

Dziennik ŁÓDZKI

Relaks

Krzyżówki
do kawy.
Nowości
w programie TV



Łódź

**Pellet drożeje,
ludzie stoją
przed dylematem:
kupić czy czekać?**

Pracownicy składów opałowych twierdzą, że taniej już nie będzie, ale nie wszystkich to przekonuje, bo ceny są naprawdę wysokie
– Str. 3

Kultura

**Powstaje produkcja
nawiązująca
do mitu Łodzi
filmowej**

Większość zdjęć powstaje słynnym nie tylko wśród filmowców łódzkim Spatifie. Film nosi znamienity tytuł „HollyŁódź”
– Str. 5

Dzisiaj w Łodzi i regionie można obserwować zaćmienie Słońca, ale lepiej nie robić tego przez lornetkę
– Str. 2

Unia Skierniewice wygrała z Arką Gdynia 2:0! To pierwszy w historii triumf tego zespołu w I lidze. Widzów i ŁKS będą grać w weekend
– Str. 19



FOT. UNIA SKIERNIEWICE/TOMASZ KOVAŁCZYK

Przemysł zbrojeniowy

Łódź centrum serwisowym śmigłowców szturmowych Apache. Podpisano umowę

Sławomir Sowa

Wczoraj wielki hangar Wojskowych Zakładów Lotniczych nr 1 w Łodzi stał się już po raz drugi w tym roku sceną, gdzie podpisano niezwykle ważną umowę pomiędzy WZL nr 1 a koncernem Boeing w sprawie utworzenia w Łodzi centrum serwisowego śmigłowców szturmowych Boeing AH64 Apache.

Polska zakontraktowała potężną flotę 96 takich maszyn, a Łódź będzie centrum ich serwisowania. Nieoczekiwanie jednak to nie Apache stały się głównym aktorem wtorkowej uroczystości. Show skradł ambasador USA Tom Rose, który nazwał wiceministra obrony Cezarego Tomczyka Rambo, dziękując mu za zaangażowanie.

To druga taka fundamentalna umowa dotycząca serwisowania zamówionych Apaczy. W marcu 2026 w tym samym hangarze podpisano umowę z firmą Lockheed Martin na obsługę sensorów i systemów na-



Śmigłowiec AH64 Apache w hangarze WZL nr 1 w Łodzi

prowadzania uzbrojenia w śmigłowcach Apache, w tym radarów Longbow. Jej wartość to ponad 300 mln zł. Obecna umowa z Boeingiem wartości ok. 400 mln zł dotyczy obsługi i serwisowania, a później także napraw, samego śmigłowca. A będzie jeszcze jedna. Jesienią, być może już podczas Międzynarodowego Salonu Przemysłu Obronnego w Kielcach, który odbędzie się na początku września, ma zostać podpisana umowa z firmą General Electric, producentem silników do Apaczy. Silniki nie będą jednak serwisowane w Łodzi, ale w Dęblinie, gdzie znajduje się wyspecjalizowany oddział WZL nr 1 w Łodzi.

Doniosłość całego wydarzenia podkreślała lista uczestników. Wśród uczestników był premier Donald Tusk, wiceminister obrony Cezary Tomczyk, ambasador USA w Polsce Tom Rose oraz cała rzesza parlamentarzystów i pracowników WZL nr 1.

Podpisanie umów odbyło się w wymownej scenerii.
– Cd. na str. 6

FOT. GRZEGORZ GALASINSKI

Łódź

W kościelnym gmachu przy katedrze będzie szkoła

Matylda Witkowska

Budowany od lat wielki gmach łódzkiego Kościoła na Placu Katedralnym w Łodzi w końcu będzie wykorzystany. Za rok wprowadzi się tu katolicka szkoła podstawowa Kompas.

Monumentalny gmach z trzema wysokimi kondygnacjami i trzema

wieżyczkami znajduje się na tyłach łódzkiej katedry należy do łódzkiej kurii. Kościół zaczął go budować dwie dekady temu.

Wówczas plany były ambitne - początkowo w gmachu miał działać Centrum Studiów im. Jana Pawła II, Instytut Filozoficzno-Teologiczny a także biblioteka Wyższego Seminarium Duchownego w Łodzi. Miały tu się odbywać wydarzenia

kulturalne, spotkania środowisk twórczych czy konferencje o charakterze religijnym.

Tych planów nie udało się spełnić. Kuria liczyła na dofinansowanie ze środków unijnych, ale pieniędzy nie dostała. Własnym sumptem udało jej się zamknąć budynek. Jednak od lat nie było pomysłu co z tym zrobić.

To zmieniło się, gdy łódzką kurią zaczął kierować kardynał Konrad

Krajewski. Kuria doszła do porozumienia z Fundacją „Żywioty”, która prowadzi w Łodzi przedszkole Żywioty i szkołę podstawową Kompas.

Jak ustalili „Dziennik Łódzki” trwają obecnie prace przy adaptacji budynku na cele placówki edukacyjnej. W roku szkolnym 2027/28 wprowadzi się tu katolicka szkoła podstawowa Kompas, którą prowadzi Fundacja „Żywioty”.

POLECAMY

JUTRO Dla kogo tzw. emerytury matczyne? **PIĄTEK** Polacy latem remontują mieszkania

12.08.2026

Środa

Dzisiaj imieniny obchodzą: Klara, Lech, Joanna
Telefon alarmowy: 112

ZJAWISKA ASTRONOMICZNE

Zaćmienie słońca można oglądać także w Łodzi. Ale nie jest to łatwe

Matylda Witkowska

W środowy wieczór będzie można oglądać rzadkie zjawisko - całkowite zaćmienie Słońca. W całości będzie można oglądać w Hiszpanii, na Atlantyku i na Islandii. Ale także mieszkańcy Łodzi i regionu nie powinni narzekać.

- Z Łodzi obejrzymy maksymalnie około 84 proc. zakrycia średnicy Słońca przez Księżyc. To jest całkiem sporo - podkreśla Jakub Pajewski, specjalista Planatorium EC1 w Łodzi.

Zaćmienie z terenu Łodzi będzie widoczne od godz. 19.15 do 20.08 czyli do zachodu Słońca. W przeciwieństwie do innych zjawisk astronomicznych tego nie da się przeoczyć - chwilę przed zachodem Słońca zrobi się wyraźnie ciemniej.

Ale obserwacja zakrytej tarczy słonecznej nie będzie prosta, bo Słońce znajdować się będzie tuż nad horyzontem. Dlatego żeby zobaczyć je z Łodzi trzeba wejść wysoko - na przykład na ostatnie piętra bloków, tarasy lub otwarte przestrzenie poza miastem. Mogą to być na przykład ostatnie piętra

bloków Manhattanu, biura Red Tower czy pagórki Parku Krajobrazowego Wzniesień Łódzkich.

Przy obserwacji zaćmienia trzeba zadbać o bezpieczeństwo - szukając punktu widokowego unikać otwartych dachów czy nadmiernego wychylania się przez okno. Warto też zadbać o wzrok kupując specjalne okulary z folią Baadera - można je zamówić przez internet lub szukać stacjonarnie w aptekach.

- Domowe sposoby takie jak dyskiety, płyty CD czy zadytmione szkiełka, to nie są rzeczy, które ochronią nasz wzrok w dobry sposób - zaznacza Jakub Pajewski.

Najważniejsze jest jednak, by nie patrzeć na słońce przez lornetki czy teleskopy pozbawione filtrów.

- Jeżeli będziemy chcieli obserwować zaćmienie przez sprzęt optyczny to musi to być sprzęt przystosowany do obserwacji słońca. Zwykły teleskop lub lornetka pozbawią nas wzroku - ostrzega Jakub Pajewski.

Kiedy kolejne zaćmienie Słońca? Już za rok. 2 sierpnia 2027 całkowite zaćmienie Słońca będzie widoczne w północnej części Afryki, w Polsce w jednej trzeciej.

DŁ **DZIENNIK ŁÓDZKI**

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

www.dzienniklodzki.pl

Polska Press
Makroregion Śląsk, Łódź
Redakcja ul. ks. I. Skorupki 17/19,
90-532 Łódź
tel. 42 66 59 300
dziennik@dziennik.lodz.pl
Prezes Makroregionu
Aneta Sarga-Burtan
Dyrektor reklamy
Anna Galiuszka
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 Zuraw
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

PBC **PAŃSTWO KRAJOWE**

© - 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.dzienniklodzki.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

POW. ŁĘCZYCKI

Wielki pożar pod Łęczycą. Strażacy mówią o podpaleniu, policja prowadzi śledztwo

Joanna Bielicka

Podpalenie było przyczyną pożaru nieużytkowanego budynku w Topoli Królewskiej (powiat łęczycki). Policja prowadzi w tej sprawie śledztwo. Zatrzymano 35-letniego mężczyznę.

Do dużego pożaru nieużytkowanego drewnianego budynku w Topoli Królewskiej (gm. Łęczycza) doszło w poniedziałek, 10 sierpnia około południa. Dym widać było z kilku kilometrów.

- Przypuszczalną przyczyną pożaru było podpalenie - mówi mł. bryg. Marcin Kornat, komendant Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Łęczycy.

W działaniach gaśniczych udział brała Specjalistyczna Grupa Poszukiwawczo-Ratownicza „Łódź”, która dokonała przeszukiwania obiektu przy pomocy psów gruzowiskowych oraz kamer wizerunkowych.

Policja prowadzi śledztwo
Komenda Powiatowa Policji w Łęczycy prowadzi w tej sprawie



Do pożaru nieużytkowanego drewnianego budynku w Topoli Królewskiej (gm. Łęczycza) doszło w poniedziałek

śledztwo. Jak ustaliliśmy, zatrzymano w tej sprawie 35-letniego mężczyznę, który według relacji świadków mógł mieć coś wspólnego z tym zdarzeniem.

- Biegły z zakresu pożarnictwa ma dziś robić oględziny miejsca zdarzenia. W sprawie zatrzymano

35-latkę. Mężczyzna oraz świadkowie zdarzenia będą przesłuchiwani - mówi Dziennikowi Łódzkiemu mł. asp. Emilia Augustyniak z Komendy Powiatowej Policji w Łęczycy.

Na razie nikomu nie przedstawiono zarzutów.

DZIEŃ DOBRY



Powiat piotrkowski Szlakiem Lwów

Nowy szlak pieszo-rowerowy powstał na Podkasztorzu w Sulejowie. Szlak Dwunastu Lwów prowadzi przez miejsca związane z historią. Wzdłuż szlaku ustawiono trzy wiaty z ławkami i stołami oraz miejsca do odpoczynku. Zamontowano także ławki z motywami lwów, wyrzeźbione podczas X-jubileuszowego Pleneru Rzeźbiarskiego, który odbył się w Sulejowie w maju 2026 roku. Wzdłuż tras ustawione są intablice edukacyjne, a także miejsca obsługi rowerzystów: stojaki i samoobsługowe stacje naprawy rowerów. **DS**

AUTOPROMOCJA



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

POGODA



dzisiaj
23°C/9°C



jutro
25°C/10°C

Łódź i region

• **ZUS wypłaca świadczenie honorowe już 4262 osobom,** które ukończyły 100 lat. To 6938,92 zł brutto co miesiąc

GOSPODARKA

Ceny pelletu szaleją. Nikt nie wie, czy jeszcze poczekać

Dariusz Gabryelski

Ceny pelletu w Polsce szaleją. Wiele osób zastanawia się, czy już kupić opał na zimę, czy jeszcze poczekać.

Pracownicy składów twierdzą, że taniej już na pewno nie będzie i radzą kupować teraz. Od czerwca tona pelletu wzrosła o 600 - 700 złotych. Wpływ na ceny pelletu mają wysokie ceny prądu, paliwa oraz trocin, które coraz trudniej pozyskać z tartaków.

Kolejna dostawa będzie o 150 złotych za tonę droższa

- W czerwcu kupowaliśmy pellet i płaciliśmy za 1780 za tonę. Wydało nam się, że to jest drogo, bo rok wcześniej kosztował około 1450 zł. Pan z hurtowni, w której kupujemy od 2 lat, bo wtedy wymieniliśmy stary kocioł na ekogroszek, który zastąpiliśmy piecem na pellet, powiedział nam, że kolejna dostawa bę-

dzie o 150 złotych za tonę droższa. Kupiliśmy i na razie wygląda na to, że to była dobra decyzja, bo słyszę, że w składach ceny pelletu dochodzą do 3 tysięcy złotych - mówi pan Jan ze Zgierza.

Grube tysiące na ogrzanie domu pelletem

Pan Jan potrzebuje około 6 ton pelletu, by ogrzać do przez całą zimę swój dom. To oznacza, że przy obecnych stawkach będzie to kosztować 14,4 tys. zł

- Obecnie u nas można kupić pellet za 2380 za tonę, a jeszcze czerwcu kosztował 1,6 tys. zł. Już teraz mogę powiedzieć, że będzie jeszcze droższy, dlatego lepiej nie czekać do zimy i teraz zaopatrzyć się w opał. Obecnie jest mało towaru na rynku, a ciągle słyszę od producentów, że tartaki podnoszą im ceny za trocin. Do tego elektrociepłownice składają coraz większe zamówienia - słyszymy w składzie znajdu-



FOT. SAW8927

W Polsce 450 tysięcy gospodarstw domowych używa pelletu

jącym się przy ul. Krasińskiego w Łodzi.

Kupować pellet teraz, czy poczekać do zimy

Sprawdziłmy ceny tego surowca w popularnym sklepie internetowym. Pellet z Ukrainy i Rumunii kosztuje tam 2395 za tonę, ten ze

Słowacji, Czech, Polski i Austrii jest o 100 zł droższy, czyli trzeba za niego zapłacić 2495.

Na stronie internetowej marketu Mrówka cena za tonę pelletu wychodzi 2479. W OBI trzeba zapłacić taką samą cenę.

- Jeszcze nie kupiłem pelletu na zimę, bo zawsze robiłem to

pod koniec wakacji, bo były niższe ceny ale muszą przyznać, że obecne ceny to jest jakieś szaleństwo. Cztery lata temu dostaliśmy dopłatę na wymianę pieca, a teraz zaczynam żałować, że go wymieniałem, bo cent pelletu rosną bardzo szybko - mówi nam pan Paweł z Łodzi.

Dlaczego pellet jest taki drogi

Pan Paweł nie jest jedynym, który przeżywa takie rozterki. Szacuje się, że w Polsce jest 450 tysięcy gospodarstw domowych, które są ogrzewane pelletem.

I nie ma dla nich dobrych wiadomości. Zdaniem specjalistów obecnie na wysokie ceny pelletu wpływ mają wcześniejsze zakupy opału dokonywane przez gospodarstwa domowe i sektor ciepłowniczy. Do tego dochodzą wysokie ceny prądu, benzyny oraz coraz wyższe koszty pracy.

REKLAMA

0111539480



Widzisz tylko fragment historii...

ZDROWIE

Coraz więcej wyjazdów pogotowia do stulatków

Liliana Bogusiak-Jóźwiak

150 pacjentów, do których w tym roku wyjechały karetki Wojewódzkiej Stacji Ratownictwa Medycznego, miało 100 lat lub więcej. W tej grupie zaledwie co szósty pacjent był mężczyzną. Z pomocy medycznej korzystało 57 stulatków i jedna pacjentka w wieku 113 lat. Pacjenci w tak dojrzałym wieku chorują nieco inaczej niż ci młodsi - choroby przebiegają u nich szybciej i mogą mieć inne objawy niż u młodszych.

Najwięcej pacjentów w wieku 100 i więcej stanowili stulatkowie, 57. 105-latków było siedmiu, jeden 106-latek, troje 109-latków i jedna 113-latka. Wśród pacjentów w wiek 100 plus dominowały panie. Panowie stanowili tylko 15 procent tej grupy chorych.

Najwięcej seniorów w tak dojrzałym wieku mieszka w Łodzi, następnie w powiecie piotrkowskim i radomskim.

- Z naszych statystyk wynika, że 60 wezwań na 150 do osób w wieku 100 lat i więcej było z powodu nagłego zagrożenia zdrowia - mówi Adam Stępka, ratow-

nik medyczny i rzecznik prasowy Wojewódzkiej Stacji Ratownictwa Medycznego w Łodzi. - Powodem wezwań był najczęściej nadciśnienie, złe samopoczucie i zmęczenie czyli schorzenia internistyczne.

Jak mówi dalej zdarza się dość często, że pacjenci w tym wieku przyjmują znacznie mniej leków niż osoby o pokolenie czy dwa młodsze. Często też wymagają hospitalizacji aby lekarze mogli ustawić im leki.

- Z racji zaawansowanego wieku niektóre choroby u tych osób przebiegają szybciej, np. odwodnienie w trakcie upałów. Starsze osoby mają z racji wieku upośledzone pragnienie, piją mniej również dlatego aby rzadziej musieć chodzić za potrzebą do toalety.

- U tej grupy pacjentów nielogiczne wypowiedzi, zmiana w zachowaniu czy tak zwane splątanie mogą świadczyć o zapaleniu płuc - zwraca uwagę Adam Stępka. - Ta grupa pacjentów jeśli choruje na migotanie przedsionków ma częściej krwawienia z nosa, bo ich naczyń są bardziej kruche.

Ale jak mówi dalej ratownik medyczny to często osoby, które pomimo wieku nadal chcą być samodzielne.

ŁÓDŹ

Dramatyczna śmierć matki i niepełnosprawnego syna w łódzkiej kamienicy

W poniedziałek w kamienicy przy ul. Kopcińskiego odkryto ciała matki i dorosłego syna. Syn zmarł zaraz po śmierci matki

Matylda Witkowska

W poniedziałek (10 sierpnia) w kamienicy przy ul. Kopcińskiego 37 w Łodzi strażacy odkryli ciała dwóch osób: 72-letniej kobiety i jej 42-letniego syna. O tym, że w mieszkaniu mogło stać się coś złego poinformowali służby sąsiedzi - od dawna nie widzieli lokatorów, a z mieszkania zaczął ulatniać się nieprzyjemny zapach. W poniedziałek rano stał się już wyraźny, a w południe trudny do zniesienia. Drzwi były zamknięte i nikt nie reagował.

Sąsiedzi zadzwonili na numer 112, centrum reagowania przekazało sprawę do straży pożarnej, która na miejscu była około godz. 13.30. Strażacy musieli wejść przez balkon, używając podnośnika i wyważając siłowo drzwi.

W środku zastali ciała starszej kobiety i mężczyzny w średnim wieku. Na pierwszy rzut oka wyglądało to



W środku strażacy zastali ciała starszej kobiety i mężczyzny w średnim wieku. Na pierwszy rzut oka wyglądało to na śmierć z przyczyn naturalnych

na śmierć z przyczyn naturalnych.

Postępowanie w sprawie śmierci lokatorów prowadzi Prokuratura Rejonowa Łódź-Śródmieście. Na razie wiadomo, że dramat wydarzył się co najmniej kilka dni wcześniej, bo w chwili odkrycia ciała były w stanie zaawansowanego rozkładu.

- Ze względu na stan ciała koroner nie mógł wypowiedzieć się na temat przyczyn zgonu. Zostanie ona ustalona po przeprowadzeniu sekcji zwłok - informuje prokurator Emilia Michałowska-Marchewa z Prokuratury Okręgowej w Łodzi.

Na ciałach nie było widocznych obrażeń, nie ma też przesłanek, które świadczyłyby o obecności w mieszkaniu osób trzecich.

„Co będzie, gdzie mnie zabraknie”

- Nie wiemy dokładnie, co się wydarzyło. Hipoteza jest taka, że kobieta zmarła najpierw, a potem jej syn. Najprawdopodobniej był niepełnosprawny intelektualnie - informuje prokurator Michałowska-Marchewa.

Jak dowiedzieliśmy się nieoficjalnie mężczyzna mógł cierpieć na jedną z form autyzmu. Nie jest dokładnie jasne, w jaki sposób śmierć matki wpłynęła na jego stan zdrowia. Aleksandra Wesołowska-Sieja z zajmującej się autyzmem Fundacji Jim podkreśla, że osoby z autyzmem - jeśli nie autyzmowi nie towarzyszy niepełnosprawność intelektualna - w większości doskonale mogą radzić sobie bez rodziców.

- Jednocześnie pytanie: co będzie gdy mnie zabraknie, to zawsze bardzo duże zmartwienie rodziców. Dotyczy to rodziców wszystkich dzieci, a neuroatypowych bardziej, zwłaszcza jeśli dodatkowo są one osobami niepełnosprawnymi - zaznacza Wesołowska-Sieja.

Wiadomo, że rodzina nie korzystała z pomocy społecznej. - Wspomniane osoby nigdy wcześniej nie wnioskowały o żadną formę pomocy. Do łódzkiego MOPS nie wpływały także żadne sygnały od sąsiadów o potrzebie wsparcia dla wspomnianych osób - informuje Iwona Jędrzejczyk-Kaźmierczak, rzeczniczka prasowa Miejskiego Ośrodka Pomoc Społecznej w Łodzi.

Naszemu Drogiemu Przyjacielowi

Pawłowi Nowakowi

wyraży współczucia i wsparcia z powodu śmierci
ukochanej Córki

Marty

składają Małgosia i Mirek, Monika i Michał, Kasia i Marcin

REKLAMA

0011457221

Nekrologi i kondolencje zlećisz

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

Zadzwoń

502 499 119, 502 499 127

lub przez internetowe biuro
ibo.polskapress.plNekrologi i kondolencje ukazują się w prasie
oraz w serwisie nekrologi.net**ZDROWIE**

Kolonoskopia bezpłatnie i bez skierowania

Liliana Bogusiak-Jóźwiak

Już w listopadzie można zrobić bezpłatną kolonoskopię finansowaną przez NFZ w ramach programu profilaktycznego w szpitalu im. Kopernika. Skierowanie nie jest potrzebne, a pacjent do badania zostanie znieczulony. Z programu mogą skorzystać osoby w wieku od 50 do 65 lat

- W trakcie badania lekarz może zajrzeć do wnętrza jelita, wykryć polipy, usunąć je i pobrać materiał do badania histopatologicznego - mówi Monika Sowa ze szpitala im. M. Kopernika. - Wczesne wykrycie zmian zwiększa szansę na skuteczne leczenie.

Rak jelita grubego przez długi czas może rozwijać się bez wyraźnych objawów. Dlatego nie warto czekać, aż pojawi się ból, krwawienie czy inne niepokojące sygnały.

Kolonoskopia w ramach programu jest bezpłatna, a jej koszt pokrywa Narodowy Fundusz Zdrowia. Badanie wykonywane jest w znieczuleniu ogólnym, a pacjentami zajmują się doświadczeni specjaliści.

Z programu mogą skorzystać osoby w wieku od 50 do 65 lat. Badanie jest również dostępne dla osób w wieku 40-49 lat, jeśli ich krewny pierwszego stopnia miał rozpoznany raka jelita grubego.

Do programu kwalifikują się osoby, które w ciągu ostatnich 10 lat nie miały wykonanej kolonoskopii refundowanej przez NFZ.

Zapisy na bezpłatną kolonoskopię odbywają się od poniedziałku do piątku pod numerem 887 379 478 w godzinach 8:00-15:00. Diagnostyka jest wykonywana w Pracowni Endoskopii Szpitala Kopernika w Łodzi, w budynku od ul. Paderewskiego 4.

KULTURA

W Łodzi rozpoczęły się zdjęcia do fabularnej produkcji odwołującej się do mitu miasta filmu

Dariusz Pawłowski

W Łódzkiej restauracji Spatif w poniedziałek 10 sierpnia rozpoczęły się zdjęcia do niezależnego filmu fabularnego „HollyŁódź”. Produkcja z sentymentem odwołuje się do legendy Łodzi filmowej.

Film „HollyŁódź” reżyseruje Zbigniew Gajzler, twórca nagradzanych filmów dokumentalnych (m.in. „Julius Vortheil – sny i marzenia pioniera kinematografii”, „Sarid”, „Maestro”, „Skazani na Sybir”, „Maratończyk”), także fotografik i scenarzysta. Artysta jest absolwentem Szkoły Filmowej w Łodzi, związanym obecnie z Pabianicami.

– To wspaniała i zaskakująca opowieść, która sięga do lat wielkości Łodzi filmo-

wej, ale rozgrywa się we współczesności – wyjaśnia twórca filmu. – Realizujemy go w gronie przyjaciół, wyjątkowość tego projektu polega na tym, że każda z osób pojawiających się na planie zagra siebie. A udało mi się do tego przedsięwzięcia zaprosić grupę bardzo ciekawych aktorów, bo są to Basia Dziekan, Piotrek Pręgowski, Sławek Sulej, Zbyszek Buczkowski, Iwona Katarzyna Pawlak, Krzysztof Kaczmarek. I aż siedemdziesiąt procent zdjęć do tego filmu będzie realizowanych w słynnym nie tylko wśród filmowców łódzkim Spatifie. Pracować będziemy też między innymi na dworcu Łódź Fabryczna i w Warszawie.

Autorką scenariusza jest Ewelina Maria Bugajska-Javorka, polska poetka i aktywistka mieszkająca na stałe w Danii. Za zdjęcia odpow-



70 procent zdjęć do tego filmu będzie realizowanych w słynnym nie tylko wśród filmowców łódzkim Spatifie

wiada Krzysztof Tomaszewski.

– Wiem już, że będzie to bardzo ważny film w moim dorobku – dodaje Zbigniew Gajzler. – Zapaliłem się do tej historii. A gdy rozmawiałem z kilkoma warszawskimi producentami i każdy z nich powtarzał mi: „e, kto tam dziś jeszcze pamięta, że Łódź była kolebką polskiego filmu”, to nakręciłem się na tę pracę tym bardziej. I będę oni jeszcze chodzić do kina na ten film.

W filmie występuje również Monika Spruch, aktualna Mrs. Universe Euro-California, urodzona w Łodzi, ale mieszkająca na co dzień w Kalifornii. To śpiewaczka (sopran), modelka, mająca na koncie również występy w amerykańskich produkcjach filmowych, prowadząca własną firmę eventową.

– Bardzo się cieszę, że znowu mogłam się pojawić w Łodzi i pracować na planie filmowym – podkreśla Monika Spruch. – Ta historia jest bliska mojemu sercu, myślę, że spodoba się wielu widzom.

Łódzki aktor Krzysztof Kaczmarek nie kryje, że i dla niego występ w filmie „HollyŁódź” to podróż w krainę wspomnień.

– Przypominamy Łódź, która była filmową potęgą – wyjaśnia. – Mieliliśmy tutaj dużo pracy, do Łodzi przyjeżdżali aktorzy z całej Polski. Tęsknimy za tym i żałujemy, że już tak nie jest.

Data premiery filmu jeszcze nie została wyznaczona. Producenci i twórcy wciąż kompletują budżet, dopinają organizacyjne szczegóły. „HollyŁódź” i Spatif znowu jednak mają trafić na ekran.

REKLAMA

0111539489

TVP | info

Zawsze pokazujemy
pełny obraz. Dla Ciebie.

FOKUS

• **Przeciętne wynagrodzenie** w II kwartale 2026 roku wzrosło o 5,5 proc. rdr i wyniosło 9 233,13 zł – podał GUS

BEZPIECZEŃSTWO

Łódź będzie serwisować Apacze, Cezary „Rambo” Tomczyk bohaterem dnia

WZL-1 w Łodzi, WCBKT S.A. i Boeing podpisały wczoraj offsetowe umowy wykonawcze, które pozwolą utworzyć w Łodzi centrum serwisowe dla śmigłowców Apache

Dokończenie ze str. 1

W tle stały powoli odchodzący do lamusa poradziecki śmigłowiec szturmowy Mi-24 i jego następca AH-64 Apache. Dlaczego jednak podpisanie umów, a nie umowy? Ponieważ podpisano także drugą umowę między Boeingiem a Wojskowym Centralnym Biurem Konstrukcyjno-Technologicznym. Lwia część spośród wspomnianych 400 mln przypadnie jednak na Łódź.

Jacek Goszczyński, prezes WZL nr 1 w Łodzi, nie ukrywał, że negocjacje z Boeingiem były trudne, ale określił je jako dobre.

Osiągnęliśmy najlepsze możliwe rezultaty - zaznaczył Jacek Goszczyński.

Z kolei Marc-Olivier Sabourin, wiceprezes Boeinga, stwierdził, że podpisana z WZL nr 1 umowa ma charakter przełomowy i zapewnia Polsce (a więc i łódzким zakładom) jedyne takie zdolności na świecie (w domyśle - poza USA).

Amerykański ambasador, Rambo-Tomczyk i współprodukcja uzbrojenia

Premier Donald Tusk mówił długo o współpracy z Amerykanami, podkreślił, że kontrakt na zakup Apaczy i ich serwisowanie to największa taka umowa w naszej historii, a całość wpisał w wielki program zbrojeń, który jest obecnie realizowany w Polsce.

Na tle dość konwencjonalnego przemówienia premiera barwnie wypadł wiceminister obrony Cezary Tomczyk.

To akt sprawiedliwości dziejowej dla Łodzi po zerwaniu umowy na Caracale. Zatrudnienie i zajęcie dla WZL nr 1 na kilkadziesiąt lat - powiedział Tomczyk.

Cezary Tomczyk stwierdził też, że gdyby Rambo mógł latać śmigłowcem, a nie z nim walczyć, latałby Apaczem.

Przebił go jednak ambasador USA Tom Rose.

Cezarego Tomczyka nazywamy w Waszyngtonie Rambo - powiedział ambasador Rose.



Ambasador Stanów Zjednoczonych Tom Rose nazwał wiceministra Tomczyka Rambo. W tle śmigłowiec AH64 Apache w starszej wersji



Symboliczne zdjęcie. W głębi z prawej poradziecki szturmowy Mi-24, z lewej amerykańskie AH-64 Apache, który go zastąpi

Użył tego określenia jeszcze kilkakrotnie, czasem w złożeniu „Rambo Tomczyk”.

Cieężko pracujemy z panem ministrem Rambo nad ustanowieniem w Polsce współprodukcji uzbrojenia - dodał Tom Rose.

Nie podał jednak żadnych szczegółów. Zwracał uwagę fakt, że ambasador dość zdawkowo

dziękował Donaldowi Tuskowi, uwagę wyraźnie kierując na swojego „Rambo”.

Ambasador użył też innego, dość mocnego stwierdzenia:

Nie wszystkim z pozostałych 31 członków NATO się to spodoba, ale powiem to - Polska jest najważniejszym sojusznikiem USA - zaznaczył Tom Rose.

Co oznaczają dla Łodzi umowy z Boeingiem i Lockheed Martinem

Umowy z Lockheed Martinem i Boeingiem faktycznie otwierają WZL nr 1 do serwisowania amerykańskich śmigłowców. Będzie to jednak proces wieloetapowy. Pierwsze zamówione śmigłowce Apache przybędą do Polski w 2028 roku, a koniec dostaw ma nastąpić w 2032.

Jak mówi Tomasz Prządka, wiceprezes WZL nr 1, budowa centrum serwisowego praktycznie już się rozpoczęła. W Stanach Zjednoczonych na dwutygodniowych kursach były już dwie sześciuosobowe grupy pracowników WZL nr 1, ale docelowo kształcenie kadr miało się odbywać w Łodzi - taki jest przynajmniej cel zarządu WZL nr 1.

Budowa centrum będzie postępowała wraz z nabywaniem kolejnych kompetencji. W pierwszym etapie będzie to obsługa samego płatowca Apacza. Drugi etap to uprawnienia do demontażu poszczególnych elementów śmigłowca, aby można było wysłać do serwisu do USA. Ostatnie etapy to samodzielny demontaż i serwis poszczególnych części na miejscu w Łodzi.

Pełny zakres zdolności łódzkie centrum serwisowe Apaczy ma osiągnąć w 2035 roku.

Obecnie WZL nr 1 w Łodzi wraz z oddziałem w Dęblinie zatrudnia około 670 pracowników, z czego ponad 400 w Łodzi. Szalonego wzrostu zatrudnienia nie będzie. Jak mówi Tomasz Prządka, w ciągu dwóch lat przyjęto do pracy kilkunastu specjalistów, a nabór kolejnych pracowników będzie uzależniony od rozwoju centrum serwisowego i całych WZL nr 1. Nie określono górnego pułapu zatrudnienia. Ważne jest natomiast, że przy przyjmowaniu nowych pracowników obok kompetencji wymaganych przy obsłudze nowoczesnych śmigłowców drugim kryterium jest dobra znajomość języka angielskiego, najlepiej także technicznego. Wiceprezes Prządka zauważa znaczne postępy w posługiwaniu się językiem angielskim przez pracowników WZL nr 1.

Sławomir Sowa

KRÓTKO

Warszawa

Utrudnienia w ruchu lotniczym

W związku z aktywnością wulkaniczną Etny występują utrudnienia w ruchu lotniczym na Sycylii, w tym odwołania i zmiany połączeń z lotniska w Katanii. Zakłócenia mogą również wpływać na funkcjonowanie innych portów lotniczych w regionie - ostrzegło we wtorek Ministerstwo Spraw Zagranicznych. Resort na Odysseusza (aplikacja MSZ) podkreślił, że osobom podróżującym z Sycylii zalecane jest m.in. bieżące sprawdzanie statusu lotu bezpośrednio na stronie internetowej lub w aplikacji mobilnej przewoźnika.

Warszawa

W szkolnych jadłospisach więcej ryb i strączków

Resort zdrowia przypomniał, że od 1 września zaczną obowiązywać zmiany w zasadach żywienia przedszkolaków i uczniów. W ich jadłospisach obok mięsa będą musiały regularnie pojawiać się m.in. ryby i strączki, a ograniczane będą cukier i sól. Zmiany mają pomóc w przeciwdziałaniu otyłości wśród dzieci.

Opinogóra

Burza wyrządziła szkody w Muzeum Romantyzmu

Nocna burza, która przeszła w nocy nad Mazowszem, spowodowała wiele zniszczeń, m.in. powalonych drzew. Nie oszczędziła również parku na terenie Muzeum Romantyzmu w Opinogórze (pow. ciechanowski), które w związku z tym zostało zamknięte. „Obecnie trwa usuwanie skutków nawałnicy i szacowanie strat. O ponownym otwarciu poinformujemy w osobnym komunikacie” - poinformowało w mediach społecznościowych muzeum.



FOT. ADAM JANKOWSKI

Wejście Ukrainy do UE będzie wymagało od Ukraińców przemysłienia wszystkich aspektów swoich dziejów. (...) UE to przecież wartości, to nie jest sam bankomat

WŁODZIMIERZ CZARZASTY
Marszałek Sejmu

BIAŁORUŚ

Alaksandr Milinkiewicz nie żyje. Działacz białoruskiej opozycji miał 79 lat

oprac. Anna Nagel

Alaksandr Milinkiewicz, działacz białoruskiej opozycji demokratycznej i były kandydat w wyborach prezydenckich na Białorusi, zmarł we wtorek rano w wieku 79 lat.

O śmierci Milinkiewicza poinformowały białoruskie media niezależne: portale Zierkało, Nasza Niwa i Bielsat.

Rodzina polityka podawała wcześniej, że Milinkiewicz zmagał się z problemami zdrowotnymi. W listopadzie ub.r. przeszedł poważną operację – przypomniało Zierkało.

Milinkiewicz był ważną postacią białoruskiej opozycji demokratycznej. W 2006 roku startował w wyborach prezydenckich na Białorusi. Jak przekazało Zierkało, od 2020 r. stale przebywał na emigracji.

Polityk był wspólnym kandydatem sił demokratycznych w wyborach prezydenckich na Białorusi w 2006 r., w których zmierzył się z Alaksandrem Łukaszenką. Po wyborach, które opozycja uznała za sfałszowane, uczestniczył w protestach w Mińsku, brutalnie rozprawionych przez służby.

W latach 2007-2016 kierował opozycyjnym ruchem społecznym „O Wolność”, działając na rzecz demokratyzacji Białorusi i rozwoju

społeczeństwa obywatelskiego. Po fali represji, która nastąpiła po wyborach prezydenckich w 2020 roku, wyjechał z kraju. W kolejnych latach angażował się w działalność białoruskiej opozycji na emigracji. Był m.in. społecznym doradcą liderki opozycji Swiatłany Cichanouskiej, a także jednym z inicjatorów utworzenia Wolnego Uniwersytetu Białoruskiego w Polsce.

Milinkiewicz był laureatem Nagrody im. Sacharowa za wolność myśli, przyznawanej przez Parlament Europejski, oraz Nagrody im. Kazimierza Pułaskiego „Rycerz Wolności” za promowanie wolności, sprawiedliwości i demokracji. Z wykształcenia był fizykiem.

PAP



Alaksandr Milinkiewicz był honorowym członkiem Związku Polaków na Białorusi

BOGOTA

Rośnie liczba ofiar silnego trzęsienia ziemi w Kolumbii

oprac. Anna Nagel

Co najmniej 132 osoby zginęły, a około 700 zostało rannych w wyniku trzęsienia ziemi, które nawiedziło w poniedziałek zachodnią część Kolumbii.

Władze kraju ogłosiły w całym kraju stan wyjątkowy ze względu na kataklizm. Prezydent kraju Abelardo de la Esparilla powiedział, że tylko w mieście Cali obrażenia odniosło około 700 osób, a 188 jest zaginionych. Uszkodzonych zostało około 5 tys. domów, zawały się trzy szpitale, a w 18 innych odnotowano zniszczenia, podobnie jak na miejscowym lotnisku – dodał.

Trzęsienie ziemi o magnitudzie 7,4 nawiedziło zachodnią Kolumbię w poniedziałek rano czasu miejscowego. Kolumbijska służba geologiczna (SGC) poinformowała, że do wieczora w poniedziałek odnotowano 47 wstrząsów wtórnych, z których najsilniejszy miał magnitudę 4,8.

W Cali, stolicy departamentu Valle del Cauca, miejscowe władze wprowadziły godzinę policyjną, by ułatwić akcje ratunkowe i zapobiec grabieżom. Burmistrz Alejandro Eder zarządził „militaryzację niektórych części Cali, szczególnie w społecznościach i sektorach dotkniętych trzęsieniem”.

Tymczasem SGC poinformowała o wykryciu wzrostu emisji pyłów i gazów wulkanicznych z wulkanu Purace. Z tego powodu kolumbijski urząd lotnictwa cywilnego zarządził tymczasowe zamknięcie lotniska w położonym 27 km od wulkanu mieście Popayan, stolicy departamentu Cauca. SGC wykluczyła przy tym, by emisje



Mężczyzna z psem na rękach przechodzi obok gruzów zawalonego budynku po trzęsieniu ziemi w Pereirze w Kolumbii

z wulkanu były bezpośrednio związane z trzęsieniem ziemi – podkreśliła agencja EFE.

Ratownikom udało się w poniedziałek wydostać matkę i jej sześciomiesięczne dziecko spod gruzów zawalonego budynku w kolumbijskim mieście Cali po trzęsieniu ziemi – podała telewizja Caracol TV, powołując się na członka ekipy ratowniczej Carlosa Ortiza.

– Szczęśliwie znaleźliśmy sześciomiesięczne dziecko razem z jego mamą, co dało nam wielką nadzieję przed dalszą pracą. Łącznie uratowaliśmy już siedem osób i wciąż szukamy, para starszych i ich siedmioletni wnuk dają nam znaki życia – powiedział Ortiz.

Na nagraniu zamieszczonym w sieci przez Archidiecezję Manizales widać moment, w którym zaczynają się wstrząsy, a ksiądz przerywa odprawianie mszy i podpiera się o jeden z filarów katedry.

W sieciach społecznościowych pojawiły się również nagrania przedstawiające świątynię z zewnątrz. Widać na nich, jak jedna z bocznych wież katedry chwieje się podczas trzęsienia, a następnie przewraca.

Neogotycka Bazylika Katedralna Matki Bożej Różańcowej w Manizales została ukończona w 1939 roku i jest uznawana za jedną z ikon architektury w regionie. Jej mierząca ponad 100 metrów główna wieża czyni ją jedną z najwyższych katedr w Ameryce Łacińskiej.

Ognisko trzęsienia znajdowało się około 100 km pod ziemią w miejscowości San Jose del Palmar, w departamencie Choco, około 280 km na zachód od stolicy kraju, Bogoty. Do wstrząsów doszło o godz. 7.34 czasu lokalnego (godz. 14.34 w Polsce). Według SGC było to najsilniejsze trzęsienie ziemi w Kolumbii w XXI wieku.

PAP

WIELKA BRYTANIA

Przełom w walce z otyłością. Jest zgoda na tabletkę odchudzającą

Marcin Koziestański

Brytyjska agencja ds. leków MHRA jako pierwsza w Europie zatwierdziła w poniedziałek do użytku tabletkę odchudzającą Foundayo, którą zażywa się codziennie. Ma pomóc w utracie wagi, ale też ułatwić walkę z cukrzycą typu 2.

Producentem Foundayo jest firma Eli Lilly, znana z preparatu Mounjaro, który ma formę zastrzyków. Substancją czynną tabletki jest orforglipron, który podobnie jak Mounjaro oddziałuje na mechanizmy regulujące apetyt.

Julian Beach, dyrektor wykonawczy w MHRA, podkreślił, że przed wydaniem zgody środek poddano „rygorystycznej ocenie bezpieczeństwa, jakości i skuteczności”.

Nie jest jeszcze znana cena, ale produkcja preparatów odchudzających w formie tabletek jest zwykle mniej kosztowna niż produkcja zastrzyków, co oznacza, że w USA te pierwsze często są tańsze.

Nowy lek może trafić do NHS Foundayo początkowo będzie dostępny prywatnie, na receptę, ale producent potwierdził, że zamierza się starać, by preparat jako lek odchudzający można było stosować także w NHS – brytyjskiej opiece zdrowia.

Opublikowane w maju w piśmie „Nature Medicine” duże badanie wykazało, że orforglipron może być stosowany jako długoterminowe leczenie podtrzymujące, pomagające utrzymanie prawidłową masę ciała po zakończeniu terapii zastrzykami odchudzającymi.

KINSZASA

Ebola zbiera śmiertelne żniwo. Już dwa tysiące ofiar

oprac. Anna Nagel

Władze Demokratycznej Republiki Konga poinformowały we wtorek, że liczba potwierdzonych zgonów w związku z epidemią wirusa ebola wzrosła do 2011.

W pięciu prowincjach odnotowano dotychczas 4381 potwierdzonych przypadków zakażenia.

Według danych rządu w Kinszasie 704 pacjentów jest obecnie hospitalizowanych i przebywa w izolacji.

Jak zauważyła agencja Associated Press, obecna epidemia różni się od większości poprzednich, ponieważ wywołuje ją rzadki wirus Bundibugyo. Nie ma obecnie zatwierdzonych szczepionek ani leków przeznaczonych do walki z tym wirusem.

Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) poinformowała w poniedziałek, że faktyczna epidemia rozpoczęła się w lutym, na długo przed wykryciem jej przez władze. Ognisko pojawiło się w jednym z najbardziej odległych i narażonych na zakażenia regionów kraju.

Dyrektor regionalny WHO w Afryce dr Mohamed Yakub Janabi poinformował, że na wcześniejszy, bo lutowy wybuch epidemii wskazało sekwencjonowanie wirusa. Wyjaśnił, że wczesne przypadki gorączki krwotocznej eboli zostały błędnie zakwalifikowane jako tyfus lub malaria.

Pierwszy przypadek wirusa ebola zidentyfikowano w 1976 roku w pobliżu rzeki Ebola, na terytorium Demokratycznej Republiki Konga (wówczas pod nazwą Zair). Obecna epidemia jest już 17. w historii kraju.

ROCZNICA POWSTANIA WARSZAWSKIEGO

Relikwie powstańców warszawskich ze Stalagu Lamsdorf. Trafiło ich tu sześć tysięcy, w tym kobiety i nieletni

Numerowany kawałek blachy z przynitowanymi rzemykami i klamerką kojarzy się z wszystkim, tylko nie z damską biżuterią. Był nią jednak w Stalagu 344 Lamsdorf. W miejscu, do którego w październiku 1944 roku trafili żołnierze z powstania warszawskiego

KS

Radziecki jeniec przerobił tam na damską bransoletkę obozowy nieśmiertelnik numer 106811, należący do Zofii Arcimowicz - sanitariuszki AK o pseudonimie „Zula”.

- Mama i jej koleżanki z powstania porozumiewały się z Rosjanami przez druty - opowiada Andrzej Arcimowicz, który w czerwcu tego roku przekazał niezwykle pamiątkę po matce do Centralnego Muzeum Jeńców Wojennych w Opolu-Łąbinowicach. - Któregoś dnia zdjęła nieśmiertelnik i przerzuciła na tamtą stronę. Podobnie zrobiło kilka innych dziewcząt. Nieśmiertelniki wracały tą samą drogą, tak właśnie przerobione.

- Ta bransoletka zaskoczyła nas całkowicie, nigdy dotąd, w żadnym muzeum, nie spotkałam czegoś podobnego - mówi dr Violetta Rezier-Wasielewska, dyrektorka CMJW. - Jeniec, który to zrobił, musiał pracować w warsztacie, miał dostęp do materiałów i narzędzi. Należał do tych, którzy obsługiwali obóz.

Rosjanie wykonywali tu najcięższe prace, od czyszczenia latryn począwszy. To trochę przedłużało życie wybranych, ale takich było niewiele. Do obozu zwożono Rosjan po to, by tu umierali.

W Stalagu Lamsdorf nieśmiertelniki były obowiązkowe. Jeńcy nosili

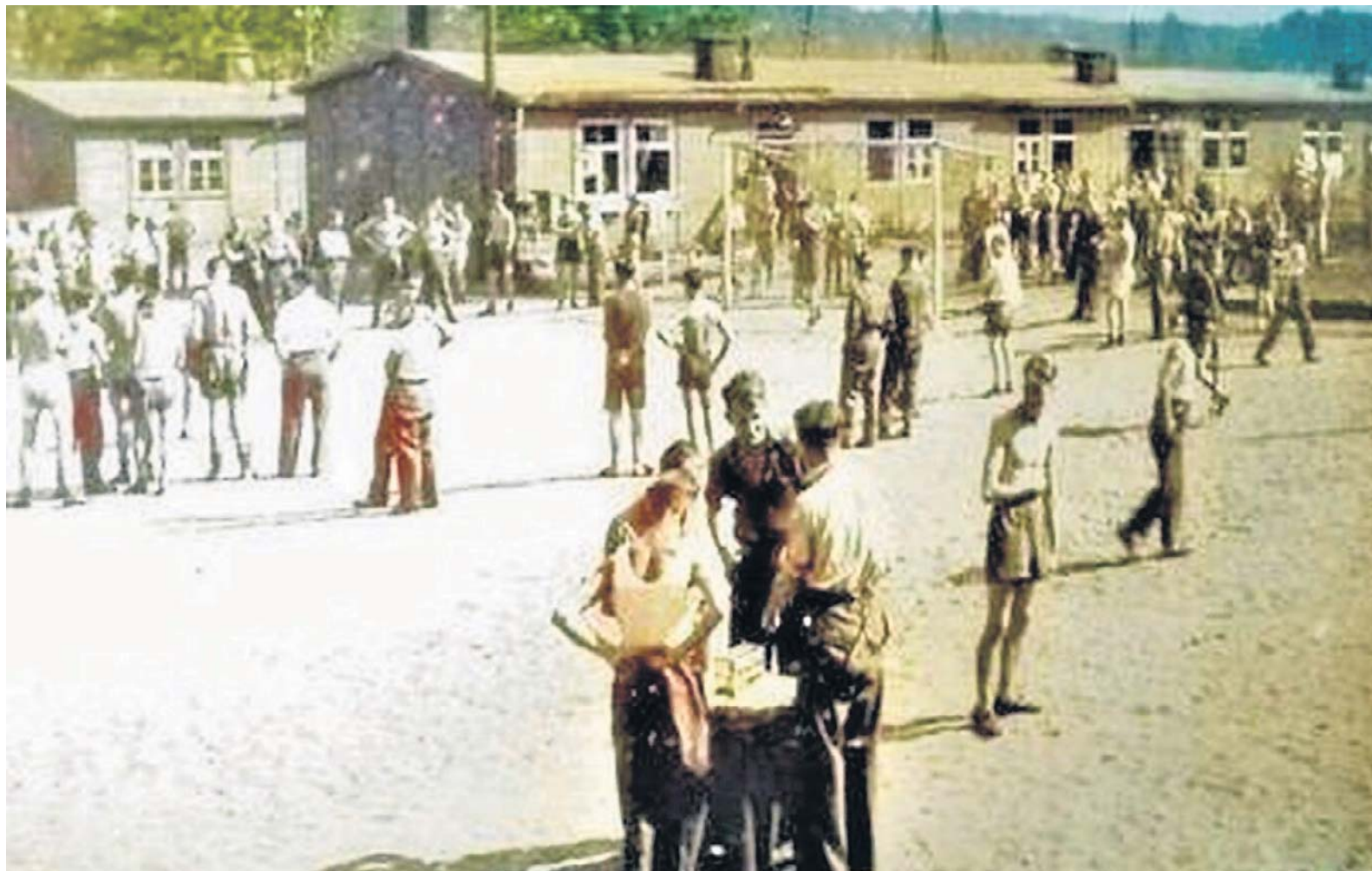


Powstańcy warszawscy wychodzą ze stolicy po kapitulacji. Jedna trzecia z nich trafiła do Łąbinowic.

FOT. DOMENA PUBLICZNA

AKCJA CHARYTATYWNA

0111543824



Obóz jeniecki w Łambinowicach latem 1944 r.

je na różne sposoby. Dla młodych żołnierzy z Warszawy, jak się okazało, były też ozdobą, namiastką prawdziwej biżuterii, o której w niewoli mogły tylko pomarzyć. - W ten sposób mogły też zagrać na nosie obozowym władzom - przypuszcza dyr. Rezler-Wasielewska.

Łączniczka „Zula” doczekała wyzwolenia. Uciekła do Polski z transportu, którym Amerykanie wywozili jeńców do Londynu. Przez Kłodzko dostała się do kraju. Na granicy, w obozowych papierach - a innych przecież nie miała - wpisano jej: „AK - zapluty karzeł reakcji”. Przez wiele lat nie mogła znaleźć pracy.

Bransoletkę ze stalagu do końca życia pielęgnowała jak relikwię. Zmarła w 2000 roku. - Mama była dumna z tego, że walczyła w powstaniu, nigdy na nic się nie skarżyła - wspomina Andrzej Arcimowicz.

Poczta nad drutami

Przerzucane ponad obozowymi drutami nieśmiertelniki to rzeczywiście rzadkość. Tą drogą wędrowały przede wszystkim listy. Do stalagu nierzadko trafiały całe powstańcze rodziny czy pary narzeczonych.

Rozdzieleni w obozie ludzie szukali kontaktu, wieści o bliskich, znajomych. W zbiorach łambinowickiego muzeum są listy do sanitariuszki Alicji Wojciechowskiej, ps. „Jaga Koziniec”, z 44. Kompanii Ochrony Powstania. Na małych kartkach z notesu, drobnymi piśmami pisali do niej przez druty, z męskiego obozu, narzeczony Feliks Tuszyński, żołnierz kom-

panii motorowej batalionu Kiliński, ps. „Feliks Dwa”, i brat Janusz.

„Serdecznie dziękuję za prezent w postaci paska” - czytamy w liście od „Feliksa” - „Ostrzegam cię jednak, byś nie była zbyt dobroniduszną i nie szafowała prezentami na prawo i lewo, gdyż zostałybyś w niedługim czasie w stroju Ewy. W obozie trzeba się usamodzielniać”. A brat podawał jej w „przerzucanym pocztą” liście adres kuzyna w Częstochowie, gdzie będą mogli się odnaleźć po wojnie, i pytał z niepokojem: „Co słychać u was? Co mają zamiar z wami zrobić?”.

- Ta poczta funkcjonowała świetnie - wspomina pani Alicja. - Gdy znaleziono kamień owinięty w papier, przekazywano go sobie z rąk do rąk tak długo, aż trafił do adresata. „Jaga Koziniec” i „Feliks Dwa” po brali się już po wojnie, w lipcu 1945 roku, w Murnau w Niemczech. 88-letnia dziś pani Alicja Tuszyńska mieszka w Warszawie. - Gdybym znów miała 21 lat, gdyby to wszystko miało się powtórzyć, posłałabym znów do powstania - mówi bez wahania.

Wywiezionych do stalagu powstańców dręczył niepokój i strach o przyszłość. By odsunąć czarne myśli i wypełnić czymś obozową nudę, komisje oświatowe organizowały im przeróżne zajęcia. W Łambinowicach popularna była metaloplastyka.

Wisła z dopływami

Odnaki, emblematy, symbole Polski Walczącej, ryngrafy z Matką Boską lub warszawską Syrenką czy

zwykłe damskie bibeloty wycinano z puszek po konserwach. Szczególnie chętnie - z opakowań kanadyjskiego masła, przesyłanego do obozu przez Czerwony Krzyż. Lakierowane były na czerwono i miały stosunkowo mało napisów.

Przed laty do zbiorów Centralnego Muzeum Jeńców Wojennych trafiło kilkanaście takich pamiątek, zrobionych przez Lidie Tazbir, pseudonim „Wisła”, i jej trzy córki. Wszystkie były w konspiracji i powstaniu. W stalagu mówiono o nich żartobliwie „Wisła z dopływami”. - „Wisła”, to ciotka mojego męża Janusza - wyjaśnia Julia Tazbir, żona znanego profesora historii. - A „dopływy” to jej córki: Wanda, Bożena i Lesława. Lidia urodziła się jeszcze w 1888 roku, choć nigdy się do tego nie przyznała.

W czasie I wojny światowej była w Polskiej Organizacji Wojskowej, w wojnie polsko-sowieckiej udzielała się w samoobronie na Lubelszczyźnie. A Wanda jeszcze przed wojną była harcerką i instruktorką „Nieprzetartego Szlaku” i nabyte w obozie umiejętności wykorzystywała po wojnie w pracy z podopiecznymi. Wszystkie niestety już nie żyją - dodaje pani Julia Tazbir.

W październiku 1944 roku kilkunastoletniemu Zbigniewowi Śliwowskiemu, ps. „Hobo”, dowódcy drużyny w oddziale harcerskim „Żbik”, przełożeni kazali w ramach zajęć obozowych robić ozdoby choinkowe. - Czy to znaczy, że będziemy tu siedzieć do Bożego Naro-

dzenia? - pytał z rozgoryczeniem młody żołnierz.

Na ściankach lampionu, jaki wkleił w końcu z papieru i bibułki widniały kotwica Polski Walczącej, orzeł w koronie, syrenka warszawska i odznaka oddziału. Lampion zajął się od świeczki na choince w Stalagu Moosburg, do którego Zbigniewa Śliwowskiego przeniesiono w październiku 1944 roku, i odznaka oddziału spłonęła. Przechowane przez powstańca pozostałe trzy elementy lampionu można dziś oglądać na stałej ekspozycji w Łambinowicach.

Bluzeczka w pepitkę

Niezwykłą pamiątkę przekazała łambinowickiemu muzeum, we wrześniu 2009 r., Zofia Książek-Bregułowa. Obdarzona talentem aktorskim i pięknym głosem absolwentka konspiracyjnego Państwowego Instytutu Sztuki Teatralnej w Warszawie, była łączniczką w zgrupowaniu AK „Kybar”.

5 września 1944 r. eksplodujący pocisk zranił jej nogi, klatkę pier-

siową, głowę i oczy. Straciła wzrok. W powstańczym szpitalu, przed wywózką do obozu jenieckiego, dostała od znajomej kawałek materiału. Pielęgniarka zawinęła jej w tę tkaninę ręcznik, mydło, szczoteczki i pastę do zębów.

Był to cały majątek, jaki ranna łączniczka ocalała z Warszawy. W jednym z obozów, przez które przeszła, koleżanka uszyła jej z tego skrawka materiału sukienkę, w której występowała, śpiewając dla towarzyszy niedoli.

Po wojnie znalazła się w Edynburgu, w szpitalu im. Paderewskiego, gdzie po operacji odzyskała częściowo wzrok w prawym oku. Do Polski wróciła w 1947 roku. Pracowała w Polskim Radiu w Warszawie, w latach 1949-1951 występowała na deskach Państwowego Teatru Ziemi Opolskiej.

Pracowała też w teatrach w Zabrzu i Katowicach, gdzie dziś mieszka. Podniszczoną sukienkę przerobiła na bluzeczkę, z którą nie rozstawała się aż do przekazania do muzeum. - To nie takie proste - oddać ten kawałek materiału, gdy trochę odzyskałam wzrok, zobaczyłam, jaka to piękna pepitka - mówiła wówczas. - Jest w niej wszystko, co mi zostało po mojej ukochanej Warszawie.

Ziemia przeklęta

- Łambinowice stały się już w XIX wieku swoistą ziemią przeklętą - mówi dr Violetta Rezler-Wasielewska. - Jeszcze przed wojną francusko-pruską był tu poligon, w jej trakcie powstały obozy jenieckie. Ta ziemia dosłownie spłynęła krwią.

Znajduje się tu największy w Europie zespół cmentarzy jenieckich. Powstańcy warszawscy, cokolwiek by mówić o tragicznych okolicznościach, w jakich trafili do łambinowickiego stalagu, młodzi, dumnie rozśpiewani, wśród których po raz pierwszy w dziejach wojen było tak wiele kobiet, wprowadzili mnóstwo zamieszania w ustabilizowany na swój sposób rytm jenieckiego życia.

Pamiętki po nich są bezcenne. Przez te przedmioty, z których każdy ma swoją historię, najłatwiej nam dziś dotrzeć z opowieścią o tamtych czasach do dzieci i młodzieży.

* Tekst powstał w 2011 r.



Ta bransoletka z obozowego nieśmiertelnika należała do Zofii Arcimowicz.

ŚRODOWISKO NATURALNE

Krewetki i krewni koników morskich w Bałtyku? Nasze morze wciąż potrafi zaskoczyć

Choć stereotypy o Bałtyku nie ukazują naszego morza w najlepszym świetle, musimy pamiętać, że jest ono niezwykle ciekawym ekosystemem - siecią zależności tak złożoną, że nawet badacze nie raz się w niej gubią. Skomplikowane układy jednak bywają jednocześnie wrażliwe. Jak więc możemy zadbać o nasze morze?

Maciej Krajewski

Wśród wypoczywających nad wodą niezmiennie panuje przekonanie, że wczasy nad Bałtykiem należą do co najmniej nieprzewidywalnych. Kapryśna pogoda, zakwity sinic, słynne „paragony grozy” - wszystko to pewne nieodłączne już cechy nadbałtyckich plaż. Przykrywają one jednak wyjątkowość i niemałe znaczenie naszego polskiego morza. Bo gdy my kładziemy się na piasku, czy chwytamy za ster żaglówki, pod taflą wody buzuje życie nie mniej ciekawe, niż to widziane codziennie na powierzchni.

Szczęśliwie nie każdy z nas musi od razu zabierać się za nurkowanie czy pracę naukową. Nie brakuje bowiem instytucji, które podwodny świat nam przybliżają. I tu przebywającym w Trojmie-

ście z pewnością na myśl przychodzi od razu Akwarium Gdynskie

- Nasza ekspozycja obejmuje bardzo różnorodne środowiska. Nie tylko środowisko bałtyckie, ale Bałtyk oczywiście jest jednym z naszych najważniejszych obszarów zainteresowania. A to ze względu na to, że Akwarium Gdynskie jest częścią Morskiego Instytutu Rybackiego, który poprostu zajmuje się badaniami zwierząt, morza. My staramy się być takim pomostem między światem nauki a takim światem ciekawości człowieka - wyjaśnia Weronika Podlesińska z Akwarium Gdynskiego.

Zaskakujący mieszkańcy Bałtyku

Owe przybliżanie nauki przyjmuje różne formy - warsztatów, zajęć z grupami szkolnymi, czy spotkań w sąsiedniej



Akwarium Gdynskie to miejsce, w którym możemy zetknąć się oko w oko z bogactwem bałtyckiej fauny

marinie. I, jak opowiada przedstawicielka Akwarium, nie tylko tych najmłodszych często zaskakują przekazywane tu informacje.

Weźmy na przykład coś tak prostego, jak mieszkańców Bałtyku. O dorszu, śledziu czy flądze wiemy chyba wszyscy, ale że spotkać możemy tu również krewetki?

- Tych krewetek mamy nawet sporo gatunków i dla wielu osób jest to zaskoczenie, że znajdziemy tutaj w ogóle różnego rodzaju skorupiaki - opowiada Weronika Podlesińska. - Dzieci idą do mariny, patrzą na wodę, oglądają krewetki i są zaskoczone właśnie tym, jak niesamowite stworzenia żyją tu, obok nas.

Nie mniej interesujące są też przypominające „wodne sznurowadła” wężyńki i iglicznie - niepozorne ryby, które mają wiele wspólnego z... konikami morskimi.

- Mają nawet podobny sposób rozmnażania - dodaje przedstawicielka Akwarium Gdynskiego. - Bo u konika morskiego wiemy, że to samiec ma torbę lęgową i odchowuje młode. W podobny sposób rozmnażają się wężyńki i iglicznie. Samce igliczni posiadają, podobnie jak koniki morskie, torbę lęgową, w której podczas tarła rozwijają się jaja. U samców wężyńki takiej torby nie ma i samica przykleja jaja do specjalnego zagłębienia na brzuchu samca, a on opiekuje się nimi aż do wyklucia młodych.

Wężyńki i iglicznie żyją wśród łak morskich - w trawach, pośród glonów. W Polsce są przy tym objęte ochroną.

- Oba gatunki są związane z płytkimi, porośniętymi roślinnością obszarami przybrzeżnymi. Chętnie żyją wśród trawy morskiej i innych

roślin oraz glonów, które zapewniają im schronienie i pozwalają ukryć się przed drapieżnikami. Ich obecność pokazuje więc, jak ważne dla bałtyckich zwierząt są podwodne łąki i zachowanie naturalnych siedlisk w Zatoce - zauważa Weronika Podlesińska.

Zaskakującymi mieszkańcami raczej nie są natomiast meduzy, które zwłaszcza w ciepłych, letnich miesiącach możemy zauważyć na bałtyckich plażach. Najczęściej widywana jest u nas chelbia modra.

- Wiele osób zastanawia się, czy może ona poparzyć. Chelbia należy do parzydełkowców, ma więc komórki parzydełkowe, jednak ich działanie jest na tyle słabe, że zazwyczaj nie stanowi zagrożenia dla człowieka. Większość osób w ogóle go nie odczuwa - uspokaja przedstawicielka Akwarium.

Ale nawet, jeśli są właściwie niegroźne, dobrą nauką zarówno dla dzieci, jak i dla dorosłych będzie w przypadku chelbii modrej zachowanie dystansu.

- Zostawmy je w spokoju, dla ich dobra oraz dla naszego bezpieczeństwa i komfortu - dodaje Weronika Podlesińska. - Jeżeli zwierzę znajduje się w płytkiej wodzie, najlepiej go nie dotykać i pozwolić, by przemieszczało się wraz z falami i prądami.

Zaznaczmy jeszcze, że w chłodniejszych miesiącach w wodach Bałtyku spotkać możemy też włosienika.

Kontakt z parzydełkami tej meduzy jest już odczuwalny i może powodować bolesne podrażnienie skóry. Także tym bardziej weźmy sobie do serca radę o zachowaniu dystansu.

Intruzi czy goście?

W ostatnich latach dużo więcej mówi się też o gatunkach obcych, inwazyjnych. Także Bałtyk nie jest ich pozbawiony. Zwierzęta te trafiają do naszego morza np. w wodach balastowych statków lub przychwypane do ich kadłubów. A jeżeli warunki okażą się tu dla nich odpowiednie, mogą tworzyć stałe populacje.

- Do takich zwierząt należą skorupiaki. W Bałtyku spotykamy kraba wełnistoszczypcego, który pochodzi z Azji Wschodniej, oraz krabika amerykańskiego, pochodzącego z wybrzeży Ameryki Północnej. W Bałtyku występuje też krab brzegowy, gatunek związany z północno-wschodnim Atlantykiem - wymienia Weronika Podlesińska. - W ostatnich latach sporadycznie odnotowywane są również inne gatunki, takie jak kalinek błękitny, który pochodzi z zachodniego Atlantyku. Na razie nie oznacza to jednak, że za domowił się on w Bałtyku na stałe. Niskie zasolenie naszego morza może ograniczać jego możliwości rozmnażania.

Warto w tym miejscu rozróżnić, iż nie każdy gatunek obcy staje się gatunkiem inwazyjnym.

- Za każdym razem, gdy nowy gatunek trafia do na-

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



Ogłoszenia

Potrzuje

BEZ opłat odbiorę graty z likwidacji domu, garażu, strychu, 517-427-930

MEBLE pokojowe, kuchenne, sprzęt AGD i RTV - nieodpłatnie, 661-027-265

ROWER z PRL-u Wigry, Jubilat, Flaming, kolarkę i inne, 608-097-274

SILNIK do starego motocykla, motoroweru, 517-427-930

Hobby

ANTYKI

MEBLE obrazy porcelanę szkło lampy szable bagnety medale odznaczenia starocie kupię, 608-207-652

PRL - Zabawki, autka, żołnierzyki, koleжки, komiksy, płyty, znaczki, monety, banknoty kupię, 608-207-652

Turystyka

NOCLEGI

APARTAMENTY

INOWŁÓDZ - letnisko do wynajęcia, kajaki, 691-622-262

PENSIJONATY

ŁEBA - tanie pokoje z łaz. 603-471-715.

DOMKI LETNISKOWE

KASZUBY domki, pokoje z łazienkami, nocleg 65 zł, 721-548-754

Domy

SPRZEDAM

DOM murowany 65 m², koło Końskich, 609-935-191

KUPIĘ

KUPIĘ dom w Łodzi, 887-198-818

SEGMENT w Łodzi, może być do remontu lub zadłużony, 608-097-274

Mieszkania

BLOKI SPRZEDAM

M2, bezpośr, Chojny, 530-174-055

DO WYNAJĘCIA

Kawalerka, Górna, 665-600-247

Mieszkanie Górna 665-600-247

Pokoje Piękna 665-600-247

Lokale użytkowe

DO WYNAJĘCIA

LOKAL 20m², wygody Dom Handlowy "Batory" lp na biuro, biuro prawnicze, inne, 602-645-222, 503-044-933

Działki

SPRZEDAM

1050 letnisk. las prąd, 602-248-762

BUDOWLANE, Tuszyń, 695-864-032

DOMEK letniskowy 16m, 503-697-076

KUPIĘ

KUPIĘ działkę rekreacyjną nad wodą, 601-152-832

KUPIĘ działkę rekreacyjną blisko wody, kujawsko-pomorskie, Drawsko Pomorskie i okolice, 603-432-942

KUPIĘ działkę rekreacyjną nad wodą, łódzkie i mazowieckie, 603-432-942

Sprzęt domowy

MEBLE

BIURKO 110x55cm - 250zł, półka 95x45cm - 50zł, stół metalowy 120zł, szafka kuchenna 40zł, 503-697-076

STÓŁ + krzesła - 200 zł, komoda, szafa, witryna po 130 zł/szt, ławostół, fotele po 50 - 70 zł/szt., 785-971-061

WERSALKA, sofa, fotel 1-2 osobowy, rozkładany po 120 - 150 zł/ szt., szafki kuchenne po 30 - 50 zł/szt., kanapa rogowa - 200 zł, 785-971-061

DYWANY

DYWANY różne, chodniki, 785-971-061

Komputery

POGOTOWIE komputerowe, 733-955-881

Budowlane

MATERIAŁY

KRUSZYWA drogowe z dostawą, 605-231-441

Handlowe

Drewno kominkowe, 502-061-012, 513-149-330

NAMIOT imprez. 6x3, 503-697-076

SKUP złomu, druki, met. kol. Dojazd. Gotówka, 505-854-654

WYPOSAŻENIE piekarni, cukierni, gastronomii. Piec do wypieków i lada chłodnicza sprzedam, 605-982-276

Rozmaite

ART. DZIECIĘCE

FOTELIK 25zł, hulajnoga 30zł, wózek 45zł, lalka 20zł, 503-697-076

Rolnicze

PŁODY ROLNE

SPRZEDAM duże ilości kwiatu słonecznika ozdobnego, 506-381-142

SPRZEDAM duże ilości marchwi jadalnej, 506-381-142

RÓŻNE

NAWOZY NPK, MG, S, N 6%, P 16%, K 28%, S 9%, MG 7% Cena 2.150 zł/tona, 500-669-621

USŁUGOWY zbiór kamieni polnych - maszynowo, 605-231-441

WAPNO nawozowe - sprzedaż, dostawa, rozsiew, 605-231-441

AUTOPROMOCJA 0011033610

OGŁOSZENIA DROBNE
na TELEFON

800 472 852
42 647 28 52

Zamienię

PRALKA automatyczna, kuchnia gaz., lodówka, zamrażarka, grzejnik elektryczny, drobne AGD na inną rzecz, 785-971-061

Usługi

BUDOWLANE

BRUKARSTWO, 791-306-104

CIESIELSTWO - więzby od 10zł, 796-184-162

DACH tanio solidnie VAT, 787-337-426

DACHY blachodachówka 8zł, ceramika 12zł, papy termo 8zł, 796-184-162

DACHY krycie, naprawy, docieplenia, obróbki blacharskie, 602-281-064

Dachy, rynny 601-277-130

GŁADZIE, malowanie, tapeta, karton/ gips, 792-575-422

GŁADŹ, mal. glazura, 510-322-848

Malowanie tanio, gładzie, glazura, 512-102-003

PAPY termozgrzew. 8zł, 796-184-162

MONTAŻOWE

Żaluzje. Rolety. Moskitiery. Producent. Tanio. Solidnie, 509-190-833

INSTALACYJNE

Elektroinstalacje, awarie, pomiary. Tanio, solidnie. Tel: 509-275-480

Hydraulika i awarie, 884-312-678

HYDRAULIKA tanio, 788-289-668

Hydraulika, naprawy, 509-721-995

Przepychanie kanalizacji, 509-721-995

PORZĄDKOWE

Mycie okien, 518-926-402

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

AGD NAPRAWY

Automatyczne pralki - dojazd gratis, 42-674-14-67, 501-076-336

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

RTV NAPRAWY

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

TELE -audiovideo naprawa, 602-687-803

ANTENY

24h anteny serwis, nc+, Polsat, Cyfra +, naziemna, 506-592-529

ANTENY taniutko, 733-955-881

OGRODNICZE

CIĘCIE drzew - rębak, 789-605-290

Ogrody. Trawniki. Fachowo, 605-307-582

PRACE ogrodnicze, 507-331-011

TRANSPORT

Rutkowski przeprowadzki, 501-781-201

Praca

ZATRUDNIĘ

DO sprzątnię posesji i mycia klatek schodowych., 793-153-722

Ogrodnika brukarza, 793-515-313

PANIĄ do sprzątnię mieszkania, 887-198-818

SOLIDNEGO "złota rączka" - emeryt, rencista, 605-982-276

ZATRUDNIMY osoby do sprzątnię zakładu produkcyjnego w Strykowie (możliwość dowozu). Mile widziane orzeczenie o niepełnosprawności, 660-521-529

Medycyna

STOMATOLOGIA

BEZPŁATNE protezy zębowe - w ramach NFZ. Zgierz, ul. Promienistych 2, 42-717-17-04, 510-231-468

AUTOREKLAMA

strefa BIZNESU.pl

Know-how w dobrym biznesie

strefabiznesu.pl

Z kuponem rabatowym zawsze taniej!

Kupon prosimy realizować w dniach 12 - 18 sierpnia 2026 roku

REKLAMA 0011562110

ARTYKUŁY BHP I PPOŻ.
Łódź, ul. Przędzalniana 14
Tel. (42) 676-20-14, 676-72-54
sklep czynny pn. - pt.: 8.00 - 16.00
www.bhp-ppoz.com biuro@bhp-ppoz.com

OFERUJEMY:

- sprzęt ochrony osobistej
- odzież roboczą i ochronną
- obuwie robocze i ochronne
- rękawice robocze i ochronne
- gaśnice, agregaty p. poż., koce
- armaturę hydrantową (szafki, węże, nasady, prądownice, zawory)

PEŁNE ROZMIARY UBRAN I BUTÓW
ubrania, spodnie, fartuchy, kombinizony:
- antyelektrostatyczne, trudnopalne
- kwasoodporne, dla spawacza

WYGODNY PARKING, PRZYMIERZALNIA

- instrukcje bhp i ochrony p. poż.
- znaki ewakuacyjne, bhp i p. poż.
- znaki oraz tablice budowlane, ADR
- znaki energetyczne i informacyjne
- apteczki z wyposażeniem,
- środki czystości, czysciwa, papiery sanitarne

POLECAMY GAŚNICE!
• do pojazdów
• do budynków
• do domu
• do firm
• specjalistyczne

Z TYM KUPONEM 5% TANIEJ MOŻNA PŁAĆ KARTA

REKLAMA 0011559647

BOTANIC PARK

Nowe mieszkania w Łodzi
ul. Konstantynowska 64 C

Powierzchnie od 29 m² do 105 m²

GETMAR
Firma Budowlana

tel. 785 400 542, 601 858 400
mieszkania@getmar.com.pl

www.botanicpark.pl

GWIAZDA

Justyna Steczkowska: Mieszka w nas boska iskierka zwana duszą

– Muzyka i artyści powinni brać większą niż kiedykolwiek wcześniej odpowiedzialność za młodzież, do której mówią
– podkreśla wokalistka Justyna Steczkowska

Urszula Śleszyńska

W niedzielę, 26 lipca, wystąpi pani w Teatrze Wierzbalin w Supraślu w ramach Festiwalu Między Wierszami. Ostatnio była pani w Białymstoku, żeby... czytać! W ramach 20-lecia Bajkowych Poranków. Czy głośne czytanie, chociażby dzieciom, jest ważne?

Zaproszenie na czytanie przyjąłam z ogromną chęcią, ponieważ jestem wielkim orędownikiem czytania książek. I to od zawsze. Zawsze czytałam swoim dzieciom na dobranoc i uważam, że to jest najpiękniejsza bliskość, jaka wieczorem może wydarzyć się między rodzicem a dzieckiem. Po pierwsze, dziecko słucha i pobudza swoją wyobraźnię. Ma tylko tekst i musi sobie wyobrazić jak wygląda historia. Pamiętam jak czytaliśmy Leonowi Sienkiewicza – „Ogniem i Mieczem” i „Potop”. To są przepiękne książki dla dziecka, które ma osiem lat. Idealne, bo dużo się dzieje, jest dużo pięknych walk, opisów. Oczywiście jak dzieci były małe, to czytaliśmy im bajki, ale też zdarzało się, że je wymyślałam, na przykład o kosmitach. Czytanie na głos jest bardzo ważne, również wtedy, kiedy dziecko się uczy. A dla rodzica to jest też powrót do dzieciństwa. I ta wspomniana już bezcenna bliskość – to jest ta chwila, w której dziecko zasypia, czuje się bezpiecznie, słyszy jakąś historię, która go porusza, a do tego uruchamia wyobraźnię, która jest przecież najbardziej kreatywnym ośrodkiem w naszym ciele. A później z tego wszystkiego rodzą się wielkie rzeczy. Wszystko zaczyna się w głowie. A żeby głowa była kreatywna, to musimy wciąż tę kreatywność w sobie pobudzać. Czytanie jest jednym z najważniejszych elementów tej historii.

A od takiego głośnego czytania blisko jest do śpiewu?

Myślę, że tak. Ja też jak śpiewam, jak ćwiczę, to mówię głośno teksty. Szczególnie kiedy ćwiczę projekt Steczkowska/Demarczyk, jak wyruszam w jakąś trasę. To jest bardzo trudny repertuar i muszę ćwiczyc z karkiem w buzi na głos, żeby dykcja była doskonała. Wia-



– Przestałam mieć jakiekolwiek żale, jakiekolwiek pretensje – wyznaje Justyna Steczkowska

domo, że śpiewam też głośno, bo jak inaczej! (śmiech)

W tym roku obchodziła pani swój jubileusz w Opolu. Chciałabym się cofnąć w czasie, do roku 1994, do Debiutów i właśnie do Opolu. Jak się pani od tamtego czasu zmieniła?

Dojrzałam, jak każdy w swojej drodze, jeśli oczywiście chce doj-

rzewać i skupić się na rozwoju, również duchowym, nie tylko muzycznym. Myślę, że jako człowiek zmieniłam się na lepsze. Na co dzień jesteśmy przede wszystkim ludźmi. To, że mamy jakieś etykiety – artystki, księgowej, mamy, córki, żony itd. – to są tylko etykiety, z którymi jesteśmy związani w naszym życiu, w społeczeństwie. Natomiast my jako istota jesteśmy czymś więcej. To w nas

mieszka boska iskierka zwana duszą. To ona nas zasila, ona nas prowadzi. Jeśli mamy z nią dobry kontakt, to nasze życie wygląda zupełnie inaczej. Jest pełniejsze, bardziej empatyczne, wyrozumiałe i piękne. Zawsze dążyłam do kontaktu z nią, ale nie wiedziałam, jak to zrobić. Poszukiwałam informacji, książek. To zresztą bardzo często polecam swoim fanom na Instagramie – żeby dotrzeć do tego

momentu, w którym naprawdę jestem w 100% połączona z duszą. Wiedziałam, że to da mi siłę i zupełnie inną perspektywę patrzenia na siebie, w kontekście nie tylko świata, ale też wszechświata. Ale też patrzenia na świat, który mnie otacza, czyli rodzinę, społeczeństwo, środowisko, w którym żyję. I wreszcie dotarłam do takiego momentu, który wydarzył się w Indiach, na warsztatach.

Co to był za moment?

Przepiękny i nieporównywalny z niczym innym! Każdy z nas, dopóki żyje, porusza się, myśli, jest zasilany energią duszy. Ale ona czasem zasila nas tylko tyle, ile musi, żebyśmy funkcjonowali. Natomiast kiedy naprawdę czujemy i spotkamy się z nią „twarzą w twarz”, to trudno porównać tę miłość z cymkolwiek innym. Pamiętam, że poczułam jak ta energia wraca do mojego ciała, zasilaając je w sposób niezwykle mocny. Oczywiście lały się łzy, bo to jest nie do opamiętania. To jest też energia ciała. Ciało wszystko pamięta, jest najpiękniejszą książką o nas samych. Od tej pory wszystko zaczęło się zmieniać. I zmienia się nadal, na lepsze, we mnie samej jako człowieku.

To znaczy?

Przestałam mieć jakiekolwiek żale, jakiekolwiek pretensje, nieporozumienie między sobą a innymi ludźmi. Trzeba też pamiętać, że jestem tylko człowiekiem i też jestem uzależniona od emocji, które krążą wokół. Chcąc nie chcąc jesteśmy związani ze środowiskiem, w którym żyjemy. I nas też ono dotyczy. Teraz już wiem, jaki to jest schemat i natychmiast mówię sobie: „Naprawdę? Jeszcze tego nie zrozumiałaś?”. I wtedy moja dusza mi przypomina, że zrozu-
miałam, tylko przez moment zapomniałam, czepiając się czegoś, co do mnie nie należy i nie jest moje. Więc to była długa droga, która trwała wiele lat. Trzeba też pamiętać o jednej ważnej rzeczy. Że ta droga zaczyna się zawsze od naszej własnej chęci rozwoju. Więc jeśli mogę państwu powiedzieć coś od siebie, jeśli ta wiedza jest dla was cokolwiek warta, to pamiętajmy, że nikt za nas świata nie zmieni – naszego szczególnie.

FOT. W. WOJTKIEWICZ

Ale on się zmieni, jeśli my podejmemy decyzję, że chcemy zrobić krok w stronę duchowości. A duchowość to nie są żadne czary mary, nic z tych rzeczy! To jest zwykła codzienność dbania o siebie, o swoje własne emocje, granice. O to, żeby naprawdę kochać siebie w takiej formie, jaką dostaliśmy. Dbać o swoje ciało, które jest najlepszą historią nas samych, bo to jest nasz odbiornik wszystkiego. Zapisuje w sobie każdą emocję. I zasypiając każdego dnia, trzeba odpuścić złe emocje, podziękować za kolejny piękny dzień. Podziękować sercu, duszy, wszystkim narządom za to, że dały nam kolejny krok w rozwoju. Wtedy rano człowiek budzi się jak nowo narodzony.

Czy z tej drogi, z tej wędrówki duchowej wzięła się też „Gaja”?

Tak, w dużej mierze. Zaczęło się to dawno, tak naprawdę od płyty „Anima”, w której opowiadałam o człowieku w kontekście wszechświata. Potem była płyta „Maria Magdalena”. Po między były inne popowe płyty, którymi się cieszyłam i jestem z nich bardzo dumna. Natomiast te dwa albumy, jeśli ktoś sobie ich posłucha, to zrozumie moją muzyczną drogę, która jest opowieścią o mnie samej, o mojej podróży duszy, o kierunku, w którym zmierzam. I bardzo wielu ludziom ta historia się przydała. Bardzo wielu.

Kiedy graliśmy „Marię Magdalę” po piętnastu latach w Planetarium Śląskim, ilość listów, podziękowań szczególnie od młodych ludzi, mnie oszołomiła. Pisyli, że moja muzyka, że cały ten medytacyjny koncert uratował im życie. Łały się łzy ze wszystkich stron, i z mojej, i z ich. Wszyscy wiemy, że media społecznościowe, internet i wszystko to, co wydarzyło się przez ostatnie lata jest wspaniałą wolnością i możliwością zdobywania wiedzy, ale jest to też wielki śmietnik, który ryje nam głowę. Musimy pamiętać, co wybieramy i co wspieramy swoją energią. Ludzie są przebudzowani i to jest największy problem. My, dorośli, czasem sobie z tym nie radzimy. Ale my byliśmy wychowywani w PRL-u, gdzie nie mieliśmy telewizorów – mojej rodziny nie było na to stać, nie mieliśmy telefonów, mieliśmy tylko siebie, tę emocjonalną bliskość z ludźmi, rówieśnikami, rodzeństwem, rodzicami – niektórzy gorszą, niektórzy lepszą. Akurat ja miałam bardzo fajną rodzinę i byliśmy ludźmi powiązanymi ze sobą. Dzisiaj – przez technologię – jesteśmy ludźmi powiązanymi z całym światem. Czyli z kim? Z nikim! I to jest największa bolączka naszych czasów dla młodych ludzi, którzy przebudzowani nie radzą sobie

ze swoimi własnymi emocjami. A w internecie widzą świat, który jest wycinkiem prawdziwego życia – nie jest prawdą. Jaki Instagram jest prawdziwy? Żaden. Tam pokazujemy chwile, z których jesteśmy dumni, którymi się cieszymy. Urywki czegoś pięknego. Ale życie też jest trudne, czasem skomplikowane, czasem po prostu brzydkie. Świat jest doskonały w swojej niedoskonałości. I to wszystko trzeba umieć sobie powiedzieć. Jestem niedoskonały.

Co znaczy niedoskonały?

Właśnie. Inny niż koleżanka? To ona jest doskonała, a ja nie? Co to znaczy być doskonałym? Jesteśmy tu po to, żeby czegoś się uczyć, doświadczać, stawiać każdego dnia krok ku swojemu własnemu rozwojowi i zrozumieniu siebie. Nie można się porównywać z innymi. A internet i media społecznościowe wymuszają to na młodych ludziach. Stąd tyle depresyjnych sytuacji, samobójstw. To jest naprawdę ogromna skala, o której się na co dzień nie mówi, a przy tym brak jest wsparcia psychiatrów, psychologów, których jest po prostu za mało. Dlatego uważam, że muzyka i artyści są jedną z tych grup, która powinna brać jeszcze większą niż kiedykolwiek wcześniej odpowiedzialność za młodzież, do której mówi. I wielu młodych artystów to rozumie. Ja też rozumiem i dlatego opowiadałam o tej płycie i przypominam o niej ciągle, ponieważ ona rzeczywiście powoduje, że nasz rozumieć siebie i patrzeć na świat z innej perspektywy, co czasem niektórym naprawdę w realu ratuje życie.

Wspomniała pani o rodzinie, o bliskości. Pani była związana z babcią i to od niej dostała pani pierwsze szpilki! Jak w tych szpilkach iść przez życie tak, żeby się nie połamaly?

Dobre pytanie – bardzo kobiece i sprytne (śmiech). To jest wszystko to, co powiedziałam przed chwilą. Mnie się wiele razy łamały szpilki. I miałam bardzo różne lata. Bywałam przemęczona, sfrustrowana, przeciążona. Trzeba pamiętać o tym, że artysta, który ma rozpędzoną karierę, która w zasadzie się od 20-30 lat nie zatrzymuje, wciąż jest w obrocie. A przecież przede wszystkim jestem mamą trójki dzieci. W tym wszystkim chciałam je wychować na dobrych ludzi. Na tyle, na ile potrafię. Dzieci uczą się od nas, są naszym lustrem. To, co najważniejsze, to poświęcanie im czasu, bycie z nimi. Wychowanie to nie są prezenty, to nie jest pouczanie. To jest bycie w procesie.

Wiem, że w obecnych czasach mamy o wiele trudniej, niż mieli-

śmy kiedyś, chociażby w tym PRL-u, który pamiętam z dzieciństwa. Wtedy wychowywała nas i ciocia, i babcia, i dziadek. To po prostu była społeczność, była jakaś bliskość między ludźmi. Dzisiaj to jest o wiele trudniejsze, bo jesteśmy czasem naprawdę sami z tym wszystkim. I ja rozumiem rodziców i ich frustrację. Jestem dumna z każdego, kto podjął tę rekawicę i postanowił stworzyć rodzinę i nauczyć się bezwarunkowej miłości. Wiem, jakie to jest trudne. Nieraz łamałam szpilki, uczyłam się na swoich błędach, starając się ich nie powtarzać. I szłam dalej. Podnosiłam głowę i po prostu szłam. Najgorzej to zapisać się w sobie. I pozwolić sobie na to, żeby świat zewnętrzny miał na nas tak duży wpływ, żeby to nas raniło i łamało. To jest najgorsze. A sama też wiele razy wpadałam w taką historię. Dzisiaj już się to nie dzieje. I nawet jak coś mnie urazi – czy to jest hejterski komentarz, czy coś, co nie jest miłe – to przypominam sobie czas, w którym naprawdę było źle i zamykałam się w sobie na wiele dni. Dzisiaj to jest pięć minut. Czasem pojawia się łza, ale to jest łza, która rozumie, że musi przepłynąć przez ciało, żeby uwolnić emocje. Ona nie robi mi krzywdy i nie zamyka mnie w sobie samej.

Muzyka też ma moc terapeutyczną, a pani muzyka pojawi się w ten weekend w supraszkim Teatrze Wierszalin, a chwilę później – bo 12 września – wystąpi pani w bardzo pięknej, kolorowej odsłonie z projektem Roma Symphonica w Operze i Filharmonii Podlaskiej.

Nagrałam tę płytę wiele lat temu z Boban Markovićem, który jest pierwszą trąbką Serbii. To jest wspaniały romski muzyk, który szukał wokalistki do swoich piosenek, żeby ponieść ich kulturę i pokazać ją jeszcze w innym świecie. My jesteśmy z Romami związani, bo przecież jesteśmy krajem otwartym, takim, który chce zrozumieć innych ludzi. Nawet jeśli czasem coś nas różni, jeśli wkracza polityka, to i tak uważam, że my – jako Polacy, jako ludzie – jesteśmy otwarci. Przez wieki tak było, więc warto o tym pamiętać. Romowie zawsze tu mieszkali i zawsze tu byli. W Stalowej Woli, gdzie się wychowywałam, lata temu było takie osiedle, gdzie mieszkali Romowie. Byli już bardziej współcześni, chodzili do szkoły, byli zasymilowani z naszym społeczeństwem, więc to były już inne czasy niż kiedyś. Niemniej żyło się z nimi dobrze. Pamiętam, jak jeden z nich śpiewał w chórze mojego taty. Piękny chłopak, pięknie śpiewał, bo oni mają dar do muzyki, specyficzną wrażliwość, tworzą piękne

melodie, piękną muzykę. Dużo wolności w tym jest. Pamiętam, że kiedy dostałam ten materiał Bobana Markovića, to się w nim zakochałam. Napisaliśmy polskie teksty i ruszyliśmy w trasę, która osiągnęła bardzo duży sukces. I postanowiłam w 30-lecie swojej pracy zagrać tę płytę, ze względu na to, że jest magiczna, kolorowa, piękna i zjawiskowa. Cudowne piosenki, cudowna muzyka, a my na tej scenie robimy naprawdę show. I zapraszamy!

Motywem przewodnim naszej rozmowy stała się droga. Ta od 1994 roku do dzisiaj, ale też ta droga duchowa. A jaka jest droga od „Dziewczyny szamana” do „Mamacity”?

Myslałam, że spyta pani jaka jest droga od „Dziewczyny szamana” do szamanki (śmiech). Droga była długa. „Dziewczyna szamana” jest symbolem, wielkim przebojem. Stworzyłam ją z Grzegorzem Ciechowskim – ja pisałam muzykę, on tekst. Ale rzeczywiście z perspektywy czasu widzę, że byłam „Dziewczyną szamana”, czyli kogoś, kto był moim mentorem. Grzesiu był cudownym człowiekiem. Bardzo dużo przeżył i stworzył, i chciał zrobić krok w swoim rozwoju już nie jako wokalista, tylko jako kompozytor, ale też producent innych artystów, co mu się świetnie udało. Ja z „Dziewczyną szamana” byłam tego najlepszym przykładem. Dzisiaj już nie czuję się niczyją dziewczyną. Sama wiem co robię i kim jest szamanka. To jest moja własna wewnętrzna siła, do której dochodziłam przez wiele lat. Ale jestem dumna, że się nie złamałam i nie skręcałam w strony, które mi się muzycznie nie podobały, a były w danym momencie modne. Natomiast w 30. roku swojej muzycznej kariery pomyślałam, co jeszcze mogę zrobić, czym zaskoczyć fanów? I wtedy wpadłam na megalianse Steczkowskiej. Chciałam, żeby to było totalnie odjechane i żeby to były takie połączenia, na które nikt nie wpadnie. Pierwszą postacią był Staszek Karpiel-Bułecka – świetny muzyk, bardzo energetyczny. Nagraliśmy „Pójdę tam”. To było o górach, pokochałam tę piosenkę, zgodziłam się w niej zaśpiewać. Ale to nie był taki megalians, którego ktoś by nie wymyślił, prawda? Nikt za to nie wymyślił megaliansu

Nie można się porównywać z innymi. A internet i media społecznościowe wymuszają to na młodych ludziach. Stąd tyle depresyjnych sytuacji, samobójstw

JUSTYNA STECZKOWSKA
wokalistka

Steczowska – Skolim. To ja wymyślałam (śmiech), zachęcana trochę przez moje dzieci. Pomyślałam: dlaczego nie? Niech wszyscy gadają, niech będą zaskoczeni. Niech też pójdzie taki sygnał do kobiet po 50., czyli dojrzałych kobiet, żebyśmy nie starały się być niewidzialne. Że mamy swoje prawo do tego, żeby być nadal sexy, żeby nadal cieszyć się swoją urodą, sobą, tym, że w dużej mierze odchowaliśmy dzieci i mamy teraz wreszcie czas dla siebie. Czy wszyscy muszą mieć idealnie 58 w pasie, żeby ubrać obcisłą sukienkę czy szpilki? Ja tak nie uważam. Absolutnie nie! Mnie się podobają bardzo różne kobiety. Najpiękniejsze są te, które emanują swoją własną, piękną siłą. Myślę, że wiele kobiet wie, że to nie rozmiar czyni je pięknymi. Są kobiety, do których mężczyźni lgną, chociaż wcale na pierwszy rzut oka nie wyglądają jak dziewczyny z Instagrama. Bo chodzi o to, czym one emanują. I dlatego powstał ten utwór. On ma bardzo popową formę, ale wiele kobiet to zrozumiało, bawiąc się ze mną przy tej piosence. Dlaczego nie mogę być „Mamacitą”? Kto mi zabroni i dlaczego miałby to oceniać? Po prostu bawmy się tym!

Powstały też kolejne megalianse?

Tak, z ikoną lat 90., czyli Paktofoniką. Uważam, że zrobili bardzo dużo dla społeczności, z którą do tej pory się nie łączyłam, bo też to jest trochę inny świat niż mój. Ale piosenka z Rahimem „Tam gdzie śpi nadzieja” jest po prostu świetna. Zawsze ich podziwiałam. To byli jedni z pierwszych prawdziwych raperów. Później jest kawałek z Tribbsem, który jest świetnym artystą młodego pokolenia. Jakie będą jeszcze megalianse? Zobaczmy, może uda mi się jeszcze jeden nagrać.

Gdzie pani droga teraz panią prowadzi?

Zobaczmy. Cały ambaras polega na tym, żeby nie myśleć o końcu tej drogi. Jeśli rozumiemy, że droga jest sensem, to nie czekamy na to, żeby zobaczyć jej koniec. Bo koniec tej drogi jest też naszym końcem. To jest tak jak z dążeniem do sukcesu. Myślimy sobie: „jak będę miał 100 000 na koncie, będę wreszcie szczęśliwy”. A jak już masz te 100 000, to nie jesteś szczęśliwy. Jeśli wewnątrz nie jesteś szczęśliwy, to nawet 100 milionów cię nie uratuje. Jest mnóstwo bogatych i nieszczęśliwych ludzi. Tak samo jest z sukcesem. Niektórzy myślą: Jak sprzedam tyle i tyle płyt, jak zagram tyle i tyle koncertów, to będę wreszcie szczęśliwy. To tak nie działa. Droga mnie cieszy. Droga, a nie cel.



FOT. WERONIKA PODLESKA

Między wszystkimi zwierzętami, grupami zwierząt, występującymi w Bałtyku, istnieją ścisłe zależności

szych wód, istnieje ryzyko zakłócenia równowagi jego ekosystemu. Jednak nie każdy gatunek może powodować szkody - zauważa przedstawicielka Akwarium. - Bałtyk nieustannie się zmienia, wraz z klimatem, środowiskiem oraz działalnością człowieka. Zawsze będzie się zmieniał, a skala i tempo tych zmian w dużej mierze zależą od nas.

„Co drugi oddech daje nam morze”

Bo i właśnie - ciekawostki ciekawostkami, ale opowieści te

mają na celu pokazać też niezwykłą złożoność ekosystemu Morza Bałtyckiego, a co za tym idzie - mnogość czynników, które wpływają na jego kształt.

- Między wszystkimi zwierzętami, grupami zwierząt istnieją ścisłe zależności. Dlatego też opowiadamy o tym, jak te różne grupy zwierząt mogą na siebie wpływać - mówi Weronika Podlesińska. - Mamy różne grupy ekologiczne w Bałtyku (...). Wszystkie one zależne są nie tylko od warunków środowiska,



FOT. MACIEJ KRAJEWSKI

Sandacz występuje w Bałtyku w rejonach przybrzeżnych

ale właśnie tego, jak inna grupa funkcjonuje. Staramy się wyjaśniać te zależności, które są niezmiernie skomplikowane. Nawet dla nas, od czasu do czasu, bywają zawiłe.

W tej sieci zależności znajdujemy się i my. Bałtyk bowiem stanowi nieodłączny element nie tylko krajobrazu Pomorza, ale i całego tutejszego środowiska. Ale działa to również w drugą stronę.

- Czasami przyjeżdżają do nas osoby, które nie żyją

bezpośrednio nad zbiornikami wodnymi, żyją daleko od morza. I może się wydawać, że żyjąc w dużej odległości od takich zbiorników wodnych, nie mamy wpływu na to środowisko. Natomiast jesteśmy ściśle zależni od tego, jak funkcjonuje morze, gdziekolwiek byśmy nie byli - zauważa przedstawicielka Akwarium Gdynskiego. - Można powiedzieć, że co drugi oddech, który bierzemy, daje nam morze, ocean. Dlatego musimy dbać o to środowisko,



FOT. N. OPALIŃSKA

Samce igliczni posiadają torbę lęgową. Na zdjęciu widać też krewetka

choć nie widzimy, co się dzieje tam pod spodem. Te procesy są bardzo skomplikowane i powinniśmy starać się je zrozumieć, zobaczyć (...) i o to środowisko morskie dbać.

A jak przeciętny człowiek może się do tego przyczynić codziennymi działaniami? Już zwykłe sprzątanie po sobie robi ogromną różnicę.

- Wszystko, co zostawiamy na plaży, może wyładować potem w morzu. Uważajmy na to, by nie pozostawiać po sobie śmieci - doradza We-

ronika Podlesińska. - Staramy się dużo opowiadać o tym, czym jest świadomość morska czy tzw. idea Ocean Literacy, czyli świadomość tego, że jesteśmy nierozdzielnie związani ze środowiskiem wodnym, które kształtuje naszą rzeczywistość. Bo ono daje nam tlen, którym możemy oddychać; pokarm, który spożywamy i zapewniamy warunki do życia na tej planecie. To jest jedna z najważniejszych naszych funkcji jako ośrodka edukacji morskiej.

REKLAMA

0011550958

Specjalistyczny Szpital Kliniczny
PODDEBICKIE CENTRUM ZDROWIA
SP. Z O.O.

www.nzozpcz.pl
Poddebickie Centrum Zdrowia

SPECJALISTYCZNY SZPITAL KLINICZNY PODDEBICKIE CENTRUM ZDROWIA SP. Z O.O.

**KOMPLEKSOWA OPIEKA NAD PACJENTEM:
BADANIA DIAGNOSTYCZNE, LECZENIE ZACHOWAWCZE
I OPERACYJNE, REHABILITACJA.**

LECZENIE W RAMACH PODPISANYCH UMÓW Z NARODOWYM FUNDUSZEM ZDROWIA NA ODDZIAŁACH:

- Chirurgii ogólnej i onkologicznej
- Ortopedii
- Ginekologiczno-położniczym
- Urologii
- Chorób wewnętrznych
- Onkologii klinicznej i chemioterapii
- Rehabilitacji
- Anestezjologii i intensywnej terapii
- SOR
- oraz wielospecjalistyczne leczenie ambulatoryjne w ramach poradni przyszpitalnych.

SZPITAL ZAPEWNIĄ leczenie onkologiczne w zakresie chirurgii, urologii, ginekologii oraz chemioterapii.

PACJENTOM ZAPEWNIAMY również świadczenia rehabilitacyjne. POSIADAMY w swojej strukturze basen z wodą geotermalną, kriokomorę, sale do ćwiczeń oraz sprzęt rehabilitacyjny.

Szpital posiada ZAPLECZE DIAGNOSTYCZNE, w tym laboratorium analityczne i bakteriologiczne, pracownię endoskopii oraz pracownię diagnostyki obrazowej.

Specjalistyczny Szpital Kliniczny
Poddebickie Centrum Zdrowia Sp. z o.o.
ul. Mickiewicza 16, 99-200 Poddębice
tel. 43 828 82 50, fax 43 828 82 55

e-mail: sekretariat@nzozpcz.pl
Rejestracja Poradnia Wielospecjalistyczna
tel.: 45 959 53 21

REKLAMA

0011557642

**PSYCHIATRA
GABINET,
WIZYTY DOMOWE**

ŁÓDŹ, ul. RADWAŃSKA 19, lok. 20
TEL. 604-406-067

AUTOREKLAMA

**strefa
BIZNESU.pl**

**Know-how
w dobrym biznesie**

strefabiznesu.pl

DROBNE

Nieruchomości

MIESZKANIA - SPRZEDAM

47M², 1lp, blok z cegły, własnościowe, mieszkanie suche i ciepłe, Sieradz, 739-130-916

MIESZKANIA - KUPIĘ

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

AUTOPROMOCJA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne w Twojej gazecie zleczysz przez Internetowe Biuro Ogłoszeń: ibo.polskapress.pl

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

AUTA uszkodzone - Złomowanie, 604-542-022

Finanse biznes

KREDYTY, POŻYCZKI

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

Zdrowie

ZABIEGI

BUSKO-ZDRÓJ, Pensjonat Sanato Pobyty lecznicze i wypoczynkowe w promocyjnych cenach. Zadzwoń już dziś: 41-378-19-48 lub 696-958-319 www.santo.com.pl

Usługi

OGRODNICZE

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

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

PORZĄDKOWE

MYCIE I RENOWACJA NAGROBKÓW Czyszczenie, renowacja, usuwanie zabrudzeń, pielęgnacja i opieka nad grobami. Łódź i okolice. Tel. 530-031-169.

SOLIDNE mycie okien, 513-185-661.

Turystyka

KRAJ - MORZE

USTKA- Wczasy! Pokoje! 604-486-413.

ROZMOWA

PGZ przyśpiesza. „Budujemy strategiczne bezpieczeństwo państwa”

Naszym celem, oprócz zwiększenia mocy produkcyjnych i rozwoju nowych technologii obronnych, jest maksymalizacja krajowych zdolności serwisowych i usługowych. To kluczowe z punktu widzenia bezpieczeństwa państwa i kosztów eksploatacji sprzętu. Natomiast celem w perspektywie długofalowej jest ulokowanie w Polsce produkcji możliwie największej liczby komponentów lub całych systemów uzbrojenia – mówi Adam Leszkiewicz, prezes Polskiej Grupy Zbrojeniowej.

Robert Szulc

Wodowanie pierwszej fregaty programu Miecznik było ważnym momentem dla polskiego przemysłu stocznioowego. Jakie etapy programu pozostaną jeszcze do wykonania?

Wodowanie „Wichra” to wydarzenie przełomowe, które rozpoczyna kolejny, wymagający etap. To prace wyposażeniowe, integracja systemów bojowych, sensorów, łączności i uzbrojenia, próby portowe i morskie. Największym wyzwaniem będzie integracja systemów. Na okręcie znajdują się systemy Babcocka, Thalesa, MBDA, Lockheeda, Kongsberga, Leonardo oraz spółek Grupy PGZ. Integracja w płynnie działający system to największe wyzwanie i etap wymagający najwyższych kompetencji inżynierskich oraz doskonałej współpracy pomiędzy.

Okrety, które buduje PGZ, zaliczają swoje etapy konstrukcji o czasie, a często nawet przed czasem. Czyja to zasługa?

Największe wyzwania dotyczą globalnych łańcuchów dostaw, terminowej dostępności niektórych komponentów oraz integracji systemów. Budowa okrętu tej klasy z konieczności musi się opierać na precyzyjnym harmonogramie. To, że budowa trzech jednostek postępuje zgodnie z planem, to dla nas wielki powód do satysfakcji z zespołu PGZ Stoczni Wojennej. Program Miecznik to przedsięwzięcie bez precedensu w historii polskiego przemysłu stocznioowego. ORP Wicher jest największym okrętem, jaki kiedykolwiek powstał w polskiej stoczni. To rekord wyporności, wymiarów, wyposażenia i skok technologiczny, który buduje kompetencje krajowego przemysłu.

Jakie kompetencje PGZ będzie mogła wykorzystać przy budowie kolejnych okrętów?

Jednym z założeń programu była rozbudowa kompetencji stocznioowych. W PGZ Stoczni



Adam Leszkiewicz, prezes Polskiej Grupy Zbrojeniowej

Wojennej pozostaje wiedza, technologie i doświadczenie. To kapitał, który będzie mógł zostać wykorzystany przy kolejnych programach morskich. Chcemy, aby w pierwszej kolejności te kompetencje wykorzystać do serwisowania okrętów podwodnych A26. Umowę polski rząd podpisał ze stroną szwedzką w czerwcu 2026 r. My z kolei podpisaliśmy już z Saabem, czyli producentem A26, pierwsze porozumienia otwierające drogę do przyszłego MRO tych jednostek.

Podczas Święta Wojska Polskiego zobaczymy wiele systemów produkcji PGZ. Które z nich uważa Pan za najbardziej dojrzałe i gotowe do zwiększenia wolumenu produkcji?

Mamy dziś wiele produktów, które osiągnęły pełną dojrzałość produkcyjną. To m.in. zestawy przeciwlotnicze Piorun, samobieżne haubice Krab, transportery Rosomak, systemy radiolokacyjne PIT-RADWAR czy samobieżne moździerze Rak. W wielu domenach produktowych intensywnie zwiększamy moce produkcyjne. Najlepiej widać to w przypadku amunicji 155mm i Piorunów – rośnie liczba produkowanych egzemplarzy, mamy bardzo zaawansowane prace nad Piorunem nowej generacji. W służbie w WP są też pierwsze bojowe wozy piechoty Borsuk, a pozytywne opinie

żołnierzy są potwierdzeniem kompetencji Huty Stalowa Wola i podmiotów zaangażowanych w realizację.

Gdzie znajdują się największe ograniczenia produkcyjne Grupy?

Największym wyzwaniem jest tempo rozbudowy mocy produkcyjnych odpowiadające najwyższemu od dekad popytowi na nasz sprzęt. Dotyczy to przede wszystkim amunicji artyleryjskiej, systemów rakietowych, pojazdów pancernych, systemów minowych. Tylko w ostatnim roku zatrudniliśmy 1600 nowych pracowników. Musimy o nich, jak każda firma, konkurować. Dlatego podejmujemy działania wyprzedzające – nasze spółki współpracują ze szkołami średnimi i uczelniami wyższymi, tę współpracę rozszerzamy, włączając się w projekt klas przemysłowych. Ale wracając do kwestii zatrudnienia – obecnie rekrutujemy w m.in. w PIT-RADWAR, w Jelczu czy PGZ Stoczni Wojennej. Nasze oferty pracy są skierowane do kadry inżynierskiej i programistów, technologów produkcyjnych, logistyków, operatorów maszyn, spawaczy, lakierników, elektryków, laborantów. Aktualnie liczba ofert pracy w Grupie PGZ wynosi ponad 230 i wynika z faktu, że realizujemy duże inwestycje – budujemy nowe hale produkcyjne, linie technologiczne. Przechodzimy od modelu produkcji dostosowanej do czasu pokoju do zdolności odpowiadających współczesnym realiom bezpieczeństwa.

Jak duża część obsługi takich systemów jak Abrams, Patriot czy F-16 może doleć do Polski?

Zdolności serwisowe posiadamy już dziś i rozwijamy ich skalę. W Wojskowych Zakładach Motoryzacyjnych w Poznaniu mamy moce usługowe do czołgów Abrams, w Wojskowych Zakładach Lotniczych nr 2 w Bydgoszczy serwisowane są F-16. Wkrótce flota polskich F-16 zostanie tam zmodernizowana do najnowszego standardu. W Dęblinie

rusza budowa jedynego w Europie centrum obsługi silników AGT-1500 czyli napędów Abramsów, a w Wojskowych Zakładach Lotniczych nr 1 w Łodzi powstaje największe w Europie Autoryzowane Centrum Serwisowe Śmigłowców AH-64E Guardian Apache. Wojskowe Zakłady Elektroniczne w Zielonce posiadają kompetencje serwisowe do rakiet przeciwokrętowych NSM. Ta sama spółka buduje Centrum Serwisowo-Produkcyjnego pocisków rakietowych CAMM-ER dla systemu Narrew. Naszym celem, oprócz zwiększenia mocy produkcyjnych i rozwoju nowych technologii obronnych, jest maksymalizacja krajowych zdolności serwisowych i usługowych. To kluczowe z punktu widzenia bezpieczeństwa państwa i kosztów eksploatacji sprzętu. Natomiast celem w perspektywie długofalowej jest ulokowanie w Polsce produkcji możliwie największej liczby komponentów lub całych systemów uzbrojenia. Wystarczy popatrzeć, jak rozwinęły się dzięki temu przemysły obronne Turcji, Korei Płd. czy Japonii. Produkcja w kraju i kontrola łańcucha dostaw to nie kwestia bezpieczeństwa i olbrzymi impuls rozwojowy dla naszych spółek, sieci kooperantów i krajowej gospodarki.

Jedną z najważniejszych premier PGZ na tegoroczny Międzynarodowy Salon Przemysłu Obronnego w Kielcach jest ciężki bojowy wóz piechoty. Jaką rolę ma on pełnić obok Borsuka?

Borsuk pozostaje podstawowym, nowoczesnym bojowym wozem piechoty do działania w szerokim spektrum warunków, z zachowaniem zdolności pływania. Jednak współczesne pole walki wymaga również platform o wyższym poziomie ochrony balistycznej i przeciwmìnowej – to możliwe w konstrukcjach cięższych, pozbawionych wymogu pływerności. Taki pojazd mógłby operować z czołgami w najtrudniejszych warunkach, zapewniając załodze wyższy poziom ochrony.

Premiera demonstratora będzie miała miejsce 8 września na MSPO.

Możemy spodziewać się też innych nowości?

Zdecydowanie. Uchylę rąbka tajemnicy: kolejna z premier także będzie miała charakter opancerzony, a inna przeciwlotniczy. Zapraszamy na nasze stoiska na MSPO. Od tej edycji nasza ekspozycja mieścić się będzie w nowej hali. Naszej wystawie towarzyszyć będą debaty eksperckie, będziemy podpisywać kluczowe umowy z partnerami. Nowością będzie też układ stoisk – zorganizowany w ramach domen produkcyjnych, co odpowiada naszej nowej strukturze działającej od 1 lipca.

Jakie systemy PGZ budzą dziś największe zainteresowanie zagranicznych odbiorców?

Największą rozpoznawalność zdobył Piorun. To wizytówka polskiego przemysłu obronnego. Sprawdzał się w warunkach bojowych na Ukrainie. Zakupiły go m.in. Norwegia, Estonia, Łotwa, Ukraina, Belgia, Mołdawia, Szwecja. Widzimy też duże zainteresowanie ze strony państw Zatoki Perskiej znanymi z Borsuka podwozom UMPG, które oferujemy z różnymi systemami wieżowymi. Mamy też zainteresowanie zagranicznych klientów systemem bezzałogowym Wizjer z WZL nr 2 w Bydgoszczy. No i wreszcie wisienka na torcie – strona szwedzka wyraziła zainteresowanie programem „Ratownik”. Pierwsza jednostka powstaje dla naszej Marynarki Wojennej, ale liczymy, że będą zamówienia dla klientów zagranicznych. Widzimy dziś bardzo silny popyt krajowy i zagraniczny. Naszym priorytetem pozostaje zapewnienie bezpieczeństwa Polsce i realizacja potrzeb Sił Zbrojnych RP. Rozwój eksportu pozwala zwiększać skalę produkcji, obniżać koszty jednostkowe, inwestować w nowe technologie i budować pozycję Polski jako ważnego ośrodka przemysłu obronnego w Europie.

STRONA ZDROWIA

• **Za tydzień:** Syndrom SMS-owej szyi może naprawdę boleć. Skąd się bierze, jak go wyleczyć i jak mu zapobiegać?

NEUROLOGIA

Wyjątkowi czy tylko inni? Zaskakujące fakty o leworęczności, o których nie miałeś pojęcia

Leworęczność, jeszcze do niedawna piętnowana, obecnie już nikogo nie dziwi. Z badań natomiast wynika, że osoby preferujące lewą rękę są bardziej kreatywne i spostrzegawcze od praworęcznych

Monika Górska

Leworęczność, dawniej nazywana mańkuctwem, to używanie do pisania, jedzenia czy wykonywania precyzyjnych czynności głównie lewej ręki. Większość osób na świecie jest praworęczna – leworęczni stanowią zaledwie 10-15 proc. całej populacji.

Tendencja do używania lewej ręki wynika z silniejszego rozwoju prawej półkuli mózgu (ponieważ półkule odpowiadają za przeciwległe strony: lewa za prawą stronę ciała, a prawa za lewą). Osoby leworęczne częściej i sprawniej używają też całej lewej strony swojego ciała.

Naukowcy uważają, że leworęczność jest dziedziczna. Jednak większość leworęcznych dzieci (około 80 proc.) ma praworęcznych rodziców. Natomiast w przypadku gdy oboje rodzice są leworęczni, prawdopodobieństwo, że ich dziecko będzie leworęczne, wynosi aż 46 proc. Ta skłonność ujawnia się już w życiu płodowym, nasila się stopniowo wraz z rozwojem dziecka i utrwała około 2. roku życia.

Krótką historia leworęczności

Leworęczność wynika także z wpływu czynników kulturowych. Istniała bowiem od zawsze. Już w prehistorycznych jaskiniach archeolodzy odkryli malowidła wykonywane przez osoby leworęczne. Jednak przez wieki osoby preferujące lewą rękę były postrzegane inaczej niż praworęczne.

W starożytności leworęczność uważano za dar od bogów. Natomiast w czasach średniowiecza uznawana była za domenę magów, czarownic, a nawet samego diabła, który miał chrzcić swoich wyznawców lewą ręką. Jeszcze do lat 80. XX wieku leworęczne dzieci były strofowane za pisanie lewą ręką i zmuszane do posługiwania się tylko ręką prawą.

Wiem to z autopsji, bo wychowywałam się w tamtych czasach jako osoba leworęczna. Na szczęście moi rodzice nigdy nie „przestawiali” mnie na prawą rękę tak jak np. rodzice mojej koleżanki, która z tego powodu umie pisać teraz obiema rękami, ale preferuje lewą, bo tak jest jej znacznie wygodniej.



Leworęczność wynika głównie z czynników genetycznych lub kulturowych, ale można ją też wyćwiczyć. Osoby leworęczne częściej i sprawniej używają też całej lewej strony swojego ciała

Musiałam jednak dostosować się, aby funkcjonować w świecie przystosowanym do osób praworęcznych, co nie było do końca łatwym zadaniem. To, co dla innych naturalne, mnie początkowo sprawiało trudność. Wykonywanie niektórych czynności siłą rzeczy musiałam opanować także za pomocą prawej ręki, np. obsługę skrzyni biegów w samochodzie czy myszki komputerowej. Do dziś mam jednak problem z jedzeniem sztucami

(w której nóż, a w której widelec?), a czasem także mylą mi się strona prawa z lewą, chociaż nigdy za kierownicą, co jest zaskakujące. Z badań wynika, że leworęczne dzieci, które były zmuszane do pisania prawą ręką, miały gorsze wyniki nauki w szkole, nie chciały do niej chodzić, a nawet miały zaburzenia nerwicowe takie jak tiki, lęki i jąkanie.

Na szczęście obecnie nikt już nie uważa leworęczności za wadę i nie próbuje jej usilnie naprawiać. Można już kupić nożyczki, zeszyty czy inne przybory szkolne, a nawet narzędzia czy przybory kuchenne zaprojektowane specjalnie dla osób leworęcznych.

Leworęczność występuje u około 10-12% populacji na całym świecie, co oznacza, że jest to stosunkowo rzadka preferencja manualna. Częstość ta może się różnić w zależności od kraju i kultury

Cechy osób leworęcznych

Wbrew teoriiom z początku lat 80. XX w. nowsze badania udowodniły, że osoby leworęczne nie są pod żadnym względem „gorsze” od praworęcznych, a wręcz przeciwnie. W niektórych dziedzinach wyróż-

niają się nieprzeciętnymi umiejętnościami. Może to wynikać z faktu, że leworęczność jest „trudniejsza” dla mózgu i wiąże się z większym wysiłkiem umysłowym. Leworęczni są bardziej spostrzegawczy i kreatywni, mają większą zdolność do niesablonowego myślenia. Lepiej radzą sobie z rozwiązywaniem trudnych problemów, mają też większą zdolność do nauki języków obcych oraz większy zasób słownictwa niż osoby praworęczne.

Z badań neuropsychologów wynika, że połączenia między lewą i prawą półkulą mózgu działają u nich szybciej. Dzięki temu leworęczni myślą szybciej, bo obie półkule mózgowe dzielą się zadaniami po równo. Szybciej też przetwarzają i interpretują dużą ilość informacji oraz większa ilość osób leworęcznych ma IQ (iloraz inteligencji) znacznie powyżej przeciętnej. Z innych badań natomiast wynika, że osoby posługujące się sprawnie lewą ręką częściej cierpią na alergię,

choroby autoimmunologiczne i choroby tarczycy.

Nowe badanie naukowców z Max Planck Institute wykazało, że leworęczność może być uwarunkowana genetycznie. Badacze zidentyfikowali rzadką kombinację genów zaangażowaną w kontrolowanie kształtu komórek i zarejestrowali ją aż 2,7 razy częściej u osób, które deklarują leworęczność. Wariant ten, nazwany genem TUBB4B, dotyczy jednak niewielkiej liczby wszystkich leworęcznych osób. Za uważano go tylko u około 0,1 proc. badanych, jednak naukowcy są zgodni, że TUBB4B może grać istotną rolę w generalnym rozwoju asymetrii mózgowej, która determinuje wybór ręki dominującej.

– Przykładowo u większości ludzi lewa półkula dominuje w przypadku umiejętności językowych, a prawa w przypadku zadań, które wymagają orientacji w przestrzeni – tłumaczy neurobiolog Clyde Francks z holenderskiego wydziału psycholingwistyki Instytutu Maxa Plancka, autor badania opublikowanego w piśmie naukowym „Nature”. – Zwykle lewa półkula dominuje nad prawą dłońią. Łączący je nerw przechodzi z lewej na prawą przez niższe struktury mózgu. U leworęcznych zaś to prawa półkula dominuje nad dłońią dominującą.

Leworęczni mają swoje święto

Wśród znanych i wybitnych osób w historii znajduje się wielu leworęcznych, m.in. Arystoteles, Napoleon, Leonardo da Vinci, Maria Skłodowska-Curie, Newton, Charlie Chaplin, Steve Jobs, Bill Gates, Lady Gaga, Ronald Reagan, Barack Obama, Andrzej Wajda czy Albert Einstein.

Międzynarodowy Dzień Osób Leworęcznych – święto osób leworęcznych – obchodzone jest 13 sierpnia. Organizuje je od 1992 roku międzynarodowa organizacja „Klub Leworęcznych” (ang. The Left Handers Club) powstała w 1990 roku, której siedziba znajduje się w Wielkiej Brytanii. W Polsce po raz pierwszy obchodzono je w 2006 roku.

U STOMATOLOGA

Dentysta może może ci zadać bardzo dziwne pytania. To nie przypadek

Rozmowa z dentystą może obejmować kwestie dotyczące jakości snu, poziomu stresu, chrapania, a także stosowania różnych leków

Katarzyna Wąs-Zaniuk

Okazuje się, że sen ma ze zdrowiem jamy ustnej znacznie więcej wspólnego, niż mogłoby się wydawać. Nie chodzi jedynie o sny, w których wypadają zęby. W końcu około jednej trzeciej życia spędzamy śpiąc, a w tym czasie jama ustna wcale nie jest całkowicie „wyłączona”.

– Przede wszystkim w czasie snu spada wydzielanie śliny, co może sprzyjać rozwojowi próchnicy, jeśli zapomnieliśmy o wieczornym umyciu zębów, ponadto suchość nasila oddychanie przez usta. Dentysta może zapytać o chrapanie, w którym niemałą rolę odgrywa obecność wad zgryzu, ale co więcej, dentysta może także zalecić szynę minimalizującą tę dolegliwość i poprawiającą utrzymanie właściwego toru oddechowego. Także dentysta, pytając o sen, może zasugerować wizytę u laryngologa, podejrzewając bezdech senny – opisuje lek. dent. Paulina Moczyńska z VIVA-DENTAL Medcover Stomatologia w Gdańsku.

Specjaliści zwracają również uwagę, że popularne ostatnio zaklejanie ust lub nosa na noc za pomocą

specjalnych plastrów nie jest rozwiązaniem problemów z oddychaniem podczas snu. Tego typu metody nie mają potwierdzonej skuteczności, a wszelkie trudności z drożnością nosa powinny być konsultowane z lekarzem.

Podczas wizyty stomatolog może więc dopytywać nie tylko o samo chrapanie, lecz także o inne objawy mogące świadczyć o zaburzeniach snu. Wśród nich są m.in. poranny nieświeży oddech, uczucie suchości w ustach wymagające nocnego popijania wody, epizody przerw w oddychaniu czy brak poczucia wypoczynku po przebudzeniu. Cennym źródłem takich informacji bywa nie tylko partner śpiący obok, ale również aplikacje monitorujące sen i rejestrujące nocne zaburzenia oddechu.

Żyjesz w stresie? To pytanie może paść w gabinecie

Na pierwszy rzut oka pytanie o poziom stresu może wydawać się mało związane z wizytą u stomatologa. Coraz więcej badań i doświadczeń klinicznych pokazuje jednak, że przewlekłe napięcie psychiczne potrafi bardzo wyraźnie odbijać się

na zdrowiu jamy ustnej, wpływając zarówno na stan zębów, jak i tkanek otaczających.

– U niektórych osób przewlekły, nasilony stres objawia się rozwinięciem bruksizmu, czyli nieświadomego, nadmiernego zaciskania i zgryzania zębami. Może on wystąpić zarówno nocą, jak i za dnia, podczas zwiększonego napięcia. Ma całkiem poważne skutki, jak na przykład pojawianie się ubytków przyszykowych, ścieranie i kruszenie szkliwa, rozchwianie zębów oraz zaburzenia stawów skroniowo-żuchwowych objawiających się trudnymi do zdiagnozowania bólami w obrębie żuchwy, uszu, oczu, głowy i karku – wyjaśnia dentystka i dodaje: – Mało tego! U osób odczuwających przewlekłe napięcie może dojść do rozwinięcia aftoz w wyniku reakcji układu odpornościowego. Pamiętajmy, że stres nie jest pojęciem abstrakcyjnym, a jest to szereg reakcji fizjologicznych naszego organizmu w odpowiedzi na odczuwane zagrożenie.

Czy przyjmuje pani leki na cukrzycę?

Jeszcze niedawno pytanie o leki stosowane w leczeniu otyłości lub cukrzycy trudno byłoby uznać za element standardowego wywiadu stomatologicznego. Dziś jednak analogi GLP-1 są tak powszechnie stosowane, że informacja o ich przyjmowaniu może mieć znaczenie również dla zdrowia jamy ustnej i przebiegu leczenia dentystycznego.

– Leki stosowane w terapii choroby otyłościowej oprócz łaknienia mogą zmniejszać odczuwanie przagnienia i takie głosy pacjentów do nas dochodzą, że zapominają pić. A jeśli mało pijemy, wracamy do pierwotnego problemu, czyli zbyt małej ilości śliny w jamie ustnej. Przez to ryzyko próchnicy i chorób dziąseł znacząco rośnie.

Sprawą poważną są też refluks żołądkowo-przełykowy i wymioty. Te czynniki obniżają pH w jamie ustnej, a więc zwiększają kwasowość, co z kolei skutkuje rozwojem kwasowej erozji szkliwa, a to obserwujemy m.in. po charakterystycznych zmianach na odzieżowej stronie koron – przestrzega ekspertka z VIVADENTAL Medcover Stomatologia.



Zastosowanie dezodorantu na noc po kąpieli może zachować przyjemny zapach skóry do poranka, a nawet dłużej

HIGIENA

Rano, a może wieczorem? Wiemy, kiedy najlepiej stosować antyperspirant

Gabriela Fedyk

Kiedy najlepiej używać antyperspirantu lub dezodorantu? Jedni robią to po kąpieli przed położeniem się spać, inni czekają z aplikacją do rana. Kto ma rację?

Codziennie myjesz zęby, twarz, ciało i nakładasz dezodorant. Niektórzy tę ostatnią czynność robią wieczorem, przed pójściem spać, inni przy porannej toalecie. Co na to ekspertka? Kiedy najlepiej używać antyperspirantu lub dezodorantu?

– Najpierw warto wspomnieć o tym, że dezodorant i antyperspirant to są różne preparaty dla osób o różnych potrzebach – mówi dr Karolina Kozera-Wojtan, dermatolożka, lekarka medycyny estetycznej grupy LUX MED.

Na czym polega różnica?

– Dezodorant niweluje nieprzyjemny zapach i minimalnie zmniejsza ilość tworzących się bakterii, natomiast antyperspirant jest preparatem specjalistycznym dla osób z nadpotliwością skóry, który ma ograniczać pracę gruczołów potowych – wyjaśnia ekspertka.

Jak podkreśla dr Kozera-Wojtan, aplikowanie antyperspirantu na noc powoduje lepsze wchłanianie się i zwiększa jego efektywność.

– W nocy praca gruczołów potowych jest mniejsza, mniejsza wilgotność sprzyja również wchłanianiu – dodaje.

Dr Karolina Kozera-Wojtan mówi, że nakładanie antyperspirantów na noc sprzyja osiągnięciu najlepszych efektów działania. W przypadku dezodorantów nie ma ani takich wskazań bezpośrednich, ani przeciwwskazań.

– Praca gruczołów potowych jest mniejsza i też mniejsze zapotrzebowanie na dezodorant. Z drugiej strony mniej, ale nadal pracują i po zastosowaniu dezodorantu na noc po kąpieli możemy zachować przyjemny zapach skóry tej okolicy do poranka albo i dłużej – dodaje dermatolożka.

Dlaczego lepiej nakładać antyperspirant wieczorem?

W nocy temperatura twojego ciała spada, a to oznacza, że mniej się pocisz. Gdy gruczoły potowe są mniej aktywne, kanaliki potowe mogą lepiej wchłaniać substancję czynną z antyperspirantu. To właśnie w nocy produkt ma czas, aby wnikać i skutecznie zablokować kanaliki potowe.

Rano gruczoły potowe są bardziej aktywne, a substancje czynne mogą mieć trudności z wnikiemiem w skórę i dotarciem do miejsc, w których powinny się znaleźć.

Co ważne, nie rób tego od razu po kąpieli. Dlaczego? Antyperspiranty są najskuteczniejsze, gdy są stosowane na bardzo suchą skórę. Jeśli powierzchnia skóry jest wilgotna, antyperspirant nie dotrze do wnętrza porów, co jest konieczne, aby blokować pot. Najlepiej nakładaj go po wytarciu ręcznikiem i całkowitym wyschnięciu pach.

Warto pamiętać, że pocenie reguluje temperaturę ciała i chroni organizm przed przegrzaniem. Za ten proces odpowiadają głównie gruczoły ekrynowe rozmieszczone na całej skórze.

Z kolei gruczoły apokrynowe (m.in. pod pachami) produkują pot, który w połączeniu z bakteriami może powodować nieprzyjemny zapach. Dlatego tak ważna jest nasz codzienna higiena.



Wywiad, jaki z pacjentem przeprowadza stomatolog, może być bardzo szczegółowy i dotyczyć nie tylko jamy ustnej

W GABINECIE SPECJALISTY



Nie można bagatelizować pierwszych sygnałów, które mogą świadczyć o problemach z naczyniami krwionośnymi. Teraz łatwiej jest umówić się na pierwszą wizytę

Chirurg naczyniowy w centralnej e-rejestracji. Łatwiej o pierwszą wizytę

Od niedawna pacjenci mogą łatwiej umówić się na pierwszą wizytę u chirurga naczyniowego i angiologa. Warto z tego skorzystać.

Katarzyna Wąs-Zaniuk

Żyłaki to jeden z najczęstszych problemów zdrowotnych współczesnych Polaków. Z przewlekłą niewydolnością żylną zmagają się niemal połowa dorosłej populacji, a schorzenie to występuje częściej niż takie choroby przewlekłe, jak cukrzyca czy nadciśnienie tętnicze. Kluczowe znaczenie dla skutecznego leczenia ma wczesna diagnostyka oraz konsultacja z odpowiednim specjalistą.

Od 1 sierpnia 2026 r. pacjentom ma to ułatwić rozszerzona centralna e-rejestracja, która obejmuje kolejne specjalizacje, w tym angiologię i chirurgię naczyniową.

Czym różni się chirurg naczyniowy od angiologa?

Do systemu zostali włączeni także endokrynolodzy, nefrolodzy, neonatolodzy, pulmonolodzy, specjaliści chorób zakaźnych, hepatolodzy oraz lekarze zajmujący się chorobami układu odpornościowego.

Choć zarówno angiolog, jak i chirurg naczyniowy zajmują się choro-

bami naczyń krwionośnych i układu limfatycznego, zakres ich pracy jest nieco inny.

Angiolog koncentruje się przede wszystkim na diagnostyce oraz leczeniu zachowawczym – dobiera odpowiednią farmakoterapię, zaleca profilaktykę i monitoruje przebieg choroby.

Chirurg naczyniowy również diagnozuje schorzenia naczyń, jednak jego specjalnością jest leczenie zabiegowe i operacyjne.

Jak zapisać się do angiologa lub chirurga naczyniowego?

Od 1 sierpnia pierwszą wizytę u angiologa lub chirurga naczyniowego można umówić łatwiej niż dotychczas – bez wychodzenia z domu i bez konieczności kontaktu z rejestracją placówki. Wszystko można załatwić online, korzystając z Internetowego Konta Pacjenta lub aplikacji mój IKP.

Dostęp do specjalisty zależy od miejsca zamieszkania

Różnice między województwami są znaczące.

W woj. łódzkim na pierwszą wizytę czeka się średnio 91 dni, w małopolskim kolejka wynosi średnio aż 479 dni. W lubelskim to 111 dni, w kujawsko-pomorskim 235 dni, a w dolnośląskim 309 dni.

Dla osób, które wolą tradycyjne rozwiązania, nadal pozostanie możliwość rejestracji telefonicznej lub bezpośrednio w poradni. W takiej sytuacji pracownik placówki wprowadzi zgłoszenie do systemu w imieniu pacjenta.

Nowe rozwiązanie ma przede wszystkim ułatwić znalezienie dogodnego terminu i ograniczyć czas spędzony na poszukiwaniu wolnych miejsc. System pozwoli nie tylko sprawdzić dostępne wizyty, ale także je przełożyć lub odwołać. Pacjenci otrzymają również przypomnienia SMS i e-mail, dzięki czemu łatwiej będą pamiętać o zaplanowanej konsultacji.

Warto wspomnieć też o funkcji poczekalni, która „pilnuje” wolnych terminów za pacjenta. Gdy zwolni się wizyta odpowiadająca jego oczekiwaniom, system może automatycznie zaproponować zapisanie się na konsultację. Nie warto bagatelizować pierwszych sygnałów, które mogą świadczyć o problemach z naczyniami krwionośnymi. Do wizyty u angiologa lub chirurga naczyniowego powinniśmy skłonić przede wszystkim żyłaki kończyn dolnych, uczucie ciężkości nóg, obrzęki, przebarwienia skóry, a także drętwienie, mrowienie czy ból kończyn. Konsultacja ze specjalistą jest wskazana również wtedy, gdy pojawiają się nawracające duszności lub ból w klatce piersiowej, zwłaszcza jeśli promieniuje do innych jej części. Takie objawy mogą świadczyć o poważnych schorzeniach naczyniowych i wymagają szybkiej diagnostyki.

DIETA

Nie chodzi o to, co jesz, lecz jak to jesz. Zaczniij jeść uważnie, a poczujesz się lepiej i schudniesz

Emil Hoff

Drobna zmiana w sposobie spożywania posiłków może odmienić twoje życie. Polski naukowiec, prof. Wojciech Kolanowski, tłumaczy, dlaczego każdy powinien jeść uważnie.

Nie tylko to, co jemy, ma wpływ na nasze zdrowie, kondycję i sylwetkę, ale także to, w jaki sposób spożywamy nasze posiłki – wynika z badań prof. Wojciecha Kolanowskiego, eksperta ds. żywienia z Państwowej Akademii Nauk Stosowanych w Przemyśle.

Jedzenie jest złożonym procesem

– Jedzenie to złożony proces biopsychospołeczny. Oznacza to, że posiłek nie tylko dostarcza organizmowi energii, ale reguluje wiele układów: hormonalny, nerwowy, metaboliczny i emocjonalny – mówi prof. Kolanowski w rozmowie z PAP, komentując swoją najnowszą publikację napisaną razem z dr Robertą Folligną z Uniwersytetu San Raffaele w Rzymie.

Według autorów kluczowe dla naszego zdrowia jest uważne jedzenie, które powinno stanowić podstawę higieny żywienia. Uważne jedzenie powoduje, że pokarm lepiej się trawi, następuje lepsza odpowiedź insulinowa, wydzielane są odpowiednio wcześniej hormony odpowiedzialne za poczucie sytości.

Dzięki temu lepiej przyswajamy substancje odżywcze i szybciej czujemy się nasyćeni, a więc nie przejadamy się. Uważne jedzenie wiązane jest – według prof. Kolanowskiego – także z tzw. osią jelito-mózg.

Kto je uważnie, u tego sygnały sytości przekazywane są sprawniej nerwem błędnym, dzięki czemu łatwiej nam kontrolować porcje i w konsekwencji masę ciała.

Uważne jedzenie to koncepcja kładąca nacisk – jak można się domyślić po nazwie – na skupianiu uwagi na posiłku. Kiedy skupiamy się na jedzeniu, nasze ciało przeprowadza szereg reakcji, które mają przygotować organizm na przyjęcie pokarmu i wchłonięcie zawartych w nim substancji odżywczych. Dobrze przygotowany do jedzenia organizm lepiej trawi i nasycą się szybciej, dzięki czemu możemy wyciągnąć więcej z każdego posiłku, a jednocześnie jeść mniej.

Jak jeść uważnie?

Prof. Wojciech Kolanowski udziela wskazówek:

- nie spiesz się. Jedz przez 20-30 minut, rób krótkie przerwy między kolejnymi łykami;
- dokładnie gryź i przeżuwaj. To ułatwia trawienie, a także dodatkowo spowalnia jedzenie;
- nie rozpraszaj się. Odłóż telefon, nie oglądaj telewizji przy obiedzie. Skup się na posiłku – jego smaku, zapachu, fakturze;
- staraj się odprężyć. Myśl o jedzeniu, nie o pracy czy obowiązkach. Oddychaj głęboko i spokojnie;
- skończ, gdy poczujesz sytość. To kluczowe – uczucie sytości sygnalizuje, że organizm ma już dość pokarmu i możesz przestać jeść;
- jedz o regularnych porach. Odpowiedź hormonalna, metaboliczna, nerwowa i emocjonalna na jedzenie jest najlepsza wtedy, gdy przyzwyczaimy ciało do posiłków o stałych porach. Wtedy organizm sam nastraja się do jedzenia.



Codzienne nawyki związane z jedzeniem mają ogromny wpływ na nasze zdrowie i kondycję. Warto jeść uważnie – zaleca naukowiec

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

Czy warto jeść grzyby?

Jakie wartości odżywcze posiadają grzyby?

Grzyby posiadają zaskakująco wysoką gęstość odżywczą, a tak określa się wskaźnik jakości jedzenia. Na liście ANDI, która określa gęstość odżywczą produktu, zajmują one wysokie miejsce, deklasując takie produkty jak cukinia, sałata lodowa, pomidor czy truskawki. W zależności od gatunku zawierają około 70%-90% wody, a sucha masa to głównie białko, w skład których wchodzi prawie wszystkie aminokwasy (w tym egzogenne). Zawierają dużą ilość witamin (witamina A, witaminy z grupy B: B1, B2, B3, B9, B12 oraz witaminę C, D i E oraz minerałów, głównie potasu, fosforu, wapnia i magnezu a także naturalny, silny antybiotyk, aby zwalczać inwazje bakterii (penicylina, streptomycyna i tetracyklina pochodzą właśnie z ekstraktu grzybów).

Są także sposobem na super odporność, ponieważ zawierają złożone substancje o silnym działaniu przeciwbakteryjnym, przeciwwirusowym, antyalergicznym, immunomodulującym, przeciwzapalnym i przeciwmiażdżycowym.

Dlaczego borowik zachwyca grzybiarzy i smakoszy?

Borowik szlachetny, czyli prawdziwek, to nie tylko jeden z najsmaczniejszych, ale również najbardziej wartościowych grzybów jadalnych. Składa się głównie z wody, dlatego jest niskokaloryczny – 100 g świeżych owocników dostarcza zaledwie około 50–70 kcal. Jednocześnie wyróżnia się na tle wielu innych grzybów stosunkowo wysoką zawartością białka, a także dostarcza niewielkich ilości zdrowych tłuszczów i węglowodanów. Grzyby te są również cennym źródłem składników mineralnych, ta-

kich jak potas, fosfor, magnez, selen, cynk i żelazo. Zawierają ponadto witaminy z grupy B, witaminę D (zwłaszcza po ekspozycji na światło słoneczne) oraz niewielkie ilości witaminy C. Dzięki obecności selenu i innych związków o właściwościach przeciwutleniających pomagają chronić komórki przed stresem oksydacyjnym i wspomagają prawidłową pracę układu immunologicznego.

Co naprawdę kryje się w kurkach?

Kurki to nie tylko wyjątkowy smak, ale też prawdziwa skarbnica naturalnych związków bioaktywnych. Naukowcy znaleźli w nich m.in. karotenoidy, związki fenolowe i polisacharydy, substancje, które zwracają uwagę ze względu na swoje właściwości przeciwutleniające. To właśnie one pomagają chronić komórki przed stresem oksydacyjnym, czyli niekorzystnym działa-

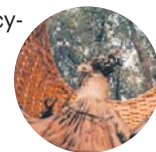
niem nadmiaru wolnych rodników. Żłocista barwa kurek nie jest przypadkowa. Odpowiadają za nią karotenoidy, znane również z tego, że wspierają prawidłowe funkcjonowanie wzroku i pomagają utrzymać dobrą kondycję skóry. Kurki dostarczają także błonnika, który sprzyja prawidłowej pracy jelit oraz cennych minerałów, takich jak potas, fosfor, magnez, żelazo czy cynk. Ciekawostką jest również obecność ergosterolu. Ten związek może pod wpływem promieniowania UV przekształcać się w witaminę D2 – jedną z witamin ważnych dla prawidłowego funkcjonowania organizmu.

Dlaczego warto jeść bocznika?

Bocznik ostrygowaty to prawdziwy skarb natury, który łączy wyjątkowy smak z imponującym składem odżywczym. Choć wielu osobom kojarzy się głównie z kuchnią

wegetariańską, zdecydowanie zasługuje na większą uwagę także jako element zdrowej, codziennej diety. Boczniki są lekkie, niskokaloryczne i jednocześnie pełne wartościowych składników. W 100 g dostarczają około 40 kcal, a przy tym zawierają białko, błonnik, witaminy z grupy B oraz związki bioaktywne, które od lat interesują naukowców. Jednym z największych atutów boczników są beta-glukany, czyli naturalne polisacharydy, które wspierają prawidłowe funkcjonowanie układu odpornościowego. Grzyby te dostarczają również antyoksydantów pomagających chronić komórki przed stresem oksydacyjnym oraz błonnika, który sprzyja zdrowiu jelit. Boczniki można smażyć, dusić, grillować, a nawet wykorzystywać jako zamiennik mięsa w popularnych potrawach.

Oprac. Katarzyna Wąs-Zaniuk



FOT. GETTY IMAGES

ZIOŁA

Rośnie niemal wszędzie, a Polacy ją wyrrywają. Ta roślina pomoże na wiele dolegliwości

Choć często rośnie tuż pod naszymi nogami, niewiele osób wie, że gwiazdnica pospolita jest rośliną jadalną. Wykazuje ona szereg właściwości zdrowotnych. Pomoże przy problemach skórnych i kaszlu.

Katarzyna Wąs-Zaniuk

Codziennie mijamy dziesiątki roślin, które uznajemy za zwykłe chwasty i nie zwracamy na nie większej uwagi. Tymczasem wiele z nich od wieków znajduje zastosowanie w kuchni, ziołolecznictwie czy medycynie ludowej.

Niepozorna i łatwo dostępna

Do takich niepozornych gatunków należy gwiazdnica pospolita, powszechna roślina jednoroczna z rodziny goździkowatych. Alternatywna nazwa tego zioła to mokrzyca.

Gwiazdnica najlepiej rozwija się przy łagodnej pogodzie i może rosnąć niemal przez cały rok. Najbardziej bujna bywa zimą oraz na przedwiośniu, kiedy inne dzikie rośliny dopiero zaczynają kiełkować. Tworzy niskie, gęste kobierce, które szybko pokrywają ziemię w ogrodach i na polach.

To jedna z pierwszych jadalnych roślin, które można zbierać już w lutym, gdy większość grządek pozostaje pusta.

Rozpoznać ją można po drobnych, białych kwiatach przypominających małe gwiazdy oraz delikatnie owłosionych łodygach. Charakterystyczną cechą jest elastyczne włókno wewnątrz łodygi, które nie



FOT. GETTY IMAGES

Jej młode pędy i liście można dodawać do sałatek, kanapek, twarożków, zup oraz koktajli i smoothie

pęka po przełamaniu. Dodatkową wskazówką jest cienka linia drobnych włosków biegnąca wzdłuż pędu.

Jest źródłem wielu witamin

Gwiazdnica pospolita jest naturalnym źródłem łatwo przyswajalnej witaminy C, prowitaminy A, kwasów tłuszczowych, flawonoidów (m.in. rutyny), saponin, fitosteroli oraz cennych związków roślinnych wspierających naturalne procesy regeneracyjne organizmu. Wykazuje właściwości przeciwzapalne, prze-

ciwświądowe, moczopędne i oczyszczające. Wspomaga naturalną równowagę organizmu oraz procesy odbudowy tkanek.

Dzięki działaniu łagodzącemu gwiazdnica bywa stosowana jako wsparcie pielęgnacji skóry skłonnej do podrażnień, zmian trądzikowych czy objawów przypominających atopowe zapalenie skóry.

Może również pomagać w pielęgnacji cery tłustej – ograniczając nadmierne wydzielanie sebum i wspierając oczyszczanie porów. Badania wskazują, że świeży sok

z tej rośliny może wykazywać aktywność hamującą wobec niektórych wirusów, m.in. wirusa zapalenia wątroby typu B (HBV) oraz wirusa opryszczki typu 2 (HSV-2).

Za to działanie odpowiada m.in. naturalne białko zwane stellarmedyną. Warto również wspomnieć, że zawarte w gwiazdnicy saponiny mogą pobudzać wydzielanie śluzu w drogach oddechowych, dzięki czemu pomagają rozrzedzać zalegającą wydzielinę i ułatwiają jej odkrztuszanie. Jest to szczególnie istotne przy suchym, męczącym

kaszlu, gdy śluzówka jest podrażniona, a odkrztuszanie utrudnione.

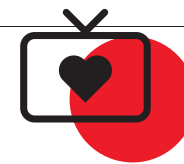
Jak stosować gwiazdnicę pospolitą?

Młode pędy i liście można dodawać do sałatek, kanapek, twarożków, zup oraz koktajli i smoothie. Dzięki delikatnemu, lekko ziołowemu smakowi dobrze komponuje się z wieloma potrawami. W zielarstwie wykorzystuje się ją także do przygotowywania naparów, a zewnętrznie, w formie okładów lub przemywań skóry.

Choć gwiazdnicą pospolitą jest uznawana za roślinę jadalną, jej stosowanie wymaga rozwagi. Do zbioru warto wybierać wyłącznie okazy rosnące w czystym środowisku, z dala od ruchliwych dróg, zakładów przemysłowych czy terenów poddawanych chemicznym opryskom. Roślina łatwo gromadzi bowiem zanieczyszczenia obecne w otoczeniu.

Należy również pamiętać o umiarze. Spożywana w dużych ilościach może powodować dolegliwości ze strony układu pokarmowego, co wiąże się z obecnością naturalnych związków zwanych saponinami. Szczególną ostrożność powinny zachować kobiety w ciąży i karmiące piersią, osoby z wrażliwym przewodem pokarmowym.

PROGRAMOWO

**G. 17:15****Dziewczyna i chłopak****TVP Kultura**

O książce Hanny Ożogowskiej „Dziewczyna i chłopak, czyli heca na czternaście fajerek” już w chwili jej wydania w 1961 r. pisano, że stanowi doskonały materiał na scenariusz filmu dla dzieci. Przeniesienia na ekrany (telewizorów i kin) doczekała się jednak 16 lat później. Reżyser Stanisław Loth oraz scenarzystki Hanna Ożogowska i Anette Olsen „oczyścili” materiał literacki ze wszystkiego, co mogłoby trącić staroświecczyną i pozostawili jedynie przygodę. Cała historia zaczyna się w ostatnim dniu roku szkolnego. Bliźniakom Tomkowi i Tosi rodzice obiecali wyjazd na Mazury. Wcześniej mają spędzić miesiąc u cioci na wsi. Niestety, plany muszą ulec korekcie, bo Tomek ma poprawkę z historii. Zamiast do cioci ma jechać do wuja Stefana. By ratować brata, Tosia w „męskim” przebraniu jedzie zamiast niego. Zostawia list, aby Tomek przebrał się za nią i pojechał do ciotki na wieś.

**G. 14:05****Splątane losy****TVP 1**

Ayfer martwi się o męża. Halil jest bowiem rozkojarzony, nie je i nie śpi. Ayfer nie wie, co go dręczy. Mine natomiast nudzi się w rezydencji. Woli się bawić z innymi dziećmi, ale to wykluczone. Munevver wspomina chwile, kiedy Pakize i Çetin byli dziećmi. Burak postanawia unikać Yasemin, by jej do siebie nie zrazić. Finalnie Munevver „ulega” wnuczce i wysyła Mine do parku z Suzan. Towarzyszy im Halil. Dorośli liczą, że pojawi się tam Yasemin.

**G. 20:10****Prosta sprawa****Ale Kino+ HD**

Mężczyzna o nieznanym imieniu i burzliwej przeszłości pojawia się w mieście. Celem jego wizyty jest spłata długu zaciągniętego wiele lat temu u przyjaciela. Sprawy szybko się komplikują, bo jego przyjaciel – człowiek, któremu ma oddać pieniądze – zadarł z mafią. Od tego momentu bezimienny bohater prowadzi batalię z bezwzględnymi gangsterami, której stawką jest sprawiedliwość dla pokrzywdzonych przez bandytów ludzi. Jeden zły ruch może go jednak kosztować życie... jego i innych. W serialu z 2024 roku pojawia się plejada znakomitych polskich aktorów: Mateusz Damięcki jako tytułowy bezimienny bohater, Piotr Adamczyk jako Kazik, Magdalena Wiecek w roli dziennikarki Justyny, Mateusz Kmicik jako Czacha, Izabela Kuna jako Joanna Gawełek, Maciej Musiał, Mateusz Więclawek, Krzysztof Zalewski i Maciej Damięcki.

G. 18:15**1920. WOJNA I MIŁOŚĆ****TVP Historia**

Serial historyczny z elementami sensacyjnymi „1920. Wojna i miłość” opowiada o jednym z najważniejszych okresów w dziejach Polski – o walce o niepodległość w 1920 r. Akcja rozpoczyna się w 1918 r. w pogrążonej chaosem Rosji, gdzie poznajemy głównych bohaterów – Bronka, Władka i Józefa. Bronek Jabłoński (Jakub Wesołowski) jest oficerem rosyjskiej armii. Wpada w ręce bolszewickiego oddziału dowodzonego przez okrutnego Tkaczenkę, ale udaje mu się zbiec. Władek Jarociński (Wojciech Zieliński) ze Śremu, żołnierz pruskiej armii i Józef Szymański (Tomasz Borkowski), matematyk ze Lwowa, oficer w austro-węgierskiej c. k. armii stają naprzeciw sobie w bitwie. Józefowi udaje się wyrwać z niemieckiego okupacji. Władek, wbrew własnej woli, zostaje dezertorem. Wkrótce do uciekinierów dołącza Bronek. Całą trójkę zatrzymuje niemiecka żandarmeria i trafiają do obozu internowania. 11 listopada 1918 r. przychodzi niepodległość. Trzej koledzy wyruszają w kierunku Warszawy. Los sprawia, że ich historie się przeplatają, a spotkania następują w najbardziej nieoczekiwanych okolicznościach.

**G. 16:00****Dziedzictwo****TVP 1**

Semih ukrywa swoje obrażenia i w panice kontynuuje intrygę. Nana przyznaje Aynur, że czuje coś do Poyraza, ale woli tłumić uczucia. Isil zapowiada Ezgi, że doprowadzi do jej ślubu z Sinanem, który wyraźnie faworyzuje Aynur. Cansef podsłuchuje rozmowę Şahina İbrahim i Czarną kłócą się o imię dla ich dziecka.

G. 17:20**Panna młoda****TVP 2**

Derya wreszcie wyznaje Cemilowi prawdę o Hancer, jej stanie i pomysłach. Niedługo później dochodzi do dramatycznej konfrontacji Meliha, Hancer i Cihana w domu Cemila. Wybuch awantury, jakiej jeszcze nie było! Z kolei Sinem traci wszelkie złudzenia i sentyment do Meliha. Czuję się oszukana. Melih natomiast składa propozycję Hancer. Czy ją przyjmie?



Poziomo:

- ### Pionowo:

- 1) turecka potrawa z jagnięciny,
- 2) pieczywo na śniadanie,
- 3) Elza z afrykańskiego buszu,
- 4) Wojciech, współtwórca „Panoramy Racławickiej”,
- 5) nadaje kierunek łodzi,
- 6) drewniane wiaderko na mleko,
- 7) miejsce zaniku wód na ob-

- szarze krasowym,
8) polska fabryka rowerów,
9) Jan Kiepura lub Jose Carre-
ras,
14) lubi wędrować po świecie,
15) drzewo o „drżących” liściach,
17) najmłodsza żona proroka
Mahometa,
18) Jerzy, aktor z komedii „Gdzie
jest generał?”,
20) skacze na pochyłe drzewo,

- 21) wybrany król przed koronacją,
- 22) Jorge, brazylijski pisarz („Kakao”),
- 23) strącenie poprzeczki przez tyczkarza,
- 26) horror z rolą Brada Pitta,
- 29) wielkanocne ciasto jak ptak,
- 30) biały kruk, rzadkość,
- 31) słodka bułka drożdżowa,
- 32) przestarzałe o księgowości,
- 35) fartuch ochronny, chałat.

ROZWIĄZANIE NR 122

D	Y	D	A	K	T	Y	K	■	■	P	I	O	S	E	N	K
A	■	E	■	O	■	■	O	D	R	A	■	■	K	■	I	■
T	■	B	■	M	Y	S	L	■	■	R	E	N	■	O	■	■
S	K	L	E	P	■	L	O	R	E	A	L	■	■	P	O	B
U	■	I	■	A	M	U	■	■	■	D	A	N	■	E	■	Y
N	A	N	O	S	■	B	A	L	K	O	■	■	K	O	T	K
■	L	■	K	■	S	■	D	■	■	K	■	■	W	I	G	U
W	I	■	O	R	■	L	E	O	M	E	S	■	I	■	R	Y
■	B	■	E	■	■	■	■	■	■	■	■	■	A	■	O	E
M	I	S	T	R	Z	■	■	■	■	■	■	■	Z	A	D	O
E	■	■	P	■	Z	■	■	■	■	■	■	■	L	■	S	■
S	O	R	B	E	T	■	■	■	■	■	■	■	S	P	A	C
T	■	Z	■	M	■	■	■	■	■	■	■	■	■	A	■	I
W	I	E	Z	Y	■	■	■	■	■	■	■	■	■	K	L	E
O	T	■	T	■	K	O	N	O	P	N	I	C	K	A	■	■

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA

łączy rękę z tułowiem	↓	↓	„ręka” mopsa	↓	stop żelaza z węglem	↓	huczne okłaski dawna Japonia	↓	trasa wyciągu	↓	cieszy piłkar- skiego kibica	↓	podaje dyrygent pisarz, prozaik	↓	kapela z wyspy Bali
potocz- nie o gramofonie	↓	↓	↓	↓	↓	↓	partyjny teoretyk	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
↓	↓	↓	↓	↓	góry z Mont Blanc	↓	↓	↓	↓	↓	gruby sznur	↓	↓	↓	↓
draży skałę	↓	↓	↓	↓	wydar- zenie, epizod	↓	grecka litera	↓	↓	↓	↓	rasowy kot	↓	Halama, tancerka	↓
obronne osiedle w Afryce	przebój, szlagier	↓	rodzaj smaru ochron- nego	↓	instru- ment dęty	↓	przód koszuli	↓	↓	↓	brazy- lijski „król” futbolu	↓	↓	↓	↓
megiera twóca opery „Carmen”	↓	↓	↓	↓	↓	powieść Rodzie- wi- czówny	↓	↓	↓	↓	Feridun, polski reżyser	↓	↓	↓	↓
↓	↓	↓	↓	↓	żałobna tkanina	↓	↓	zebranie u szefa	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
maść konia	↓	↓	↓	↓	↓	majoniez do sałatek	↓	↓	↓	↓	lowa lub Kansas	↓	↓	↓	↓

Litery z pól oznaczonych kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

ROZWIĄZANIE: PERSONEL.

Wodnik (20.01 - 18.02)
Dziś postaw na odwagę
i działaj bez zwłoki. Horo-
skop dzienny zapowiada
szanse na sukces.

Ryby (19.02 - 20.03)
Ruszał na nowe wyzwania.
Horoskop na dziś wróży, że
szczerą rozmową przyniesie
ci ważną wskazówkę.

Baran (21.03 - 19.04)
Uda ci się rozwiązać problem. Horoskop dzienny na środę mówi, że odzyskasz pewność siebie.

Byk (20.04 - 20.05)
Czeka cię ciekawa wiadomość. Horoskop dzienny zapowiada, że otworzy przed tobą nowe możliwości.

Bliznięta (21.05 - 21.06)
Zaufaj intuicji - podpowie ci właściwą drogę. Horoskop na dziś mówi, że bliska osoba okaże ci wsparcie.

Rak (22.06 - 22.07)
Twoja energia przyciągnie uwagę innych. Horoskop dzienny na środę wróży, że zabłądniesz pomysłem.

Lew (23.07 - 22.08)
Drobne szczegóły okażą się
dziś ważne. Horoskop
dzienny radzi we wszystkim
zachowywać spokój.

Panna (23.08 - 22.09)
Horoskop na dziś zapowiada, że rozmowa przyniesie ci ulgę i pomoże odbudować harmonię.

Waga (23.09 - 22.10)
Nie ukrywaj swoich uczuć.
Horoskop dzienny na środe
mówi, że szczerosc pozwoli
ci zamknac trudny temat.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Los sprzyja spontanicznym decyzjom. Horoskop dzienny mówi, że nowa propozycja przyniesie ci wiele radości.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Cierpliwość przyniesie efekty. Horoskop na dziś podpowiada, by skupić się na jednym celu.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Kreatywny pomysł może
dziś zmienić twoje plany.
Horoskop dzienny na środę
radzi posłuchać intuicji.

PIŁKA NOŻNA

Wielki mecz Unii Skierniewice i historyczny triumf!

Po raz pierwszy w historii Unia Skierniewice, która jest beniaminkiem I ligi, wygrała mecz! Drużyna trenera Kamila Sochy pokonała na swoim stadionie Arkę Gdynia, która przed tym pojedynkiem miała na koncie dwa zwycięstwa!

Dariusz Piekarczyk

Tak pisze się historia! Unia Skierniewice, po najlepszym meczu w ostatnim czasie, rzuciła na kolana Arkę Gdynia, spadkowicza z ekstraklasy i zespół, który przed tym pojedynkiem wygrał dwa poprzednie mecze nie tracąc gola! Tymczasem na stadionie przy Pomologicznej gdynianie nie mieli nic do powiedzenia. Gdyby gracze Unii byli skuteczniejsi spokojnie mogli wygrać znacznie wyżej. A przecież to Arka była zdecydowanym faworytem starcia. Skierniewiczanie objęły prowadzenie w 19 minucie. Po strzale Jana Mierzy piłkę odbił były bramkarz ŁKS Łódź Dawid Arndt. Z kolei niemrawą interwencję Dawida Gojnego wykorzystał Damian Gąska i skierował piłkę do siatki. Był to dopiero drugi gol Unii w tym sezonie. Za chwilę z „strzelbą” zespołu ze Skierniewic Kamil Sabiło mocnym strzałem podwyższył prowadzenie gospodarzy. W pierwszej połowie gospodarze mogli podwyższyć pro-



Jest wygrana, to jest i okazja do radości piłkarzy, trenerów, działaczy i kibiców Unii Skierniewice

wadzenie, ale grający dobry mecz Dawid Arndt dwukrotnie wygrał pojedynki z Damianem Gąską. Ci którzy sądzili, że Arka po przerwie zatakuje zdecydowanie, mylili się. Goście nie mieli żadnych argumentów i w całym spotkaniu nie oddali ani jednego celnego strzału na bramkę Stanisława Pruszkowskiego! Arka kończyła zresztą mecz

w osłabieniu, bowiem Dawid Gojny w ciągu dwóch minut dostał dwie żółte kartki i w konsekwencji ujrzał w 75 minucie czerwony kartonik. Unia tymczasem miała kolejne sytuacje do podwyższenia wyniku meczu. Świetnie bronił jednak Dawid Arndt albo gospodarze popisowo pułowali. W doliczonym czasie gry Kuba Czarnecki strzelił w bramka-

rza Arki w sytuacji sam na sam, potem Mateusz Szmyd dobił w słupek. Chwilę później do siatki trafił Oskar Melich, ale ze spalonego.

– Nie tylko cieszymy się z pierwszych trzech punktów, ale z samej gry – mówił po spotkaniu uradowany trener Unii Kamil Socha. – Nie będziemy wlidze murować bramki, grać zachowawczo. Zawsze będziemy grać

swoje, bo to nam dało dwa awanse z rzędu. Zmieniliśmy kilka rzeczy specjalnie pod Arkę. Po takim meczu mogę tylko powiedzieć „brawo drużyna”. Nie bałem się o jakość naszego zespołu. Wcześniej brakowało nam doświadczenia, szczęścia

Unia Skierniewice - Arka Gdynia 2:0 (2:0)

Bramki

1:0 - Damian Gąska (19)

2:0 - Kamil Sabiło (22)

Unia: Stanisław Pruszkowski - Jan Mierza (46, Kuba Czarnecki), Eryk Woliński, Mateusz Stępień, Jonatan Straus, Bartłomiej Eizenchart - Damian Gąska (85, Mateusz Szmyd), Sammy Dudek (78, Damian Makuch), Jakub Bieroriski, Krzysztof Toporkiewicz (78, Oskar Melich) - Kamil Sabiło (65, Antoni Burkiewicz). Trener: Kamil Socha.

Arka: Dawid Arndt - Konrad Gruszkowski, Serafin Szota, Marco Komenda, Dawid Gojny - Kuba Solecki (87, Jakub Kowalski), Szymon Lewkot (46, Maciej Ambrosiewicz), Dominik Kun (59, Elmedin Rama), Filip Waluś (46, Elian Demirović), Michał Milewski (59, Natan Dziegielewski) - Vladislav Gutkovskis. Trener: Marek Jarolim.

Czerwona kartka: Dawid Gojny (75 minuta, druga żółta)

Żółte kartki: Jan Mierza, Eryk Woliński, Mateusz Stępień - Serafin Szota, Dawid Gojny, Maciej Ambrosiewicz, Marcon Komenda.

Sędziował: Damian Sylwestrak (Wrocław).

REKLAMA

0011550896

NIEZWYKŁA POLSKA!

Interaktywny Przewodnik Turystyczny Lato 2026

Odkryj wyjątkowe zakątki w letniej odsłonie

- 📍 lokalne atrakcje
- 📍 turystyka przygodowa
- 📍 podróż tematyczna
- 📍 wypoczynek na łonie natury
- 📍 eko-turystyka

CZYTAJ na:
stronapodrozy.pl/przewodnik

GŁÓWNY PARTNER STRATEGICZNY

WOJEWÓDZTWO ŚWIĘTOKRZYSKIE

AKCJA CHARYTATYWNA

0311550422

Sport

PIŁKA NOŻNA

Puchar Polski. Gol za golem - Unia II wygrała 15:1, Widok 14:0, a Start Brzeziny 13:0!

Dariusz Piekarczyk

Trwają rozgrywki Pucharu Polski na szczeblu etapów łódzkiego, piotrkowskiego, sieradzkiego oraz skierniewickiego.

Rywalizacja na szczeblu wymienionych etapów powinna zostać rozstrzygnięta w tym roku. Po dwa najlepsze zespoły wywalczą awans do finału wojewódzkiego, który zostanie rozegrany wiosną przyszłego roku. Cennego trofeum broni Widzew II Łódź. Podopieczni trenera Pawła Ściebura zmierzą się w pierwszej rundzie centralnej z pierwszoligową Polonią Bytom. Mecz na boisku Łódzianki zaplanowano na 2 września (środa). W dotychczas rozegranych pojedynkach piłkarze strzelają dużo goli. Rekord w meczu Fenix Boczeki Chełmońskie - Unia II Skierniewice - aż 1:15! ©

PUCHAR POLSKI

Etap skierniewicki. Pierwsza runda: Orzeł Nieborów - Widok Skierniewice 0:14, KP Byssy - Start Brzeziny 0:13, Korona Stary Dwór - Olympic Słupia 1:4, Fenix Boczeki Chełmońskie - Unia II Skierniewice 1:15, Mazovia II Rawa Mazowiecka - Manhatan Nowy Kawęczyn 1:3. W innym terminie: Akademia Pelikana Łowicz - KKS Kuluski oraz Kopernik Kiernozia - Juwenia Wysokienice.

Etap łódzki. Druga runda: SAP Parzęczew - MKP-Boruta II Zgierz 1:6, Zawisza II Rzgów - Iskra Dobroń 1:3, Magnat Sierpów - Łódzka Akademia Futbolu 0:5, Jagiellonia Tuszyn - GKS Ksawerów 4:1, Włókniarz Konstantynów - Zawisza Rzgów 1:4, Polonia Andrzejów - KAS Konstantynów 1:2, KAS II Konstantynów - Kolejarz



Widok Skierniewice (czarne stroje) pokonał Orła Nieborów

Łódź 1:5, Kotan Ozorków - PSV Łódź 1:6, Iskra Góra św. Małgorzaty - Bzura Ozorków 0:11, Ko-bra Leźnica Wielka - Rosa Rosanów 1:5, Powsta-niec Dobra - AKS SMS II Łódź 0:3, Kanarki Ma-lachowice - Witonianka Witon 2:1, Ostrowia Ostrowy - Termy Poddębice 0:10, Jutrzenka By-chlew - PTC Pabianice 1:4, Błękitni Dmosin - KS II Kutno 1:3, Victoria Grabów - Salos Róża Kutno 2:4, AKS SMS III Łódź - Orzeł Kazimierz - w in-nym terminie, Górnik Łęczyska - KS Fair Play Kutno 3:0 (walkower), Widzew Łódź (juniorzy) - Teofilek Łódź 3:0 (walkower), KS Jordanów - Włókniarz Zgierz 3:0 (walkower).

Etap piotrkowski. Druga runda: Omega II Kleszczów - Włókniarz Żelów 0:9, GKS III Bełchatów - Polonia Gorzędów 3:6, Sparta Bełcha-tów - Omega Kleszczów 1:8, KS Paradyż - Le-chia II Tomaszów Mazowiecki 1:4, KS Grocholi-ce - ESPN Bełchatów 0:4, Zapal Krzętów - Vic-toria Żytno 2:1, Skalnik II Sulejów - Ceramika II Opoczno 0:2, Victoria Woźniki - Świt Kamieńsk 2:5, Emik Brudaki - Football Campus Tomaszów Mazowiecki 2:9, Orlik Bujny - Wolanka Wola Krzysztoporska 0:6, LKS Dobryszycze - Piast Gmina Łgota Wielka 3:0 (walkower), RKS Rze-czyca - MGKS Drzewica 2:2 - rzuty karne 5-4, LKS Mierzyn - GUKS Gorzkowice 1:5, Pionier Baby - Włókniarz Moszczenica 0:5, Relax Czer-niewice - LKS Lubochnia 1:4, Błysk Aleksan-drów - Skalnik Sulejów 0:11, RKS II Radomsko - LUKS Gomunice 3:6. W środę (12 sierpnia) roze-grane mają być mecze: LKS Białaczów - Kaszte-lan Żarów (godzina 17.15) oraz Lechia Bełcha-tów - GKS II Bełchatów (18.30).

Etap sieradzki. Druga runda: Czarni Rząśnia - Płomien Makowiska 1:0, Victoria Skomlin - Pro-sna Wyszanów 1:3, Orion Olewin - LKS Wierzchlas 0:6, Hetman Sieradz - MUKS Wróblew 0:0 - w rzutach karnych 5-4, Victoria II Szadek - Olimpia II Zduńska Wola 0:3 (walko-wer), Zryw Ożegów - KS Radoszewice 1:2, Cha-łupia Mała - Ostrowia w Ostrówku 3:0, Zryw Wójcin - Masłowie 2:1, LKS Kwiatkowice - Po-gori II Zduńska Wola 3:0 (walkower), KS Rębie-skie - Widawia Widawa 3:0 (walkower). Wolny los: UKS Ustków, UKS Galewice II, GLKS Strzel-ce Wielkie.

PIŁKA NOŻNA

Widzew zmierzy się z Koroną, która zatrzymała Legię

Dariusz Piekarczyk

Niepokonany w ekstraklasie Widzew Łódź zmierzy się w sobotni wieczór na swoim stadionie przy Piłsudskiego z Koroną Kielce.

Drużyna trenera Aleksandra Vukovića jest faworytem pojedynku, zwłaszcza po efektownej wygranej w Białymstoku z Jagiellonią 2:0 (0:0). Kielczanie w poprzedniej kolejce zremisowali u siebie z Legią Warszawa 1:1 (0:1) i była to pierwsza w tym sezo-nie strata punktów zespołu ze stolicy. Dla Korony natomiast pierwsza zdobycz punktowa. Mimo, że Widzew wydaje się być faworytem starcia, warto pamiętać, że w poprzednim, kiepskim sezonie, przegrał u siebie z kielczanami 1:3 (0:2). W rewanżu także lepsza była Korona, która triumfo-wała 1:0 (0:0). Co ciekawe, obie drużyny czeka kolejne starcie na początku września. Tym razem będzie to jednak



Albańczyk Julian Shehu (czarny strój) wystąpił we wszystkich ligowych meczach Widzewa w tym sezonie

pojedyny w ramach pierw-szej rundy centralnej Pu-charu Polski. Mecz ma być ro-zegrany Wróćmy jeszcze do poje-dynku w Białymstoku. Pod koniec meczu boisko, po zderzeniu z rywalem, opu-szcł Przemysław Wiśniewski. Klub z Piłsudskiego poinform-mował jednak, że uraz nie wydaje się być na tyle groźny,

żeby wykluczył udział piłka-rza w sobotnim starciu z Ko-roną. „Przemysław Wiśniewski po urazie w meczu z Jagiello-nią Białystok ma wrócić do zajęć piłkarskich podczas najbliższego mikrocyklu - czytamy w komunikacie wy-danym przez łódzki klub. - Christopher Cheng i Giannis Papanikolaou będą stop-

niowo wdrażani do trenin-gów w trakcie przygotowań do starcia z Koroną Kielce”.

Jak będą wyglądać przygo-towania widzowiaków do meczu z Koroną? W po-niedziałek piłkarze mieli dzień wolny. Od wtorku tren-ują już pełną parą na boisku przy stadionie, ale korzystają także z siłowni.

Poznaliśmy natomiast plan siódmej kolejki ekstrak-lasy. Widzew zmierzy się 5 września (sobota), na stadi-onie przy Piłsudskiego, z Ra-domiakiem Radom. Pojedy-nek ma się rozpocząć o 14.45.

PKO EKSTRAKLASA

Plan czwartej kolejki. Piątek (14 sierpnia): Legia Warszawa - Radomiak Radom (godzina 20.30). **Sobota (15 sierpnia):** Zagłębie Lubin - Śląsk Wrocław (14.45), Widzew Łódź - Korona Kielce (20.15), Piast Gliwice - Wiczyzta Kraków (17.30). **Niedziela (16 sierpnia):** Cracovia - Ra-ków Częstochowa (17.30), Motor Lublin - GKS Katowice (14.45), Górnik Zabrze - Wisła Kraków (20.15). W innym terminie rozegrane zostaną mecze: Jagiellonia Białystok - Pogori Szczecin oraz Wisła Płock - Lech Poznań.

PIŁKA NOŻNA

Kac po Chrobrym można wyleczyć wygraną z Termalikiem Nieciecza

Dariusz Piekarczyk

Pierwszoligowy ŁKS Łódź zawiódł swoich kibiców, przegrywając na swoim stadionie z Chrobrym Głogów.

Oceniając piłkarzy po po-rażce (1:2), warto jednak pa-miętać, że trener Grzegorz Szoka przebudował latem drużynę. Przyszła „armia”. dokładnie 10, nowych piłka-rzy i musi minąć trochę czasu, zanim się zgrają. Cierpliwość jest więc wskazana, a z tą u kibiców różnie bywa. W nie-dzielę (16 sierpnia) ŁKS zmie-rzy się na swoim stadionie z Bruk-Bet Termalikiem Niecie-cza. Goście, dowodzeni przez



Kacper Terlecki wystąpił w trzech meczach I ligi ŁKS

trenera Marcina Brosza, to spadkowicz z ekstraklasy, do której zamierza po roku powrócić. W poprzedniej ko-lejce „Słoniki”, jak często określa się Termalikę, prze-grały niespodziewanie na swoim stadionie z pierw-

szoligowym beniaminkiem Wartą Poznań 1:2 (0:1). Była to niespodzianka, bo wcze-sniej dwa pojedynki Termalika rozstrzygnęła na swoją korzyść. Poprzednio obie ekipy spo-tkały się na stadionie

przy Alei Unii 10 kwietnia 2025 roku. Był to pojedynek w ramach 27. kolejki I ligi. Go-spodzarze poległ wówczas 1:2 (1:1). Starcie pierwszej rundy, na boisku w Niecieczy, za-kończyło się remisem 2:2 (2:1). Sezon Termalika zakończyła na drugim miejscu w tabeli, ustępując punktem Arce Gdynia. Obie ekipy awanso-wały do elity, ale zabawiły tam tylko sezon. Elkaesiacy uplasowali się wówczas na odległym 11 miejscu.

I LIGA

Czwarta kolejka. Piątek (14 sierpnia): Ruch Chorzów - Lechia Gdańsk (godzina 21), Pogori Grodzisk Mazowiecki - Stal Rzeszów (18). **Sobota (15 sierpnia):** Pogori Siedlce - Polonia Warszawa (15.30), Odra Opole - Warta Poznań (15.30), Chrobry Głogów - Podbeskidzie Biełsko-Biała (15.30). **Niedziela (16 sierpnia):** Unia Skierniewice - Miedź Legnica (19.30), ŁKS Łódź - Termalika Nieciecza (14.30), Stal Mielec - Polonia Bytom (17). **Poniedziałek (17 sierp-nia):** Arka Gdynia - Puszcza Niepołomice (19).

NAD WARTĄ

www.dzienniklodzki.pl

Nr 33



WIELUŃ
MATKA
UPROWADZIŁA
DZIECI
KTÓRE... BYŁY
POD OPIEKĄ
KURATORA
SĄDOWEGO
str. 4

SIERADZ

Na przysięgę 138 żołnierzy
przybyło ponad tysiąc gości
Fotoreportaż str. 5



FOT. DARIUSZ PIEKARCZYK

Wojskowa przysięga w Sieradzu

Takiej przysięgi w 15. Sieradzkiej Brygadzie Łączności dawno nie było. 138 żołnierzy Dobrowolnej Zasadniczej Służby Wojskowej z woj. łódzkiego przysięgało w minioną so-

botę wierność Ojczyźnie. 53 z nich zdecydowało się pozostać w sieradzkiej jednostce. Obecni byli przedstawiciele służb mundurowych, poprzedni dowódcy jednostki

i ponad tysiąc gości z całego kraju. Wiceszef MON Paweł Bejda odczytał list ministra obrony Władysława Kosiniaka-Kamysza: - Służba w jed-

nostce o tak bogatych tradycjach jak sieradzka, to powód do dumy, ale i odpowiedzialności. Sprawna łącz-

ność to krwiobieg obecnych sił zbrojnych. Od poniedziałku w tej jednostce melduje się 53 żołnierzy, którzy dziś ślubowali. Jednocześnie liczę, że wielu z was zdecyduje się na zawodową służbę wojskową. Jestem z was dumny! Wszyscy jeste-

SIERADZ

Rozpoczęły się zapisy na 416. Sieradzką Pieszą Pielgrzymkę na Jasną Górę **str. 4**

POWIAT PODDĘBICKI

Władze samorządowe podpisały list intencyjny dotyczący szlaku prowadzącego wzdłuż War-ty, z pętlą wokół Jeziorska **str. 3**

ZDUŃSKA WOLA

19-latka z 3 pro- milami szalała na hulajnodze. Została ukarana mandatem 4100 zł **str. 6**

POWIAT ŁASKI

Dachowała i wpa- dła do rowu. Pomo- cy udzieliła jej poli- cjancka, która wracała po służbie **str. 6**

KRÓTKO

SIERADZ

Córka moja na Rynku,
czyli na rockową i ludową nutę

OVO – rockowa grupa z Sieradza, która mocne gitarowe brzmienia łączy z muzyką ludową i regionalnymi tradycjami, wystąpiła w minioną sobotę po południu na Rynku w Siera-

dzu. Występ grupy został niezwykle ciepło przyjęty przez publiczność, a zabrzmiały między innymi „Sieradzkie chłopaki”, „Córka moja (matulu)” i ballada „Wojenka”. D



FOT. DARIUSZ PIEKARCZYK

ZŁOCZEW

Odwołali giełdę zwierząt, bo trwa
remont ulicy Burzenińskiej

Zaplanowana na sierpień Giełda Egzotyki na targu w Złoczewie została odwołana. Powodem są utrudnienia związane z remontem ul. Burzenińskiej. Trwające prace remontowe mogłyby znacznie utrudnić dojazd wystawcom i miłośnikom zwierząt. Kolejna giełda ptaków ozdobnych, gołębi oraz innych zwierząt powinna odbyć się we wrześniu. Ostateczny termin i szczegóły będą jednak zależały od sytuacji związanej z remontem ul. Burzenińskiej. PG

POWIAT PODDĘBICKI

17-latek na crossie, czyli...

Policjanci z Uniejowa zatrzymali 17-latkę z pow. poddębickiego, który motocyklem typu cross poruszał się po drodze publicznej w Biernacicach. Chłopak nie miał uprawnień i kasku, a motocykl nie był zarejestrowany i nie miał obo-

wiązkowego ubezpieczenia OC. 17-latkę najpierw zatrzymał sędzią w Poddębicach. Za kierowanie pojazdem mechanicznym bez wymaganych uprawnień sędzią może orzec grzywnę nie niższą niż 1500 zł i zakaz prowadzenia pojazdów. PG

Spływy kajakowe Grabią, Widawką, Pilicą,
Wartą i Bzurą. Do pokonania pięć rzek

Magdalena Rubaszewska
Łódzkie

Kajakowe wyprawy w weekendy sierpnia i września - to propozycja dla miłośników relaksu na wodzie.

Organizatorzy z Urzędu Marszałkowskiego w Łodzi zapewniają kajaki i opiekę ratowników wodnych, wodę i ciepły posiłek po dotarciu do celu wyprawy. Uczestnicy otrzymają także gadżety - ręcznik szybkoschnący i worek wodoodporny. Spływy są finansowane z funduszy unijnych.

W każdym ze spływów może wziąć udział 80 kajakarzy, łódki są dwuosobowe. Pierwsze wyprawy odbyły się w miniony weekend (8 i 9 sierpnia). Zgłoszenia na kolejne wycieczki są przyjmowane na tydzień przed ich rozpoczęciem.

Udział jest bezpłatny, ale jest wymagana rejestracja. Formularze zgłoszeniowe są



FOT. URZĄD MARSZAŁKOWSKI W ŁODZI

Spływy kajakowe organizowane są do 6 września

dostępne na stronie Funduszy Europejskich dla Łódzkiego.

Oto harmonogram
spływów i zapisów:

● 15 sierpnia, rzeka Widawka (Chociw - Osada Kajakowa „Ujście” 10 km/3h, trasa łatwa; rejestracja od 7 sierpnia, godz. 12);

● 16 sierpnia, rzeka Widawka (Restarzew - Osada Kajakowa „Ujście” 16 km/5h,

trasa trudna; rejestracja od 7 sierpnia, godz. 12);

● 22 sierpnia, rzeka Pilica (Spała - Inowódz 7km/1,5-2h trasa łatwa, spływ nocny; rejestracja od 14 sierpnia, godz. 12);

● 23 sierpnia, rzeka Pilica (Tomaszów Mazowiecki - Inowódz 16km /2,5-3h, trasa łatwa; rejestracja od 14 sierpnia, godz. 12);

● 29 sierpnia, rzeka Warta (Księża Młyny - Uniejów 14

km/4h, trasa łatwa; rejestracja od 21 sierpnia, godz. 12);

● 30 sierpnia, rzeka Warta (Uniejów - Kozubów 12 km/3-4h, trasa trudna; rejestracja od 21 sierpnia, godz. 12);

● 5 września, rzeka Bzura (Kozłów Szlachecki - Stodoła 9 km/2-3h, trasa łatwa; rejestracja od 28 sierpnia, godz. 12);

● 6 września, rzeka Bzura (Kompina - Stodoła 18 km/5-6h, trasa średnia; rejestracja od 28 sierpnia, godz. 12).

POWIAT SIERADZKI



FOT. STAROSTWO POWIATOWE W SIERADZU

To było fantastyczne wydarzenie w Charłupi Małej zorganizowane przez Gminny Związek Rolników, Kółek i Organizacji Rolniczych w Sieradzu oraz Stowarzyszenie Carpe Diem po Charłupsku. Podczas festynu z „Ziemii włoskiej do Polski” miał miejsce także konkurs kulinarny „Potrawy włoskie, czyli klimaty śródziemnomorskie”, skierowany głównie do kół gospodyń wiejskich w pow. sieradzkim. Motywem przewodnim były, oczywiście, potrawy włoskie. D

Velo Warta: ponad 200 km rowerowej trasy wzdłuż naszej najważniejszej rzeki

Paweł Gołąb
Powiat poddębicki

Samorządowe władze woj. łódzkiego i przedstawiciele 19 gmin podpisały list intencyjny dotyczący przygotowania projektu Velo Warta - ponad 200-kilometrowego szlaku prowadzącego wzdłuż Warty, z pętlą wokół Jeziorska.

Velo Warta ma być jednym z najważniejszych szlaków rowerowych w woj. łódzkim. Trasa ma prowadzić możliwie blisko Warty - od granicy z woj. śląskim aż do granicy z woj. wielkopolskim. W projekcie znalazła się też pętla wokół Jeziorska, która obejmie m.in. gminę Pęczniew i tereny w rejonie Poddębic.

Planowana trasa ma służyć nie tylko turystom i miłośnikom rowerowych wypraw. Jej założeniem jest stworzenie bezpiecznej infrastruktury, z której będą mogli korzystać również mieszkańcy regionu na co dzień.

- Chcemy, aby Velo Warta była trasą dla każdego: bezpieczną, wygodną i dostępną niezależnie od wieku, kondycji czy rodzaju roweru. Ta trasa ma być wizytówką naszego regionu i impulsem do rozwoju turystyki w gminach położonych wzdłuż Warty. To wcale nie będzie łatwy projekt i niełatwa też inwestycja, ale razem odnieśliśmy sukces - podkreśla marszałek woj. łódzkiego Joanna Skrzydlewska.

Dla gmin położonych nad Wartą inwestycja może oznaczać również nowe możliwości gospodarcze, stać się impulsem do rozwoju lokalnej przedsiębiorczości i tworzenia nowych miejsc pracy.

Szczególne znaczenie projekt ma dla gminy Pęczniew, która od lat rozwija ofertę turystyki aktywnej nad Jezior- skiem.

- Bardzo się cieszę, że właśnie tu, w Wylazłowie, podpisujemy list intencyjny dotyczący tej inwestycji. Gmina Pęczniew od lat stawia na rozwój turystyki aktywnej, a projekt Velo Warta doskonale



FOT. GMINA PĄTNÓW

Na południu województwa w gminie Pątnów trasa ma się połączyć z woj. śląskim i szlakiem Orlich Gniazd

wpisuje się w naszą strategię - powiedział Marcin Janiak, wójt Pęczniewa.

Nowa trasa może uzupełnić ofertę turystyczną gminy, której ważnym elementem jest port jachtowy i infrastruktura nad Jezior- skiem.

Ważnym punktem planowanego szlaku będą również Poddębice. Burmistrz miasta zwrócił uwagę na potencjał Warty jako jednego z najważniejszych atutów turystycznych gminy.

- Warta jest jednym z naszych największych atutów, dlatego chcemy jak najlepiej wykorzystać jej potencjał. Zależy nam na tworzeniu kolejnych atrakcji. Wierzymy, że trasa Velo Warta będzie ważnym elementem tej oferty i przyczyni się do dalszego rozwoju turystyki w Poddębicach - powiedział Piotr Sęczkowski, burmistrz Poddębic.

Za przygotowanie całości inwestycji odpowiada Zarząd Dróg Wojewódzkich w Łodzi. Rozpoczął się już pierwszy etap prac, którego celem jest ustalenie przebiegu trasy i opracowanie programu funkcjonalno-użytkowego. Szczegółowe rozwiązania techniczne zostaną określone później, na etapie przygotowania dokumentacji projektowej. Jej opracowanie zaplanowano jeszcze w tym roku.

Projekt ma połączyć Łódzkie z istniejącymi i planowanymi trasami rowerowymi w innych częściach kraju.

- Od lat rozwijamy w naszej gminie turystykę aktywną. Velo Warta to dla nas bardzo ważny projekt, ponieważ łączy nas z woj. ślą-

skim i szlakiem Orlich Gniazd. Trasa rowerowa nr 17, biegnąca wzdłuż Warty, pozwoli stworzyć wyjątkową pętlę turystyczną, opartą na walorach Załęczańskiego Parku Krajobrazowego. Chcemy chronić to, co mamy najcenniejsze, i jednocześnie wykorzystać ten potencjał dla rozwoju naszej gminy oraz dobra wszystkich mieszkańców i turystów - powiedział Jacek Olczyk, wójt gminy Pątnów w woj. wielunskim.

Podpisany list intencyjny określa zasady współpracy pomiędzy samorządem woj. łódzkiego i 19 gminami. Strony zadeklarowały wspólne działania związane z utworzeniem, rozwojem i promocją trasy Velo Warta. Samorządy będą odpowiadać za utrzymanie powstałej w przyszłości infrastruktury, w tym konserwację oznakowania i wykonywanie niezbędnych napraw. W miarę potrzeb mają także powstawać miejsca odpoczynku dla rowerzystów.

Inwestycja ma być finansowana z wykorzystaniem środków własnych samorządów i funduszy zewnętrznych, w szczególności europejskich. Szczegółowe zasady dotyczące finansowania wkładu własnego zostaną określone w osobnych porozumieniach.

Kiedy będzie można pojechać całą trasą a Velo Warta? Niestety, terminu nie podano.

Na razie przed samorządami i Zarządem Dróg Wojewódzkich etap przygotowawczy.

ŹRÓDŁO UMWE



FOT. UMWE

Trasa ma prowadzić przez 19 gmin w regionie łódzkim, możliwie jak najbliżej Warty. Na razie, nie wiadomo jednak, kiedy inwestycja zostanie ukończona



FOT. UMWE

Podpis pod listem intencyjnym złożyła m.in. marszałek woj. łódzkiego Joanna Skrzydlewska



FOT. UMWE

Nowa trasa ma uzupełnić istniejącą już ofertę turystyczną, której ważnym elementem jest port jachtowy i infrastruktura nad Jezior- skiem

Matka z uprowadziła dzieci, które były pod opieką kuratora sądowego

Marcin Stadnicki
Wieluń

32-letnia matka porwała w Wieluniu trójkę swoich dzieci w wieku od 2 do 8 lat. Kobieta ma odebrane prawa rodzicielskie. Opiekę nad rodzeństwem sprawują dziadkowie dzieci. Małoletni zostali uprowadzeni, mimo, że był z nimi... sądowy kurator.

Do zuchwałego porwania rodzicielskiego doszło w miniony piątek. Kobieta wykorzystując nieuwagę osób obecnych podczas spotkania na terenie obiektu rekreacyjnego zabrała dzieci i odjechała wraz ze swoim pomocnikiem. Drugi jej pomocnik odwracał w tym czasie uwagę kuratora. Policjanci dotarli do kobiety i jej dzieci, zatrzymali cztery osoby, a cała akcja swój finał miała na Dolnym Śląsku. Małoletni wrócili pod opiekę



Kobiecie sąd odebrał prawa rodzicielskie, została zatrzymana przez wieluńskich policjantów

dziadków, prawnych opiekunów.

Do rodzicielskiego porwania doszło na terenie jednego z obiektów rekreacyjnych w Wieluniu. Odbywało się tam spotkanie matki z trójką dzieci w wieku od 2 do 8 lat, które na mocy orzeczenia sądu powinny pozostawać pod opieką dziadków sprawujących nad nimi pieczę zastępczą. Spotkanie w Wielu-

niu odbywało się z udziałem sądowego kuratora.

– W trakcie spotkania 32-letnia kobieta wykorzystwała nieuwagę obecnych osób i zabrała dzieci odjeżdżając samochodem prowadzonym przez mężczyznę, który na nią czekał. Drugi z mężczyzn miał celowo odwracać uwagę kuratora oraz personelu obiektu, umożliwiając kobiecie wyjście z dziećmi. Natych-

miast po otrzymaniu zgłoszenia wieluńscy policjanci rozpoczęli intensywne działania poszukiwawcze. Bardzo szybko zatrzymali 41-latkę, który pomagał kobiecie. Okazało się, że to mieszkaniec woj. dolnośląskiego. Równolegle kryminalni analizowali wszystkie dostępne informacje, zabezpieczali materiał dowodowy oraz prowadzili ścisłą współpracę z policjantami z Komendy Wojewódzkiej Policji w Łodzi oraz funkcjonariuszami z woj. dolnośląskiego, mając informację, że matka mogła wyjechać poza teren naszego województwa – informuje asp. szt. Katarzyna Grela z Komendy Powiatowej Policji w Wieluniu.

Policjanci wytypowali miejsce, w którym przebywały dzieci z matką. Dotarli do mieszkania w gminie Wołów w woj. dolnośląskim, gdzie ok. godz. 3 rano odnaleźli kobietę i troje rodzeństwa.



32-latkę pomagało trzech mieszkańców woj. dolnośląskiego. Oni także zostali zatrzymani

– Dzieci były całe i zdrowe, a następnie zostały przekazane pod opiekę prawnego opiekuna – informuje Katarzyna Grela. – Na miejscu policjanci zatrzymali 32-letnią matkę dzieci i 36-letniego mężczyznę, który przewoził kobietę z małoletnimi. Ponadto funkcjonariusze ustalili, że w zdarzeniu brał udział również 38-letni mieszkaniec woj. dolnośląskiego, który pomógł w ucieczce, zapewnia-

jąc transport kobiecie oraz jej dzieciom. Mężczyzna został również zatrzymany. Całej czwórce przedstawiono zarzuty związane z udziałem w uprowadzeniu małoletnich wbrew woli osób powołanych do opieki – dodaje wieluńska policjantka.

Zatrzymanym grozi do 5 lat więzienia, a postępowanie w tej sprawie prowadzone jest pod nadzorem Prokuratury Rejonowej w Wieluniu.

Trwają zapisy na 416. Sieradzką Pieszą Pielgrzymkę na Jasną Górę

Dariusz Piekarczyk
Sieradz

W poniedziałkowy rano rozpoczęły się zapisy na 416. Sieradzką Pieszą Pielgrzymkę na Jasną Górę.

Pątnicy wyruszą w tym roku z hasłem „Niech Pan da Ci pokój”. Zapisy przyjmowane są w bibliotece parafii Wszystkich Świętych, czyli Bazylice Mniejszej.

Jednym z pierwszych, który przyszedł się zapisać, jest pielgrzymkowy weteran Kazimierz Kosecki, który na Jasną Górę wędruje od 1979 r. Od wielu lat idzie na początku grupy niosąc drewniany krzyż.

– Przejąłem krzyż po Janku Borowieckim – mówi. – Niosę go w obie strony, choć ostatnim laty to mam już ciężko i nic w tym dziwnego, bo przecież 70 lat skończyłem. Nieść krzyż to nie jest taka prosta sprawa, o nie. Trzeba utrzymać równe tempo, tak gdzieś z 5 km/godz. Nie moż-

na się wrywać do przodu. Dopóki zdrowie pozwoli, będę chodził na Jasną Górę.

Przewodników tradycyjnie już poprowadzi weteran pielgrzymkowy Stanisław Kosatka. Oprócz niego są w tej grupie Grzegorz Ramuś, Michał Klimas, Paweł Kowalczyk, Marek Przybył i Marcel Przybył.

Po raz 13. z rzędu, a ponad 20. pójdzie prezydent Sieradza Paweł Osiewała. Pielgrzymować zamierza także wiceprezydent Emilia Marek.

Kancelaria pielgrzymkowa czynna jest do 21 sierpnia. Pracuje w godz. 9-12 oraz 16-18.

Kierownikiem grupy jest ks. Przemysław Pankowski.

Koordinatorem świeckim Marek Jasiewicz.

Pielgrzymka sieradzka jest jedną z najstarszych pieszych w naszym kraju. W drogę wyruszy 22 sierpnia (sobota) po porannej mszy świętej. Powinno wyjść co najmniej 800 osób. Wróci w sobotę, 29 sierpnia, ok. godz. 19.



Pierwsi pielgrzymi zapisali się w poniedziałek rano

Odpust w parafii w Strońsku



Późnoromański kościół w Strońsku jest jednym z najstarszych zabytków w woj. łódzkim

Dariusz Piekarczyk
Powiat zduńskowski

Mieszkańcy parafii św. Urszuli Dziewicy i Męczennicy w Strońsku w gminie Zapolice świętowali uroczystości odpustowe ku czci Przemienienia Pańskiego.

W miniony czwartek, 6 sierpnia, uroczystej mszy świętej odpustowej w Strońsku przewodniczył oraz homilię wygłosił ks. biskup Ireneusz Pękałski. Wierni wspólnie modlili się, dziękując za dar parafii, jej wspólnotę oraz prosząc o Boże błogosławieństwo na kolejne lata.

Przysięga 138 żołnierzy

Dariusz Piekarczyk
Sieradz

Dawno tak ogromnej przysięgi w 15. Sieradzkiej Brygadzie Łączności nie było. 138 żołnierzy Dobrowolnej Zasadniczej Służby Wojskowej z całego województwa przysięgało w sobotę wierność Ojczyźnie.

Na uroczystości obecny był Paweł Bejda, wiceminister obrony, który odczytał list ministra obrony Władysława

Kosiniaka-Kamysza: – Przysięga to wyjątkowe święto odwagi, patriotyzmu i dojrzałości młodego pokolenia Polaków. Decyzja o podjęciu dobrowolnej służby wojskowej zasługuje na najwyższy szacunek i uznanie w obliczu współczesnych wyzwań na naszej Ojczyźnie oraz całej wschodniej flanki NATO. Służba w jednostce o tak bogatych tradycjach jak sieradzka, to powód do dumy, ale i odpowiedzialności. Sprawna łączność to krwiobieg obecnych sił zbrojnych.



19-latka z 3 promilami szalała na hulajnodze

Dariusz Piekarczyk
Zduńska Wola

Prawie 3 prom. alkoholu w organizmie miała kierująca hulajnogą elektryczną 19-latka, która urządziła sobie przejażdżkę po ulicach Zduńskiej Woli.

Dziewczyna trafiła do policyjnego aresztu. Za kierowanie hulajnogą elektryczną w stanie nietrzeźwości, zakłócanie porządku publicznego, używanie słów wulgarnych i nie stosowanie się do poleceń policjantów została ukarana mandatami karnymi w wysokości 4100 zł.

Policja poinformowała, że doszło do tego 6 sierpnia ok. godz. 19 na ul. Łaskiej. – Kierownik ogniwa patrolowo-interwencyjnego zwrócił uwagę na kierującą hulajnogą elektryczną, której tor jazdy wskazywał, że może być nietrzeźwa - informuje asp. Paulina Matysiak z Ko-



Dziewczyna została ukarana mandatem 4100 zł

mendy Powiatowej Policji w Zduńskiej Woli. - Policjant zatrzymał ją do kontroli. Miała problem z utrzymaniem równowagi, bełkotliwą mowę. Badanie wykazało, że miała prawie 3 prom. alkoholu w organizmie. Podczas interwencji zakłócała ład i porządek publiczny, używała słów wulgarnych, nie stosowała się do poleceń interweniujących policjantów. Została doprowadzona do policyjnego aresztu w celu wytrzeźwienia.

Auto dachowało i wpadło do rowu. Pomocy kobiecie udzieliła policjantka, która wracała do domu po nocnej służbie

Dariusz Gabryelski
Powiat łaski, Zduńska Wola

Policjanta, która samochodem wracała z nocnej służby ze Zduńskiej Woli, zauważyła auto w przydrożnym rowie. Gdy się zatrzymała, by sprawdzić, co się stało, zauważyła obok rozbitego auta leżącą kobietę.

Sierżant Patrycja Janiak natychmiast udzieliła jej pierwszej pomocy i wezwała policję oraz pogotowie.

Policja poinformowała, że doszło do tego w miejscowości Podulach w powiecie łaskim. Okazało się, że samochód osobowy wpadł w poślizg, w wyniku czego dachował i zatrzymał się w przydrożnym rowie. Do wypadku doszło 2 sierpnia ok. godz. 8.20.



Auto dachowało w Podulach w gminie Sędziejowice

Funkcjonariuszka z ogniwa patrolowo-interwencyjnego Komendy Powiatowej Policji w Zduńskiej Woli natychmiast wysiadła ze swojego samochodu i pomogła poszkodowanej kobiecie, która już zdołała wydostać się z rozbitego pojazdu. Kobieta skarżyła się na ból pleców

i klatki piersiowej oraz miała duszności.

Sierżant Patrycja Janiak udzieliła poszkodowanej pierwszej pomocy przed medycznej i wezwała pogotowie oraz policję.

– Do przyjazdu służb zaopiekowała się poszkodowaną oraz zabezpieczyła miejsce



Policjantka z KPP w Zduńskiej Woli jako pierwsza zobaczyła ranną w wypadku. Pomogła kobiecie i wezwała służby

wypadku, zapewniając bezpieczeństwo innym uczestnikom ruchu - mówi aspirant Paulina Matysiak z Komendy Powiatowej Policji w Zduńskiej Woli.

DROBNE

Handlowe

MASZYNY URZĄDZENIA

BETONIARKĘ sprzedam, 453-371-928

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

12h autoskup, 664-040-076

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

KOPACZKĘ konną - sprzedam, 453-371-928

PLODY ROLNE

ZIARNO pszenżyto ozime najnowsza odmiana razem z mieszanką - sprzedam, 453-371-928

INNE

NAWOZY NPK, MG, S, N 6%, P 16%, K 28%, S 9%, MG 7% Cena 2.150 zł/tona, 500-669-621

WÓZ konny sprzedam, 453-371-928

REKLAMA

0011565818

Zarząd Sieradzkiej Spółdzielni Mieszkaniowej

zaprasza do udziału w przetargu pisemnym na ustanowienie odrębnej własności **lokalu mieszkalnego nr 68 przy ul. Marcina Stacheckiego-Koliba 2 w Sieradzu**, o powierzchni użytkowej **48,63 m²**, położonego w VII klatce na III piętrze. Wartość rynkowa lokalu stanowiąca podstawę do przetargu wynosi **235.000,00 zł** (słownie: dwieście trzydzieści pięć tysięcy złotych 00/100), wymagane do przetargu wadium w kwocie **23.500,00 zł** (słownie: dwadzieścia trzy tysiące pięćset złotych 00/100). Wymagane do przetargu wadium należy uiścić na rachunek bankowy Spółdzielni nr **75 9267 0006 0000 8136 2000 0030** w terminie **do dnia 26 sierpnia 2026 r.** Za datę wpłaty wadium uznaje się dzień wpływu środków na rachunek bankowy Spółdzielni. Oferty należy składać na dziennik podawczy Sieradzkiej Spółdzielni Mieszkaniowej, ul. Marszałka Józefa Piłsudskiego 5b w Sieradzu, w terminie **do dnia 27 sierpnia 2026 r. do godz. 13.00**. Szczegółowe warunki, jakie powinna spełniać oferta, wykaz załączników, sposób złożenia oferty, kryteria decydujące o rozstrzygnięciu przetargu, obowiązki osoby, na rzecz której zostanie rozstrzygnięty przetarg, określa Specyfikacja zamieszczona na stronie **www.ssmsieradz.pl** oraz dostępne w siedzibie Spółdzielni – sala obsługi interesantów. **Lokal można oglądać w dni robocze w godz. od 9.00 do 14.00 po wcześniejszym uzgodnieniu godziny – tel. 43 826 62 96. Zarząd Sieradzkiej Spółdzielni Mieszkaniowej zachowuje uprawnienia do unieważnienia przetargu bądź odstąpienia od przeprowadzenia przetargu na każdym jego etapie bez podania przyczyny.** Regulamin przetargu dostępny w siedzibie Spółdzielni (sala obsługi interesantów) oraz na stronie internetowej Spółdzielni **www.ssmsieradz.pl**. Wszelkie informacje dotyczące przetargu można uzyskać w siedzibie Spółdzielni, w dni robocze, w godz. od 7.00 do 15.00, tel. 43 826 62 96 lub 43 826 65 70. O rozstrzygnięciu przetargu uczestnicy zostaną powiadomieni na piśmie.

Ogólnopolski zlot fanów audi

Maciej Twardowski
Poddębice

Były setki błyszczących aut, głośne wydechy i świetna atmosfera.

W miniony weekend odbył się coroczny zlot entuzjastów marki Audi. Na placu przy poddębickich termach zebrały się tłumy uczestników, którzy chcieli obejrzeć wyjątkowe egzemplarze samochodów.

Głównym punktem programu były widowiskowe konkursy, które przyciągnęły największą uwagę publiczności. Wybierano najładniejsze audi zlotu, najgłośniejszy wydech i najlepszy zestaw grający.



potrawa mięsna	mały wodo- spad	miasto nad Neretwą witamina B1	schodzi z góry	10 przy- kazan	ssak z bródką areszt	sztuka cyr- kowa	naszyta na dziurę przywódca pow- stania niewol- ników w Rzymie	okrywa pień lipy	roślina na włókno	ciasto na tort	roślina przypra- wowa	kamienica lub blok Piecioksiąg Mojżesza	wiosenny kwiat „głośnie” miasto		
ludowy wyrób tkacki				17						12	w parze ze sztuką				
		3		dominuje w powie- trzu		20	uboczne uczucie sma- kowe					mąż Pene- lopy	21		
znak nawiga- cyjny			2	zawód Jana Serce						pieprz turecki					
... Baar, aktorka						typ lasu liścias- tego	początek rajdu	Pola, aktorka z filmu „Szatan z siódmej klasy”		4		filmowy Mohi- kanin	część dziel- nicy Wawer		
koń z serialu					ryba śledzio- wata	kropelki wody na trawie			hamul- cowy lub do kąpieli		wscho- dzące zboże niski stół	19	wę- gierska puszta	26	pora- żenie sło- neczne
pobory aktora	osad w silniku składnik betonu					sycy- lijski wulkan			wpada do Bał- chaszu			wydrzyk wielki			
		przeplę- wa przez Jarosław	zamkowa rzeka we Francji			14	puszysty ogon liśnicy			13	prosty lub ostry		drzazga, zadzior		bitwa, po- tyczka
... Złot- kowska, pance- nistka	odmiana ochry	sterta domini- kanie			arabska jał- mużna kolczasty		styl pływacki			dopływ Wisły, Czarna Wda		brat Jakuba szmelc			
								moc, energia			luka, szcze- lina		6		
awan- tura, burda		18									niebieski kwiat polny	paliwo opałowe	w port- felu Serba	jon z minu- sem	
bystrzak, frant	odmierza czas		papieski wy- slannik	bon zaku- powy							siekierki na kijek				
													16		
złota lub szara w sadzie				5							maszyna do liczenia	nakrycie głowy biskupa	sztywna tkanina	miejski samorzą- dowiec	
stolica Mali	szef juha- sów		herbata z Parag- waju	pięte u wozu											
naj- dłuższy bieg				1							metro- polia Albanii		7		
											barwnik w mar- chwi	stolica Ghany	pasza dla siwka	Hawke, aktor z USA	
zdobi strop	harto- wana w hucie		sztuczka magika	komin wulka- niczny											
					broń drzew- cowa	na czele niemiec- kiego rządu	angielski metr	mała ryba morska	ocalał z potopu dryg do interesów		stacja warszaw- skiego metre		24		
kurtka robocza, kufajka	nadaje połysek obrazom	model Porsche	obok dramatu włoskie miasto				kubań- ski złoty				putto na obrazie	chytry ssak	związek che- miczny	robi rowki na pilni- kach	
wypo- czynek po pracy					fotel no- zycowy pobór do wojska				prze- sadnie ceni swoją war- tość, pyszałek						
	9			22	zespół jazzowy							święty obraz w cerkwi bojażń			
grecka nimfa morska	„serowe” miasto w Holandii	słynny college w Anglii	psal- mista w cerkwi			miejsce zebrań maso- nów	15	piewca starej Warszawy		10	„czło- wieka”, nowela Szolcho- wa		wagon kole- jowy	mary- narskie łożka	
typ umy- walki									wolny koniec omasz- towania						
										miesz- kaniec Kataru		madry król żydow- ski	pukle kosmyki		
Tomasz, aktor turecki sułtan			23	piłkarze z Medio- lanu		muzyka Lady Pank			zapom- niał jak ciele- ciem był		biekitna u arysto- kracji?		11	poziome drzewce masztu	25
					ruszto- wanie w kopalni			8	... Sari, śpie- waczka		ptak w klatce				



126Litery z pól ponumerowanych od 1 do 26 utworzą rozwiązanie – myśl Karola Bunscha.

ROZWIĄZANIE: KWIAT PRZEKWITA, CIERN ZOSTAJE.

Mamy to! Warta Sieradz wygrała z ŁKS II Łódź. Remis w Wojśławicach na przywitanie sezonu w IV lidze

Dariusz Piekarczyk
Sport

Warta Sieradz wygrała w niedzielne popołudnie mecz drugiej kolejki grupy pierwszej III ligi z ŁKS II Łódź 1:0 (0:0).

To drugie w ostatnim czasie zwycięstwo naszej drużyny z tym zespołem - wcześniej w sparingu także było 1:0 (0:0).

Jedyny gol w niedzielnym pojedynku padł w 64 minucie, a strzelił go pozyskany niedawno z ekstraklasowej obecnie Wieczystej Kraków, Tomasz Swędrowski. W 69 minucie czerwoną kartką, za faul przed polem karnym, ukarany został bramkarz Warty Marcin Żyła. Z boiska zszedł Jakub Piela, a między słupkami pojawił się etatowy w minionym sezonie bramkarz Mykyta Zełenski. Gospodarze nie wykorzystali gry w przewadze i sieradzanie triumfowali 1:0!

W sobotę (15 sierpnia) na Stadion MOSiR zawita Jagiellonia II Białystok, z którą Warcie trudno się gra. W minionym sezonie zremisowała u siebie 3:3 (1:3).

ŁKS II Łódź - Warta Sieradz 0:1 (0:0)

Bramka:

0:1 - Tomasz Swędrowski (64)

Warta: Marcin Żyła - Aleksander Ślęzak, Piotr Mielczarek (67, Paweł Mocny), Artur Sójka (60, Olek Trubnikow), Jakub Piela (75' Mykyta Zełenski) - Mateusz Lis, Tomasz Swędrowski, Szymon Pietrzak, Dawid Owczarek - Wojciech Bogacz, Kacper Drzazga (60, Bartłomiej Kręciuch). Trener: Marek Przybył.

Pozostałe wyniki drugiej kolejki: Mławianka Mława - Pelikan Łowicz 0:1 (0:0), Żąbkovia Żabki - Widzew II Łódź 1:0 (0:0). Zwycię-



FOT. KAROL CŁAPA

Mamy to! Piłkarze trzecioligowej Warty Sieradz pokonali w niedzielne popołudnie w Łodzi drużynę rezerw ŁKS 1:0

ski gol padł w trzeciej minucie doliczonego czasu gry. Wisła II Płock - Lechia Tomaszów Mazowiecki 2:1 (1:0), Jagiellonia II Białystok - Wigry Suwałki 1:1 (0:0), Olimpia Elbląg - Polonia Lidzbark Warmiński 4:2 (2:1), KS CK Troszyn - Mazovia Mińsk Mazowiecki 1:4 (1:4), Świt Nowy Dwór Mazowiecki - Olimpia Zambrów 4:0 (3:0), ŁKS Łomża - KTS Wesoła Warszawa 0:1 (0:1).

Plan trzeciej kolejki. Piątek (14 sierpnia):

Lechia Tomaszów Mazowiecki - ŁKS Łomża (godzina 16), KTS Wesoła Warszawa - Mławianka Mława (19), Wigry Suwałki - KS CK Troszyn (19.47), Mazovia Mińsk Mazowiecki - Żąbkovia Żabki (17.30). **Sobota (15 sierpnia):** Pelikan Łowicz - ŁKS II Łódź (17), Warta Sieradz - Jagiellonia II Białystok (18), Widzew II Łódź - Świt Nowy Dwór Mazowiecki (12), Olimpia Zambrów - Olimpia Elbląg (17.30), Polonia Lidzbark Warmiński - Wisła II Płock (18).

1. Świt Nowy Dwór Mazowiecki	2	6	6-1
2. Pelikan Łowicz	2	6	4-2
3. Wisła II Płock	2	6	4-2
4. KTS Wesoła Warszawa	2	5	3-1
5. Wigry Suwałki	2	4	3-1

6. Jagiellonia II Białystok	2	4	4-3
7. Widzew II Łódź	2	3	5-2
8. Mazovia Mińsk Mazowiecki	2	3	6-4
9. Olimpia Elbląg	2	3	5-4
10. Olimpia Zambrów	2	3	5-4
11. Mławianka Mława	2	3	2-2
12. Warta Sieradz	2	3	2-2
13. Żąbkovia Żabki	2	3	1-5
14. Lechia Tomaszów Mazow.	2	0	2-4
15. ŁKS Łomża	2	0	2-4
15. Polonia Lidzbark Warmiński	2	0	3-6
17. ŁKS II Łódź	2	0	0-3
18. KS CK Troszyn	2	0	2-9

Remisowa inauguracja w Wojśławicach

Po 22 latach IV liga powróciła do Wojśławic. Miejscowy Ekolog, prowadzony przez trenera Pawła Oluszczyka, zremisował z GKS Orkanem Buczek (trener Marcin Węglewski) 1:1 (1:1), choć od 68 minut grał z przewagą jed-

nego piłkarza. Czerwoną kartką upomniany został bramkarz gości Hubert Gabrysiak. Jego miejsce między słupkami zajął, pozyskany z Warty Sieradz, gdzie grał w zespole rezerw, 18-letni Franciszek Rynkiewicz. Szkoleniowiec miejscowych uznał remis za dobry wynik. Marcin Węglewski miał natomiast pretensje do trójki sędziowskiej, która jego zdaniem nie panowała nad boiskowymi wydarzeniami. Sędzią głównym był Arkadiusz Stokłos (WS Łódź).

Ekolog Wojśławice - GKS Orkan Buczek 1:1 (1:1). 0:1 - Norbert Dregier (35), 1:1 - Dawid Kępnia (48).

Pozostałe wyniki pierwszej kolejki IV ligi: Orzeł Parzęczew - PGE GIEK GKS Bełchatów 1:0 (1:0). To największa sensacja pierwszej kolejki. Orzeł jest beniaminkiem IV ligi, natomiast GKS to spadkowicz z grupy pierwszej III ligi.

RKS Radomsko - Zryw Wygoda 2:1 (0:1), Sokół Aleksandrów - MKP-Boruta Zgierz 0:3 (0:2), Concordia Piotrków Trybunalski - AKS SMS Łódź 0:0, Zjednoczeni Stryków - Ceramika Opoczno 2:0 (1:0), Włókniarz Pabianice - Stal Głowno 0:0, LZS Justynów - ŁKS III Łódź 0:2 (0:1), Polonia Piotrków Trybunalski - KS Kutno 2:0 (0:0).

Plan drugiej kolejki IV ligi:

Piątek (14 sierpnia): Zryw Wygoda - Sokół Aleksandrów (godzina 18). **Sobota (15 sierpnia):** KS Kutno - ŁKS III Łódź (14), GKS Bełchatów - Polonia Piotrków Trybunalski (17), Stal Głowno - Orzeł Parzęczew (18.30), GKS Orkan Buczek - Włókniarz Pabianice (16), AKS SMS Łódź - Ekolog Wojśławice (15), Ceramika Opoczno - Concordia Piotrków Trybunalski (15), MKP-Boruta Zgierz - Zjednoczeni Stryków (16).

Niedziela (9 sierpnia): LZS Justynów - RKS Radomsko (16).

Startuje Klasa Okręgowa

W ten weekend startuje sezon w Klasie Okręgowej. Na terenie województwa łódzkiego mamy cztery grupy.

Większość ekip naszego regionu rywalizuje w grupie trzeciej. W pierwszej grają natomiast Termy Poddebice, będące spadkowiczem z IV ligi. W grupie trzeciej nie mamy Konopnicy, choć utrzymała się w tej lidze. Klub zdecydował jednak o wycofaniu drużyny, twierdząc że ze względu na kłopoty finansowe. Wójt gminy Konopnica Jacek Kurowski odpięra tę zarzut. W wydanym oświadczeniu stwierdza, że samorząd zabezpieczył środki na działalność klubu.

Plan pierwszej kolejki grupy trzeciej Klasy Okręgowej. Piątek (14 sierpnia):

Warta Osaków - WKS 1957 Wieluń (godz. 19). **Sobota (15 sierpnia):** Korab Łask - Astoria Szczerców (13), Złoczewia - LUKS Bałucz (17), Prosa Wieruszów - Jutrzenka Warta (17), Janiszewice - Warta II Sieradz (17), Zawisza Pajęczno - Olimpia Zdunska Wola-Karsznice (17), Warta Działoszyn - Pogorń Zdunska Wola (17). **Niedziela (16 sierpnia):** Piast Błaszki - UKS Galewice (17).

Grupa I. Termy Poddebice rozpoczną sezon w czwartek (13 sierpnia) wyjazdowym meczem z ŁKS Różycą (19).

Puchar Polski

Mamy za sobą drugą rundę Pucharu Polski na szczeblu etapów sieradzkiego oraz łódzkiego.

Etap sieradzki: Czarni Rząśnia - Płomien Makowiska 1:0, Victoria Skomlin - Prosa Wyszanów 1:3, Orion Olewin - LKS Wierzbias 0:6, Hetman Sieradz - MUKS Wróblew 0:0 - w rzutach karnych 5-4, Victoria II Szadek - Olimpia II Zdunska Wola 0:3 (walkower), Zryw Ożegów - KS Radoszewice 1:2, Chartupia Mała - Ostrowia w Ostrowku 3:0, Zryw Wójcin - Masłowie 2:1, LKS Kwiatkowie - Pogorń II Zdunska Wola 3:0 (walkower), KS Rębieskie - Widawia Widawa 3:0 (walkower). Wolny los: UKS Ustków, UKS Galewice II, GLKS Strzelce Wielkie.

Etap łódzki: Ostrowia Ostrowy - Termy Poddebice 0:10.



FOT. MATEUSZ ZGORZYK

Tomasz Swędrowski strzelił gola w Łodzi. Na bramkę dla Warty w meczu III ligi czekał od 2 czerwca 2010 roku



FOT. EKOLOG WOJŚLAWICE

Mateusz Wroński, kapitan Ekologa Wojśławice, prezentuje, przez meczem z Orkanem, okazały puchar za awans do IV ligi



FOT. KIS KWIATKOWICE

Występujący w Klasie A LKS Kwiatkowie awansował do trzeciej rundy Pucharu Polski etapu sieradzkiego