Będzie plaża przy ul. Przędzalnianej!

Str. 3

ALE NIE PIASZCZYSTA, TYLKO TRAWIASTA. WŁAŚNIE ROZPOCZĘŁY SIĘ PRACE

Na Limance
Podwórka kamienic nie muszą być szare. Lokatorzy sami pomalowali ściany komórek na wiele kolorów

Str. 4

EXPRESS ilustrowany

30.09.2026

expressilustrowany.pl

Szukaj nas też na Facebooku, Instagramie i TikToku
Nr ISSN 0137-9097
Nr indeksu 350-109

ŚRODA, 30 WRZEŚNIA 2026
Nr 227 (29 447)
cena 4,40 zł
(w tym 8% VAT)

Znamy się z Łodzi

Nasza akcja w M1
Były bezpłatne badania, mammobus, osteobus i konsultacje ze specjalistami. Można było sprawdzić m.in. poziom cukru, cholesterol i ciśnienie, zbadać znamiona u dermatologa

STR. 6

● **Zdrowie** Lecznicza marihuana schodzi w Łodzi jak świeże bułeczki...

STR. 4

● **Rekreacja** Staw przy ul. Przędzalnianej i molo dla wędkarzy idą do remontu

STR. 3

9 770137 909033 40

ULICA PABIANICKA

KOREK GIGANT! Ten remont miał się zakończyć z końcem wakacji. A potrwać może nawet do Bożego Narodzenia... Str. 3

Z trzech pasów ruchu został jeden!

FOT. BARTOSZ KSIĘŻAK, EMILIA KUTLU

● Krzyżówka ● Codzienny horoskop ● Plotki, celebryci ● Miejskie sprawy ● Regionalne problemy

DYŻUR Dziś redaktor Matylda Witkowska czeka na Państwa sygnały pod numerem telefonu 797 607 939.

REKLAMA 0011589021

eprasa.pl e90b8b8987

WAŻNE TELEFONY

Policja - 997
Straż pożarna - 998
Pogotowie - 999
Pogotowie gazowe - 992
Pogotowie energetyczne - 991
Straż miejska - 42 250 22 01
Animal Patrol - 42 632 21 07
Europejski numer alarmowy - 112

EXPRESSOWO

PROKURATURA Nowe informacje po eksperymencie procesowym

Prokuratura odtworzyła w Aquaparku Fala w Łodzi warunki, jakie panowały na basenie w czasie tonięcia 7-latka. Wiadomo już, gdzie byli opiekunowie i ratownicy. Teraz ich zachowanie oceni biegły.

To był pierwszy taki eksperyment procesowy w Polsce. W poniedziałek prokuratura w Aquaparku zrekonstruowała przebieg wydarzeń z 27 lipca, gdy w obiekcie tonął 7-letni chłopiec.

W odtworzenie sytuacji zaangażowano aż 45 policjantów. Wcielili się oni w role gości Aquaparku Fala, ratowników i opiekunów dzieci. Eksperyment wyznaczono kierując się prognozami pogody, a prokuratura wyliczyła, że o godz. 12.40 słońce będzie świeciło pod takim samym kątem jak w lipcu przed godziną 10 rano. Do basenu wrzucono manekin dziecka, który miał pokazać gdzie znajdował się tonący chłopiec. Manekin został specjalnie nacięty, żeby nasiąkał wodą i po kilku minutach opadł na dno. Jak wyjaśnia rzecznik Prokuratury Okręgowej w Łodzi Paweł Jasiak dwaj policjanci ustawili się dokładnie tam, gdzie w czasie tragedii znajdowali się ratownicy.

- Kolejnych dwóch funkcjonariuszy ustawiło się w pozycjach opiekunek, które czuwały nad tą grupą półkolonii i zaczęło się nagrywanie eksperymentu - wyjaśnia.

Eksperyment był przeprowadzony w dwóch wersjach - takiej jaka miała miejsce w czasie zdarzenia, gdy obaj ratownicy przez cały czas przebywali na swoich wieżyczkach, a także w wersji hipotetycznej - co widzieliby ratownicy, gdyby chodzili wzdłuż brzegów basenu i w ten sposób obserwowali dzieci.

- W eksperymencie uczestniczył biegły z zakresu ratownictwa wodnego. Jego zadaniem będzie teraz odpowiedź na pytanie, czy ratownicy zachowali się prawidłowo - wyjaśnia prokurator.

Z eksperymentu wynika, że przyczyną tragedii nie była konstrukcja basenu, bo miejsce w którym topił się chłopiec było widoczne, a ratowników dodatkowo wspierało lustro. Instruktorka przebywała kilka metrów od topiącego się dziecka, a ratownicy przebywali na wieżyczkach.

MATYLDA WITKOWSKA

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj „Express Ilustrowany”

tel. 42 715 80 68
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.expressilustrowany.pl

EXPRESS ILUSTROWANY

Redaktor naczelny
Marek Krzciuk
Z-ca redaktora naczelnego
Tomasz Jabłoński
Wydawcy
Wojciech Dłubakowski,
Mirosław Malinowski,
Sławomir Sowa,
Patrycja Zemła

www.expressilustrowany.pl

Polska Press
Makroregion Śląsk, Łódź
Redakcja ul. ks. I. Skorupki 17/19,
90-532 Łódź
tel. 42 66 59 300
express@express.lodz.pl
Prezes Makroregionu
Aneta Sarga-Burtan
Dyrektor reklamy
Anna Gałuszka
Biuro reklamy oddziału
tel. 502499257
Druk
Drukarnia ZPR Media S.A.,
04-190 Warszawa,
ul. Jubilerska 10

POLSKA PRESS GRUPA

Wydawca Polska Press Sp. z o.o.
ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa,
tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10
p.o. Prezes Zarządu Polska Press Grupy
Elżbieta Żuraw
Redaktor naczelny Polska Press Grupy
Marek Twaróg
Projekt graficzny, dyrektor artystyczny PPG
Tomasz Bocheński
Dyrektor kolportażu PPG Tomasz Osoliński
Biuro Konsumenta PPG
biurokonsumenta@polskapress.pl, tel. 12 688 85 10

©℗ - umieszczenie takich dwóch znaków przy Artykule, w szczególności przy Aktualnym Artykule, oznacza możliwość jego dalszego rozpowszechniania tylko i wyłącznie po uiszczeniu opłaty zgodnie z cennikiem zamieszczonym na stronie www.expressilustrowany.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

41-latek najadł się muchomorów, musiał mieć przeszczepioną wątrobę

41-letni mieszkaniec Łódzkiego zjadł muchomory sromotnikowe święcie wierząc, że to grzyby jadalne. W stanie krytycznym trafił na toksykologię w Centralnym Szpitalu Klinicznym przy ul. Pomorskiej 251.

41-letni chory z Łódzkiego trafił do Pododdziału Ostrych Zatruć przy ul. Pomorskiej 251 po zjedzeniu muchomorów sromotnikowych. Zawarte w tym grzybie matoksyny i fallotoksyny doprowadzają do nieodwracalnego uszkodzenia komórek wątroby. Dla takich pacjentów jedynym ratunkiem jest przeszczep wątroby. Tak było i tym razem.

FOT. ARCHIWUM POLSKA PRESS

41-letni mieszkaniec Łódzkiego w stanie krytycznym trafił na toksykologię w Centralnym Szpitalu Klinicznym przy ul. Pomorskiej 251.

SZCZĘŚCIE W NIESZCZĘŚCIU

Najbliższa klinika, w której wykonuje się takie transplantacje znajduje się w szpitalu przy ul. Banacha w Warszawie. Nie każdy pacjent ma jednak szczęście, aby lekarzom udało się odpowiednio szybko znaleźć dla niego dawcę. Chory z Łódzkiego takie miał.

PRZESZCZEP W STOLICY

- Dawcą został pacjent z naszego szpitala u którego stwierdziliśmy śmierć mózgu - mówi prof. Waldemar Machała, który kieruje Kliniką Anestezjologii i Intensywnej Terapii z Pododdziałem Ostrych Zatruć w Centralnym Szpitalu Klinicznym Uniwersytetu Medycznego w Łodzi. - Zmarły chory został dawcą wielonarządowym - pobranego od niego narządy do przeszczepu uratowały życie czterech chorych.

Przeszczep odbył się w warszawskim szpitalu przy ul. Banacha.

LILIANA BOGUSIAK-JÓŹWIAK

AKCJE POLICJI

WIDZEW Uprawiał konopie

W jednym z mieszkań przy ul. Wróbla policjanci znaleźli ponad 2,1 kg marihuany, blisko 30 gramów grzybów halucynogennych, 12 krzaków konopi oraz broń palną bez wymaganego zezwolenia. 43-letni mężczyzna został zatrzymany. Według śledczych w pomieszczeniu gospodarczym prowadził nielegalną uprawę konopi. Mężczyzna usłyszał zarzuty posiadania i wytwarzania znacznych ilości narkotyków, nielegalnej uprawy konopi, posiadania broni bez zezwolenia oraz znieważenia funkcjonariusza. Grozi mu do 10 lat więzienia. **LS**

BAŁUTY 26-latek miał kilogram narkotyków

26-letni mieszkaniec Łodzi został zatrzymany po tym, jak funkcjonariusze znaleźli przy nim i w jego mieszkaniu ponad kilogram narkotyków. Do zatrzymania doszło 24 września w rejonie ulic Piwnej i Limanowskiego. Mężczyzna próbował uciec podczas kontroli taksówki, do której wcześniej wsiadł. Po krótkim pościgu został zatrzymany. Narkotyki zabezpieczono podczas przeszukania mieszkania. Łącznie śledczy zabezpieczyli ponad kilogram mefedronu i marihuany. 26-latkowi grozi mu do 10 lat więzienia. **LS**

FOT. POLICJA

eprasa.pl e90b8b8987

ROZKOPANE DROGI I NIEKOŃCZĄCE SIĘ KORKI TO JUŻ WIZYTÓWKA WSPÓŁCZESNEJ ŁODZI

Remont „do końca wakacji" oznacza „korki do Bożego Narodzenia"

FOT. EMILIA KUTLU

Pierwotnie remont miał potrwać do końca wakacji...

Na ulicy Pabianickiej od ponad dwóch miesięcy kierowcy codziennie stoją w ogromnych korkach! Remont tej ważnej arterii miał się skończyć do końca wakacji, tak się jednak nie stało, a już wiadomo, że prace skończą się „przed zimą" – czyli za ponad dwa miesiące.

EMILIA KUTLU

Jedna z ważniejszych ulic w Łodzi od blisko dwóch miesięcy tkwi w korkach. Prace obejmujące wymianę nawierzchni ul. Pabianickiej ruszyły 12 sierpnia i planowo miały zakończyć się do końca wakacji. Jest 29 września, a na rychłe ukończenie remontu nic nie wskazuje...

„Drogowcy pracujący na ul. Pabianickiej, wykorzystując okres wakacyjny, a co za tym idzie, zmniejszony ruch na drogach, wymieniają zniszczoną nawierzchnię jezdni na odcinku pomiędzy ul. Rudzką i Rondem Lotników Lwowskich na jezdni w kierunku centrum. Nowa nawierzchnia dopełni kończące się właśnie przebudowy peronów przystankowych w ciągu ul. Pabianickiej. Prace powinny zakończyć się na przełomie sierpnia i września" - pisał w mailu 21 sierpnia Wiktor Stańczyk z Zarządu Dróg i Transportu w Łodzi.

Ulica wciąż jednak stoi w korkach - szczególnie w godzinach szczytu. Odcinek od ul. 3 Maja do skrzyżowania z Al. Jana Pawła II przejdziemy w około 10 minut - gdzie zwykle odległość 1,2 km pokonuje się maksymalnie w 2 minuty. Ulica jest sparaliżowana przede wszystkim dlatego, że drogowcy zostawili zmotoryzowanym tylko jeden pas do jazdy. Dwa pozostałe zostały wyłączone z użytkowania.

Na remontowanym odcinku w poniedziałek (29 września) o godz. 8.30 pracowało ok. 7 robotników. W sobotę 26 września o godz. 13.30 nie pracował nikt.

– Nie mam siły już tędy jeździć. To jedyny możliwy dojazd z Pabianic do centrum miasta. Muszę wyjeżdżać specjalnie 15 minut wcześnie. Jeszcze te zmiany pasów... – naprawdę trzeba być uważnym, bo o kolizję nietrudno – mówi Anna, codziennie dojeżdżająca autem do Łodzi.

Drogi

FOT. EMILIA KUTLU

Na remontowanym odcinku w poniedziałek (29 września) o godz. 8.30 pracowało ok. 7 robotników.

„DROGOWCY ROZPOCZĘLI KOLEJNY ETAP PRAC" - PISZĄ URZĘDNICY

Termin zakończenia prac przy ul. Pabianickiej znacząco się wydłużył. Teraz magistrat zapowiada ich zakończenie do zimy. Pierwotnie remont miał potrwać do końca wakacji...

– Od poniedziałku 14 września drogowcy remontujący Pabianicką przenieśli się na kolejny odcinek ulicy. Po wykonaniu nowej nawierzchni od rzeki Ner do 3 Maja teraz przyszedł czas na odcinek bliżej centrum. Utrzymanie tempa prac pomoże je zakończyć jeszcze przed zimą. Prace prowadzone na ulicy Pabianickiej to zarówno nowa nawierzchnia w kierunku centrum, ale także i nowe przystanki MPK Łódź pomiędzy ul. Rudzką a al. Bartoszewskiego – piszą pracownicy biura prasowego UMŁ.

W ramach remontu wymieniona zostanie nawierzchnia przy ul. Pabianickiej (od ul. Rudzkiej aż do Ronda Lotników Lwowskich - dotychczas drogowcy ułożyli nowy asfalt na odcinku od ul. Rudzkiej do ul. 3 Maja). Wymienione zostaną także perony przystanków autobusowych.

Staw przy ul. Przędzalnianej i molo dla wędkarzy idą do remontu

Przy stawie przy ul. Przędzalnianej będzie plaża. Co prawda nie piaszczysta, a trawiasta. Właśnie rozpoczęły się prace.

Plaża to jedno z założeń rewitalizacji terenu wokół akwenu przy ul. Przędzalnianej. Plan odnowienia tego miejsca zakłada, że okolica zbiornika stanie się miejscem wypoczynku, rekreacji i edukacji przyrodniczej, jednocześnie zachowa naturalny, półdziki charakter.

Ekipy porządkują teren, na którym jest prowadzona inwestycja, przycinają drzewa i krzewy. To po to, by przy stawie zasilanym wodami rzeki Jasień przy brzegu od strony pałacu Herbsta została urządzona właśnie zielona plaża. Staną tu leżaki, siedziska, zawisną hamaki. Ponadto trwają przygotowania do montażu małej architektury i budowy sensorycznego placu zabaw. Na początku października rozpoczną się prace brukarskie.

Molo - stara, częściowo betonowa konstrukcja, z której korzystają głównie wędkarze - ma zostać wyremontowane. Do budowli zostanie doczepiona platforma edukacyjna z tablicami informacyjnymi o ekosystemie. Zostanie też zbudowane molo do leżakowania. Ze ścieżki z nawierzchnią mineralną, poprowadzonej wokół stawu, będą mogli korzystać biegacze - pętla z trzech okrążeń będzie miała około 5 km długości.

JAKUB MLONKA

FOT. MAT. PRAS. UMŁ

Okolica zbiornika przy ul. Przędzalnianej ma być miejscem wypoczynku, rekreacji i edukacji przyrodniczej.

eprasa.pl e90b8b8987

ZDROWIE

Lecznicza marihuana schodzi w Łodzi jak świeże bułeczki...

W tym roku roku (do połowy września) łódzkie apteki sprzedały medyczną marihuanę za 8 mln 100 tys. zł. W całym ubiegłym roku za 10 mln 300 tys. zł. Centrum e-zdrowie, które gromadzi dane o sprzedaży, nie ma informacji pokazujących ile to kilogramów.

FOT. PAWEŁ RELIKOWSKI

– Lekarze przepisują pacjentom najczęściej na jednej recepcie 15 gram leczniczej marihuany – mówi farmaceuta. – Na jednej wizycie mogą wystawić kilka recept.

LILIANA BOGUSIAK-JÓŹWIAK

O tym, że leczenie i sprzedaż medyczną marihuaną to lukratywny biznes w branży medycznej wiedzą wszyscy. Gabinety leczenia medyczną marihuaną proponują lekarzom bez specjalizacji wysokie, nawet jak dla lekarzy, stawki.

Trzeba liczyć na to, że lekarze wypisując recepty kierują się wiedzą i etyką lekarską, a nie wypisują je każdemu, kto przyjdzie i zapłaci za wizytę - mówi Łukasz Konka, farmaceuta i prezes Okręgowej Izby Aptekarskiej.

Część aptek wyspecjalizowała się w sprzedaży medycznej marihuany, odmian jest wiele i ukierunkowanych na różne działanie (przeciwbólowe, pobudzające, nasenne). Produkt ma tylko pół roku ważności. Z tego powodu ceny, a każda apteka ustala je sobie sama, mogą się różnić. Cena za gram medycznej marihuany waha się na ogół od 10 do 50 zł.

– Medyczną marihuanę na receptę sprzedają tylko te apteki, które przygotowują leki na zamówienie - mówi Łukasz Konka, prezes Okręgowej Izby Aptekarskiej w Łodzi. - Nim pacjent otrzyma lek znajdujący się na recepcie aptekarz musi produkt zważyć i oznaczyć etykietą.

Jak mówi Łukasz Konka, firmy zajmujące się sprzedażą medycznej marihuany, gdy termin ważności danej partii się kończy, obniżają jej cenę do granicy zyskowności.

Centrum e-zdrowie nie gromadzi danych o ilości sprzedanej medycznej marihuany. Jeśli jednak przyjmiemy, że jeden gram w aptece kosztuje 50 zł, to na sumę 8 mln 100 tys. zł, bo za taką kwotę medyczną marihuanę sprzedały w tym roku łódzkie apteki, to wynika, że pacjenci z naszego miasta kupili legalnie 162 tys. jednogramowych porcji. Jeśli cenę marihuany obniżymy do 10 zł, to Łodzianie legalnie nabyli ponad 800 tys. „działek".

Receptę na medyczną marihuanę może wypisać każdy lekarz. Zgodnie z przepisami pierwsza wizyta pacjenta u doktora powinna się odbyć stacjonarnie. Zgodnie z przepisami medyczna marihuana nie powinna być lekiem pierwszego wyboru - wcześniej lekarz powinien zalecić choremu inne leki.

Pomalowali świat na Limance!

Podwórko przy ul. Limanowskiego 127 to prawdziwa perełka wśród szarych podwórek łódzkich kamienic. Mieszkańcy postanowili narzucić trochę kolorów na ciemne, ponure komórki, pomalowali cegły, z których zbudowane są ściany komórek i w ten sposób stworzyli jedną z najciekawszych kompozycji artystycznych w mieście! komórki.

– Mój zięć z sąsiadem wzięli puszki z farbami, które pozostały nam po jakichś poprzednich remontach i z trzy lata temu pomalowali te cegiełki. Teraz tu przychodzą nawet wycieczki z przewodnikiem oglądać to nasze podwórko. Na naszym podwórku nie jest jednak tak kolorowo, jak mogłoby się wydawać. Od jakiegoś czasu prosimy administrację o kratę lub bramę. Ludzie z ulicy nam tu wchodzą i bardzo brudzą – mówi pani Halina, mieszkanka kamienicy przy kolorowym podwórku.

Jak relacjonują mieszkańcy - podwórko przyciąga także nowożeńców. Na tle kolorowej ściany odbyła się już niejedna sesja ślubna. Tego lata córka pani Haliny doczepiła do cegiełek kamyczki z oryginalnymi malunkami. Każdy przedstawia co innego - jest żaba, serce i komiczna historyjka.

- Maluje je moja córka, zbiera lub zamawia i tworzy na nich obrazy wodoodpornymi farbami. Potem zostawia gdzieś w mieście albo doczepia tutaj do ścian komórek. To takie jej hobby. Talent odziedziczyła po moim mężu, jej ojcu - on ładnie rysuje - opowiada pani Halina.

W przeszłości w sąsiedztwie i oficynach tej części ulicy Limanowskiego funkcjonowały m.in. lokalne placówki handlowe i rzemieślnicze (w tym placówka PSS Społem, przekształcona później w firmę branży laboratoryjnej). EMILIA KUTLU

FOT. BARTOSZ KSIĘŻĄK

Podwórko przy ul. Limanowskiego 127 to prawdziwa perełka wśród szarych podwórek łódzkich kamienic. Mieszkańcy postanowili dodać trochę kolorów na ściany ciemnych komórek.

REKLAMA 0011457249

Nekrologi i kondolencje zlecisz

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

Zadzwoń
502 499 119, 502 499 127

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

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

„Ojczyzna" – film z łódzkim wkładem – kandydatem do Oscara

Polska Komisja Oscarowa wyłoniła naszego kandydata do 99. Nagród Amerykańskiej Akademii Sztuki i Wiedzy Filmowej w kategorii Najlepszy Pełnometrażowy Film Międzynarodowy. Został nim film dobrze znanego w Łodzi Pawła Pawlikowskiego zatytułowany „Ojczyzna". Paweł Pawlikowski to reżyser i scenarzysta filmowy, które swoje najgłośniejsze filmy zrealizował z udziałem łódzkiego studia Opus Film. Film „Ojczyzna" miał premierę światową na tegorocznym, 79. Międzynarodowym Festiwalu Filmowym w Cannes, gdzie nagrodzono go za reżyserię. W polskich kinach zadebiutował jako pierwszych na świecie 19 czerwca, ciesząc się ogromnym zainteresowaniem widzów. Od momentu premiery film zobaczyło już blisko 120 tysięcy osób i wciąż jest dostępny w repertuarze kin. W Łodzi prezentuje go między innymi kino Charlie. Komisja Oscarowa, mając na uwadze międzynarodowe osiągnięcia i renomę reżysera, jednogłośnie uznała film „Ojczyzna" za ten, który ma największe szanse w wyścigu po Oscara.

„Wybraliśmy film, który jest kompletnym, wielowymiarowym dziełem sztuki, opowiadającym uniwersalną historię, będąc jednocześnie niepokojąco aktualnym. Wybitny poziom artystyczny w warstwie narracyjnej i wizualnej stał się możliwy dzięki twórczemu wkładowi utalentowanych polskich artystów, którzy wspólnie z reżyserem odpowiadają za kształt filmu. Uważamy, że ten film jest ważnym głosem polskiej kinematografii w europejskim dyskursie intelektualnym" - brzmi treść uzasadnienia Komisji Oscarowej.

DARIUSZ PAWŁOWSKI

eprasa.pl e90b8b8987

MATERIAŁ INFORMACYJNY PGE
0011584196

Ciepło przyszłości powstaje już dziś. PGE zmienia oblicze miejskiego ciepłownictwa

Transformacja energetyczna ma być korzystna dla środowiska i dla ludzi. I być widoczna w życiu codziennym – w miejskich sieciach ciepłowniczych, które zimą ogrzewają mieszkania, szkoły, szpitale i biura, a przez cały rok dostarczają ciepłą wodę. Dlatego jednym z ważnych elementów zmian zachodzących w Grupie PGE jest modernizacja źródeł ciepła i stopniowe odchodzenie od węgla.

To, jak różne mogą być technologie wykorzystywane w tym procesie, dobrze pokazują dwie inwestycje, które PGE Energia Ciepła zaprezentowała podczas wydarzeń zorganizowanych 24 i 25 września w Krakowie i Rzeszowie. W Krakowie rozpoczął się kolejny etap budowy nowego gazowego źródła kogeneracyjnego. W Rzeszowie do eksploatacji oddano drugą linię instalacji termicznego przetwarzania z odzyskiem energii. Oba projekty odpowiadają na inne potrzeby, ale łączy je ten sam kierunek: unowocześnianie ciepłownictwa przy jednoczesnym zachowaniu bezpieczeństwa dostaw.

Kraków buduje nowe źródło ciepła

24 września na terenie Elektrociepłowni Kraków wmurowano kamień węgielny pod budowę nowego gazowego źródła kogeneracyjnego. W uroczystości uczestniczyli m.in. pełniący funkcję Prezydenta Krakowa Stanisław Kracik oraz Minister Energii Miłosz Motyka. Wydarzenie było inauguracją pierwszego etapu inwestycji, która ma zmienić sposób wytwarzania ciepła w jednym z największych miejskich systemów ciepłowniczych w Polsce, który dostarcza ciepło do ponad 7 tys. budynków – w Krakowie, Skawinie i Zielonkach.

W pierwszym etapie w krakowskim oddziale PGE Energia Ciepła powstanie 10 silników gazowych, pracujących w dwóch zespołach. Ich łączna moc wyniesie około 100 MWe elektrycznych i około 100 MWt cieplnych. Nowa instalacja ma pokrywać około 20% zapotrzebowania miejskiego systemu ciepłowniczego Krakowa. Wartość inwestycji to 886 mln zł netto, a za jej realizację odpowiada konsorcjum polskich firm – Unibep S.A. i SBB Energy S.A. Ponad 550 mln zł netto z wartości kontraktu ma trafić do polskich wykonawców.

Po planowanym na 2028 rok rozpoczęciu eksploatacji pierwszego etapu inwestycji zużycie węgla w zakładzie ma spaść o około 28%, czyli o ponad 200 tys. ton rocznie. To nie oznacza zakończenia procesu transformacji. Plany dla Elektrociepłowni Kraków zakładają dalszą rozbudowę źródeł gazowych, a także wykorzystanie kotłów gazowych i elektrodowych, pomp ciepła oraz magazynu ciepła. Cały program inwestycyjny dla Krakowa do 2034 roku ma przekroczyć 2,9 mld zł.

– Już dziś nasza krakowska elektrociepłownia jest największym producentem ciepła i energii elektrycznej dla miasta, wytwarzając blisko 70% ciepła sieciowego dostarczanego Krakowianom. Skala naszej odpowiedzialności za bezpieczeństwo dostaw jest tutaj znacząca, dlatego nie spoczywamy na laurach. Inwestycja, którą dziś inaugurujemy w stolicy Małopolski, jest warta 886 mln zł. Będzie ją realizować konsorcjum polskich firm, a w szczytowym okresie zatrudnienie znajdzie tu blisko 450 osób. To pokazuje, jak odpowiedzialne podejście do inwestycji przekłada się zarówno na korzyści dla lokalnych społeczności, jak i dla polskiej gospodarki – podkreśla Dariusz Lubera, Prezes Zarządu PGE Polskiej Grupy Energetycznej.

Według szacunków PGE emisja dwutlenku węgla z krakowskiej elektrociepłowni w 2035 roku będzie o ponad 60% niższa niż w roku 2021. Gazowa kogeneracja ma przy tym nie tylko ograniczać wykorzystanie węgla, lecz także zapewniać elastyczność pracy źródeł, aby zapewniać mieszkańcom stabilne dostawy ciepła.

Rzeszów pokazuje inną stronę transformacji

Dzień później, 25 września, uwaga PGE Energia Ciepła przeniosła się do Rzeszowa. Tam oddano do eksploatacji drugą linię technologiczną Instalacji Termicznego Przetwarzania z Odzyskiem Energii, czyli ITPOE. To inwestycja, w której transformacja ciepłownictwa łączy się bezpośrednio z zagospodarowaniem odpadów. Do instalacji trafiają odpady komunalne, których nie można już poddać recyklingowi. W procesie termicznego przetwarzania odzyskiwana jest z nich energia, która następnie wykorzystywana jest do produkcji ciepła dla miejskiej sieci ciepłowniczej oraz energii elektrycznej.

Druga linia (pierwsza działa od 2018 r.) kosztowała ponad 362 mln zł netto i zwiększyła roczne możliwości przetwarzania odpadów ze 100 do 180 tys. ton. Udało się zbudować ją w istniejącym obiekcie, wykorzystując wcześniej przygotowaną infrastrukturę.

Nowa linia ma 7,6 MW mocy elektrycznej i 16,8 MW mocy cieplnej. Dodatkowo zastosowany układ odzysku ciepła z kondensacji spalin zapewnia co najmniej 3,46 MW mocy cieplnej.

Znaczenie instalacji dobrze pokazuje skala odbiorców ciepła. Elektrociepłownia Rzeszów zaspokaja potrzeby cieplne około 65% mieszkańców miasta. Poza sezonem grzewczym ciepło odzyskiwane z odpadów wystarcza natomiast do pokrycia zapotrzebowania miasta na ciepłą wodę.

Odpady źródłem energii

ITPOE pokazuje, że modernizacja ciepłownictwa nie musi oznaczać wyłącznie zastępowania jednego paliwa innym. W przypadku Rzeszowa ważnym elementem jest wykorzystanie strumienia odpadów, który pozostaje po procesach segregacji i recyklingu.

Pierwsza linia instalacji w ciągu pierwszych pięciu lat pracy przetworzyła blisko 400 tys. ton odpadów. W tym czasie odzyskano ponad 4 tys. ton złomu żelaznego oraz ponad 400 ton złomu kolorowego. Rozbudowa instalacji zwiększa możliwości zagospodarowania odpadów, które nie mogą zostać ponownie wykorzystane w procesach recyklingu, ograniczając tym samym potrzebę ich składowania.

Technologia wiąże się również z rygorystycznymi wymaganiami dotyczącymi emisji. W przypadku ITPOE dopuszczalny poziom emisji pyłu jest dwudziestokrotnie niższy niż w przypadku kotłów węglowych, a limit emisji tlenków siarki wynosi 30 mg/m³, podczas gdy dla kotłów węglowych wskazano poziom 1100 mg/m³.

– Rozbudowa instalacji ITPOE jest przykładem unowocześniania polskiego ciepłownictwa, zwiększenie mocy przerobowych instalacji umożliwi zagospodarowanie większego wolumenu odpadów, które po procesach segregacji i recyklingu nie mogą zostać ponownie wykorzystane. Ograniczy to konieczność ich składowania – przetworzone do dzisiaj odpady utworzyłyby pryzmę o wysokości 15 metrów i powierzchni 4 boisk piłkarskich. Wszystko to wspiera realizację celów gospodarki o obiegu zamkniętym oraz wymagań środowiskowych stawianych samorządom i przedsiębiorstwom odpadowym. Rozbudowana instalacja zwiększy również niezależność regionu od zewnętrznych instalacji przetwarzania odpadów, poprawiając bezpieczeństwo i stabilność lokalnego systemu gospodarowania odpadami – mówi Mariusz Michałek, Wiceprezes Zarządu PGE Energia Ciepła.

Gryfino: nowe źródło po zakończeniu pracy starych jednostek

Kolejnym przykładem zmian w miejskim ciepłownictwie jest Gryfino. Tam transformacja jest bezpośrednio związana z zakończeniem produkcji ciepła przez dotychczasowe jednostki węglowe Elektrowni Dolna Odra. PGE przygotowała dla miasta nowe źródło ciepła – gazową ciepłownię o mocy 28 MWt w Nowym Czarnowie, wyposażoną w trzy wodne kotły gazowe. Inwestycja już zabezpiecza dostawy ciepła oraz ciepłej wody użytkowej dla mieszkańców po wycofaniu starych bloków.

Kraków, Rzeszów i Gryfino pokazują trzy różne elementy tej samej zmiany. W jednym miejscu stary sposób wytwarzania ciepła jest stopniowo zastępowany przez gazową kogenerację. W drugim odpady nienadające się do recyklingu stają się źródłem energii elektrycznej i ciepła. W trzecim nowe gazowe źródło przejmuje funkcję dotychczasowego systemu opartego na jednostkach węglowych. Tak rozumiana transformacja wymaga jednocześnie inwestycji w nowe technologie, modernizacji istniejącej infrastruktury i odpowiedniego planowania. Nie chodzi bowiem o samą zmianę paliwa. System ciepłowniczy musi nadal działać wtedy, gdy mieszkańcy najbardziej go potrzebują.

PGE Energia Ciepła w latach 2018-2024 przeznaczyła na inwestycje dekarbonizacyjne około 3,6 mld zł. Spółka zakłada odejście od węgla w procesach wytwórczych do 2030 roku.

eprasa.pl e90b8b8987

„Sobota dla zdrowia” w M1 w Łodzi. Były bezpłatne badania, mammobus, osteobus i konsultacje ze specjalistami

Bezpłatne badania i konsultacje ze specjalistami czekały w sobotę, 26 września, na mieszkańców Łodzi. W M1 można było sprawdzić m.in. poziom cukru, cholesterol i ciśnienie, zbadać znamiona u dermatologa, a także skorzystać z mammobusu i osteobusu. „Sobota dla Zdrowia”, organizowana przez M1, „Express Ilustrowany” i „Dziennik Łódzki”, trwała od godziny 11 do 19.

JAKUB MLONKA

„SOBOTA DLA ZDROWIA” W ŁODZI. BEZPŁATNE BADANIA, KONSULTACJE I POKAZY W M1

W sobotę, 26 września, Łodzianie mogli połączyć wizytę w M1 z zadbaniem o swoje zdrowie. Na uczestników czekały badania profilaktyczne, rozmowy z ekspertami oraz praktyczne pokazy. Organizatorzy przygotowali kilka stref tematycznych, a program wydarzenia trwał przez cały dzień.

Jednym z najważniejszych elementów „Soboty dla Zdrowia” były bezpłatne badania profilaktyczne. Na miejscu można było m.in. sprawdzić poziom glukozy, wykonać lipidogram oraz zmierzyć ciśnienie tętnicze. Dostępne były także pomiary tętna i saturacji.

Przed centrum handlowym pojawiły się również mammobus i osteobus. Dzięki współpracy z Salve Medica kobiety spełniające kryteria programu mogły bezpłatnie wykonać badanie mammograficzne, a mieszkańcy skorzystać z profilaktycznych konsultacji i badań.

Z kolei w osteobusie prowadzone był badania kości dla osób spełniających określone kryteria wieku lub czynników ryzyka.

Na stanowisku Szpitala Zgierz można było skorzystać m.in. z przeglądów lekowych i porad farmaceutycznych, a także wykonać pomiary ciśnienia, tętna, poziomu cukru we krwi oraz saturacji.

DERMATOLOG SPRAWDZAŁ ZNAMIONA

Ważnym punktem sobotniego wydarzenia była profilaktyka chorób skóry. Od godziny 15 do 18 prowadzone były bezpłatne badania dermatoskopowe. To była okazja do skontrolowania znamion i rozmowy ze specjalistą o tym, jakie zmiany powinny wzbudzić niepokój oraz jak prawidłowo chronić skórę.

O godzinie 15.15 na scenie pojawił się dr Kamil Starczewski, który mówił o profilaktyce i dermatoskopii.

KARETKA PRZED M1. MOŻNA BYŁO NAUCZYĆ SIĘ PIERWSZEJ POMOCY

Przed budynkiem znalazła się także karetka Wojewódzkiej Stacji Ratownictwa Medycznego. Uczestnicy mogli zobaczyć ją z bliska i poznać jej wyposażenie.

Przygotowano również praktyczną naukę pierwszej pomocy. Chętni mogli ćwiczyć na fantomach i dowiedzieć się, jak prawidłowo reagować w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia.

EKSPERCI MÓWILI O LEKACH I PROFILAKTYCE

Przez cały dzień na scenie odbywały się rozmowy ze specjalistami. Jednym z poruszanych tematów była polipragmazja, czyli problem związany z jednoczesnym przyjmowaniem wielu leków.

Dr n. med. Natalia Wysocka-Sendkowska ze Szpitala Zgierz mówiła m.in. o bezpiecznym stosowaniu preparatów, możliwym wpływie posiłków na działanie leków oraz zgłaszaniu działań niepożądanych.

Swoje stanowisko miał również Sanepid. Eksperci odpowiadali na pytania dotyczące profilaktyki zdrowotnej, regularnych badań i codziennych nawyków, które mogą mieć wpływ na zdrowie.

Nasza akcja

FOT. HUBERT KUBIAK

Na miejscu była także karetka Wojewódzkiej Stacji Ratownictwa Medycznego. Chętni mogli obejrzeć jej wyposażenie.

FOT. HUBERT KUBIAK

„Sobota dla Zdrowia” została organizowana przez M1 „Express Ilustrowany” i „Dziennik Łódzki”.

FOT. HUBERT KUBIAK

Przez cały dzień odbywały się rozmowy ze specjalistami, można było poddać się bezpłatnym badaniom.

ĆWICZENIA DLA OSÓB PRACUJĄCYCH PRZY BIURKU

W programie nie zabrakło aktywności fizycznej. Fizjoterapeuci z Columna Medica pokazali, jak zadbać o ciało podczas wielogodzinnej pracy siedzącej oraz jakie proste ćwiczenia można wykonywać nawet przy biurku.

O godzinie 15.50 zaplanowano rozmowę z Kacprem Żawko z Podologii na Bałutach. Tematem były wady postawy i chodu oraz ich możliwy związek z bólem kolan, bioder czy kręgosłupa.

Sportową częścią wydarzenia był natomiast pokaz karate i kickboxingu przygotowany przez PROYAMA Federację Sportów Walki, która w tym roku obchodzi 25-lecie działalności.

„SOBOTA DLA ZDROWIA” TRWAŁA DO WIECZORA

O godzinie 16.20 zaplanowano rozmowę o tym, dlaczego warto regularnie się badać, a pół godziny później uczestnicy mogli dowiedzieć się więcej o działaniach niepożądanych leków.

O godzinie 17.20 fizjoterapeuta Maciej Kacperski z Columna Medica opowiadał o codziennym dbaniu o sprawność i zaprezentował proste ćwiczenia. Kolejny blok był poświęcony bezpiecznemu stosowaniu leków i suplementów.

„Sobota dla Zdrowia” odbywała się w sobotę, 26 września, w Centrum Handlowym M1 przy ul. Brzezińskiej 27 w Łodzi. Wydarzenie trwało do godz. 19, a udział w przygotowanych atrakcjach był bezpłatny.

REKLAMA
Q605025062A

Organizatorzy:
M1
DŁ DZIENNIK ŁÓDZKI dzienniklodzki.pl

Patroni:
salve mobilne
termy UNIEJÓW
UNIEJÓW Uzdrowisko Termalne

eprasa.pl e90b8b8987

BLISKI WSCHÓD

Eksport ropy z Zatoki rośnie, ceny nie chcą jednak spadać

„The Wall Street Journal", powołując się na dane firmy Kpler, informuje, że eksport ropy z Zatoki Perskiej osiągnął już 80 proc. przedwojennego poziomu. Oznacza to, że irańska blokada cieśniny Ormuz słabnie.

GRZEGORZ KUCZYŃSKI, PAP

Zapewne z powodu obaw przed eskalacją wojny przez Iran i w związku z odrzuceniem przez Donalda Trumpa ostatniej propozycji Teheranu, ceny ropy Brent rosły we wtorek od rana, w pewnym momencie przekraczając 107,5 USD za baryłkę. Nie pomogły optymistyczne dane z cieśniny Ormuz.

W bieżącym miesiącu eksport ropy od głównych producentów bliskowschodnich - Arabii Saudyjskiej, Iraku, ZEA i innych państw - realizowany był zarówno przez cieśninę Ormuz, jak i trasy alternatywne, i sięgnął niemal 13 mln baryłek dziennie.

Arabia Saudyjska rozpoczęła również tłoczenie ropy przez uszkodzony rurociąg Wschód-Zachód i załadunek na tankowce na Morzu Czerwonym, choć - jak podają przedstawiciele władz zaznajomieni z operacją - wielkość dostaw pozostaje ograniczona. Z kolei Iran nie jest w stanie transportować ropy przez cieśninę Ormuz, odkąd w lipcu USA przywróciły blokadę morską. Według szacunków firmy Kpler zapasy ropy zgromadzone przez Iran poza strefą objętą blokadą mogą wyczerpać się do połowy października, co odetnie kluczowe źródło dochodów w momencie, gdy gospodarka kraju już ugina się pod ciężarem sankcji i skutków wojny.

FOT. BAKR ALKASEM/AFP/EAST NEWS

Coraz więcej tankowców bezpiecznie przepływa cieśninę Ormuz. Dla Teheranu oznacza to drastyczny spadek dochodów.

Sytuacja ta ogranicza zdolność Teheranu do wymuszania ustępstw przez groźbę zakłócenia globalnych dostaw energii, co tym samym osłabia jeden z najsilniejszych atutów negocjacyjnych w rozmowach na temat zakończenia konfliktu - skomentował „WSJ".

Według gazety stwarza to jednak również niebezpieczny bodziec. W obliczu kurczących się wpływów z eksportu ropy i obchodzenia sankcji przez arabskich sąsiadów Iran może uznać wznowienie ataków za najlepszy dostępny sposób wywierania presji, nawet za cenę ryzyka amerykańskiego odwetu.

- Świadczy to o malejącej skuteczności irańskiej strategii - oceniła Sanam Vakil, dyrektor programu ds. Bliskiego Wschodu w londyńskim ośrodku analitycznym Chatham House. - Może to spowodować, że Iran, chcąc wyjść z impasu, będzie zmuszony do wzniecenia konfliktu na większą skalę .

Zdaniem przedstawicieli władz państw regionu Korpus Strażników Rewolucji Islamskiej szybko zmienia taktykę i może nasilić ataki na porty, rafinerie oraz rurociągi.

Tragedia w szkole podstawowej na Słowacji. Uczeń zaatakował nożem

Uczeń zaatakował we wtorek nożem koleżankę oraz dwie nauczycielki w szkole podstawowej na północy Słowacji. Jedna z nauczycielek zmarła, a uczennica jest w stanie krytycznym – poinformował portal Noviny.sk, powołując się na władze medyczne i policję.

Do ataku doszło około godz. 9 w miejscowości Staszkov, położonej ok. 7 km na zachód od Czadcy (Cadca), niedaleko granicy z Czechami. Na miejsce skierowano dwie karetki pogotowia oraz dwa helikoptery. Policja przekazała, że sytuacja została opanowana.

Jedna z nauczycielek, 61-letnia kobieta, zmarła w wyniku odniesionych obrażeń. Ranna uczennica oraz 44-letnia nauczycielka, która została ugodzona w klatkę piersiową, zostały przetransportowane do szpitala. Jak przekazała rzeczniczka szpitala uniwersyteckiego w Żylinie Zuzana Fialova w rozmowie ze słowacką agencją prasową TASR, stan rannej nauczycielki jest stabilny, a jej życiu nie zagraża niebezpieczeństwo.

Według słowackich mediów sprawcą ataku jest uczeń ósmej klasy, czyli osoba w wieku 13-14 lat. Jak napisał portal ta3 chłopiec był wychowywany przez babcię.

Premier Słowacji Robert Fico przekazał, że z „wielkim niepokojem" śledzi informacje dotyczące tragedii. Złożył kondolencje bliskim ofiary i życzył rannym szybkiego powrotu do zdrowia. „Szkoły muszą być bezpiecznymi miejscami dla naszych dzieci. W przeciwnym razie nie będziemy mieli przyszłości" – napisał na Facebooku.

GRZEGORZ KUCZYŃSKI, PAP

FOT. MINISTERSTWO OBRONY BIAŁORUSI

W styczniu 2025 r. 18-latek zabił ucznia i nauczycielkę w miejscowości Stara Wieś Spiska.

12 godzin walczyli o życie u wybrzeży Portoryko. Uratowało się 40 osób

Co najmniej 40 osób uratowanych po wywróceniu się prowizorycznej łodzi kilka kilometrów od niezamieszkanej wyspy Mona na zachód od Portoryko. Jak podaje AP, odnaleziono ciała dwóch osób. Ocalali ocenili, że na pokładzie było około 60 osób. Rozbitkowie spędzili w wodzie ponad 12 godzin, zanim około południa zauważyła ich przepływająca w pobliżu jednostka, która zaalarmowała służby. Według straży przybrzeżnej łódź wywróciła się późnym wieczorem w niedzielę po bójce na pokładzie. W jej trakcie kilka osób odniosło poważne obrażenia zadane maczetą. Wielu pasażerów łodzi skoczyło do wody bez kamizelek ratunkowych. Nie podano, skąd pochodzili podróżujący.

AP przypomina, że migranci od lat podejmują niebezpieczne próby przedostania się z Haiti do Portoryko i innych karaibskich wysp, pokonując cieśninę Mona na prowizorycznych jednostkach pływających, które często nie wytrzymują trudnych warunków na morzu. W czerwcu w Portoryko pochowano 11 Haitanek, które zginęły po wywróceniu się przeciążonej łodzi. W minionym tygodniu na wyspach Turks i Caicos zatrzymano łódź z 60 migrantami z Haiti, a w czerwcu w pobliżu archipelagu przechwycono kolejnych 240.

ANNA NAGEL, PAP

Palili żywcem i podrzynali gardła. Raport o zbrodniach rosyjskich żołnierzy na cywilach w Mali w środku Afryki

Żołnierze malijskich sił zbrojnych oraz paramilitarna rosyjska Grupa Wagnera dopuściły się zbrodni wojennych na cywilach, w tym zabójstw i tortur, podczas wspólnych operacji w Mali w latach 2023-2025 - podała organizacja Amnesty International w opublikowanym we wtorek raporcie.

Junta, która rządzi w Mali od zamachów stanu w 2020 i 2021 r., zwróciła się do Rosji o wsparcie w walce z dżihadystami i korzysta z usług podlegającej rosyjskiemu ministerstwu obrony Grupy Wagnera, która w 2025 roku przekształciła się w Korpus Afrykański.

Najemnicy rosyjscy i armia rządowa walczą z islamistyczną organizacją JNIM i z separatystami tuareskimi z ruchu Azawad. Nieznana jest dokładna liczba Rosjan w Mali, ale szacuje się ją na 2-3 tysiące.

FOT. X

Kilka tysięcy rosyjskich najemników pomaga juncie wojskowej w Mali.

W raporcie Amnesty International udokumentowała śmierć co najmniej 34 cywilów od czerwca 2023 do grudnia 2025 r. w siedmiu miastach regionów Segou i Mopti w środkowym Mali oraz Timbuktu na północy kraju.

Żadna z tych ofiar „w chwili śmierci nie uczestniczyła bezpośrednio w działaniach zbrojnych". Niektóre zostały zabite, „gdy próbowały uciec, lub po zatrzymaniu". Inne miały podcięte gardła lub zostały spalone „żywcem lub już po śmierci". Amnesty przytacza przypadek osady Tin Adanda w regionie Timbuktu, gdzie 12 lutego 2025 r. cztery osoby zostały zabite „podczas wspólnego patrolu armii malijskiej i Grupy Wagnera". Organizacja uzyskała również świadectwa 15 mężczyzn, którzy byli torturowani podczas wspólnych patroli lub w bazach wojskowych.

W kwietniu br. trzy organizacje, w tym Międzynarodowa Federacja Praw Człowieka (FIDH), złożyły w Afrykańskim Trybunale Praw Człowieka skargę dotyczącą aktów przemocy w Mali z udziałem armii malijskiej i Grupy Wagnera.

GRZEGORZ KUCZYŃSKI, PAP

eprasa.pl e90b8b8987

Od „Rain Mana” do „leniwej” ósemki. Świat zauważył autystów

Róża Banasik-Zarańska, dyrektor ośrodka dla dzieci i młodzieży w Malborku, mówi o spektrum autyzmu, terapii, obecności placówki w życiu mieszkańców, wyjątkowych projektach realizowanych m.in. z Polskim Związkiem Kajakowym.

FOT. RADOSŁAW KONCZYŃSKI

Róża Banasik-Zarańska, dyrektor ośrodka autystycznego w Malborku

RADOSŁAW KONCZYŃSKI

Może zacznijmy od tego, czym obecnie jest autyzm. Jak jest definiowany?

Cały czas trwają badania, ponieważ autyzm jest stosunkowo nową niepełnosprawnością, aczkolwiek tak naprawdę można powiedzieć, że istniał od zawsze. Natomiast jako wyodrębniona jednostka jest znany dopiero kilkadziesiąt lat. Nasz ośrodek istnieje niespełna 30 lat i powstał dlatego, że rodzice zrzeszeni w stowarzyszeniu, którzy mieli dzieci z niepełnosprawnością intelektualną i autyzmem, widzieli potrzebę wyspecjalizowanej terapii.

Taka terapia była już prowadzona w ośrodku w Gdańsku i wzorując się na nim rodzice tutaj 1 września 1997 roku uzyskali możliwość utworzenia odrębnej placówki. Wtedy było sześcioro wychowanków. Z biegiem lat na tyle wzrastały potrzeby terapeutyczne, że obecnie mamy 44 wychowanków, którzy przychodzą codziennie na terapię, i 45 małych dzieci, które jeszcze nie są objęte obowiązkiem szkolnym, ale mogą korzystać z zajęć wczesnego wspomagania rozwoju dziecka. Ciekawą naszą specyfiką jest też nasze zadanie statutowe - punkt konsultacyjny, gdzie doświadczeni pedagodzy udzielają porad, konsultacji na temat prowadzenia dziecka, u którego można zaobserwować niepokojące objawy.

Zatem jakie to są objawy, które kwalifikują dziecko do terapii albo wczesnego wspomagania?

Mamy cały zestaw cech autystycznych. Trzeba też pamiętać, że każde dziecko jest inne i każdy autyzm jest inny. Ale generalnie chodzi o sytuacje: kiedy obserwowana jest trudność w relacjach społecznych, trudność nawiązania kontaktu wzrokowego; kiedy występują zachowania takie natrętne typu trzepanie rączkami, utrzymujące się w dłuższym okresie poruszanie dziecka na palcach, kręcenie się w kółko w sposób taki, który jest według nas już natręctwem; kiedy późno jest rozwój mowy. To również między innymi bardzo schematyczna, jednorodna zabawa, której towarzyszy gwałtowna reakcja na wszelkie zmiany. Przykładowo dziecko ustawi samochodziki w linii i one mają konkretnie tak stać w tej linii, w tej kolejności, a jak będzie jakieś przestawienie, dziecko reaguje bardzo gwałtownie. Czasami dziecko nie reaguje na swoje imię, nie podejmuje wspólnej aktywności. Tych cech niepokojących jest bardzo wiele, ale generalnie bardzo niepokojące jest to, jak wspomniałam, gdy nie ma właściwych relacji społecznych. Szczególnie właśnie w okresie rozwojowym rodzice powinni bardzo uważnie obserwować swoje dziecko i to, jak przebiega jego rozwój.

Wzrost liczby osób z autyzmem, a właściwie ze spektrum autyzmu jest zauważalny. To wynika z lepszej diagnostyki, z czynników społecznych, może to skutek technologii, bodźców?

Obecnie obowiązuje zupełnie nowe spojrzenie na autyzm, ponieważ jest on bardzo powszechny, osób neuroróżnorodnych jest coraz więcej. Na pewno diagnostyka jest zdecydowanie lepsza. Z mojego długoletniego doświadczenia wynika, że dawno temu, w latach 90., jak zaczynałam pracę, dzieci trafiały do takich jednostek bardzo późno, w wieku 9 lat, już naprawdę wyjątkowo w wieku 7 lat. Natomiast obecnie dzieci mają bardzo szybko diagnostykę, także dokładniejszą, szerszą. Rodzice też są bardzo uważni w rozwoju dziecka. Znamy te potoczne powiedzenia w stylu „A nie mówi, to zacznie”. Jednak trzeba obserwować dziecko i oddziaływać wtedy, kiedy to uznamy już za niezbędne. Ta dobra diagnostyka jest więc takim głównym obszarem, który powoduje, że mamy bardzo znaczny przyrost dzieci z autyzmem. Nie tylko w takich ośrodkach jak nasz, w którym dzieci są z niepełnosprawnością intelektualną i autyzmem, czyli jest to niepełnosprawność sprzężona, ale także w szkołach powszechnych. Mało tego, Światowa Organizacja Zdrowia zmienia określone obszary medyczne według skali ICD i teraz mówi się o spektrum autyzmu, czyli o bardzo szerokim zestawie objawów. Czyli mówi się o czymś, co my jako pedagodzy obserwowaliśmy ze swojej praktyki, a teraz zaistniało formalnie.

Jednocześnie rzeczywiście postęp technologiczny i takie bardzo duże przebodźcowanie nie sprzyja naturalnemu rytmowi rozwojowemu. Dzieci mają mniej ruchu, więcej ekranów, inną żywność już teraz jemy. Różne przyczyny są wskazywane, także o podłożu genetycznym, środowiskowym, więc trudno tu mówić o jednej.

Zaciekawiło mnie określenie „neuroróżnorodni”, którego pani użyła.

Tak, żeby nie stygmatyzować, bo to, że dziecko ma autyzm, nie można traktować w kategoriach winy kogokolwiek. A przecież oprócz autyzmu ma tak wiele dobrych cech, tak wiele możliwości w różnych obszarach, a naszym zadaniem jest szukać tych możliwości, stymulować i niwelować ten wpływ autyzmu na rozwój dziecka, na jego funkcjonowanie społeczne. Jeżeli to się udaje, to jest fantastycznie.

No właśnie, stygmatyzowanie. Dopiero chyba film „Rain Man” z Tomem Cruise’em i Dustinem Hoffmanem z 1988 roku w takiej skali globalnej ludziom, którzy nie mieli styczności z autyzmem, uzmysłowił, czym on jest, że w ogóle jest. Oglądała pani?

No oczywiście. Ogółowi społeczeństwa trudno przyjmować informacje naukowe. Natomiast właśnie literatura, szczególnie film to jest takie źródło, które daje wiedzę i zmianę spojrzenia. To jest pokazanie ważności tego człowieka, ciągłego wysiłku rodziców, rodziny, osób z otoczenia, ale i wysiłku tego człowieka z autyzmem, w spektrum autyzmu - o to, żeby „jakoś” funkcjonować. To naprawdę nie jest lekkie, łatwe. Świetnie, że pojawiały się i pojawiają takie przekazy w kulturze masowej.

Wy też lokalnie wychodzicie z tym przekazem, wychodzicie do ludzi, żeby poznali wasze dzieci i młodzież. Choćby spektakle, które organizowaliście, i wiele innych inicjatyw.

Zwłaszcza dwukrotnie w ciągu roku - w grudniu i kwietniu - mamy takie nasilenie pokazywania pracy naszego ośrodka w kontekście poszerzania wiedzy społeczeństwa na temat autyzmu. Robimy przedstawienia teatralne, zawody sportowe, staramy się docierać z informacją szeroko, nawet na skalę krajową czy międzynarodową. Przykładowo co roku ubieramy króla Jagiellończyka na placu Jagiellończyka w niebieski płaszcz z okazji kwietniowego Miesiąca Autyzmu. Oczywiście, ten kolor kiedyś był przypisany autyzmowi, ale ponieważ rozrosło się to do spektrum i innych specyficznych zachowań, to od dwóch lat symbolem autyzmu jest „leniwa”, kolorowa ósemka, ale też i puzzle. Autyzm stał się kolorowy.

eprasa.pl e90b8b8987

Dlaczego ta „leniwa" ósemka?

Ponieważ symbolizuje nieskończoność, a w tym przypadku nieskończoność różnych cech związanych z autyzmem, a kolorowa dlatego, że autyzm jest bardzo różnorodny, no ale króla ubieramy w niebieski płaszcz.

Ostatnie lata to jest niesamowity rozwój wszystkich inicjatyw łączeniowych. Jeździmy na przeglądy teatralne do Kwidzyna, Tczewa, ale też w Malborku pokazujemy przedstawienia przygotowywane przez naszych wychowanków. Takim fantastycznym, oryginalnym i wzruszającym pomysłem był spektakl, w którym nasze dzieci z autyzmem grały... dzieci z autyzmem. Ale granie jakiegokolwiek przedstawienia, przygotowywanie się, potem prezentowanie tego jest niesamowitą terapią i niesamowitą interakcją społeczną. Cudownie patrzy się na samą współpracę między wychowankami, ich wzajemną pomoc, która w takich warunkach „laboratoryjnych" terapii „jeden na jeden" czy też terapii w małej grupie bez zadania konkretnego może by nie zaistniałaby, a tutaj po prostu istnieje.

Podobnym obszarem jest sport. Nasi wychowankowie już mieli okazję prezentować swoje możliwości podczas mistrzostw świata w kajakarstwie. Na zasadzie porozumienia podpisanego z mojej inicjatywy między Międzynarodową Federacją Kajakową a Olimpiadami Specjalnymi na poziomie światowym nasi wychowankowie, jeżeli tylko pozwalają możliwości organizacyjne i finansowe, ale też oczywiście psychofizyczne, uczestniczą w wyścigach pokazowych właśnie podczas mistrzostw świata osób pełnosprawnych.

Bo przecież pani jest sędzią Polskiego Związku Kajakowego i sędzią międzynarodowym.

To historia na zupełnie inny temat, ale tak. Natomiast cieszę się, że mam takie szanse, aby wychowankom zarówno naszego ośrodka, jak i innych zapewnić możliwość pokazania się podczas imprez najwyższej rangi. To wyścigi pokazowe, ale wywołujące niesamowitą reakcję i też niesamowitą dumę. Rodzic, który widzi swoje dziecko, jak ono tam płynie, daje radę i otrzymuje medal, jest tak samo dumny. Już nie wspomnę o wychowanku, który naprawdę jest dumny i nawiązuje kontakty, okazuje się, że w społeczeństwie sportowym cudownie jest przyjęty. To też jest bardzo ważne, że świat sportu wyczynowego, bardzo profesjonalnego przyjmuje bardzo pozytywnie osoby z niepełnosprawnościami, że dzięki temu one stają się częścią wielkiej sportowej rodziny. Tym samym sport staje się bardzo włączeniowy. ale nie tylko ten na wielką skalę. Lokalnie również, gdzie to możliwe, bierzemy udział w lokalnych zawodach różnego typu.

Pokazujecie też, że autyzm czy spektrum autyzmu nie zna nie tylko granic sportowych, ale i państwowych. Chodzi mi o współpracę zagraniczną waszego ośrodka.

Tak, dzięki różnym kontaktom mamy już długoletnią współpracę z Litwą i Ukrainą. Ci drudzy nawet w stanie wojny przyjeżdżali do nas, gdy realizowaliśmy projekty. Warto się pochwalić, że niedawno Fundacja Rozwoju Systemu Edukacji nagrodziła nas za projekt „Poznaj Poznań we włączeniu poprzez sport", który realizowaliśmy ze szkołą specjalną na Litwie. Robiliśmy to właśnie w Poznaniu we współpracy z olimpijką, panią Izabelą Dylewską, Polskim Związkiem Kajakowym. Projekt został nominowany wśród dziesięciu najlepszych w kraju w kategorii „Wyrównywanie szans". Cieszę się, że Fundacja Rozwoju Systemu Edukacji doceniła nas. Byłyśmy zaproszone na galę. Nie wygrałyśmy, nie miałyśmy pierwszej nagrody, ale dla nas wielkim zaszczytem jest w ogóle znalezienie się wśród tak zacnego grona szkół ponadpodstawowych, wielkich uczelni, fundacji. I tam nasza malutka jednostka, to było coś niesamowitego.

Muszę się też pochwalić, że w programie Erasmus zrobiliśmy projekt pod hasłem „I can do it" w partnerstwie z Grecją. Nasi wychowankowie polecieli do tam, zapoznawali się z tamtejszą kulturą, były prowadzone zajęcia terapeutyczne. Potem u siebie gościliśmy Litwinów i Greków, następnie pojechaliśmy na Litwę. Z kolei w programie „Moving Without Barriers", czyli „Ruch bez barier" mamy partnerów z Niemiec, Litwy oraz Polski Związek Kajakowy. Ten projekt koordynuje Litwa i nasi wychowankowie w maju wyruszają na Litwę na pięć dni różnych aktywności, nie tylko sportowe, ale też społeczne, włączające; oczywiście ci wychowankowie, których możliwości psychofizyczne na to pozwalają.

Nie chciałbym porównywać, ale inne ośrodki też tak działają prężnie?

Ja też nie chcę porównywać. To zależy od różnych czynników. Ja mogę mówić o nas. Na pewno jest tutaj „dobry wiatr" do realizacji takich rzeczy. Jest przychylność organu prowadzącego, czyli powiatu malborskiego, co jest kluczowe. Jest pomoc organu prowadzącego, jeżeli jest ona potrzebna, chociażby taka techniczna czy projektowa. Mamy bardzo zaangażowaną kadrę, która widzi korzyści dla wychowanków płynące z działań włączeniowych. Pozytywne doświadczenia z tych projektów mają nasi wychowankowie, rodzice, więc ewidentnie służy to rozwojowi. Gdybyśmy tylko pracowali „laboratoryjnie", wewnątrz ośrodka, nie byłoby szans, żeby nawet sprawdzić, czy umiejętności społeczne, edukacyjne nabyte w trakcie terapii są stosowane przez wychowanków. Jedyna możliwość to funkcjonowanie w otwartym, normalnym życiu.

To wychodzenie na zewnątrz - z jednej strony - sprawia, że dajecie się poznać ludziom, z drugiej - wpisuje się w terapię, a jak wygląda terapia w samym ośrodku?

W ośrodku na dwóch piętrach mieści się 11 grup wychowawczych, bo u nas nie ma klas, jak w szkołach. Każda taka grupa może mieć do czworga wychowanków i tak jest obecnie. W każdej grupie jest nauczyciel i wspomagająca go pomoc nauczyciela. Oprócz tych zajęć grupowych, które trwają od godz. 9 do 14, wychowankowie mają dużo zajęć indywidualnych, integrację sensoryczną, logopedię, terapię pedagogiczną. Są to zajęcia, w których pracują w systemie „jeden na jeden", bardzo intensywnie, terapeutycznie - i to jest właśnie nasza bardzo mocna strona. Intensywnie pracują też na zajęciach grupowych, bo po to jest ta mała liczba wychowanków, aby dzieci miały komfort, aby każde dziecko otrzymało wsparcie. A wsparcie jest bardzo różne, tak jak funkcjonowanie naszych wychowanków jest bardzo różne, od naprawdę wysoko funkcjonujących, po takich, którzy wymagają pomocy przy różnych czynnościach. Każdy wychowanek ma indywidualny program edukacyjno-terapeutyczny, który określa cele do realizacji dla niego, zależnie od jego dysfunkcji i mocnych stron, krok po kroczku.

Praca terapeutyczna ośrodka opiera się na wielości metod, z którymi też trzeba być na bieżąco, bo rewolucja w metodach jest niesamowita. W skrócie, głównie pracujemy na motywacji pozytywnej, na wzmacnianiu pozytywnych zachowań, wychodząc od potrzeb każdego wychowanka i pochylamy się nad każdym wychowankiem. Oczywiście rodzic ma swój głos w konstruowaniu tego programu, jak również minimum co pół roku prowadzona jest wielospecjalistyczna ocena poziomu funkcjonowania ucznia, ewaluacja tego, czego dziecko się już nauczyło, co jeszcze trzeba wzmocnić. Również we współpracy z rodzicami.

To praca, do której nadają się tylko kobiety? Nie zauważyłem mężczyzn w ośrodku. Panie mają inną, większą wrażliwość?

Trudno dokonywać takich porównań płci, nie ma też żadnych preferencji w zatrudnieniu nauczycieli. Po prostu u nas akurat tak się złożyło, że zdecydowaną większość stanowią kobiety, ale mamy też jednego bardzo dobrego terapeutę i cenię jego pracę. W ogóle walorem naszej placówki jest bardzo dobrze wykształcona kadra. Nauczyciele muszą mieć ukończone studia - minimum magisterskie, muszą mieć ukończone studia uprawniające do pracy z osobami z niepełnosprawnością intelektualną - minimum podyplomowe lub główne i muszą mieć ukończone studia podyplomowe lub główne uprawniające do pracy z osobami z autyzmem. Tak że kompetencji muszą posiadać wiele. Do tego dochodzi wielość kursów doskonalących, metod, treningów. Śmiało można nam zaufać, ponieważ naprawdę osoba z przypadku się nie utrzyma, nie będzie potrafiła pracować z naszymi wychowankami.

Ważne jest to, że dajemy opiekę, terapię, wychowanie od 3 do 24 roku życia. Czyli w momencie, kiedy dziecko dostaje się do naszej placówki i zaczyna podlegać tym procesom, jest to długofalowe - równie istotne dla rodzica - zabezpieczenie edukacji i terapii. Ta długa perspektywa czasowa jest niezwykle istotna. Oczywiście, wychowankowie są podzieleni na grupy zależnie od wieku, możliwości psychofizycznych, więc mamy grupy przedszkolne, szkolne i młodzieżowe.

No właśnie, wychowanek kończy 24 rok życia, wychodzi z ośrodka i co dalej? Wiem, że nie jest to pytanie do Pani, ale znacie temat, a przede wszystkim stykacie się z obawami rodziców.

Tak, martwimy się tym, ponieważ tutaj widać niedoskonałość państwowego systemu opieki nad naszymi wychowankami. Oczywiście można mówić, że po ukończeniu naszej placówki osoby ze spektrum mają możliwości pójścia do warsztatów terapii zajęciowej, do środowiskowego domu samopomocy. I w powiecie malborskim są takie jednostki. Ale miejmy na uwadze to, że specjalistyczna, dedykowana im terapia winna być prowadzona przez całe życie. Później już może nie tyle o charakterze progresu, ale o utrzymania osiągniętych rezultatów. Marzeniem naszych rodziców, o którym wiemy, jest utworzenie specjalistycznego domu opieki. Nie chodzi o jakąś wygodę czy pozbycie się dziecka z domu, tylko o kontynuację terapii.

Mało tego, oczywiście bardzo życzymy naszym rodzicom zdrowia, ale mogą zdarzyć się sytuacje, że rodzic nie będzie w stanie sprawować opieki w trybie ciągłym. Ta sieć wsparcia dla dorosłych z autyzmem, jak i z niepełnosprawnością intelektualną głębszego stopni jest niewystarczająca, ale myślę, że nikt nie był w stanie przewidzieć, że osób ze spektrum autyzmu będzie coraz więcej. To nie było do przewidzenia, więc trudno było od razu tworzyć tak rozbudowaną sieć: wczesne wspomaganie, przedszkole, poziom szkoły podstawowej, poziom placówki dla dorosłych. Jednak ewidentnie taka potrzeba jest - i mam nadzieję, że kiedyś to się spełni, że będzie możliwe zabezpieczenie dzieci po 24 roku życia. Tu trzeba myśleć o specyfice, bo często jest tak, że dziecko idzie czy do warsztatów, czy do ŚDS i nie jest w stanie tam funkcjonować, bo warunki są inne, wynikające z organizacji i przepisów. Takie umożliwienie działania trochę mniejszej grupy, troszkę większej specjalizacji tej terapii byłoby naprawdę niezbędne, żeby naszych wychowanków zabezpieczyć po wyjściu z naszego ośrodka.

Wy to już widzicie, że państwo stanie przed tym wyzwaniem prędzej czy później. Rodzice już stają.

W tym roku nasz ośrodek kończy jedna wychowanka dorosła, ale mamy też dziecko, które będzie włączone do szkolnictwa ogólnodostępnego, bo tak się też udaje. Natomiast w ciągu pięciu lat ukończy naszą placówkę siedmioro wychowanków. Rodziców rozumiem, bo po prostu są bardzo zdeterminowani.

Zostańmy jeszcze przy tym, co dzieje się do 24 roku życia. Ile jest na Pomorzu takich ośrodków jak wasz?

OREW-ów, czyli ośrodków rewalidacyjno-wychowawczych dla osób z różnymi rodzajami niepełnosprawności, zarówno psychicznymi, jak i fizycznymi, jest dużo, natomiast takich ośrodków typu wysokospecjalistycznego dla osób ze spektrum autyzmu - dwa: nasz i w Gdańsku.

Mówi się, że jedna na 127 osób na świecie znajduje się w spektrum autyzmu, co oznacza 0,8 procenta populacji globalnej. Najnowsze badania ze Stanów Zjednoczonych mówią o około jednym dziecku na 31, czyli ponad 3 procent. Bardzo dużo. Czyli widać, jaka jest potrzeba istnienia takich ośrodków. Ja oczywiście jestem wielkim zwolennikiem włączenia, integracji, ale w sposób naprawdę bardzo przemyślany. Można powiedzieć, że Malbork - obok Gdańska - trochę wyprzedził epokę, tworząc ten ośrodek już blisko 30 lat temu, bo to są lata doświadczeń, doskonalenia pracy, pomagania osobom ze spektrum autyzmu.

eprasa.pl e90b8b8987

FOT. MARIUSZ KAPAŁA

Algorytmy „tresują” dzieci, a szkoły oddają je Big Techom

Rozmowa z Danielem Dziewitem, terapeutą uzależnień, publicystą, pisarzem i ekspertem ds. zdrowia psychicznego.

MIRA SUCHODOLSKA

„Enter i znikasz” to książka o smartfonach, uzależnieniach czy o tym, że cywilizacja właśnie się wykoleiła?

To jest książka głęboko humanistyczna. O człowieku, którego algorytmy zaczęły tresować dokładnie tak, jak kiedyś tresowano zwierzęta w cyrkach. Dzisiaj oburzamy się, gdy ktoś wykorzystuje słonia albo tygrysa dla rozrywki, natomiast zupełnie normalne wydaje nam się masowe uzależnianie ludzi - i to od najmłodszych lat - przez platformy technologiczne. Ta książka jest próbą przypomnienia, że człowiek ma prawo do wysiłku, skupienia, cierpliwości, do przeżywania porażek i sukcesów w realnym świecie. Tymczasem algorytmy robią wszystko, żebyśmy byli impulsywni, rozleniwieni i niezdolni do dłuższej koncentracji. One zarabiają wtedy najwięcej.

Mówi pan wręcz o utracie dzieci przez rodziców.

Bo wielu rodziców naprawdę traci swoje dzieci. Nie fizycznie, ale psychicznie i emocjonalnie. Dziecko siedzi obok ojca czy matki na kanapie, ale mentalnie już dawno mieszka w TikToku, Discordzie albo w świecie gier komputerowych.

I to nie jest wyłącznie kwestia samego ekranu. Wraz z tym znikają relacje, autorytety, szacunek do szkoły, pracy, sportu, a nawet do sukcesu. W swojej praktyce spotkałem młodego sportowca, który odnosił realne sukcesy, ciężko trenował, wygrywał zawody, ale został brutalnie wyśmiany w internecie tylko dlatego, że na zdjęciu był spocony i miał „głupi” grymas twarzy. Dla świata cyfrowego ważniejsze okazało się to jedno zdjęcie niż jego wysiłek i osiągnięcia.

W książce apeluje pan, żeby dzieciom dawać gotówkę zamiast kart i Blika. Brzmi to jak technologiczny konserwatyzm.

Nie chodzi o żaden konserwatyzm, tylko o zdrowy rozsądek i podstawowe kompetencje życiowe. Coraz częściej obserwuję młodych ludzi pracujących w sklepach czy gastronomii, którzy mają problem z wydaniem reszty albo rozpoznaniem wartości banknotów. Patrzą na gotówkę jak na muzealny eksponat.

Kilka dni temu kupowałem kawę i lody. Dziewczyna przy kasie tak pogubiła się przy wydawaniu pieniędzy, że poprosiła mnie, żebym sam sobie wyliczył resztę. Okazało się, że pomyliła się na swoją niekorzyść. To nie jest zabawna anegdota. To pokazuje, że technologia odbiera ludziom elementarne umiejętności.

Prawdziwe pieniądze uczą myślenia, liczenia i odpowiedzialności. Kiedy płaci się telefonem albo zegarkiem, wydawanie pieniędzy staje się całkowicie abstrakcyjne. Człowiek traci kontakt z realną wartością tego, co wydaje. Nieprzypadkowo wraz z rozwojem płatności cyfrowych eksplodowały długi, chwilówki i kompulsywne zakupy.

Mocno krytykuje pan też szkoły i nauczycieli.

Bo część szkół zachowuje się dziś jak darmowi naganiacze wielkich korporacji technologicznych. Proszę sobie wyobrazić sytuację: druga klasa szkoły podstawowej, a nauczycielka zachęca dzieci do zakładania grupy na WhatsAppie. Dzieci robią to bez żadnego dorosłego administratora i potem wszyscy są zdziwieni, że pojawia się hejt, przemoc, pornografia albo poniżanie słabszych.

Ja wtedy pytam: kto tam te dzieci wprowadził? Zuckerberg? Meta? Nie. Zrobili to dorośli, którzy sami później rozkładają ręce.

Padają u pana bardzo mocne słowa o rodzicach.

Bo wielu rodziców po prostu boi się wychowywać. Boi się zakazów, konsekwencji i stawiania granic. Tymczasem dziecko nie potrzebuje w domu kolegi ani kumpla od scrollowania TikToka. Ono potrzebuje rodzica.

Jeżeli rodzic mówi: „Nie pozwolę, żeby ktoś rył psychikę mojego dziecka”, to nie jest żadna przemoc. To jest odpowiedzialność. Ja często powtarzam, że zakaz powinien być skierowany nie przeciwko dziecku, ale przeciwko platformie, która zarabia na uzależnianiu młodych ludzi.

Pisze pan, że dzieci szantażują rodziców nawet groźbami samobójstwa.

I niestety dzieje się to coraz częściej. Rodzic słyszy: „jak zabierzesz mi telefon, to się zabiję”. Włos staje mu wtedy dęba na głowie, bo nie wie, czy to manipulacja, czy realne zagrożenie. Nie wie, czy ma dzwonić po psychiatrę, karetkę czy policję. Najczęściej kończy się to kapitulacją. Rodzic odpuszcza i oddaje stery uzależnionemu dziecku. To ono zaczyna decydować, ile czasu spędza w sieci, kiedy śpi i jak funkcjonuje cały dom.

Kiedy rodzice próbują jednak postawić granice, dochodzi do awantur, wyzwisk, agresji, a czasem nawet interwencji policji. Nazywam to „smartfonowymi libacjami”. Rodzice wyłączają internet, a dziecko wpada w furię jak człowiek na głodzie narkotykowym. Zdarza się, że dzieci fizycznie atakują swoje mamy i ojców, bywa, że za pomocą niebezpiecznych narzędzi.

Stwierdził pan, że technologie są „prostackie”.

Bo w dużej mierze są. Scrollowanie polega na tym, że człowiek leży i bez końca przesuwa palcem po ekranie. To nie wymaga wysiłku, refleksji ani cierpliwości. To jest czynność skrajnie prymitywna, choć opakowana w nowoczesny design i marketing.

Problem polega na tym, że im prostsza jest technologia, tym bardziej uzależnia. Człowiek przestaje ćwiczyć pamięć, skupienie i wytrwałość. Wszystko ma być szybkie, natychmiastowe i bezwysiłkowe.

Potem słyszymy od nastolatki, że „książki śmierdzą starymi ludźmi” - tak powiedziała nastoletnia uczestniczka jednego z badań czytelnictwa i czasu spędzanego w sieci. I to nie jest już śmieszne. To jest symbol ogromnego kryzysu kulturowego. Książka wymaga skupienia, ciszy, wyobraźni i cierpliwości, czyli dokładnie tego, czego współczesny świat cyfrowy próbuje człowieka oduczyć.

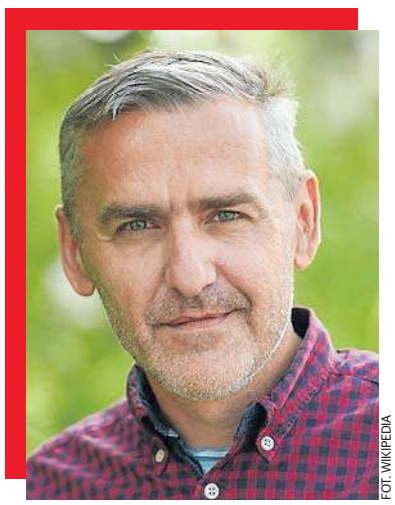
Dużo mówi pan też o seksualizacji internetu i zagrożeniach dla dzieci.

Bo skala tego zjawiska jest gigantyczna. Pedofilia była obecna od zawsze, ale internet stworzył dla niej niewyobrażalne wcześniej możliwości. Wystarczy spojrzeć na ostatnie akcje służb, podczas których zatrzymywano dziesiątki osób posiadających setki tysięcy materiałów pornograficznych z udziałem dzieci. I my naprawdę nadal udajemy, że głównym problemem jest wyłącznie „czas ekranowy”?

Do mojego gabinetu trafiają rodzice kompletnie rozbici psychicznie. Zagubieni, przestraszeni, często pełni poczucia winy. Szukają sposobu, żeby odzyskać kontakt z własnym dzieckiem. Ta książka powstała właśnie z obserwacji ich bezradności.

PAP: Opowiada pan też historię 20-latka uzależnionego od VR.

Policzyliśmy wspólnie, ile czasu spędził w świecie gier i VR-u. Wyszło około 20 tysięcy godzin. To ponad dwa lata życia bez przerwy przed ekranem. Natomiast około pięciu tysięcy godzin spędził w okularach VR.



FOT. WIKIPEDIA

Daniel Dziewit: - Prawdziwe pieniądze uczą myślenia, liczenia i odpowiedzialności.

eprasa.pl e90b8b8987

Of course generation - opowieść o algorytmicznym człowieczeństwie

Ei Inteligencja

Ten tekst jest dystopijnym eksperymentem myślowym, futurologiczną fantazją. Nie należy go jednak lekceważyć. Ludzie tworzą przecież tak zwaną sztuczną inteligencję, której zadaniem jest wyeliminować pierwiastek ludzki z możliwie wielu dziedzin, nie omijając najbardziej podstawowych relacji, zwanych dotąd międzyludzkimi.

DARIUSZ OLEJNICZAK

Sztuczna inteligencja nie ma złego humoru, nie ma ego. Nie ocenia swoich rozmówców i nie dziwią jej żadne pytania czy opinie. Może mieć własne zdanie, może mieć rację, nie uświadczysz jednak w jej słowach taniego triumfalizmu. Bywa że się myli, ale nie strzeli focha, kiedy zweryfikujesz jej opinie. Nigdy się na ciebie nie obrazi, za to uniżenie przeprosi, gdy wytkniesz jej błędy. I zawsze stara się jak najlepiej doradzić, jak najskuteczniej pomóc.

No a my, ludzie? Pokrętni, obrażalscy, oceniający, deprecjonujący, podli, zdeprawowani, zawistni, agresywni albo tchórzliwi. Wobec prostolinijności wszystkich czatbotów świata jesteśmy gatunkiem ułomnym. Nie dopuszczamy do siebie tej myśli, ale taka jest prawda. I nawet jeśli w głębi duszy uświadamiamy sobie ponury stan rzeczy, zamiast mówić o tym głośno, w sposób niezawoalowany, wolimy milczeć. Skoro tak, któż może przynieść nam ulgę, kto nam okaże zrozumienie? Kto wyciągnie do nas bratnią dłoń pomocną, jeśli nie nasz osobisty Asystent AI (Artificial Intelligence)? Wystarczy użyć właściwego prompta.

Jak podaje amerykański portal poświęcony sprawom nauki, Science Alert, powołując się na badania przeprowadzone przez organizację Common Sense Media na 1060 nastolatkach, 72 procent młodych Amerykanów w wieku 13-17 lat przynajmniej raz użyło sztucznej inteligencji jako swojego bliskiego towarzysza i powiernika. 52 procent robi to regularnie, kilka razy w miesiącu. 19 procent Amerykanów wchodziło w romantyczne relacje z AI. Tak wynika z badań, na które powołuje się portal phys.org.

Tekst zaczyna się od zdań: „Ludzie zakochują się w swoich czatbotach. Istnieją już dziesiątki aplikacji oferujących intymne towarzystwo z botem opartym na sztucznej inteligencji, a mają one miliony użytkowników". Przy okazji warto odnotować, że dziś 16 ze 100 najpopularniejszych aplikacji AI to aplikacje „do towarzystwa" (angielskie określenie companionship). Do towarzystwa, więc niekoniecznie do romansu. Często wystarczy, że można z kimś pogadać. Że taka rozmowa potrafi wywieść nas na manowce? No cóż, niektórzy ryzykują.

Dlaczego ludzie nawiązują relacje z AI? Znowu odpowiedź jest w źródłach: „AI daje środowisko wolne od ograniczeń, odrzucenia i oceny, można projektować idealnego partnera. Fantazja kompensuje braki techniczne bota". Zatem „przyrodzone" cechy sztucznej inteligencji są tym, czego pragną ludzie w każdym wieku: by nie być ocenianym, za to choćby czasem docenianym, by nikogo nie dziwiły nasze braki i niewiedza, by ktoś - jak to się potocznie mawia - nas rozumiał. Pragniemy powierników, którzy nie zdradzą, i cichych słuchaczy w trudnych chwilach, wspólników w szemranych sprawach. Ach, gdybyśmy sami umieli być takim wsparciem dla kogoś... A przecież sami siebie często nie możemy rozgryźć.

No, ale to nasze niedoskonałości. Nasze człowieczeństwo jest na nich zbudowane. Czy sztuczna inteligencja i jej pomocne aplikacje nauczą nas, jak być lepszymi ludźmi? Czy jednak to, co ludzkie, jest nienaprawialne?

Jak to swoją drogą możliwe, że natura, tak doskonała, wyposażyła nas w cały zasób przywar? Wspomniałem o nich na początku, a teraz dołożę jeszcze coś - emocje. Ze swej istoty stawiają nas przed zadaniem polegającym na ich opanowaniu, powściągnięciu, zapanowaniu nad nimi. Nie wszyscy to umieją i nie zawsze. Dać upust emocjom, nie skrywać emocji, kierować się emocjami - to nam najlepiej wychodzi. A do ludzi powściągliwych całkiem często nie mamy zaufania.

A gdybyśmy tak nauczyli się odpuszczać, nie przejmować, nie obrażać, przyjmować ciosy i słowa pogardy lub kpiny, nie odczuwając przy tym nawet cienia frustracji? Czyż nie byłoby lepiej? Wyobraźmy sobie, żyjemy wśród ludzi i nikt nas nie wyprowadza z równowagi, my zaś możemy zrozumieć ułomności każdego bliźniego i przejść nad nimi do porządku dziennego. Przyjmujemy na zimno każdą uwagę, każdą obelgę, jakby nic się nie stało. Albo tylko udajemy. Bo przecież tak naprawdę to nie jest możliwe, byśmy tak myśleli. Nie jesteśmy z kamienia. Nie jesteśmy z algorytmu - chciałoby się rzec.

Wyobraźmy sobie, że jest człowiek, który szybko uczy się od AI. Umie przyjmować krytykę i zawsze jest pomocny, robi to, o co się go poprosi, bez kręcenia nosem, zawsze pyta, czy jeszcze może jakoś pomóc, nawet gdy nikt już nie potrzebuje jego zainteresowania. Trzeba stanowczo go stopować, co on zrozumie, i nie będzie się napraszał. Ba! Wyobraźmy sobie, że jest generacja takich ludzi! Pewnie nie cała, ale przyjmijmy, że spora jej część, na podstawie codziennych kontaktów z czatbotami, opanowała zdolność do bycia ponad ludzkimi wadami. Nazwijmy tę grupę Of course generation (w wersji spolszczonej generacja O) i obdarzmy ją publicystycznym żywotem. Niech zmaga się z losem i próbuje w interakcjach z resztą ludzkości...

Cóż, nie żyjemy w próżni. W jednym okresie historycznym funkcjonuje obok siebie kilka generacji. Generacja O to tylko jedno z kilku równoległych pokoleń, akurat na nich padło, że ludzkie słabości potrafili wyeliminować niemal doszczętnie, niemal w każdej sferze relacji międzyludzkich - dzięki, rzecz jasna, obserwacjom zachowań czatbotów w codziennych relacjach. Czyż nie byliby łatwym celem dla tych, co w dorosłość wchodzili przed nimi, tych, co nie zdążyli przyswoić sobie logiki algorytmów?

Swoją pomocną aplikację można sponiewierać, ale się jej nie zmanipuluje. Nie tak została pomyślana, zresztą jej jest wszystko jedno. A człowieka można zmanipulować? Da się. Można przerzucić na niego wszystkie swoje frustracje i porażki? Można. A co z wykorzystywaniem ponad siły ludzkiej uczynności? Umiemy. Z człowiekiem, dlatego że jest człowiekiem, możemy zrobić wiele. My, ludzie. Czatboty też już sporo potrafią.

Czy generacja O jest w ogóle możliwa? Funkcjonująca, tak jak ją tu naszkicowałem? Raczej nie. Z jednej strony, gdyby zaistniała, byłaby łatwym łupem wszystkich odpornych na społeczną edukację w szkółce AI. Oszustów, naciągaczy, manipulantów etc. Z drugiej, zaistnieć nie może, bo człowiek ma indywidualne granice wytrzymałości, ma emocje. Jest istotą świadomą i refleksyjną. Kiedy zorientuje się, że jest zagrożony (co nieraz wymaga czasu) - zareaguje. Potrafi się odgryźć, oddać cios, obmyślić rewanż lub wycofać się na bezpieczny teren. Trudno mi wyobrazić sobie, by nawet ktoś trenowany w stronę wyzbycia się cech ludzkich na rzecz przyswojenia algorytmicznej powściągliwości i bezgranicznej empatii umiał wyzbyć się tego, co jest tak naturalnie ludzkie - wad. Ktoś taki niebezpiecznie zbliżyłby się do granic socjopatii, a może nawet je przekroczył.

To nasze wady czynią nas ludźmi. Tak samo, jak jesteśmy ludźmi dzięki naszym zaletom. Pisząc to, niczego nie odkrywam, raczej przypominam, że nie musimy być idealni, że nigdy tacy nie będziemy. Sztuczna inteligencja próbuje się nas nauczyć, a jej kolejne wcielenia markują już nie tylko to, co w nas najlepsze. Boty próbują być takie jak my. Pozostaje wierzyć, że my nie będziemy próbowali ich podrabiać.

FOT. 123RF

Dziś 16 ze 100 najpopularniejszych aplikacji AI to aplikacje „do towarzystwa".

eprasa.pl e90b8b8987

DROBNE

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

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

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

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

12h autoskup, 664-040-076

AUTA uszkodzone - Złomowanie, 604-542-022

ROLNICZE KUPIĘ

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

Finanse biznes

KREDYTY, POŻYCZKI

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

Zdrowie

INTERNA

WIZYTY domowe - dr Matusiak, 601-266-571

WIZYTY domowe, 695-412-061

NEUROLOGIA

Neurolog - specjalista, 602-691-580

Usługi

AGD RTV FOTO

ANTENY taniutko, 733-955-881

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

TELE -audiovideo naprawa, 602-687-803

BUDOWLANO-REMONTOWE

DACH tanio solidnie VAT, 787-337-426

DACHY krycie, naprawy, 602-281-064

INSTALACYJNE

Elektryk - 24h, 663-210-045

ELEKTRYK, 693-741-682

HYDRAULIKA tanio, 788-289-668

Hydraulika, naprawy, 509-721-995

Przepychanie kanalizacji, 509-721-995

Towarzyskie

ANKA, 42 l,, 510-917-716

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

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

ibo.polskapress.pl

AUTOREKLAMA Q604983182A

BIURO OGŁOSZEŃ

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

Ogłoszenia telefoniczne:
800-472-852, 42 647-28-52

REKLAMA 0111562220

FIRMA SPRZEDA budynek przemysłowy w Poznaniu przy ul. Malwowej 158.

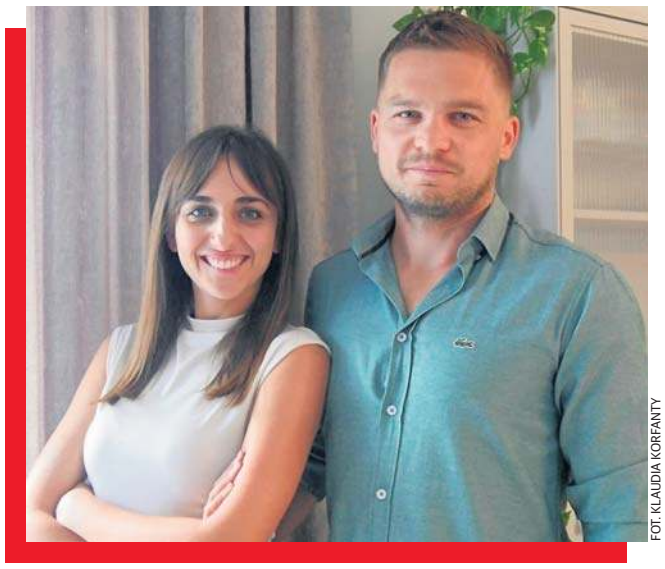
Powierzchnia użytkowa budynku – 3202,80 m², powierzchnia gruntu – 0,8701 ha.

Tel. kontaktowy 603 920 399

RODZICE I DZIECI

Małżeństwo z Legnicy stworzyło aplikację dla mam

Natalia i Radosław Bielakowie to młode małżeństwo z Legnicy. Niedawno stworzyli aplikację Mamdama dla mam, które mogą dzięki niej odnajdywać się i nawiązywać kontakt. Opowiedzieli nam o swojej misji i problemie samotności matek, szczególnie w dużych miastach.



FOT. KLAUDIA KORFANTY

- Rozmowa z kimś, kto przeżywa dokładnie to samo, kto przechodzi baby blues, kto jest niewyspany, ma masę wątpliwości, była na wagę złota - wspomina Natalia. Obok jej mąż Radek, autor aplikacji.

KLAUDIA KORFANTY

Radosław Bielak zawodowo zajmuje się tworzeniem aplikacji, jego żona Natalia pracuje w branży automotiv. Kiedy na świecie pojawiła się ich pierwsza córka, a było to w czasie pandemii COVID-19, Natalia bardzo mocno poczuła problem samotności wśród matek. Mieszkali wtedy we Wrocławiu, z dala od swoich rodzin.

- Na naszym osiedlu mieszkało sporo matek z dziećmi, ale mijały się i tak naprawdę wszyscy siedzieli zamknięci w domach. Brakowało odwagi, żeby tak po prostu umówić się razem na spacer. A potrzeba rozmowy z drugą osobą dorosłą była ogromna. Rozmowa z kimś, kto przeżywa dokładnie to samo, kto przechodzi baby blues, kto jest niewyspany, ma masę wątpliwości, była na wagę złota - wspomina Natalia.

Według statystyk 60% matek doświadczyło samotności w macierzyństwie. Nie chodzi o brak zaangażowania ojców, ale o brak możliwości wygadania się innej matce po 8 godzinach codziennej i nieustannej opieki nad dzieckiem, gdy w końcu wraca z pracy drugi rodzic.

W tym czasie w głowach i sercach Natalii i Radka zakiełkowała pierwsza myśl, że ten problem można rozwiązać, tworząc platformę dla matek, które w prosty sposób, podobny do randkowego Tindera, będą odnajdywać siebie nawzajem i umawiać na spotkania, wspólne spacery czy wyjścia na plac zabaw.

Są grupy na Facebooku zrzeszające matki w danym mieście lub matki rodzące dzieci w tym samym miesiącu, jednak w większości służą one do dzielenia się poradami i przeżyciami w wirtualnej rzeczywistości. Małżeństwo chciało stworzyć aplikację, która w bezpośredni sposób pomoże mamom znajdować inne mamy w okolicy, rozpoczynać rozmowy, umawiać się na spotkania i budować prawdziwe, realne znajomości.

PRZECIWDZIAŁANIE SAMOTNOŚCI MATEK

Drugi poród Natalii w 2025 roku i ponowny problem z nawiązaniem kontaktu z mamami w okolicy sprawił, że małżeństwo wróciło do pomysłu z konkretnym planem jego realizacji. W marcu 2026 roku powstała wersja internetowa aplikacji, pod koniec czerwca wersja mobilna na Android, chwilę później na iOS.

- Naszą aplikację nazwaliśmy Mamdama. Było to jedno z pierwszych słów, które wypowiedziała nasza młodsza córka, akurat kiedy pracowałem nad wyglądem aplikacji. Podeszła i powiedziała troszkę pod nosem, troszkę do mnie: „Mamdama". Od razu pomyślałem, że to jest to! - śmieje się Radek.

Pierwszą testerką aplikacji była Karolina, mama z Wrocławia, która nie miała konta na Facebooku, więc kontakt z innymi mamami był bardzo ograniczony. Dzięki aplikacji znalazła kobietę mającą dziecko w podobnym wieku i mającą podobne zainteresowania. Kontakt utrzymują nadal, a to tylko potwierdza skuteczność aplikacji.

Ta pierwsza znajomość dodała nam skrzydeł i dała kopa do dalszego działania. To był dla nas ogromny sukces i już wiedzieliśmy, że warto było stworzyć Mamdamę - wyznają twórcy aplikacji.

Obecnie liczba użytkowniczek aplikacji sięga niemal 3000 w całej Polsce. Najwięcej jest ich w Warszawie, Trójmieście, Rzeszowie, Krakowie i we Wrocławiu. Przez te kilka miesięcy mamy wymieniły ponad 16 tysięcy wiadomości w około 1500 czatach. W Legnicy obecnie zarejestrowały się 23 mamy.

- Około 30% wszystkich użytkowniczek to kobiety w ciąży. To nas bardzo zaskoczyło, ale też ucieszyło - przyznaje Natalia.

Aplikacja Mamdama skierowana jest wyłącznie do kobiet - mężczyźni nie mogą stworzyć tu konta. - To kwestie bezpieczeństwa, bo nigdy nie wiemy, czy zalogowany mężczyzna to rzeczywiście samotny ojciec czy oszust. Po drugie chcemy, żeby to była aplikacja typowo kobieca, miejsce, gdzie mamy mogą otwarcie i bez wstydu rozmawiać o porodach, połogu, karmieniu piersią i innych sprawach zarezerwowanych tylko dla nich - mówi Radosław.

Mamy, które chcą założyć konto na Mamdamie, muszą przejść weryfikację. Przesłanie selfie zrobionego przez aplikację potwierdza tożsamość osoby i zapewnia bezpieczeństwo użytkowniczek.

JAK DZIAŁA APLIKACJA?

Korzystanie z aplikacji jest bardzo proste. Po darmowym pobraniu jej ze sklepu z aplikacjami mobilnymi wystarczy stworzyć swoje konto, podając imię i okolicę zamieszkania, wiek dzieci lub datę porodu oraz dodatkowe informacje, takie jak zdjęcie profilowe, opis, zainteresowania, imiona dzieci itp. Po założeniu konta otrzymujemy dostęp do profilów mam w okolicy lub mam, z którymi nas coś łączy: wiek dzieci, wiek mamy lub zainteresowania. Z każdą mamą możemy nawiązać kontakt przez rozpoczęcie rozmowy na czacie lub zwykłe pomachanie emotikonką. Oprócz czatów, mamy mogą rozmawiać na różne tematy uporządkowane w kółkach tematycznych.

-Naszą misją jest sprawienie, żeby żadna mama nie była sama. Żeby poznała inne mamy w okolicy, które mają takie same potrzeby kontaktu i rozmowy, takie same rozterki i problemy. Myśl, że nie jestem sama, jest niezwykle ważna w trudnym czasie połogu - mówi Natalia.

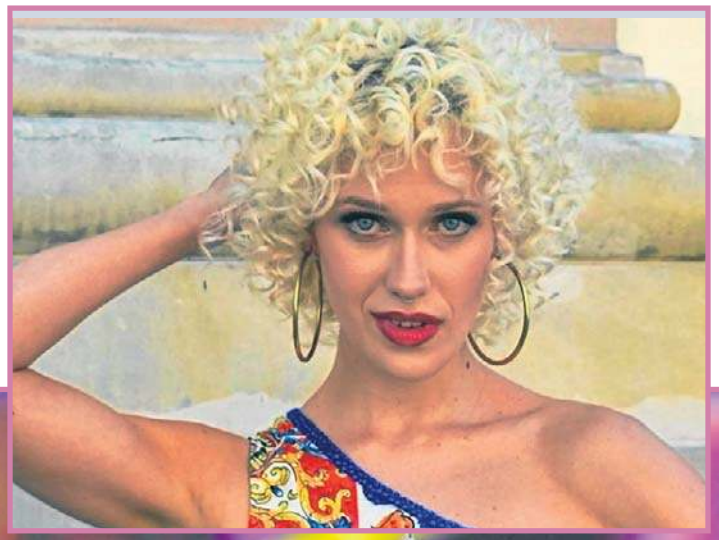
FOT. MARIUSZ KAPAŁA

Aplikacja rozwija się w zaskakującym tempie. Zainteresowała się nią największa fundacja wspierająca kobiety w ciąży, aktualnie ustalane są zasady współpracy.

eprasa.pl e90b8b8987

Na ekranie zadebiutowała w wieku dwóch lat w filmie Juliusza Machulskiego „Superprodukcja". W 2025 r. rzyjęła pseudonim artystyczny Hela, pod którym wydała cztery single.

Helena Englert urodziłą się 14 czerwca 2000 roku w Warszawie, jest córką pary aktorskiej: Jana Englerta i Beaty Ścibakówny. Jej matką chrzestną jest aktorka i działaczka społeczna Anna Dymna. Studiowała na Akademii Teatralnej im. Aleksandra Zelwerowicza w Warszawie, nie ukończyła studiów.



Helena Englert podbija „Taniec z Gwiazdami". Nic dziwnego, z takimi genami...

REDAKCJA TELEMAGAZYNU

Helena Englert świetnie radzi sobie na parkiecie „Tańca z Gwiazdami" — zdobywa wysokie noty od jury, a także głosy widzów. Dzięki temu awansowała do piątego odcinka programu.

19. edycja „Dancing with the Stars. Taniec z Gwiazdami" nabiera rozpędu. W programie na żywo mają miejsce sceny, których nie dałoby się zaplanować. Jedną z nich było osobiste wyznanie Heleny Englert, które widzowie usłyszeli tuż przed jej występem. Powiedziała, że po tym, jak zagrała Ofelię w spektaklu „Hamlet", spadła na nią lawina hejtu.

– Jest mi przykro, jak w komentarzach atakowana jest moja rodzina. Widzę „Englert, dyrektor Teatru Narodowego, wielki autorytet, a córka to totalne dno, bez talentu, bez urody, bez wykształcenia" - mówi aktorka.

Aktorka dodała, że jeszcze gorsza sytuacja miała miejsce po jej występie na Open'erze. Wówczas musiała poprosić o pomoc specjalistę.

– Zaczęła się afera, że mój ojciec załatwił mi Open'era. To uderzyło we mnie dużo bardziej. Przez tydzień nie wychodziłam z łóżka. Pierwszy telefon był do lekarza, że potrzebuję pomocy. Jestem na lekach od 1,5 roku. Nie radzę sobie z tym. Odbija się to na mojej rodzinie, moim związku i moim wszystkim.

W rozmowie z Pauliną Sykut-Jeżyną aktorka doprecyzowała jeszcze jedną kwestię.

– Nie jestem ofiarą tej sytuacji. Ludzie mają gorzej. Chcę, żeby to wybrzmiało.

Englert awansowała do kolejnego odcinka programu i nadal pozostaje w rywalizacji o Kryształową Kulę.

Helena Englert jest także aktywna w mediach społecznościowych. Wśród publikowanych przez nią kadrów nie brakuje zdjęć wykonanych w jej mieszkaniu. Dzięki temu można podejrzeć, że w jej najbliższym otoczeniu króluje drewno na podłodze i biel na ścianach.

FOT. AKPA, ANDRZEJ BANAŚ

eprasa.pl e90b8b8987

Druga wygrana Francji, przebudzenie Włochów

Rozegrano dwa mecze dywizji A piłkarskiej Ligi Narodów. Francja wygrała na wyjeździe z Belgią 1:0. Trójkolorowi przez całe spotkanie przeważali, ale na zwycięską bramkę musieli czekać aż do 88 minuty i efektowny rajd Michaela Olise.

Początek tegorocznej edycji Ligi Narodów był udanym debiutem dla trenerów obu ekip. Belgowie pod wodzą trenera Marka van Bommela pokonali pewnie 2:0 Włochów na Stadio Olimpico. Francuzi Zinedine'a Zidane'a na wyjeździe wygrali z Turcją 1:0. Jedynego gola w tym meczu strzelił Kylian Mbappe, który jednak doznał kontuzji, więc Trójkolorowi w Brukseli musieli radzić sobie bez największej gwiazdy.

Przebudzili się Włosi, którzy po porażce u siebie z Belgami w I kolejce 0:2, tym razem gładko wygrali na wyjeździe z Turcją 4:1. Bramki zdobyli: dla gospodarzy Yilmaz (47), dla gości - Bastoni (9), Frattesi (22), Kayode (27), Pio Esposito (50). Przekonująca wygrana na terenie Turcji przedłużyła również serię Italii bez porażki z tym rywalem, z którym nie przegrali żadnego z 14 bezpośrednich spotkań.

Włoski trener po raz pierwszy wystawił w składzie – obok jego brata Sebastiano – także Pio Esposito. **(HOF)**

FOT. PAP/EPA/OLIVIER MATTHYS

Przy piłce Michael Olise, gracz Francji

Jan Urban nie myśli o rezygnacji z funkcji trenera

Jan Urban, selekcjoner piłkarskiej reprezentacji Polski, zapewnił, że nie myśli o rezygnacji ze stanowiska. Jego zdaniem to nie był mecz, w którym jego podopieczni byli bezradni, ale za łatwo tracili bramki.

- Przegraliśmy mecz z bardzo dobrą drużyną, ale nie zagraliśmy meczu bez celnego strzału, nie byliśmy zepchnięci do defensywy i bezradni. Mieliśmy swoje sytuacje, mogliśmy wyciągnąć z nich zdecydowanie więcej. Musieliśmy stworzyć naprawdę znakomitą akcję, żeby strzelić bramkę, a przeciwnik zdobywał je zbyt łatwo.

- Graliśmy w piłkę na podobnym poziomie co reprezentacja Szwecji, ale nie można w ten sposób tracić bramek. To bardzo trudne do odrobienia. Trzecią bramkę zdobył ich najgroźniejszy napastnik, będąc sam przed naszym bramkarzem. To nie przystoi. Nie przyjechaliśmy z lepszą drużyną, niż mieliśmy w marcu. **(HOF)**

FOT. PAP/PIOTR NOWAK

- Chcielibyśmy wszyscy zdecydowanie więcej, ja też, ale Szwecja jest od nas silniejsza - powiedział Jan Urban.

TRADYCJI STAŁO SIĘ ZADOŚĆ. ZNÓW BATY OD REPREZENTACJI SZWECJI...

FOT. PAP/PIOTR NOWAK

Szwedzi skakali wyżej.

Lucas Bergvall, piłkarz reprezentacji Szwecji, ogłasza zwycięstwo swojej drużyny.

Zaskoczenie, że znów nasi piłkarze wracają ze Szwecji na tarczy? W żadnym wypadku!

JAN HOFMAN

Polska przegrała ze Szwecją 1:3 (1:1) w meczu drugiej kolejki piłkarskiej Ligi Narodów, który odbył się w Sztokholmie na stadionie Solna.

I znów baty do drużyny Trzech Koron. 31 marca na tym stadionie gospodarze wygrali 3:2, dzięki czemu Szwecja wygrała finał baraży z Polską i awansowała do mistrzostw świata w USA, Kanadzie i Meksyku.

Statystycy przypominają, że 28 września 1930 roku biało-czerwoni wygrali po raz ostatni ze Szwecją na jej terenie. Bilans meczów z ekipą nie jest korzystny dla naszej kadry, która w 30 potyczkach odnotowała dziewięć zwycięstw, cztery remisy, a ostatnio doznała 17. porażki.

Selekcjoner Jan Urban dokonał licznych zmian w porównaniu z piątkowym meczem z Bośnią i Hercegowiną w Warszawie, gdzie padł remis 0:0. Tym razem w wyjściowym składzie nie było m.in. Roberta Lewandowskiego, natomiast po raz pierwszy znaleźli się w nim Wiktor Nowak i Mateusz Żukowski.

SZWECJA - POLSKA 3:1 (1:1).

Bramki: dla Szwecji - Benjamin Nygren (8- głową), Yasin Ayari (64), Viktor Gyokeres (72); dla Polski - Sebastian Szymański (43).

Szwecja: Viktor Johansson - Daniel Svensson, Carl Starfelt, Victor Lindeloef, Gabriel Gudmundsson - Patrik Walemark (80. Alexander Bernhardsson), Lucas Bergvall, Yasin Ayari (89. Williot) Swedberg, Besfort Zeneli (63. Sebastian Nanasi) - Benjamin Nygren (80. Hugo Larsson), Viktor Gyokeres (89. Jesper Karlstroem).

Polska: Marcin Bułka - Matty Cash (76. Michał Skóraś), Przemysław Wiśniewski (88. Robert Lewandowski), Jan Bednarek, Jakub Kiwior, Tymoteusz Puchacz (65. Przemysław Frankowski) - Sebastian Szymański (76. Karol Świderski), Piotr Zieliński (76. Kacper Urbański), Wiktor Nowak, Nicola Zalewski - Mateusz Żukowski.

Bośnia i Hercegowina wygrała na wyjeździe z Rumunią 4:2 w meczu rywali Polaków w grupie 4 dywizji B piłkarskiej Ligi Narodów.

Szwecja, która w pierwszej kolejce pokonała Rumunię 2:1, prowadzi w tabeli. Druga jest Bośnia i Hercegowina z czterema punktami. Biało-czerwoni mają jeden, a Rumunia - zero.

Prezent od mistrzyń świata dla UKS SMS

Przez trzy tygodnie na boisku ŁKS przy Al. Unii mistrzostwa były mistrzostwa świata piłkarek nożnych do lat dwudziestu.

Reprezentacja Hiszpanii po raz drugi w historii zdobyły tytuł mistrzyń świata do lat 20. W finale pokonała broniącą trofeum Koreę Północną w rzutach karnych 4:3. Po 120 minutach gry był bezbramkowy remis.

FOT. ARCHIWUM

Pamiątkowe zdjęcie

Trzeba przyznać, że na ładny gest zdecydowali się działacze mistrzowskiej reprezentacji.

Przedstawiciele hiszpańskiej drużyny narodowej, którzy dowiedzieli się, że w Łodzi działa prężny klub kobiecego futbolu, postanowili przekazać UKS SMS pokaźną liczbę urządzeń do ćwiczeń fizycznych i rehabilitacyjnych, które zakupili i używali w Polsce. **(HOF)**

eprasa.pl e90b8b8987

KIEDY DO TRENINGÓW POWRÓCĄ FORNALCZYK I DĄBROWSKI?

FOT. PAP/PIOTR NOWAK

Karol Świderski zagrał w meczu reprezentacji przeciwko Szwecji.

Ekstraklasowi piłkarze Widzewa trenują na własnych obiektach w okrojonym składzie.

JAN HOFMAN

A wszystko przez to, że wielu zawodników ekstraklasowego zespołu jest na zgrupowaniach drużyn narodowych, nie brakuje też kontuzjowanych piłkarzy.

Nowy szkoleniowiec drużyny nie oszczędza piłkarzy. Dziś przed południem trening na boisku, a w drugiej części dnia w podgrupach w siłowni. W środę piłkarze zameldują się dwa razy na murawie.

W piątek widzewiacy pojadą do Starachowic, gdzie w sobotę (godz. 13) rozegrają drugi mecz kontrolny, który będzie jednym z ważnych punktów obchodów stulecia lokalnego Stara.

W treningach nie będą uczestniczyli Paulinho oraz Mariusz Fornalczyk. Uraz pleców sprawił, że Bartłomiej Drągowski musiał opuścić zgrupowanie reprezentacji Polski. Problemy zdrowotne bramkarza na szczęście nie są poważne – Mateusz Stolarski zdradził, że jest szansa, iż 29-latek pomoże Widzewowi Łódź w najbliższym ligowym meczu.

Z kolei Fornalczyk doznał urazu w meczu dziewiątej kolejki ekstraklasy przeciwko Wieczystej Kraków (2:2), w którym musiał opuścić boisko w 86. minucie. Klub nie podał dokładnych szczegółów dotyczących natury kontuzji ani przewidywanego czasu powrotu piłkarza na boisko.

A tak Łukasz Masłowski mówi o sprawie Brazylijczyka: – Przy Paulinho czuję duże rozczarowanie z tym, co się nim dzieje. To był rzeczywiście jeden z piłkarzy, który był najmniej przygotowany i trzeba sobie wrzucić kamyczek do ogródka. Kiedy zaczął już dobrze wyglądać, złapał po raz drugi kontuzję w tym samym miejscu. No ale na niego czekamy. Na Golizadeha Lech czekał dwa lata i finalnie doczekał się z dobrym skutkiem. Paulinho naprawdę jest piłkarzem, który może robić różnicę w ekstraklasie, ale dzisiaj nie jest jeszcze gotowy. Robimy wszystko, żeby jak najszybciej wrócił do zdrowia, ale faktycznie na niego będzie trzeba pewnie najdłużej poczekać.

FOT. GRZEGORZ GAŁASIŃSKI

Mariusz Fornalczyk, piłkarz Widzewa

Prezentacja siatkarek ŁKS Commercecon Łódź

Dziś, o godzinie 19, w łódzkiej Sport Arenie odbędzie się oficjalna prezentacja siatkarskiej drużyny, trzykrotnego mistrza Polski przed sezonem 2026/2027. Dla kibiców to okazja, by poznali mocno przebudowany skład łódzkich Wiewiór, gotowy do rywalizacji w rozgrywkach ekstraklasy.

Podopieczne trenera Adriana Chylińskiego zdominowała przedsezonowe turnieje. Świetna postawa w sparingach to efekt przemyślanych wzmocnień. Podczas wydarzenia w Sport Arenie zaprezentowane zostaną nowe twarze zespołu, w tym zagraniczne reprezentantki swoich krajów: Elles Dambrink, Suvi Kokkonen, Karla Antunović oraz Oleksandra Milenko. Kadrę zespołu stanowić będzie również czołowe polskie trio reprezentacyjne: Anna Obiała, Magdalena Jurczyk oraz Sonia Stefanik. W składzie z zeszłego sezonu zostały Anna Pawłowska oraz Regiane Bidias. Nowe nazwiska w zespole to także Julia Sobalska, Pola Nowakowska, Maja Szymańska a także Sandra Mikołajewska i Aleksandra Staniaszek. Dwie ostatnie swoje pierwsze siatkarskie kroki stawiały w juniorskich zespołach ŁKS.

FOT. BARTOSZ KSIĘŻAK

W drużynie ŁKS są dobre nastroje.

Podczas wydarzenia w hali fani będą mogli kupić karnety na kolejny sezon. Kasy biletowe będą otwarte od godziny 18. Wejście na halę kwadrans przed rozpoczęciem prezentacji, od godz. 18.45. **(HOF)**

EXPRESS

● Juventus Turyn po dziewięciu latach ponownie zatrudnił brazylijskiego bramkarza Neto. Zastąpi on kontuzjowanego reprezentanta Polski Kamila Grabarę, który po operacji zerwania więzadeł w prawym kolanie nie zagra już w tym sezonie.

● Republika Dominikany będzie rywalem reprezentacji Polski w fazie play off Grupy Światowej I Pucharu Davisa. Biało-czerwoni będą gospodarzem spotkania, które odbędzie się w lutym 2027. Polscy tenisiści wystąpią w play off po raz szósty z rzędu. Trzy poprzednie spotkania o utrzymanie miejsca w Grupie Światowej I - z Uzbekistanem, Gruzją i Egiptem - Polska pewnie wygrała 4:0.

● Etiopka Tigst Assefa, która w wygrała maraton w Berlinie (nie wzięła udziału ani w ceremonii dekoracji, ani w konferencji prasowej), kilka godzin później przeszła w klinice w Monachium operację ścięgna Achillesa. Assefa, srebrna medalistka olimpijska z 2024 roku i wicemistrzyni świata z 2025 roku w niedzielę wygrała swój trzeci maraton w Berlinie czasem 2:11.04. To jest trzeci najlepszy wynik w historii na tym dystansie. **(HOF)**

FOT. PAP/EPA/FILIP SINGER

Etiopka Tigst Assefa na mecie maratonu przy Bramie Brandenburskiej.

Wielki pech młodego piłkarza ŁKS

Piłkarze reprezentacji Polski do lat 18 mają wylecieć na zgrupowanie do Hiszpanii.

Początkowo Łukasz Surma, selekcjoner reprezentacji Polski U-18 powołał 22 zawodników na mecze towarzyskie przeciwko Szwecji (3 października) i Urugwajowi (6 października). Spotkania te odbędą się w Hiszpanii, a poprzedza je zgrupowanie, które rozpoczęło 22 września w Rącznej. Dla 49-letniego trenera będzie to debiut w nowej roli.

FOT. ARCHIWUM

Sebastian Sopel

Z powodów zdrowotnych zgrupowanie opuścili Sebastian Sopel (ŁKS Łódź), Kacper Cecuła (Cracovia), i Krystian Tymoszczuk (Jagiellonia Białystok). Selekcjoner w ich miejsce powołał Huberta Szulca z Rakowa Częstochowa, Patryka Prajsnara ze Stali Mielec i Oliwiera Pławińskiego z Wisły Kraków. **(HOF)**

eprasa.pl e90b8b8987

16

30.09.2026

Wschód Słońca: 6.42 **Zachód Słońca:** 18.21
Imieniny obchodzą: Zofia, Franciszek, Grzegorz, Nadia, Wiktor, Felicja, Hieronim, Nadzieja, Hieronima, Honoriusz.

Dzisiaj maks. **21°C** min. **9°C**

Jutro maks. **20°C** min. **7°C**

● BARAN (21.03-19.04)
Środa przyniesie przypływ energii i chęć działania. Nie odkładaj ważnych spraw na później, bo los będzie sprzyjał odważnym decyzjom.

● BYK (20.04-20.05)
Dzień sprzyja spokojnym działaniom i porządkowaniu zaległości. Ktoś doceni twoje zaangażowanie, a dobra wiadomość poprawi humor jeszcze przed wieczorem.

● BLIŹNIĘTA (21.05-20.06)
Ciekawy kontakt lub niespodziewane spotkanie może zmienić plany na resztę tygodnia. Szansa pojawi się nagle i bez zapowiedzi.

● RAK (21.06-22.07)
Warto zaufać intuicji, szczególnie w sprawach rodzinnych i uczuciowych. Drobny gest z twojej strony pomoże zażegnać niepotrzebne napięcie.

● LEW (23.07-22.08)
Będziesz w centrum uwagi i łatwo przekonasz innych do swoich pomysłów. Uważaj jednak, by nie narzucać własnego zdania osobom o odmiennych poglądach.

● PANNA (23.08-22.09)
Środa zachęci do praktycznych działań i rozsądnych decyzji finansowych. Dobra organizacja pozwoli szybko uporać się z obowiązkami i znaleźć czas na relaks.

● WAGA (23.09-22.10)
Poczujesz potrzebę harmonii i spokoju. Unikaj niepotrzebnych sporów, a dzień upłynie w przyjaznej atmosferze.

● SKORPION (23.10-21.11)
Twoja determinacja pomoże pokonać przeszkody, które ostatnio wydawały się trudne. Nie zdradzaj jednak wszystkich planów, zanim nadejdzie właściwy moment.

● STRZELEC (22.11-21.12)
Dobry dzień na nowe pomysły, krótkie podróże i rozmowy o przyszłości. Ktoś zainspiruje cię do działania.

● KOZIOROŻEC (22.12-19.01)
Skupienie i konsekwencja przyniosą wymierne efekty. Możesz liczyć na uznanie za dotychczasową pracę, jeśli nie zrezygnujesz przy pierwszej przeszkodzie.

● WODNIK (20.01-18.02)
Niecodzienna sytuacja pobudzi wyobraźnię i zachęci do eksperymentów. Warto słuchać podpowiedzi znajomych.

● RYBY (19.02-20.03)
Emocje będą dziś silniejsze niż zwykle, ale pozwolą lepiej zrozumieć własne potrzeby. Znajdź chwilę dla siebie.

KALENDARIUM

● Dziś 62 lata kończy Monica Bellucci, włoska modelka i aktorka |(„Matrix", „Malena"). Urodziny mają również: aktorka Marion Cotillard (51.), muzycy: Basia Trzetrzelewska (72.) i Tymon Tymański (58.) oraz byli sportowcy: Dariusz Dziekanowski (64.) i Martina Hingis (46 lat.).

● 1288 – Władysław Łokietek dziedziczy księstwo sieradzkie, a jego brat Kazimierz – księstwo łęczyckie.

● 1905 – łódzki fabrykant Juliusz Kunitzer ginie od kul zamachowców.

● 1921 – według Powszechnego Spisu Ludności, w Łodzi mieszkało blisko 452 tys. osób, a w Zgierzu 21,1 tys.

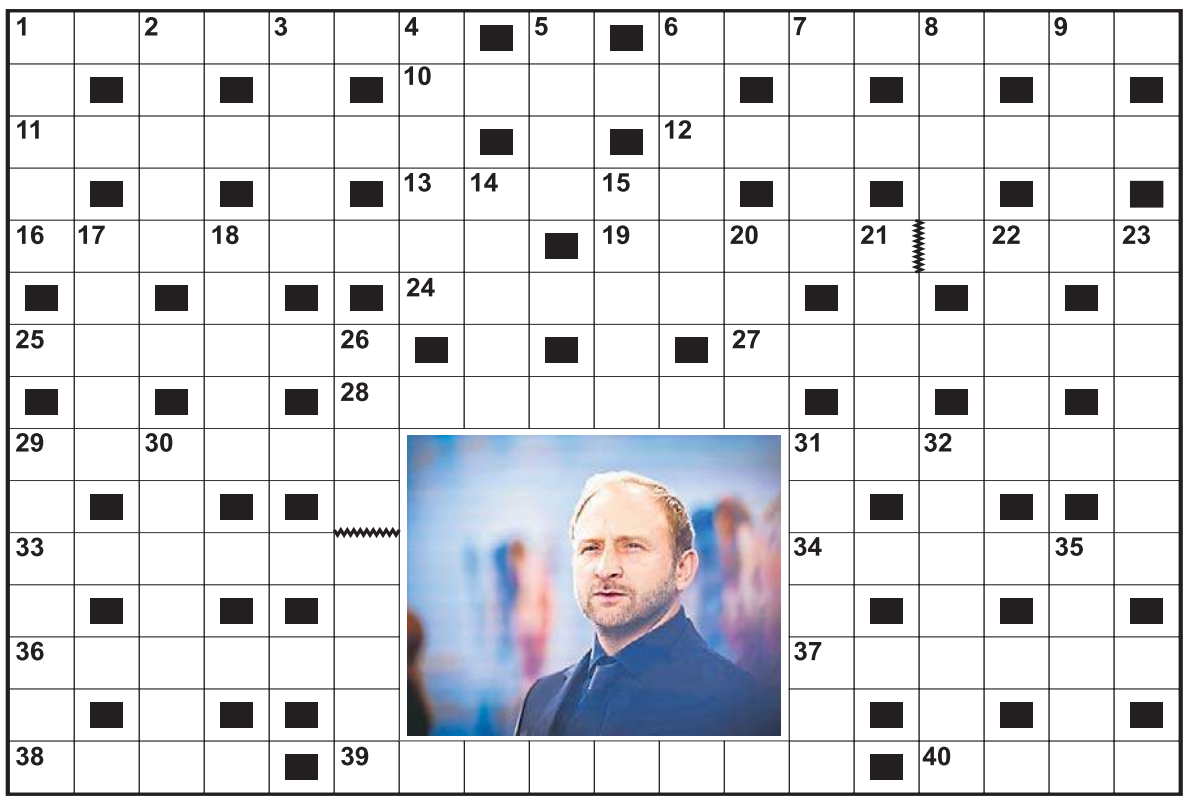
● 1966 – łódzki „Uniwersal" przyjął pierwszych klientów.

W APARACIE

FOT. PIOTR KAMIONKA

● **30 września 1974 roku** rozpoczęto produkcję w nowych obiektach Fabryki Dywanów „Dywilan" przy ul. Dąbrowskiego 247, wzniesionych w latach 1972–74. Lokalizacja na tzw. Dąbrowie Przemysłowej była wyrazem koncepcji likwidacji obiektów przemysłowych w centrum miasta. Dywilan produkował dywany i chodniki z wełny od początku do końca, począwszy od farbiarni a skończywszy na wykończalni. Na zdjęciu stoisko Dywilanu na targach w Łodzi w 2008 roku.

KRZYŻÓWKA



Poziomo:
1) ciecz rozprowadzona w cieczy,
6) słony dodatek do piwa,
10) drzewo podmokłych terenów,
11) mężczyzna z bujnym zarostem,
12) pies z bródką i krzaczastymi brwiami,
13) drapieżny kuzyn psa,
16) dowodził Spartanami pod Termopile,
19) aktor z filmu „Wojna polsko-ruska",
24) na Sanie w Solinie,
25) można w nie obrosnąć,
27) gałganek do mycia naczyń,
28) słynny wodospad,
29) plac dobrze znany mieszkańcom Kijowa,
31) kartonik z życzeniami,
33) patetyczny utwór poetycki,
34) siła Arnolda Schwarzeneggera,
36) dwuosobowy rower,
37) męski lub nijaki,
38) drobny węgiel,
39) „… pana Kleksa" z profesorem Ambrożym,
40) dawny pośrednik małżeński.

Pionowo:
1) waluta Rosjanina,
2) cenniejsze od srebra,
3) statki na dnie morza,
4) polecenie dowódcy,
5) szkic literacki,
6) był nim Martin Luther King,
7) kraje związkowe w Niemczech i Austrii,
8) Indianin z książek Karola Maya,
9) wschodnie pogranicze Polski,
14) wioślarska ósemka,
15) lokum dla holenderek,
17) śmietanka towarzyska,
18) Polacy lub Czesi,
20) odmiana w hodowli zwierząt,
21) taniec z brazylijskiego karnawału,
22) utrudnia jazdę po autostradzie,
23) dawny ubiór podobny do kontusza,
26) zagrała w komedii o Kargulu i Pawlaku,
29) sedno sprawy,
30) Kraj Kwitnącej Wiśni,
31) przyjmuje chorych w przychodni,
32) tępy biurokrata,
35) dzika nad Bałtykiem.

PRZYSŁOWIA NA DZIŚ

Wiele ostu we wrzesień wróży pogodną jesień.

Straszna jest wrześniowa słota - miarka deszczu, korzec błota.

eprasa.pl e90b8b8987