizowane po każdym z meczów. Tenisistka wyjaśniła, że nie była na siłach i w tym kontekście powołała się na swoje „zdrowie psychiczne i dobre samopoczucie”. Podkreśliła, że nie czuła się „bezpiecznie” podczas poprzedniej konferencji.

Sabalenka nie dość, że w ważnych sprawach długo milczała, to jak już zabrała głos – wyjątkowo niefortunnie dobrała słowa. Bo gdy wszyscy oczekiwali jednoznacznego stanowiska wobec wojny w Ukrainie, czy można wpaść na gorszy pomysł, niż powoływanie się na własne... bezpieczeństwo? Bezpieczeństwo, które zostało po prostu pogrzebane w Ukrainie?

Aryna Sabalenka i Naomi Osaka. Podobne sytuacje i dwa rozwiązania

Pobocznym tematem jest fakt, że Sabalenka mogła liczyć na zupełnie inne traktowanie przez organizatorów legendarnego turnieju niż dwa lata wcześniej Naomi Osaka. Japonka jeszcze przed rozpoczęciem roz-

eprasa.pl 4859ffd436

grywek oświadczyła, że nie będzie brała udziału w konferencjach z dziennikarzami, co jest wpisane na listę obowiązków sportowców.

> *Tenisistka tłumaczyła swoją decyzję wskazując, że przedstawiciele mediów nie zważają na to, że serią dociekliwych pytań* **MOGĄ PODKOPAĆ PEWNOŚĆ SIEBIE ZAWODNIKÓW**

i zasiać zwątpienie, co odbija się na psychice. Wówczas Osaka została ukarana grzywną za niestawienie się na konferencji, groziła jej też dyskwalifikacja. Ostatecznie sama wycofała się z turnieju.

Warto jednak dostrzec, że chociaż obie tenisistki – i Sabalenka, i Osaka – powoływały się na zdrowie psychiczne, co jest niezwykle ważne, były w zupełnie innych sytuacjach. Japonka postawiła tak sprawę ze względu na swoje osobiste odczucia, a Białorusinka czuła się „atakowana” przez dziennikarzy, którzy chcieli tylko, i – jak widać – aż, jednoznacznej,

eprasa.pl 4859ffd436

osobistej deklaracji Sabalenki w sprawie wojny w Ukrainie.

Symboliczny gest. Ukrainki murem przeciwko Sabalence

Aryna Sabalenka na drodze do półfinału Wielkiego Szlema, w którym ostatecznie przegrała z Czeszką Karoliną Muchową (6:7, 7:6, 5:7), spotkała się z dwiema Ukrainkami. Tenisistki, które walczą pod żółto-niebieską flagą, zawiązały symboliczny pakt, zgodnie z którym po meczach nie podają rąk zawodniczkom z Rosji i Białorusi jako znak sprzeciwu wobec agresji żołnierzy Władimira Putina, którzy są wspierani przez reżim z Mińska.

Elina Switolina w klarowny sposób uzasadniła swoją postawę. – Czy możesz sobie wyobrazić faceta lub dziewczynę, która jest teraz na linii frontu, którzy patrzyliby na mnie, a ja miałabym zachowywać się tak, jakby się nic nie stało? – zapytała tenisistka.

Aryna Sabalenka wygrała z obiema Ukrainkami – Martę Kostiuk pokonała dość łatwo (6:3, 6:2), a z Eliną

eprasa.pl 4859ffd436

Switoliną mecz zakończył się wynikiem 6:4, 6:4. Jednak poza sportowymi aspektami wydarzenia, wiele rozegrało się po zakończeniu gry. Białorusinka w jednym z wywiadów powiedziała, że ma świadomość, że będą ludzie, którzy ją kochają i tacy, którzy żywią do niej nienawiść.

– Jeśli ona mnie nienawidzi... Ja nic takiego do niej nie czuję – powiedziała Sabalenka, mając na myśli Kostiuk. – Nigdy nie powiedziała, że osobiście nie popiera tej wojny – podkreśliła Ukrainka, po czym dodała, że dziennikarze powinni zacząć pytać tenisistów, kto ma wygrać wojnę, bo nie jest pewna, czy wszystkie odpowiedzi będą spójne. – Stwierdziła, że jej nienawidzę. Nigdy nie powiedziałam nikomu – publicznie ani prywatnie – że nienawidzę Aryny Sabalenki lub którejkolwiek z zawodniczek. Po prostu nie szanuję jej ze względu na jej stanowisko w tej sytuacji – podkreśliła Marta Kostiuk.

Gdy mecz Sabalenki z Ukrainką dobiegł końca – zgodnie z przewidywaniami – Kostiuk nie podała rywalce ręki. Wówczas na trybunach było słychać gwizdy. Publiczności we Francji nie spodobała się reakcja Ukra-

eprasa.pl 4859ffd436

inki, która później nie kryła zdziwienia postawą kibiców. Widzowie nie dostrzegli osobistego wydźwięku tej sytuacji, a niesportowe zachowanie.

Z kolei Sabalenka początkowo myślała, że reakcja widzów jest skierowana przeciwko niej i wykonała teatralny, przerysowany ukłon. Potem, gdy zdała sobie sprawę, z tego co zaszło, podziękowała kibicom za wsparcie. Warto przypomnieć, że zaledwie dwa dni przez meczem Rosjanie zaatakowali Kijów dronami. Były ofiary śmiertelne i ranni.

Prowokacyjna postawa Sabalenki. Switolina nie miała wątpliwości

Wiadomo było również, jak po meczu z Aryną Sabalenką zachowa się Elina Switolina. Karty były na stole. Mimo tego po wygranej Białorusinka podeszła do siatki i czekała na swoją przeciwniczkę, aby podziękować za grę. Switolina nie zważała na to, pozbierała rzeczy i zeszła z kortu. Została wygwizdana.

Zachowanie Sabalenki, która – jak mogłoby się wydawać – chciała jedynie podać rękę Ukraince, przez

eprasa.pl 4859ffd436

wielu zostało uznane za prowokacyjne. Dwójka światowego rankingu tłumaczyła, że do siatki poprowadził ją „instynkt”. Zaskoczenia rozwojem wydarzeń nie kryła Switolina, która dała upust swoim emocjom podczas konferencji. – Moja początkowa reakcja była taka: „Co ty robisz?” – relacjonowała.

Ukrainka została zapytana, czy uważa, że **SABALENKA PRÓBOWAŁA ZAOGNIĆ SYTUACJĘ.** *Odpowiedziała bez chwili zastanowienia: „Tak, niestety tak myślę”.*

„To było tak bardzo obrzydliwe, jak tylko się da. Kiedy Rosja wysadza w powietrze tamę, z pomocą swojego przyjaciela »mini-dyktatora«, pani »nie czuję się bezpiecznie na konferencjach prasowych, bez komentarza«, »królowa dramy« celowo podchodzi do siatki, śmiejąc się z wszystkiego, co przechodzi Ukraina. Żenujące — napisał na Twitterze Ołeksandr Dołhopołow, reprezentant Ukrainy.

eprasa.pl 4859ffd436

Tutaj również konieczne jest zarysowanie kontekstu. Nad ranem w dniu, w którym odbywał się ćwierćfinał Rolanda Garrosa, Rosjanie wysadzili tamę w Nowej Kachowce, wywołując siejącą spustoszenie powódź.

„Nie popieram wojny, co oznacza, że nie popieram teraz Łukaszenki”

Pytania o relację Sabalenki z Łukaszenką wracają jak bumerang. Między innymi za sprawą zdjęć, na których widać, jak się do siebie uśmiechają. Po jakości fotografii można się domyślać, że zostały wykonane pewien czas temu. – Grałyśmy dużo w Fed Cup na Białorusi. Był na naszych meczach, robił sobie z nami zdjęcia. Ani w Białorusi, ani w Ukrainie, ani w Rosji nie działo się wtedy nic złego. Mówiłam już wiele razy, że nie popieram wojny. Nie chcę, aby mój kraj był zaangażowany w jakikolwiek konflikt – powiedziała Aryna Sabalenka.

Ze słowami wiceliderki światowego rankingu nie sposób się jednak zgodzić. Wojna w Ukrainie nie roz-

eprasa.pl 4859ffd436

poczęła się w 2022 roku, a osiem lat wcześniej, gdy Rosja przeprowadziła bezprawną aneksję Krymu. Tenisistka żaliła się, że trudno jej zrozumieć, że jest „tak wielu ludzi, którzy nienawidzą jej bez powodu”. – Nic nie zrobiłam – powiedziała Sabalenka.

No właśnie: nic nie zrobiła. Nie zrobiła niczego na miarę swojej pozycji w kobiecym tenisie, na miarę zasięgów, które generuje w sieci. Nikt nie oczekuje przecież, że Sabalenka pójdzie na front i będzie pomagała Ukraińcom w walce o ich niepodległość. Oczekuje się uczciwości.

Retoryka Sabalenki zaostrzała się wraz z kolejnymi dniami turnieju. Nastąpił pewnego rodzaju przełom, a Białorusinka nie siliła się na słowne piruety. Aryna Sabalenka po raz kolejny usłyszała pytanie dotyczące polityki. – Mówisz, że nie popierasz wojny, ale czy nadal popierasz Alaksanda Łukaszenkę? – zapytano. – To trudne pytanie – rozpoczęła Białorusinka. – Nie popieram wojny, co oznacza, że nie popieram teraz Łukaszenki – stwierdziła tenisistka, a te słowa z całą pewnością można zaliczyć do jej najmocniejszych

eprasa.pl 4859ffd436

oświadczeń od czasu wybuchu pełnowymiarowej wojny w Ukrainie.

Wypowiedź ta była na tyle przełomowa, że odnotowały ją największe agencje prasowe na świecie.

Łukaszenka traktuje Sabalenkę jak trofeum

Ale napięcie nie skończyło się wraz z turniejem Rolanda Garrosa. Już na początku lipca startuje kolejny Wielki Szlem. W 2022 roku organizatorzy Wimbledonu zadecydowali, że na kortach w Londynie nie pojawią się Rosjanie i Białorusini. Wykluczenie sportowców z tych krajów było odpowiedzią na zbrodniczą agresję na Ukrainę, a jednocześnie spotkało się z krytyczną reakcją WTA i ATP.

Ze spekulacji wynikało, że zachodziły obawy o Kate Middleton. A konkretnie o to, w jaki sposób propaganda wykorzystałaby chwilę, gdyby – czysto hipotetycznie – księżna, która jest patronem All England Lawn Tennis Club, wręczałaby nagrodę sportowcowi z Rosji lub Białorusi.

eprasa.pl 4859ffd436

Wiadomo już, że nawet jeśli były tego typu wątpliwości, w tym roku nie wygrały z finansowymi kalkulacjami, a konkretnie z wiszącą nad głowami Brytyjczyków groźbą wysokiej grzywny. Władze Wimbledonu w oficjalnym komunikacie poinformowały, że w 2023 roku Rosjanie i Białorusini mogą zostać dopuszczeni do rywalizacji w zawodach. Aby występować pod neutralną flagą, muszą spełnić kilka warunków. Sportowcy nie mogą wyrażać poparcia dla działań Rosji podczas wojny w Ukrainie oraz nie mogą otrzymywać finansowania z Rosji lub Białorusi.

Każdy sukces rosyjskiego lub białoruskiego sportowca to „łakomy kąsek” dla przywódców tych krajów, aby spróbować, choć przez chwilę, pokazać się w szeregu cywilizowanych krajów, z których de facto sami się wypisali.

Tak było na początku 2023 roku. Wówczas sukces Aryny Sabalenki nie umknął uwadze Alaksandra Łukaszenki. Białorusinka wygrała Australian Open, odnotowując swoje pierwsze zwycięstwo w wielkoszlemowym turnieju. – Teraz Aryna ma wszystko. Musimy

eprasa.pl 4859ffd436

życzyć jej osobistego szczęścia, zdrowia i kolejnych zwycięstw. Aryno, to dla ciebie! – powiedział Alaksandr Łukaszenka.

Obrazek był symboliczny: białoruski dyktator siedzi za dużym stołem, na którym znajdują się owoce, kwiaty, a także pies. I – jak gdyby nigdy nic – wznosi toast, ciesząc się chwilą.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

Zapraszamy do posmakowania dań
naszego nowego Szefa kuchni Gabrielle Nanni



SAN LORENZO

RISTORANTE SAN LORENZO AL. JANA PAWŁA II 36
tel: 22 652 16 16, 506 075 000

w w w . s a n l o r e n z o . p l

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność



Fot. materiały prasowe

BIZNES OPARTY NA BADANIACH

Laboratorium Polpharmy.

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność

POLSKA NAUKA MOŻE LICZYĆ NA WSPARCIE Z WIELU RÓŻNYCH ŹRÓDEŁ. *Z pomocą przychodzą m.in. budżet państwa, Unia Europejska, różnego rodzaju fundusze, ale również biznesmeni i przedsiębiorcy.* **PRZYKŁADEM TAKIEJ DZIAŁALNOŚCI SĄ M.IN. FIRMY NALEŻĄCE DO JEDNEGO Z NAJBOGATSZYCH POLAKÓW – JERZEGO STARAKA.**



Tekst: **Anna Mokrzanowska**

W ostatniej edycji opracowywanego przez „Wprost” rankingu „100 najbogatszych” Jerzy Starak zajął szóste miejsce. Należąca do biznesmena Polpharma, która każdego roku produkuje 400 milionów opakowań leków, odnotowała w 2021 roku rekordowe 3,68 mld zł sprzedaży. Przedsiębiorca inwestuje nie tylko w rozwój swojej firmy, ale także przeznacza ogromne środki finansowe

eprasa.pl 4859ffd436

na wsparcie środowiska naukowego. Ta współpraca okazuje się bardzo owocna dla obu stron.

Rozwój rynku leków biopodobnych

Jerzy Starak od dawna angażuje się w rozwój sektora biotechnologicznego poprzez dwie spółki-córki. Polpharma Biologics od ponad 10 lat zajmuje się rozwojem i produkcją leków biopodobnych. Co kryje się pod tą tajemniczą nazwą? Otóż z definicji przyjętej przez Europejską Agencję Leków wynika, że są to leki biologiczne, które rozwijane są w oparciu o substancję aktywną, znaną z leków dostępnych na rynku. Stosowanie tego rodzaju produktów medycznych może znacząco zwiększyć dostępność dla pacjentów, a co więcej, obniżyć także koszty terapii.

Polpharma Biologics wyróżnia się na tle innych firm o podobnym profilu tym, że posiada możliwość przeprowadzenia pełnego procesu tworzenia leku biologicznego: od rozwoju linii komórkowej aż po produkcję substancji czynnej na skalę przemysłową.

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność

Firma posiada trzy ośrodki badawczo-rozwojowe: jeden z najnowocześniejszych kompleksów biotechnologicznych w Europie zlokalizowany w Gdańsku, zakład wytwarzania produktów leczniczych w Warszawie-Duchnicach oraz ośrodek skupiający się na rozwoju linii komórkowych położony na terenie Parku Naukowego w Utrechcie.

Łącznie w placówkach firmy jest zatrudnionych ponad 350 naukowców, którzy ogółem mogą się pochwalić ponad 90 patentami. Europejski Urząd Patentowy wielokrotnie doceniał liczbę zgłaszanych patentów i przyznawał Polpharmie tytuł lidera w tej dziedzinie wśród polskich przedsiębiorców.

Certyfikaty od zagranicznych agencji

Lek, który jest produkowany w Centrum Rozwoju i Produkcji Polpharma Biologics, jako pierwszy specyfik w Polsce otrzymał certyfikaty amerykańskiej Agencji ds. Żywności i Leków oraz Europejskiej Agencji Leków.

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność

Dokumenty te pozwalają na dopuszczenie leku na rynek zarówno amerykański, jak i europejski. Urzędnicy docenili w ten sposób ranibizumab, który jest stosowany w leczeniu wysiękowej postaci zwyrodnienia plamki żółtej związanego z wiekiem, a także innymi poważnymi chorobami oka. Łącznie Polpharma Biologics ma w swoim portfolio osiem leków biopodobnych.

Misją drugiej spółki-córki – JJP Biologics – jest praca nad rozwojem innowacyjnych molekuł, które do tej pory nie były stosowane w medycynie.

> *Chodzi przede wszystkim o* **LEK IMMUNOLOGICZNY, KTÓRY MA BYĆ PRZEZNACZONY DLA PACJENTÓW Z CIĘŻKĄ POSTACIĄ PĘCHERZYCY**, *a także produkty medyczne, które mogą pomóc pacjentom z chorobami onkologicznymi.*

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność



Fot. materiały prasowe

Laboratorium Polpharmy.

eprasa.pl 4859ffd436

Odpowiada również za wdrożenie w naszym kraju innowacyjnych programów badawczych, które powstają przy współpracy z polskimi naukowcami.

20 mln złotych na wsparcie polskiej nauki

Od przeszło 20 lat działa także Naukowa Fundacja Polpharmy. Jest to jedna z największych w Polsce organizacji, która finansuje projekty badawcze realizowane przez polskich naukowców. Jej motto brzmi: „Pomagamy ludziom nauki”. Łącznie na wsparcie nauki przeznaczono do tej pory 20 mln złotych.

Do najważniejszych programów realizowanych przez fundację należy konkurs na finansowanie projektów badawczych ze środków Naukowej Fundacji Polpharmy. W ubiegłych latach dotyczyły one m.in. tematów takich jak „Cyfryzacja dla poprawy wyników leczenia”, „Modyfikacje epigenetyczne w chorobach u ludzi” czy też „Rozwój i optymalizacja procesów w biotechnologii medycznej”.

eprasa.pl 4859ffd436

Przez wiele lat fundacja wspierała aktywność młodych naukowców poprzez specjalny program stypendialny, który jest adresowany do uczestników studiów doktoranckich uczelni medycznych. Nagrodą były stypendia w wysokości 10 tys. złotych. Co więcej, fundacja nagradza także autorów najlepszych prac magisterskich wydziałów farmaceutycznych. Laureatów wyłania się w specjalnym ogólnopolskim konkursie, który jest organizowany przez Polskie Towarzystwo Farmaceutyczne.

Jak Jerzy Starak pomaga młodym naukowcom?

Polpharma rozwija także współpracę bezpośrednią ze środowiskami naukowymi. Od października 2018 roku doktoranci z Polpharmy pracują nad tzw. doktoratami wdrożeniowymi. W ten sposób doktoranci mają możliwość ścisłej współpracy z przedsiębiorcami. Projekt ten został zainicjowany przez Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego przy współpracy m.in. z Gdańskim Uniwersytetem Medycznym oraz Uniwersytetem Warszawskim.

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność

– Aktywna współpraca Polpharmy z polskimi uczelniami, mająca na celu kształcenie wysoko wyspecjalizowanych ekspertów z dziedziny chemii i farmacji, doskonale wpisuje się w program doktoratów wdrożeniowych i w strategię budowania mostu pomiędzy nauką a biznesem – komentowała Magdalena Rzeszotalska, dyrektor ds. Komunikacji Korporacyjnej i CSR Polpharmy.

W 2015 roku z inicjatywy Naukowej Fundacji Polpharmy został wydany specjalny podręcznik dla lekarzy oraz studentów kierunków medycznych „Nieprzestrzeganie zaleceń terapeutycznych. Od przyczyn do praktycznych rozwiązań". Powstał on dzięki wsparciu finansowemu firmy Polpharma w ramach projektu compliance, którego celem jest utrwalenie w środowisku medycznym znaczenia dobrej współpracy między pacjentami oraz lekarzami.

Nowe technologie a medycyna

Cztery lata później fundacja przeprowadziła konkurs „Wykorzystanie technik mobilnych w prewencji, dia-

eprasa.pl 4859ffd436

gnostyce i leczeniu chorób cywilizacyjnych”. Była to odpowiedź na niespotykany nigdy wcześniej rozwój nowych technologii w wielu różnych dziedzinach medycyny. Autorzy trzech najlepszych projektów otrzymali nagrody w łącznej wysokości 260 tys. złotych, które miały zostać przeznaczone na rozwój aplikacji.

Dr Wojciech Kuźmierkiewicz, w przeszłości prezes zarządu Naukowej Fundacji Polpharmy, a obecnie członek honorowej rady naukowej fundacji, tłumaczył, że wprowadzenie nowych technologii do ochrony zdrowia może zapewnić bardziej spersonalizowane i kompleksowe podejście do pacjenta.

> *– Ogromną rolę odgrywają projekty służące prewencji,* **ZWŁASZCZA TE, KTÓRE POZWALAJĄ STALE MONITOROWAĆ PRZEBIEG NIEKTÓRYCH CHORÓB**, *głównie przewlekłych - wyjaśnił dr Kuźmierkiewicz.*

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność



Fot. materiały prasowe

Laboratorium Polpharmy.

eprasa.pl 4859ffd436

Dzięki nim można wychwycić nawet drobne zmiany, które w badaniach przeprowadzanych raz na kilka miesięcy podczas wizyty u lekarza mogłyby być w ogóle niezauważone – mówił.

Nie samą medycyną żyje człowiek

Starakowie wspierają środowisko naukowe nie tylko na polu biotechnologii i nauk medycznych, ale również w dziedzinie sztuki. Anna Woźniak-Starak prowadzi wraz z mężem rodzinną fundację – Fundację Rodziny Staraków – której celem jest promowanie i wspieranie młodych, utalentowanych osób poprzez różnego rodzaju programy stypendialne i grantowe.

W swojej misji statutowej fundacja ma również wpisane umożliwianie dostępu do najnowszych osiągnięć nauki, techniki, kultury i gospodarki oraz działania na rzecz poprawy stanu zdrowia i rozwoju profilaktyki zdrowotnej.

Statutowe cele fundacji realizuje Spectra Edu. W ramach specjalnego projektu grantowego „Wena” wspiera

eprasa.pl 4859ffd436

młodzież oraz nauczycieli z liceów plastycznych w realizacji projektów edukacyjno-artystycznych. W poprzednich latach konkursy dotyczyły m.in. „Sztuki naprawiania świata”. Specjalna kapituła wybrała dziesięć projektów, których tematem przewodnim była troska o współczesny świat, który staje się coraz bardziej niebezpieczny i nieprzewidywalny. W innej edycji konkursu zatytułowanej „Świat z mojego okna” inspirację stanowiły: postrzeganie i odbiór świata i ludzi zmienionych pandemią

Rodzinna fundacja Staraków organizuje także program stypendialny „Horyzonty”, który jest realizowany wspólnie z Edukacyjną Fundacją im. Romana Czerneckiego. Jest to akcja wsparcia dla młodzieży z rodzin w trudnej sytuacji finansowej. Dzięki pomocy dla uczniów wyrównywane są ich szanse edukacyjne. Łącznie pomocą zostało objętych blisko 840 osób. W rozwój stypendystów zainwestowano ponad 30 mln zł.

– W Polsce, tak jak na całym świecie, jest wielu wspaniałych, zdolnych, młodych ludzi. Często jed-

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność

nak brak dostępu do nowych osiągnięć techniki i nauki, oddalenie od głównych centrów edukacyjnych czy nieznajomość języków obcych, stają na drodze do realizacji własnych celów lub zmuszają do szukania „szczęścia” poza granicami naszego kraju. Dlatego potrzebne jest wsparcie już dziś, na początku ich drogi – podkreślał Jerzy Starak.

PROJEKT WSPÓŁFINANSOWANY ZE ŚRODKÓW MINISTERSTWA EDUKACJI I NAUKI W RAMACH PROGRAMU „SPOŁECZNA ODPOWIEDZIALNOŚĆ NAUKI”

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność

NA POCZĄTKU JEST ZAWSZE POMYSŁ



Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność

CENTRUM NAUKOWO-BADAWCZE DR IRENA ERIS *istnieje od 2001. Pracuje tu zespół biologów, farmaceutów, chemików, biochemików, biotechnologów i lekarzy dermatologów, którzy prowadzą zaawansowane badania na komórkach i modelach skóry. – Pamiętam początki, kiedy jeździliśmy na konferencje naukowe i patrzono na nas niezbyt przychylnie, bo postrzegano nas jako biznes. Naszą pracą i osiągnięciami udowodniliśmy, że* **TO, CO ROBIMY, MA WARTOŚĆ NAUKOWĄ – MÓWI DR KATARZYNA ROGIEWICZ, ZASTĘPCA DYREKTORA PIONU BADAŃ I INNOWACJI**.



Tekst: **Katarzyna Świerczyńska**

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność

KATARZYNA ŚWIERCZYŃSKA, „WPROST”: Wasza praca to bardziej biznes, czy jednak nauka?

DR KATARZYNA ROGIEWICZ: Nauka jest jednym z kluczowych filarów naszej firmy. Ma ona szczególne znaczenie dla dr Ireny Eris, która jest doktorem nauk farmaceutycznych. Centrum Naukowo-Badawcze to realizacja jej wizji, a Pion Badań i Innowacji to „crème de la crème”. Ja tu pracuję od 25 lat, a Centrum Naukowo-Badawcze powstało ponad 20 lat temu. Oczywiście firma funkcjonuje, aby realizować cele biznesowe, ale na naszych projektach naukowych nigdy nie oszczędzamy. Jeśli mamy pomysł, nie ma problemu, aby go zrealizować.

Wasz dorobek naukowy to m.in. liczne zgłoszenia patentowe i patenty. Jak rodzą się pomysły na nowe rozwiązania?

W laboratorium pracujemy nad różnymi substancjami i mówiąc najprościej, badamy, czy coś sprawdzi się w kosmetykach. Jeśli coś zadziałało na komórkach, to czy w balsamie lub kremie tak samo zadziała? To nie zawsze jest oczywiste.

eprasa.pl 4859ffd436

Poszukujemy też substancji, które są znane, ale nie były dotąd wykorzystywane w kosmetykach.

> *Na przykład jako pierwsi na świecie wykorzystaliśmy w kosmetykach kwas foliowy, a* **JAKO JEDNI Z PIERWSZYCH ZASTOSOWALIŚMY WITAMINĘ K**.

Szukamy więc nowych zastosowań, do znanych substancji, ale też szukamy najlepszych połączeń, badamy, czy działają synergicznie.

Skąd pomysły? Inspiracją jest nauka. Uczestniczymy w wielu wydarzeniach naukowych, jesteśmy na bieżąco z doniesieniami z dziedzin takich jak farmacja, medycyna, biologia czy biotechnologia i wiele innych. Śledzimy, o czym się mówi, co się ukazuje w publikacjach, ale też, jak wspomniałam, sami szukamy innowacyjnych rozwiązań.

Jednym z ostatnich naszych osiągnięć jest odkrycie w komórkach skóry substancji działających na kanały

eprasa.pl 4859ffd436

w centrach energetycznych komórek, czyli mitochondriach i wprowadzenie na rynek m.in. kosmetyków wyrównujących koloryt skóry u osób z bielactwem. Szukaliśmy wówczas aktywatorów kanałów potasowych, to kanały w komórkach, które po aktywowaniu uruchamiają różne procesy, m.in. związane z utratą barwnika w skórze.

Jak traktuje się was w środowisku naukowym?

To jest bardzo ciekawe, jak się to zmieniło na przestrzeni tych 20 lat. Pamiętam początki, kiedy jeździliśmy na konferencje naukowe i patrzono na nas niezbyt przychylnie, bo postrzegano nas jako biznes. Naszą pracą i osiągnięciami udowodniliśmy, że to, co robimy, ma wartość naukową. Nasze publikacje są cytowane przez naukowców, inni zwracają się do nas, zapraszając nas na konferencje czy chcąc np. realizować z nami swoje projekty.

Wy również współpracujecie z wieloma ośrodkami naukowymi.

W Polsce to Instytut Biologii Doświadczalnej im. M. Nenckiego PAN, Politechnika Warszawska, Uniwersy-

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność



Fot. Materiały prasowe

Badania w laboratoriach firmy Dr Irena Eris.

eprasa.pl 4859ffd436

tet Warszawski, Uniwersytet Jagielloński czy Łódzki Uniwersytet Medyczny. Wykorzystujemy ich know how, korzystamy z ich zaplecza aparaturowego. Mamy w Polsce znakomitych naukowców, ludzi, którzy specjalizują się w określonych badaniach i z tego korzystamy. Efektem tej współpracy są zarówno publikacje naukowe i doniesienia zjazdowe, jak i przede wszystkim innowacje produktowe wdrożone na rynek polski i rynki międzynarodowe. Z drugiej strony mamy też bardzo dużo chętnych studentów z różnych kierunków na wakacyjne praktyki, wielu z nich wraca do nas, kiedy piszą swoje prace licencjackie czy magisterskie.

Jak wygląda praca w Centrum Naukowo-Badawczym?

Wszystko zaczyna się od pomysłu. Na początku przeprowadzamy badania laboratoryjne na wyizolowanych komórkach skóry. Jeśli coś zadziała tak, jak oczekujemy, to technolodzy opracowują receptury kosmetyków. To żmudny proces, bo może się okazać, że receptura sprawia, że dana substancja inaczej działa. Wszyst-

eprasa.pl 4859ffd436

kie mechanizmy badamy w warunkach in vitro, czyli „w szkle” na wyizolowanych komórkach czy substancjach. W Centrum Naukowo-Badawczym prowadzone są też badania mające na celu poznanie procesów zachodzących w komórkach skóry pod wpływem kosmetyków.

> *Mechanizmy działania substancji aktywnych kosmetyków poznajemy* **PO-PRZEZ BADANIA EX VIVO**. *Badania ex vivo to dowód, że składniki aktywne zawarte w produkcie kosmetycznym rzeczywiście wpływają na fizjologię skóry.*

Testy ex vivo z wykorzystaniem skóry pełnej grubości stosuje się również przy badaniu przenikalności substancji kosmetycznych w głąb skóry oraz w celu określenia struktury powierzchni włosów i zewnętrznych komórek skóry. Jak się potwierdzi, że coś działa, testujemy na sobie...

eprasa.pl 4859ffd436

Na sobie?

Tak, i na naszych rodzinach (śmiech). Kiedy my jesteśmy z czegoś zadowoleni i pewni danego produktu przystępujemy do kolejnego etapu. Nasze prototypy testują probanci. Ich opinia jest subiektywna, dlatego, co jakiś czas przyjeżdżają do naszych laboratoriów, gdzie sprawdzamy, czy kosmetyk rzeczywiście działa tak, jak byśmy chcieli, np. nawilża czy redukuje przebarwienia.

Do oceny parametrów skóry stosowana jest najnowocześniejsza aparatura biomedyczna światowej klasy producentów. Mierzymy takie parametry jak nawilżenie, natłuszczenie, elastyczność, gładkość, topografię, głębokość i objętość zmarszczek, przeznaskórkową utratę wody, koloryt, pH, echogeniczność poszczególnych warstw skóry, rozkład temperatur w obrębie określonych części ciała czy strukturę powierzchni włosów. I dopiero kiedy te badania się potwierdzą, czeka nas kolejna seria badań. To dalsze badania mikrobiologiczne, stabilnościowe, sprawdzanie, czy opakowanie będzie odpowiednie...

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność

Jaki jest czas od pomysłu do wprowadzenia produktu na rynek?

Od roku do kilku lat.

Nad czym obecnie pracujecie?

Nie mogę zdradzić, bo to tajemnica dotycząca produktów, które mają wejść na rynek w przyszłym roku. Ale mówiąc o ostatnich osiągnięciach, mogę wspomnieć o naszych liniach aptecznych, dedykowanych dla osób z łuszczycą, atopowym zapaleniem skóry, czy bielactwem. To nie są leki, ale kosmetyki, które wspierają pielęgnację chorej skóry.

Mówiła pani wielokrotnie, że waszym celem jest nagroda Nobla...

Tak, naszym celem jest nagroda Nobla. Pamiętam, kiedy pierwszy raz o tym głośno sobie powiedzieliśmy, trochę ze śmiechem, trochę w żartach. Po miesiącu czy dwóch okazało się, że nagrodę z dziedziny medycyny i fizjologii w 2009 roku przyznano za wyjaśnienie działania telomerów (nagrodę otrzymała wówczas trójka naukowców: Elizabeth Blackburn i Jack Szostak od-

eprasa.pl 4859ffd436

kryli, w jaki sposób unikalne sekwencje DNA w telomerach chronią chromosomy przed degradacją, a Carol Greider i Elizabeth Blackburn odkryły ważny w tym procesie enzym, czyli telomerazę – red.). A przecież my w tym samym czasie prowadziliśmy badania właśnie nad telomerami. To nam dało niezwykłą motywację i wiarę, że wszystko jest w naszym zasięgu. I muszę podkreślić, że nasza praca daje nam niezwykłą satysfakcję, bo my przecież widzimy jej konkretne efekty w postaci kosmetyków na półkach.

PROJEKT WSPÓŁFINANSOWANY ZE ŚRODKÓW MINISTERSTWA EDUKACJI I NAUKI W RAMACH PROGRAMU „SPOŁECZNA ODPOWIEDZIALNOŚĆ NAUKI”

Ministerstwo Edukacji i Nauki

Społeczna Odpowiedzialność Nauki

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność



GDZIE SZUKAĆ WSPARCIA DLA INNOWACYJNEGO BIZNESU

Fot. Materiały prasowe

27 kwietnia 2023 r. odbyło się InCredible Summit – wydarzenie, podczas którego uczestnicy VI edycji programu InCredibles zaprezentowali swoje projekty.

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność

Nawet innowacyjny startup na pewnym etapie rozwoju potrzebuje konsultacji ekspertów. **PROGRAM MENTORINGOWY INCREDIBLES, STWORZONY PRZEZ SEBASTIANA KULCZYKA, OD KILKU LAT POMAGA NAJLEPSZYM, NIE ZAPOMINAJĄC O MŁODYCH**. *– Polskie startupy to świadomi, innowacyjni przedsiębiorcy. Niestety czynnikiem, który często uniemożliwia polskim spółkom globalną ekspansję, jest przekonanie, że dane rozwiązanie należy implementować wyłącznie, lub na początku działalności, na rynku lokalnym – mówi Jarosław Sroka, członek zarządu Kulczyk Investments.*



Tekst: **Marek Sławiński**

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność

Polskie startupy oferują rozwiązania oparte na zaawansowanych technologiach, podnoszą efektywność procesów biznesowych, obniżają koszty działania organizacji i umożliwiają skalowanie rozwiązań na globalnym rynku – to wspólne cechy, na które zwrócono uwagę w raporcie Fundacji Startup Poland za ubiegły rok. Z badania wynika też, że główną barierą dla rozwoju startupów w Polsce są problemy z pozyskaniem pracowników, przy jednoczesnym szybkim wzroście kosztów ich zatrudnienia. Na ten aspekt zwraca uwagę aż 52 proc. z nich.

Jednak przypadek każdego startupu jest inny i dotyczy różnych problemów na poszczególnych etapach rozwoju. Spółki mogą liczyć na wsparcie ze strony ekspertów, ale jest to oferta skierowana do tych, które postawiły już pierwszy krok. Taką pomoc oferuje m.in. działający od 2017 r. program InCredibles Sebastiana Kulczyka. Choć na przestrzeni lat ulega zmianom, to

eprasa.pl 4859ffd436

jego założeniem jest budowa kompetencji oraz promocji, szkolenie i integracja najlepszych polskich startupów.

Pakiet mentoringowy InCredibles

Na co mogą liczyć szczęśliwcy, którzy wejdą do programu? – Pakiet mentoringowy InCredibles to kilkadziesiąt godzin indywidualnych i grupowych „szytych na miarę” konsultacji prowadzonych przez uznanych founderów, inwestorów, doradców i specjalistów z zakresu m.in. zarządzania, sprzedaży i marketingu, strategii, komunikacji, finansowania i HR – wyjaśnia Jarosław Sroka.

Zaproponowana formuła warsztatów, spotkań z międzynarodowymi mentorami i doradcami umożliwia spółkom szybszy rozwój w konkurencyjne, międzynarodowe firmy technologiczne. Jednak udział w konkursie wymaga od nich określonej dojrzałości na rynku.

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność

– Wynika to z doświadczenia z dotychczasowej współpracy w ramach programu. Warsztaty grupowe, są dedykowane spółkom, które z założenia **SĄ NA PORÓWNYWALNYM ETAPIE ROZWOJU** *– dodaje przedstawiciel Kulczyk Investments.*

Do programu zapraszani są wyłącznie finaliści konkursów organizowanych przez: „Rzeczpospolitą” (Orzeł Innowacji), „My Company Polska” (25 najlepszych polskich startupów), European Tech and Start-up Days i Europejski Kongres Gospodarczy w Katowicach (Start-up Challenge), Uniwersytecki Inkubator Przedsiębiorczości, działający przy Uniwersytecie Ekonomicznym we Wrocławiu (InQube), Wschodni Akcelerator Biznesu (MeetUp Day), Łódzki Inkubator Przedsiębiorczości (Mam Pomysł na Startup), Gdański Inkubator Przedsiębiorczości (Starter), Rzeszowską Agencję Rozwoju Regionalnego

eprasa.pl 4859ffd436

(Carpathian Startup Fest), Imapct (Impact Arena) oraz Infoshare.

Szansa dla młodych przedsiębiorców

Dodatkowo InCredibles wspiera również dwa partnerskie konkursy dedykowane najmłodszym przedsiębiorcom (licealistom oraz studentom), czyli Econverse oraz TeenCrunch. Kategoria „Young InCredibles” powstała w ramach partnerstwa programu Sebastiana Kulczyka i fundacji Econverse latem zeszłego roku. Nagrodzone młodzieżowe zespoły otrzymują od InCredibles specjalny pakiet świadczeń, tj.: konsultacje z funduszem Venture capital (inwestującym w przedsiębiorstwa niepubliczne znajdujące się we wczesnych fazach rozwoju), opiekę coacha, udział we wszystkich grupowych warsztatach dla InCredibles, a także udział online we wszystkich konferencjach i wydarzeniach partnerskich programu – mówi Jarosław Sroka.

Współpraca ze spółkami rozpoczyna się od rozmowy z koordynatorem programu InCredibles. Ce-

eprasa.pl 4859ffd436

lem takiego spotkania jest doprecyzowanie potrzeb mentoringowych i zaproponowanie dedykowanych dla danej spółki rozwiązań oraz partnerów. Kolejny etap to warsztaty indywidualne. Koordynatorzy In-Credibles umawiają spotkania z mentorami, zapewniając spółkom darmowy, ekskluzywny mentoring dotyczący wybranych zagadnień odnośnie prowadzenia przedsiębiorstwa.

> – **UMOŻLIWIAMY SPOTKANIA Z EKSPERTAMI** *dedykowanymi do danego problemu, z którymi borykają się spółki na obecnym etapie swojej działalności – wyjaśnia członek zarządu Kulczyk Investments.*

Uczestnicy biorą też udział w warsztatach grupowych. Ich zakres tematyczny to: gotowość inwestycyjna; perspektywa inwestycyjna CVC Ciech Ventures; przywództwo; komunikacja i social media; kontakt

eprasa.pl 4859ffd436

z mediami; sprzedaż i marketing; prezentacje biznesowe; biznes model canvas.

„Elewator pitch” czyli prezentacja startupów

Poza tym spółki otrzymują również bilety na konferencje oraz dostęp do newslettera oraz do wirtualnego Biura Prasowego InCredibles – dedykowanej platformy komunikacyjnej, stanowiącej nie tylko bazę kontaktów i wiedzy na temat spółek uczestniczących w programie, ale też umożliwiającej im szybszy i łatwiejszy dostęp do szeroko rozumianego ekosystemu startupowego.

Finałem programu jest „elewator pitch”, czyli prezentacja startupów przed dziesięcioma wiodącymi w Polsce funduszami venture capital oraz przyznanie specjalnych nagród. Na koniec natomiast jedna ze spółek otrzymuje stypendium – czyli możliwość odbycia dwuletnich studiów online MBA for Startups, tworzonych w ramach współpracy InCredibles z SGH w Warszawie.

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność

Program InCredibles został zainicjowany w 2017 r. przez Sebastiana Kulczyka. W pierwszych edycjach funkcjonował w formie konkursu dla najbardziej innowacyjnych start-upów. Nagrodą były granty na rozwój oraz udział w sesjach mentoringowych.

– W pierwszej edycji do konkursu stanęło 426 start-upów. Spośród nich wyłoniono pięciu zwycięzców: Archdesk, Hotailors, Radionet, Tidio, UserEngage. W drugiej edycji w 2018 r. rywalizowały 302 start-upy z Europy Środkowo-Wschodniej (CEE). Spośród nich wyłoniono również pięciu zwycięzców: czeskie firmy Avocade i Neuron Soundware oraz polskie – Genomtec, Infermedica i Nuadu. W 2019 r. program zmienił formułę. Zgodnie z oczekiwaniami uczestników położyliśmy nacisk na mentoring i networking. Zamiast osobnego konkursu dla start-upów program przyjął formę wsparcia mentoringowego dla firm wyłonionych w innych konkursach wspieranych przez Sebastiana Kulczyka, m.in. European Start-up Challenge, SingularityU

eprasa.pl 4859ffd436

Poland Global Impact Challenge. Dzięki temu z programu ma szansę skorzystać znacznie więcej start-upów niż w poprzednich edycjach – podkreśla Jarosław Sroka.

Polskie startupy a zagraniczna konkurencja

Ze wspomnianego wcześniej raportu Fundacji Startup Poland wynika, że w Polsce istnieje ponad 5 tysięcy startupów, jednak niewiele dobrze rozpoznawalnych. „”Booksy, DocPlanner czy Brainly to przykłady startupów, które zyskały popularność nie tylko na naszym rynku, ale i na świecie m.in. dzięki ofercie kierowanej bezpośrednio do klientów indywidualnych” – twierdzą jego autorzy. Mniejszą popularność w społecznej świadomości mają firmy tworzące rozwiązania dla biznesu, nawet pomimo tego, że czasem dostarczają technologii do wielu znaczących na rynku przedsiębiorstw.

Jak, z punktu widzenia Kulczyk Investments, wypadamy na tle zagranicznych konkurentów? – Pol-

eprasa.pl 4859ffd436

skie startupy to bardzo często świadomi, innowacyjni przedsiębiorcy. Niestety czynnikiem, który często uniemożliwia polskim spółkom globalną ekspansję, jest przekonanie, że dane rozwiązanie należy implementować wyłącznie (lub na początku działalności) na rynku lokalnym. Ekosystem pokazuje jednak, że na światowych rynkach znacznie lepiej radzą sobie spółki, których founderzy od początku działalności skalują globalnie – przekonuje Jarosław Sroka.

Ekspert podkreśla, że polskie startupy wyróżniają się na tle Europy oraz Stanów Zjednoczonych pod względem zielonych rozwiązań. Polski Fundusz Rozwoju opublikował w 2021 roku raport „Start-upy i ekologia. Jakie zielone rozwiązania tworzą polskie firmy technologiczne?”, który wskazuje, że ponad 43 proc. startupów z CEE, pracujących nad rozwiązaniami mającymi redukować efekty zmian klimatu, ma swoją siedzibę w Polsce.

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność

> *– Nie ma transformacji energetycznej bez zastosowania nowych technologii. Dlatego ważną miarą sukcesu transformacji w naszym kraju będzie* **ROZWÓJ POLSKICH FIRM TECHNOLOGICZNYCH** *i ich znaczący udział na rynku OZE*

– mówi Bartłomiej Pawlak, wiceprezes PFR odpowiedzialny m. in. za program wsparcia transformacji energetycznej PFR Green Hub.

Ryzyka

Startupy, podobnie jak duże firmy, narażone są na czynniki zewnętrzne. Pandemia koronawirusa, czy trwająca wojna w Ukrainie przekłada się na niektóre aspekty ich funkcjonowania. Jednak spółki, które są już na odpowiednim poziomie skalowania i przekroczyły pewną barierę rozwoju, stając się międzynarodowymi podmiotami, są mniej narażone na ryzyko niż

eprasa.pl 4859ffd436

spółki, które poszukują kapitału i są na wczesnym etapie rozwoju.

– Mamy dzisiaj do czynienia z potężnym ryzykiem geopolitycznym i makroekonomicznym związanym z cenami nośników energii, inflacją, migracją i zmianami klimatycznymi. Kumulacja tych zjawisk tworzy zupełnie nowy wymiar jakościowy, jeżeli chodzi o cenę ryzyka. Paradoksalnie, konflikty zbrojne i kryzysy zawsze są motorami postępu, w których następuje naturalne przyśpieszenie związane ze zmianą otoczenia istniejących modeli biznesowych. Te same modele biznesowe wymuszają aktywność, kreatywność i zwinność podmiotów gospodarczych, które skokowo zwiększają efektywność i mocniej zaznaczają swoją pozycję na rynku. Mamy do czynienia z konfliktem zbrojnym, w którym pojawiają się nowe technologie i zapotrzebowanie na nie. To może być zaczynem do rozwoju technologii w innych dziedzinach – zauważa Jarosław Sroka.

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność

InCredibles może pochwalić się wieloma laureatami ubiegłych edycji, którzy osiągnęli sukces. Na uwagę zasługuje Billon – fintech działający w Polsce i Wielkiej Brytanii, który opracował standard obrotu cyfrowym pieniądzem oraz innymi danymi poprzez technologię blockchain. Komisja Europejska wybrała Billon jako jednego z trzech dostawców technologii blockchain do ostatniej fazy testów eksploatacyjnych w ramach procesu EU Blockchain Pre-Commercial Procurement (PCP). Kwalifikacja Billona do fazy 2B projektu potwierdza dojrzałość, wydajność i skalowalność technologii, gwarantując środki na dalszy rozwój produktów firmy.

Oni zwyciężyli w ubiegłych edycjach

Kolejny startup to Nevomo, której zespół zaprojektował nowy środek transportu umożliwiający przemieszczanie osób lub ładunków z bardzo dużą prędkością, w oparciu o koncepcję zrównoważonego transportu. Stworzony Hyperloop to połączenie pociągu i samo-

eprasa.pl 4859ffd436

lotu. Zgodnie z wyliczeniami umożliwi podróż np. z Krakowa do Gdańska w 35 minut z prędkością bliską prędkości dźwięku.

Nevomo i koleje francuskie SNCF podpisały umowę o współpracy – wspólnie zbadają możliwości zwiększenia efektywności i przepustowości francuskiej sieci kolejowej dzięki technologii MagRail opracowanej przez Nevomo. To kolejna umowa o współpracy pomiędzy Nevomo a europejskimi kolejami państwowymi. Technologia MagRail została już doceniona przez głównych graczy europejskiej branży kolejowej, co potwierdza szereg podpisanych umów, w tym z Rete Ferroviaria Italiana i duisport, największym śródlądowym portem na świecie.

Warto wspomnieć także o sukcesie cux.io. W 2023 spółka ta została ogłoszona najlepszym na świecie startupem analitycznym dla Smart Data Marketingu. Cux.io to narzędzie do automatyzacji analityki i UX (User experience, z ang. doświadczenie użytkownika – całość wrażeń, jakich doświadcza użytkownik pod-

eprasa.pl 4859ffd436

czas korzystania z produktu). Firma zwyciężyła 10. edycję prestiżowego globalnego konkursu I-COM Data Startup Challenge, który wyłania najlepsze startupy dostarczające innowacji dla branży marketingu cyfrowego.

Kolejny as w portfolio to Skriware – startup tworzący ekosystem edukacyjny dla szkół, w którego skład wchodzą aplikacje, platformy online, drukarki 3D i inne elementy. A wszystko po to, aby rozwijać w uczniach umiejętności informatyczne, zapoznawać z technologiami i pobudzać kreatywność.

Na tym nie zamyka się lista spółek, które zdecydowały się skorzystać ze wsparcia grona ekspertów i odniosły sukces. Za dowód niech posłużą słowa CEO Skriware. – W efekcie zwiększyliśmy sprzedaż 12-krotnie rok do roku, przełamując próg rentowności i bankowo osiągając ponad 2,5 mln dolarów przychodów w 2021 roku. Zostaliśmy również uznani za top 100 EdTech startups in Europe przez Holoniq i numer dwa polskich EdTech startupów przez Polski Fundusz Roz-

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność

woju. W tej chwili jesteśmy jednym z głównych dostawców, jeśli chodzi o wyposażenie polskich szkół podstawowych w pracownie 3D i robotyki – wymienia Karol Górnowicz.

Kolejna edycja InCredibles już w przyszłym roku.

PROJEKT WSPÓŁFINANSOWANY ZE ŚRODKÓW MINISTERSTWA EDUKACJI I NAUKI W RAMACH PROGRAMU „SPOŁECZNA ODPOWIEDZIALNOŚĆ NAUKI”

Ministerstwo Edukacji i Nauki

Społeczna Odpowiedzialność Nauki

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność



Fot. PAP/ Bartłomiej Zborowski

ZYSKOWNE PATENTY I ODKRYCIA

Zespół prof. Jacka Jemielitego opracował metodę zwiększania trwałości i produktywności mRNA.

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność

Przełomowe odkrycia i patenty zmieniają świat na lepsze i przynoszą uznanie naukowcom, którzy za nimi stoją. Ale mogą też sprawić, że na konta badaczy trafią pokaźne sumy pieniędzy. **OGROMNE ZYSKI Z ICH PRACY CZERPIĄ TEŻ FIRMY, KTÓRE INWESTUJĄ W DALSZE PRACE I SPRZEDAJĄ PRODUKTY NA NICH OPARTE.** *Przedstawiamy przykłady komercjalizacji badań naukowych w Polsce.*



Tekst: **Aleksandra Gieracka**

Patrząc w przeszłość, wynalazki pozwoliły zbić fortunę, chociażby Ignacemu Łukasiewiczowi. Nie dość, że badacz opracował metody wydobycia ropy, to założył pierwsze spółki i kopalnie ropy w okolicach Gorlic, Jasła i Krosna. Okazało się też, że miał talent do biznesu. W 1854 r. utworzył pierwszą na świecie kopalnię ropy naftowej w Bóbrce, a w 1857

eprasa.pl 4859ffd436

r. w Klęczanach koło Nowego Sącza uruchomił pierwszą na świecie rafinerię.

Zgromadzone środki Łukasiewicz przekazywał między innymi na liczne cele charytatywne. Pomagał finansowo powstańcom styczniowym, budował kościoły, drogi, mosty i szkoły. Swoim pracownikom zapewniał opiekę lekarską i emerytury. Tworzył też dla nich kasy zapomogowe.

Od naukowca do milionera

Dziś kariera naukowca w Polsce większości kojarzy się raczej z godzinami spędzonymi w laboratorium, pasją i determinacją w dążeniu do celu, ale nie z wysokimi zarobkami. Choć daleko nam do światowej czołówki, jeśli chodzi o spektakularne, lukratywne kontrakty to mamy też przykłady na to, że na odkryciach można nieźle zarobić.

Według Indeksu Patentowego, przygotowanego przez Europejski Urząd Patentowy, w 2022 roku Polacy dokonali 615 zgłoszeń. Nasz kraj uplasował się na 25. miej-

eprasa.pl 4859ffd436

scu wśród wszystkich krajów zgłaszających. Najwięcej zgłoszeń dokonano w obszarze technologii medycznych, farmaceutyków oraz transportu. Dziewięć z dziesięciu największych polskich podmiotów zgłaszających patenty to uczelnie lub instytuty badawcze. Wśród nich liderem jest Uniwersytet Jagielloński, a zaraz za nim uplasowały się Akademia Górniczo-Hutnicza w Krakowie i Politechnika Śląska. W pierwszej dziesiątce znalazła się tylko jedna firma – Polpharma.

Zyski czerpią koncerny

Odkrycia mogą mieć ogromny potencjał komercyjny i polscy naukowcy zdają sobie z tego sprawę. Do ich przekuwania w rynkowe sukcesy służą spin-offy, czyli spółki zakładane przez pracowników naukowych, powiązane z daną uczelnią wyższą lub instytutem badawczym. Źródłem ich finansowania mogą być granty naukowe, ale niejednokrotnie do osiągnięcia sukcesu potrzebny jest inwestor, który wyłoży środki na testy czy badania kliniczne.

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność

Na odkryciach naukowców niejednokrotnie zarabiają nie tylko oni sami, co firmy i koncerny, które korzystają z ich pracy i wykorzystują opracowane przez nich metody do wytwarzania konkretnych produktów. W ten sposób odkrycia naukowe przekładają się, chociażby na gigantyczne zyski firm farmaceutycznych czy biomedycznych.

Sukces naukowców z Uniwersytetu Warszawskiego

Kilka lat temu głośno było naukowcach z Uniwersytetu Warszawskiego, którzy dokonali przełomu w poszukiwaniu szczepionek na raka. Zespół z Wydziału Fizyki i z Centrum Nowych Technologii UW opracował metodę zwiększenia trwałości i produktywności mRNA, czyli rodzaju kwasu rybonukleinowego, którego funkcją jest przenoszenie informacji genetycznej o sekwencji poszczególnych polipeptydów z genów do aparatu translacyjnego.

Ustalenia polskich naukowców wywołały poruszenie na świecie. Odkryciami badaczy z Warszawy szybko

eprasa.pl 4859ffd436

zainteresował się Uniwersytet Stanowy w Luizjanie oraz Uniwersytet w Moguncji. Na przełomie 2010 i 2011 roku w badania zainwestowała należąca do niemieckiej uczelni firma biotechnologiczna BioNTech.

> *– W opinii ekspertów z całego świata to jest odkrycie,* **KTÓRE MOŻNA PORÓWNYWAĆ Z WYNALAZKIEM ZASTOSOWANIA RADU I PROMIENIOTWÓRCZOŚCI W MEDYCYNIE** *– mówił wówczas w rozmowie z money.pl dr Robert Dwiliński, dyrektor Ośrodka Transferu Technologii przy Uniwersytecie Warszawskim, zaznaczając, że to „wynalazek na skalę światową”.*

Z kolei dr hab. Jacek Jemielity, którego zespół dokonał odkrycia, podkreślał, że ich wynalazek „każdy dziś może kupić, szukać dla niego nowego zastosowania”.

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność

Najbardziej spektakularna komercjalizacja badań w Polsce

Badania kliniczne, które były możliwe dzięki inwestycji BioNTech-u, przyniosły pozytywne efekty. Zainteresowały się nimi firmy farmaceutyczne. Za sublicencję na ten patent w 2015 roku firma Sanofi zapłaciła 300 mln dolarów. Chciała go wykorzystać do dalszych prac nad konkretnymi lekami. Z kolei w 2016 r. 310 mln dolarów zapłacił koncern Roche. Na ten czas była to największa i najbardziej spektakularna komercjalizacja badań naukowych w Polsce w historii.

Sprzedawcą sublicencji był BioNTech, ale cześć z tej sumy trafiła też do polskich naukowców. – Nie możemy zdradzać szczegółów tej umowy, ale mogę powiedzieć, że korzyści finansowe są zabezpieczone przy okazji sublicencjonowania. Powiedzmy, że otrzymujemy kilka procent z tej kwoty, a to kilka milionów dolarów – mówił wówczas dr Dwiliński. Połowa z tej kwoty trafiła do instytucji badawczych, które pracowały nad odkryciem, a połowa do autorów patentu.

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność

Gigantyczna transakcja w biotechnologii

Ogromny sukces, także finansowy, odniósł związany z Polską Akademią Nauk prof. Piotr Garstecki. Jako fizyk specjalizował się w technikach mikroprzepływowych, czyli w technologiach pozwalających na sterowanie oraz obserwowanie reakcji chemicznych zachodzących w mikroskali, w pojedynczych kropelkach lub bardzo małych porcjach cieczy. W 2010 r. razem z Marcinem Izydorzakiem założył spółkę biotechnologiczną Scope Fluidics.

– Uznaliśmy, że to jest bardzo perspektywiczna dziedzina nauki – wspominał Garstecki w wywiadzie dla „Forbesa”. – Zaczęliśmy od tworzenia systemów diagnostyki medycznej na zlecenie. A w 2012 roku rozpoczęliśmy pierwszy własny projekt – cyfrowe testy PCR w formacie point-of-care – mówił, wyjaśniając, że chodzi o diagnostykę w miejscu kontaktu z pacjentem, bez przewożenia próbek do laboratorium. Powstał PCR|ONE, czyli urządzenie wykonujące jakościowe testy PCR. Badania te zrobiły furorę w czasie pandemii COVID-19, umożliwiając szybkie wykrycie zakażenia.

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność

W 2022 r. spółka sprzedała technologia PRC | ONE kalifornijskiemu koncernowi Bio-Rad Laboratories, czyli światowemu liderowi w dziedzinie life science i diagnostyki klinicznej, za 170 mln dolarów. Jedna z największych transakcji w historii polskiej biotechnologii sprawiła, że inwestorzy jeszcze bardziej zainteresowali się firmą. W styczniu tego roku spółka zadebiutowała na parkiecie głównym warszawskiej Giełdy Papierów Wartościowych.

Kontrakt z firmą z Doliny Krzemowej

Przykładem kariery od badacza do biznesmena może być też Filip Granek, który zrobił doktorat we Freiburgu. Naukowiec specjalizował się w ogniwach słonecznych i nanomateriałach. W podwrocławskim garażu wymyślił metodę nanoszenia ekstremalnie cienkich struktur.

Powołana została spółka XTPL, zajmująca się – jak wyjaśnia jej twórca – „najpierw rozwojem, a dziś już komercjalizacją technologii do bardzo precyzyjnego

eprasa.pl 4859ffd436

druku, który może być stosowany do produkcji nowoczesnej elektroniki”.

> *Założyciel XTPL pozyskał inwestorów – dwa niemieckie fundusze: Actis oraz Deutsche Balaton. Start-up sfinalizował kontrakt polegający na* **SPRZEDAŻY SWOJEGO URZĄDZENIA DO NANODRUKU Z KLIENTEM Z DOLINY KRZEMOWEJ**.

– To był przełomowy kwartał. Siedem lat od powstania spółki dopięliśmy transakcję z dużym klientem z Doliny Krzemowej, pracującym nad technologią wirtualnej rzeczywistości (VR). Jednocześnie weszliśmy w kolejną fazę prac nad specjalną formulacją tuszu przewodzącego prąd elektryczny dla izraelskiego Nano Dimension – powiedział w rozmowie z „Forbesem” Filip Granek, twórca XTPL.

Firma rozpoczęła również realizację zamówienia na dostawę modułu drukującego do integracji przemysło-

eprasa.pl 4859ffd436

Nauka to polska specjalność

wej dla partnera z Tajwanu. – Globalny charakter naszej firmy i wszechstronna technologia drukowania struktur przewodzących UPD (Ultra-Precise Deposition) stanowi przewagę konkurencyjną w skali globalnej i pozwala z optymizmem patrzeć na obecne oraz przyszłe kooperacje z podmiotami z całego świata, których beneficjentem będzie XTPL – zaznaczył Granek w komunikacie firmy z września ubiegłego roku.

W 2022 roku XTPL wygenerował 12,8 mln zł przychodów, z czego przychody ze sprzedaży produktów i usług przekroczyły poziom 10 mln zł.

PROJEKT WSPÓŁFINANSOWANY ZE ŚRODKÓW MINISTERSTWA EDUKACJI I NAUKI W RAMACH PROGRAMU „SPOŁECZNA ODPOWIEDZIALNOŚĆ NAUKI”

Ministerstwo Edukacji i Nauki

Społeczna Odpowiedzialność Nauki

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436



Carson McCullers

DWIE MISTRZYNIE I DWIE DEBIUTANTKI

Fot. ASSOCIATED PRESS/East News

eprasa.pl 4859ffd436

ANGLOSASCY PISARZE (I PISARKI OCZYWIŚCIE TEŻ) TO MAJĄ DOBRZE. *Mogą swobodnie pisać utwory literackie po angielsku, czyli w języku który opanował pół świata, a oni przede wszystkim. Na dodatek stoi za nimi potężna machina promocyjna, no i mają do Hollywood bliżej niż artyści tworzący w innych językach. Po prostu szczęśliwcy. A na dodatek* **POTRAFIĄ PISAĆ CIEKAWE KSIĄŻKI, BO PISARSKIEGO WARSZTATU JUŻ OD DAWNA MOGĄ SIĘ UCZYĆ NA SPECJALNYCH KURSACH CZY UNIWERSYTECKICH WYDZIAŁACH. STĄD TYLU ŚWIETNYCH DEBIUTANTÓW I DEBIUTANTEK** *tworzących w tym języku. Dwie z takich wielkich nadziei tamtejszej literatury pokazujemy tutaj w towarzystwie dwóch mistrzyń, znanych i cenionych wszędzie tam, gdzie ludzie sięgają po literackie książki.*



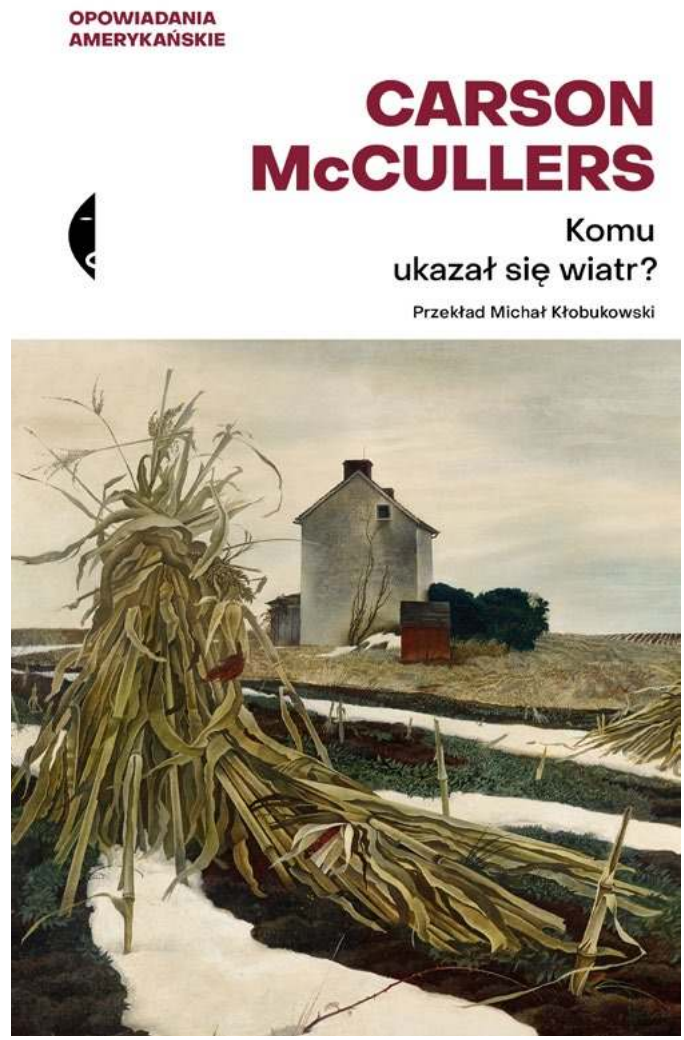
Tekst: **Leszek Bugajski**

eprasa.pl 4859ffd436

Carson McCullers

„Komu ukazał się wiatr?”

Wydawnictwo Czarne



W serii „Opowiadania amerykańskie” ukazał się tom opowiadań zebranych (czyli wszystkich) Carson McCullers. Słusznie, bo to jedna z mistrzyń tego literackiego gatunku. I właśnie opowiadaniem debiutowała w drugiej połowie lat 30. ubiegłego wieku, sławę i uznanie przy-

eprasa.pl 4859ffd436

niosła jej jednak powieść „Serce to samotny myśliwy” (1940), do dzisiaj ciesząca się wielkim uznaniem. Warto pamiętać, że około połowy ubiegłego wieku, kiedy jeszcze telewizja nie była potęgą i seriale nie zdominowały zbiorowej wyobraźni, opowiadania publikowane w amerykańskich czasopismach cieszyły się dużym powodzeniem. Redakcje zabiegały więc o nie i dobrze płaciły autorom, którzy przy okazji zdobywali popularność.

Oczywiście takie „magazynowe” opowiadania musiały być odpowiednio sformatowane – najkrócej mówiąc musiały w konwencjonalny sposób opisywać jakąś życiową scenkę z niespodziewanym zakończeniem i jakimś „haczykiem” psychologicznym.

Carson McCullers, niezwykle utalentowana osoba, doskonale spełniała te wymagania i dodawała swoją wrażliwość oraz znajomość ludzkiej psychologii, a także dyskretne poczucie humoru, jak choćby w opowiadaniu o dobrze sytuowanym panu, który poszedł ze swoją snobistyczną małżonką na koncert i wyrwał się oklaskami jeszcze w czasie trwania utworu. Kiedy się zorientował, jaki popełnił nietakt pogrążył się w otchłani

eprasa.pl 4859ffd436

wstydu. Żona strofuje go później: „...każdy, kto ma chociaż odrobinę oleju w głowie, powinien wiedzieć, że nie klaszcze się, dopóki wszyscy nie zaklaszczą”. I już opis banalnego wydarzenia staje się „starterem” opowiastki o hipokryzji nowobogackich – koncert nie jest po to, by przeżywać kontakt z muzyką, ale żeby zadać szyku i pokazać w odpowiednim towarzystwie.

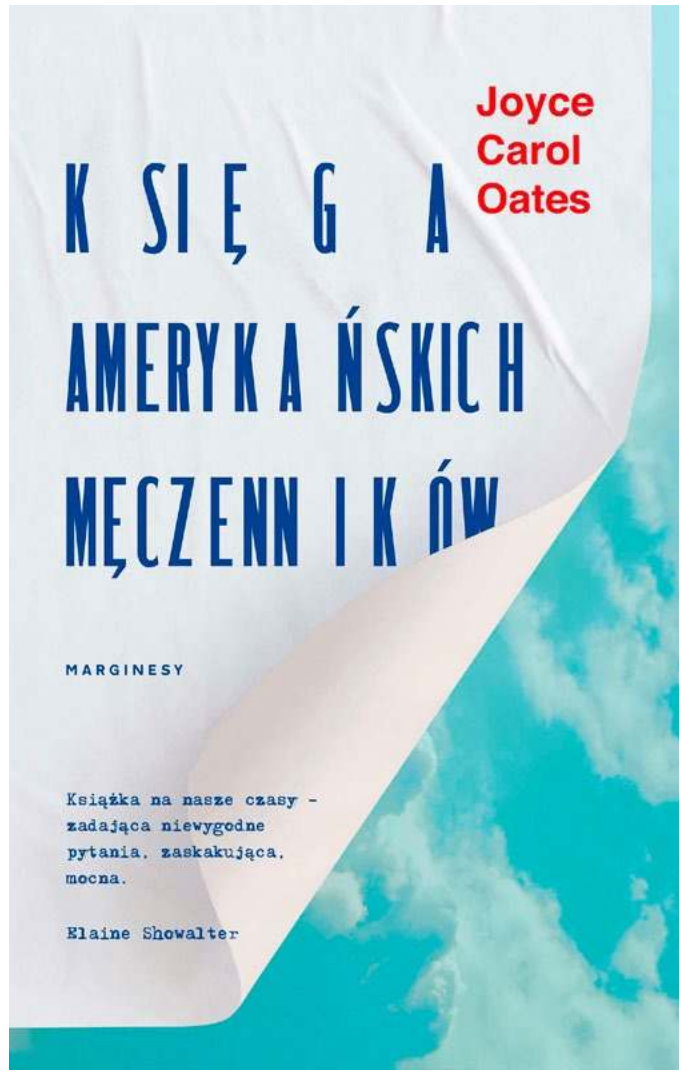
Albo opowiadanie o dziekanie, który odkrywa, że jedna z jego pracownic (sumienna, jak żadna inna) jest nałogową kłamczuchą. Próbuje jej wyperswadować kłamanie, a niespodziewanie ulega jej elokwencji i już w domu widzi coś, co zakłóca logikę rzeczywistości. Może więc tamta nie kłamała, może jest inny sposób patrzenia na świat i dzieje się w nim też coś, z czego sobie nie zdajemy sprawy? Jest też dla odmiany opowiadanie o mężu, który chce wieść ustabilizowane życie, ale po kryjomu przed dziećmi musi się borykać ze skłonnością żony do alkoholu. I jest bezradny, bo po prostu kocha żonę. W sumie świetna książka pełna delikatny psychologicznych portretów, za którymi kryją się napięcia społeczne, uczuciowe i szereg rozmaitych niespodzianek.

eprasa.pl 4859ffd436

Joyce Carol Oates

„Księga amerykańskich męczenników”

Wydawnictwo Marginesy



Joyce Carol Oates jest jedną z najwybitniejszych żyjących amerykańskich pisarek, od wielu lat regularnie wymienianą wśród murowanych kandydatów do literackiego Nobla. Ona sama zdaje się już straciła nadzieję, albo – jak to mają sędziwe osoby – nie przywiązuje już

eprasa.pl 4859ffd436

Kultura



Joyce Carol Oates

Fot. Pako Mera

wagi do takich zaszczytów. Ważnych nagród literackich dostała już zresztą wiele.

Nie znaczy to, że straciła kontakt z rzeczywistością o czym zaświadcza jej powieść sprzed pięciu lat – „Księga amerykańskich męczenników” – wydana właśnie u nas.

> *Tą powieścią pisarka wkroczyła na* **OBSZAR, NA KTÓRYM WCIĄŻ PŁONĄ EMOCJE** *i to nie tylko w Stanach Zjednoczonych.*

Chodzi o fundamentalny spór pomiędzy religijnymi fanatykami walczącymi z prawem do aborcji i zwolennikami pozostawienia kobietom prawa do wolnego wyboru w tej sprawie.

W Ameryce był on o wiele bardziej burzliwy niż (jak dotąd) u nas. Tak zwane kliniki aborcyjne były blokowane przez przeciwników aborcji, dochodziło nawet do strzelanin, których ofiarami byli lekarze.

Właśnie jeden z takich przypadków poddaje głębokiej (powieściowej) analizie Oates. Fanatyk wierzący,

eprasa.pl 4859ffd436

że Jezus kieruje jego działaniami zastrzelił lekarza, który respektował prawa kobiet i przeprowadzał aborcje w prowincjonalnym szpitalu. Przykro tak to określić, ale z punktu wiedzenia mediów i ich odbiorców zdarzenie jedno z wielu –o podobnych wiele czytało się w prasie. Pisarka odkryła w nim jednak potencjał na poważną powieść i poddała analizie złożone podłoże psychologiczne tego wydarzenia. To, co ją najbardziej zainteresowało, to reakcje rodzin obu jego uczestników, co jest tym bardziej intrygujące, że obaj mają córki i powoli ich losy splątują się ze sobą. Jest to jednocześnie powieść społeczna, bo ofiara i zabójca to postaci z zupełnie innych światów – Oates z wyczuciem analizuje te różnice pomiędzy wykształconym lekarzem i fanatykiem, którego życiowym oparciem jest bezrefleksyjna wiara. Pisarka stosuje rozmaite chwyty narracyjne – kiedy trzeba, jej proza jest spokojna, kiedy uznaje to za stosowne – nerwowa, szarpana, układana z fragmentów. Nadaje to powieści świetny rytm i dynamikę. Krótko: to najlepsza powieść Oates.

eprasa.pl 4859ffd436

Kirstin Valdez Quade

„Pięć ran”

Wydawnictwo Znak



Czy Kirstin Valdez Quade jest uczennicą Joyce Carol Oates? Tak wprost to chyba jednak nie, ale – jak nauczycielka akademicka i nauczycielka kreatywnego pisania – musi znać jej twórczość i z pewnością podziela jej zainteresowania. Nie ma w tym nic dziwnego.

eprasa.pl 4859ffd436



Fot. Civici e la Ranieri Foundation

Kirstin Valdez Quade

W jej debiutanckiej powieści (kilka lat wcześniej wydała bardzo dobrze przyjęty tom opowiadań) też pojawiają się złożone problemy społeczne i religijność, jako jedna z możliwości nadania życiu sensu.

> *Akcja powieści rozgrywa się w stanie Nowy Meksyk, gdzie* **WIĘKSZOŚĆ STANOWI LUDNOŚĆ HISZPAŃSKOJĘZYCZNA** *i rdzenni Amerykanie.*

Główną postacią jest nastolatka, która zostaje matką. Pochodzi z rodziny, która tak naprawdę nie jest rodziną w sensie formalnym. Dziewczyna, gdy jest w ósmym miesiącu ciąży ucieka od swojej matki do ojca, który początkowo nie rozumie na czym polegać miałoby bycie rodzicem, a co dopiero dziadkiem.

Ojciec ma skłonność do alkoholu i początkowo wygląda na dość życiowo nieporadnego, mieszka z matką, która jest czymś w rodzaju ostoi całej tej grupki osób,

eprasa.pl 4859ffd436

ale też odkrywa, że dopadł ją rak. Ojciec, człowiek jeszcze młody i raczej niedojrzały, sam szuka nadal życiowej drogi i wchodzi do męskiego stowarzyszenia religijnego – ma nawet odegrać rolę Jezusa w rekonstrukcji drogi krzyżowej.

Wszystko to nie zapowiada szczęśliwego rozwiązania, ale to jest

> *powieść w swoim głębszym sensie* **O DOJRZEWANIU DO ODPOWIEDZIALNOŚCI** *i o nawiązywaniu na nowo pozrywanych więzi międzyludzkich.*

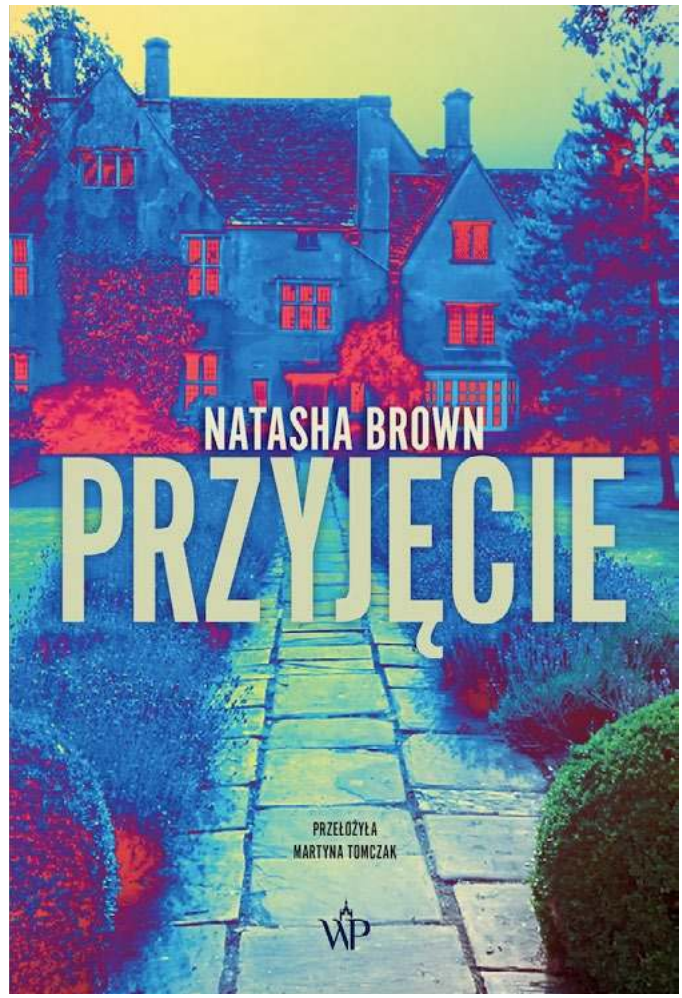
Kirstin Valdez Quade przedstawia te procesy bardzo umiejętnie poprzez przywoływanie drobnych scenek z codziennego życia tych ludzi, które układają się w podszytą delikatnym humorem opowieść o rodzeniu się empatii. W sumie bardzo wzruszającą i zakończoną (chyba) happy endem. Takie powieści też są nam potrzebne.

eprasa.pl 4859ffd436

Natasha Brown

„Przyjęcie”

Wydawnictwo Poznańskie



Wyżej przedstawione powieści to ponad pięciuset stronicowe tomiszcza, ta natomiast liczy sobie ledwie ponad sto, ale działa chyba z większą siłą niż one, bo jest czymś takim, jak strzała wysłana z łuku. Autorka ma wielką umiejętność kondensacji przekazu, opowiedzenia tego, co chce kilku zdaniach, z jakich konstru-

eprasa.pl 4859ffd436



Natasha Brown

Fot. Materiały Prasowe

eprasa.pl 4859ffd48

uje niewielkie elementy, jakby migawki, z których buduje powieść.

Jej bohaterka to brytyjska kobieta sukcesu o jamajskich korzeniach, wysoko postawiona pracownica banku. Zdawać by się mogło, że nic ją już w życiu nie dręczy, że idzie po swoje, jak burza. A jednak nie:

> *doskwierają jej nieustannie wyczuwane przez nią* **RASISTOWSKIE ZACHOWANIA, Z JAKIMI SIĘ SPOTYKA.** *Czy jest przeczulona i nadmiernie podejrzliwa?*

Czy może rasistowskie klisze zakodowane są w myśleniu nawet najbardziej zagorzałych liberałów brytyjskich, przecież ukształtowanych przez postkolonialne społeczeństwo?

Tego oczywiście rozstrzygnąć się nie da, bo pierwszoosobowa narracja powieści skazuje nas na punkt widzenia bezimiennej bohaterki. No, ale kiedy w biurze nie ma recepcjonistki, to właśnie na nią wywierana jest (delikatna) presja, by przygotowała kawę dla wszyst-

eprasa.pl 4859ffd436

kich – bo jest kobietą? Czy dlatego, że jest kolorową kobietą? Bohaterka jest w związku z facetem z bogatej, pod usytuowanej rodziny. Nikt jej nie robi przykrości, ale czuje w ich – liberałów – zachowaniu jakiś kolonialny podtekst. „Do związku syna podchodzili z cierpliwością – podsumowuje. – Wyobrażam sobie, że oni sobie wyobrażają, że mu przejdzie”.

Powieść robi piorunujące wrażenie na czytelniku przede wszystkim tym, że narracja kryje gniew kobiety, która czuje, że choć jest akceptowana, podziwiana, to jednak nie do końca. Że jednak w każdym geście, każdym zdaniu wyczuwa coś, co nie jest dystansem, nie jest niechęcią, ale jest nutą podkreślającą jej inność.

Łatwo sobie wyobrazić, że tak jest, ale czy ma sens oczekiwanie, że to się zmieni, zwłaszcza szybko? Kiedy biały patrzy na czarnego, a czarny na białego, to przecież widzą elementarne różnice – oczywiście dzisiaj, w cywilizowanym świecie nic, lub prawie nic już nie znaczące. Powieść świetna, postawa bohaterki zrozumiała, ale pozostaje pytanie: czy nie nazbyt maksymalistyczna?

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436



ODNIÓSŁ SUKCES I KUPIŁ ZAMEK

Fot. PAULINA DZIKOWSKA, MICHAŁ SZCZEPAŃSKI / W_SRODKU

asa.pl 4859fd436

– Kilka lat zajęło mi szukanie odpowiedniego miejsca i nagle przez przypadek trafiłem na ogłoszenie o sprzedaży zamku. **PEWNIE MÓGŁBYM KUPIĆ MIESZKANIE I ZREALIZOWAĆ PODSTAWĘ ŻYCIOWĄ,** *którą większość ludzi realizuje w moim wieku,* **ALE SERCE PODPOWIEDZIAŁO MI INACZEJ – MÓWI MACIEJ MUSIAŁOWSKI,** *aktor.*



Rozmawiał **Wiktor Krajewski**

Od zawsze wiedziałeś co chcesz robić w życiu?

W Polsce funkcjonuje myślenie, że czym starszy jesteś, tym większe prawo głosu posiadasz. Ja byłem dzieckiem, które od zawsze było przekonane o swoich celach, pragnieniach i z dziecięcą lekkością o nich mówiłem. Owszem, spotykałem się z różnymi reakcjami,

eprasa.pl 4859ffd436

często z niezrozumieniem, powątpiewaniem i wygrażaniem palcem z przestrogą, że „jeszcze mnie życie nauczy” i że to kwestia czasu aż te nauki przejdę.

I nauczyło?

Patrz, że nie (śmiech). Albo stało się to tak, że nawet nie zauważyłem. Nauczki są czymś dobrym i nie wiem, czemu kojarzą nam się z czymś złym. Odnoszę wrażenie, że wiele osób zapomina, że jedyne co może pokrzyżować nam życiowe plany to zdrowie, na które nie zawsze mamy wpływ. Wszystko inne zależy od nas. Zabrzmi to niczym truizm, ale zdrowie jest najważniejsze. Reszta zależy od naszego nastawienia do życia i tego, w jaki sposób chcemy je przejść. Przecież mieszkając w luksusowym apartamencie w Nowym

---

Maciej Musiałowski

w tym roku skończy trzydzieści lat, ale już udało mu się zdobyć nominację do najważniejszej aktorskiej nagrody, czyli Orła, za film „Sala samobójców. Hejter”. Jego wielką pasją jest muzyka, pisanie, a teraz zamek, którego stał się właścicielem.

eprasa.pl 4859ffd436

Jorku można być równie szczęśliwym, co pracując jako kelner we Włoszech.

Wielokrotnie w wywiadach powtarzałeś, że twoim marzeniem był zamek. Teraz masz dwadzieścia dziewięć lat i już je spełniłeś. Jakie to uczucie?

Fantastyczne. To było jedno z moich największych marzeń.

Jak udało się je spełnić tak szybko?

Nie uważam, że to szybko. Dla mnie jest to bardzo dobry, wyważony moment i cieszę się, że coś, o czym od zawsze marzyłem, w końcu się urzeczywistnia. Kilka lat zajęło mi szukanie odpowiedniego miejsca i nagle przez przypadek natrafiłem na ogłoszenie o sprzedaży zamku. Pewnie mógłbym kupić mieszkanie i zrealizować podstawę życiową, którą większość ludzi realizuje w moim wieku, ale serce podpowiedziało mi inaczej.

Czemu zdecydowałeś się iść w przeciwną stronę?

Założyłem granicę trzydziestki, że do tego czasu kupię zamek. Następne dziesięć lat poświęcę temu, żeby go wyremontować i postawić fundację, która będzie pomagać artystom.

eprasa.pl 4859ffd436

Chciałbym stworzyć struktury, które zainspirują mnie do końca życia i wypełnią energią zarówno młodych artystów, jak i tych większych ode mnie.

Jakie masz jeszcze marzenia?

Zrobić coś wyłącznie dla siebie.

> *Po czterdziestce* **CHCIAŁBYM IŚĆ NA STUDIA DOKTORANCKIE** *i przez kilka lat studiować na prestiżowej uczelni, gdzieś w świecie.*

Chciałbym, żeby było to miejsce, w którym spotkam się z indywidualnym podejściem do studenta, jego wymagań, potrzeb oraz chęci. Będzie to edukacja artystyczna: literatura, filozofia, socjologia. Mam pomysł na mój doktorat. Moje plany ewoluują i wiem też, że wszystko może się jeszcze zmienić. Kilka lat temu marzyłem, żeby pójść na studia dzienne, ale życie zweryfikowało moje plany. Teraz wierzę, że na wszystko jest odpowiedni czas i miejsce, a moje marzenia o studiach, pięknym domu w Ameryce, przyjaciołach obok...

eprasa.pl 4859ffd436

To się jeszcze wszystko wydarzy. Muszę chwilę na to zaczekać ciesząc się pięknem, które mnie otacza. Teraz w moim sercu i głowie jest zamek.

Kupno tak dużej nieruchomości to ogromna odpowiedzialność. Nie miałeś żadnych obaw?

Mam to szczęście, że na mojej drodze stają wyjątkowe osoby. Jedną z nich jest Beata Drzazga, kobieta–anioł, która wspiera mój festiwal. Jest jego mecenasem i pomaga mi na wielu płaszczyznach w realizacji mojego marzenia. Pojawiła się „ot, tak”. Bo wiesz jak to jest? Gdy mówi się o surfowaniu, nie sądzisz, że dasz radę. Wchodzisz na deskę, próbujesz i nagle surfujesz. Ludzie stojący na brzegu patrzą i widzą, że się da, a twoje słowa nie były tylko i wyłącznie czczym gadaniem. Jestem świadomy, że momentami będzie ciężko, będę ocierać się o skały, ale czemu miałoby być inaczej. Przeciwności losu wpisane są we wszystkie życiowe ruchy.

Jesteś niedzisiejszy, trochę jak z „Nocy i dni”. Lekko oniryczny, jak z obrazów narysowanych akwarelą. I teraz na głowie masz papierologię związaną z zamkiem...

eprasa.pl 4859ffd436



Fot. domanice-online.pl

Zamek w Domanicach, nazywanych „wioską lilaków”

eprasa.pl 4859ffd436

Czuję, że ta sytuacja sprawia, że dorastam, że rozwijam się, że doświadczam. Razem z zamkiem pojawiły się góry dokumentów, ale i wielkie plany, które mam nadzieję uda mi się w przyszłości zrealizować. Mam już przygotowany piękny warsztat do pracy i jestem bardzo podekscytowany całym procesem.

Poza tym, ja nie będę remontować zamku, a tylko przeprowadzać renowację. **CHCIAŁBYM ZACHOWAĆ JEGO ZABYTKOWY CHARAKTER.**

Bawimy się w semantykę?

Właśnie nie! Razem z konserwatorami będziemy odkrywać historię zamku. Będziemy się do niego przytulać, a nie bać. I to jest właśnie piękno odkrywania tego miejsca. Chcę, żeby to wszystko szło swoim tempem, powoli. Na razie zależy mi na tym, żeby do końca roku wstawić okna. Na przyszły rok planuję prace związane z elektryką oraz hydrauliką. Mam w głowie zaplanowany każdy pokój.

eprasa.pl 4859ffd436

Twoje życie z boku wygląda jakbyś ciągle gdzieś gnał. Nie odnosisz wrażenia, że pędzisz zbyt szybko?

Czasem tak, a czasem nie. Bo chociaż gnam, w głowie tłumaczę sobie, żeby wszystko robić pomalutku, we właściwym czasie. Wierzę, że wszystko ma swój cel i te gorsze momenty są po coś. Zawsze, kiedy się pojawiają przypominam sobie, że nic nie dzieje się bez przyczyny. A z perspektywy czasu będę w stanie stwierdzić, jaką lekcję odebrałem.

Kiedy przeżyłeś chwilę zwątpienia?

Często mnie one nachodzą. Zwykła pogoda sprawia czasem, że czuję się przybity. Ostatnio obudziłem się w zamku, poszedłem do łazienki, poczułem ogromny chłód. Była szósta rano, w Warszawie tego dnia zaczynałem plan zdjęciowy. W drodze do Warszawy pojawiły się w mojej głowie myśli, że to jest ten czas, abym pomyślał o ogrzewaniu, bo nie chcę już budzić się w chłodzie. I ten moment zwątpienia przerodził się w mobilizację do działania.

Uciekasz czasem od życia? Tego w Polsce?

eprasa.pl 4859ffd436

Ostatnio planowałem uciec na kilka dni do Hiszpanii, do mojej przyjaciółki, żeby pojeździć na koniach. Wyszło jednak inaczej. Pojawił się plan filmowy, którego nie mogłem opuścić, więc tym razem musiałem zrezygnować z wyjazdu. Ale nic mi nie ucieknie. Staram się dbać o mój kontakt ze światem i kiedy mogę wyjeżdżam z Polski.

Jaki masz stosunek do pieniędzy?

Wychodzę z założenia, że jak coś dajesz, prędzej czy później to dostajesz. Tak jest w życiu ze wszystkim. Z pieniędzmi również. Podchodzę do nich nie tyle skrupulatnie, co rozsądnie. Staram się oszczędzać, ale przy tym żyć w dobrym stylu. Lubię pozwalać sobie na marzenia, ale nie jestem rozrzutny i nie pojawia się we mnie pragnienie, żeby mieć coś za wszelką cenę.

Wolę zaprosić znajomych na dobrą kolację niż kupić coś namacalnego. Lubię, gdy ludzie pracujący ze mną zarabiają dobre pieniądze, bo to daje im energię i dobry humor, a to przekłada się na naszą współpracę. Pieniądze są po to, żeby je wydawać.

eprasa.pl 4859ffd436

Powiedziałeś kiedyś, że nie na wszystko możesz sobie pozwolić.

Co masz na myśli?

Że rozpoznawalność zabrała ci na przykład możliwość spania na plaży pod gołym niebem.

To prawda, tylko, że ja już spałem na plaży pod gołym niebem.

> *Nacieszyłem się już tym, że śpiewałem na ulicy,* **JEŹDZIŁEM STOPEM PO EUROPIE,** *śpiewałem na statkach, malowałem portrety w Norwegii,*

rozdawałem ulotki i byłem kelnerem przez kilka miesięcy. Jeśli z jakichś przyczyn czuję się zmęczony popularnością i znów chce się być w pełni anonimowy, wyjeżdżam za granicę. Nikt mnie tam nie rozpoznaje, a ja mogę być tam w pełni sobą, bez poczucia, że ktoś mnie obserwuje.

Piszesz listy do swoich przyszłych dzieci?

Kiedyś robiłem to częściej. Na razie mam tylko żonę.

Żonę?

eprasa.pl 4859ffd436

Zamek jest moją żoną.

Czyli zaniechałeś epistolarnej rozmowy z nienarodzonymi dziećmi?

Mam kilkoro przyjaciół, z którymi piszemy sobie listy. Telefon, wiadomości na Instagramie, zabierają magię tęsknoty za kimś, a ta tęsknota ma czasem piękny smak. Chciałbym zminimalizować Internet w swoim życiu.

A to się tak da?

Oczywiście, że się da.

Jak udaje ci się pogodzić pracę na planie filmowym z organizacją festiwalu i renowacją zamku?

Gdy pojawił się zamek zdałem sobie sprawę, że często chcę zrobić wszystko sam. Świat aktorski nauczył mnie, żeby cały czas proponować rozwiązania, natomiast zamek i działający przy nim ludzie pomagają mi zrozumieć, że czasem ważne jest oddać kontrolę innym. Kluczowym teraz jest abym przez jakże angażujący projekt festiwalu i odnowienia zamku, nie zapomniał o karierze. Powinienem wciąż chodzić do studia i nagrywać piosenki, a nie myśleć o nagłośnieniu na festiwalu.

eprasa.pl 4859ffd436



Fot. INSTAGRAM

Maciej Musiałowski pozdrawia swoich followersów z zamkowej sypialni.

eprasa.pl 4859ffd436

Jesteś perfekcjonistą, prawda?

Jestem. Gdyby ktoś nie „wyszarpał mi z rąk” utworu „Zabierz tę miłość”, nigdy bym nie wypuścił tej piosenki. Dla mnie ona była nieskończona, ale okazało się, że to tylko moje złudne wrażenie, bo w rzeczywistości piosenka rezonuje z mnóstwem dusz i złamanych serc. Czasami trzeba odpuszczać, a ja wciąż się tego uczę.

Ponoć kiedyś cały czas notowałeś swoje przemyślenia...

Notatki robię cały czas, niezależnie od tego, gdzie jestem. Czasem nawet na serwetkach w restauracjach.

Pod koniec sierpnia w zamku zostanie zorganizowany festiwal. Opowiesz coś o nim?

Jasne. Najważniejsze jest to, że nie chciałbym ograniczać się tylko do artystów czynnie tworzących, bo artystą możesz być nawet, gdy pracujesz na dwie zmiany w korporacji, ale masz smykałkę i wrażliwość. Chciałbym, aby artyści tworzący otwierali ludziom serca i głowy, ponieważ moim zdaniem to jest właśnie prawdziwy sukces w sztuce, a nie to, że ktoś kupi twój ob-

eprasa.pl 4859ffd436

raz. Mój festiwal ma inspirować i dawać przestrzeń każdemu, kto chce tworzyć. Ma być miejscem bezpiecznym dla wrażliwych ludzi, ale przede wszystkim ma jednoczyć wszystkie dziedziny sztuki. Stąd nazwa United Art Festival.

Czyli czym według ciebie jest sukces w sztuce?

Cieszeniem się procesem tworzenia, wydobywaniem emocji i dawaniem im ujścia.

> *Sztuka jest jak terapia, katalizator,* **POMAGA CI ZNALEŹĆ ODPOWIEDZI,** *a czasem przeżyć smutek. Dobry film potrafi czasem wyleczyć złamane serce*

szybciej, niż kilka dni przepłakanych w łóżku, a piękna piosenka może sprawić, że popłaczesz się po jakimś trudnym przeżyciu i poczujesz się dzięki temu lżej.

A po co ci to wszystko?

Od dawna się nad tym zastanawiam. Ja po prostu czuję, że mam pewną misję, którą powinienem wypełnić. Możliwe, że to brak poczucia przynależności

eprasa.pl 4859ffd436

do wczesnych klas w szkole i do ogólnie przyjętych systemów sprawiły, że marzy mi się stworzenie świata, który będzie pomagał wrażliwym ludziom odnaleźć spokój.

Czy na ten moment czujesz się spełniony w życiu?

Ja tak, ale mam wrażenie, że większość ludzi boi się żyć po swojemu i zapomina, że nie ma jednego sposobu, aby przejść przez nie szczęśliwym. Bo przecież życie nie jest księgą filozofii napisaną po chińsku.

Wybaczanie sobie, kochanie siebie oraz wszystkiego dookoła – to jest naprawdę proste. Jeśli przestaje ci pasować w twoim domu kuchnia, przemebluj ją, zrób remont lub sprzedaj mieszkanie i przeprowadź się. Jeśli nie pasuję ci cecha w twoim charakterze, postaraj się ją zmienić. To się wydarzy. Nawyki tworzą się po kilkunastu dniach. Wszystko jest energią i to od nas zależy, jak będzie ona rezonować. Słowa nazywam zaklęciami, bo jeżeli powiesz sobie i innym dookoła, że jesteś bardzo zmęczony, to faktycznie będziesz zmęczony. Słowa i myśli mają ogromną moc.

eprasa.pl 4859ffd436

Czemu nazwałeś fundację, że jest „rodziny Musiałowskich”? To przez skromność nie nadałeś jej swojego imienia?

Kocham moja rodzinę i wkrótce chciałbym założyć własną. Poza tym, rodzina to nie tylko więzy krwi, ale także przyjaciele i ludzie, których poznałem w trakcie mojego życia. Ja kiedyś odejdę, ale zamek i rodzina Musiałowskich wciąż będą istnieć. Mam nadzieję, że kiedy mnie już zabraknie kolejne pokolenia będą przekazywać moje myśli i ideę, jaką kierowałem się zakładając fundację.

Czemu to wszystko jest dla ciebie tak ważne?

Bo przeraża mnie to, że ludzie przestają zwracać uwagę na detale, elegancję i na drugiego człowieka. Sam czasem o tym zapominam i wciąż się tego uczę. Dostaję lekcję, bo zapominam o swoich prawdach i o tym w co wierzę. Przez ten pęd. I pod koniec dnia zasypiam z myślą, że ze mnie wyszedł gbur.

Możesz podać jakiś przykład?

Zareagowałem zbyt emocjonalnie na atak pewnej pani. W drodze do domu poczułem się głupio, że na atak

eprasa.pl 4859ffd436

odpowiedziałem atakiem. Puściły mi nerwy i powiedziałem coś nie na miejscu. Nie mogłem tego znieść. Później wysłałem tej pani kwiaty i napisałem liścik z przeprosinami.

Dostałeś odpowiedź?

Nie, ale nie o to w tym wszystkim chodziło.

A określasz siebie jako człowieka emocjonalnego?

Staram się zachować balans i równowagę. W momencie słabości łatwo jest okazać się bardzo słabym lub niezwykle silnym. Wszystko zależy od danej sytuacji.

> *Ważne jest, aby* **PODEJŚĆ DO CZŁOWIEKA Z PRÓBĄ ZROZUMIENIA GO,** *bo może stało się coś wcześniej, że reaguje on nerwowo.*

Nie jestem emocjonalnym guru, ale staram się nad tym pracować

W jaki sposób?

Słucham, czytam, obserwuję ludzi, wsłuchuję się w siebie i piszę w dzienniku.

eprasa.pl 4859ffd436

Czujesz się trochę jak oldschool?

Wierzę, że jest to kwestia czasu, a wrócą te stare czynności i sposoby obcowania ze światem, o których zapomnieliśmy. Wierzę, że ludzie odłożą komórki i pójdą raz na tydzień do lasu lub do parku i będą obserwować starsze państwo, które przytula się na ławce obok. Wiesz, ja czasem odnoszę wrażenie, że za czymś tęsknię, ale nie wiem za czym.

I co wtedy robisz?

Krok w tył.

Przecież funkcjonuje mit, że nie powinno się oglądać się za siebie.

Krok w tył daje mi możliwość innej perspektywy i pozwala ujrzeć to, co powoduje we mnie tęsknotę. Wtedy jadę do stajni, do starszej znajomej, aby posłuchać o jej życiu, albo patrzę na młodych ludzi i myślę sobie, że mają jeszcze tyle życia przed sobą. To mnie uspokaja.

Umiesz rozmawiać z każdym?

Nie. Ale to jest chyba normalne, że nie z każdym da się rozmawiać.

eprasa.pl 4859ffd436

A czego nie lubisz w ludziach?

Bardzo nie lubię agresji. Często wyczuwam w ludziach agresywną energię i wtedy uciekam, bo nie chcę rozkładać bomby, która zaraz może wybuchnąć. Czasem nie warto zastanawiać się, który kabel przeciąć, żeby zastopować eksplozję. Ktoś może uzna, że ucieczka to tchórzostwo.

A nie jest tak?

Nie. Bo to wymaga odwagi, żeby wstać i opuścić miejsce rażenia. A wielu ludzi czeka na eksplozję, a później nie ma po nich już co zbierać. I to jest tylko kwestia tego, że nie mieli na tyle odwagi, aby wstać i wyjść bez obaw, że wyjdą na tchórzy. Ja się nigdy tego nie boję, a co pomyślą sobie inni. To nie jest po prostu moja sprawa.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436



Łukasz Orbitowski

Jego książki posiadały piorunującą siłę

Zmarł Cormac McCarthy, pisarz wspaniały i osobny. Miał prawie dziewięćdziesiąt lat. Jego książki – brutalne i magiczne – posiadały piorunującą siłę.

Czasem pytają mnie o inspiracje i ważnych autorów. Cormac McCarthy był ostatnim pisarzem, który mnie

eprasa.pl 4859ffd436

bezpośrednio inspirował do tego stopnia, że próbowałem kopiować jego oszczędny styl, a także posępny nastrój „Drogi” i „Krwawego południka”.

W efekcie popełniłem kilka słabych opowiadań i jeszcze gorszą powieść. Zrozumiałem, że muszę być sobą, pisać jako ja, nikt inny, że jestem skazany na bycie Orbitowskim i tylko w tym odnajdę drogę jako pisarz.

> *Zgoda na samego siebie jest trudna, lecz konieczna.* **TEGO WŁAŚNIE NAUCZYŁ MNIE CORMAC MCCARTHY.** *To nie jedyna lekcja, jaką możemy wziąć z jego długiego życia.*

Wyświetlają się w nim prawidła pisarskiego losu. Za sprawą debiutanckiego „Strażnika sadu” odniósł sukces artystyczny, będący najgorszym z możliwych sukcesów. Sam żyłem w jego trupim świetle, przeglądałem pochlebne recenzje własnych, pierwszych powieści i zachodziłem w głowę, co do garnka włożyć.

eprasa.pl 4859ffd436

„Krwawy południk” ogłosił już po pięćdziesiątce, zyskując aplauz krytyków, lecz nie możliwość życia z pióra. Ta przyszła jeszcze później, za sprawą „Rączych koni”, najsłabszej powieści w całym dorobku, rozsławionej jeszcze gorszą ekranizacją w reżyserii Billy’ego Boba Thorntona. Czasem jest i tak – artystę doceniają za jego dołki, a nie górki.

Sukces artystyczny z komercyjnym zbiegł się dopiero za sprawą „Drogi”, nagrodzonej Pulitzerem i również zekranizowanej. Cormac dobiegał wówczas osiemdziesiątki.

U progu późnej starości osiągnął sukces, o który w jakiś sposób, zabiegał całe życie. Opuścił status pisarza kultowego na rzecz autora bestsellerów.

Kontynuował współpracę z filmem, czego efektem jest „Sunset limited”, na dobrą sprawę logiczna, racjonalna pochwała samobójstwa i jedna z najmocniejszych rzeczy, jaką kiedykolwiek widziałem na srebrnym ekranie, ze wspaniałymi rolami Samuela L. Jacksona i Tommy’ego Lee Jonesa.

Cormac napisał też scenariusz do „Adwokata” na zamówienie samego Ridleya Scotta. Spotkanie wybitnego

eprasa.pl 4859ffd436

pisarza ze znakomitym reżyserem zaowocowała wysokobudżetowym koszmarkiem, nihilistyczną wydmuszką ciężką do strawienia mimo gwiazdorskiej obsady. Może niektórzy wspaniali ludzie po prostu nigdy nie powinni ze sobą współpracować.

Myślę o końcu Cormaca w nieco magiczny, odrealniony sposób. Trochę tak, jak postrzegałem odchodzenie Davida Bowie'ego, który żegnał się płytą popychaną przez przejmujące teledyski. „Pasażer” i „Stella Maris” ukazały się na parę miesięcy przed jego śmiercią. Napisał ostatnie zdanie i podążył w nicość, której poświęcił całą swoją twórczość.

Mój facebookowy wall przepełniają wspomnienia o nim. Wiadomo, taka bańka, ale nie pamiętam czegoś podobnego w wypadku śmierci jakiegokolwiek innego artysty.

Redaktorka moich książek napisała mi właśnie: „Dla wielu ludzi jego powieści to powieści życia. Niewielu pisarzy cieszyło się takim statusem”.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 4859ffd436

Iskra w oku



KOLEJNE WYDANIE CYFROWEGO „WPROST" UKAŻE SIĘ W NIEDZIELĘ O GODZ. 20. SZUKAJ NA WPROST.PL ORAZ WE WSZYSTKICH E-KIOSKACH ORAZ APLIKACJACH MOBILNYCH APP STORE I GOOGLE PLAY

eprasa.pl 4859ffd436

wprost

REDAKTOR PROWADZĄCY: *Szymon Krawiec*

SEKRETARZE REDAKCJI: *Katarzyna Dobrowolska-Batyra, Leszek Bugajski*

REDAKTOR: *Paulina Socha-Jakubowska*

ZESPÓŁ: *Karolina Baca-Pogorzelska, Piotr Barejka, Jakub Mielnik, Joanna Miziołek, Eliza Olczyk, Katarzyna Pinkosz, Agnieszka Szczepańska*

STUDIO „WPROST”: *Karol Kinal (kierownik) Anna Abratańska, Jakub Wiewiorowski*

WYDAWCA: *Agencja Wydawniczo-Reklamowa „Wprost” Sp. z o.o.*

DYREKTOR DS. ROZWOJU CYFROWEGO: *Małgorzata Golińska*

BIURO REKLAMY: *reklama@wprost.pl, tel.: 22 347 50 00*

ADRES REDAKCJI: *Batory Office Building II, Al. Jerozolimskie 212, 02-486 Warszawa, tel.: 22 347 50 00 (recepcja), www.wprost.pl*

Wydawca tytułu, spółka AWR „Wprost”, należy do Grupy Kapitałowej PMPG Polskie Media SA

ISSN *02091747*

NA PODSTAWIE ART. 25 UST. 1 PKT 1B PRAWA AUTORSKIEGO WYDAWCA WYRAŹNIE ZASTRZEGA, IŻ DALSZE ROZPOWSZECHNIANIE MATERIAŁÓW OPUBLIKOWANYCH W TYGODNIKU „WPROST” JEST ZABRONIONE.

© WSZYSTKIE MATERIAŁY W TYGODNIKU CHRONIONE SĄ PRAWEM AUTORSKIM. WSZELKIE PRAWA ZASTRZEŻONE. DALSZE ROZPOWSZECHNIANIE TREŚCI ARTYKUŁU TYLKO ZA ZGODĄ WYDAWCY. REGULAMIN I WARUNKI LICENCJONOWANIA MATERIAŁÓW PRASOWYCH NA WWW.WPROST.PL/REGULAMIN/

eprasa.pl 4859ffd436

NARODOWY BANK POLSKI

NBP

ZŁOTA MONETA KOLEKCJONERSKA NBP

z serii „Polskie banknoty obiegowe”

„Banknot o nominale 10 zł”





20 czerwca 2023 roku Narodowy Bank Polski wprowadza do obiegu złotą monetę kolekcjonerską o nominale 10 zł „Polskie banknoty obiegowe” – „Banknot o nominale 10 zł”. Moneta inauguruje serię monet kolekcjonerskich NBP poświęconą polskim banknotom obiegowym z serii „Władcy polscy” autorstwa Andrzeja Heidricha.

Monety kolekcjonerskie NBP są dostępne w Oddziałach Okręgowych NBP
oraz na stronie: KOLEKCJONER.NBP.PL

eprasa.pl 4859ffd436