

MALOWNICZE SZLAKI W GÓRACH.

ZIMA W KARKONOSZACH, BESKIDACH, TATRACH

STR. 10

EXPRESS

ilustrowany



GWIAZDA „RANCZA” NA SPACERZE

• Magdalena i jej mąż
wzięli udział w zimowej
sesji zdjęciowej

STR. 16



Finał WOŚP w Manufakturze w 2025 roku.

**OKAZJI DO ZASILENIA SKARBONEK
BĘDZIE W NAJBLIŻSZYM CZASIE SPORO**

JUTRO KOLEJNY FINAŁ WOŚP. RUSZYŁA ZBIÓRKA

**Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej
Pomocy jutro, jednak pierwsze
wpłaty pojawiły się wcześniej.**

STR. 5

PĘDZIWIATRY ŚWIĘTUJĄ 40-LECIE

STR. 3



REKREACJA



BIEGAJĄ W OGRODZIE BOTANICZNYM

STR. 4



SMAKOWITE BAJGLE

STR. 11



9 770137 909064



04

EXPRESSOWO

FERIE 2026 Gdzie spędzić wolny czas? Propozycji jest wiele
Turnusy, warsztaty, spacer, zwiedzanie to propozycje spędzenia w Łodzi dwóch tygodni wolnych od szkoły. Im bliżej ferii, a zaczynają się 2 lutego, tym więcej ofert do wyboru. Zarówno płatnych, jak i bezpłatnych.

● W Aquaparku Fala zostaną zorganizowane dwa turnusy łączące aktywność fizyczną, edukację i zabawę. W ich programie znalazły się m.in. nauka i doskonalenie pływania, ratownictwo wodne, kajakarstwo, podstawy pierwszej pomocy, nurkowanie z autosekurem, zajęcia na hoverboardach i deskorolkach elektrycznych, zabawy wodne, eksperymenty, nauka zawiązywania węzłów oraz kreatywne warsztaty, w tym budowanie tratw. Nowością tegorocznej edycji ferii na Fali jest Akademia Saunowania z zajęciami z aromaterapii, mieszania olejków, koncertami mis tybetańskich. Organizator daje możliwość wykupienia całego turnusu, wybranych dni, a nawet jednego dnia. Koszt tygodniowych zajęć to 1,2 tys. zł, za jeden wybrany dzień trzeba zapłacić 325 zł, za szósty i każdy kolejny - 240 zł. Uczestnik ma zapewnione wyżywienie (śniadanie, obiad, podwieczorek), całodzienny bilet wstępu do Aquaparku Fala, opiekę wykwalifikowanych instruktorów w godz. 7-17. Zapisy poprzez stronę: akademia-plywania.pro już trwają.

● Bezpłatne zajęcia oferuje natomiast Ogród Botaniczny w Łodzi. Są to warsztaty „Filcowe podkładki”, „Zielonym do góry”, „Zimowy decoupage”, „Sensoryczny świat owoców i nasion”,

„Makramowe plecienki”, „Leśne obrazy”. Podczas spaceru pod hasłem „Zima w przyrodzie” uczestnicy zobaczą, jak wygląda ta pora roku w „botaniku”, a na zajęciach ornitologicznych „Ptaki w naszym ogrodzie” dowiedzą się, które gatunki go zamieszkują. Zapisy na zajęcia pod tel. 42 628 72 34 lub 601 811 757 w godz. 8-14.30. Liczba uczestników jest ograniczona.

● Specjalny program na ferie przygotowało Orientarium. Zaprasza codziennie na karmienia pokazowe innych zwierząt niż tych, które można oglądać na co dzień. Takie spotkania staną się okazją do obserwowania zwierząt z bliska, poznania ciekawostek o ich zwyczajach i diecie. W Wiwariu o godz. 12.45 każdego dnia będzie karmiony inny mieszkawca pawilonu, m.in. kajman, pyton, agama, a godz. 13 będzie można wpaść na lunch do jeżozwiera koendu, a o godz. 14 do tamanduy - jednego z najdziwniejszych mieszkańców ogrodu.

● Na ferie zaprasza także Palmiarnia. We wszystkich zajęciach mogą wziąć udział grupy zorganizowane i indywidualni uczestnicy. Zgłoszenia są przyjmowane pod tel. 603 891 414 w godz. 8-15. Udział w zajęciach jest bezpłatny. Dzieci i młodzież mają do wyboru zwiedzanie z przewodnikiem pod hasłem „Kolorowy świat tropików, czyli kilka słów o roślinach egzotycznych”, „Pożyteczny świat roślin” oraz warsztaty „Roślinne obrazki”, „Rajski ptak, mała twarz... czyli o najdziwniejszych kwiatach świata”, „Bądź eko - las w słoiku”, „Rośliny dla zapominalskich - sukulentki”, „Pielęgnujemy rośliny domowe”. (MR)

Bląkała się na ulicy Łomżyńskiej

Ta 3-letnia kotka została znaleziona na ul. Łomżyńskiej. 18 stycznia trafiła do łódzkiego schroniska dla zwierząt. Waży 3,6 kg. Czipa brak, kastrowana. Jej właściciel lub osoba, która chciałaby ją przysiąść, może zadzwonić pod nr tel. 501 437 232 lub 500 099 995.



FOT. SCHRONISKO-ŁÓDŹ.PL

Bo o możliwych powikłaniach było „małym druczkiem”

159 tys. zł zadośćuczynienia z odsetkami zapłaci pacjentce szpital kliniczny w Łodzi. Wyrok Sądu Okręgowego zapadł 10 lat po pechowej operacji i siedem lat od dnia wniesienia pozwu.

Liliana Bogusiak-Jóźwiak

Pacjentka trafiła do szpitala klinicznego, bo wewnątrz jej rdzenia kręgowego rósł guz. Kobieta cierpiała z powodu bólów pleców i osłabienia chodu. Jedynym sposobem leczenia była operacja. Neurochirurg opiekujący się pacjentką poinformował ją, że usunięcie guza spowoduje, że niedowład nie będzie postępował. Ryzyko pogorszenia się stanu zdrowia pacjentki zdaniem lekarza wynosiło od 6 do 20 proc. co dawało 80 proc. szans na poprawę.

Pacjentka po operacji nie miała czucia w nogach i nie mogła nimi poruszać. Lekarze wykonali reoperację i usunęli wodniaka śródrdzeniowego, który powstałego w operowanym miejscu. Stan pacjentki jednak się nie poprawił. Niedowład nóg pozostał pomimo wielomiesięcznej rehabilitacji. Zdaniem biegłych sądowych, uszczerbek na zdrowiu jakiego doznała pacjentka, wynosi 100 proc. Kobieta nie porusza się samodzielnie, wymaga opieki.



Zdaniem Sądu Okręgowego w Łodzi, w szpitalu doszło do naruszenia praw pacjenta.

FOT. ARCHIWUM

Łódzianka dwa lata po operacji skierowała do szpitala pismo z żądaniem zadośćuczynienia i odszkodowania z powodu odniesionego uszczerbku na zdrowiu w łącznej kwocie miliona złotych. Szpital nie uznał roszczenia i pozew trafił do Wydziału Cywilnego Sądu Okręgowego w Łodzi.

Zdaniem sądu, niedowład nóg po zabiegu na rdzeniu kręgowym, gdzie został usunięty guz śródrdzeniowy (...) był jednym z możliwych powikłań. Przyczyną utraty czucia była choroba zasadnicza - guz śródrdzeniowy i uszkodzenie

drog czuciowych w rdzeniu kręgowym.

W ocenie sądu łódzianka nie została o tym uprzedzona.

Formularz zgody na operację w ocenie neurochirurgicznej miał charakter blankietowy, nie miał szczegółowego rozpoznania - zauważył sąd wydając wyrok. - Objawy uboczne i powikłania były zapisane w taki sposób, że trudno osobie nie będącej specjalistą ocenić ich stopień szkodliwości czy częstotliwość występowania. Zgoda na tak ryzykowny zabieg z całą pewnością powinna być uświadomiona najbardziej jak to

możliwe. Rzadkość występowania powikłań nie zwalniała lekarza od udzielenia adekwatnej informacji. Pacjent winien mieć możliwość rozważenia, czy chce przyjąć takie ryzyko na siebie - zauważył Sąd Okręgowy wydając wyrok.

Zdaniem sądu, pozwany szpital naruszył prawa pacjenta - w tym konkretnym przypadku prawo powódki do informacji dotyczącej możliwego zagrożenia neurologicznego nawet przy zachowaniu szczególnej ostrożności w trakcie operacji. Zdaniem Sądu Okręgowego, lekarz prowadzący rozmawiał z powódką na temat jej stanu, procesu terapeutycznego i ewentualnych jego następstwach, jednakże akcentował przede wszystkim szanse na wyleczenie powódki, minimalizując znaczenie skutków, jakie ze sobą niosła operacja neurochirurgiczna na rdzeniu kręgowym powódki.

Sąd Okręgowy w Łodzi przyznał powódce 100 tys. zł zadośćuczynienia za naruszenie jej praw pacjenta z odsetkami od dnia zgłoszenia roszczenia (59 tys. zł).

Temperatura w Łodzi

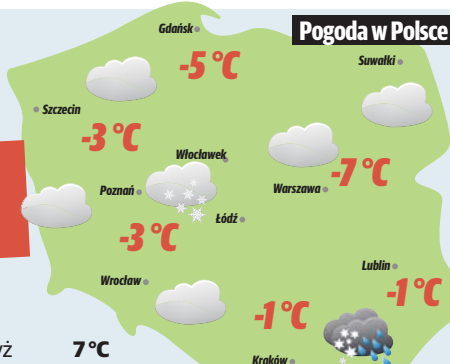
dzień **-3°C**
noc **-5°C**

Dziś niebo ma być pochmurne, możliwe opady śniegu.

Dzisiaj w Europie

Ateny	14°C	Paryż	7°C
Berlin	-1°C	Praga	1°C
Bruksela	7°C	Rzym	15°C
Dublin	7°C	Sztokholm	-3°C
Helsinki	-8°C	Wiedeń	1°C
Londyn	9°C	Wilno	-12°C
Madryt	4°C	Zagrzeb	7°C

Pogoda w Polsce



Warunki biometeo

TAKIE SOBIE

Pogoda dla Łodzi na trzy dni

Niedziela	dzień -1°C noc -4°C
Poniedziałek	dzień -1°C noc -6°C
Wtorek	dzień -4°C noc -6°C

Licytacja w ramach WOŚP

DZIEŃ W REDAKCJI „EXPRESSU”

Podczas finału WOŚP w MDK w Zduńskiej Woli-Karsznicach (ul. 1 Maja 5/7) będzie można wylicytować dzień w redakcji „Expressu Ilustrowanego”. Licytacja odbędzie się w trakcie koncertu w godz. 16-19. Zwycięzca weźmie udział w porannym kolegium, spotka się przy kawie z redaktorem naczelnym, zobaczy, jak powstaje gazeta i portal internetowy, napisze tekst pod okiem dziennikarzy. (JML)

AUTOPROMOCJA

0010990275

Zamów prenumeratę

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

EXPRESS
ilustrowany

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

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

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

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

Prezes Zarządu Polska Press Grupy Zenon Nowak
Prezes Makroregionu Aneta Sarga-Burtan
Dyrektor sprzedaży makroregionu Anna Gatuszka
tel. 502 49 92 57

Marketing Paweł Biernacki
Patronaty: patronaty.lodzkie@polskapress.pl

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

POLSKA PRESS GRUPA



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

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

Pędziwiatry świętują 40-lecie koncertem w Teatrze Muzycznym w Łodzi

W poniedziałek, 26 stycznia, o godz 17 scenę Teatru Muzycznego w Łodzi opanuje roztańczona młodzież. Zespół Artystyczny Pędziwiatry będzie świętował swój jubileusz.

Magdalena Jach

40 lat temu Halina Pędziwiatr-Karbowska powołała do życia zespół, który szybko stał się jednym z najważniejszych miejsc artystycznego wychowania dzieci i młodzieży w Łodzi.

Jej droga twórcza już wcześniej zapisała się w historii miasta - w 1975 r. z Henryką Tością współtworzyła ogólnołódzki Reprezentacyjny Harcerski Zespół „Krajki”, będący odpowiedzią na marzenie Łodzi o własnej, formacji artystycznej na miarę warszawskiej „Gawędy”.

Dzięki swojej twórczyni od 40 lat w „Pędziwiatach” rosną kolejne pokolenia młodych artystów w szacunku do muzyki, tańca, teatru i spotkania z publicznością. Zespół dysponuje własnym repertuarem - muzykę tworzą dla niego wybitni kompozytorzy, a teksty piosenek i scenariusze musicali piszą cenieni autorzy. Inspiracją dla nich pozostaje zarówno polski folklor, jak i tradycja miejska, bliska tożsamości Łodzi.

„Pędziwiatry” wielokrotnie reprezentowały Łódź w kraju i za granicą. Zespół uczestniczył w setkach ogólnopolskich i międzynarodowych turniejów tanecznych, festiwalu te-

atralnych, muzycznych i wokalnych, zdobywając prestiżowe nagrody, w tym tytuły mistrzów świata w tańcu sportowym. Równie ważnym elementem działalności była współpraca międzynarodowa - Łódź gościła dzięki „Pędziwiatom” dziecięce i młodzieżowe zespoły artystyczne oraz orkiestry z wielu krajów Europy i ze Stanów Zjednoczonych. Wspólne koncerty odbywały się m.in. w Filharmonii Łódzkiej, Pałacu Poznańskiego, Teatrze im. Stefana Jaracza, Teatrze Lutnia i Teatrze Muzycznym.

Dyrektor artystyczna zespołu Halina Pędziwiatr-Karbowska, została uhonorowana licznymi odznaczeniami, w tym

nagrodami ministerialnymi, Honorową Odznaką Miasta Łodzi, Medalem Komisji Edukacji Narodowej, medalem „Zasłużony Kulturze Gloria Artis” oraz Orderem Serca - Matkom Wsi. Najcenniejszym wyróżnieniem dla niej pozostaje jednak Order Uśmiechu, przyznawany przez dzieci - symbol zaufania, wdzięczności i autentycznej więzi z najmłodszymi artystami.

Jubileuszowy koncert będzie nie tylko podsumowaniem czterech dekad działalności zespołu, ale także okazją do premiery publikacji poświęconej jego historii - „Z wiatrem i pod wiatr”. Publiczność mo-

że spodziewać się barwnego, starannie przygotowanego widowiska: dopracowanych choreografii, efektownych kostiumów, rekwizytów i scenariusza z dziećmi i ich artystyczną

wrażliwością w rolach głównych.

Na co dzień siedzibą Pędziwiatrów jest Szkoła Podstawowa nr 34 przy ul. Cwiklińskiej w Łodzi.



Zespół artystyczny Pędziwiatry obchodzi w tym roku jubileusz 40-lecia.

FOT. PRAS. PĘDZIWIATRY



Kostka przy Kaliskim wytrzymała trzy miesiące



Zapadlisko przed dworcem Kaliskim odgrodzono taśmami

FOT. EMILIA KUTLU

Emilia Kutlu

Przed głównym wejściem na dworzec Kaliski na pasie dla busów w dwóch miejscach teren został zagrodzony taśmami. Powód? Dziury w nawierzchni.

Budowa nowego dworca i przebudowa jego otoczenia

trwała blisko dwa lata i kosztowała 64 mln zł. Przy dworcu powstało miejsce dostosowane do ruchu samochodów, autobusów oraz rowerów, ale nie wytrzymało długo. Kiedy PKP planują naprawę? I jaki był powód wykruszenia się kostki? Wystaliśmy mejla z zapytaniem i czekamy na odpowiedź.

Kolejny kolejowy tunel zaczną drążyć pod koniec roku. Wcześniej o tym opowiedzą mieszkańcom

Jacek Zemła

Rozpoczyna się cykl spotkań wykonawcy i inwestora tunelu dla kolei dużych prędkości z mieszkańcami osiedli, pod którymi będzie on drążony. Prace przy budowie komór szlakowych na Retkini i Karolewie już trwają.

Dlatego to właśnie w tych lokalizacjach specjaliści ze strony inwestora - spółki Centralny Port Komunikacyjny oraz wykonawcy - firmy PORR zapowiedzieli pierwsze spotkania z mieszkańcami. Mają informować o trasie tunelu, technologii jego drążenia, zasadach bezpieczeństwa związanego z budową oraz zmianach w ruchu w okolicy komór.

Harmonogram spotkań

Jako najbliższe zaplanowane zostało spotkanie dla miesz-



Tunel KDP będzie drążony pomiędzy Retkinią a dworcem Łódź Fabryczna.

FOT. MAT. PRAS. CPK

kańców Karolewa - w najbliższy wtorek, 27 stycznia, o godz. 17 w XXVI LO przy ul. Wileńskiej 22a, (aula na 1. piętrze). Podobne spotkanie dla mieszkańców Retkini odbędzie się w czwartek, 29 stycznia o godz. 17 w SP nr 137 przy ul. Olimpijskiej 9, (sala gimnastyczna). Będzie tam można uzyskać odpowiedzi na nurtujące mieszkań-

ców pytania oraz poznać wszelkie szczegóły budowy, która ma ruszyć w IV kwartale bieżącego roku.

Co to za tunel i po co go budują?

Tunel kolei dużych prędkości (KDP) w Łodzi to część nowej kolejowej linii zwanej „Y”, która do końca 2032 roku ma

połączyć Warszawę i lotnisko CPK (Port Polska) z Łodzią, a w dalszej perspektywie także z Poznaniem i Wrocławiem oraz docelowo z granicą z Niemcami i Czechami.

Dzięki temu tunelowi pociągi z dworca Łódź Fabryczna będą mogły jeździć przelotowo pod miastem, a łodzianie zyskają możliwość podróżowania do Warszawy, Poznania i Wrocławia nowoczesnymi pociągami w znacznie krótszym czasie niż obecnie. Zgodnie z założeniami podróż z Łodzi KDP zajmie:

- do Warszawy około 40 minut,
- na lotnisko Centralny Port Komunikacyjny około 20 minut,
- do Poznania i Wrocławia około 1 godziny,
- do Berlina około 4 godzin.

©

Gdy jedni śpią do południa, inni biegają w mrozie w łódzkim Ogrodzie Botanicznym

Kilkaset osób stanęło na starcie zimowej edycji Botanicznej Piątki w łódzkim Ogrodzie Botanicznym. Mróz i śliskie alejki nie odstraszyły zawodników. Dla wielu był to pierwszy bieg w tym roku.

Jakub Mlonka

Trasa liczyła 5 km i prowadziła głównymi alejkami Ogrodu Botanicznego. Miejscami zalegał lód i ubity śnieg, ale mimo trudnych warunków tempo było wysokie. Zwycięzca ukończył bieg z czasem poniżej 18 minut. Debiutanci też dali radę

- Tu zimą człowiek bardziej walczy o równowagę niż o życiówkę - śmiali się biegacze, którzy wystartowali w minioną sobotę o godz. 10. - Całe szczęście, że te alejki nie zamieniły się w lodowisko.

Tego najbardziej obawiała się pani Karolina, dla której był to pierwszy start w biegu miejskim. Od tego roku postanowiła trenować regularnie - zarówno na sali fitness, jak i w terenie, właśnie podczas biegów ulicznych. Na Botaniczną Piątkę namówiła ją koleżanka, stała bywalczyni takich imprez.

- Bałam się, że będę się ślizgać, ale było naprawdę dobrze - mówi. - Ukończyłam bieg w 30 minut i jestem z siebie dumna. To dopiero początek! W tym roku najbardziej czekam

na Bieg Ulicą Piotrkowską i, oczywiście, na DOZ Maraton. Najpierw chcę jednak zaliczyć dystans 10 km, a maraton... Kto wie? Może w przyszłym roku? - dodaje z uśmiechem łodzianka.

Botaniczna Piątka to impreza dla wszystkich - od zawodników walczących o podium, którzy chcą pobijać rekordy czasowe, po amatorów biegnących dla przyjemności.

Po dekoracji dorosłych zawodników przyszła pora na dzieci. Na starcie ustawiło się około stu małych uczestników, którzy rywalizowali na dystansach od 150 m do 1 km. Biegli z dużym zapałem i uśmiechem na twarzach, pokazując, że nawet najmłodsi mają w sobie sportowego ducha.

Minusowe temperatury nie przeszkodziły łodzianom w aktywności. Ogród Botaniczny na kilka godzin zamienił się w sportową arenę, a emocje były na każdym kroku.



Jutro kolejny łódzki finał WOŚP

Łodzianie już szczerze dają na WOŚP. Ponad 100 tys. zł zebrał... jeszcze przed 34. finałem sztab Manufaktury. Spore kwoty zostały osiągnięte także na aukcjach. A finał dopiero przed nami - w niedzielę, 25 stycznia.

**Matylda Witkowska,
Magdalena Jach**

34. finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy zacznie się jutro, jednak pierwsze wpłaty pojawiły się wcześniej. Do środowego poranka (21 stycznia) największy w Łodzi sztab Manufaktury na koncie zebrał ponad 100 tys. zł.

- To jest kwota, którą 10 lat temu zamykaliśmy finał, a na dobrą sprawę jeszcze nie zaczęliśmy grać. Dlatego myślę, że będzie tylko lepiej - cieszył się na konferencji prasowej szef sztabu Krzysztof Lepiarz.

Zadowoleni są też wolontariusze. Łódzki społecznik Przemysław Ledzian. Na swojej uruchomionej na początku roku e-skarbonce do środy zebrał 4,5 tys. zł. Rok temu po całym finale miał... 5,2 tys. zł.

- Jestem bardzo zadowolony, bo z roku na rok moją e-skarbonkę wspiera więcej osób - zaznacza Ledzian.

Sporą popularnością cieszą się wystawione na aukcje na portalu Allegro łódzkie fanty. Aż 6,3 tys. zł osiągnęło śniadanie z prof. Joanną Senyszyn wystawione przez sztab Uniwersytetu Łódzkiego, a 3 tys. zł akcja „Trela kontra chwasty” czyli wiosenne

porządki w wykonaniu piosenki Tomasza Treli, zaś ślub na kominie EC1 udzielony przez prezydent Łodzi Hannę Zdanowską osiągnął dopiero 1,5 tys. zł.

Część sztabów liczy na zasilenie zbiórek w czasie finału. Na przykład sztab przy Uniwersytecie Łódzkim rok temu zebrał na e-skarbonce 110 tys. zł, teraz ma dopiero 8,6 tys. zł.

34. finał WOŚP w Łodzi: na Piotrkowskiej, w Manufakturze i w Porcie Łódź

Okazji do zasilenia skarbonek - tych papierowych i elektronicznych - będzie w najbliższym czasie sporo. 34. finał WOŚP zaplanowano na niedzielę, 25 stycznia.

Tego dnia m.in. ulicą Piotrkowską od godz. 10.30 przejedzie MotoSzarża, przy ul. Wycieczkowej 86 w godz. 11-17 będzie można zwiedzać siedzibę sekcji konnej straży miejskiej, zaś w Manufakturze przez cały dzień będą atrakcje na Rynku Włókniarzy Łódzkich od godz. 15 także koncerty - zagrają kolejno: Wojtek Łapiński, M2Schron, Bojkot, Olivier Woźnicki, Let See Thin, An4tol, Smoke-town, Nick Sinckler oraz Wojtek Szumański.

O godz. 20 zaplanowano ciche Świąteczko do Nieba, a



Tak przed rokiem wyglądał finał WOŚP w Manufakturze.



Licytacje poprowadzi Julia Baryga - II Wicemiss Polonia 2022.

po nim koncert zespołu Dziwna Wiosna. Ale „wośpowe” atrakcje, m.in. w Porcie Łódź i w Manufakturze będą trwać cały weekend.

W tym roku zbiórka odbywa się pod hasłem „Zdrowe brzuszki naszych dzieci”, a pieniądze zebrane w ramach 34. finału WOŚP przeznaczone będą na wsparcie gastroenterologii dziecięcej, czyli na diagnostykę i leczenie chorób przewodu pokarmowego u dzieci.

Misski w Manufakturze

W finał WOŚP w Manufakturze włączą się jutro przedstawicielki Fundacji Miss Polonia i laureatki konkursu

Miss Polonia Województwa Łódzkiego 2025

Od godz. 12 w Manufakturze będzie można spotkać reprezentację Fundacji Miss Polonia. Wśród kwestujących nie zabraknie laureatek regionalnego etapu konkursu: Amelii Mączki, Oliwii Mateckiej i Barbary Rogaczewskiej. Będzie można zrobić sobie z nimi zdjęcie i zapoznać się z działalnością charytatywną pięknych Polek. Od lat stanowi ona ważny element misji konkursu Miss Polonia.

- Konkursy piękności dawno przestały być wyłącznie wydarzeniami estradowymi - dziś to również platforma do realnego działania na rzecz

innych - podkreślają przedstawicielki Fundacji.

Kulminacyjnym momentem dnia będą specjalne licytacje Fundacji Miss Polonia, zaplanowane na godz. 16.30 w rotundzie Manufaktury. Pod młotek trafią wyjątkowe przedmioty i usługi, w tym kreacje przygotowane przez łódzkich projektantów mody, eleganckie kosze prezentowe z produktami sygnowanymi marką Miss Polonia oraz vouchery na zabiegi pielęgnacyjne do lokalnych salonów urody współpracujących z konkursem.

Licytacje poprowadzi łódzianka Julia Baryga - II Wicemiss Polonia 2022.

TRAMWAJE I AUTOBUSY ZAWIOZĄ NA IMPREZY WOŚP

Jacek Zemła

Jutro finał WOŚP. Z tej okazji, jak co roku, łódzkie MPK uruchomi dwie linie specjalne, na których kursować będą zabytkowe tramwaje i autobusy ale też najnowszy tabor.

Linie „orkiestrowe” oznaczone będą numerami 341 i 342. Pierwsza jest linią tramwajową i pojedzie z Żabieńca na Widzew Augustów, a druga to linia autobusowa, która kursować będzie z Zachodniej/Limanowskiego na pl. Mikulskiego. Dowiozą one mies-

kańców na najważniejsze wydarzenia tegorocznego finału odbywające się w centrum miasta.

Tramwaje będą kursować co 20 minut. Na trasie spotkamy m.in. wagon typu 5N z lat 60. XX wieku z doczepą, oraz imprezowy wagon Duewag GT-8 należący do MPK Łódź.

Ponadto uruchomiona zostanie autobusowa linia 342, która będzie kursować pomiędzy pl. Mikulskiego a ul. Zachodnią/Limanowskiego. Kursować na niej będą m.in. kultowy ikarus oraz volvo i jelse z różnych epok.

Specjalne linie autobusowe i tramwajowe pojawią się na przystankach w niedzielę, 25 stycznia, od godz. 13 do 21, wszystkie kursować będą co 20 minut. Dokładne trasy linii orkiestrowych:

Linia 341:

● Dworzec Żabieniec - Limanowskiego, Zachodnia, al. Kościuszki, Piotrkowska Centrum, al. Piłsudskiego, Rokicińska - Widzew Augustów;

● Widzew Augustów - Rokicińska, al. Piłsudskiego, Piotrkowska Centrum, al. Kościuszki, Zachodnia, Limanowskiego - dworzec Żabieniec.

Linia 342:

● Plac Mikulskiego - Wydawnicza, al. Piłsudskiego, Kopcińskiego, Jaracza, Więckowskiego, Zachodnia, Zgierska, Limanowskiego, Zachodnia - Zachodnia/Limanowskiego;

● Zachodnia/Limanowskiego - Zachodnia, Ogrodowa, Północna, Kilińskiego, Rewolucji, Sterlinga, pl. Dąbrowskiego, Narutowicza, Kopcińskiego, al. Piłsudskiego (zwraca przy wjeździe do CH Tulipan), Wydawnicza - pl. Mikulskiego.

©P



Udekorowany wagon imprezowy należący do MPK-Łódź.

Tureccy fabrykanci nad Łódką

Przed II wojną światową Kiorhassanowie, polscy przedsiębiorcy tureckiego pochodzenia, o których piszemy niżej, kupili zakład przemysłowy przy ul. Dowborczyków w Łodzi.

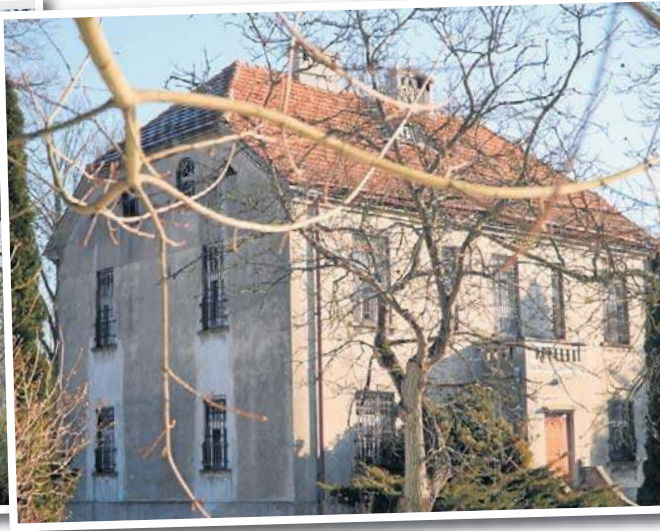
Wkrótce uruchomili tam Fabrykę Tkanin Liturgicznych i Deseniowych „Podhalanka”. Jej specjalnością były efektowne chusty tureckie oraz ornaty i chorągwie kościelne. Wyroby te trafiały do sklepu firmowego przy ul. Piotrkowskiej oraz na rynki krajowe i zagraniczne.

Po wojnie fabryka Kiorhassanów została przejęta przez państwo. Wzorniczy dorobek właścicieli przez wiele lat wykorzystywały ZPW im. Andrzeja Struga w Łodzi. Podobny los spotkał sklep przy ul. Piotrkowskiej. Po przełomie w 1989 roku Kiorhassanowie wystąpili do Skarbu Państwa o zwrot fabryki przy ul. Dowborczyków, ale finał był taki, że państwo sprzedało ją prywatnemu inwestorowi. Kiorhassanom została jedynie willa zbudowana w 1928 roku w Rudzie Pabianickiej.



Willi Kiorhassanów
w Rudzie Pabianickiej

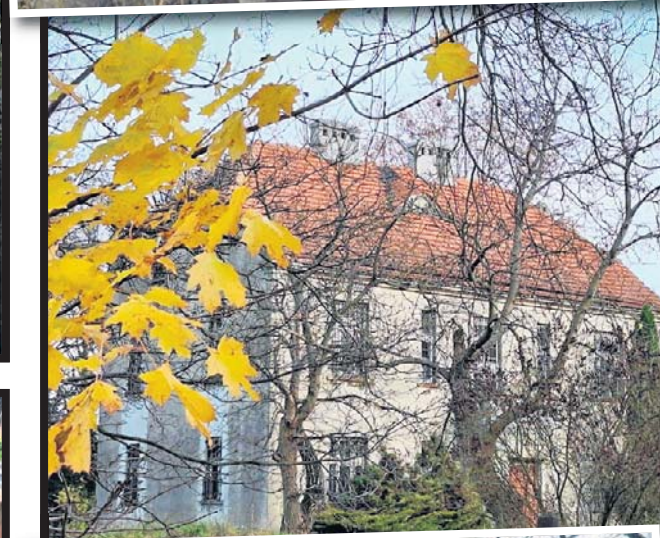
FOT. KRZYSZTOF SZYMCHALEK



Łódzkie historie



Willi Kiorhassanów i grób
rodzinny na cmentarzu
w Rudzie Pabianickiej.



FOT. K. SZYMCHALEK

Wiesław Pierzchała

Ozdoba Rudy Pabianickiej jest stylowa, przedwojenna willa należąca do potomków łódzkich fabrykantów o tureckich korzeniach – Kiorhassanów.

Jak Turcy znaleźli się nad Nerem i Łódką? Wszystko zaczęło się od związku Kasima Kiorhassana z Marią Nelder w latach 80. XIX wieku. On przybył z Turcji do Kalisza, gdzie otworzył cukiernię, ona była córką rodziny fabrykanckiej z Pabianic. Pokochali się. On chciał się żenić z wybranką, zaś jej rodzice nawet nie chcieli o tym słyszeć. Efekt był taki, że Kasim... porwał Marię do Turcji i tam się z nią ożenił.

Z tego związku urodziło się czterech synów: Janus, Hamdi, Mustafa i Mahmud zwany też Tadeuszem. Przełomem w życiu rodziny, która miesz-

kała w Turcji, stała się nagła śmierć Kasima w 1909 roku. Wówczas pomógł ojciec Marii, który sprowadził ją do Łodzi. Razem z synami. Każdy z nich otrzymał solidne wykształcenie, dzięki czemu nie mieli problemów z dobrą pracą i godziwym zarobkiem.

Najstarszy Janus podczas I wojny światowej trafił do Tuły, gdzie ożenił się z Rosjanką. Mustafa dzielnie walczył z bolszewikami podczas wojny polsko – radzieckiej w 1920 roku. Mimo że był przystojny i dziewczęta za nim szalały, do końca życia pozostał kawalerem. Hamdi ożenił się z Gretą Gumelt, której rodzice mieli folwark na osiedlu Żdźary w Ksawerowie między Łodzią a Pabianicami.

Najmłodszy Mahmud – Tadeusz jako jedyny z braci przyjął katolicyzm i polskie obywatelstwo. Był lubiany



i szanowany. Podczas II wojny światowej przedostał się do Francji i jako ochotnik wstąpił do I Dywizji pancernej gen. Maczka. Po wojnie wrócił do Łodzi i ożenił się z Marią Furmankiewicz. Miał

z nią dwóch synów: Konrada i Tadeusza juniora. To oni mieszkali w willi w Rudzie Pabianickiej, jako że Mustafa zmarł w 1946 roku, a pozostali bracia z rodzinami wyemigrowali do Argentyny.

Nowe samoloty i największa rekrutacja w Polsce

Jakie nowe kierunki pojawią się w ofercie działających w Polsce linii czarterowych w 2026 roku? Jakie perspektywy otworzą się dla osób szukających pracy w branży lotniczej?

Jakie nowości w liniach czarterowych będą czekać na pasażerów w 2026 roku?



FOT. FREEPIK

Emil Hoff

Czego najbardziej obawiają się przewoźnicy? Zobacz, co na nowy rok prognozują prezesi popularnych w Polsce czarterów.

Prezesi linii czarterowych zdradzają plany na nowy rok 2026

Podsumowanie roku 2025 w liniach czarterowych okazało się bardzo pozytywne od strony biznesowej. Większości kłopotów udało się uniknąć, przewoźnicy odnotowali spore wzrosty i nawet rekordy sprzedażowe. To nastraja optymistycznie, co widać w prognozach na nowy rok.

Spytałem prezesów działających w Polsce popularnych linii czarterowych o ich plany i przewidywania na 2026 rok. Jakie nowości czekają pasażerów?

Na moje pytania odpowiedzieli:

Grzegorz Polaniecki, członek zarządu i dyrektor generalny Enter Air, polskiej linii czarterowej, współpracującej m.in. z biurami Itaka, Rainbow i Tui. Enter Air zabiera pasażerów na wakacje od 2010 r. W 2015 r., jako pierwsza polska linia lotnicza, wszedł na giełdę papierów wartościowych w Warszawie.

Michał Kaczmarzyk, CEO linii Buzz, obsługującej loty czarterowe w ramach Grupy Ryanair, najpopularniejszego taniego przewoźnika na polskim rynku.

Poprosiłem o komentarz także Michała Fijoła, prezesa PLL LOT (organizujących przelety czarterowe w ramach LOT Charters).

Rozwój na każdym polu: więcej samolotów, tras i pracowników

Prezesi linii lotniczych na 2026 r. mają w planach oczywiście rozwój, ale nie jest

to czcze korporacyjne gadanie, tylko - na co wszystko wskazuje - faktyczny plan wzrostu w każdym kierunku.

To naturalna konsekwencja passy z 2025 r., kiedy udało się pobić rekordy frekwencyjne i sprzedażowe. W nowym roku ma być więcej wszystkiego, zaczynając od samolotów:

- Jesteśmy w trakcie finalizacji kontraktów z biurami podróży na przyszłoroczne sezony - mówi Grzegorz Polaniecki, dyrektor Enter Air. - W podpisanych umowach wolumen operacji został zwiększony o przynajmniej kilkanaście procent, czego konsekwencją jest planowany wzrost naszej floty o kilka samolotów.

Powiększy się także flota do dyspozycji czarterów organizowanych przez Ryanair:

- W 2026 zamierzamy urosnąć do 22 mln pasażerów w Polsce, a nasza flota zwiększy się do 52 samolotów zbazonianych na 13 polskich lotniskach - zapowiada Michał Kaczmarzyk, szef Buzz.

Na potrzeby zwiększonej floty - i nie tylko - Ryanair przeprowadzi w tym roku zakrojo-

ne na szeroką skalę rekrutację. Może to szansa dla waszych znajomych, by zacząć wymarzoną karierę w przestworzach?

- Prowadzimy obecnie największą w Polsce rekrutację pilotów kadetów: zamierzamy zatrudnić ich ponad 100. Rekrutujemy również personel obsługi pokładowej (ponad 300 etatów w całej Polsce), oraz specjalistów do obsługi klienta w naszym warszawskim biurze, 50 etatów - wylicza Kaczmarzyk.

Oczywiście głównym atutem każdej linii lotniczej, zwykłej i czarterowej, są trasy. Prezesa zapowiadają na 2026 r. nowe kierunki, do których będziemy mogli polecieć ich liniami.

Enter Air chwali się zwłaszcza dwiema destynacjami na północy i południu:

- Rozwijamy się na dotychczasowych destynacjach, ale dodajemy też kilka kierunków z Polski, jak np. Aleksandria w Egipcie - mówi dyrektor Polaniecki. - Więcej rozwoju będzie też na rynkach zachodnich, a szczególnie interesującym nas rynkiem jest Skandynawia.

Ryanair już ogłosił część nowych tras, zaplanowanych na 2026 rok:

- Pojawi się kilkadziesiąt nowych tras, w tym ogłoszone niedawno połączenia do Dubrownika, Palermo czy Bukaresztu z Gdańska - mówi prezes Kaczmarzyk.

Najpoważniejsze wyzwania w nowym roku

Spytałem szefów linii lotniczych o to, co uważają za najpoważniejsze wyzwanie dla swoich firm w 2026 roku. Grzegorz Polaniecki wskazuje przede wszystkim na praktyczne aspekty powiększania floty:

- Wymagające będzie przede wszystkim przyjęcie pięciu nowych samolotów do floty i rozbudowa własnych usług hangarowych - mówi szef Enter Air. - Jak zwykle kluczowa będzie również praca nad utrzymaniem doskonałości operacyjnej.

Michał Kaczmarzyk z Ryanair Buzz obawia się raczej nieprzewidzianych wyzwań, niezależnych od firmy, które mogą jednak poważnie wpłynąć na jej funkcjonowanie:

- Jesteśmy dobrze przygotowani na nadchodzący rok.

Główne wyzwania będą dotyczyły czynników zewnętrznych, takich jak problemy z kontrolerami ruchu lotniczego czy nieprzewidziane zdarzenia geopolityczne lub pogodowe.

Tutaj faktycznie żartów nie ma. Przykładem skutków, jakie mogą mieć dla podróżnych nieprzewidziane komplikacje polityczne, są np. wydarzenia na Sokotrze z początku stycznia 2026 r. Duża grupa turystów, także z Polski, utknęła na jemeńskiej wyspie po tym, jak wszystkie loty zostały odwołane z powodu zaostrożenia się konfliktu między Arabią Saudyjską i Zjednoczonymi Emiratami Arabskimi. To scenariusz, jakiego nie życzymy żadnemu przewoźnikowi czy touroperatorowi.

Dokąd Polacy wybierają się czarterami w 2026 roku?

Polacy lubią planować wakacje z wyprzedzeniem, dlatego linie lotnicze dysponują już danymi rezerwacyjnymi na część 2026 roku. Spytałem szefów linii czarterowych o to, gdzie najchętniej wybierają się ich klienci w nowym roku. Warto to wiedzieć, jeśli szukacie

sprawdzonych miejsc na urlop lub przeciwnie, chcecie uniknąć tłoku w popularnych kurortach.

Dyrektor Enter Air nie podał konkretnych kierunków:

- Dla nas nie ma to znaczenia, skąd i dokąd chcą latać nasi klienci. Latamy praktycznie zawsze pełnymi samolotami, wszędzie tam, gdzie jest ciepło, bezpiecznie, gdzie są wygodne hotele, ciepłe morze i ciekawe zabytki. Enter Air wozi turystów do kilkuset destynacji urlopowych i każda z nich jest ciekawa.

W Ryanair zainteresowaniem cieszą się wakacyjne hity, ale też garść kierunków, do których linia lata dopiero od niedawna:

- Jeżeli chodzi o najpopularniejsze kierunki, to oczywiście UK, Hiszpania czy Włochy, ale widzimy też duży popyt na nowości - jak Sofia czy Bukareszt - wylicza Michał Kaczmarzyk. - Polacy wyróżniają się dużą ciekawością i chętnie sprawdzają miejsca, w których ich jeszcze nie było. A jako największy przewoźnik w Europie regularnie oferujemy naszym pasażerom nowości i turystyczne „perełki”.

Polacy lubią planować wakacje z wyprzedzeniem, dlatego linie lotnicze dysponują już danymi rezerwacyjnymi na część 2026 roku.



FOT. WIKIMEDIA COMMONS

Kariera „Dynamite Mana” - kiler z Irgunu

Żydowska organizacja terrorystyczna Irgun działała w Brytyjskim Mandacie Palestyny w latach 1931-1948. Od początku za podstawowy cel stawiała walkę z Arabami i Brytyjczykami.

W. Rodak, L. Strzyga

Od lata 1936 roku na Bliskim Wschodzie wrzało. Arabowie zbuntowali się przeciwko brytyjskiej władzy. Wybuchło powstanie, którego licznymi ofiarami padali nie tylko funkcjonariusze Imperium Brytyjskiego, ale również Żydzi.

Ci ostatni nie pozostawiali dłużni Arabom. Od 1937 r. Irgun Cwaj Leumi (pol. Narodowa Organizacja Zbrojna) - konspiracyjna żydowska organizacja paramilitarna - przeprowadziła szereg zamachów terrorystycznych wymierzonych w arabską ludność cywilną.

Sadysta Cairns

Niektóre z nich były niezwykle krwawe. 25 lipca 1938 roku w eksplozji na bazarze w Hajfie zginęło 53 ludzi. 27 lutego 1939 r. w serii ataków Irgunu na terenie całej Palestyny poniosły śmierć 33 osoby. Po zamachu bombowym na rynku w Hajfie z 19 czerwca 1939 r. odnotowano 20 ofiar śmiertelnych, w tym osiem kobiet i dwoje dzieci. Przeciężone brytyjskie siły porządkowe w Palestynie, funkcjonujące w warunkach stanu wojennego, nie wahały się sięgać po drastyczne środki, byle tylko uspokoić sytuację w kolonii.

Na celowniku policji znaleźli się zwłaszcza żydowscy nacjonalistyczni ekstremiści z Irgunu, Betaru i Partii Rewizjonistycznej. Aresztowanych często poddawano okrutnym torturom, takim jak np. miażdżenie genitaliów. W tego typu praktykach lubował się

zwłaszcza inspektor Ralph Cairns z Jerozolimy.

Działacze Irgunu wielokrotnie ostrzegali sadystycznego policjanta, że jeśli nadal będzie tak postępował z ich pojmowanymi towarzyszami, to zostanie zabity. Cairns mimo to nie łagodniał, lecz przygotował się na ewentualne starcie z zamachowcami. Nie roztawał się z bronią i kamizelką kuloodporną, poruszał się w towarzystwie ochroniarza, inspektora Ronalda Barkera.

A może mina?

Latem 1939 roku Irgun wydał na Cairnsa wyrok śmierci. Niełatwe zadanie likwidacji jego osoby powierzono Yaakovowi Levsteinowi - 21-letniemu specjalście Irgunu od „brudnej roboty”, który raptem kilka miesięcy wcześniej ukończył kurs wojskowy w Polsce. Młodzieniec miał już na koncie wiele udanych akcji. I tym razem przystąpił do dzieła z zimną zawziętością.

Najpierw jego ludzie, przebrani za Arabów, dyskretnie śledzili ostrożnego Cairnsa przez kilka dni. Udało im się ustalić, że w porze obiadowej zawsze wraca on do swojego mieszkania w dzielnicy Gan Rehavia.

Terrorysta stwierdził, że wobec środków bezpieczeństwa stosowanych przez Cairnsa „tradycyjna” metoda likwidacji z użyciem broni palnej nie wchodzi w grę. Istniało zbyt duże ryzyko fiaska lub niepotrzebnych strat. Dlatego też Levstein zdecydował się użyć zdalnie odpalanej miny.

Rozerwani na kawałki

Wieczorem 25 sierpnia 1939 roku trzech członków drużyny

Levsteina zakopało minę (do jej produkcji użyto aż około 15 kg żelatyny wybuchowej) na śród-ku ścieżki, którą codziennie przemierzał Cairns z ochroniarzem. Kabel, do którego miał być podłączony detonator, dla kamuflażu przysypało żwirem.

Następnego dnia o godz. 11.30 na miejscu zjawił się Cha'im, bojownik Irgunu, który miał za zadanie odpalić minę. Gdy ujrzał Cairnsa - ubranego w charakterystyczny kapelusz z piórkiem - i towarzyszącego mu Barkera nacisnął przycisk. Wówczas cała dzielnica zatrzęsała się od siły eksplozji. Obaj funkcjonariusze zginęli na miejscu, rozerwani na kawałki.

Po udanej akcji Levstein cieszył się jak dziecko. Jego wspomnienia nie wskazują, by miał jakiegokolwiek wyrzuty sumienia, zabijając lub organizując zamachy w imię niepodległego Izraela, nawet gdy przy okazji ginęli cywile. Pomysłowość, z jaką wykorzystywał materiały wybuchowe, spowodowała, iż wysuba ochrzciła go mianem „Dynamite Mana”.

Narodziny fanatyka

Yaakov był pierworodnym synem Jerachmiela i Belli Levsteinów. Przyszedł na świat 5 września 1917 r. w pogrążonej w chaosie rewolucyjnych zmian Rosji. A dokładnie w Łisiczańsku, osadzie położonej niespełna sto kilometrów nad zachód od Ługańska (dziś wschodnia Ukraina). W 1925 roku Levsteinowie, jak setki tysięcy Żydów z Europy w owym czasie, wraz z dwójką dzieci zdecydowali się wyemigrować

do zarządzanej przez Brytyjczyków Palestyny. Początkowo osiedli w Tel Awiwie.

Niedługo potem ich osiedle zostało zaatakowane przez muzułmanów. Chłopiec przyłączył się wtedy do grupy samoobrony, uzbrojony jedynie w kij nabijany gwoździami - swoją pierwszą bronią. Te wydarzenia ukształtowały na resztę życia postawę ideową Levsteina.

Na początku 1935 r., podczas nauki w elitarnej Herzliya High School, Yaakov Levstein spotkał kilku młodzieńców o podobnych poglądach. Wstąpił razem z nimi w szeregi Irgunu - konspiracyjnej organizacji paramilitarnej, której duchowym ojcem był przywódca Partii Syjonistów - Rewizjonistów Włodzimierz Żabotyński. Jej program można streścić następująco: każdy Żyd ma prawo osiedlić się w Palestynie, tylko terror może powstrzymać agresję Arabów, tylko żydowska armia może doprowadzić do powstania niepodległego Izraela.

Ugrupowanie od 1936 r., stosując zasadę „zab za zab”, przeprowadziło szereg zamachów w odpowiedzi na morderstwa Żydów dokonane w czasie arabskiego powstania. Wkrótce Levstein, po trwających kilka miesięcy szkoleniach, stał się jednym z głównych specjalistów Irgunu od tego typu operacji.

Kurs pod Andrychowem

Pod koniec lat 30. Żabotyński i kierownictwo Irgunu uznało, iż głównymi przeciwnikami na drodze Żydów do własnego państwa są nie

Arabowie, a Brytyjczycy, którzy ich szykanowali i wstrzymywali imigrację do Palestyny. Podjęto decyzję o stworzeniu zrębów profesjonalnej armii, która w przyszłości rozpocznie narodowowyzwoleńczą wojnę z Imperium. Jej przyszłe kadry szkoliły się m.in. w faszystowskich Włoszech i w Polsce.

Levstein był jednym z 26 dowódców Irgunu, którzy późnym latem 1938 r. przeszli czteromiesięczny kurs wojskowy pod Andrychowem. Odbyszał się on w najgłębszej tajemnicy. Pod okiem polskich oficerów, w tym weteranów dywersji w czasie powstań śląskich, młodzi Żydzi nabywali podstawową wiedzę konieczną zarówno przy dowodzeniu regularną armią, jak i prowadzeniu walki w podziemiu. Uczono ich np. dowodzenia dużymi jednostkami wojskowymi, taktyki, budowania fortyfikacji i topografii. A także konstruowania bomb i pułapek wybuchowych.

Filar Lechi

W 1940 roku w Irgunie doszło do podziału. Ze względu na wojnę światową zdecydowano się wstrzymać operacje przeciw Brytyjczykom. Tylko około 100 bojowników postanowiło nie składać broni. Utworzyli oni organizację o nazwie Lechi. Na jej czele stał Abraham Stern, a Levstein został jego prawą ręką. Obaj wyszli na wolność w czerwcu 1940 r. i rozpoczęli kampanię terrorystyczną przeciwko Imperium. Levstein odpowiadał m.in. za dwie spektakularne akcje w Tel Awiwie: za napad na bank w centrum miasta,

a także głośny zamach z 20 stycznia 1942 r., gdy jego bomba zabiła zwabionych w pułapkę trzech oficerów policji.

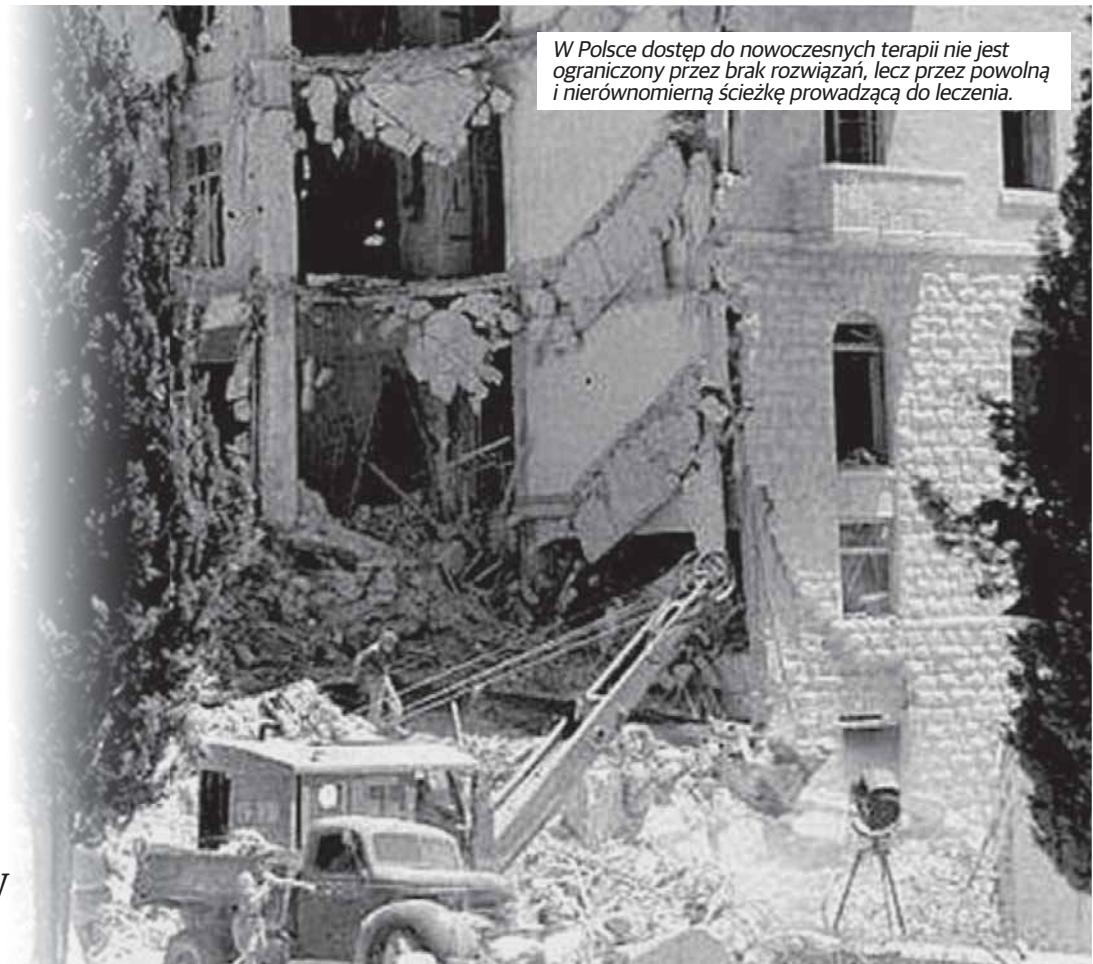
Ta ostatnia operacja rozświetliła brytyjskich funkcjonariuszy. Szybko wpadli na trop terrorystów. 27 stycznia policjanci aresztowali Levsteina, a 12 lutego zamordowali Abrahama Sterna. W kwietniu 1942 r. brytyjski trybunał wojskowy skazał Yaakova Levsteina na dożywocie za posiadanie broni (nic więcej mu nie udowodniono). Ten jednak nie zabawił długo za kratkami: w grudniu 1943 r. udało mu się zbiec z więzienia w Jerozolimie.

Pomogli Francuzi

W 1946 r. wyjechał do Paryża. Z dyskretną pomocą francuskich służb udało mu się przeprowadzić zamachy bombowe na War Office i Colonial Office w Londynie. W 1947 r. został aresztowany w Belgii, gdy przyłapano go na granicy z materiałami wybuchowymi wiezionymi na kolejną akcję. Anglicy chcieli doprowadzić do ekstradycji „Dynamite Mana” na Wyspy. Levstein znów miał szczęście. Wybronił się przed belgijskim sądem i po kilku miesiącach więzienia znalazł się na wolności. Wrócił do walczącego o przetrwanie młodego Izraela.

Wziął udział w wojnie z Arabami w 1948 roku. Izraelską armię opuścił w 1953 r. w randze pułkownika. Później pracował jako doradca ds. bezpieczeństwa dla różnych agend i firm. Zmarł 25 lutego 1985 roku. Pochowano go pod zhebraizowanym nazwiskiem Yaacov Eliav.

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



FOT. FREEPIK

Za oknem śnieg i mróz, a one w kwiatkach. Azalie zimowe ozdobią dom

Azalie doniczkowe, znane też jako azalie zimowe oraz indyjskie, to jedne z najpiękniejszych roślin pokojowych, jakie możemy spotkać w kwiaciarniach o tej porze roku. Co robić, by azalie były niezwykle ozdobą w czasie długich, zimowych miesięcy.



Nie są zbyt wymagające, a pięknie kwitną każdej zimy.

Małgorzata Mrowiec

Azalie indyjskie (łac. *Azalea indica*), znane też jako azalie zimowe, kwitną zwykle od października aż do wczesnej wiosny (marzec-kwiecień), a każda roślina utrzymuje kwiaty na pędach przez 4-5 tygodni.

Abyśmy jednak mogli cieszyć się ich urodą przez dłuższy czas, a w kolejnym sezonie ponownie doczekać się kwiatów, musimy wiedzieć, jak zadbać o rośliny, gdyż azalie indyjskie mają dość szczególne wymagania uprawowe.

Jak kupować azalie doniczkowe?

O rośliny musimy się zatroszczyć już w chwili zakupu, aby po kilku dniach nie okazało się, że po pięknych kwiatkach nie ma już śladu, a rośliny więdną i zamierają. Unikniemy podobnego rozczarowania, jeśli przy zakupie dokładnie obejrzymy rośliny. Jeśli ich kwiaty są podwędnięte lub mają brązowe plamy, a liście są matowe, wygięte do dołu lub opadają z pędów, nie kupujemy takiej rośliny, bo najprawdopodobniej była przesuszona, przelana, przechłodzona lub cierpi na jakąś chorobę.

Zdrowa azalia powinna mieć sztywne, zielone, błyszczące liście i częściowo rozwinięte, je-

drne kwiaty. Zanim wyniesiemy ją ze sklepu, musimy też pamiętać o zabezpieczeniu rośliny przed chłodem (np. grubym papierem), bo jeśli choćby przez krótki czas będzie narażona na mróz, może zostać poważnie uszkodzona.

Po przyniesieniu azalii do domu nie zdejmujemy od razu okrycia, ale pozwólmy stopniowo przyzwyczać się roślinie do panującej w mieszkaniu temperatury.

Wybierz dobre miejsce i nie przegrzewaj rośliny

Aby azalia kwitła w mieszkaniu długo i obficie, musimy o nią odpowiednio zadbać. Przede wszystkim musimy znaleźć dla niej odpowiednie miejsce, które powinno być jasne, ale osłonięte przed bezpośrednim słońcem, a także niezbyt ciepłe i oddalone od kaloryferów.

Większość doniczkowych azalii, w okresie kwitnienia preferuje chłodniejsze pomieszczenia, w których panuje temp. ok. 15-18 stopni Celsjusza. Nowe odmiany są jednak bardziej tolerancyjne i mogą znieść także typową temperaturę pokojową (ok. 20-22°C).

Wszystkie azalie źle natomiast reagują na suche powietrze, które zimą w ogrzewanych mieszkaniach jest częstym problemem. Aby więc

uniknąć kłopotów z rośliną, warto ustawić w jej pobliżu nawilżacz powietrza lub umieścić doniczkę na podstawce wypełnionej kulkami mokrego keramzytu.

Na to uważaj przy podlewaniu

Kolejną ważną sprawą w pielęgnacji azalii doniczkowych jest ich podlewanie. Rośliny są bardzo wrażliwe na przesuszenie, na które reagują więdnięciem liści, zrzucaniem kwiatów, zasuszeniem pąków, a w skrajnych przypadkach nawet śmiercią. Jednocześnie azalie nie tolerują przelania, gdyż zalegająca w doniczce woda, może doprowadzić do zgnicia korzeni i obumarcia rośliny. Dlatego też azalie należy podlewać w taki sposób, aby ziemia w doniczce zawsze była lekko wilgotna, ale nigdy mokra.

Co robić, kiedy kwiaty przekwitną?

Azalie utrzymywane w odpowiednich warunkach kwitną długo i obficie, dlatego gdy ich kwitnienie dobiega końca, rośliny potrzebują trochę wytchnienia.

Wiosną powinniśmy więc przesadzić je do nowej ziemi (najlepiej do podłoża dla różaneczników i azalii, które jest odpowiednio skomponowane i posiada właściwe pH, zwykle

na poziomie 4-5), usunąć wszystkie przekwitłe kwiatostany, przyciąć zbyt wybujałe pędy i przenieść roślinę do chłodnego i widnego pomieszczenia (ok. 5-10°C).

Azalia doniczkowa nadaje się też do ogrodu

Kiedy na zewnątrz minie ryzyko wystąpienia wiosennych przymrozków, azalie warto przenieść do ogrodu (można je wkopać razem z doniczką w ziemię) lub umieścić na balkonie. Ważne, żeby miejsce było oświetlone. Na zewnątrz azalia może spędzić całe lato, ale jesienią (wrzesień-październik) roślinę ponownie przynosimy do mieszkania lub umieszczamy w chłodnym, jasnym pomieszczeniu (temp. ok. 10°C) i dopiero po miesiącu przenosimy w cieplejsze miejsce. Azalia może zakwitnąć już we wrześniu lub październiku, ale jeśli ją przechłodzi, może rozwinąć kwiaty nieco później. Roślina nie jest odporna na mróz i pozostawiona na zimę w ogrodzie zmarźnie.

Przez cały sezon letni (od marca do sierpnia), azalie warto też systematycznie dokarmiać, najlepiej nawozami przeznaczonymi specjalnie dla tej grupy roślin. Takie nawozy mają odpowiednio zbilansowany skład i właściwy odczyn pH.



Azalie doniczkowe to rośliny na lata.

Najpiękniejsze łatwe szlaki w Karkonoszach, Beskidach i Tatrach

Zima w górach nie musi być trudna. Odkryj łatwe, malownicze szlaki w Karkonoszach, Beskidach i Tatrach, idealne na spokojny spacer.



Zimą góry potrafią oczarować bardziej niż o jakiegokolwiek innej porze roku. W Karkonoszach, Beskidach i Tatrach znajdziesz wiele tras idealnych na spokojny zimowy spacer - bez zadyszki, za to z niezapomnianymi widokami.

Emil Hoff

Najpopularniejsze polskie pasma - Karkonosze, Beskidy, a nawet same Tatry - oferują mnóstwo szlaków, które pozwalają podziwiać piękno zimy. Prezentujemy dziś, gdzie można wyruszyć, by nacieszyć oczy i duszę, zachowując energię na popołudniową herbatę w schronisku.

Zimowy wypad w góry nie musi oznaczać heroicznej walki ze śniegiem i lodem. Jeśli marzysz o magicznych, ośnieżonych krajobrazach, ale szukasz tras łagodnych i bezpiecznych, mamy dla Ciebie idealne propozycje.

Najpopularniejsze polskie pasma - Karkonosze, Beskidy, a nawet same Tatry - oferują mnóstwo szlaków, które pozwalają podziwiać piękno zimy bez konieczności przemierzania tych najbardziej wymagających. Zobacz, gdzie możesz wyruszyć, by nacieszyć oczy i duszę, zachowując ener-

gię na popołudniową herbatę w schronisku.

Tatry dla początkujących. Polany i doliny z widokiem na gigantów

Wbrew pozorom, Tatry oferują kilka szlaków idealnych na zimowy spacer, które dostarczą Ci widoków godnych najwyższych szczytów.

Rusinowa Polana to jedno z tych magicznych miejsc, które musisz zobaczyć. Jest niezwykle widokowa, a jednocześnie bardzo łatwo dostępna (zielony szlak z Wierch Poronca zajmie Ci około 1.15 h). Już z samej polany zobaczysz zapierającą dech w piersiach panoramę Tatr Wysokich, w tym Lodowy Szczyt, Rysy czy Gerlach - jak na dłoni! Wśród miłośników gór panuje opinia, że jest to obowiązkowy punkt na liście. Zimą to idealne miejsce na podziwianie górskich wschodów słońca. Rusinowa Polana może być celem samym w sobie, ale jeśli masz siły i dobre warunki, możesz ruszyć dalej - na Gęsią Szyję. Pamiętaj

jednak, że na szczytowych Skałkach Waksmundzkich może być oblodzenie, więc zachowaj ostrożność. Cała wyprawa na Polanę i z powrotem to zaledwie 6,5 km.

Dolina Kościeliska to klasyk wśród tatrzańskich dolin i jedna z najpopularniejszych tras, która jest piękna o każdej porze roku. Przy dobrych warunkach pogodowych wędrowka dnem doliny z Kir do schroniska PTTK na Hali Omak jest pozbawiona trudności. Cała trasa (tam i z powrotem) to około 12 km, które spokojnie pokonasz w około 2.45 h. Nagrodą jest schronisko z ładnym widokiem na Błyszcz i Bystrą, gdzie możesz się rozgrzać.

Droga pod Reglami - idealna na łagodny, relaksujący spacer. Ten czarny szlak turystyczny łączy wyloty najpiękniejszych tatrzańskich dolin (m.in. Doliny Białego, Strążyskiej i Kościeliskiej). Trasa liczy około 8 km, a jej przejście zajmuje około 2 godzin. Najlepiej rozpocząć ją przy Wielkiej Krokwi w Zakopanem - obiekty skoczni nar-

ciarskich to dodatkowa atrakcja! Idąc tą drogą, będziesz miał piękne widoki na samo Zakopane oraz Pasma Gubałowski. To popularny szlak spacerowy pozbawiony trudności, który pozwala dostosować długość wycieczki do swoich sił.

Karkonosze. Spokój i czar na górskich ścieżkach

Karkonosze zimą to nie tylko Śnieżka - to także szereg niższych szczytów i malowniczych zakątków, które rzadko odwiedzają tłumy.

Jeśli szukasz naprawdę relaksującego spaceru, wybierz się na Grabowiec (784 m). Kaplica św. Anny oraz granitowa skała Patelnia to idealny cel. Trasa zatacza pętlę, więc nie musisz wracać swoimi śladami, a cała wędrowka zajmie Ci niewiele ponad godzinę. Zobaczysz stąd piękne widoki na zbiornik Sosnówka oraz Kotlinę Jeleniogórską.

Pętla przez Samotnię to jedna z najbardziej atrakcyjnych, a jednocześnie krótkich pętli w Karkonoszach. Wędrowka zajmie Ci

niespełna 3 godziny. Startujesz przy czarującym, norweskim kościele Wang, jednej z najstarszych drewnianych świątyń w Polsce. Następnie, po półtorze godzinie niezbyt męczącego spaceru, dotrzesz na obrzeża Małego Stawu, gdzie czeka klimatyczne schronisko Samotnia. Kwadrans dalej znajdziesz jedno z najstarszych schronisk - Strzechę Akademicką, skąd już powoli wrócisz do Karpacza.

W samym Karpaczu czeka na Ciebie krótka pętla na szczyt Karpátka (727 m). Trasa zajmuje nie więcej niż trzy kwadranse, ale warto poświęcić jej więcej czasu. Po drodze spotkasz figury zwierząt (jelenia, dziką, wilka i niedźwiedzia), których postać często przybierał Duch Gór z karkonoskich legend. Po krótkiej wspinaczce dotrzesz na punkt widokowy, gdzie czeka tablica z opisaną panoramą oraz granitowe skały.

Beskidy. Klasyka z dużym wyborem

Beskidy są idealne na zimowe wędrowki: oferują piękne

widoki i szeroki wybór tras, a wiele z nich ma wsparcie w postaci infrastruktury.

Jeśli jesteś w Beskidzie Śląskim, popularne są trasy na Skrzyczne i Klimczok. Możesz urozmaicić sobie wyprawę wjazdem kolejką, a następnie zejść pieszo. To sprawia, że wyprawa staje się dostępna nawet zimą dla osób mniej zaawansowanych.

Beskid Żywiecki zachwyci Cię okolicami Hali Krupowej, Policą czy Mędralową. Te miejsca oferują piękne panoramy i wygodny dostęp do schronisk, gdzie możesz się posilić. Idealny cel zimowej wycieczki, jeśli szukasz ciszy i mniej uczęszczanych szlaków.

Jak widzisz, polskie góry zimą stoją przed Tobą otworem, oferując piękno i przygodę, ale bez ekstremalnego wysiłku. Wybór łatwiejszych, dobrze utrzymanych szlaków (jak doliny tatrzańskie czy pętla karkonoskie) pozwala w pełni cieszyć się tym wyjątkowym sezonem.

Dobrze znosi dodatki, nie rozpada się i długo zachowuje świeżość

Michał Górnicz, właściciel lokalu „Bajgle & Coffee”: Klienci najchętniej wybierają wersje mięsne - z kurczakiem, bekonem, szarpaną wieprzowiną, wołowiną lub chorizo.



Michał Górnicz, właściciel lokalu „Bajgle & Coffee” w Kielcach.

Paula Goszczyńska

Bajgiel to przykład pieczywa, które z lokalnej specjalności stało się produktem rozpoznawalnym niemal na całym świecie.

Chociaż wielu wydaje się, że pochodzi prosto z Nowego Jorku, to prawda jest zupełnie inna. - Bajgiel to amerykańskie pieczywo, ale polskiego pochodzenia - podkreśla Michał Górnicz, właściciel lokalu „Bajgle & Coffee” w Kielcach.

Bajgiel to pieczywo o polskich korzeniach, wywodzące się z krakowskiej dzielnicy Kazimierz, gdzie wypiekane było przez społeczność żydowską już w XVII wieku. Jego popularność na świecie (zwłaszcza w USA) wynika z emigracji żydowskich piekarzy z Polski. Choć często kojarzony z Nowym Jorkiem, bajgiel ma więc polski rodowód.

W Kielcach jedynym miejscem serwującym bajgle w postaci pysznych, bogatych kanapek jest znajdujący się przy ulicy Bodzentyńskiej 3 lokal „Bajgle & Coffee”. - Działamy już 6 lat, w połowie stycznia świętowaliśmy zarówno naszą rocznicę, jak również kolejny Dzień Bajgla. To już taka nasza tradycja - mówi Michał Górnicz, właściciel lokalu „Bajgle & Coffee”. - My na amerykańskie pieczywo polskiego pochodzenia. Bo wła-

śnie w naszym kraju powstały, a następnie wyemigrowały do Stanów Zjednoczonych, gdzie miały swój amerykański sen. Staramy się uświadamiać też w tym temacie naszych klientów - dodaje.

Fenomen bajgla wynika przede wszystkim z technologii jego wypieku. Ciasto drożdżowe najpierw jest krótko gotowane w wodzie, a dopiero potem trafia do pieca. Dzięki temu bajgiel zyskuje sprężystą, lekko błyszczącą skórkę oraz zwartą, syczącą strukturę. To pieczywo, które dobrze znosi dodatki, nie rozpada się i długo zachowuje świeżość. - Na samym początku szukaliśmy idealnego przepisu. Korzystaliśmy przede wszystkim właśnie z amerykańskich receptur, bo trzeba przyznać, że opanowali je do perfekcji. I tak metodą prób i błędów udało nam się stworzyć bajgla idealnego - podkreśla nasz rozmówca.

Jednym z atutów bajgla jest jego uniwersalność. Najczęściej podawany jest z serkiem śmietankowym, wędzonym łososiem, warzywami, ale również dobrze sprawdza się w wersjach bardziej prostych: z masłem, twarogiem czy pastą jajeczną. Coraz częściej pojawiają się też warianty słodkie, z miodem, dżemem lub masłem orzechowym. Sam bajgiel również występuje w wielu odsłonach: z sezamem, makiem,

solą, czosnkiem, a także w wersjach pełnoziarnistych.

A jednak w „Bajgle & Coffee” największą popularnością cieszą się bajgle w wersji mięsnej. - 6 lat temu menu mieliśmy dużo skromniejsze, ale z czasem sukcesywnie się rozrastało. Nie brakuje tu klasyków. Klienci najchętniej wybierają bogate wersje mięsne: z kurczakiem, bekonem, szarpaną wieprzowiną, wołowiną lub chorizo. Trzeba przy tym zaznaczyć, że są to bardzo sycące propozycje, które idealnie sprawdzą się na drugi posiłek. Mamy też bardziej śniadaniowe opcje, jak chociażby z wędzonym łososiem. Nie mogę nie wspomnieć o nowościach, które pojawiają się u nas regularnie. Jedne są krócej, niektóre zostają z nami na dłużej, a jeszcze inne na stałe. Wszystkie zależą od naszych klientów - mówi Michał Górnicz.

Obecnie bajglem miesiąca jest Sloppy Joe, czyli klasyka kuchni amerykańskiej. - To mielona wołowina w sosie pomidorowym z przyprawami i serem cheddar. Jest bardzo popularna, można ją zauważyć w wielu amerykańskich filmach czy serialach. Kiedyś pojawiała się nawet w amerykańskich szkolnych stołówkach - zdradza właściciel „Bajgle & Coffee”.

Nazwa - dosłownie „niechlujny Joe” - nie jest przypadkowa. Farsz łatwo wypływa z bułki, a jedzenie wymaga

pewnej dozy akceptacji dla bałaganu.

Popularność bajgli nie wynika z sezonowej mody, lecz z połączenia funkcjonalności, prostoty i możliwości dopasowania do różnych stylów jedzenia. Sprawdza się zarówno jako szybkie śniadanie, jak i pełnoprawny posiłek, który można dowolnie komponować. Są łatwe do personalizacji, sycące i bardzo smaczne.

Przepis na bajgla

Składniki na 16 sztuk: 1 kg maki pszennej, 20 dag drożdży + łyżeczka cukru, 500 ml ciepłej wody, 1 łyżka oleju roślinnego, 1,5 łyżki cukru, 1 łyżka soli, około 1,5 l wody do gotowania + 2 łyżki cukru.

W małej miseczce wymieszaj drożdże z cukrem. Do dużej miski przesiej mąkę, zrób w niej dołek i wlej drożdże. Odstaw na 10 minut. Dodaj wodę, olej, cukier, sól i wyrób ciasto. Ciasto przykryj folią spożywczą lub ściereczką i odstaw do wyrośnięcia na ok. 1 godzinę. Ciasto podziel na pół i każdą część na kolejne kawałki. Łącznie powinno wyjść 16 bajgli. Formuj bajgle i ponownie przykryj ściereczką na kilka minut. Zagotuj wodę z cukrem. Wkładaj do wody po 3 bajgle i gotuj przez około 40 sekund z jednej strony i 40 sekund z drugiej. Wyjmij bajgle na blaszkę wyłożoną papierem do pieczenia.

Czynność powtórz z wszystkimi bajglami. Piecz bajgle przez około 20 minut w 190 stopniach Celsjusza. Gotowe!

Świeży śniadaniowy bajgiel

Składniki: 1 bajgiel, 2-3 łyżki sera śmietankowego (np. typu Philadelphia), awokado, 1 pomidor, 2 rzodkiewki, 2 liście sałaty, sezam, sól i pieprz.

Bajgla przekrój na pół. Posmaruj dolną część serkiem śmietankowym. Połóż na nim sałatę, plasterki pomidora, rzodkiewki oraz pokrojone awokado. Wszystko to posól i popieprz. Posyp podprażonym na suchej patelni sezamem. Górną część bajgla również posmaruj serkiem i złóż kanapkę.

Bajgiel z jajeczną, rukolą i bekonem

Składniki: 1 bajgiel, 2 jajka, 2-3 plastry bekonu, garść rukoli, 1 łyżeczka masła lub oliwy, sól i świeżo mielony pieprz do smaku. **Opcjonalnie:** plaster sera cheddar lub gouda, szczyptę, odrobina majonezu lub sosu jogurtowego.

Przekrój bajgla na pół i lekko go podpiecz, aż będzie złocisty i chrupiący. Usmaż bekon na suchej patelni, aż będzie chrupiący. Odłóż na ręcznik papierowy. Na tej samej patelni rozgrzej masło, wbij jajka, dopraw solą i pieprzem. Smaż

na małym ogniu, delikatnie mieszając, aż jajecznica będzie kremowa. Posmaruj bajgla (opcjonalnie) cienką warstwą majonezu lub sosu. Na dolnej połówce ułóż rukolę, jajecznicę, z następnie bekon. Przykryj drugą połówką bajgla i podawaj od razu. Wskazówka: jeśli dodasz ser, połóż go na gorącej jajecznicy, żeby lekko się rozpuścił.

Bajgiel z łososiem

i serkiem śmietankowym
Składniki (1 porcja): 1 bajgiel, 2-3 łyżki sera śmietankowego (np. typu Philadelphia), 60-80 g wędzonego łososia, kilka cienkich plasterków czerwonej cebuli, 1-2 łyżeczki kaparów (odsączonych). **Opcjonalnie:** świeży kopeerek, sok z cytryny, świeżo mielony czarny pieprz.

Przekrój bajgla na pół i lekko go podpiecz w tosterze lub na suchej patelni - powinien być chrupiący na zewnątrz, a miękki w środku. Posmaruj obie połówki bajgla serkiem śmietankowym. Ułóż łososa równomiernie na jednej lub obu połówkach. Dodaj czerwioną cebulę - jeśli jest bardzo ostra, możesz ją wcześniej na 5 minut zalać zimną wodą. Posyp kaparami, dodaj koperek i odrobinę pieprzu. Skrop delikatnie sokiem z cytryny (opcjonalnie). Złóż bajgla lub jedz otwarte połówki.



Świeży śniadaniowy bajgiel



Bajgiel z łososiem i serkiem śmietankowym



Bajgiel z jajeczną, rukolą i bekonem

dawny dramat liturgiczny		futrzana narzuta	ryjówka	baza- rowy kupiec	punkt wi- dzenia	cenny kamień kozak czerwony	"... syn Egigwy"	Stanisław, autor „Jezióra Bodeńskiego”	lewy dopływ Wisły	zespół instru- mentalny	miasto w Uzbeki- stanie	miasto nad Odrą	wiatry nad Morzem Egejskim	okrągła scena gatunek pajaka
„Kiwi” do butów									wenecki dostoj- nik spód			rasowy kot		
deszczowa aura					plyną w regatach			szczerdy upominek choroba serca			narzę- dzie ślusarza		14	
brat Polluksa gruba zasłona				3	turecka szabla				30	auto z Korei Połud- niowej		rzeka jak imię kobiece		
narciarskie lądowanie						2	drapieżne ptaki składnik paliw				ostrze w sieczkarni		pylasta gleba	29
					futro z tchorzo- fretek	jacht Feligi Mona ...		kościelne nabożeństwo	jedno- stka miary		imię Niem- czyka, aktora			duma wie- wiórki
dawny statek żaglowy	rodzaj dekoltu		ważna część roweru	naczynie do picia wina			21	w parze z igrekiem			20			
bolesny ścisk mięśnia					blachowy łącznik	„... Zba- wiciela”		siła roz- machu		1	zbudował arkę	13	sterta drewna bryła skalna	zrzym- ska rzeka
		23		27	wielka- nocne kra- szanki		22		choroba zakaźna, lepra		19			
rosyjski Star widli- szek		Alistair, pisarz antonim gaduły						namaszczenie biskupa			nalewka na ziołach			
	16				krzew owo- cowy						sztucz- ny ząb	irański złoty	ojculek, papa	barszcz lub żurek
dawniej odwaga, śmia- łość	wyspa na rzece		miękki pled nadzor- cza											
cierpienie		24			prawna lub fizyczna	25	badana przez spele- ologa				autobus produ- kowany na Wę- grzech	porządek na statku	12	ludowy zwyczaj witania wiosny
główne miasto Cele- besu	waluta Wietnamu auto na torze													
afry- kański ptak	starszy brat Moj- zesza		tkany obraz		spie- kota, skwar									
				15										
udaje towar na wy- stawie						anglo- saski hektar	gad z Nilu	szachy lub domino	polscy tancer ludowi	centrum Londynu pomocnik organisty	stempluje bilety w tram- waj	„... Ta- deusz”, poemat	17	matka Zeusa
narzędzie kowala	komfort, luksus	tajemny współpracownik			zrobiony wier- tłem			nie- wielka chmara owadów		9	maszyna budow- lana			postać z „Chaty za wsią”
						świe- tlny pocisk			ciemna w rogu		8			
polscy mikro- bus					dalsza część obrazu			fundament, podwa- lina	arkty- czny skorupi- ak		28	Carlos, wirtuoz gitary		
broń biblij- nego Dawida	autor „Łowców skalpów”	król sa- wanny Zn dla chemika				4	miasto nad Wartą		odmiana esperanta nie poziom i nie pion			hinduska księżniczka		waga opakowania
					rów obronny			pszczeli produkt			obcy twór w mine- rale			forsa, mamona
wy- dawca dzieł drukiem						suche w stoczni			naj- większa antylopa, eland			zapora na rzece		
		5			Lubos, aktor			staro- greckie igrzy- ska			złoty do zro- bienia		11	
wyprawa panny młodej	czarny ptak					igno- rant, nieuk			zbocza gór			opatrune- k		

SŁOWNIK: DAI ATOR ETJEZIE LATACAN KAIKANT MAKASAR REIN

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 30 utworzą rozwiązanie – myśl Karla Krausa.

ROZWIĄZANIE: PRAWA KOBIET TO OBOWIĄZKI MĘŻCZYZN.

FOT. MARCIN SZKODZIŃSKI

Polacy na tropie tajemnic Syberii

Tajemnicza i bezkresna Syberia od lat fascynowała podróżników, naukowców i łowców przygód.

Wiesław Pierzchała

Wśród nich nie brakowało Polaków, którzy na trwale zapisali się w dziejach tej krainy.

Przeczytamy o nich w książce Sławomira Kopra „Syberia po polsku” wydanej przez Fronę. Autor zaskakuje, bowiem w gronie naszych rodaków wymienia Mikołaja Przewalskiego. Chodzi o to, że do tej pory traktowano go jako Rosjanina polskiego pochodzenia: był wyznania prawosławnego, służył w armii carskiej i jako ochotnik wziął udział w tłumieniu powstania styczniowego, za co został odznaczony.

Tymczasem Koper przekonuje, że Przewalski czuł się Polakiem, o czym mają świadczyć jego pamiętniki. Spór ten niech rozstrzygną historycy, my zaś przypomnijmy, że Przewalski zdobył światową sławę po odkryciu na pograniczu chińsko-mongolskim dzikiego konia nazwanego jego nazwiskiem. Nietety, zainteresowali się nim zarówno badacze, jak i myśliwi. Efekt był taki, że w połowie XX wieku nie było już żyjących na wolności koni Przewalskiego, zaś te, które przetrwały, możemy oglądać w ogrodach zoologicznych.

Inny znakomity odkrywca to pochodzący z Kresów uczestnik powstania styczniowego



Benedykt Dybowski, który zasłynął jako badacz zagadek Bajkału - najgłębszego i najstarszego jeziora na świecie. Pracował tam w wyjątkowo ciężkich warunkach. Był ostry wiatr i srogi mróz dochodzący do minus 40 stopni, zaś on ze swoją ekipą wykuwał przeręble w grubej na dwa metry pokrywie lodowej. W ten sposób zbadał wody i odkrył nowe gatunki fauny i flory. I doczekał się wolnej Polski - zmarł we Lwowie w 1930 roku w wieku 97 lat!

Kolejni bohaterowie książki to znani pisarze i podróżnicy - Kamil Giżycki i Ferdynand Antoni Ossendowski, autor bestselleru „Przez kraj ludzi, zwierząt i bogów”, który swego cza-

su był jednym z najpoczytniejszych pisarzy w Polsce i na świecie. Obaj byli zaufanymi ludźmi słynnego „krwawego barona” będącego biczem bożym na bolszewików: Romana von Ungerna-Sternberga. To właśnie on - zapewne na terenie Mongolii, którą rządził twardą ręką - miał ukryć wielki skarb, który do dzisiaj nie został odnaleziony. Podobno Ossendowski znalazł miejsce jego ukrycia, ale jeśli tak było, to tajemnicę zabrał do grobu.

I jeszcze jedna barwna postać, dziś kompletnie zapomniana - pochodzący ze Żmudzi Jan Prosper Witkiewicz, tak z „tych” Witkiewiczów, co Witkacy i jego ojciec Stanisław. Jako uczeń gimnazjum założył tajną organizację Czarni Bracia. Wpadł i został skazany na dożywotnią służbę wojskową. Dzięki wstawiennictwu prof. Humboldta karę złagodzano i wysłano go z tajną misją do Afganistanu. Były to czasy, gdy Rosja rywalizowała z Anglią o wpływ w Azji Środkowej.

Jan Prosper niczym Konrad Wallenrod chciał szkodzić imperium Romanowów. Pragnął doprowadzić do wojny Rosji z Anglią. Dlatego zapewne został zamordowany. Jego ciało w kuli w głowie znaleziono w hotelu „Paryż” w Petersburgu.



Mikołaj Przewalski był słynnym odkrywcą nowej rasy koni nazwanych jego nazwiskiem.

Czym jest bariatria? Jakiej są wskazania do operacji bariatrycznej? Na czym polega operacja bariatryczna?

Polska Press

Nazwa bariatria bierze się z od greckiego słowa „barios” czy też „baros”, i dotyczy ludzi z tak zwaną otyłością kliniczną albo chorobową. Bariatria zajmuje się ogólnie leczeniem otyłości. Ma dwie duże poddziedziny. To chirurgia bariatryczna i zachowawcze leczenie otyłości. Jakiej są wskazania do operacji bariatrycznej?

Klasyczne wskazania są dwa. Po pierwsze to BMI, czyli wskaźnik masy ciała, powyżej 35 plus choroby towarzyszące. Przykładem może być pacjent o takim wskaźniku masy ciała, który dodatkowo ma cukrzycę typu 2, która wymaga leczenia lekami, nadciśnienie, hipercholesterolemie albo inny problem, na przykład zaburzenia oddychania.

Druga grupa to pacjenci ze wskaźnikiem masy ciała powyżej 40, u których niekoniecznie te choroby współistniejące muszą występować. Zwykle one istnieją albo będą za jakiś czas się pojawiać, ale wskazaniem jest

samo BMI bez dodatkowych chorób.

Na czym polega operacja bariatryczna?

Ogólnie zabiegi dzielą się na dwie duże grupy. Pierwsza to zabiegi tzw. restrykcyjne, które powodują zmniejszenie objętości żołądka. Wśród tych zabiegów najpopularniejsza jest resekcja żołądka, czyli zmniejszenie żołądka poprzez wycięcie tzw. krzywizny większej żołądka i spowodowanie zmiany jego kształtu żołądka z obłego do takiego, który przypomina raczej banan. W Polsce zabiegów tych wykonuje się najwięcej. Druga duża grupa to są operacje, które powodują zmniejszenie wchłaniania pokarmu. Działają na takiej zasadzie, że chirurgicznie wytwarza się pomost czy obejście części układu pokarmowego, w tym żołądka i jelit.

Na czym polega operacja zmniejszenia żołądka?

Operacja zmniejszenia żołądka polega na chirurgicznym lub endoskopowym ograniczeniu jego objętości, najczęściej poprzez resekcyjną resekcję (wy-

cięcie 80% żołądka) lub gastric bypass (ominięcie części jelita), co powoduje szybsze uczucie sytości i ogranicza spożycie kalorii, prowadząc do trwałej utraty wagi, a w przypadku resekcji żołądka, także zmniejsza produkcję hormonu głodu. Przeprowadzana jest w przypadku poważnej otyłości. Jest skuteczną metodą redukcji masy ciała, ale tylko pod warunkiem, że pacjent stosuje się do zaleceń dietetycznych zarówno wkrótce po zabiegu, jak i w późniejszym okresie. Pościłki powinny mieć obniżoną wartość kaloryczną, zmianie powinna ulec także ich wielkość i konsystencja - po operacji zmniejszenia żołądka porcje jedzenia muszą być odpowiednio mniejsze i łatwe do strawienia. Ważna jest również aktywność fizyczna.

Czy operacje bariatryczne są skuteczne?

Operacje bariatryczne przynoszą nawet pięciokrotnie większą i trwalszą utratę masy ciała niż popularne leki z grupy GLP-1 - wynika z analizy danych ponad 50 tys. pacjentów.

DROBNE

Ogłoszenia drobne w Twojej gazecie bez wychodzenia z domu: ibo.polskappress.pl

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

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

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

AUTA uszkodzone - Złomowanie, 604-542-022

Finanse biznes

KREDYTY, POŻYCZKI

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

Praca

ZATRUDNIĘ

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

Zdrowie

POMOC CAŁODOBOWA

ALKOHOL - ciagi, odtrucie, 501-063-660

INTERNA

WIZYTY domowe, 695-412-061

STOMATOLOGIA

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

Usługi

AGD RTV FOTO

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

BUDOWLANO-REMONTOWE

DACH tanio solidnie VAT, 787-337-426

INSTALACYJNE

ELEKTRYK, 693-741-682

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

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

REKLAMA

0011457249

Nekrologi i kondolencje zleć

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

Zadzwoń

502 499 119, 502 499 127

lub przez internetowe biuro ibo.polskappress.pl

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

Nowa forma pokazywania igrzysk olimpijskich

Oficjalni nadawcy ogłosili, że podczas zimowych igrzysk olimpijskich w Mediolanie i Cortinie zostanie wprowadzony szereg innowacji w zakresie transmisji telewizyjnych opartych na sztucznej inteligencji.

Jan Hofman

Usługa będzie dostępna w 12 językach. Zapowiedziano udoskonalone wykorzystanie dronów.

Przez dwa tygodnie, począwszy od 6 lutego, Olympic Broadcast Services (OBS) zapewni 1000 godzin relacji z wydarzenia, a także dodatkowe 5000 godzin materiałów i skrótów. Celem tych ulepszeń technologicznych jest zwiększenie zaangażowania kibiców i efektywności produkcji.

Rozpocznie się ona od tego, co prezes OBS Yiannis Exarchos, określił jako wyjątkowo interesującą ceremonię otwarcia. Dzięki technologii olimpijczycy

zgrupowani w kilku lokalizacjach będą połączeni nie tylko po to, by oglądać ceremonię, ale także by w niej uczestniczyć.

Ważną innowacją przekazu wspieranego przez sztuczną inteligencję będą ulepszone powtórki w czasie rzeczywistym w formacie 360 stopni. System ten, wprowadzony podczas igrzysk olimpijskich w Paryżu w 2024 roku, łączy obraz z wielu kamer z analizą stroboskopową, aby w ciągu kilku sekund generować szczegółowe widoki z wielu kątów, zatrzymane klatki i sekwencje w zwolnionym tempie.

Kolejną nowością podczas zimowych igrzysk będzie oparty na AI system śledzenia po-



Uczestnicy sztafety olimpijskiej na ulicach Turynu.

FOT. PAPIER/ALESSANDRO DI MARCO

ruszających się po lodzie kamieni w curlingu. Będzie on wizualizował tor, prędkość i obrót każdego kamienia w czasie rzeczywistym, wykorzystując nakładane grafiki i dane, aby wyjaśnić widzom niuanse strategiczne.

Dodatkowo zostanie uruchomione narzędzie AI o nazwie Olympic GPT, które będzie dostarczać fanom wyniki,

zasady i zweryfikowane informacje w czasie rzeczywistym.

Testowana jest platforma Automatic Media Description, która ma pomóc zespołom w zarządzaniu ogromną ilością materiałów wideo na żywo z igrzysk.

Jeśli chodzi o dystrybucję treści, po raz pierwszy podczas zimowych igrzysk olimpijskich zostanie wykorzystany auto-

matyczny system generowania najważniejszych wydarzeń, który podczas igrzysk w Paryżu wyprodukował ponad 100 tys. unikalnych klipów dla nadawców.

Drony FPV zostaną wykorzystane w sportach saneczkowych, bobslejach i w skeletonie. - To naprawdę daje poczucie bycia częścią zawodów - przyznał Exarchos, opisując

materiał filmowy, który śledzi sportowców poruszających się z dużą prędkością w dół toru.

Przejsie na wirtualne wozy transmisyjne, wykorzystujące infrastrukturę opartą na technologicznej chmurze ma zmniejszyć powierzchnię zajmowaną przez sprzęt i zużycie energii nawet o 50 procent w porównaniu z tradycyjnymi wozami transmisyjnymi.

Tour de France rozpocznie się na Wyspach

Jan Hofman

W 2027 roku Tour de France rozpocznie się w Edynburgu, a pierwsze trzy etapy będą się kończyć w Carlisle, Liverpoolu i Cardiff.

Taką informację przekazali organizatorzy, przedstawiając trasę brytyjskiej części największego wyścigu kolarskiego.

- Nasz wyścig najbardziej przypomina Turniej Sześciu Narodów w rugby, ponieważ będziemy przejeżdżać przez Szkocję, Anglię, Walię i oczywiście Francję - powiedział agencji AFP dyrektor Tour de France, Christian Prudhomme.

Już w ubiegłym roku ogłoszono, że Edynburg będzie gospodarzem startu wyścigu. W czwartek przedstawiono profile etapów z tego szkockiego miasta do Carlisle w północnej Anglii, z Keswick do Liver-

poolu oraz odcinek w Walii z Welshpool do Cardiff.

Tour de France rozpocznie się w Wielkiej Brytanii po raz trzeci, po Londynie w 2007 i Yorkshire w 2014 roku. Ostatnia wizyta peletonu „Wielkiej Pętli” na brytyjskiej ziemi spotkała się z ogromnym entuzjazmem. Szacuje się, że kolarzy dopingowało wtedy ponad trzy miliony kibiców.

W sumie kolarze wystartują poza granicami Francji po raz piąty w ostatnich sześciu latach, po Kopenhadze (2022), Bilbao (2023), Florencji (2024) i Barcelonie w tym roku.

Poinformowano także, że pierwsze trzy etapy Tour de France kobiet w 2027 roku odbędą się również w Wielkiej Brytanii, a rywalizacja rozpocznie się w Leeds.

W tym roku ściganie zacznie się 4 lipca w Barcelonie drużynową jazdą na czas.



Kolarze przed startem do jednego z etapów.

FOT. SYLVIA DABROWA

Prezydent FIFA potępił Senegal

Jan Hofman

Prezydent FIFA Gianni Infantino potępił zachowanie piłkarzy i członków sztabu szkoleniowego reprezentacji Senegal w finale Pucharu Narodów Afryki.

„Lwy Terangi” wygrały z gospodarzem Marokiem po dogrywce 1:0, ale spotkanie było przerwane z powodu zejścia z boiska Senegalczyków.

W końcówce regulaminowego czasu niedzielnego meczu w Rabacie doszło do niecodziennych wydarzeń. Najpierw sędzia odgwizdał faul, co sprawiło, że nie został uznany gol dla Senegal, a kilka minut później, po weryfikacji VAR, podyktował rzut karny dla gospodarzy.

Zaczęły się przepychanki na murawie oraz zamieszki na trybunach (część senegalskich fanów stała się ze służbami porządkowymi).

Z decyzją arbitra o „jedenaście” dla Maroka nie pogodzili się piłkarze Senegal, którzy na znak protestu opuścili murawę. Przewodził im trener Pape Thiaw.

Przerwa trwała kilkanaście minut. Ostatecznie zawodnicy, głównie po namowach gwiazdy swojej ekipy Sadio Mane, wrócili na boisko, a do wykonania rzutu karnego podszedł najsukuteczniejszy strzelec turnieju Brahim Diaz z Realu Madryt, ale zmarnował okazję



Boiskowe przypychanki

FOT. PAPIER/AJAL MORCHIDI

Erwina Ryś-Ferens

- wybitna polska panczenistka

Erwina Ryś-Ferens - wybitna panczenistka, medalistka mistrzostw Europy i świata. Uczestniczka IO w Innsbrucku (1976 r.), Lake Placid (1980 r.), Sarajewie (1984 r.) i Calgary (1988 r.). W latach 70. i 80. osiągała ogromne sukcesy.

Adam Godlewski

Erwina Ryś-Ferens.
Ur. 19 stycznia 1955 roku
w Elblągu, zm. 20 kwietnia
2022 r. w Warszawie.
Wybitna panczenistka,
medalistka mistrzostw
Europy i świata. Zdobyła 83
tytuły mistrzyni Polski,
pobiła 50 rekordów kraju,
trenerka.

Urodziła się 19 stycznia 1955 roku w Elblągu. Karierę zaczęła w miejscowej Olimpij. Wkrótce przeniosła się do Warszawy, gdzie studiowała na Akademii Wychowania Fizycznego i kontynuowała treningi w barwach Marymontu Warszawa.

Wychowanka trenera Kazimierza Kalbarczyka. Trzecia dama polskiego łyżwiarstwa szybkiego. Zawsze gdy zaczynała jeździć na łyżwach (VIII klasa szkoły podstawowej, pierwszy trener Andrzej Oziewicz) i w trakcie swojej długiej kariery zawodniczej myślała o tym, aby co najmniej dorównać swoim wielkim poprzednikom: Elwirze Seroczyńskiej i Helenie Pilejczyk.

Zapowiadała się fantastycznie. Dwa lata przed IO w Innsbrucku (1974) w słynnym alpejskim kurorcie Cortina d'Ampezzo stała się główną bohaterką mistrzostw świata juniorek. Wygrała biegi na 1000 i 3000 metrów, zdobyła srebrny medal na 1500 i zdecydowanie triumfowała w wieloboju! Był to największy sukces w historii polskiego łyżwiarstwa szybkiego. Kiedy rok później (1975) na mistrzostwach świata juniorów znów zdobyła dwa złote medale (1500 i 3000 m) i wywalczyła 2. miejsce na 1500 m wśród seniorek, wszyscy widzieli już ją na olimpijskim podium w Austrii (1976). Ale start ten wypadł bardzo źle i trzeba było jak najszybciej o nim zapomnieć.

Niestety, cztery lata później w dalekim Lake Placid (1980), choć w biegu na 3000 m zajęła najlepsze na igrzyskach 5. miejsce, o medalach znów nie było mowy.

Dwie kolejne olimpijskie próby (1984, 1988) znów były nieudane i nikt (łącznie z zawodniczką) nie jest w stanie wytłumaczyć faktu, dlaczego przez wiele lat niepokonana w kraju Polka, multimedalistka i rekordzistka, nie potrafiła dać sobie rady na olimpijskiej arenie. Medal ten tak bardzo był jej potrzebny dla postawienia przysłowiowej kropki nad „i”. A może właśnie dlatego, że był tak bardzo chciany, okazał się nie do zdobycia?!

W trakcie kariery zdobyła aż 83 tytuły mistrzyni Polski oraz ustanowiła 50 rekordów kraju! 8-krotna medalistka, 16-krotna finalistka mistrzostw świata, 3-krotna brązowa medalistka na 500 m, 17-krotna finalistka mistrzostw Europy.

Czterokrotnie startowała na zimowych igrzyskach olimpijskich: Innsbruck 1976, Lake Placid 1980, Sarajewo 1984 i Calgary 1988. Zwykle zajmowała miejsca w czołowej dziesiątce. Medalu jednak nie zdobyła - jej najlepszym miejscem była piąta lokata. W dorobku miała za to medale mistrzostw świata. Trzykrotnie zdobyła brąz: w 1978, 1985 w wieloboju sprinterskim oraz w 1988 r. w wieloboju.

Odnaczona m.in. srebrnym i brązowym Medalem za Wybitne Osiągnięcia Sportowe. Aktywna działaczka sportowa (członek zarządu PKOl) i społeczna (Warszawa).

Zmarła w wieku 67 lat, 20 kwietnia 2022 roku, po długiej i ciężkiej chorobie. Pochowana w Alei Zasłużonych Cmentarza Wojskowego na Powązkach w Warszawie.



Czterokrotnie startowała na zimowych igrzyskach olimpijskich: Innsbruck 1976, Lake Placid 1980, Sarajewo 1984 i Calgary 1988. Zwykle zajmowała miejsca w czołowej dziesiątce. Medalu jednak nie zdobyła - najwyżej uplasowała się na piątym miejscu.

FOT. POLSKI ZWIĄZEK ŁYŻWIARSTWA SZYBKIEGO

Z życia celebrytów

Magdalena Waligórska-Lisiecka
i Mateusz Lisiecki-Waligórski
na zimowym spacerze.



FOT. FOT. MATERIAŁY PRASOWE POLSAT

ZIMOWY ROMANTYCZNY SPACER GWIAZDY „RANCZA”

Redakcja Telemagazynu

Magdalena Waligórska-Lisiecka to nie tylko niezapomniana Wioletka z serialu „Ranczo”, ale także szczęśliwa mężatka. Popularna aktorka od lat tworzy szczęśliwe małżeństwo z młodszym o 6 lat aktorem, któremu nie szczędzi publicznie czułości!

Urodzona 5 stycznia 1981 roku aktorka wystąpiła w niezliczonej liczbie produkcji, a jej najsłynniejszą rolą bez wątpienia była

postać barmanki Wioletki w serialu „Ranczo”, która już niebawem powróci do tej kreacji w nowych odcinkach.

Prywatnie Magdalena Waligórska od lat jest szczęśliwą mężatką. Serialowa Wioletka 2 września 2016 roku wyszła za mąż za urodzonego w 1987 roku Mateusza Lisieckiego. Małżeństwo doczekało się dwójki dzieci: Piotra (ur. 18 lipca 2017) oraz Natalii (ur. 17 maja 2019). Co ciekawe, po ślubie para zdecydowała się na przejście podwójnych nazwisk. Skąd ten pomysł?

- Kompletnie mnie tym zaskoczył. Bardzo interesuje się historią. Powiedział mi, że skoro mój tata nie ma syna, to moje rodzinne nazwisko Waligórski herbu Odrowąż zaginie. Żeby tak się nie stało, sam je przyjął. Ten gest, choć uważany dzisiaj za szalenie nowoczesny, jest w istocie bardzo tradycyjny - mówiła Magdalena Waligórska w rozmowie z Rewią.

Mateusz Lisiecki-Waligórski, podobnie jak jego żona, również jest aktorem. Choć nie ma na swoim koncie tak pamiętnych ról jak

jego ukochana, to widzowie mogli go nie raz oglądać w tak popularnych produkcjach jak m.in. „Na Wspólnej”, „Singielka”, „Po prostu przyjaźń”, „Barwy szczęścia”, „Korona królów” czy „M jak miłość”, gdzie dziś występuje jego druga połowa.

Ostatnio Magdalena Waligórska-Lisiecka i Mateusz Lisiecki-Waligórski wzięli udział w sesji zdjęciowej na Polu Mokotowskim w Warszawie, gdzie w zimowej scenerii lepił bałwana, obrzucali się śnieżkami, a także nie szczędzili sobie czułości!