

MAGAZYN *razem z dodatkami*

Córka ma prawo do swojego życia, nawet jeśli matka się obrazi str. 18-19

● Na jednej nodze, o kulach, biegną po zwycięstwo str. 22-23 ● Śmierć architekta Holocaustu str. 24

PLUS TELEMAGAZYN z programem TV oraz zapowiedziami najciekawszych programów



Kurier Poranny

Piątek-Niedziela
29-31.05.2026

www.poranny.pl

Nr. 103 (10751)
Cena 6,50 zł (w tym 8% VAT)

Nie milkną echa awantury o pakt migracyjny. Chodzi o wydarzenia na ostatnim sejmiku **str. 3**



Jak wygląda handel po otwarciu przejść granicznych mówi Ewelina Grygatowicz-Szumowska **str. 12**

Mityng gwiazd na Rynku Kościuszki. Ósma edycja wydarzenia już w niedzielę **str. 32**

Nr ISSN 0866-9511

Nr indeksu 350354



Jeździ motocyklem i ratuje życie



Łukasz Szymaniuk, ratownik medyczny z białostockiego pogotowia, jeździ motoambulansem już szósty sezon. Co ma w kufrach i czego najbardziej boi się na drodze? **STR. 8-9**



Urszula Szymak i Adam Szczesny już w ten weekend wystąpią w „Złotej Rybce”. To niezwykle charytatywny spektakl Teatru Rodziców **STR. 10-11**

REKLAMA

0011529146



Smaczna,
filtrowana
woda
prosto z kranu



**Bez kaucji
Bez problemu**

TYDZIEŃ Z NASZĄ GAZETĄ

PONIEDZIAŁEK

● Sportowy24 – wyniki ze sportowych aren, opinie, komentarze

WTOREK

● Strefa Biznesu – ekonomia i gospodarka

ŚRODA

● Strona zdrowia. Profilaktyka i leczenie popularnych chorób

PIĄTEK

● Puls Polski. Reportaże z Podlaskiego i kraju, opinie, wywiady

ZAMÓW PRENUMERATĘ: tel. 85 875 07 30, bok.prenumerata@polskapress.pl

Cztery spojrzenia na wojnę. Art of Remembrance w Białymstoku

Białystok
Agnieszka Domanowska

Muzeum Pamięci Sybiru zaprezentuje od 2 czerwca wystawę Art of Remembrance – międzynarodowy projekt artystyczny, który łączy cztery europejskie miejsca pamięci o II wojnie światowej z twórczością czworga artystów z różnych krajów. Wstęp będzie bezpłatny.

Projekt skupił cztery instytucje: Muzeum Pamięci Sybiru w Białymstoku, Centro Lacoupole w północnej Francji, Bastogne War Museum w Ardenach w Belgii oraz Centrum Paralup niedaleko Turynu. Do każdego z tych miejsc przypisano jednego artystę rezydenta. Johanna Moisander z Finlandii gościł w Białymstoku, Gayle Richie pochodzi z Irlandii Północnej, Rafael Delaporta jest Francuzem, a Rebekka Bauer – Niemką.

- Czwórka artystów, cztery muzea, różne państwa europejskie i bardzo ciekawe różne perspektywy na wojnę. Niektóre z tych miejsc to pola bitew, inne miejsca pamięci po represjach i terrorze – mówił dr Piotr Popławski, kierownik działu projektów edukacyjnych i kulturalnych w Muzeum Pamięci Sybiru.

Projekt jest finansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach programu Kreatywna Europa.

Premiera wystawy odbyła się w marcu w Nijmegen w Ho-

landii, w miejscu związanym z operacją Market Garden. Następnie trafiła do Turynu, a Białystok jest jej trzecim i jedynym polskim przystankiem. Po zakończeniu ekspozycji wystawa wyjedzie do Bastogne w Belgii, a następnie do Lacoupole we Francji.

Prace tworzą różnorodny zestaw form: obok fotografii znalazły się kompozycje z naturalnych materiałów nawiązujące do rzeźby, rysunki, ceramika, obiekty szklane oraz wideografia. Szczególne miejsce zajmuje praca fińskiego artysty – film, w którym wystąpiła białostocka aktorka Katarzyna Wiktoro wraz z synem.

- To taki lokalny akcent tej pracy i tej wystawy. Łączymy europejski odbiór historii II wojny światowej z jak najbardziej lokalnymi wątkami – podkreślił Popławski.

Niektórzy artyści są potomkami osób dotkniętych wojną. Johanna Moisander wywodzi się z rodziny Finów ewakuowanych z Karelii po jej zajęciu przez Związek Sowiecki.

Przy organizacji projektu muzeum współpracowało z fundacją Liberation Roots Europe oraz belgijską firmą Tempora, która odpowiadała wcześniej za projekt wystawy stałej białostockiego muzeum.

Wernisaż zaplanowano na 2 czerwca o godz. 18. Wystawa będzie eksponowana w sali wystaw czasowych Muzeum Pamięci Sybiru do 30 czerwca.

MATERIAŁ PROMOCYJNY

Czerwiec w BTL. Kulturalna rozbiegówka przed wakacjami

Białostocki Teatr Lalek
Urszula Śleszyńska

Zanim jeszcze w szkołach zabrzmi ostatni przed wakacjami dzwonek, a uczniowie udadzą się na zasluzony odpoczynek warto, żeby odwiedzili Białostocki Teatr Lalek. W czerwcu znajdą tam w repertuarze typowo dziecięce i młodzieżowe spektakle. Powróci na chwilę skierowany do najmłodszych „Misia-czek”, będzie ostatnia premiera – czyli dający do myślenia „Słowik”, czy też „Kar-melek”, „Ślimak”, „Amelka, Bóbr i Król na dachu” czy też „Hocki-Klocki”.

Ale końcówka maja i czerwiec to nie tylko propozycje repertuarowe. BTL proponuje bowiem nowe, ciekawe działania – Piknik Teatralny z Muzami. W maju odbędzie się on 30 i 31, a później 20 i 21 czerwca. To świetna okazja by eksplorować różne dziedziny sztuki.

- Pewnie nie odkrywam tutaj Ameryki, ale zawsze uważałem, że kolebką kultury europejskiej jest antyk i starożytna Grecja – mówi Jacek Malinowski, dyrektor BTL. - W związku z tym, antyczne muzy w naturalny sposób pojawiają się w naszej nowej propozycji, jako patronki sztuk i nauk, które są bliskie teatrowi. Program został tak ułożony, by zaakcentować propozycje z dziedziny tańca, z dziedziny muzyki, z dziedziny



Dający do myślenia „Słowik” to jeden ze spektakli, na które warto wybrać się w czerwcu do BTL-u

literatury, z dziedziny plastyki. A do tego oczywiście też teatr, który jest syntezą sztuk i świetnie się w tym wszystkim odnajduje. Różnym aktywnościom będzie towarzyszyła drobna wystawa prezentująca muzy.

Z myślą o dzieciach i młodzieży zaplanowano spektakle, opowieści przy dźwiękach oryginalnych afrykańskich instrumentów, czytanie sztuki Marty Guśniowskiej, autorskie warsztaty: plastyczne, muzyczne i narracyjne (storytelling) oraz zabawy z kredą. Majowa odsłona pikniku odbędzie się z okazji Dnia Dziecka. Kolejne takie wydarzenie będzie miało miejsce w czerwcu (20-21 czerwca) w ramach obchodów Dni Miasta Białegostoku.

- Na zakończenie czerwcowego pikniku, a także naszego

sezonu zagramy „Puszczańskie opowieści” w plenerze – dodaje Jacek Malinowski. - Mam nadzieję, że pogoda dopisze. Ten plenerowy pokaz będzie równocześnie inauguracją naszej nowej sceny – Ekosceny pod klonami.

Czerwiec to też wyjazdy. BTL pojawi się w Czechach. - W Pilźnie będzie odbywał się bardzo duży festiwal teatrów lałkowych i alternatywnych, który w głównym programie skupia się na grupach czeskich i słowackich – podkreśla dyrektor BTL. - Ale gościnnie zapraszane są oryginalne i wyjątkowe spektakle z całego świata. W Czechach pokazemy nasz wędrujący spektakl „Transport. Connecting Flights”. Zaprezentowane będą tam też pozostałe części projektu, więc czeka nas kolejna inspirująca i ważna wyprawa.

Wielka impreza na stadionie. Na Dzień Dziecka

Wydarzenie
opr. (R)

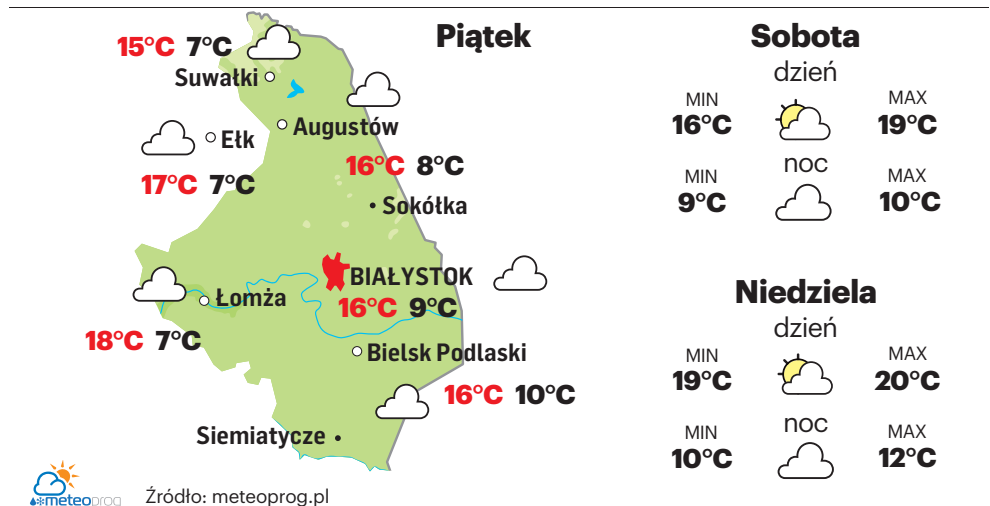
W niedzielę, 31 maja, białostocki stadion Chorten Arena zamieni się w wielką przestrzeń rodzinnej zabawy, edukacji i aktywności. W godz. 10-16 odbędzie się tam wyjątkowy Dzień Dziecka.

Wstęp na imprezę jest bezpłatny i otwarty dla wszystkich mieszkańców. W organizację wydarzenia zaangażowało się ponad 60 partnerów i wystawców, którzy przygotowują liczne atrakcje dla dzieci, młodzieży i całych rodzin. Teren stadionu zostanie podzielony na kilka stref tematycznych.

Na boisku głównym odbędzie się turniej piłkarski „Podlaskie Talent Cup”. W strefie czerwonej na uczestników czekać będą kreatywne warsztaty, rodzinne animacje, przestrzeń edukacyjna i zabawowa. Strefa żółta będzie poświęcona zdrowiu, profilaktyce, nowoczesnym technologiom i edukacji. Na miniboisku odbędą się treningi piłkarskie, zajęcia rugby i nauka strzelania z łuku.

Nie zabraknie atrakcji plenerowych. Na terenach zielonych pojawią się dmuchańce, tory przeszkód, animacje, warsztaty, piana party. Na Promenadzie zaplanowano pokazy służb mundurowych, aktywności sportowe i liczne atrakcje przygotowane przez partnerów wydarzenia. Działać będzie też scena, na której odbędą się występy wokalne, taneczne i pokaz iluzjonisty.

Pogoda w regionie



29 MAJA 2026

Dziś 149. dzień roku.
Do sylwestra pozostało 216 dni.

Wschód słońca w Białymstoku

o godzinie 4.09, zachód o godzinie 20.40. Dzień będzie trwać 16 godzin i 30 minut. Jest krótszy od najdłuższego w 2026 r. dnia w Białymstoku (21 czerwca) o 26 minut i dłuższy od najkrótszego w roku (21 grudnia) o 8 godzin i 57 minut.

Imieniny dziś obchodzą:

Teodozja, Magdalena

KALENDARIUM

1921

Rozpoczęła się budowa portu w Gdyni, jednej z największych inwestycji II Rzeczypospolitej.

1953

Nowozelandczyk Edmund Hillary i Sierpa Tenzing Norgay z Nepalu (członkowie brytyjskiej wyprawy kierowanej przez pułkownika Johna Hunta) jako pierwsi w historii weszli na szczyt Mount Everestu.

1993

Prezydent Lech Wałęsa rozwiązał Sejm i Senat, ogłaszając przedterminowe wybory.

1993

Polska zremisowała 1:1 z Anglią w rozegranym w Chorzowie meczu eliminacyjnym do piłkarskich Mistrzostw Świata. Doszło wówczas do największych w historii polskiej piłki stadionowych zamieszek. Zginął kibic Pogoni Szczecin.

Nie milkną echa awantury o pakt migracyjny

Polityka

Tomasz Maleta

Jako marszałek województwa nie mogłem dopuścić do sytuacji, w której polityczny happening odbywał się kosztem bezpieczeństwa mieszkańców. I właśnie dlatego podjęliśmy działania zabezpieczające - mówił w czwartek Łukasz Prokorym. Odnosił się do wydarzeń, jakie miały miejsce przed ostatnią sesją sejmiku województwa podlaskiego. Z kolei lider opozycji Artur Kosicki domaga się wyjaśnień, kto i dlaczego wydał dyspozycję, by mieszkańców nie wpuścić na sesję.

Przypomnijmy. 26 maja przed urzędem marszałkowskim zgromadzili się mieszkańcy regionu, w tym zwolennicy PiS i sympatycy Konfederacji. W ten sposób wyrazili swoje poparcie dla projektu stanowiska przygotowanego przez PiS, w sprawie sprzeciwu wobec paktu migracyjnego. Po pikietach usiłowali dostać się na obrady sejmiku, ale przy wejściu na schody byli powstrzymywani przez ochronę. Doszło do przepychanek, szarpaniny. Po kilkunastu minutach szamotaniny udało im się dostać do sali



FOT. WOJCIECH WOJTEKIEWICZ

- Bezpieczeństwo ludzi zawsze będzie ważniejsze niż polityczne emocje - mówił w czwartek Łukasz Prokorym

obrad. Tam na stojąco czy też siedząc na podeście obserwowali i komentowali debatę o pakcie migracyjnym. Po kilkugodzinnej dyskusji sejmik postanowił odłożyć sprawę o miesiąc.

Podczas czwartkowego briefingu prasowego, w którym uczestniczył cały zarząd województwa, szef klubu KO i i jego radna Anna Augustyn, Łukasz Prokorym podkreślał, że wtorkowa sesja sejmiku była jawna, transmitowana online, a mieszkańcy mieli możliwość uczestnictwa w obradach. Jednocze-

śnie urząd był zobowiązany do przestrzegania obowiązujących procedur bezpieczeństwa. - Naszym obowiązkiem jest przestrzeganie przepisów przeciwpożarowych, zasad ewakuacji oraz obowiązujących obecnie procedur bezpieczeństwa wynikających ze stopnia alarmowego BRAVO - zaznaczył marszałek.

Podkreślił, że sala sejmikowa ma określoną pojemność i może jednorazowo pomieścić 94 osoby. - Pan Artur Kosicki, były marszałek województwa, doskonale o tym wie. Wie to również jako

doktor prawa i ekspert od prawa budowlanego. Przy tak dużej liczbie osób drogi ewakuacyjne zostały zablokowane, część uczestników siedziała na podłodze i w przejściach. To stworzyło realne zagrożenie dla zdrowia i życia ludzi, szczególnie, że wiele osób uczestniczących w zgromadzeniu, było w starszym wieku - mówił marszałek.

Zapewnił, że w żadnym polskim regionie nie będzie mowy o nielegalnej migracji czy przymusowym osiedlaniu migrantów.

Zapowiedział opracowanie stanowiska dotyczącego bezpieczeństwa województwa i ochrony interesów regionu. 10 czerwca pochylił się nad nim Podlaska Rada Przedsiębiorców, a potem Wojewódzka Rada Dialogu Społecznego. 16 czerwca marszałek przedstawił w Brukseli stanowisko komisarzowi Raffaele Fitto, a 19 czerwca w Szeptowie komisarzowi rolnictwa Christophowi Hansenowi. - Chcemy wypracować rozwiązania, które zagwarantują regionowi bezpieczeństwo i utrzymanie stałego wyłączenia Polski z mechanizmu relokacji - podkreślił Łukasz Prokorym.

Sceptycznie do tych zamierzeń odnosi się sejmikowa opo-

zycja. Odbiera je jako manipulację. Jej zdaniem zapowiedzi marszałka wpisują się w jego dotychczasową postawę. - Marszałek Prokorym raz jest za stanowiskiem, drugim razem je uchyla - zaznaczył Artur Kosicki.

Na czwartkowej konferencji przed schodami, którymi we wtorek mieszkańcy próbowali dostać się na salę, Artur Kosicki z radnym Robertem Jabłońskim podkreślali, że we wtorek doszło do bulwersujących i karygodnych rzeczy, z którymi nigdy w historii podlaskiego samorządu się nie spotkali. - Żeby to ochrona blokowała dostęp do sali sejmiku, do tego, by mieszkańcy mogli w nim wziąć udział - mówił Artur Kosicki. - Dlatego złożyliśmy interpelację, w której pytamy kto i dlaczego zablokował mieszkańcom dostęp do sesji sejmiku, dlaczego też ściągnięto wyjątkowo dużo urzędników, żeby wcześniej zajęli miejsca, by nie były wolne, przez co uniemożliwiano zwykłym mieszkańcom wzięcie udziału w sesji. Z taką liczbą urzędników nie miałem do czynienia nawet, gdy była sesja absolutoryjna. Z naszych nieoficjalnych informacji wynika, że kazano im tam przyjść.

Zaprosił mieszkańców na czwartkową sesję, gdy wróci

sprawa paktu migracyjnego. - Żeby dbali o własne bezpieczeństwo, o własne interesy - zaznaczył były marszałek.

Odnosił się też do uwag marszałka Prokoryma odnośnie przepisów przeciwpożarowych. - Nie wiem do końca, jakie są wymogi, bo za moich czasów wyglądały one zupełnie inaczej. Być może teraz coś się zmieniło. Tylko nawet eksperci od prawa i dostępu do informacji mówią, że jeżeli z przyczyn lokalowych nie można byłoby przeprowadzić sesji, to trzeba wyjść do ludzi i poprosić ich, by przygotowali reprezentację, żeby ona weszła na sesję i w niej uczestniczyła. I trzeba podać te powody - tłumaczył Artur Kosicki.

Z kolei podczas swojego briefingu marszałek Łukasz Prokorym dodał, że służby informowały uczestników o ograniczeniach bezpieczeństwa i proponowały rotacyjny udział w obradach, jednak komunikaty te miały być ignorowane. - Doszło do niekontrolowanego wejścia do budynku, przepychanek i agresji wobec pracowników ochrony. Nie można z jednej strony mówić o odpowiedzialności, a z drugiej nawoływać ludzi do wchodzenia do przepełnionej, dusznej sali - podkreślił.

Modernizacja w dolinie Biebrzy za 24 mln zł. Odwracają skutki dawnych melioracji

Powiat grajewski
PAP

24 mln zł kosztowała modernizacja obiektów hydrotechnicznych Modzelówka w dolinie Biebrzy. Dzięki temu nawadniane jest dawne tzw. martwe koryto rzeki Elk w dolinie Biebrzy, poprawiły się warunki dla rolnictwa i ochrona przeciwpożarowa. W czwartek w Rudzie (powiat grajewski) obiekt oddano do użytku.

Zmodernizowano stary jaz i dobudowano kilka innych obiektów hydrotechnicznych, które pozwalają zarządzać zasobami wodnymi - poinformował PAP koordynator projektu renaturyzacji z Biebrzańskiego Parku Narodowego Adam Bernatowicz. Wskazał, że inwestycja jest najważniejszym elementem realizacji przez Biebrzański Park Narodowy drugiego etapu projektu renaturyzacji na terenie parku.

Biebrzański PN to największy w Polsce park narodowy chroniący cenne obszary bagienne. Prace renaturyzacyjne są prowadzone w miejscach meliorowanych wiele lat temu.

Ministra klimatu i środowiska Paulina Hennig-Kloska podczas oddania przebudowanego obiektu Modzelówka podkreśliła, że w realiach klimatycznych, jakie mamy, wszelkie działania, dzięki którym udaje się spowalniać odpływ wody, są ważne.

- Z jednej strony pozwalają utrzymać przyrodę na tym terenie, odtworzyć, nawodnić torfowiska, bagna, mokradła, w lepszej kondycji utrzymywać dolinę Biebrzy - wskazała. Dodała, że z drugiej strony „to lepsze funkcjonowanie sąsiadujących z parkiem pól uprawnych, bo więcej wody (...) to również większe plony dla rolników”.

Hennig-Kloska zwróciła jednocześnie uwagę, że 150 lat temu były inne realia rolnictwa na tym terenie; natomiast teraz trzeba odtwarzać osuszone niegdyś koryta rzeki, a spowalnianie odpływu wody jest podstawowym zadaniem. Wskazała, że nawadnianie tych terenów ma także znaczenie dla zwiększania bezpieczeństwa państwa, bo trudno dostępne obszary to bariera trudna do pokonania dla potencjalnego przeciwnika.

- Oddanie do użytku tych urządzeń to historyczny mo-

ment dla parku, bo starania o to trwały od wielu lat - ocenił dyrektor Biebrzańskiego PN Artur Wiatr. Jak mówił, renaturyzacja jest ważna w zapobieganiu skutkom suszy, przywracaniu bioróżnorodności, zatrzymaniu wody w terenie, który był mocno osuszony.

- Odwracamy to, co zaszło. To będzie bardzo trudne - ocenił.

Za pieniądze z II etapu projektu renaturyzacji Biebrzański PN wykupił ok. 560 ha gruntów prywatnych od rolników, by prowadzić tam renaturyzację i ochronę czynną - koszenie, odkrzaczanie; organizowano też warsztaty edukacyjne i budowano np. zastawki i progi wodne.

Cały budżet projektu „Renaturyzacja sieci hydrograficznej w Basenie Środkowym doliny Biebrzy. Etap II” wynosi 39 mln zł. Pieniądze pochodzą z unijnego programu Life, Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej, Biebrzańskiego PN. Dzięki obu etapom projektu renaturyzacyjnego nad Biebrzą „ożywiono” około 37 km niegdyś martwego koryta rzeki Elk.

Obiekt Modzelówka nadzorują Wody Polskie.

REKLAMA

0011522763

Stypendia
Pomostowe25. edycja
Stypendiów
Pomostowych

Planujesz studia?

Aplikuj o stypendium pomostowe!

- Zdawałeś/aś maturę w 2026 roku?
- Mieszkasz w małej miejscowości lub wsi?
- Pochodzisz z niezamożnej rodziny?
- Zamierzasz studiować stacjonarnie?

Jeśli TAK, masz szansę na

stypendium na I rok studiów

w wysokości 10 000 złotych

Rekrutacja rusza 9 lipca, online.

Więcej informacji znajdziesz na
www.stypendiapomostowe.pl



Proces w sprawie balonowego przemytu przed białostockim sądem

Z sądu
PAP, opr. red

Przed Sądem Okręgowym w Białymstoku zakończył się w czwartek proces trzech młodych mężczyzn oskarżonych o udział w przemyśle papierosów z Białorusi do Polski przy użyciu balonów meteorologicznych. W zarzutach jest mowa o 11,5 tys. paczek papierosów.

Wyjaśnienia złożył główny oskarżony. Sąd przesłuchał też świadków (w tym funkcjonariuszy SG), po czym zamknął przewód, a strony wygłosiły mowy końcowe. Prokuratura chce karpieć i trzech lat więzienia bez zawieszenia dla dwójki oskarżonych oraz roku więzienia w zawieszeniu dla trzeciego, wnioskuje też o grzywny. Obrońca mężczyzny, którego dotyczą najpoważniejsze zarzuty, chce kary możliwie łagodnej. Adwokat kolejnego chce uniewinnienia, ewentualnie – przy przyjęciu, że jego klientowi można zarzucić jedynie przewóz nielegalnych papierosów – łagod-

nej kary. Wyrok ma być ogłoszony za niespełna dwa tygodnie.

Oskarżeni to młodzi Polacy, mają 22-26 lat, mieszkają w strefie przygranicznej. Według prokuratury przynajmniej kilka razy uczestniczyli oni w przerzutach papierosów z użyciem balonów.

W październiku 2025 r. Straż Graniczna i policja we wspólnej akcji zatrzymały w przygranicznej gminie Kuźnica mężczyzn podejrzanych o taki przemyt papierosów. Sprawę nadzorowała Prokuratura Okręgowa w Białymstoku, w której w jednym śledztwie połączone zostały wszystkie ujawnione w tym czasie przypadki przemytów przy użyciu balonów. Łącznie zarzuty objęły okres od września 2024 r. do kwietnia 2025 r. i przemyt 11,5 tys. paczek papierosów.

Według śledczych oskarżeni działali w zorganizowanej grupie przestępczej. Ich zadaniem był odbiór papierosów po kontakcie z osobami, które balony wysyłały, potem przekazywały lokalizację, gdzie spadną po polskiej stronie. Żaden z oskarżonych nie przyznaje się do udziału w zorganizowanej grupie przestępczej.

Podlaskie restauracje w elitarnym przewodniku

Sukces
opr. red

Sześć restauracji z woj. podlaskiego znalazło się w prestiżowym, najbardziej rozpoznawalnym na świecie przewodniku kulinarnym Michelin. Po raz pierwszy inspektorzy oceniali restauracje ze wszystkich regionów Polski.

Podczas uroczystej gali w ICE Kraków ogłoszono restauracje, które otrzymały Gwiazdki, wyróżnienie Bib Gourmand, a także rekomendacjami przewodnika Michelin, czyli wyróżnienia dla restauracji godnych odwiedzenia i polecenia. Rekomendacje z województwa podlaskiego otrzymały restauracje: Restauracja Carska (Białowieża), Regiment 1884 (Białystok), Skórka Bistro Wino (Białystok), Sztuka Mięsa (Białystok).

Natomiast wyróżnienie Bib Gourmand, czyli restauracje, które najlepiej spełniają kryterium wysokiej jakości w przystępnej cenie otrzymały: Kwestia Czasu (Białystok), Sztuka Chleba i Wina (Białystok).

2,7 mln zł na budynek znany ze „Znachora”

Region
Magda Ciasnowska

Budynek w Bielsku Podlaskim, który widzowie kojarzą z filmem „Znachor”, zostanie wyremontowany i zaadaptowany na potrzeby Muzeum Podlaskiego. Inwestycję wespół sfinansuje z Polskiego Ładu.

Miejsce dobrze znane fanom filmu „Znachor” przejdzie remont i zyska nowe funkcje muzealne. Muzeum Podlaskie w Białymstoku otrzyma 2,7 mln zł dofinansowania z Programu Rządowego Polski Ład na modernizację drewnianego obiektu przy placu Ratuszowym 9 w Bielsku Podlaskim. W czwartek podpisano umowę w tej sprawie.

Obiekt, który kojarzony jest z kultową ekranizacją „Znachora”, ma stać się ważnym miejscem na turystycznej i kulturalnej mapie regionu. Planowana inwestycja pozwoli rozwinąć działalność bielskiego oddziału Muzeum Podlaskiego i stworzyć przestrzeń poświęconą historii tego filmu oraz lokalnym wspomnieniom związa-

nym z jego realizacją. – Inwestycja, którą Muzeum Podlaskie prowadzi w Bielsku Podlaskim, pozwoli nam wznieść działalność naszego oddziału – Muzeum Obojga Narodów, na zupełnie inny poziom. Do tej pory dysponujemy bielskim ratuszem. Jednak brakuje nam przestrzeni do działań bardziej popularnych, które pozwolą dotrzeć do szerszego grona odbiorców – mówił Waldemar Wilczewski, dyrektor Muzeum Podlaskiego.

Zakres prac obejmie m.in. wymianę dachu i stolarki okiennej, modernizację instalacji kanalizacyjnej, prace konserwatorskie oraz dostosowanie budynku do potrzeb osób z niepełnosprawnościami. Całkowity koszt inwestycji wynosi 3,5 mln zł. W obiekcie zaplanowano stworzenie nowoczesnej przestrzeni edukacyjno-kulturalnej. Znajdą się tam m.in.: sala konferencyjna z wyposażeniem multimedialnym, przestrzeń warsztatowa, kreatywna strefa dla dzieci i młodzieży, Izba Regionalna z ekspozycją etnograficzną, kawiarenka z biblioteczką, sklepik z pamiątkami, magazyny zbiorów.

Prace mają dobiec końca jeszcze w tym roku, a oficjalne otwarcie placówki planowane jest na wiosnę przyszłego roku.

– Chcemy zaprosić na to wydarzenie głównych aktorów filmu „Znachor”, między innymi Annę Dymną i Tomasza Stockingera – mówi Jacek Piorunek, członek zarządu województwa.

Podczas czwartkowego spotkania samorząd województwa przekazał także wsparcie na kolejne inicjatywy związane z kulturą, edukacją oraz ochroną dziedzictwa regionu. W ramach konkursu „Podlaskie w kulturze i tradycji 2026” przekazano cztery umowy o łącznej wartości 66 tys. zł. Dofinansowanie trafiło m.in. do organizatorów festiwalu muzyki sakralnej w Tykocinie, gali nagród im. bł. ks. Michała Sopoćki oraz projektu aktywizującego seniorów. Samorząd wsparł też działania związane z mniejszościami narodowymi i językiem regionalnym. Stowarzyszenie Litwinów w Polsce otrzymało 15 tys. zł na organizację obchodów 70-lecia Liceum Ogólnokształcącego z Litewskim Językiem Nauczania w Puńsku.

Kolej na trasie Sokółka – Suwałki bezpieczniejsza i sprawniejsza

Augustów
Anna Gryza-Aneszko

Na stacji w Augustowie uruchomiono Lokalne Centrum Sterowania, które pozwoli na sprawniejsze zarządzanie ruchem kolejowym na trasie Sokółka – Suwałki. Inwestycja o wartości blisko 82 mln zł ma poprawić bezpieczeństwo, punktualność pociągów oraz komfort podróżnych i przewoźników towarowych.

Na stacji Augustów zakończył się kluczowy etap modernizacji infrastruktury kolejowej na linii Sokółka – Suwałki. Do użytku oddano nowoczesne Lokalne Centrum Sterowania (LCS), które odpowiada za nadzór nad ruchem pociągów na stacjach: Augustów, Sidra, Dąbrowa Białostocka, Jastrzębna, mijance Szczepki.

Nowe centrum zastąpiło pięć dotychczas funkcjonujących nastawni. Centralizacja systemów sterowania umożliwia sprawniejsze zarządzanie ruchem kolejowym, szybsze reagowanie

w sytuacjach wymagających interwencji oraz poprawę punktualności pociągów. Inwestycja ma również znacząco zwiększyć poziom bezpieczeństwa zarówno w ruchu pasażerskim, jak i towarowym.

– Zakończona inwestycja w Augustowie i na linii Sokółka – Suwałki to kolejny krok w kierunku zwiększania bezpieczeństwa i niezawodności kolei. Dzięki nowoczesnym systemom sterowania oraz centralizacji nadzoru nad ruchem pociągów, zapewniamy sprawniejszą ob-

slugę przewoźników i wyższy standard dla pasażerów oraz przewoźników towarowych. Konsekwentnie realizujemy projekty, które podnoszą jakość infrastruktury i wzmacniają rolę kolei w regionie – powiedział Andrzej Kierman, dyrektor Zakładu Linii Kolejowych w Białymstoku.

W ramach inwestycji wzdłuż trasy Sokółka – Suwałki powstała nowoczesna sieć światłowodu, zapewniająca niezawodną komunikację i szybki przesył danych. Na stacjach zamontowano nowe systemy nagłośnienia oraz

wdrożono komputerowe systemy sterowania ruchem, które usprawniają pracę dyżurnych ruchu.

Zmiany objęły również przystanek Szczepki, który zyskał funkcję mijanki. Rozwiązanie to zwiększa możliwości prowadzenia ruchu kolejowego i może w przyszłości umożliwić uruchomienie większej liczby połączeń. Dodatkowo wybudowano nowy peron, poprawiający komfort podróży mieszkańców.

Bezpieczeństwo na skrzyżowaniach dróg z torami poprawiła

modernizacja urządzeń na dwóch przejazdach kolejowo-drogowych oraz podłączenie kolejnych czternastu przejazdów do augustowskiego centrum sterowania.

Wartość robót budowlanych wyniosła blisko 82 mln zł. Projekt jest częścią przedsięwzięcia „Digitalizacja infrastruktury kolejowej poprzez zabudowę nowoczesnych urządzeń i systemów – etap I” i został sfinansowany ze środków Krajowego Planu Odbudowy i Zwiększania Odporności.

AUTOREKLAMA
Q604946918A



Uśmiech dziecka

Twoje dziecko na okładce gazety?

Wyślij zdjęcie, wygraj nawet 40 000 zł.

ZGŁOŚ NA: www.poranny.pl/usmiech lub www.wspolczesna.pl/usmiech

POLSKA i ŚWIAT

Ubezpieczenia dla artystów. Ostra reakcja Konfederacji

Marcin Koziestański
Warszawa

Rząd przyjął projekt ustawy o zabezpieczeniu socjalnym osób wykonujących zawód artystyczny. Lider Konfederacji Sławomir Mentzen w ostrych słowach skrytykował pomysł dopłacania do emerytur artystów z kieszeni pracujących Polaków.

Szacuje się, że środowisko artystyczne w Polsce liczy od 60 do 64 tysięcy osób. Prace nad uregulowaniem ich sytuacji trwały od lat, a obecny kształt reformy nadzorowały minister Hanna Wróblewska oraz minister Marta Cienkowska.

Z danych MKiDN wynika, że około 69% artystów zarabia poniżej średniej krajowej, a ponad 10% nie posiada żadnego ubezpieczenia. Ustawa wprowadza oficjalny status artysty zawodo-

wego, przyznawany na wniosek przez nowo powstałe Centrum Edukacji i Pracy Artystycznej na okres 5 lat, z opcją przedłużenia do 8 lat.

Państwo uzupełni składki

Kluczowym elementem reformy jest mechanizm dopłat do składek ZUS. Wsparcie trafi do twórców, których średnie miesięczne przychody z ostatnich trzech lat nie przekroczyły 125% minimalnego wynagrodzenia (ok. 68 tys. zł rocznie brutto). W takich przypadkach państwo automatycznie uzupełni składki do poziomu pensji minimalnej. Uprawnienia będą weryfikowane co roku i wygasną po przekroczeniu progu dochodowego. Twórcy zyskają dzięki temu dostęp do publicznej służby zdrowia, zasiłków chorobowych i macierzyńskich. Przewidziano też programy wsparcia przy zmianie za-

DEFICYT

Wczoraj minister finansów i gospodarki Andrzej Domański w trakcie Polskiego Kongresu Gospodarczego przyznał, że Polska ma wysoki deficyt. – To są po prostu liczby i od tego nie uciekniemy, ale rząd podejmuje kroki, by ten deficyt ograniczyć. Wskazał, że jednym z głównych jego źródeł są wydatki na obronność wynoszące 5 proc. polskiego PKB, czyli ok. 200 mld zł. Podkreślił jednak, że zbrojenia muszą być priorytetem Polski.

Sławomir Mentzen uderza w projekt

Zapowiedź dopłacania do ubezpieczeń artystów wywołała natychmiastowy opór środowisk liberalnych i prawicowych. Do tablicy wywołany poczuł się poseł Konfederacji Sławomir Mentzen, który opublikował w serwisie X bezkompromisowy i niezwykle ostry wpis, uderzający w podstawowe założenia rządowego dokumentu.

„Projekt wypłaty emerytur artystom, którym nie chciało się płacić składek, którzy tworzą sztukę, której nikt nie chce, jest niesprawiedliwy względem tych Polaków, którym chce się pracować i którzy muszą płacić składki” – stwierdził kategorycznie polityk.

W dalszej części swojej wypowiedzi Mentzen odmówił części twórców miana prawdziwych

artystów, stawiając twardą granicę rynkową dla ich działalności. „Jeżeli artysta nie potrafi na siebie zarobić, to nie jest artystą, tylko hobbystą. Nie tworzy sztuki, tylko badziew. A jeżeli próbuje nas wszystkich do tego orznąć na kasę, to jest jeszcze złodziejem i niech spada. STOP finansowaniu nierobów, beztalenci i darmozjadów z naszych pieniędzy!” – podsumował lider Konfederacji.

Konfederacja chce odwołania minister

Podczas konferencji prasowej w Sejmie politycy Konfederacji – poseł Michał Wawer i rzecznik partii Wojciech Machulski – wezwali wszystkie ugrupowania do odwołania ze stanowiska Marty Cienkowskiej i zapowiedzieli rozpoczęcie zbiórki podpisów pod wnioskiem o wotum nieufności wobec minister kultury.

„

Jeżeli rodzic złoży wniosek o 800 plus do końca czerwca, otrzyma świadczenie z wyrównaniem do końca sierpnia

Wojciech Ściwiarski rzecznik regionalny ZUS



FOT. ADAM JANKOWSKI

Sławomir Mentzen opublikował w serwisie X bezkompromisowy i niezwykle ostry wpis, uderzający w podstawowe założenia rządowego dokumentu

Zdaniem Wawera w czasie, kiedy szefem resortu kultury jest Cienkowska, wprowadzane są „kolejne dopłaty na pseudo-dzieła, sztuki obsceniczne, niemające nic wspólnego z realną kulturą”.

Podkreślił, że „czarę goryczy” przełało przyjęcie przez

rząd projektu ustawy o zabezpieczeniu socjalnym osób wykonujących zawód artystyczny. Jako niezrozumiałe Wawer wskazał specjalne uprzywilejowanie grupy artystycznej wobec innych grup społecznych. PAP

MATERIAL INFORMACYJNY ORLEN

Jedyna taka instalacja w Polsce. ORLEN uruchomił inwestycję wartą 800 mln zł

ORLEN uruchomił w Płocku pierwszą w Polsce instalację HVO. Inwestycja warta ponad 800 mln zł będzie produkować około 300 tys. ton biopaliw rocznie. Nowy zakład nie tylko zwiększy bezpieczeństwo paliwowe kraju i uniezależni nas od importu biokomponentów, ale też da silny impuls do rozwoju krajowego łańcucha dostaw.

Prezes ORLEN, Ireneusz Fąfara, podkreślił podczas spotkania z dziennikarzami, że projekt ma wymiar nie tylko biznesowy, ale też strategiczny i technologiczny.

– HVO to instalacja, która pokazuje inną twarz ORLEN. Spotykamy się w tradycyjnym miejscu, ale przy zupełnie nowej, innowacyjnej technologii. To ona będzie zmieniała transport przyszłości i zwiększy naszą niezależność od zewnętrznych dostaw biokomponentów – zaznaczył.

Nowa inwestycja wpisuje się w strategię transformacji energetycznej koncernu. ORLEN planuje zbudować wokół niej szeroki ekosystem współpracy, łączący rolnictwo, logistykę i transport. Jak dodał Fąfara, projekt ma kluczowe znaczenie dla rozwoju biopaliw oraz budowy krajowego łańcucha wartości.



ORLEN stawia na krajowe surowce i współpracę z rolnikami

Kluczowym elementem projektu jest maksymalne wykorzystanie polskich surowców – głównie oleju rzepakowego oraz zużytych olejów posmażalniczych (UCO). Ważnym ogniwem tego systemu mają stać się rodzimi rolnicy.

– Chcemy zachęcić rolników do udziału w programie „Międzyplony dla biopaliw”, aby zwiększać krajową produkcję surowców do wytwarzania paliw odnawialnych – zapowiedział prezes ORLEN.

Koncern już teraz przeznacza rocznie około 5 mld

zł na zakupy od polskich rolników, a nowa instalacja ma te nakłady jeszcze zwiększyć. Dzięki temu ORLEN zyska większą kontrolę nad rynkiem biopaliw i poprawi efektywność kosztową. Jak podsumował Ireneusz Fąfara: – Ta instalacja realnie zwiększa bezpieczeństwo paliwowe Polski. Rozwijamy własną produkcję zaawansowanych biokomponentów i uniezależniamy się od zmienności zewnętrznych rynków.

300 tys. ton biopaliw rocznie

Jak wyjaśnia Grzegorz Józwiak, dyrektor wykonawczy ds. biopaliw i wodoru

w ORLENIE, produkowany w Płocku komponent jakościowo odpowiada tradycyjnemu olejowi napędowemu. Może być wykorzystywany zarówno jako domieszka do diesla, jak i samodzielne paliwo HVO100. Wydajność nowej infrastruktury sięga około 300 tys. ton rocznie.

– Produkt będzie trafiał przede wszystkim do odbiorców w kraju, ponieważ pozwala realizować cele regulacyjne związane z Narodowym Celem Wskaźnikowym oraz przyszłymi wymaganiami dyrektywy RED III – wskazuje Józwiak.

Kluczowym atutem inwestycji jest elastyczność

surowcowa. – Nowa technologia pozwala na wykorzystanie zarówno olejów roślinnych, jak i odpadowych tłuszczów posmażalniczych czy surowców pochodzących z upraw międzyplonowych – tłumaczy przedstawiciel ORLEN.

Dzięki procesowi uwodornienia, powstające paliwo można bez żadnych ograniczeń tankować do silników wysokoprężnych. – To jedyna taka instalacja w Polsce. W przypadku HVO wysoka jakość pozwala na wykorzystanie go jako w pełni samodzielnego, pełnowartościowego paliwa – zaznacza.

W procesie technologicznym kluczową rolę odgrywa wodór, który napędza proces hydrotorafinacji. To właśnie dzięki niemu surowce biologiczne zmieniają się w produkt o wyjątkowo niskim śladzie węglowym.

Uruchomienie tego bloku zwiększy łączny potencjał produkcyjny ORLEN do około 700 tys. ton biopaliw rocznie. Koncern zakłada, że do 2030 roku moce te wzrosną aż do 1,1 mln ton.

„Nowa Chemia” kolejnym dużym projektem ORLEN
Równolegle w Płocku realizowany jest projekt „Nowa

Chemia”, który ma stać się nowym filarem petrochemicznym koncernu. Kompleks docelowo zastąpi część dotychczasowych obiektów i przejmie produkcję kluczowych surowców dla przemysłu chemicznego.

Jak wyjaśnia Damian Olewnik, odpowiedzialny za realizację i uruchomienie inwestycji, przedsięwzięcie obejmuje szereg nowoczesnych jednostek technologicznych. Wśród nich znajdują się m.in. instalacja krakera parowego, układy uwodornienia benzyny popirolitycznej oraz linie produkcyjne glikoli i styrenu.

– Budujemy nowoczesny zakład petrochemiczny, który będzie bardziej efektywny energetycznie i mniej emisyjny niż obecnie eksploatowane systemy – podkreśla Olewnik.

Projekt jest już zaawansowany w ponad 80 procentach. Obecnie trwają prace związane z integracją nowego kompleksu z istniejącą infrastrukturą produkcyjną ORLEN.

Zgodnie z założeniami „Nowa Chemia” ma ruszyć w 2030 roku. Docelowo zakład będzie dostarczał na rynek m.in. etylen i propylen, czyli podstawowe komponenty dla przemysłu chemicznego i sektora tworzyw sztucznych.

USA gotowe do ataku na Kubę. Potrzebny tylko rozkaz Trumpa

Oprac. Alina Mazurska
USA/Kuba

Pentagon od miesiąca rozmieszcza żołnierzy i uzbrojenie, by USA mogły przeprowadzić atak na Kubę – napisał serwis Politico. Do rozpoczęcia uderzenia potrzebny jest rozkaz Donalda Trumpa.

Portal zaznaczył, że Trump zaczął mówić o potencjalnym ataku na wyspę po tym, jak presja gospodarcza i polityczna nie doprowadziła do upadku komunistycznego rządu. Siły marynarki wojennej USA w regionie są największe na świecie (poza Bliskim Wschodem), USA mogłyby więc rozpocząć atak natychmiast.

Trzeci konflikt międzynarodowy?

Operacja militarna mogłaby obejmować schwytanie rządzących (tak jak miało to miejsce w przypadku Wenezueli), czy serię ataków precyzyjnych. Byłoby to trzeci międzynarodowy konflikt, w który zaangażowałyby się USA w czasie



FOT. PAP/EPA

To, że Kuba znajduje się 90 mil (ok. 144 km) od naszego wybrzeża, jest zagrożeniem dla bezpieczeństwa narodowego Stanów Zjednoczonych – oświadczył Marco Rubio

obecnej administracji Trumpa. Portal zaznaczył, że armada w regionie jest nieco mniejsza niż w styczniu, gdy Amerykanie schwytali przywódcę Wenezueli Nicolasa Maduro.

W maju na Morze Karaibskie wpłynął lotniskowiec USS Nimitz wraz z kilkoma niszczycielami i krążownikami rakietowymi zdolnymi do wystrze-

liwania precyzyjnych pocisków w cele lądowe. W okolicach Kuby od miesiąca krążą również zaawansowane amerykańskie drony i samoloty zwiadowcze. Okręt desantowy USS Kearsarge i jednostki eskortujące z 2,5 tys. żołnierzy piechoty morskiej (marines) znajdują się u wybrzeży Wirginii i przygotowują się do no-

wego rozmieszczenia – poinformował portal.

Kuba potencjalnym zagrożeniem dla USA?

W środę podczas posiedzenia gabinetu Trumpa sekretarz stanu Marco Rubio powiedział, że Kuba „ma duże kłopoty”. – To, że upadłe państwo znajduje się 90 mil (ok. 144 km) od naszego wybrzeża, jest zagrożeniem dla bezpieczeństwa narodowego Stanów Zjednoczonych – oświadczył.

W ubiegłym tygodniu Rubio powiadomił, że władze Kuby zaakceptowały amerykańską ofertę pomocy humanitarnej wartą 100 mln dolarów. Dyplomata powiedział też, że liczy na zmiany na wyspie drogą pokojową, lecz nie wykluczył użycia siły.

Rubio – którego rodzice pochodzą z Kuby – podkreślał, że komunistyczny reżim na wyspie stanowi zagrożenie dla USA, bo „nie tylko posiada broń pozyskaną od Rosji i Chin, ale także gości na swoim terytorium rosyjskie i chińskie służby wywiadowcze”. PAP

Piątek, 29.05.2026

Pieniądze z UE jeszcze w tym roku zasila budżet Ukrainy

Oprac. Anna Nagel
Ukraina

Rada Najwyższa Ukrainy ratyfikowała wczoraj umowę kredytową z Unią Europejską, która tworzy ramy prawne pozyskania części z 90 mld euro pożyczki na potrzeby gospodarcze i obronne.

Głosowanie poparło 298 deputowanych w 450-osobowym parlamencie. Dzięki tej decyzji 16,7 mld euro z Brukseli zasili w tym roku ukraiński budżet. Pierwsza transza wyniesie 8,35 mld euro i ma zostać wypłacona jeszcze w czerwcu.

Wsparcie obronne wyniesie 28,3 mld euro. Łącznie w tym roku Kijów otrzyma od Brukseli w ramach tej pożyczki 45 mld euro.

Wcześniej informowano, że 20 maja Ukraina i UE zakończyły negocjacje dotyczące memorandum o porozumieniu w sprawie tej części pomocy makrofinansowej w ramach kredytu unijnego.

W kwietniu 27 państw unijnych zatwierdziło udzielenie

Kijowowi pożyczki w wysokości 90 mld euro na lata 2026 i 2027. Decyzja długo była blokowana z powodu oporu byłego węgierskiego premiera Viktora Orbana.

Władze w Kijowie podkreślają, że przekazanie tych pieniędzy stronie ukraińskiej jest niezwykle ważne w kontekście uniknięcia bankructwa państwa podczas trwającej od ponad czterech lat pełnoskalowej wojny z Rosją. PAP



FOT. ADAM JANKOWSKI

Wołodymyr Zełenski skierował do parlamentu projekt ustawy o ratyfikacji umowy kredytowej z Unią Europejską. Parlament go przegłosował

MATERIAL INFORMACYJNY BGK

0011496393

Samorządy ruszają po miliardy z nowego funduszu

Polska rozpoczyna budowę największego od dekad systemu ochrony ludności i obrony cywilnej. W grze są schrony, miejsca ukrycia, drogi ewakuacyjne, zabezpieczenie infrastruktury wodociągowej oraz systemów energetycznych, a także inwestycje w cyberbezpieczeństwo. Wszystko ma zostać wsparte środkami z nowego Funduszu Bezpieczeństwa i Obronności finansowanego z KPO. Podczas debaty poświęconej finansowaniu bezpieczeństwa samorządów, która odbyła się podczas XIX Konferencji BGK dla JST, przedstawiciele rządu i administracji nie ukrywali, że skala wyzwania jest gigantyczna. Same koszty zapewnienia schronienia ludności w Polsce oszacowano już na ponad 218 miliardów złotych.

KPO na obronność

Jak podkreślał Mateusz Gaczyński, zastępca dyrektora Departamentu Koordynacji KPO w Ministerstwie Funduszy i Polityki Regionalnej, Fundusz Bezpieczeństwa i Obronności powstał w odpowiedzi na konkretne potrzeby.

– Fundusz Bezpieczeństwa i Obronności powstał jako odpowiedź na zmieniającą się sytuację bezpieczeństwa w Europie i na świecie. Polska jest obecnie jedynym państwem Unii Europejskiej, które środki z KPO przeznacza bezpośrednio na bezpieczeństwo i obronność. Mówimy o ponad 22 miliardach złotych, które mają zostać przeznaczone na budowę odporności państwa i samorządów. Połowa tej kwoty trafi bezpośrednio do jednostek samorządu terytorialnego.

Fundusz ma zostać podzielony na cztery główne priorytety inwestycyjne. Największy z nich dotyczy infrastruktury ochrony ludności, czyli schronów, miejsc ukrycia oraz zabezpieczenia infrastruktury krytycznej. Drugim filarem mają być inwestycje w infrastrukturę podwójnego zastosowania, czyli drogi, mosty i tunele, które mogą służyć zarówno mieszkańcom, jak i wojsku lub działaniom ewakuacyjnym. Trzeci obszar obejmuje cyberbezpieczeństwo, natomiast czwarty wsparcie przedsiębiorstw działających na rzecz bezpieczeństwa i obronności.

– Ponad dziewięć miliardów złotych zostanie przeznaczonych na infrastrukturę ochrony ludności. To największy pojedynczy komponent funduszu. Mówimy tutaj zarówno o miejscach schronienia, jak i zabezpieczeniu infrastruktury energetycznej, wodociągowej czy systemów alarmowych. Jednocześnie bardzo duży nacisk kładziemy na cyberbezpieczeństwo infrastruktury samorządowej i krytycznej – dodał Gaczyński.

218 miliardów złotych na schrony

Przedstawiciele MSWiA nie ukrywali, że państwo stoi przed jednym z największych wyzwań infrastrukturalnych od wielu lat. Robert Klonowski, zastępca dyrektora Departamentu Ochrony Ludności i Zarządzania Kryzysowego, wskazywał, że Polska de facto odbudowuje system ochrony ludności od podstaw.

– Ustawa o ochronie ludności i obronie cywilnej nakłada bardzo konkretne obowiązki. W miastach połowa mieszkańców ma mieć zapewnione miejsca schronienia w obiektach zbiorowej ochrony, a jedna czwarta w pełnoprawnych budowlach ochronnych. Poza terenami miejskimi te wskaźniki są niższe, ale nadal bardzo ambitne. Policzyliśmy, ile spełnienie tych wymagań kosztowałoby państwo polskie przy dzisiejszych cenach. To około 218 miliardów złotych.



Jak zaznaczał przedstawiciel MSWiA, przez ponad trzy dekady w Polsce praktycznie nie budowano nowych schronów ani nie rozwijano systemu ochrony ludności. Dziś państwo musi nadrobić wieloletnie zaniedbania.

– Ostatni schron w Polsce został zbudowany jeszcze w latach dziewięćdziesiątych. Przez trzydzieści lat ten obszar praktycznie leżał odłogiem. Otwieraliśmy obiekty, które przez lata były zamknięte i często znajdowały się w fatalnym stanie technicznym. Dlatego dziś próbujemy odbudować cały system praktycznie od podstaw i potrzebujemy do tego ogromnych środków finansowych.

Według przedstawiciela resortu spraw wewnętrznych, obecny program ochrony ludności ma jednak stworzyć fundament stabilnego systemu finansowania na kolejne lata.

– Wszystkie województwa, wszystkie powiaty i wszystkie gminy w Polsce otrzymały już środki z programu ochrony ludności i obrony cywilnej. Otrzymają je także w kolejnych latach.

Najważniejsze było stworzenie trwałych ram prawnych i zapewnienie stabilnego finansowania. Teraz szukamy dodatkowych źródeł wsparcia, bo wiemy, że same środki krajowe nie wystarczą do realizacji wszystkich potrzeb – zaznaczył Klonowski.

Samorządy wymieniają sprzęt z lat 70.

O skali zaniedbań mówił również wojewoda mazowiecki Mariusz Frankowski. Jak podkreślał, w wielu samorządach magazyny ochrony ludności były wyposażone w sprzęt pamiętający jeszcze czasy PRL.

– W zeszłym roku koncentrowaliśmy się przede wszystkim na odbudowie podstawowych zdolności ochrony ludności. W wielu miejscach magazyny były praktycznie puste albo wyposażone w sprzęt z lat siedemdziesiątych czy osiemdziesiątych. Widziałem maski przeciwgazowe sprzed kilkudziesięciu lat, stare aluminiowe menażki i wyposażenie, które dawno utraciło jakąkolwiek przydatność. W wielu przypadkach trzeba było zaczynać praktycznie od zera.

Wojewoda wskazywał, że już pierwsze inwestycje zaczynają poprawiać odporność lokalnych społeczności na sytuacje kryzysowe.

– Dziś samorządy kupują agregaty, mobilne stacje uzdatniania wody, wyposażenie magazynów i systemy ostrzegania. Widzimy realną zmianę w przygotowaniu do sytuacji kryzysowych. Przykładem były ubiegłoroczne wichury pod Płockiem, gdzie trzeba było szybko zabezpieczyć mieszkańców i ich dobytek. Nawet podstawowe rzeczy, takie jak plany zabezpieczające dachy budynków, wcześniej były problemem. Teraz te zasoby są już dostępne na poziomie lokalnym.

Frankowski podkreślał również, że ogromnym wyzwaniem będzie odpowiednie planowanie inwestycji oraz określenie lokalnych priorytetów.

– Nie da się wszystkiego zrobić jednocześnie. Samorządy muszą same zdecydować, co jest dla nich najważniejsze – czy drogi ewakuacyjne, infrastruktura wodociągowa, cyberbezpieczeństwo czy miejsca schronienia. Program ochrony ludności i Fundusz Bezpieczeństwa i Obronności mają się wzajemnie uzupełniać, ale nawet przy tych środkach konieczne będzie bardzo rozsądne planowanie inwestycji.

Wodociągi pod szczególnym nadzorem

Jednym z najważniejszych tematów debaty była infrastruktura podwójnego zastosowania. Frankowski wskazywał, że samorządy już dziś wykazują ogromne zainteresowanie finansowaniem dróg, które mogłyby pełnić funkcję ewakuacyjne lub wojskowe.

Wojewoda zwracał również uwagę na rosnące zagrożenia dotyczące infra-

struktury wodociągowej i energetycznej. Wiele sieci budowanych jeszcze z pierwszych funduszy unijnych ma już ponad dwadzieścia lat i wymaga pilnej modernizacji. Dodatkowym problemem stają się cyberataki na infrastrukturę krytyczną.

– W ubiegłym roku odnotowano w Polsce 93 incydenty cybernetyczne dotyczące sektora wodociągowego. Ta infrastruktura jest coraz starsza, coraz częściej dochodzi do awarii, a jednocześnie rośnie skala zagrożeń cyfrowych. Dlatego cyberbezpieczeństwo infrastruktury wodociągowej i energetycznej powinno być jednym z kluczowych kierunków inwestycji – powiedział Frankowski.

Schrony mają żyć, a nie stać zamknięte

Przedstawiciele administracji podkreślali również, że nowe obiekty ochrony ludności nie mogą być projektowane jako martwe, zamknięte przestrzenie, używane wyłącznie na czas wojny.

– Nie możemy powielać błędów z czasów PRL, kiedy schrony były budowane, zamykane i po latach nikt już o nich nie pamiętał. Te obiekty muszą żyć na co dzień. Mogą pełnić funkcję świetlic, parkingów podziemnych, hal sportowych czy sal koncertowych. W sytuacji kryzysowej mają chronić ludność, ale na co dzień powinny służyć mieszkańcom i być normalnie użytkowane – dodał Robert Klonowski.

Ministerstwo Funduszy i Polityki Regionalnej zapowiada, że pierwsze nabory do Funduszu Bezpieczeństwa i Obronności mają ruszyć jeszcze w czerwcu. Resort liczy, że pierwsze umowy z samorządami uda się podpisać jeszcze przed końcem roku.

Turyści odwołują rezerwacje w Łotwie. Mówią, że boją się incydentów przy granicy

Oprac. Alina Mazurska
Łotwa

Powtarzające się incydenty z dronami, alerty dla ludności czy informacje o poderwaniu myśliwców NATO uderzają w branżę turystyczną w Łotwie – podało Latvijas Radio.

Według szacunków izby turystycznej Łatgalii, historycznej krainy na wschodzie Łotwy, około 60 proc. rezerwacji dokonanych przez turystów zagranicznych zostało anulowanych, a jednocześnie liczba rezerwacji turystów krajowych spadła o około 40 proc. w porównaniu do podobnego okresu ubiegłego roku. Odwoływane są również imprezy firmowe i wycieczki szkolne.

– Jak tylko dochodzi do jakiegos incydentu przy wschodniej granicy, turyści od razu anulują pobyt i mówią wprost, że chodzi o drony – powiedziała właścicielka pensjonatu hotelowego w Bołowsku (Łot. Balvi), położonego kilka kilometrów od granicy z Rosją. W maju ub. roku gospodyni miała zarezer-



FOTOFOT. KYIVCITYGOVUA

Turyści boją się incydentów z dronami

wowane już dwie trzecie wakacyjnych terminów, a obecnie zapelnione ma na dwa, trzy tygodnie – podkreślono w raporcie Latvijas Radio z Łatgalii.

Według izby turystycznej puste hotele i pensjonaty wpłyną również na kondycję miejscowych producentów, gospodarstwa rolne, gastronomię, firmy transportowe i zatrudnienie w całym regionie.

Stabilność gospodarcza w Łatgalii jest obecnie kwestią bezpieczeństwa narodowego – argumentowano w liście do rządu wystosowanym w maju. Branża domaga się jednocześnie wprowadzenia państwowych

instrumentów wsparcia ekonomicznego w celu zapobiegania upadłościom firm, utracie miejsc pracy i załamaniu się gospodarki w regionach wschodnich.

W ostatnich tygodniach regularnie wydawano ostrzeżenia o zagrożeniu przestrzeni powietrznej na wschodzie Łotwy, co skutkowało m.in. przerwaniem trwających egzaminów w lokalnych szkołach. Jeden z dronów spadł do jeziora, inny zaś uderzył w zbiorniki na terenie magazynu paliwowego, a incydent ten bezpośrednio poprzedził dymisję ministra obrony oraz upadek rządu premier Eviki Siliny. PAP

Siemoniak: jeśli prezydent uważa, że nie powinien podpisać traktatu polsko-brytyjskiego, to niech to powie

Oprac. Anna Nagel
Warszawa

Jeśli prezydent uważa, że nie powinien złożyć podpisu pod traktatem polsko-brytyjskim, to niech to wyraźnie powie – stwierdził minister Tomasz Siemoniak.

Premierzy Polski i Wielkiej Brytanii, Donald Tusk i Keir Starmer podpisali w środę w Londynie traktat o partnerstwie w dziedzinie bezpieczeństwa i obronności. Podpisanie tego traktatu skomentował prezydent Karol Nawrocki, który zaznaczył, że dobrze byłoby przed podpisywaniem zobowiązań w imieniu na-

rodu polskiego informować kancelarię prezydenta i samego prezydenta o tym, że takie rozwiązania są przygotowywane. Dodał, że informacje na ten temat pozyskiwał wyłącznie „z opinii publicznej”.

Reakcję prezydenta skrytykował minister koordynator służb specjalnych Tomasz Siemoniak. – Nie jestem w stanie pojąć tego, że w jakikolwiek sposób można kwestionować tego rodzaju działania z Wielką Brytanią – mówił w czwartek w radiowej Jedynce.

Odnosząc się do zarzutów prezydenta, Siemoniak odparł, że o traktacie z Wielką Brytanią „było wiadomo od bardzo wielu miesięcy”. Jak mówił, „gdy pre-

zydent chce się czegoś dowiedzieć, ma urzędników, którzy są w bieżącej współpracy z MSZ, który te prace prowadził z MON”.

Traktat wymaga tzw. dużej ratyfikacji, czyli musi zostać zatwierdzony przez parlament, a następnie zostać podpisany przez prezydenta, który zapowiedział, że musi się z nim zapoznać, Siemoniak odparł, że „jeśli prezydent uważa, że nie powinien złożyć swojego podpisu pod tym traktatem, to niech to wyraźnie powie”. – To jest po prostu działanie przeciwko interesom Polski i są granice walki politycznej – mówił. PAP

PROGRAM SAFE

Pierwsze umowy podpisane

W czwartek w podwarszawskim Legionowie podpisano pierwsze umowy finansowane z programu SAFE. Obecni byli m.in. premier Donald Tusk i wicepremier, szef MON Władysław Kosiniak – Kamysz. Szef rządu podkreślił, że z pieniędzy z SAFE korzystać będzie ponad 10 tysięcy polskich firm.



FOT. LESZEK SZYMANSKI/PAP

MATERIAL INFORMACYJNY WARTY

Nowy wymiar bezpiecznego biznesu

Przyzwyczailiśmy się, że przedsiębiorcy, pytani, co najbardziej utrudnia im działalność, na pierwszym miejscu stawiali: niestabilne otoczenie prawne, zmieniające się przepisy. Dziś niestabilny staje się cały świat. Stałe jest tylko jedno - wszelkie zmiany reguł biznesowej gry najpierw uderzają w mały i średni biznes. Na szczęście niezmienna pozostaje też zasada, że rynek nie znosi próżni, więc ubezpieczyciele przygotowują nowoczesne oferty, obliczone na potrzeby tych firm, które rozumieją wagę współczesnych zagrożeń.

To zrozumienie dotyczy przede wszystkim zmiany podejścia do kwestii: ubezpieczenie biznesu. To nie może być „dodatek” do prowadzonej działalności, tylko jeden z kluczowych elementów zarządzania ryzykiem i zachowania ciągłości działania firmy. I to nie tylko „wielkiej firmy”, ale też niemal każdego biznesu zaliczanego do sektora małych i średnich przedsiębiorstw. Bo takie firmy są na pierwszej linii codziennych zmagani z rosnącymi kosztami, konkurencyjną presją, problemami z dostępnością pracowników czy cyberatakami. To dla nich

odporność operacyjna i ciągłość działania są kluczowe, a pełne bezpieczeństwo zapewnić im może tylko ochrona dopasowana do ich specyfiki. Dlatego dziś podstawą oferty wiodących ubezpieczycieli są elastyczne rozwiązania i szeroki zakres ochrony, dopasowany do skali, branży i modelu działania danej firmy.

Firmy na kruchym lodzie

A jest o co się troszczyć. Z badania „Skaner MSP” BIG InfoMonitora wiemy, że blisko jedna czwarta przedsiębiorców deklarowała w 2026 r., że ich firmy były realnie zagrożone likwidacją, a upadłości bądź zawieszenia działalności obawia się 26 proc. biznesów. Z kolei z badań Instytutu Keralla Research, prowadzonych w kwietniu tego roku na zamówienie Warty wynika, że 68% firm w razie przestoju działalności utrzymałaby się na rynku mniej niż pół roku. Aż 57 proc. firm deklaruje zdolność do regulowania bieżących zobowiązań przez okres od dwóch do pięciu miesięcy.

Widmo przestoju

Te dane pokazują stosunkowo niską odporność firm na nagłe, niekorzystne zmiany, uderzające w ich bieżącą



działalność. Dlatego w swoim pakiecie ubezpieczeń SME (Small and Medium Enterprises) Warta stawia przed wszystkim na elastyczny dobór rozwiązań, które można dopasować do specyfiki każdej firmy – od tych, które potrzebują kompleksowej ochrony, po przedsiębiorców chcących zabezpieczyć tylko jedno, wybrane ryzyko. Hala produkcyjna może oczywiście spłonąć, ale równie groźny w skutkach dla jej właściciela może być nieplanowany w niej przestój, wynikający ze zdarzeń, na które firma nie ma żadnego wpływu.

Tymczasem pod niewinnie brzmącym hasłem „przepraszam” kryje się jedna z bardziej dewastujących mały i średni

biznes sytuacji, gdy po stronię przychodów wykres dąży do zera, a po stronie kosztów nic nie ulega zmianie: nadal płacimy pensje pracownikom i pokrywamy wszystkie opłaty stałe. Z tego powodu w ofercie Warty klasyczne ubezpieczenie mienia – budynków, maszyn czy sprzętu elektrycznego, od zdarzeń losowych – od kradzieży przez dewastację aż po pożar czy katastrofę budowlaną, zawiera też opcję ubezpieczenia od przestoju. Obejmuje ono ochroną koszty stałe i zwiększone koszty działalności, takie jak: raty kredytów i leasingów, wynagrodzenie pracowników, stałe opłaty związane z działalnością (energia, woda, gaz), jak i utracony

zysk (ryczałt – niezależnie od formy prowadzonej księgowości). Oczywiście Warta oferuje także dodatkowe świadczenia, wspierające ciągłość działalności również po zdarzeniach zaliczanych do kategorii następstw nieszczęśliwych wypadków (NNW), jak np. świadczenie ryczałtowe dla właściciela na poczet zatrudnienia pracownika na zastępstwo.

Od wszelkich ryzyk

O nowoczesnej filozofii ubezpieczeń, oferowanych przez Wartę, świadczy także stale poszerzający się zakres oferty. Na przykład w podstawowym zakresie firmy mogą objąć ochroną w formule all risk (od wszelkich ryzyk) także budynki tymczasowe, automaty wrzutowe czy siłownie wiatrowe, a obiekty namiotowe czy konstrukcje drewniane mogą być ubezpieczone od skutków takich zdarzeń jak grad, wiatr, śnieg. Czy już jest bezpiecznie? Jeszcze nie, bo każdy przedsiębiorca musi jak najkorzystniej zabezpieczyć całą przestrzeń odpowiedzialności cywilnej. I tu znów pojawiają się dwa określenia-klucze do nowoczesnej ochrony biznesu: im szerszy zakres świadczeń oferowanych przez ubezpieczyciela, tym większa szansa na uzyskanie oferty maksymalnie dopasowa-

nej do potrzeb danej firmy i jej działalności. A w ofercie zawsze istotna jest jej cena. Dlatego warto pamiętać o zasadzie, że świadczenie objęte pakietem podstawowym z reguły będzie finansowo bardziej przyjazne od dedykowanej naszym potrzebom ochrony z zakresu świadczeń „dodatkowych”.

W tym kontekście warto spojrzeć na ofertę Warty, która zapewnia, że w kategorii odpowiedzialności cywilnej oferuje najszerszy na rynku zakres ubezpieczenia, nie wyłączając specjalistycznych prac niezbędnych w prowadzeniu różnych rodzajów działalności.

Wygraną jest bezpieczeństwo

Skoro zatem dziś nowoczesne ubezpieczenie biznesu musi bazować na możliwie szerokiej ofercie, którą można elastycznie dostosować do specyfiki każdej firmy, to nie można nie wspomnieć o jeszcze jednym kluczowym elemencie: roli w tym procesie agenta lub brokera ubezpieczeniowego. To od jego profesjonalizmu zależy dobre rozpoznanie możliwych do ubezpieczenia zagrożeń dla stabilności naszej firmy i efektywne dostosowanie do nich rozwiązań. Co jest możliwe tylko w formule win-win, gdzie obie strony wygrywają.

CÓRKA MA PRAWO DO SWOJEGO ŻYCIA, NAWET JEŚLI MATKA SIĘ OBRAZI

– Wszystko, co robisz, robisz nie tak, jak trzeba – taki przekaz często zostaje w córkach na całe życie. Albo: jak masz tak robić, to lepiej nie rób wcale. O tym, jak z ciągłego poprawiania dziecka rodzi się dorosła perfekcjonistka, mówi psycholożka Marta Suska, autorka książki „Szczęśliwa dorosła córka. Uzdrawianie ran z dzieciństwa”
str. 18-19



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

HANDEL

Nie jest tak, jak byśmy chcieli, żeby było – przyznaje pół roku od otworzenia przejść granicznych w Kuźnicy i Bobrownikach podlaska przedsiębiorczyni Ewelina Grygatowicz-Szumowska str. 12

Łukasz Szymaniuk jeździ na motocyklu ratunkowym już szósty sezon. Ratownik medyczny Wojewódzkiej Stacji Pogotowia Ratunkowego w Białymstoku opowiada o tym, dlaczego dwukołowy pojazd bywa szybszy niż karetka, co ma w kufrach i czego najbardziej boi się na drodze. To rozmowa o pasji, która ratuje życie – i o kierowcach, którzy czasem nie widzą tego, co jest tuż za nimi.

Agnieszka Domanowska

ŁĄCZY PASJĘ Z ZAWODEM. JEŹDZI MOTOCYKLEM I RATUJE ŻYCIE

Zacniemy od początku. Jak to się stało, że białostockie pogotowie ma motocykl?

Dostaliśmy go w ramach budżetu obywatelskiego od miasta Białystok. To była inicjatywa oddolna, mieszkańcy zgłoszowali, miasto przyznało środki i tak to się zaczęło. Mamy go już sześć lat i przez cały ten czas sprawuje się znakomicie. Staramy się wycisnąć z niego absolutnie tyle, ile tylko możemy.

A ile to jest? Jeździcie przez cały rok?

Nie, motocykl funkcjonuje sezonowo – od 15 maja do 15 września. To jest uwarunkowane zarówno pogodą, jak i przepisami oraz bezpieczeństwem pracy. Zima na motocyklu ratunkowym to byłoby poważne ryzyko, a nam zależy na tym, żeby docierać do pacjentów, a nie samemu stawać się poszkodowanymi.

Sześć sezonów. Pan jeździ od samego początku?

Tak, od samego początku. Razem z pięcioma kolegami tworzymy tę grupę. Każdego dnia ktoś inny pełni dyżur na motocyklu – pracujemy w systemie dwunastogodzinnym, potem wchodzi zmiennik. Jest nas pięciu, więc rotacja działa sprawnie. To ważne, bo motocykl jest jedynym pojazdem, ale dyżury muszą być codziennie.



FOT. W. WOJTKIEWICZ

Karetka jest i zawsze będzie podstawą systemu ratownictwa. Ale motocykl sprawdza się tam, gdzie karetka ma utrudniony dojazd – musi jechać wolniej albo nie jest w stanie dotrzeć na miejsce w ogóle – mówi Łukasz Szymaniuk

Co sprawia, że motocykl jest przydatny jako pojazd ratunkowy? Nie wystarczy karetka?

Karetka jest i zawsze będzie podstawą systemu ratownictwa. Ale motocykl sprawdza się tam, gdzie karetka ma utrudniony dojazd – musi jechać wolniej albo nie jest w stanie dotrzeć na miejsce w ogóle. Weźmy ogródki działkowe. Wąskie alejki, metalowe szlabany, przejazdy dla pieszych, podjazdy zbyt wąskie dla ambulansu. Motocykl wjeżdża tam bez problemu. To samo dotyczy kompleksów leśnych, terenów rekreacyjnych, miejsc zgromadzeń, festynów, gdzie tłum i parkujące auta tworzą zator nie do przebicia dla karetki.

A centrum miasta?

W centrum miasta mamy inne wyzwanie – słupki, bariery, pasy dla rowerów, buspasy. Infrastruktura, która miała ułatwić życie mieszkańcom, czasem potrafi skutecznie zablokować przejazd ambulansu. My między tymi barierkami przeciskamy się bez trudu. Potrzebujemy mniej więcej metr dwadzieścia szerokości – tyle, żeby kufry boczne się zmieściły – i jedziemy dalej. Karetka potrzebuje znacznie więcej przestrzeni i musi szukać objazdu.

A korki?

To oczywiste. W godzinach szczytu różnica w czasie dojazdu może być bardzo duża. Motocykl jedzie między samochodami, karetka stoi. W ratownictwie medycznym liczy się każda minuta – szczególnie przy zatrzymaniu krążenia, udarze, zawale. Tam te minuty decydują o tym, czy pacjent przeżyje i w jakim stanie.

Ma Pan jakieś zdarzenie, które szczególnie zapadło w pamięć?

Jest jedno, które chyba najlepiej pokazuje, po co jest ten motocykl. W ubiegłym sezonie, na Nowym Mieście, doszło do potrącenia przez pociąg. Miejsce zdarzenia było usytuowane akurat w połowie między dwoma przejazdami kolejowymi – od jednej strony toru, od drugiej toru. Straż pożarna i karetka miały poważny problem z dojazdem. Musiały szukać objazdów, tracić czas. Ja akurat byłem na motocyklu i była ścieżka biegnąca wzdłuż torów. Pojechałem nią prosto na miejsce. Dotarłem do poszkodowanego znacznie wcześniej niż pozostałe służby. Mogłem od razu rozpocząć działania medyczne. To zdarzenie zostało mi w głowie właśnie dlatego, że gdybym nie miał motocykla, te kilka minut więcej mogło mieć dramatyczne konsekwencje. Nie mówię, że ka-

retka i straż były złe – po prostu infrastruktura na to nie pozwoliła. A motocykl dał radę.

Ile interwencji zdarza się w ciągu jednego dyżuru?

To bardzo zależy od dnia i od sezonu. Ale ostatnio kolega pobił nasz niechlubny rekord – dziewięć wyjazdów w ciągu jednego dwunastogodzinnego dyżuru. To jest naprawdę dużo. Wcześniejsze rekordy były niższe. Widzimy też wyraźną tendencję wzrostową z roku na rok – więcej wyjazdów, więcej pacjentów, więcej sytuacji, w których motocykl jest potrzebny.

Dlaczego tak się dzieje?

Myślę, że to efekt kilku czynników. Po pierwsze, miasto się rozrasta, więcej ludzi, więcej zdarzeń. Po drugie, dyspozytorzy coraz lepiej wiedzą, kiedy wysłać motocykl, a kiedy samą karetkę – zdobyli doświadczenie przez te sześć lat i trafniej dopasowują zasoby do rodzaju zdarzenia. Po trzecie, pewnie też sama świadomość, że taki pojazd istnieje, powoduje, że jest lepiej wykorzystywany.

Co Pan wiezie w tych kufrach? Bo to musi być wyzwanie logistyczne.

To jest prawdziwa układanka i z każdym rokiem coraz trudniejsza, bo sprzętu przybywa. NFZ i Ministerstwo Zdrowia dołożyły nam kolejne wyposażenie wymagane w przepisach, a skrzynki się nie powiększają. Mamy defibrylator z kardiomonitorem – to jest absolutna podstawa. Mamy leki, zestaw opatrunków, szyny do unieruchomienia złamań, opatrunki specjalistyczne. Mamy też pełny zestaw do zaawansowanej tlenoterapii i udrożnienia dróg oddechowych.

To brzmi jak karetka w miniaturowym.

Właściwie tak. To nie jest tak, że motocyklista ratunkowy przyjeżdża i mówi pacjentowi: „Czekaj, zaraz jedzie karetka.” Przyjeżdżamy i działamy. Wdrażamy zaawansowane procedury medyczne, bo po to tam jesteśmy. To wymaga odpowiedniego sprzętu. Jedyne, czego nie mamy, to nosze i możliwość transportu pacjenta. Ale stabilizujemy, resuscytujemy, podajemy leki – a karetka jedzie i przejmuję pacjenta do transportu.

Słyszałam, że czekacie na nowy motocykl?

Tak, jesteśmy na ostatniej prostej. Procedujemy zakup nowej maszyny. Stary moto-

cykl, ten z budżetu obywatelskiego – 750cc – przejdzie do roli rezerwy. Nowa maszyna to 1300cc, więc znacznie mocniejsza, z większymi możliwościami. Przy okazji stary motocykl będziemy też dalej wykorzystywać do szkoleń – zarówno w Polsce, jak i za granicą. Mamy ambicje prezentować nasze doświadczenia, bo przez sześć lat zebrałiśmy naprawdę unikalną wiedzę.

Zanim dostanie się na motocykl ratunkowy, trzeba przejść specjalne szkolenia?

Oczywiście i to jest coś, o czym mało kto wie. To nie jest tak, że wsiadamy na motocykl 15 maja i jedziemy. Szkolenia są kilka razy przed każdym sezonem i mają różne formy. Mamy szkolenia medyczne – bo wiedza i procedury się zmieniają. I mamy szkolenia z jazdy, co najmniej kilka razy zanim zacznie się sezon.

Jak wyglądają szkolenia z jazdy?

Robimy je na torze, w warunkach kontrolowanych. Jeździmy na motocyklach dopakowanych tak, jak wyjeżdżamy do interwencji – z kuframi bocznymi, pełnym sprzętem, więc z realnym obciążeniem i wymiarami pojazdu. Mamy nad sobą profe-

sjonalnych instruktorów, znanych w Polsce specjalistów od techniki jazdy. Pracujemy nad konkretnymi technikami – omijanie przeszkód, hamowanie awaryjne, jazda w trudnych warunkach, manewrowanie w ograniczonej przestrzeni.

Dlaczego te szkolenia są aż tak ważne? To doświadczeni motocykliści.

Właśnie dlatego, że jesteśmy w specyficznych warunkach. Po pierwsze, wracamy do motocykla po zimowej przerwie – a to zawsze wymaga odświeżenia nawyków i „rozjechania się”. Po drugie, jeździmy na sygnale, czyli z prędkościami, tempem reakcji i stresem decyzyjnym, które są zupełnie inne niż podczas rekreacyjnej jazdy. Po trzecie, prowadzimy pojazd obciążony, inaczej prowadzący się niż motocykl bez ekwipunku. Różnica w zachowaniu maszyny jest odczuwalna. Po czwarte, mieszkamy w regionie, gdzie sezon motocyklowy jest krótki – kilka miesięcy i koniec. To nie jest południe Europy, gdzie się jeździ przez cały rok. Każdy powrót na motocykl po zimie to pewien reset i szkolenia pomagają go przeprowadzić bezpiecznie.

Jest Pan motocyklistą z pasji, nie tylko z zawodowej konieczności?

Tak, to jest coś, co sprawia, że ta praca jest dla mnie wyjątkowa. Motocykl mam w sercu od wielu, wielu lat. To pasja, która wyprzedza ten dyżur. A tu mogę ją połączyć z zawodem ratownika medycznego. Naprawdę trudno sobie wyobrazić lepsze zestawienie. Ludzie czasem pytają, jak się nie wypalić w zawodzie ratownika – to jest wymagająca psychicznie praca. Ja mam ten luksus, że do dyżuru idę z czymś, co sprawia mi radość samo w sobie. To ogromna różnica.

Na koniec chciałam zapytać o kierowców. Jak oceniliby Pan ich zachowanie?

To temat ważny. Jedziemy na sygnale – i słuchowym, i świetlnym. Ale motocykl jest gabarytowo znacznie mniejszy niż karetka. Karetka jest duża, żółta, niemożliwa do przeoczenia. My jesteśmy wąscy. W lusterku wstecznym pojawia się jako mały punkt i kierowcy potrzebują chwili, żeby zorientować się, co to jest i skąd jedzie. Zanim zdążą ocenić sytuację, jesteśmy bliżej, niż im się wydaje.

Co powinni zrobić kierowcy?

Po pierwsze – regularnie patrzeć w lusterka, nie tylko

przed skretem. To nawyk, który ratuje życie i nie tylko wtedy, gdy jedzie motocykl ratunkowy. Po drugie – ściszyć radio. Sygnał słyhać, ale przy głośnej muzyce i zamkniętych oknach nie zawsze, nie wystarczająco wcześniej. Po trzecie – nie wykonywać gwałtownych manewrów. Kierowcy czasem wpadają w panikę, słyszą sygnał i gwałtownie hamują albo skręcają bez sprawdzenia, gdzie dokładnie jesteśmy. To jest niebezpieczne. Potrzebujemy tylko metra dwudziestu centymetrów przestrzeni między samochodami – tyle, żeby kufrы się zmieściły. Jeden płynny, spokojny manewr do krawędzi pasa i możemy przejechać. Nie potrzebujemy dramatycznych gestów, tylko współpracy.

Czy kierowcy się poprawiają przez te lata?

Myślę, że powoli tak. Świadomość rośnie. Ale wciąż zdarzają się sytuacje, gdzie trzeba bardzo uważać i przewidywać kilka aut do przodu. Bo prędkości na drodze są duże, a czas na reakcję – bardzo mały. Jadę na sygnale i muszę zakładać, że nie wszyscy mnie widzą, że ktoś za chwilę może nieoczekiwanie zmienić pas. To nie jest pesymizm, to jest profesjonalna ostrożność.

MATERIAL INFORMACYJNY T-MOBILE

0011523231

Prezent na ostatnią chwilę? To już nie problem. T-Mobile upraszcza obdarowywanie z Magenta Moments

Są takie momenty, kiedy chcemy zrobić coś miłego – spontanicznie, bez okazji albo właśnie dlatego, że okazja jest ważna. Problem w tym, że często brakuje nam czasu na szukanie, porównywanie, wybieranie. Odkładamy decyzję na później albo wybieramy coś „na szybko”, bez większego przekonania. A przecież chcemy sprawiać radość – tylko w sposób łatwy i naturalny. T-Mobile to rozumie.



Liczy się gest, nie logistyka

Najczęściej nie chodzi o perfekcyjnie dobrany przedmiot, ale o pamięć, uwagę i intencję... A jednak to właśnie „logistyka” prezentowa bywa największą przeszkodą. Szukanie, porównywanie, decyzje – wszystko to zajmuje czas, którego zwykle brakuje. Nowa funkcjonalność w Magenta Moments odwraca tę perspektywę. Zamiast komplikować, skraca drogę od pomysłu do realizacji. W aplikacji „Mój T-Mobile” pojawił się moduł kart podarunkowych, który działa jak intuicyjne centrum prezento-

we. Kilka kliknięć wystarczy, by wybrać prezent – dla siebie albo dla kogoś bliskiego. *Na nowo definiujemy świat prezentów, oddając w ręce naszych klientów rozwiązanie, które daje im więcej możliwości, większą wygodę i realną wartość. W jednym miejscu mogą wybierać spośród ponad 60 marek, dopasować prezent do odbiorcy i jednocześnie skorzystać z atrakcyjnych rabatów. Upraszczamy obdarowywanie i sprawiamy, że daje ono jeszcze więcej radości – mówi Maximiliano Bellassai, członek zarządu ds. B2C T Mobile Polska.*

Wybór, który daje swobodę

Jednym z najczęstszych dylematów przy kupowaniu prezentów jest pytanie: „czy to na pewno się spodoba?”. Im lepiej znamy drugą osobę, tym łatwiej na nie odpowiedzieć, ale w praktyce zawsze zostaje margines niepewności. Dlatego rosnącą popularnością cieszą się rozwiązania, które oddają wybór odbiorcy. Karty podarunkowe to świetny przykład, a w nowym wydaniu zyskują dodatkowy wymiar. W Magenta Moments dostępnych jest ponad 60 marek – od mody, przez elektronikę, po rozrywkę i usługi online. To sprawia, że prezent można dopasować do stylu życia, a nie tylko do okazji. Zamiast zgadywać, dajemy możliwość wyboru.

Więcej za mniej, czyli realna wartość

Istotnym elementem nowego rozwiązania są także korzyści finansowe. Użytkownicy programu mogą wykorzystywać zgromadzone „Serca”, by odblokować rabaty na wybrane karty poda-

runkowe ulubionych marek, jak adidas, Allegro, LEGO czy Zalando – nawet do 8%. To drobny, ale znaczący element. Prezent o wartości 100 zł Magentowy VIP może dzięki temu kupić taniej, zachowując jego pełną wartość dla obdarowanego.

Spontaniczność, która ma znaczenie

Największą zmianą jest jednak to, jak bardzo proces obdarowywania został uproszczony. Prezent można kupić i wysłać niemal natychmiast – nawet w ostatniej chwili. Co ważne, nie oznacza to rezygnacji z osobistego charakteru podarunku. Użytkownik może spersonalizować kartę: wybrać okazję, dopasować jej wygląd, dodać wiadomość, a nawet zdjęcie. Może też zaplanować moment dostarczenia – tak by idealnie wpasować się w konkretny dzień. Dzięki temu spontaniczny gest nie jest „awaryjny”, tylko świadomy. To duża zmiana w myśleniu o prezentach – z obowiązku w stronę naturalnej potrzeby dzielenia się czymś dobrym.

Technologia bliżej codzienności

Nowa funkcjonalność kart podarunkowych to kolejny krok w rozwoju Magenta Moments jako programu, który wykracza poza standardowe benefity. Nie chodzi już tylko o zniżki czy okazje, ale o realne wsparcie w codziennych sytuacjach. Technologia przestaje być narzędziem, które trzeba obsługiwać – zaczyna działać w tle, ułatwiając proste, ludzkie gesty. Skraca dystans między intencją a działaniem. I chyba właśnie to jest najważniejsze. W końcu w świecie, w którym wszystko dzieje się szybko, warto mieć narzędzia, które nadążają za naszym tempem życia. Takie, które nie wymagają dodatkowego wysiłku, a jednocześnie pozwalają zrobić coś dobrego. Nowe podejście do prezentów w T-Mobile pokazuje, że technologia może być nie tylko funkcjonalna. Może pomóc w sprawieniu komuś szczęścia. Czasem wystarczy kilka kliknięć, żeby ktoś po drugiej stronie się uśmiechnął.

Zaczynali od kilku zbitych razem desek położonych na piaskownicy na placu zabaw przedszkola Sióstr Misjonarek Świętej Rodziny przy ulicy Zielnej w Białymstoku, do którego uczęszczały ich dzieci. Jednak od paru ładnych lat ich scena znacząco się zmieniła. Teraz prezentują spektakle w Kinie TON. Mowa o Teatrze Rodziców, czyli grupie zapaleńców, którzy od kilku miesięcy mają próby, a już 29 i 30 maja zaprezentują efekty swojej pracy podczas premierowych pokazów spektaklu charytatywnego „Złota Rybka”

Urszula Śleszyńska

TEATR, KTÓRY BUDUJE RELACJE I UCZY POKAZYWAĆ EMOCJE

Idea, która towarzyszy im od początku, czyli od mniej więcej dekady, jest prosta. Rodzice na zakończenie roku szkolnego dają przykład swoim dzieciom. Pokazują jak ważne jest zaangażowanie, współpraca i trud przygotowań. Owocem tego wszystkiego jest spektakl, który integruje społeczność i daje wiele radości - zarówno dzieciom, jak i dorosłym. Jak sami zapewniają - to historia pełna emocji: od stresu i tremy, po radość i wzruszenie na scenie i wśród widzów.

Rodzice grają razem z dziećmi

Tegoroczny spektakl jest w pełni autorski. Rodzice przygotowali własny scenariusz i muzykę. Do tego grają charytatywnie i wspierają lokalne przedszkole. Spektakle „Złotej Rybki” odbędą się 29 i 30 maja w Kinie TON w Białymstoku. W piątek będą to spektakle dla grup zorganizowanych, a w sobotę - dla widzów indywidualnych.

Scenarzystą i reżyserem, twórcą muzyki a przy okazji również aktorem (na scenie jest Błaznem i... Skarpetą!) jest Adam Szczesny. Spektakl rodzice wystawiają razem ze swoimi dziećmi, ale też z absolwentami przedszkola i ich rodzinami. Opowiadają o marzeniach, o tym jak łatwo chcieć więcej i gdzie jest granica. Wszystko robią pro bono - bez wynagrodzenia, z pasji i dla dzieci. Profesjonalną radą wspierają ich aktor i wykładowca Akademii Teatralnej Błazej Piotrowski i Katarzyna Szymus - artystka Opery i Filharmonii Podlaskiej.

„Złota Rybka” to historia, którą wiele osób zna. Jest tam magiczna rybka, która spełnia życzenia. Jednak po którychś z już spełnionych stawia granicę - opowiada Adam Szczesny.



Spektakl rodzice wystawiają razem ze swoimi dziećmi, ale też z absolwentami przedszkola i ich rodzinami

sny. - My postanowiliśmy podejść do tego ciekawiej, trochę głębiej i przekazać coś więcej, wyciągnąć coś jeszcze z tej historii. Głównie to, że my jako dorośli najczęściej jesteśmy kuszeni, wabieni przez świat, który oferuje nam konsumpcjonizm, dobra, luksusy. Wszystko na tu i teraz. Można zaryzykować stwierdzenie, że narkotykiem jest władza, pieniądze. Wszystkie te pokusy stawiają mury między ludźmi. A my wierzymy w to, że jednak miłość jest ważniejsza. I warto

budować relacje, dbać o tę miłość. To jest zdecydowanie lepsze i ważniejsze niż skupianie się na dobrach materialnych. Szczesny dodaje, że bardzo ważne - wręcz kluczowe - jest, żeby tego typu wartości wpajać dzieciom już od najmłodszych lat. Szczególnie w obecnych czasach, kiedy wiecznie gdzieś pędzimy.

- Jest takie pojęcie jak wyścig szczurów. Ludzie coraz bardziej się od siebie oddalają, szczególnie za sprawą rozwoju nowych technologii, cyfryzacji,

social mediów. Są problemy z budowaniem relacji. I wydaje mi się, że im wcześniej dziecko dostanie telefon, tym wcześniej zacznie budować swoje bariery - wyjaśnia Adam. - A później będzie miało trudności w relacjach. I to nie tylko z rówieśnikami, ale też z rodzicami, czy innymi bliskimi.

Na scenie czują się jak ryby w wodzie

Wśród występujących w spektaklu jest też Urszula Szymak, która na scenie wciela

się w Chciwość, a przy okazji jest też scenografką. Na co dzień pracuje w przedszkolu, które połączyło wszystkich członków Teatru Rodziców. To ludzie bardzo różnych profesji, którzy - jak się okazuje - na scenie czują się jak ryby w wodzie. Jest wśród nich m.in. weterynarz, fizjoterapeuta, fryzjerka, czy pani z HR-u. Adam do niedawna pracował w IT.

- W przedszkolu, w którym działamy, jestem nauczycielem. Ale jestem też mamą i bardzo ważne jest dla mnie to,

żeby spędzać wartościowy czas z dzieckiem - zapewnia Urszula Szymak. - Ważne jest również, żeby chronić dzieci przed nieodpowiednimi treściami. Uważam, że bajka raz na jakiś czas jest w porządku. Ale dużo bardziej wartościowa jest bajka czytana niż ta oglądana. Czytając wspólnie budujemy nie tylko wyobraźnię, ale też relację z osobą, która tę bajkę czyta. Myślę, że najważniejsze jest, żeby być przy dziecku. Nawet jeśli jesteśmy tak zabiegani, że nie mamy zbyt dużo czasu. Na-

FOT. W. WOJTKIEWICZ

prawdę wystarczy te 15-20 minut w ciągu dnia.

Szymak dodaje, że obecnie, jako społeczeństwo, jesteśmy bardzo uzależnieni od mediów - w tym społecznościowych - i od ekranów. Obserwując dzieci w przedszkolu doskonale widać, które oglądają bajki, a które czytają.

- Nawet jeżeli chodzi o czytanie bajek w przedszkolu, duża część dzieci nie potrafi słuchać - mówi Ula. - Kiedy zadajemy pytania o to, co zostało przeczytane często jedynie parę osób na całą grupę potrafi odpowiedzieć dobrze. Reszta jest w swoim świecie. Dzieci są też często przestymulowane. Trzeba też pamiętać, że one uczą się przez naśladownictwo. To co my, rodzice, robimy, dziecko powiela. Bo jesteśmy dla niego lustrem.

Dobrze zatem, żeby w tym lustrze przeglądali się spełnieni rodzice z pasją i dzieci, które rozpira dumę kiedy na nich patrzą. I tak chyba właśnie jest przy okazji Teatru Rodziców. Kiedy dorośli wchodzą na scenę, a ich pociechy oglądają z widowni poczynania mamy czy taty, to dumą jest tym, co pojawia się bardzo często. I towarzyszy obydwu stronom. Występującym i oglądającym.

- Moje córki są dumne i nie ukrywam, że bardzo mnie to cieszy! Jedna ma 5,5, a druga 2,5

roku - opowiada Adam. - Nie tylko oglądają gotowy spektakl, ale też chodzą ze mną na próby. Starsza córka uczestniczy w tym wszystkim jeszcze zanim nadejdzie premiera. Co prawda żadna z nich nie występuje, ale starsza zna piosenki, śpiewa je, tańczy razem z nami. Dzięki temu ja też mam dużą satysfakcję. Tym bardziej mając świadomość, że daję im przykład. To też jest naszą misją, żeby dawać dzieciom - przede wszystkim naszym, ale też i innym - przykład, że można robić coś z pasją, a nie tylko siedzieć gdzieś biernie przy komputerze.

Ula ma trzy córki. Najstarsza już dawno skończyła przedszkole, ma teraz 14 lat. Druga to 11-latkę, a najmłodsza w tym roku skończy 5 lat.

- Najstarsza córka grała w poprzednich spektaklach i to kilkukrotnie. W tym roku już nie gra, natomiast na scenie jest ze mną środkowa córka, która



Teatr Rodziców połączył ludzi bardzo różnych profesji, którzy na scenie czują się jak ryby w wodzie

w spektaklu będzie Falą. Najmłodsza jest najbardziej zafascynowana, bardzo chętnie przychodzi na każdą próbę. Bardzo lubi też tańczyć moją rolę, gdy sobie ćwiczę w domu. Bardzo lubi też śpiewać i nie

może się doczekać premiery - dodaje Ula. - Warto być z dziećmi teraz, gdy są malutkie. Kiedy będą nastolatkami, to priorytety i osoby, które są dla nich ważne się zmieniają. Autorytetami staną się aktorzy, piosenkarze. I jeśli nie zbudujemy autorytetu rodzica w ich oczach już od najwcześniejszych lat, to później będzie trudno. Dzieci wzorują się na nas. Jeżeli będziemy zajmować się zupełnie czymś innym niż dzieckiem, to dziecko będzie również się zajmowało zupełnie czymś innym niż relacją z rodzinną.

Uli wtóruje Adam zapewniając, że im młodsze dziecko,

tym więcej relacji potrzebuje. Warto więc zainwestować czas w relacje, kiedy dzieci są malutkie. Wtedy te relacje będą się kształtować, umacniać i procentować na przyszłość.

- Nie ma niczego bardziej wartościowego niż czas. Ten czas, każda sekunda jest jednorazowa, nie możemy jej powtórzyć, nie możemy do niej wrócić - dodaje Adam. - Więc kiedy jak nie teraz? Jeśli go nie wykorzystamy, to później ten czas będzie zmarnowany.

Teatr, który buduje relacje i uczy pokazywać emocje

A czego już nauczył i wciąż uczy ich Teatr Rodziców? Jak zapewnia Ula - przede wszystkim udział w teatrze dał jej możliwość dynamicznej współpracy z ludźmi. Inaczej większego poszanowania dla cudzej pracy. Dał jej też poczucie większej sprawczości, jak również możliwość budowania relacji. - Będąc nauczycielem niby spotykam wszystkich tych rodziców z naszego przedszkola codziennie, ale tylko i wyłącznie na stopie służbowej. A tutaj jednak musieliśmy troszkę zmienić relację na bardziej koleżeńską - podsumowuje Szymak. - Za sprawą wspólnych prób bardziej się poznajemy i dostrzegamy to, że ten człowiek, którego widzimy

w drzwiach codziennie w pracy może być zupełnie inną osobą prywatnie.

Adam dodaje, że on sam wyróżnia dwa etapy. Pierwszy, kiedy działał w teatrze jedynie jako aktor. I drugi, obecny - kiedy jest również reżyserem, scenarzystą i kompozytorem.

- Najbardziej wdzięczny jestem chyba Kasi Szymuś. Kiedy pierwszy raz grałem w Teatrze Rodziców parę lat temu, wcieliłem się w postać Chrabąszcza w „Calineczce”. I to wydawała się bardzo prosta rola. Później jednak, kiedy zacząłem stosować się do wskazówek Kasi okazało się, że trzeba bardzo dużo wysiłku w to granie wnieść, dużo dać od siebie i to jest wymagająca praca - wspomina Szymak. - Nie myślałem o tym wcześniej w ten sposób. Finalnie jednak wyniosłem ogromny szacunek do pracy aktora. Nauczyłem się jak pokazywać emocje na scenie, bo do tego też trzeba się przełamać. Ja jestem raczej introwertykiem, a tutaj trzeba te emocje pokazywać, trzeba być głośnym, trzeba dużo grać ciałem. Teraz jestem odważniejszy - również w życiu codziennym, w relacjach. W tym roku, kiedy dodatkowo jestem reżyserem - musiałem nauczyć się zarządzania grupą, dbania o emocje innych, organizacji pracy - jest tego dużo! I tego się tutaj uczę.

ADAM SZCZESNY: NAUCZYŁEM SIĘ JAK POKAZYWAĆ EMOCJE NA SCENIE, BO DO TEGO TEŻ TRZEBA SIĘ PRZEŁAMAĆ. JA JESTEM RACZEJ INTROWERTYKIEM, A TUTAJ TRZEBA TE EMOCJE POKAZYWAĆ

REKLAMA

0011530229

SKLEP INTERNETOWY PODLASKIE WYROBY.PL

OFERUJE:

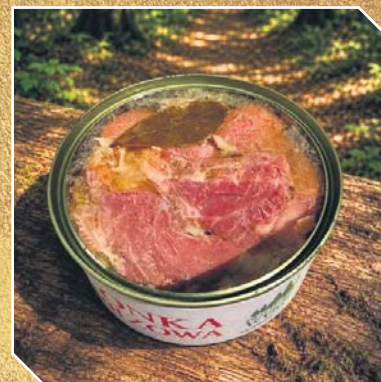
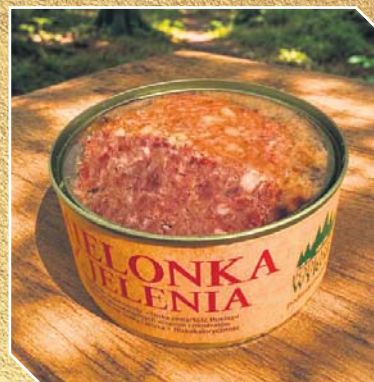
- konserwy, mięso i wędliny z dziczyzny
- wędliny i konserwy wieprzowe
- chleby i wyroby cukiernicze
- garmażerkę (kiszka, babka ziemniaczana, pierogi, itd.)
- nabiał, kiszonki, przyprawy, miody

Nasza nowość

KONSERWY Z DZICZYNY I WIEPRZOWE,

które powstają z najwyższej jakości surowca, bez zbędnych dodatków - stawiamy na tradycyjne i proste receptury.

www.podlaskiewyroby.pl



Minęło pół roku od przywrócenia ruchu granicznego na przejściach w Kuźnicy i Bobrownikach. Jak ocenia Pani ten czas?

Przykro mi to mówić, ale niestety sytuacja nie wygląda tak, jakbyśmy wszyscy chcieli, żeby wyglądała. Jest zdecydowanie gorzej, niż było przed zamknięciem przejść granicznych. Jeżeli spojrzymy w statystyki, jeśli chodzi o ilość osób podróżnych, które przekroczyły granicę, to ona jest na bardzo podobnym poziomie lub nawet odrobinę wyższa niż przed zamknięciem ruchu transgranicznego w województwie podlaskim. I to jest niezwykle zaskakujące, dlatego, że jeżeli spojrzymy w aspekcie biznesowym, handlowym, to niestety, ale zupełnie tego nie odczuwamy.

Dlaczego tak się dzieje?

W mojej opinii największy wpływ mają na to sankcje nałożone na osoby fizyczne zamieszkujące republikę Białorusi. To niestety wpłynęło negatywnie na mały handel przygraniczny, ponieważ większość towarów, która była do tej pory kupowana i wywożona na Białoruś, niestety jest teraz objęta sankcjami i jest zakaz wywozu tych towarów z naszego kraju. Mowa m.in. o papierze toaletowym, pieluchach, proszku do prania, nie wspominając już nawet o elektronice i sprzęcie AGD. Ustawa sankcyjna bardzo jasno mówi, że te ostatnie towary mogą być wywiezione pod warunkiem, że kosztują mniej niż 300 euro, bo jak coś jest powyżej tej kwoty to jest traktowane już jako dobro luksusowe, a w związku z powyższym jest zakaz wywozu takich towarów na Białoruś. Jeżeli spojrzymy np. na telewizory czy lodówki, to na dobrą sprawę mało jest sprzętu o wartości do 300 euro, a jeżeli jest, to raczej słabej jakości i nie jest przez obywateli Białorusi kupowany. Myślę, że właśnie to w dużej mierze wpłynęło na to, że ten mały handel przygraniczny nie kwitnie. Inną kwestią jest fakt, że przez długi czas ruch transgraniczny był zamknięty: w Kuźnicy 4 lata, w Bobrownikach około 3 lat, a to jest naprawdę bardzo długi okres czasu. Wysoka inflacja oraz koszty pracy, które się znacznie zwiększyły, a miały bezpośredni wpływ na ceny, sprawiły, że towar w Polsce znacznie podrożał i mały handel przygraniczny już nie jest tak intratny, jak był jeszcze przed 2022 rokiem. Kolejną sprawą jest to, że przez czas, kiedy w Polsce ruch transgraniczny był całkowicie zamknięty, do sklepów białoruskich mocno weszły towary chińskie, azjatyckie, które w chwili obecnej mają bardzo

NIE JEST TAK, JAK BYŚMY CHCIELI, ŻEBY BYŁO

17 maja minęło równo pół roku, jak drogowe przejścia graniczne w Kuźnicy i Bobrownikach zostały otwarte dla ruchu. Wtedy przedsiębiorcy byli pełni nadziei na powrót tego, co było przed 2022 rokiem. Czy ich oczekiwania zostały spełnione? Czy może zderzyli się z brutalną rzeczywistością po kilku latach przestoju? O tym wszystkim rozmawiamy z Eweliną Grygatowicz-Szumowską, przewodniczącą Porozumienia Polskich Przedsiębiorców „Zjednoczony Wschód”

Martyna Jurkowska

atrakcyjne ceny, a przy tym jakość tych towarów też jest na akceptowanym poziomie. To wszystko sprawia, że jeżeli Białorusini mają do nas przyjeżdżać i kupować produkty, za które może im grozić mandat, nie zostaną im podbite czeki Tax Free, czyli zwrot VAT-u, to mały handel przygraniczny stał się całkowicie nieopłacalny. Stąd nie ma tłumów Białorusinów w naszych sklepach, czy na bazarach. Jeszcze przed 2022 rokiem, całe parkingi były przecieź zastawione białoruskimi autami i autokarami. Teraz tego nie ma. Mam tylko nadzieję, że chociaż pod względem turystycznym nasz region i cała Polska będą na tyle ciekawe i interesujące dla Białorusinów, że chociaż na wakacje będą do nas przyjeżdżać.

Skoro Białorusini mają problem z wywiezieniem od nas elektroniki, sprzętu AGD czy szeroko rozumianych produktów codziennego użytku, to co u nas kupują?

Na pewno artykuły spożywcze, jak choćby kawę. Może jakiś drobny sprzęt, także odzież. Przykro mi to mówić, a wiem to od podróżnych, że niestety, ale jest zupełnie inne podejście organów celnych działających na poszczególnych przejściach. Terespol jest mniej restrykcyjny i jeżeli wrócimy np. do proszków do prania, to tam mogą być one wywożone. Inaczej jest na przejściach w Kuźnicy i Bobrownikach, gdzie próba wywiezienia proszków kończy się wręczeniem mandatu dla podróżnego. Taka sytuacja wprost przekłada się na liczbę autokarów na poszczególnych przejściach. Porównałam mie-



Ewelina Grygatowicz-Szumowska jest przewodniczącą Porozumienia Polskich Przedsiębiorców „Zjednoczony Wschód”

CHCIAŁABYM PODJĄĆ PRÓBĘ ZDJĘCIA SANKCJI, CHOĆBY Z OSÓB FIZYCZNYCH ZAMIESZKUJĄCYCH BIAŁORUŚ. WŁAŚNIE NA PRODUKTY CODZIENNEGO UŻYTKU, JAK PROSZKI DO PRANIA, PŁYNY DO HIGIENY, PIELUCHY, PAPIER TOALETOWY

siąc luty z 2022 roku i 2026 roku i okazało się, że w tym czasie w 2022 roku przez Terespol wjechało do Polski 1700 autokarów, a w lutym 2026 roku aż 3707. Z kolei w Bobrownikach tych autokarów było tylko 453. O Kuźnicy w ogóle nie mówię, bo tam granicę mogą przekraczać tylko samochody osobowe.

Jak to możliwe, że te przepisy nie są ujednolicone? Przecież mówimy o jednym państwie, jednej granicy...

Dokładnie. Dlatego w środę będąc na spotkaniu w Ministerstwie Finansów poruszyłam tę kwestię i dostałam zapewnienie, że zostanie to ujednolicone, a przynajmniej zostanie podjęta taka próba. Bo, póki co, my jako region podlaski jesteśmy na gorszej pozycji. Stąd też m.in. tak wielkie rozczarowanie przedsiębiorców. Już w momencie przywrócenia ruchu transgranicznego mówiłam, że my, przedsiębiorcy będziemy musieli wykazać się ogromną ilością pracy i zaangażowania, żeby ten stan handlu i biznesu przywrócić do dawnej pozycji. W biznesie i ekonomii jest bowiem tak, że nie ma próżni. Jeżeli coś się zamyka i tworzy się luka, to tam za moment pojawią się coś innego. Na tym między innymi polega przedsiębiorczość, że ludzie myślą, tworzą, kreują, po to, żeby zarobić. Przykro mi to mówić, ale uważam, że w chwili obecnych sankcji, które są nałożone na cały Wschód, miejsca europejskich firm zajmują firmy azjatyckie, być może Bliskiego Wschodu. I jak kiedyś sankcje zostaną zdjęte, to my, Europejczycy jako przedsiębiorcy,

tak łatwo ponownie nie wejdziemy na tamtejszy rynek. To będzie trudny proces powrotu do tego, co było. Jak najbardziej popieram ograniczenia sankcyjne nałożone na Rosję, zwłaszcza w zakresie towarów podwójnego zastosowania. Chciałabym podjąć próbę zdjęcia sankcji, ale tylko z osób fizycznych zamieszkujących Białoruś w zakresie handlu detalicznego artykułami codziennego użytku, takimi jak: proszki do prania, płyny do higieny, pieluchy, papier. Bo tak naprawdę, na tym obrocie my jako region podlaski, najbardziej tracimy, bo ten handel odbywał się właśnie w tej strefie. Poza tym, jeżeli Białorusini będą przyjeżdżać do nas na zakupy i wywozić walutę ze swojego kraju, to my w ten pośredni sposób będziemy osłabiać ich kraj. Z tego, co słyszałam, oni teraz w dużej mierze jeżdżą na zakupy do Rosji, a to oznacza, że budują gospodarkę rosyjską.

Wierzy Pani, że w ogóle da się powrócić do tego, co było przed zamknięciem granic?

Chcę uwierzyć. Natomiast na pewno będzie się to wiązało z ogromną ilością pracy, zaangażowania wielu środowisk. Nikt tej pracy za nas nie wykona. To nie jest tak, że ministerstwo w Warszawie będzie walczyło za nas. Absolutnie nie. To my, Podlasianie musimy wziąć sprawy w swoje ręce i zacząć działać na rzecz zdjęcia sankcji, chociażby z osób fizycznych w handlu detalicznym. Od wielu podmiotów słyszę, że to, co było, już nie wróci i że musicie się przebrnąć. A ja się pytam: ale na kogo mamy się przebrnąć? Co mają robić handlowcy, którzy zajmują miejsca w siedmiu galeriach w Białymstoku? Co mają robić ludzie, którzy handlują na bazarze? My nie jesteśmy regionem przemysłowym, nie ma u nas wielkich fabryk. Jesteśmy regionem głównie rolniczym, branża drzewna też się niestety skończyła poprzez wprowadzanie kolejnych obostrzeń. Większość ludzi, która odeszła z mojej firmy, poszła pracować głównie do urzędów, do Straży Granicznej, do urzędów celnych, generalnie na posady państwowe. Po to, żeby mieć bezpieczeństwo finansowe.

To wszystko jest dość pesymistyczne, ale w Pani ciągle tli się nadzieja.

Gdybym jej nie miała, to bym nic nie robiła. Zamknęłabym firmę i również poszłabym na etat do budżetówki. Ale uważam, że w tym wszystkim trzeba zachować swój rozum i cały czas walczyć o przyszłość swoją i swoich dzieci. Tak, żebyśmy nie musieli wyjeżdżać z naszej pięknej podlaskiej ziemi.

System kaucyjny od kuchni. **Co zrobić, żeby nie tonąć w plastikowych butelkach?**

System kaucyjny wszedł w życie i szybko zmienił codzienne nawyki Polaków. Choć jego celem jest ograniczenie ilości odpadów i zwiększenie poziomu recyklingu, dla wielu osób oznacza również nowe wyzwania związane z przechowywaniem i transportem opakowań.

Butelki PET i puszki pod specjalnym nadzorem

Nowe przepisy wynikają bezpośrednio z unijnej dyrektywy SUP (Single-Use Plastics), której celem jest zwiększenie poziomu selektywnej zbiórki odpadów. Do punktów zwrotu trafiają butelki z tworzyw sztucznych (PET) o pojemności do 3 litrów oraz puszki metalowe do 1 litra, za które przy kasie pobierana jest dodatkowa opłata. Choć statystyki pokazują, że Polacy chętnie oddają opakowania, codzienne funkcjonowanie w nowym systemie bywa dla konsumentów sporym wyzwaniem.

Z jakimi uciążliwościami się mierzymy?

Poparcie dla idei czystego środowiska to jedno, a codzienne funkcjonowanie w małych mieszkaniach i kuchniach to drugie. Nawet najbardziej proekologiczni konsumenci zauważają, że system generuje kilka stałych niedogodności:

- Brak możliwości zginiatania butelek.
- Uciążliwy transport opakowań. **Noszenie worków z butelkami i puszkami do punktów zwrotu bywa niezwykle niewygodne.**
- Zamrażanie gotówki przy kasie.

Jak zaadaptować przestrzeń kuchenną?

Projektanci wnętrz i specjaliści od domowej ergonomii podkreślają, że polskie kuchnie nie były projektowane z myślą o przechowywaniu dużej liczby niezgniecionych butelek PET.

Choć nowoczesne systemy meblowe mogą czę-

ściowo pomóc w organizacji przestrzeni, znacznie wygodniejszym rozwiązaniem jest po prostu ograniczenie kupowania wody w jednorazowych opakowaniach plastikowych na rzecz filtracji wody kranowej.

Głos eksperta: Filtrowanie wody jako alternatywa dla plastiku

Czy da się pogodzić troskę o środowisko z eliminacją uciążliwego zbierania i wożenia butelek PET?

Odpowiedzią jest ograniczenie powstawania odpadów u samego źródła. Coraz więcej osób zamiast kupowania wody w plastikowych butelkach wybiera nowoczesne systemy filtracji wody kranowej. Jednym z wygodniejszych rozwiązań są podzlewowe systemy filtrujące, które zapewniają stały dostęp do świeżej wody bez konieczności magazynowania zgrzewek czy oddawania opakowań w ramach systemu kaucyjnego – **dodaje**



Piotr Ściegienny, Członek Zarządu Formaster SA, właściciela marki Dafi.

Urządzenie montuje się bezpośrednio pod zlewem i podłącza do domowej instalacji wodnej. Odpowiednio dobrane wkłady filtrujące poprawiają smak i zapach wody, a także pomagają ograniczyć osadzanie się kamienia w sprzętach AGD.

Ekspert dodaje, że dzięki takiemu rozwiązaniu użytkownik zyskuje stały dostęp do filtrowanej wody prosto z kranu, ogranicza ilość plastikowych odpadów i odzyskuje miejsce w kuchni.

Innowacyjne rozwiązania Flow Comfort od DAFI

Przykładem takiego rozwiązania jest system pod-

zlewowy Dafi Flow Comfort. W zależności od potrzeb użytkownika system może współpracować zarówno z dedykowanym kranikiem do wody filtrowanej, jak i z nowoczesną baterią trójdrożną umożliwiającą korzystanie z wody filtrowanej oraz standardowej z jednej wylewki.

W ofercie dostępne są trzy rodzaje wkładów filtrujących dopasowanych do różnych potrzeb domowników: Perfect, Basic, Coffee&Tea.

Świadomy wybór w trosce o planetę i domowy budżet

System kaucyjny bez wątpienia pomaga zwiększać poziom recyklingu i ograniczać ilość odpadów. Jednak z perspektywy codziennego życia coraz więcej osób szuka rozwiązań, które pozwolą ograniczyć ilość plastiku już na etapie zakupów.

Bo najprostszy sposób na mniej plastiku to po prostu ograniczyć jego codzienne kupowanie.



**Smaczna,
filtrowana
woda
prosto z kranu**

Bez kaucji | Bez problemu



MARIA WOROTYŃSKA. MISTRZYNI ZIELONEJ CERAMIKI

Choć do wernisażu zostało jeszcze trochę czasu, Galeria im. Sleńdzińskich w Białymstoku już dziś zaprasza na wystawę poświęconą Marii Worotyńskiej (1923-1973) i jej twórczości. Ma też apel do Białostoczan. O artystce i wrześnieowym wydarzeniu opowiada Sebastian Wicher

Andrzej Kłopotowski

Zacznijmy od tego, kim w ogóle była Maria Worotyńska?

Sebastian Wicher, Galeria im. Sleńdzińskich: - Była przede wszystkim artystką, która skończyła - jako jedna z niewielu i chyba pierwsza w Białymstoku - po wojnie studia wyższe w zakresie ceramiki, ze specjalnością rzeźby. Było to w Państwowej Wyższej Szkole Sztuk Plastycznych we Wrocławiu. Studiowała u najlepszych. Rzeźbę - u profesora Antoniego Mehla, ale dyplom robiła u profesora Rudolfa Krzywca, jednego ze współtwórców spółdzielni „Ład”, znakomitego specjalisty, eksperymentującego ze szkliwem. Jej ceramika była wytworem opartym o wzorce ludowe, jeżeli chodzi o kroje czy formy, ale z użyciem zielonego szkliwa, które było jej pomysłem.

Worotyńska była z Białegostoku?

Jej ojciec był sędzią i lekarzem, więc go przenosili służbowo z miejsca na miejsce. Worotyńska urodziła się już w wolnej Polsce, w roku 1923 w Bielsku Podlaskim, ale po śmierci ojca rodzina osiadła w Białymstoku. Jej siostra Aniela prowadziła słynny na całą Polskę sklep „Cepelii” przy Lipowej, była tam kierownikiem przez długie lata, zanim jeszcze „Cepelia” przeniosła się na Ostrowskiego [dziś ul. Grochowa - AK]. Gdy wybuchła wojna Worotyńska zdążyła

skończyć bodajże jedną klasę w Gimnazjum im. księżnej Anny Jabłonowskiej. W czasie okupacji poszła do pracy w plantacjach miejskich, później praktykowała w zakładzie ceramicznym. Niektórzy twierdzą, że był to zakład Kucharskich, inni mówią o kaflarni Łucejki. Stawiam na ten drugi, gdyż zakład mieścił się przy Grunwaldziej 28, czyli w miejscu gdzie przed wojną mieszkali i działali Łucejkowie. Worotyńskiej powierzono jego odbudowę po zniszczeniach wojennych i adaptację na spółdzielczy zakład ceramiczny. W 2 połowie lat 70. zakład przeniesiono na Marczukowską, ale Worotyńska tego nie doczekała, gdyż zmarła w 1973 roku.

Jak w ogóle trafiła do „Cepelii”?

Zracji tego, że w okresie okupacji miała już dużą praktykę, wykazywała się sporym talentem plastycznym oraz zdolnościami manualnymi, po wojnie podjęła naukę w szkole plastycznej, która mieściła się wówczas w Białymstoku, przy Kilińskiego. Władze szkoły miały duże ambicje. Jak ją zakładano, nazwano Wyższą Szkołą Sztuk Plastycznych. Do Białegostoku ściągnięto nawet kilku profesorów z Polski. Jednym z twórców tej placówki był ks. dr Piotr Śledziwski, historyk sztuki przed wojną działający na terenie Wilna. Wor-

otyńska uczyła się tam dwa lata, uzyskała też maturę. No i w roku 1947 poszła na wspomniane studia do Wrocławia. Wcześniej krótko pracowała jako scenograf w teatrze kukiełkowym. Do „Cepelii” trafiła jeszcze w trakcie studiów, gdyż w 1951 uzyskała absolutorium, a dopiero w 1953 - będąc kierowniczką artystyczną zakładu ceramicznego „Białostockiego Przemysłu Ludowego” - obroniła dyplom. Jako jedyna w Białymstoku miała wyższe wykształcenie w zakresie ceramiki artystycznej i doskonale знаła środowisko białostockich artystów, ponieważ wśród nich byli jej profesorowie albo koledzy czy koleżanki z liceum. Posiadała też odpowiednie cechy osobowościowe, więc uznano, że poradzi sobie z prowadzeniem zakładu ceramicznego.

Dlaczego „weszła” w zieloną ceramikę?

Tlenek miedzi, używany przez nią do szkliwienia ceramiki, był ponoć najbardziej dostępnym produktem w regionie. Po wypaleniu dawał kolor zielony, a w wyższych temperaturach nawet niebieski. Worotyńska uznała, że można przy jego użyciu tworzyć wyroby artystyczne, które będą stanowić wyraźny akcent w nowoczesnych wnętrzach. Tradycyjna ceramika białostocka, która nigdy nie była

REKLAMA

CYBERSEC EXPO & FORUM 2026. Katowice miejscem debaty o bezpieczeństwie cyfrowym Europy

0011461147

Cyberbezpieczeństwo stało się jednym z najważniejszych wyzwań współczesnych państw, gospodarek i społeczeństw. Rosnąca liczba cyberataków, rozwój sztucznej inteligencji, zagrożenia dla infrastruktury krytycznej czy skala dezinformacji sprawiają, że odporność cyfrowa przestaje być wyłącznie domeną ekspertów IT. Dziś dotyczy funkcjonowania administracji publicznej, przemysłu, energetyki, ochrony zdrowia i sektora finansowego, a także bezpieczeństwa obywateli i stabilności gospodarki.

O tych wyzwaniach będą rozmawiać uczestnicy **CYBERSEC EXPO & FORUM 2026**, największego wydarzenia poświęconego cyberbezpieczeństwu w Europie Środkowo-Wschodniej, które odbędzie się **15-16 czerwca 2026 r. w Międzynarodowym Centrum Kongresowym w Katowicach**. Tegoroczna edycja odbywa się pod hasłem „**We are the firewall**”, podkreślającym wspólną odpowiedzialność za bezpieczeństwo systemów, danych, procesów i usług – fundamentów funkcjonowania współczesnego państwa i gospodarki.

Katowice gospodarzem debaty o cyberbezpieczeństwie

Wybór Katowic jako gospodarza wydarzenia nie jest przypadkowy. Województwo śląskie od lat rozwija kompetencje związane z nowoczesnymi technologiami, transformacją przemysłu i cyfryzacją gospodarki. Region

coraz mocniej zaznacza swoją obecność również w obszarze cyberbezpieczeństwa, łącząc potencjał biznesowy, akademicki i technologiczny. Na Śląsku działają firmy technologiczne i przemysłowe inwestujące w cyfrową odporność, rozwijają się centra usług IT i nowoczesnych technologii, a uczelnie techniczne kształcą specjalistów odpowiedzialnych za bezpieczeństwo cyfrowe systemów i infrastruktury. Nieprzypadkowo właśnie tutaj odbędzie się dyskusja o bezpieczeństwie cyfrowym państwa, gospodarki i obywateli.

Agenda: od geopolityki po bezpieczeństwo sektorów krytycznych

Program CYBERSEC EXPO & FORUM 2026 ma wielowymiarowy charakter i obejmuje perspektywę strategiczną, regulacyjną, operacyjną oraz technologiczną. W centrum debat znajdują się m.in. zagadnienia związane



z geopolityką cyberbezpieczeństwa i suwerennością technologiczną Europy. Eksperci będą rozmawiać o tym, czy Europa jest dziś w stanie budować własną podmiotowość cyfrową w świecie zdominowanym przez globalne potęgi technologiczne. Istotnym elementem programu będą również dyskusje dotyczące wdrażania regulacji NIS2, ustawy KSC i Cyber Resilience Act oraz budowania odporności państwa i samorządów. Agenda obejmuje także kwestie ochrony infrastruktury krytycznej, bezpieczeństwa administracji publicznej i współpracy międzysektorowej.

Dużo miejsca poświęcono sektorom szczególnie narażonym na cyberzagrożenia. W programie znalazły się sesje dotyczące cyberbezpieczeństwa ochrony zdrowia, przemysłu, energetyki i finansów. Eksperci będą rozmawiać m.in. o ochronie danych medycznych i systemów szpitalnych, bezpieczeństwie środowisk przemysłowych i OT, odporności sektora energetycznego oraz wyzwaniach stojących przed bankowością i e-commerce. Nie zabraknie również tematów związanych z dezinformacją, odpornością społeczną, bezpieczeństwem chmury, centrów

danych i inteligentnych miast. Ważną częścią programu będą praktyczne aspekty wzmacniania cyberodporności – tworzenie SOC i CSIRT, zarządzanie ryzykiem, planowanie ciągłości działania i reagowanie na cyfrowe sytuacje kryzysowe.

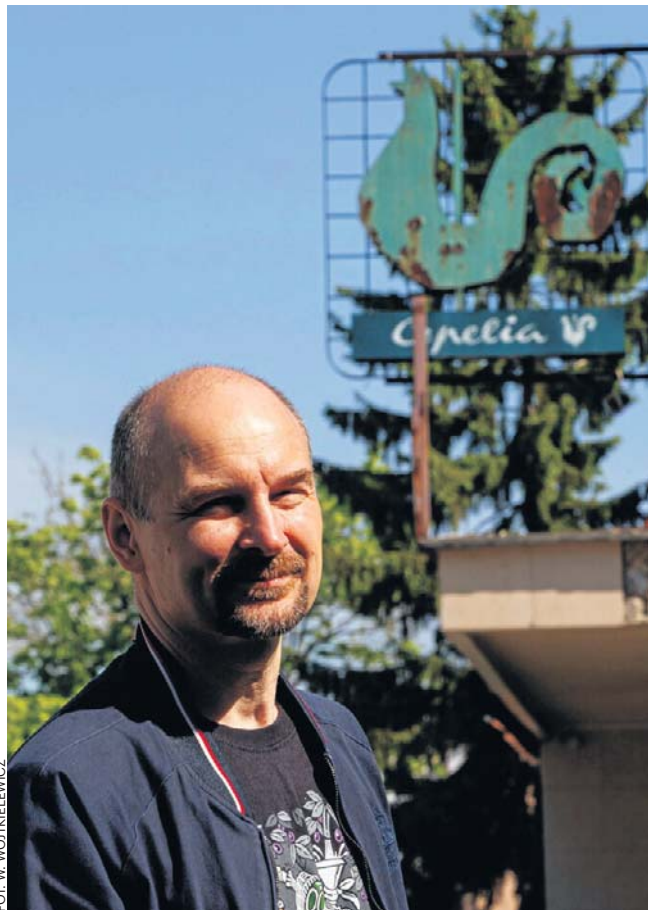
Administracja, biznes i eksperci przy jednym stole

W wydarzeniu udział wezmą przedstawiciele administracji publicznej, sektora bezpieczeństwa, biznesu, przemysłu i środowiska naukowego. Swój udział potwierdzili już m.in. **Maciej Jan Broniarz**, Cyber Incident Response Expert;

Adam Cieślak, komendant Centralnego Biura Zwalczania Cyberprzestępczości w latach 2022-2026; **Andrzej Dulka**, prezes Polskiej Izby Informatyki i Telekomunikacji; **Marcin Dudek**, kierownik CERT Polska; **Michał Gramatyka**, sekretarz stanu w Ministerstwie Cyfryzacji; **Agnieszka Gryszczyńska**, dyrektor Departamentu do Spraw Cyberprzestępczości i Informatyzacji w Prokuraturze Krajowej; **Jarosław Homa**, pełnomocnik rektora ds. cyberbezpieczeństwa i wicedyrektor Centrum Cyberbezpieczeństwa Politechniki Śląskiej; **Karol Paciorem**, kierownik CSIRT Komisji Nadzoru Finansowego; **Dariusz Standerski**, sekretarz stanu w Ministerstwie Cyfryzacji; **Jarosław Wacko**, główny specjalista Dowództwa Komponentu Wojsk Obrony Cyberprzestrzeni oraz **Mirostaw Wróblewski**, prezes Urzędu Ochrony Danych Osobowych.

Integralną częścią wydarzenia będzie pierwsza edycja **CYBERSEC Awards**, wyróżniająca osoby i instytucje wzmacniające odporność cyfrową Polski i Europy.

Organizatorem wydarzenia jest Grupa PTWP. Rejestracja uczestników trwa na stronie: www.cybersecforum.eu



FOT. W. WOJTELEWICZ

Sebastian Wicher zachęca do dzielenia się pamiątkami i wspomnieniami związanymi z Marią Worotyńską

szkliwiona, nagle zyskała nowe oblicze. Artystka rozwijała swoje indywidualne formy, nadążając za współczesnymi trendami w sztuce.

Tobyły projekty typowe? Projekty robione hurtowo czy raczej indywidualne rzeczy?

Na początku, z racji tego, że ściągęła do pracy doświad-

czonych twórców ludowych z okolic Czarnej Wsi Kościelnej, ceramika powstawała w tradycyjnej technice, na kole. Później z kolei, jak już powstawały nowe wzory, których na kole wytoczyć się nie dało, Worotyńska wytwarzała formy i z nich wykonywano odlewy. Właśnie po formach denka specjalności, czy kolekcjonerzy, różniąc poszczególnie fazy produkcji białostockiej ceramiki. Wyroby toczone na kole po wypaleniu mają płaskie, często niechlujne denka, natomiast te odlewane z form - denka wgłębne.

Ile wzorów mogła wytworzyć? I tu zdania są podzielone.

W 1967 roku otworzyła w zasadzie jedyną swoją indywidualną wystawę w Białymstoku w pomieszczeniach ZPAP-u przy Rynku Kościuszki, podczas której zaprezentowała także inne, nie produkowane przez spółdzielnię wzory. Ryszard Kraśko, jej sąsiad z ulicy Augustowskiej i redaktor Gazety Białostockiej, pisał w tym czasie że indywidualnych, zaprojektowanych przez siebie wzorów stworzyła 57. Wydaje się, że to niedużo. Natomiast pod koniec jej życia, czyli kilka lat później, mówiono już nawet o trzystu wzorach.

W tej chwili Galeria im. Sienkiewicza przygotowuje wy-

stawę poświęconą Marii Worotyńskiej. Co znajdzie się na niej?

Przede wszystkim ceramika projektu Worotyńskiej ze zbiorów lokalnych kolekcjonerów. W zasadzie możemy mówić o dwóch prywatnych kolekcjach z około 300-400 obiektami. Pierwsza to zbiór Elżbiety Dworżańskiej i Krzysztofa Zdzitowieckiego. Działalnością Worotyńskiej zajmuje się także Emilia Chowańska, nauczycielka z Zawad pod Jeżewem, która od kilku lat tworzy swoją kolekcję. Ona też będzie współkuratorką wystawy i współautorką katalogu. Podobnie jak nasza galeryjka koleżanka Ewa Siemieniako, wielka pasjonatka powojennego dizajnu i inicjatorka zorganizowania tej ekspozycji. Część eksponatów, w tym także fotografie Worotyńskiej, jej pracowni i pracowników, użyczy nam Muzeum Podlaskie w Białymstoku. Liczymy również na przychylność Muzeum Narodowego we Wrocławiu, które posiada około 30 prac Worotyńskiej z najwcześniejszego okresu jej działalności.

Ciągle jednak czegoś wam brakuje.

Materiałów o samej Worotyńskiej zebraliśmy już bardzo dużo. Mamy świetne zdjęcia, wycinki prasowe, pamiątki, prace malarskie, mamy relacje osób najbliższych. Natomiast chcielibyśmy zachęcić Białosto-

czan do dzielenia się wspomnieniami nie tylko na temat Worotyńskiej. Próbowaliśmy też do osób, które pracowały lub praktykowały w zakładzie, także po śmierci Worotyńskiej do czasu jego likwidacji, żeby ustalić, jakie wyroby były projektu innych artystów. Tu już z pomocą przyszła nam Bogumiła Masicka-Grygorczuk, białostocka artystka. Ale liczymy też na pomoc innych twórców i mieszkańców miasta. Zachęcamy do kontaktu z Galerią Sienkiewicza. Można do nas pisać na e-mail: s.wicher@galeriasienkiewicza.pl, można też dzwonić.

Wystawa wprowadzi już we wrześniu, ale ciągle poszukujecie kilku obiektów.

Nie udało się nam odnaleźć kilku istotnych rzeczy, które mogą być w zbiorach prywatnych. Chodzi o pamiątki ceramiczne, wytwarzane z okazji białostockich Dożynek Centralnych z 1973 roku. To dość dużych rozmiarów kafle ozdobne, nie tylko zielone, wzorowane na renesansowych grafikach czy wzorach. Przedstawiają chłopów pracujących na roli. Były też mniejsze plakietki dożynekowe, prezentujące a to postać ze snopkiem, a to zgrabiającą siano. Drugi kafel, z obliczem prawdopodobnie jednego z gotyckich zamków, stanowił pamiątkę kopernikańską, bo

w roku 1973 obchodzono 500-setną rocznicę urodzin uczonego. Z tego też względu, Worotyńska brała udział w ogólnopolskim konkursie. Jej prace zostały wyróżnione i wdrożono je do produkcji. Posiadamy kafel z fasadą Domu Kopernika w Toruniu, dotarliśmy też do kilku plaket z herbami różnych miast na szlaku kopernikańskim, jak Frombork, czy Olsztyn. Nie mamy niestety herbów Torunia i Lidzbarka Warmińskiego.

Coś jeszcze?

Na krótko przed śmiercią, Worotyńska brała udział na łamach lokalnej prasy w szerokiej dyskusji na temat tego, jak powinny wyglądać pamiątki z naszego regionu, ale nie tylko. Proponowała, że jej zakład wyprodukuje też plakiety z herbami innych miast, w tym oczywiście Białogostoku. Co ciekawe, nie ten, który był oficjalnie przyjęty, a herb z czasów Branickich z inicjałami Jana Klemensa. Produkowano też plakietę z wizerunkiem bramy pałacowej, jak również figurki żubra, czy pieska. Gratką na wystawie byłby kompletny żyrandol ceramiczny. Dotychczas udało nam się dotrzeć jedynie do pewnych jego elementów. Nie posiadamy też ani jednej formy, z jakich odlewano wyroby ceramiczne. Brakuje też fotografii obrazujących zakład ceramiczny przy Grunwaldzkiej z zewnątrz.

AUTOREKLAMA

0111521052



Forum Dostawców
Przemysłu Energetycznego
i Obronnego
Rzeszów 2026

Już 15 czerwca w Rzeszowie Forum Dostawców Przemysłu Energetycznego i Obronnego

Twoja firma może stać się dostawcą w przemyśle energetycznym i obronnym. Wielkie inwestycje czekają także na Ciebie.

TEMATY PANELI:

- Biliony do wydania – jak zatrzymać kapitał w Polsce?
- Finansowanie projektów strategicznych
- Transformacja energetyczna jako szansa dla polskich firm
- Polski przemysł zbrojeniowy – od podwykonawcy do integratora

Zapisz się już dziś!

energiazpolski.pl

Udział bezpłatny.
Liczba miejsc ograniczona.

ORGANIZATOR

POLSKA PRESS GRUPA

PATRONAT MEDIALNY

**strefa
BIZNESU.pl**

PATRONAT HONOROWY



NA ODPOWIEDNIE RZECZY W NASZYM ŻYCIU PRZYCHODZI WŁAŚCIWY CZAS

Jak to się stało, że wzięła pani udział w plebiscycie Kobięca Twarz Roku?

Zgłosiłam się tak trochę z marzu, trochę dla żartu. Wcale nie pomyślałam, że to będzie miało taki oddźwięk! Wydaje mi się, że jestem taką osobą, która ma coś do zaprezentowania, do powiedzenia. I pomyślałam, że zobaczę co będzie dalej. Zgłosiłam się w kategorii „Matki”, ponieważ przede wszystkim w życiu jestem matką. Chociaż mój syn jest już dorosły, ma 25 lat to dopóki żyję jestem i będę matką. Jestem ogromnie dumna z mojego syna. Wychowując go sama wychowałam wspianalego, empatycznego człowieka, który staje w obronie obcych ludzi i nie patrzy na żadne konsekwencje.

Jest więc pani samodzielną matką. A jak w ogóle rozumie pani samodzielnosc? W jakim stopniu ona pani pomogła w życiu?

Samodzielnosc to jest taka cecha, której się trzeba nauczyć. Tego się nie ma od razu. Często jest tak, że wokół siebie mamy różne osoby. Zdarza się jednak, że w którymś momencie zostajemy w tym wszystkim sami.

Co wtedy?

Jednego dnia popłaczę, bo jestem bezsilna. A później biorę się w garść. Wstaję rano, robię makijaż, piję kawę i mówię, że się nie poddam! Jeśli dane drzwi są zamknięte, to zapukam do jakiegoś okna. Nie-możliwe nie istnieje! Kwestia czasu - zawsze jest jakieś wyjście. Samodzielnosc to jest bardzo dobra cecha i myślę, że trzeba się jej uczyć każdego dnia. Im bardziej jestem samodzielną, tym więcej mogę zrobić. A przy okazji robienia czegoś dla siebie, jeszcze pomóc osobom, które są obok mnie. Tym, które zostały i trwają. Bo może w czymś są bezradne. Samodzielnosc to jest też zbieranie doświadczeń, które potem rzutują na dalsze życie. To jest cecha, którą trzeba posiadać. Życie nie polega na tym, że będzie łatwo i prosto. Stąd ta samodzielnosc to też radzenie sobie

w tej każdej ekstremalnej sytuacji. Samodzielnosc buduje, otwiera głowę.

A czy ta samodzielnosc może w czymś przeszkodzić w życiu?

Myślę, że może też przeszkodzić, bo w którymś momencie człowiek widzi, że ta gromadka ludzi, która jest obok, tak naprawdę do niczego mu nie służy i w niczym nie wspiera. To jest trochę taki paperek lakmusowy relacji. I człowiek sobie myśli: co to są za relacje, jeśli i tak w tym wszystkim jestem sama?

Na spotkanie z jurorkami w ramach plebiscytu Kobięca Twarz Roku przyniosła pani ze sobą klepsydre, jako znak czasu, który nam został. Ale też tego, który straciliśmy - na złych ludzi i złe aktywności...

Tak, klepsydre jako symbol ubiegającego czasu. I mówię o tym wszystkim z racji doświadczenia. Teraz uważam, że nie warto tracić czasu na nieodpowiednie osoby w moim życiu. Takie, które nie ominą dla mnie nawet kałuży, a ja poświęcę tej relacji wszystko. Również czas, którego nigdy nie odzyskam. I czym tak naprawdę jest czas?

Proszę powiedzieć - czym?

To jest pojęcie względne. Nie jest wykładnikiem czasu ani mój PESEL, ani to, co już za mną. Wykładnikiem czasu jest dla mnie to, co dopiero przede mną. Myślę, że czas przestaje się liczyć, nie ma znaczenia, jeśli czegoś się w życiu chce, jeśli ma się marzenia. W wieku 50 lat nauczyłam się jeździć na nartach, wróciłam do jazdy konnej. Więc jakie znaczenie ma to, że nie zrobiłam tego 20 lat temu? Na odpowiednie rzeczy w naszym życiu przychodzi właściwy czas.

Rozmowa z Marzeną Szekszteło z Łomży, laureatką naszego plebiscytu Kobięca Twarz Roku Województwa Podlaskiego 2026 w kategorii „Matki”

Urszula Śleszyńska



– Jednego dnia popłaczę, bo jestem bezsilna. A później biorę się w garść – mówi Marzena Szekszteło

I ten właściwy czas tak samo postawi nam ludzi na naszej drodze, którzy będą dla nas pomocą, wsparciem, dobrym słowem, miłym uśmiechem. I jednocześnie ten czas zabierze tych, którzy są zbędni i tylko odbierają energię. Jedni

ludzie będą lekcją, a inni będą naszym życiem. I osadzając to wszystko w poczuciu czasu i patrząc na to - każdy etap w życiu ma swoje fajne wydarzenia. I nawet te złe są tylko i wyłącznie po to, żeby czegoś nas nauczyć.

Jak zweryfikować tych nieodpowiednich ludzi w swoim życiu? Czy tylko czas może to zrobić? Czy są jakieś inne sposoby?

Nie mam na to sposobu. W każdą relację wchodzę prawdziwie, naprawdę i empatycznie. I to właśnie czas weryfikuje, czy dostanę z powrotem to, co daję, czy nie-stety - ale będzie tylko ode mnie brane. Wykładnikiem tego wszystkiego jest czas.

Wspomniała pani podczas rozmowy z jury, że pracuje pani... przy narkotykach! I to od 23 lat. To też jest szmat czasu, prawda?

Zdecydowanie! Pracuję w Łomży, w Polskiej Grupie Farmaceutycznej w magazynie psychotropów i narkotyków. To bardzo odpowiedzialna praca, a przez cały czas trwania w mojej firmie zdobyłam masę doświadczenia, spotkałam wspianych ludzi. Właśnie ten czas postawił mnie w miejscu, w którym teraz jestem, bo zaczynałam z zupełnie innego pułapu. Czas, który poświęciłam dla tej firmy, moje zaangażowanie miało przełożenie na to, że zostałam obdarzona zaufaniem. Wykonuję bardzo odpowiedzialną pracę i wykonuję ją dobrze. Także mój czas poświęcony firmie nie poszedł na marne, bo ktoś zauważył moje zaangażowanie.

A co pani lubi robić po pracy, w wolnym czasie? Tak dla siebie?

Tak dla siebie to lubię oglądać filmy. Zawsze byłam fanką filmów sensacyjnych, kryminałów. Jest akcja, coś się dzieje, są rozwikływane przeróżne zagadki. Lubię to.

Z tą sensacją skojarzyły mi się pani słowa - niemożliwe nie istnieje.

Nie ma rzeczy, której nie można przeskoczyć. Nie ma sprawy, której nie można załatwić. Nie ma problemu, którego nie można rozwiązać. To wszystko osadzone jest jedynie w czasie. Coś może potrwać dłużej, coś krócej - ale zawsze znajdzie się jakieś wyjście. Nigdy nie można odpuszczać, zawsze trzeba zrobić wszystko, co jest w naszej mocy, do samego końca, żeby mieć tę satysfakcję, że zrobiło się wszystko.

To słowa silnej kobiety! Właśnie - czym jest dla pani kobiecość?

Uważam, że kobiecość to nie jest piękny makijaż i szpilki. Kobiecość to jest siła na co dzień, żeby wszystko ogarnąć na ile jestem w stanie, na ile mogę. Żeby rozwiązać każdy problem, załatwić każdą sprawę. To jest kobiecość. A jednocześnie jest to też delikatność, którą mogę przełożyć na bardzo wiele innych rzeczy. Kobiecość to jest subtelność w domu, a jednocześnie stanowczość na zewnątrz. Kobiecość jest siłą każdego dnia - żeby ten dzień dźwignąć, żeby ten dzień poprowadzić, żeby ogarnąć masę różnych spraw.

Jakie ma pani marzenia?

Moim marzeniem jest zaopiekować tatę jak należy, bo jest chory i jego stan jest bardzo ciężki. A drugim marzeniem, takim bardziej ziemnym, jest wygrać samochód w plebiscycie Kobięca Twarz Roku (śmiech). Ale mam też inne marzenia, które są bardzo zwyczajne. Widzieć uśmiech na twarzy mojego dziecka każdego dnia. Iść do pracy, wrócić z niej, zrobić wszystko tak jak najlepiej potrafię - to jest moje marzenie. Być nieperfekcyjną, ale być każdego dnia na 100%. Nawet jeśli inni nie będą tego ode mnie oczekiwali, to ja będę oczekiwawała tego od siebie. Żeby później z poczuciem spełnienia usiąść na tej kanapie i oglądać filmy. I mieć spokój w głowie, że wszystko tego dnia dopięłam. To jest największe marzenie: każdego dnia dopiąć wszystko.

PULS

#218



Dziecko z nas Str. 18-19

Kiedy zobaczyłam tytuł pani książki „Szczęśliwa dorosła córka”, pomyślałam, że brzmi on jak obietnica. Czy dorosła córka może być szczęśliwa, jeśli nie miała szczęśliwej relacji z matką?

Może być szczęśliwa. Tylko że to wymaga pracy i powrotu do siebie. Rozmawiałam ostatnio z przyjaciółkami i jedna z nich powiedziała trafnie, że nasze społeczeństwo składa się z matek i ich dzieci. Coś w tym jest. Bo nie chodzi tylko o córki. Chodzi w ogóle o dzieci. Ten powrót do siebie, do swojego wnętrznego dziecka, do jego utulenia, do potrzeby akceptacji – on jest możliwy. Dzięki terapii, dzięki kontaktowi z ludźmi, którzy będą nas otulać ciepłem i akceptacją. To naprawdę możliwe.

Napisała pani książkę dla córek niekochanych, kochanych za mocno, zaniedbanych, albo też zaopiekowanych nadmiernie. To bardzo szerokie spektrum. Co te osoby mają ze sobą wspólnego? Czy to są te same rany?

Nie do końca. Bo mamy różne style wychowania i różne matki. I nie zawsze chodzi o doświadczenia traumatyczne. Czasem chodzi o styl wychowawczy. O to, czy matka była bardziej kontrolującą, czy bardziej zaniedbującą. Można więc powiedzieć, że to są różne style, ale rana albo ślad, który po nich zostaje, bywa bardzo podobny.

Najtrudniejsze dzieciństwo to zawsze to, w którym jest przemoc, chłód, porzucenie? Czy trudne może być także dzieciństwo z matką, która kocha za bardzo?

Może być. Mówimy wtedy o więzi symbiotycznej, w której matka zadusza autonomię dziecka. To jej potrzeby, jej lęk, jej emocje są na pierwszym miejscu. I ona zaczyna tym dzieckiem sterować, kierować, pozbawiać je własnej decyzyjności i poczucia wartości. Dziecko gubi swoją tożsamość. Nie wie, kim jest. Nie może się wyodrębnić. To jest bardzo trudne. Taka matka często używa dziecka także do swoich celów, w sposób parentyfikujący. Czyli czerpie z dziecka jak z partnera, szczególnie wtedy, gdy tego partnera nie ma.

W Polsce chyba w ogóle mamy niepisany zakaz mówienia źle o matce. Matki się nie rusza. Czy pani obserwuje, że to się zmienia?

Matka w ogóle jest ikoną, prawdą? Na szczęście u nas nie jest tak jak u Włochów. Nie wiem, czy oglądała pani „Rodzinę Soprano”. Tam Tony Soprano, kiedy w kontakcie z terapeutką zaczęło do niego dochodzić, co robiła jego matka, przeniósł agresję

właśnie na terapeutkę.

W Polsce też bardzo często lojalność wobec rodzica, zwłaszcza wobec matki, jest tak duża, że trudno ruszyć z terapią. Trudno powiedzieć coś złego o swojej mamie. W ogóle trudno powiedzieć o rodzicu: „On mnie krzywdził”, „Ona coś mi robiła”. Wolimy to połukrować, słumić, nie patrzeć w tę stronę. Bo to często rodzi ogromny wstyd. Jeśli miałam taką złą matkę, to co to mówi o mnie? Wtedy boimy się dotknąć także siebie, swojego poczucia wartości. Dlatego tak bardzo unikamy mówienia źle o rodzicach. A przecież rodzice zawsze będą nieidealni. Chodzi o to, żeby zobaczyć, że nie są ikonami. Nie są idealami.

Kiedy dorosła kobieta zaczyna rozumieć, że lęk, wstyd albo perfekcjonizm nie wzięły się z jej charakteru, tylko z tego, co wydarzyło się w dzieciństwie?

Często dość późno. Chociaż przychodzą do mnie także młode dziewczyny, którym perfekcjonizm bardzo już przeszkadza. Mają ataki paniki, objawy somatyczne, lękowe. Są przeciążone. Czasem reagują depresją, bo to przeciążenie jest naprawdę duże. I wtedy pojawia się pierwszy kontakt ze sobą. Pierwsze uzmysłowienie sobie, że to wszystko ma jakieś źródło. Ale jest też taki moment, kiedy same zostajemy rodzicami. Wtedy bardziej czytelnie dochodzi do nas, że mamy różne deficyty, różne niedostatki. Że trudno dać swojemu dziecku coś, czego same nie dostałyśmy. Przychodzą do mnie kobiety, które dopiero planują dziecko, myślą o macierzyństwie albo są na jego początku. Nie zawsze dlatego, że sama zmiana życia je nadwyrężyła, choć oczywiście są też kobiety z depresją poporodową. Często przychodzą dlatego, że macierzyństwo otwiera w nich różne pytania: co dostałam od swojej matki, czego nie dostałam, co mogę dać swojemu dziecku?

Są takie zdania od naszych mam, które zostają z nami na całe życie, nawet kiedy matki już nie ma. Ale pewnie nie wszystkie potrafimy rozpoznać. Czasem sama łapałam się na tym, że zachowuję się jak własna matka. Jakie przekazy najczęściej zostają w córkach?

Bardzo często zostaje z nami przekaz rodzinny i on zostaje nie tylko w głowie, ale też w ciele. Na przykład jako niewypowiedzenie, które zatrzymuje się w gardle. Jednym z takich przekazów jest: „Nie mów nikomu, co się dzieje w domu”. I nie chodzi tylko o przemoc. Czasem

– Wszystko, co robisz, robisz nie tak, jak trzeba – taki przekaz często zostaje w córkach na całe życie. O tym, jak z ciągłego poprawiania dziecka rodzi się dorosła perfekcjonistka, mówi psycholożka Marta Suska, autorka książki „Szczęśliwa dorosła córka. Uzdrawianie ran z dzieciństwa”

Anita Czapryn



Marta Suska: Macierzyństwo często otwiera różne pytania: co dostałam od swojej matki, czego nie dostałam, co mogę dać swojemu dziecku?

MARTA SUSKA: CÓRKA MA PRAWO DO SWOJEGO ŻYCIA, NAWET JEŚLI MATKA SIĘ OBRAZI

chodzi o to, że dom ma być zamknięty, bo inni ludzie mogą nam zagrażać. Rodzi się nieufność. Dom staje się wyizolowany. Nie wolno nikogo wpuścić, nie wolno niczego wynosić na zewnątrz. Z tym wiąże się także zakaz wypowiadania własnego zdania, zakaz buntu. To póź-

niej niesiemy w świat. Bo przecież trzeba być grzeczną. Jest w nas też taka wielopokoleniowa służebność kobiet. Matka Polka, kobieta, która ma służyć innym, podawać do stołu, robić dla innych, poświęcać się. Macierzyństwo w ogóle zakłada pewien rodzaj samopoświęcenia.

A kiedy kończy się macierzyństwo, zaczynają się wnuki i często pojawia się kolejne oczekiwanie: teraz będziesz zajmować się wnukami, to jeszcze nie jest czas dla ciebie. No więc kiedy jest czas dla mnie? Kiedy mogę zająć się sobą? Jak już od-służyć swoje?

Jakie zdania matek najczęściej zostają w córkach na całe życie? Z czym przychodzą do pani kobiety?

Bardzo często to nie są nawet zdania wypowiedziane wprost, tylko przekaz niewerbalny. Czegoś takiego nie zawsze można nazwać traumą, ale to zostaje w nas jako przekonanie. Na przykład: wszystko, co robisz, robisz nie tak, jak trzeba. A w jaki sposób matki to przekazują? Przez ciągłe poprawianie dzieci. Przez komunikaty: możesz to zrobić lepiej, to nie jest twoje najlepsze wykonanie, popraw się. Albo przez takie strofowanie: jak masz tak robić, to lepiej nie rób wcale. To właśnie buduje dążenie do perfekcjonizmu. I to jest chyba najbardziej zabijające poczucie sprawczości, bo dziecko nigdy nie zrobi czegoś tak, żeby zadowolić mamę. Czasem te przekazy są delikatniejsze, mniej systematyczne. A czasem dziecko w każdej sprawie słyszy albo czuje, że nie do-maga, że coś jest nie tak. Nie ma przestrzeni, żeby się wykazać, żeby usłyszeć: zrobiłaś to dobrze, to jest skończone, już nie trzeba poprawiać. I to właśnie napędza perfekcjonizm.

Jak rozpoznać, które z tych „prawd” i przekonań są moje, a które odziedziczyłam po matce?

Czasami to są rzeczy słyszalne, konkretne zdania. A czasami to są sposoby radzenia sobie. To jest kwestia samoświadomości i obserwacji. Najpierw potrzebujemy zobaczyć siebie. Zapytać: co z tego naprawdę jest moje? W terapii bywa takie ćwiczenie: mam jakieś przekonanie, na przykład „jestem niewystarczająca”, i zaczynam się zastanawiać, kiedy ono do mnie przyszło. Od kiedy jest ze mną? Czy od szkoły podstawowej? Czy pojawiło się później? Kto w mojej rodzinie używał takiego przekonania albo żył tak, jakby ono było prawdą? Wtedy możemy namierzyć, skąd to pochodzi. Dziecko jest w pewnym sensie niezapisaną kartką papieru. Oczywiście rodzimy się z genami, coś jest nam przekazane biologicznie, ale bardzo dużo dzieje się przez kształtowanie i modelowanie przez rodziców. I ten przekaz może być naprawdę niewerbalny. Modelowanie jest najskuteczniejszym sposobem wychowania. Nie to, co rodzic mówi: „Masz być uczciwy”, jeśli na przykład sam kradnie. Wtedy dziecko dostaje podwójny przekaz. Albo słyszy: „Nie pal papierosów”, kiedy oboje rodzice palą. Nie da się oczekiwać, że dziecko po prostu przyjmie coś zupełnie innego. Albo: „Idź do innych dzieci” –

mówi matka, siedząc na placu zabaw. Sama patrzy w telefon, sama nie nawiązuje kontaktu, a wymaga od dziecka, żeby się nie izolowało, tylko poszło do dzieci. To jest właśnie podwójny przekaz. Dziecko najwięcej uczy się przez to, jak my żyjemy. I to ma swoje dobre i złe strony. Pokazujemy mu zarówno dobre rzeczy, jak i te bardzo trudne. Tak jak powiedziałam na początku: z pustego w próżne nie naleję. Jeśli sama czegoś nie dostałam, jeśli nie mam jakichś zasobów i ich nie rozwinę, to nie pokażę ich dziecku. Nie mogę też wymagać od dziecka, że ono będzie inne, jeżeli ja mu tego nie dałam. Na przykład: jeśli nie dałam mu akceptacji, to jak to dziecko ma w przyszłości akceptować siebie?

Pisze pani o Krytycznym Rodzicu, który każe pracować więcej, szybciej, lepiej, nie pozwala odpoczywać, porównuje. Czy to jest głos matki, który z czasem zmienia się w nasz głos wewnętrzny?

Tak. Właśnie tak. Te krytykujące komunikaty, które dostajemy, bardzo często później powtarzamy sobie w głowie. Czasami są to bardzo raniące, wręcz rujnujące komunikaty. Na przykład dotyczące inteligencji. Kiedyś częściej mówiło się do dzieci: „Jesteś debilem”, „Głupia jesteś”.

Albo: „Nie możesz być normalna jak inne dzieci? Jesteś nienormalna”. Tak. I to porównywanie. Bardzo dobrze, że pani o tym powiedziała, bo porównywanie do innych dzieci też jest niszczące. Dziecko dostaje wtedy komunikat: taka, jaka jestem, nie jestem taka, jak trzeba. Inne dzieci są lepsze. Inne dzieci są bardziej widziane przez mamę. A najgorzej, kiedy jesteśmy porównywani do rodzeństwa.

Słyszałam też, gdy matka zarzucała dziecku: „Nie masz ambicji”. Jak więc odróżnić zdrową ambicję od programu matki: trzeba udowodnić, trzeba być bez zarzutu, trzeba zawsze dowodzić? Poznajemy to po uczuciu. Po tym, czy coś robimy dla siebie, czy dla kogoś. Czy ja mam dziecko, wybieram pracę, idę na studia dlatego, że to jest moje? Czy dlatego, żeby moi rodzice się cieszyli i byli ze mnie zadowoleni? Potrzebujemy to odróżnić. Oczywiście, że potrzebujemy aprobaty. To nigdy nie jest zupełnie oderwane od rodziców, bo rodzice nadają nam jakiś kierunek. Ale jeżeli za każdym razem, kiedy przyjeżdżam do domu, czekam na uznanie, na pochwałę, a ona nigdy nie przychodzi, to

jest ważna informacja. Może przez całe życie robiłam coś dla swoich rodziców. To bywa bardzo frustrujące. Kobiety często opowiadają mi na przykład, że kiedy przyjeżdża mama, dom musi być posprzątany. Nieważne, czy ta kobieta dopiero urodziła dziecko, jest w połogu, czy jest wykończona. Musi być posprzątane. Okna muszą być umyte, jeśli mama przyjeżdża na święta. Bo co mama powie? Podobnie jest z wychowaniem dzieci. Córka stara się mówić do dziecka tak, jak będzie to aprobowane przez jej rodzica. Albo nie mówi matce, że ma trudności wychowawcze. Nie mówi, że dziecko dostało jedyniejkę, bo mama będzie niepokieszona. Albo musi wyjść za mąż w odpowiednim czasie, bo pojawia się oczekiwanie: kiedy będą dzieci?

Przez całe dzieciństwo małej dziewczynce bardzo zależy na akceptacji matki. Odczytuje, czego matka chce, próbuje to spełnić. Czy potem, już jako dorosła kobieta, może sama nie bardzo wiedzieć, czego chce? I jak ma się dowiedzieć, czy to, co robi, to dlatego, że sama tego chce, czy dlatego, że chce jej mama?

Nasza autonomia, nasze prawidłowe autonomizowanie, powinno dokonywać się w wieku nastoletnim. Mniej więcej do dwudziestego roku życia zaczynamy się wyodrębniać, nasza osobowość się kształtuje. To jest taki pierwszy ważny okres w dorosłości. Ale jeśli więc z matką jest nieprawidłowa, możemy nawet do czterdziestki czy pięćdziesiątki być ciągle pod jej jurysdykcją. Jeżeli nie zautonomizujemy się w wieku nastoletnim albo we wczesnej dorosłości, to później dużo zależy od tego, co nam się w życiu przytrafi. Może być tak, że pojawi się partner, który wyjedzie z nami do innego kraju, i wtedy stajemy się bardziej niezależne. Moje dorosłe dziecko wyjechało teraz na Erasmusa i mówi, że najlepiej wychowuje się sam ze sobą. To jest jego pierwszy taki wyjazd. I coś w tym jest. Kiedy jesteśmy odseparowani od rodziców, możemy się bardziej zautonomizować i poczuć, czego naprawdę chcemy. Dzieje się to także w terapii. Kiedy przerabiana jest więź z któryms z rodziców, często intuicyjnie trochę się od tego rodzica odsuwamy. Czasem bardziej, czasem mniej. Nie dzwonimy tak często, nie jeździmy, potrzebujemy dystansu. Nie po to, żeby zniszczyć relację. Raczej po to, żeby złość albo inne trudne emocje na niej nie ważyły. Żeby można było to w sobie przepracować. Później często następuje powrót

do rodzica, ale już z innego miejsca.

Czyli matka powinna wtedy po prostu poczekać? Nie narzucać się?

To jest trudne, bo matka bardzo często nie jest na tym samym etapie. Nie jest w terapii. Przez całe życie była taka sama, więc może tego nie rozumieć. Bardzo często złości się na dziecko, domaga się czegoś – tego samego, czego domagała się wcześniej. I wtedy zautonomizowanie się od takiej mamy jest naprawdę trudne.

Jakie dorosłe objawy może mieć córka, która przez całe dzieciństwo była „grzecznym dzieckiem”? Na przykład w relacji romantycznej też jest podporządkowana. Bardziej skłania się ku temu, czego chce partner, co on robi, czego oczekuje. Bardzo często dostosowuje się w sposób lękowy.

Nie stawia granic.

Trudno jest jej stawiać granice także w innych relacjach, również w pracy. Trudno jej awansować, zawalczyć o siebie. Stara się pracować jak najlepiej. To są zazwyczaj osoby, które zrobią wszystko dokładnie, poprawnie. Będą robiły nadgodziny. Nie zaprotestują, kiedy pojawią się zmiany, które nie uwzględniają ich ścieżki zawodowej. Po prostu się podporządkują. I to jest smutne, bo one nie umieją zawalczyć o siebie. Nie potrafią postawić granic. Tracą swoją autonomię i swoje życie na rzecz innych osób.

Bywa i tak, że matka zaczyna chorować albo ma inne problemy. Robi z córki pocieszicielkę, powierniczkę, domaga się opieki. Kiedy troska o mamę może stać się więzieniem?

To może być różnie przeżywane. Czasami opieka nad mamą jest oddaniem jej tego, co ona sama z siebie dała. Dziecko czuje wdzięczność. Wiadomo, każdy z nas ma jakiś dług wobec rodzica. Rodzic będzie chorował, będzie miał demencję, będzie potrzebował naszego wsparcia. Będzie zależny od nas, tak jak my kiedyś byliśmy zależni jako dzieci. To jest pewien dług do spłacenia. Ale zupełnie inaczej opiekuję się rodzicem, który był dla nas dobry, ciepły, wspierający, a inaczej z chłodną matką, która nie dawała wsparcia, matką kontrolującą, trudną, kłótniową. I taką mamą w starszym wieku naprawdę trudno się opiekować. Czasem rodzice, im są starsi, tym bardziej się domagają. I to nie musi być siedemdziesięcio- czy osiemdziesięcioletnia chora kobieta. Są też mamy,

które mają pięćdziesiąt, sześćdziesiąt lat, jeszcze pracują zawodowo, a już domagają się od dorosłych córek, żeby przyjeżdżały co tydzień, żeby poświęcały im każdy weekend, żeby pielili w ogródku. Bo to ma być wyraz szacunku do mamy.

W książce pojawia się też zdanie, że mamy prawo do swojego życia, nawet jeśli matka się obrazi. Dla wielu dorosłych kobiet to zdanie może być rewolucyjne. Dlaczego? Mam wrażenie, że poczucie winy tak często stoi za lojalnością wobec matki. Tak, niestety tak. Mama zawsze może powiedzieć: „Nie tak cię wychowałam”. To jest bardzo częsty tekst. Pojawia się zwykle wtedy, kiedy matce coś się nie podoba i kiedy próbuje zdyscyplinować córkę, choć ta córka jest już dorosła. Ma swoje życie. Na przykład matka mówi: „Miałś do mnie przyjechać w ten weekend, a nie przyjechałaś”. A córka chciała wyjechać ze znajomymi nad jeziorek. I nagle jest w dysonansie, w dyskomforcie. Co powinna zrobić? Z jednej strony jest mama, z drugiej – jej własne życie. Jeżeli więc jest oparta na szacunku i uznaniu odrębności drugiej osoby, matka zrozumie, że mogą się zobaczyć w następnym tygodniu. Albo jeszcze w kolejnym. Przecież się nie pali.

W rozmowach z koleżankami słyszę dość często nawet: „Nie chcę rozdrapywać dzieciństwa, rodzicom już wybaczyłam, nie ma do czego wracać, było, minęło”. Sama zresztą powiedziałam coś podobnego mojej terapeutce. Kiedy powrót do dzieciństwa jest potrzebny, a kiedy może stać się pułapką? Kiedyś myślałam, że jak ktoś ma sześćdziesiąt parę lat i oskarża nieżyjącą matkę za to, że ma nieudane życie, to myślałam, że miał czas, żeby coś z tym zrobić.

Tak, ale czasami dopiero w wieku sześćdziesięciu lat odkrywamy, że matka robiła coś takiego, przez co ja dzisiaj mam trudności, na przykład w każdym swoim romantycznym związku. Każdy ma swój czas dochodzenia do różnych prawd. I to, że ktoś odkrywa coś dopiero w wieku pięćdziesięciu czy sześćdziesięciu lat, wcale nie jest złe. Myślę, że zawsze trzeba przyjrzeć się rodzicom, bo to jest baza, z której startujemy. Jeśli patrzmy tylko na tu i teraz na swoje problemy psychiczne, depresyjne, lękowe, to bywa dość płytkie. Pewne struktury zostały w nas ukształtowane w dzieciństwie. Style radzenia sobie także pochodzą z dzieciństwa. Mówię tu o schematach,

które w dorosłym życiu często stają się nieadaptacyjne. Jeśli w dzieciństwie radziłam sobie przez podporządkowanie, bo byłam zależna od rodziców i musiałam się podporządkować, to w dorosłym życiu ten sposób może mi już nie służyć. Na przykład w korporacji. Bo wtedy próbuję przypodobać się każdemu szefowi, każdej koleżance, każdemu się podporządkować. A więc potrzebuję to zmienić. Dlatego warto się temu przyjrzeć. Wiem, że mniej więcej jedna trzecia pacjentów nie chce wracać do przeszłości. Ludzie boją się odkrywać dzieciństwo. A im bardziej unikają tego tematu, tym bardziej narasta lęk. Często zupełnie niepotrzebnie. Bo tam nie zawsze jest jakaś czarna dziura. Nie zawsze jest trauma w najbardziej dramatycznym rozumieniu. Często jest po prostu ten krytyczny rodzic. W Polsce długo wychowywaliśmy dzieci przez negowanie: przez krytykę, ciągle poprawianie, korygowanie. Dopiero w ostatnich latach więcej mówi się o nagrażaniu, o pozytywnym wzmacnianiu. Wcześniej bardzo często była tylko korekta negatywem: robisz nie tak, nie tak cię wychowywałam. Czasem jest też tak, że rodzic był niespójny. Krytykował, ale też potrafił docenić. Chwalił za coś, a potem znowu uderzał w dziecko słowem. I znowu chwalił, i znowu ranił. Można powiedzieć, że to i tak lepsze niż sama krytyka, ale dla dziecka to nadal jest bardzo trudne. Bywa też, że mamy krytykującą matkę, ale w naszym otoczeniu są osoby, które nas wzmacniają. To może być nauczyciel, drugi rodzic, babcia. Ja miałam fantastyczną babcię. Ona zawsze mówiła: „Martusiu, cokolwiek zrobisz, będzie dobrze. Ja może nie wiem, może głupia jestem, ale ty będziesz wiedziała najlepiej”. I to jest właśnie zaufanie do dziecka.

Jest jeszcze temat, który często wraca w przestrzeni publicznej: przebaczenie. Czy przebaczenie matce jest konieczne, żeby pójść dalej? A jeśli córka nie chce przebaczyć, czy nadal może zdrowieć?

Wróć jeszcze do tego, o czym pani mówiła wcześniej: czy jest sens rozgrzebywać dzieciństwo. Bo czasami rzeczywiście można utknąć w takim rozgrzebywaniu skrzywdzenia. Ale myślę, że nie chodzi przede wszystkim o przebaczenie rodzicom. Chodzi raczej o uznanie, że to jest część mojej przeszłości. Część mojego dzieciństwa, a czasem nawet całe moje dzieciństwo. I teraz pytanie brzmi: co mogę zrobić dzisiaj? Mogę spróbować to na-

prawić. Naprawić po moich rodzicach to, co, za przeproszeniem, spieprzyli. W terapii mówi się o powtórnym rodzicielstwie. Jeśli pacjent nie ma jeszcze zasobów, żeby być własnym dobrym rodzicem, terapeuta bywa takim wspierającym rodzicem. Czasem też wyobrażamy sobie tego rodzica, którego potrzebowaliśmy. W mojej książce piszę o różnych typach matek i o tym, czego możemy od matki potrzebować. Jest tam cała paleta rzeczy: bezpieczeństwo, uznanie, akceptacja, przewodnictwo. I warto zobaczyć, w jaki sposób mogę dać sobie te rzeczy sama. A jeśli sama jeszcze nie potrafię, to gdzie mogę ich szukać? Może trochę da mi przyjaciółka. Może mentorka. Może trener. Ktoś mi zamodeluje jak mogę sobie samej to dać. Potrzebujemy sami po to sięgać i budować własne zasoby. Robimy to dzięki terapii, ale też dzięki warsztatom, książkom, dobrym relacjom.

I tak dochodzimy ostatniego pytania: kim jest szczęśliwa dorosła córka? Czy to jest kobieta, która ma już dobrą relację z matką? Czy raczej ta, która wreszcie ma dobrą relację z samą sobą?

Ta, która ma dobrą relację z samą sobą. Szczęśliwa dorosła córka jest dla siebie najlepszą wersją matki, jaka mogłaby jej się trafić. Buduje w sobie wewnętrzną matkę. Taką, która utuli, zaopiekuje się, odpowie na potrzebę. Jeżeli jestem zestresowana, to zauważam to i staram się być responsywna wobec siebie. Czyli odpowiedzieć na swoją potrzebę. Mogę sobie powiedzieć: chodź, pójdziemy na jogę. Albo: może teraz pójdz spać, prześpij się. Napij się czegoś ciepłego. Zrób sobie herbatę. Bo nie zawsze chodzi o powrót do prawdziwej matki. Czasami taki powrót jest niemożliwy. Szczególnie jeśli matka była karmiąca, jeśli się znęcała, jeśli była narcystyczna. Albo po prostu już jej nie ma, nie żyje, i naprawienie relacji z nią nie jest możliwe. Dlatego potrzebujemy zbudować tę matkę w sobie.

KSIAŻKA



Marta Suska, „Szcześliwa dorosła córka. Uzdrawianie ran z dzieciństwa”, Wydawnictwo RM, 2026

KTO BIJE BARDZIEJ? POLACY UKRAIŃCÓW CZY ODWROTNIE?

„Czemu nie walczysz na froncie?! S...j z Polski!” – usłyszał Ukrainiec na bulwarze w Toruniu. A potem napastnik złamał mu nos i wybił ząb. Teraz młody agresor staje przed sądem. Nasza informacja o tym wywołała falę komentarzy. Czy „system” ściga za agresję Polaków, a ukrywa przemoc ze strony Ukraińców?

Małgorzata Oberlan



Liczba napaści na Ukraińców z powodu ksenofobii, rasizmu lub nietolerancji religijnej zwiększyła się w ciągu 2 lat o ponad 66 procent – podają policyjne statystyki, do których dotarł Onet

Dawno żaden tekst na naszych łamach nie wywołał takiej lawiny komentarzy, jak ten. W połowie maja napisaliśmy o akcie oskarżenia i mającym ruszyć procesie 22-letniego Bartosza B., który pobił Ukraińca na bulwarze w Toruniu. Ewidentnie na tle narodowościowym, co śledczym sam przyznał.

Ponad 1600 komentarzy zawierało – i owszem – sporo postów wyprodukowanych przez tzw. boty. Wiele pochodziło też z fejkowych kont facebookowych. Ale naprawdę licznie wypowiedzieli się też realni internauci.

„A o brutalnych pobiciach Polaków przez Ukraińców też piszcie, czy tylko w jedną stronę? Dziwnym trafem od jakiegoś czasu wszystkie media wrzucają podobne artykuły do Waszego” albo „A jak Polaków biją i napadają, to cisza” – padało. Szybko ten akurat zarzut okazał się nietrafiony, bo już po dwóch dniach donosiliśmy o zarzutach prokuratury w Grudziądzu dla 19-letniego Ukraińca za usiłowanie zabójstwa 61-letniej kobiety

w Nowej Wsi i pobiciu jej partnera.

Jaka jest prawda o skali przemocy między Polakami i Ukraińcami? Czy dla tak zwanej poprawności politycznej ukrywane są wydarzenia, w których agresorami są obywatele Ukrainy? I czy w ogóle twarde dane na ten temat są dostępne? Postanowiliśmy przyjrzeć się sprawie – lokalnie (w Kujawsko-Pomorskiem) i szerzej.

Ukraińiec pobity na bulwarze w Toruniu

Zacznijmy od krótkiego przypomnienia sprawy z Bulwaru Filadelfijskiego w Toruniu. Turaj 22-letni obecnie Maciej B. zaatakował przypadkowo spotkanego Ukraińca. Wydarzenia miały miejsce 7 października 2024 r., ale rozpoczęcie procesu w Sądzie Okręgowym w Toruniu wyznaczono dopiero na koncówkę maja bieżącego roku.

Mający wówczas 20 lat Bartosz B. był pod wpływem alkoholu. Wraz z dwoma kompanami nad Wisłą szukał towarzystwa. Wieczorem młodzi Torunianie przysiedli się na bulwarze do nieznanego im

młodego mężczyzny. Od słowa do słowa i dowiedzieli się, że jest z Ukrainy. I wtedy właśnie w Bartoszu B. uruchomiła się agresja.

„Spier...j! Masz przeje...e w Polsce. Czemu nie walczysz na froncie?!” – takie słowa między innymi padły z ust napastnika. Potem przeszedł do rękoczynów.

Bartosz B. uderzył pokrzywdzonego dwa razy w twarz i w głowę. Skutkiem tego było złamanie przegrody nosowej oraz zęba – przekazał nam, pochyłając się nad aktem oskarżenia, Jarosław Szymczak, asystent rzecznika Sądu Okręgowego w Toruniu.

Bartosz B. oskarżony został o przestępstwo, które opisuje artykuł 257 Kodeksu karnego: „Napaść z powodu ksenofobii, rasizmu lub nietolerancji religijnej”. Przewiduje on, że „Kto publicznie znieważa grupę ludności albo poszczególną osobę z powodu jej przynależności narodowej, etnicznej, rasowej, wyznaniowej albo z powodu jej bezwyznaniowości lub z takich powodów narusza nietykalność cielesną in-

nej osoby, podlega karze pozbawienia wolności do lat 3”.

Proces młodzieńca może skończyć się na jednej rozprawie. Dlaczego?

– Już na etapie postępowania prokuratury Bartosz B. wyraził skruchę. Powiedział, że bardzo żałuje tego, co zrobił i że chciałby pokrzywdzonego przez siebie mężczyznę za to przeprosić – przekazał nam Jarosław Szymczak.

Ile podobnych spraw, potocznie nazywanych „przestępstwami z nienawiści” lub „z dyskryminacji”, trafia do Sądu Okręgowego w Toruniu? Niewiele – jak się okazuje. Przez cały 2025 rok i cztery miesiące roku bieżącego prokuratury wyznaczone przed laty w okręgu do prowadzenia tego typu postępowań – Prokuratura Rejonowa Toruń Centrum Zachód i Prokuratura Rejonowa w Grudziądzu – skierowały cztery akty oskarżenia.

– W tych czterech sprawach jest tylko jedna, w której pokrzywdzonym (przez Polaka) jest obywatel Ukrainy. W pozostałych pokrzywdzonymi są obywatele państw pozaeuropejskich (w tym obywatel Zim-

babwe) oraz Polak dyskryminowany przez rodaka na tle wyznaniowym – wylicza Jarosław Szymczak.

Alarmujące statystyki KGP kontra lokalne podwórko. Co mówi prokuratura?

Tymczasem statystyki ogólnopolskie z ostatnich lat są zdecydowanie gorsze. Twarde dane w ubiegłym roku z Komendy Głównej Policji pozyskali dziennikarze portalu Onet.pl. Mówią one generalnie o skokowym wzroście przestępczości wobec Ukraińców.

Portal nie koncentrował się jednak tylko na sprawach typowych „przestępstw z nienawiści” z kluczowym art. 119 Kodeksu karnego („Kto stosuje przemoc lub groźbę bezprawną wobec grupy osób lub poszczególną osobę z powodu jej przynależności narodowej, etnicznej, rasowej, politycznej, wyznaniowej lub z powodu jej bezwyznaniowości, podlega karze pozbawienia wolności od 3 miesięcy do lat 5”). Onet pytał policję szerzej – o cały katalog spraw budujący obraz sytuacji w kraju.

„O ponad połowę w ciągu dwóch lat wzrosły w Polsce przestępstwa polegające na stosowaniu gróźb karalnych wobec Ukraińców. O ponad 70 proc. zwiększyła się w tym samym okresie liczba przypadków znęcania się nad osobami tej narodowości. Zaś liczba napaści na Ukraińców z powodu ksenofobii, rasizmu lub nietolerancji religijnej zwiększyła się w ciągu dwóch lat o ponad 66 proc. Tak wynika z policyjnych statystyk, do których dotarł Onet” – pisał Piotr Halicki (W: „Coraz więcej przestępstw przeciwko Ukraińcom. Mamy zatrważające dane”, 30.10.2025 rok, Onet.pl).

Portal przytoczył informacje z KGP. – Według danych zgromadzonych przez policję w okresie od 1 stycznia 2025 r. do 31 lipca 2025 r. odnotowano 543 stwierdzonych przestępstw motywowanych uprzedzeniami. To jest o 159 więcej niż w analogicznym okresie 2024 roku, gdzie było ich 384. Jest to wzrost o 41 procent – wyliczała w odpowiedzi na pytania Onetu kom. Wioletta Szubska z Wydziału Prasowo-Informacyjnego KGP.



FOT. ARCHIWUM/KRYSTIAN DOBUSZYŃSKI

Na początku wojny Polacy tłumnie i entuzjastycznie wyrażali swoje poparcie i przyjaźń dla Ukraińców i nie szczędzili im pomocy. Obecnie żyje w Polsce przynajmniej 1,8 miliona Ukraińców. Dla policjantów, prokuratorów czy sędziów sprawą oczywistą jest, że Ukraińcy w związku z tym pojawiają się w sprawach karnych w różnych rolach: pokrzywdzonych, świadków przestępstwa, ale także i ich sprawców

Z danych wynikało też, że najczęściej przestępstw wobec Ukraińców popełnianych jest w Polsce z art. 190 par. 1 Kodeksu karnego, czyli gróźb karalnych. I tutaj - rok po roku - liczba takich sukcesywnie rosła. Na drugim miejscu było „zniszczenie rzeczy” obywatelom Ukrainy (średnio po około 400 takich spraw rocznie).

Twarda przemoc? Trzecie miejsce w tym niechlebnym rankingu czynów, w których pokrzywdzeni są Ukraińcy, zajmują przestępstwa z art. 207 kk, czyli znęcania się (fizycznego lub psychicznego). W 2022 r. było ich 160, rok później 233, a w kolejnym roku liczba ta wzrosła do 278. To skok aż o blisko 73 proc. w ciągu dwóch lat. Od stycznia do końca lipca 2025 r. odnotowano już 196 takich przypadków.

- Fizycznych ataków (art. 157 par. 1 kk), których efektem jest naruszenie czynności narządu ciała i spowodowanie średniego i lekkiego uszczerbku na zdrowiu, w 2022 r. doznały 142 osoby narodowości ukraińskiej. W kolejnym roku liczba ta wzrosła do 175, a w następnym do 204. To wzrost o ponad 43 proc. w ciągu dwóch lat. Przez pierwsze osiem miesięcy 2025 roku doszło już do 118 takich ataków - przekazywał dane policyjne Onet.pl.

Jak te alarmujące statystyki mają się do naszego lokalnego podwórka? Do Sądu Okręgowego w Toruniu wpływają sprawy z Torunia, Grudziądza, Wąbrzeźna, Chełmna, Golu-bia-Dobrzyńa i powiatów. Przestępstwami „z nienawiści narodowościowej” (ale i innej) zajmują się wyspecjalizowane już w tym dwie wspomniane prokuratury: grudziądzka i Toruń Centrum Zachód. Akty oskarżenia z kluczowego art. 119 kk kierują od razu do Sądu Okręgowego.

- Każda taka sprawa to o jedną za dużo, to oczywiste. Nie obserwujemy jednak w naszym okręgu żadnego skokowego wzrostu przestępczości tego typu, w tym alarmującego wzrostu aktów przemocy wobec obywateli Ukrainy na tle narodowościowym. Wciąż takie sprawy się pojawiają, ale nie ma dynamicznego wzrostu - mówi prokurator Izabela Oliver, rzeczniczka Prokuratury Okręgowej w Toruniu.

Ukraińcy sprawcami przemocy. Prokuratura w Grudziądzu niczego nie kryła

Rzeczniczka od razu sama zwraca też uwagę na sprawę, którą obecnie zajmuje się Prokuratura Rejonowa w Grudziądzu. Dotyczy przemocy ze strony 19-letniego Ukraińca, i to brutalnej. Nasza redakcja, podobnie jak inne media, informowała o niej kilkakrotnie.

Nie jest to sprawa dotycząca nienawiści na tle narodowościowym, ale informowanie o niej jest przykładem na to, że zarówno prokuratura, jak i media nie ukrywają faktów, gdy podejrzany o napaść jest Ukrainiec.

Do dramatycznych wydarzeń doszło w Nowej Wsi pod Grudziądem w nocy z 30 kwietnia na 1 maja br. Wówczas służby zostały zaalarmowane o napaści na 64-latkę. Kobieta w krytycznym stanie trafiła do szpitala. Po ponad dwóch tygodniach zmarła, o czym informowaliśmy na łamach 19 maja.

Ze wstępnych ustaleń śledczych wynika, że 19-latek był dłużny pieniądze 64-lacie. Znali się, gdyż mężczyzna pracował na posesji kobiety. Wykonywał prace porządkowo-gospodarcze. Gdy młody Ukrainiec przyszedł do kobiety, nie miał pieniędzy, by oddać jej

dług. Ta miała poinformować go, że sprawę zgłosi na policję. Wówczas 19-latek miał się przestraszyć i zacząć dusić seniorkę. W tym czasie naszedł partner 64-latki, który próbował pomóc kobiecie. Sam przy tym został pobity przez Ukraińca. To 51-latek wezwał służby.

- Podejrzany złożył wyjaśnienia. Częściowo przyznał się do zarzucanego czynu, do tego, że dusił pokrzywdzoną, ale twierdził, że nie chciał jej zabić - powiedziała naszej dziennikarce Aleksandra Pasis prokurator Magdalena Chodyna. - Żałował tego, co się stało, zarówno podczas przesłuchania, jak i na posiedzeniu aresztowym - dodała prok. Chodyna.

Ten młody Ukrainiec usłyszał zarzut usiłowania zabójstwa kobiety oraz uszkodzenia ciała jej partnera. Został tymczasowo aresztowany na trzy miesiące. Grozi mu kara od 10 lat więzienia aż do dożywocia.

Ukraińcy też są groźni. I też stają przed polskim sądem

Spraw, w których obywatele Ukrainy stawiani są w stan oskarżenia, generalnie przybywa i przybywać będzie - to jasne w kontekście wzrostu ich liczby w Polsce. Obecnie mówi się o przynajmniej 1,8 miliona Ukraińców w Polsce.

Dla policjantów, prokuratorów czy sędziów sprawą oczywistą jest, że Ukraińcy w związku z tym pojawiają się w sprawach karnych w różnych rolach: pokrzywdzonych, świadków przestępstwa, ale i ich sprawców. Czy informacje o tych ostatnich przypadkach „system” ukrywa, jak dowodzą niektórzy rodacy?

Nie było milczenia o sprawie niezwykle brutalnego pobicia, którego 16-latek zaledwie Ukrainiec dopuścił się na starszym nieco, polskim koledze w Suwałkach. Większość wio-

dących mediów ogólnopolskich odnotowała też w maju rok temu jej finał sądowy. Obcokrajowiec skazany został przez tamtejszy Sąd Okręgowy na 8 lat bezwzględnego więzienia. Za co konkretnie?

Do dramatu doszło na początku października 2023 r. Na niezamieszkałym terenie w okolicy ul. Różanej w Suwałkach znaleziono leżące na ziemi nieprzytomnego mężczyznę ze zmasakrowaną twarzą. Obrażenia głowy pokrzywdzonego były tak rozległe, że utrudniały identyfikację, a nawet określenie jego wieku. Pokrzywdzonym okazał się 20-letni mieszkaniec Suwałk.

Jak potem ustalili śledczy, poprzedniego dnia pokrzywdzony jeździł z kolegami samochodem ulicami Suwałk. Pasażerowie pili alkohol. Po północy pokrzywdzony i jego 16-letni wówczas kolega z Ukrainy wysiedli z samochodu. Przy ulicy Różanej nieletni z nieustalonych powodów zaatakował kolegę, zadając mu kilkanaście silnych uderzeń w głowę, przede wszystkim w twarz. Według prokuratury uderzał też tępym narzędziem.

„Sąd ustalił w trakcie procesu, że pokrzywdzony doznał w trakcie bójki naruszenia i złamania niemal wszystkich kości twarzoczaszki z wybi-

ciem i uszkodzeniem zębów oraz trwałym uszkodzeniem oka. Obrażenia głowy spowodowały obrzęk mózgu i doprowadziły do uszkodzenia ośrodkowego układu nerwowego z przewlekłą niewydolnością oddechową. Stan zdrowia pokrzywdzonego uniemożliwia mu samodzielną egzystencję” - donosiły media ogólnopolskie.

Szybkie wydalenie Ukraińca z kraju? Reakcja rządu nie każdemu się podoba

Sprawa z Suwałk to tylko przykład i argument za tym, że jednak „system” odpowiedzialności Ukraińców nie pomija - także w przekazie medialnym. Ten sam „system” zresztą ostatnio zareagował błyskawicznie i kategorycznie wobec Ukraińca w sprawie innego typu, ale głośniejszej medialnie.

Kilka dni temu ukraiński influencer, który Corvetta wjechał w Tatry w niedostępny dla aut rejon Morskiego Oka, został wydany z kraju przez najwyższe władze RP z zakazem ponownego wjazdu i zapowiedzią surowych konsekwencji wobec tego typu zachowań. W tym przypadku zresztą obecny rząd znów zadowolili. Według niektórych

W LICZBACH

Ilu Ukraińców jest w Polsce?

Według oficjalnych statystyk w Polsce przebywa około 1,8 miliona Ukraińców. Obecnie około 80 procent Ukraińców w Polsce jest aktywnych zawodowo - podaje ZUS. Dla porównania, wskaźniki te w Czechach i Niemczech wynoszą odpowiednio 48 i 25 procent. Natomiast według sro-dowisk skrajnie prawicowych w Polsce realna liczba Ukraińców zbliża się do granicy 2,8-3 miliona osób w szczytowych momentach (na przykład w sezonie letnim).

jego reakcja nie była zwykłą odpowiedzią na sam czyn, ale „machina ruszyła ewidentnie pod presją mediów społecznościowych i chyba również doradców od wizerunku”.

A w szkole biją się wszyscy: Polacy Ukraińców i odwrotnie

Wzajemną agresję Polaków i Ukraińców kolejny już rok obserwują nauczyciele. I kolejny już rok muszą sobie z tym radzić.

- Ostatnio na zajęciach dodatkowych 6-letni Polak wymierzył u nas cios pięścią 6-letniej Ukraince. Nic poważnego fizycznie dziewczynce się szczęśliwie nie stało, ale - wiadomo --problem jest. I reagujemy, oczywiście. Standardem jest w takiej sytuacji postawa rodzica pokrzywdzonego dziecka, niezależnie od narodowości. Najczęściej od razu słyszymy żądanie „usunięcia agresora ze szkoły” - mówi nauczycielka ze szkoły podstawowej w Toruniu (dane do wiadomości redakcji).

Jak podkreśla, największą chyba aktów wzajemnej przemocy jest w grupie wiekowej 11 plus. - Nakłada się na to wszystko wzrost w ostatnich latach dzieci „z orzeczeniem”, które autentycznie mają problem z nadpobudliwością, kontrolą emocji itd. Pamiętamy też dobrze falę agresji polskich dzieci wobec ukraińskich na początku wojny. Dzieci uchodźców miały wówczas w naszej szkole (ale i innych) prawo do korzystania na lekcjach z telefonów komórkowych - to z uwagi na nieznaną polskiego i dostęp do tłumacza. I to budziło agresję polskich uczniów, które komórek mieć nie mogły - dodaje nauczycielka.

©P

CO NA TO PRAWO

Kluczowy artykuł w Kodeksie karnym

Art. 119 Kodeksu karnego - Dyskryminacja. „Kto stosuje przemoc lub groźbę bezprawną wobec grupy osób lub poszczególną osobę z powodu jej przynależności narodowej, etnicznej, rasowej, politycznej, wyznaniowej lub z powodu jej bezwyznaniowości, podlega karze pozbawienia wolności od 3 miesięcy do lat 5”. Jest to kluczowy przepis, który biorą pod uwagę śledczy specjalizujący się w badaniu tzw. przestępstw z nienawiści, biorący pod uwagę werbalne i fizyczne ataki wobec obcokrajowców.

NA JEDNEJ NODZE, O KULACH, BIEGNAĆ PO ZWYCIĘSTWO. NA BOISKU GRA DRUŻYNA, NIE NIEPEŁNOSPRAWNOŚĆ

Najpierw słysząc stuk kul o murawę. Potem jest sprint, zwrot, strzał i upadek, po którym trzeba szybko wrócić do gry. Amp futbol w Warcie Poznań to sport dla ludzi po amputacjach i chorobach, ale nie gra się tu „mimo wszystko”. Gra się po to, żeby wygrać, być w drużynie i znów poczuć, że ciało może więcej, niż długo się wydawało

Justyna Piasecka-Gabryel

Kiedy Ewa pierwszy raz stanęła na bramce, najbardziej zaskoczyło ją tempo. Nie sama piłka, nie boisko, nawet nie to, że będzie musiała nauczyć się upadać. Najpierw zobaczyła zawodników, którzy na jednej nodze, o kulach, biegli do akcji tak szybko, że trudno było pogodzić to z wcześniejszym wyobrażeniem o kulach.

- Zawsze kojarzyłam je z ostrożnym chodzeniem po urazie. A tutaj zobaczyłam, że można biec, prowadzić piłkę i jeszcze walczyć o akcję. Na żywo zrobiło to na mnie ogromne wrażenie - mówi.

Bramkarka musi iść do piłki

Ewa Cienkowska mieszka w Toruniu. W drużynie jest od niedawna. W marcu zaczęła trenować z Wartą Poznań, w maju trafiła do kadry. Wcześniej nie miała doświadczenia w sporcie drużynowym. Od dzieciństwa żyje z niepełnosprawnością - bez jednej ręki - po chorobie nowotworowej kości. Przez lata słyszała raczej, czego nie powinna robić, niż co może robić po swojemu. Z lekacji WF-u była zwalniana, sport zostawał gdzieś obok.

Do aktywności wróciła dopiero po latach. Był basen, aquafitness, zumba. W grupach osób pełnosprawnych nie czuła się odrzucana, ale czuła, że stale się wyróżnia. Trzeba było dostosowywać ćwiczenia, tłumaczyć ograniczenia, przyjmować fakt, że inni ją zapamiętują. W amp futbolu tak nie jest. Nie dlatego, że jest łatwo. Raczej dlatego, że nikt nie dziwi się temu, że ciało pracuje inaczej.

- Tu jest większe zrozumienie. Kiedy nie ma się kończyny, ciało funkcjonuje nierówno. Jedna strona przejmuje więcej, druga jest słabsza. Dopiero przy treningach siłowych za-



Amp futbol w Warcie Poznań rozwija się od 2019 roku. Klub prowadzi dziś zarówno męską, jak i kobiecą drużynę

częłam widzieć, ile pracy mnie czeka - opowiada.

Na bramce musi być szybka. Musi reagować w ułamku sekundy, ale też nauczyć się rzeczy, które dla kogoś z zewnątrz brzmią prosto: upaść, nie uszkodzić się, wstać i bronić dalej. Najtrudniejsze są teraz bramkarskie pady. Kiedy piłka leci w twarz, ciało chce się cofnąć. Bramkarka musi zrobić coś odwrotnego.

- Nie mogę uciekać. Muszę wychodzić do piłki. Ostatnio zauważyłam, że już nie cofam głowy, tylko wyciągam rękę i bronię. Dla kogoś to może dro-

biaż, dla mnie znak, że trening działa - mówi Ewa.

Podpatruje trenerkę Zużę, która w Warcie prowadzi kobieci, a w kadrze pracuje z bramkarkami. Patrzy, jak ustawia ciało, jak upada, jak podnosi się bez podpierania ręką. W tym sporcie właśnie takie szczegóły są ważne. Dla kibica mogą być niewidoczne, dla zawodniczek decydują o tym, czy zdąży do piłki.

Ewa uczy się też własnego organizmu. Przy dłuższych treningach ujawniły się u niej problemy z hipoglikemią reaktywną. Musi pilnować jedzenia,

odpoczynku, reakcji ciała. Na trening przychodzi z sensorem. Telefon zostawia trenerce.

- Powiedziałam: jeśli będzie dzwonił, dajcie mi znać. Nie chodzi o to, żeby ktoś mnie ratował, tylko żeby mogła trenować bez doprowadzania się do granicznej sytuacji - tłumaczy.

Ważne było dla niej to, że drużyna zareagowała zwyczajnie. Fizjoterapeutka pytała, jak się czuje. Koleżanki sprawdzały, czy wszystko w porządku. Bez sensacji, bez wielkich słów. Po prostu z uważnością.

Tak samo było po jednym ze zgrupowań, kiedy dostała piłkę w głowę. Nic poważnego się nie stało, ale puściły emocje. Ewa rozplakała się bardziej z napięcia i zaskoczenia niż z bólu. Wtedy Marlena, koleżanka z drużyny, krzyknęła, żeby wstawała i broniła, bo zaraz będzie kolejny strzał.

- Najpierw się zdenerwowałam, a potem zrozumiałam, że miała rację. Na meczu nikt nie będzie czekał, jeśli sędzia nie przerwie gry. Trzeba się pozbierać i grać dalej. Po wszystkich dziewczyny pytały, jak się czuję. To było wsparcie, tylko

podane po sportowemu - dodaje.

Warta jako druga rodzina

Marlena Olszewska sama o Warcie mówi krótko: rodzina. Do Poznania trafiła z reprezentacji, kiedy kobiecie zawodniczki zostały podzielone między dwa kluby: Furię Warszawa i Wartę Poznań. Wybrała Poznań, bo miała bliżej, ale też dlatego, że to miasto było jej już znane. Tu się protezuje, tu łatwiej jej organizować sportowe życie.

Pochodzi z Głuchowa w Wielkopolsce. Trzy lata temu, w wieku 43 lat, miała wypadek w pracy. Wjechał w nią wózek widłowy. Straciła nogę. Nie ukrywa, że psychicznie było i nadal bywa trudno. Amp futbol stał się dla niej nie tylko sportem, ale też formą porządkowania życia po wypadku.

- Warta to jedna wielka rodzina. Dziewczyny bardzo szybko się zgrały. Przyjeżdżam tutaj i mogę sobie wiele rzeczy poukładać w głowie. To jest też dla mnie forma terapii - mówi Marlena.

W piłkę wcześniej nie grała. Dzisiaj sama śmieje się z tego, że kiedyś trzymała się od niej daleko, a teraz mocno się zaangażowała. Dwa razy w tygodniu ma siłownię, dwa razy bieganie, do tego gra na orliku. Jest ambitna, chce się uczyć i chce być coraz lepsza.

- Najważniejsze jest dla mnie to, żeby nauczyć się dobrze grać. Wysoko stawiam sobie poprzeczkę, ale wierzę, że dam radę. Amputacja nie jest dla nas przeszkodą - podkreśla.

Nie zostać samemu w domu

Emilia Duda z Chrzypyska Wielkiego także musiała poukładać życie od nowa. Gdy miała 41 lat, dowiedziała się, że choruje na nowotwór. Ampu-

FOT. WALDEMAR WYŁEGAŁSKI

tacja nogi na wysokości uda zmieniła codzienność, ale nie odebrała jej potrzeby ruchu. Wcześniej była aktywna: grała w siatkówkę, miała amatorską drużynę, grała w tenisa stołowego i ziemnego, jeździła na rowerze, sędziowała mecze piłki nożnej. W samą piłkę jednak nie grała.

Teraz uczy się jej od podstaw. Jest prawonożna, a grać musi lewą nogą. Mówi o tym bez narzekania, raczej z zadaniowym spokojem. Trzeba się nauczyć, trzeba powtarzać, trzeba dać sobie czas.

- To jest dostosowanie sportu do swoich możliwości. Każda z nas ma inną historię: jedna straciła kończynę w wypadku, druga przez chorobę. Ale na boisku jesteśmy zespołem. Tu każdy jest częścią drużyny - mówi Emilia.

Dla niej najważniejsze jest to, żeby nie zostać samemu w domu. Zna taki moment, kiedy człowiek może zamknąć się w czterech ścianach i odciąć od świata. Dlatego dziś tak mocno podkreśla rolę ludzi: rodziny, znajomych, drużyny.

- Miałam bardzo duże wsparcie po amputacji. To dało mi siłę, żeby wstać z łóżka i iść do przodu. Jestem rok po chemii, cały czas walczę, ale mam nadzieję, że najgorsze jest już za mną - mówi.

Kobieca drużyna Warty Poznań działa od niedawna, ale zawodniczki szybko złapały wspólny rytm. Trenują osobno, ale mają też możliwość grania z mężczyznami. To ważne, bo tempo i siła są wtedy większe. Poprzeczka idzie wyżej.

- Oni pokazują nam, że bariery nie muszą nas zatrzymywać. Kobieta może zagrać z mężczyzną, jeśli jest przygotowana i chce pracować. Ten sport nas jednoczy - dodaje Emilia.

Powrót do piłki

W męskiej drużynie podobną drogę powrotu do piłki przeszedł Jakub Tomaszewski z Koła. Gra z przerwami od kilku lat, ale dopiero poprzedni sezon był dla niego prawdziwym debiutem w turniejach. Wcześniej przez dziewięć lat grał w piłkę w miejskim klubie sportowym. Po wypadku w pracy, w którym stracił nogę, oglądał mecze reprezentacji Polski w amp futbolu i postanowił spróbować.

- Ten sport daje mi spełnienie marzeń. Z piłką zawsze byłem związany. Nie byłem na tyle dobry, żeby zostać zawodowcem, ale teraz mogę to kontynuować. Jest radość i spełnienie, ale też dużo pracy - mówi Jakub.

Praca rzeczywiście jest intensywna. Zgrupowania i turnieje to tylko część sezonu. Reszta zależy od zawodników: trening indywidualny, bieganie, siłownia, praca z piłką, regeneracja. Jakub mówi, że największym wyzwaniem jest sa-



Jakub (po lewej) i Oktawian (po prawej) reprezentują męską część sekcji amp futbolu Warty Poznań

modyscyplina. Trzeba ćwiczyć także wtedy, gdy nie ma obok trenera i drużyny.

Na boisku nie wystarczy sama chęć. Potrzebna jest kondycja, siła ramion, sprawne barki, dobra technika poruszania się o kulach. Potrzebna jest też cierpliwość, bo organizm po amputacji ma swoje ograniczenia, a kontuzja jednej kończyny czy przeciążenie barku może wyłączyć zawodnika z gry.

Przełamać własne bariery

Młodsze pokolenie w Warcie reprezentuje Oktawian Śniowski z Gorzowa. Ma 21 lat, studiuje dietetykę i jest wicekapitanem zespołu. Do amp futbolu trafił trochę przypadkiem. Wiedział, że istnieje taka dyscyplina, ale dopiero kiedy ktoś spotkał go na mieście i zostawił numer telefonu, spróbował naprawdę.

Gra od 2020. Najpierw trafił do kadry juniorów, później do młodzieżówki. Pierwsze zgrupowanie zapamiętał bardzo dobrze, bo szybko przekonał się, ile ten sport wymaga.

- Jeszcze dobrze nie umiałem chodzić o kulach. Po samej rozgrzewce nie miałem już siły. Wtedy zobaczyłem, jak mocno pracuje całe ciało - wspomina.

Wcześniej przeszedł leczenie onkologiczne. Nowotwór wykryto w obrębie stopy. Była biopsja, leczenie, potem decyzja o amputacji i chemioterapia uzupełniająca. Dziś Oktawian jest po pięcioletniej obserwacji i raz w roku jeździ na badania kontrolne. O chorobie mówi spokojnie, ale nie udaje, że dla młodego człowieka było to łatwe doświadczenie.

Najtrudniejszy był nie tylko ból czy szpital. Było też odcięcie od rówieśników, wstyd przed wyjściem z domu, uczenie się siebie po amputacji. Pomogli rodzice, bracia, znajomi. Ważne było to, że przyjęli go naturalnie. Z czasem pojawił się dystans, żarty, zwykłość.

- Dla młodego człowieka to mocno działało na psychikę. Sama akceptacja po amputacji była trudna. Ale miałem bardzo duże wsparcie. To naprawdę dużo daje - mówi Oktawian.

Amp futbol pomógł mu tę akceptację osadzić w codzienności: trening, zgrupowanie, mecz, studia, badania kontrolne, kolejny sezon. Oktawian interesuje się żywieniem, dlatego wybrał dietetykę. Śmieje się, że sport i jedzenie dobrze się łączą. Na boisku mówi już jednak jak zawodnik: chce być gotowy, chce się rozwijać, chce pomagać drużynie. Jako wicekapitan wie, że odpowiedzial-



Od lewej: Marlena, Ewa i Emilia. Każda ma inną historię, ale na boisku grają w jednej drużynie

ność nie kończy się na własnej formie. Trzeba też pilnować atmosfery, wspierać nowych, dawać przykład. Nie wielkimi słowami, tylko obecnością i pracą.

- Chyba każdy chce wygrać. Ja też chciałbym mieć sukcesy w tym sporcie. Wiem, że muszę jeszcze więcej pracować, jeśli chcę być gotowy na kolejne powołania - przyznaje.

Mówi o nieporównywaniu się z innymi. Zwłaszcza dziś, kiedy media społecznościowe stale pokazują cudzą sprawność, cudzy wygląd i cudze sukcesy. Oktawian mówi o tym otwarcie: jeśli ktoś chce wyjść na dwór, pójść na basen, założyć krótkie spodenki mimo protezy albo braku nogi, powinien to zrobić.

- Najważniejsze to przełamać bariery, które człowiek sam sobie nakłada. Często najbardziej ograniczamy się sami - podkreśla.

Drużyna, do której można dołączyć

To tylko kilka historii z większej drużyny. W sekcji amp futbolu Warty Poznań jest dziś 26 zawodniczek i zawodników: około 12 kobiet i 14 mężczyzn. Część dziewczyn nadal łączy grę w kobiecym zespole z obecnością w kadrze meczowej

mężczyzn, bo w tym środowisku rozwój jednej grupy ma ciągnąć w górę także drugą.

Warta Poznań rozwija amp futbol od 2019 roku. Kacper Pyto, związany z sekcją organizacyjnie i trenersko, mówi, że pomyślał o potrzebach lokalnego środowiska. Jeden z byłych zawodników i były trener szukali miejsca, w którym można byłoby otworzyć sekcję. Warta okazała się klubem gotowym przyjąć taką inicjatywę.

- Nasz klub zawsze lubił nieoczywiste projekty. Mamy też blind football, czyli piłkę nożną dla osób niewidomych i niedowidzących, więc amp futbol dobrze wpisał się w nasze myślenie o klubie - mówi Kacper Pyto.

Początki nie były proste. Zawodników szukano na różne sposoby. Kacper wspomina, że zdarzało mu się podchodzić do osób z protezą na ulicy i pytać, czy już trenują albo czy chciałyby spróbować amp futbolu. Ten sposób nie zawsze działał. Wiele osób miało już swoje dyscypliny albo nie było gotowych na zmianę. Lepszy okazał się internet: fora, zbiórki, kontakty przez środowisko.

Dziś do Warty wciąż można dołączyć. Klub szuka osób po amputacjach i z dysfunkcjami kończyn, które chciałyby

spróbować swoich sił na boisku - niezależnie od tego, czy wcześniej grały w piłkę, czy dopiero chcą zobaczyć, jak wygląda ten sport. Na początku nie trzeba mieć doświadczenia ani pełnego przygotowania. Ważniejsze są chęci, gotowość do pracy i odwaga, żeby przyjść na pierwszy trening.

A pierwszy trening szybko pokazuje, że amp futbol nie jest spokojniejszą wersją piłki nożnej. Różni się od niej przede wszystkim sposobem poruszania się zawodników. Gracze z pola występują bez protez i biegają o specjalnych kulach, a piłkę prowadzą oraz uderzają jedną nogą. Bramkarze mają z kolei dysfunkcję kończyny górnej, bronią jedną ręką i nie mogą opuszczać pola karnego. Mniej jest też boisko i bramka, a mecze są krótsze, za to bardzo intensywne. Liczą się szybkość, siła ramion, technika poruszania się na kulach i decyzje podejmowane w ułamku sekundy.

Chodziło więc nie tylko o zbudowanie drużyny. Równie ważne było stworzenie miejsca, w którym osoby po amputacjach albo z dysfunkcjami mogłyby poczuć się bezpiecznie i normalnie. W ostatnich sezonach do sekcji dołączali kolejni zawodnicy. Dla klubu to sygnał, że środowisko rośnie, ale też zobowiązanie: trzeba zapewnić treningi, opiekę, organizację wyjazdów, sprzęt i ludzi, którzy będą prowadzić zespół.

- Chcieliśmy pomóc ludziom wyjść do innych i znaleźć środowisko, w którym będą się dobrze czuli. To było dla nas bardzo ważne - dodaje Kacper Pyto.

W tej drużynie ciepło nie wyklucza wymagań. Zawodnicy mówią o rodzinnej atmosferze, ale na boisku nie ma udawania. Jeśli piłka leci, trzeba ją odbić. Jeśli akcja trwa, trzeba biec. Jeśli zawodnik upadnie i nic poważnego się nie stało, musi wstać. Nie dlatego, że ktoś lekceważy ból. Dlatego, że to jest sport.

Są przepisy, tabela, przeciwnicy, punkty. Są mecze z drużynami z Krakowa, Warszawy, Wrocławia czy Rzeszowa. Są turnieje w różnych miastach, a każdy wyjazd jest sprawdzianem przygotowania. Bo choć za każdym zawodnikiem stoi osobna historia, na boisku najważniejsze są już forma, technika, taktyka i odpowiedzialność za drużynę.

Dlatego zawodnicy nie chcą, by patrzeć na nich wyłącznie przez pryzmat niepełnosprawności. Owszem, każda historia ma swój trudny początek: chorobę, wypadek, amputację, długą rehabilitację, czasem lęk przed wyjściem z domu. Ale na treningu najważniejsze są podanie, strzał, ustawienie, reakcja, wytrzymałość. W szatni - żarty, zmęczenie i zwykły rozryw. Na meczu - wynik.

ŚMIERĆ ADOLFA EICHMANN, ARCHITEKTA HOLOKAUSTU

W nocy z 31 maja na 1 czerwca 1962 roku w słynnym więzieniu Ramli w Izraelu stracono – po długim procesie – SS-Obersturmbannführera Adolfa Otto Eichmanna. Jego prochy rozsypano, by nie było grobu zbrodniarza

Mariusz Grabowski

Egzekucję hitlerowca przeprowadzono minutę po północy, bezpośrednio po tym, jak prezydent Izraela Icchak Ben-Zwi odrzucił jego prośbę o ułaskawienie.

Zabić czy nie?

W czasie głośnego procesu, który był transmitowany na cały świat przez radio i telewizję, Eichmann został uznany winnym zbrodni „przeciwko ludności żydowskiej, zbrodni wojennych, zbrodni przeciwko ludzkości oraz przynależności do zbrodniczych organizacji”. Choć część zarzutów została oddalona, ława sędziowska uznała go winnym, fanatycznym antysemitą, głęboko zaangażowanym w proces tak zwanego ostatecznego rozwiązania.

Werdykt odbił się szerokim echem na świecie. Do prokuratora generalnego napłynęło wiele listów potępiających wyrok, lecz także wyrażających satysfakcję. Wielu polityków, filozofów, historyków z Izraela i z zagranicy naciskało, by prezydent ułaskawił skazanego. Zebrał się nawet gabinet, któremu przewodniczył Ben Gurion, by rozpatrzyć kwestię: czy w tym jedynym przypadku można zastosować nieistniejącą w kodeksie karę śmierci.

29 maja 1962 roku apelacja adwokatów Eichmanna została odrzucona i wyrok został utrzymany w mocy.

Prawo i polityka

Proces 55-letniego Niemca rozpoczął się 11 kwietnia 1961 r. w Jerozolimie. Głównym oskarżycielem był Gidon Hausner, prokurator generalny Izraela, a obrońcą dr Robert Servatius, prawnik z Kolonii, którego wynagrodzenie opłacone zostało przez Izrael i RFN. W trakcie procesu przesłuchano 112 świadków oraz zaprezentowano setki dokumentów stanowiących dowód na rolę Adolfa Eichmanna w przeprowadzeniu zagłady Żydów.

„Proces Eichmanna – pisze historyk Krzysztof Persak – miał dwa cele, nie całkiem ze sobą zgodne. Z jednej strony chodziło o osądzenie Eichmanna za popełnione czyny – a zbrodnie, w których osobiście uczestni-



Na procesie było obecnych 700 dziennikarzy z całego świata. Wielu publicystów uznało proces za zbyt zbiurokratyzowany i niepokazujący całego zła Eichmanna

czył, z pewnością były wystarczającą podstawą do skazania”.

Wbrew jednak temu jak go przedstawiano, nie był głównym organizatorem Zagłady. Tymczasem w zamyśle władz Izraela jego proces miał posłużyć jako ważny instrument państwowej polityki historycznej. Prokurator Gideon Hausner i premier Dawid Ben Gurion chcieli przekształcić proces Eichmanna w wielki historyczny sąd nad mordercą Żydów.

„Chodziło im o nakreślenie całościowego obrazu Zagłady, pokazanie światu ogromu cierpień Żydów, a także o opowiedzenie o ich poświęceniu i aktach oporu” – dowodzi Persak.

Proces był wydarzeniem

Na procesie było obecnych 700 dziennikarzy z całego świata. Powstało wiele dzieł literackich, filmów i sztuk teatralnych dotyczących tego wydarzenia. Wielu komentatorów i publicystów uznało proces za nieudany – jako za zbyt zbiurokratyzowany i niepokazujący

prawdziwego Eichmanna – wroga ludzkości.

Aktem oskarżenia, w którego redagowaniu uczestniczył ponoć sam premier Ben Gurion, objęto w zasadzie wszystkie etapy Zagłady. Eichmannowi przypisano główną odpowiedzialność również za zbrodnie, w których bezpośrednio nie uczestniczył ani ich nie organizował, np. masowe egzekucje Żydów na Wschodzie prowadzone przez Einsatzgruppen czy oznaczoną kryptonimem „Reinhard” operację wymordowania Żydów w Generalnym Gubernatorstwie.

Było to miejscami prawniczo wątpliwe i przewodniczący sądu Mosze Landau kilkakrotnie zwracał prokuratorowi Gideonowi Hausnerowi uwagę, by „ściślej trzymał się osobistej roli podsądnego”. Prokurator bowiem luki w materiale dowodowym często pokrywał retoryką.

Hitlerowiec buddysta

Przez cały czas procesu Eichmann utrzymywał, że był

przede wszystkim Nietzsche, i buddyzmowi. Twierdził, że absurdałne było, że wszechmogący Bóg pozwolił ukrzyżować Swego Syna.

Uważał, że droga do Boga nie prowadziła przez Chrystusa i przejawiał wiarę w fatalizm i panteizm. Według niego Bóg zwalniał człowieka z moralnych rozterek. Widział wszechświat na kształt konferencji w Wannsee. Szefostwo SS (czyli bogowie) podjęło decyzję, a on „jedynie wypełniał ich rozkazy”.

„Nie bronił się, nie płakał”

Wróćmy do momentu przed egzekucją. Po otrzymaniu informacji o odrzuceniu apelacji i powrocie do celi skazany napisał kilka listów do rodziny i wypił pół butelki czerwonego wina Carmel. Przed północą do celi przyszedł pastor Hull, z którym Eichmann często dyskutował o religii. Skazany powiedział do niego: „Nie będę dzisiaj z panem dyskutował o Biblii. Nie mam wiele czasu do stracenia”. W celi pojawił się następnie Rafi Eitan – agent Mosadu, który skłócił zbrodniarza. Ten spojrział na niego i powiedział po niemiecku: „Mam nadzieję, że będziesz następny”.

Wykonawcę wyroku śmierci przez powieszenie wybrano spośród strażników więziennych w drodze losowania. Los padł na pochodzącego z Jemenu Shaloma Nagara. „Eichmann nie bronił się, nie płakał, nie drżał” – wspominał Nagar. „Stałem kilka kroków od niego i patrzyłem mu prosto w oczy”.

Prochy rozwiął wiatr

Eichmanna zaprowadzono do sali straceń, gdzie wypowiedział ostatnie słowa. Wedle świadectw brzmiały: „Sieg heil Deutschland! Sieg heil Argentinien! Sieg heil Österreich! To są te trzy kraje, z którymi byłem najbardziej związany i których nie zapomnę. Pozdrawiam mą żonę, moją rodzinę i mych przyjaciół. Jestem gotowy. Spotkamy się ponownie wkrótce, bo taki jest los wszystkich ludzi. Umieram, wierząc w Boga”. W ostatniej woli skazaniec poprosił o białe wino i odmówił założenia worka na szyję.

Uznano ten gest za oznakę, że nie boi się swojego losu.

Shalom Nagar wspominał, że przygotowując zwłoki do kremacji, nie wiedział, że u uduszonej osoby w płucach pozostaje powietrze. Gdy uniósł zwłoki do góry, wydobył się z nich makabryczny odgłos, coś jak „grrrrreerrere”, co wedle niego zabrzmiało jak „Jemeńczyku”.

Ciało Eichmanna spalono w przygotowanym krematorium niedaleko plaży, a jego prochy rozrzucono nad międzynarodowymi wodami Morza Śródziemnego.

Spór po latach

Proces Adolfa Eichmanna do dziś wzbudza emocje. Już w 1963 r. ukazała się książka „Eichmann w Jerozolimie: rzecz o banalności zła” autorstwa niemieckiej filozof Hanny Arendt. Opisowała kulisy procesu i pisała, że „Eichmann działał bezmyślnie, niczym trybik w nazistowskiej maszynie zagłady. Był jedną z wielu podobnych sobie jednostek”.

Pół wieku później do kwestii procesu wrócił reżyser i badacz Holokaustu Claude Lanzmann. „Proces Eichmanna w roku 1962 w Jerozolimie został przeprowadzony skandalicznie źle i przez ignorantów” – mówił w wywiadzie dla „Nwsweeka” w 2014 r. „To był polityczny show zamówiony przez Ben Guriona, mający stanowić akt założycielski państwa Izrael. Nikt nie szukał prawdy i nikt nie pracował tak jak należy. Sędziowie i prokuratorzy wszystko mieszały: nie odróżniali getta w Chełmie od obozu zagłady w Chełmie. (...) Rzekoma »banalność zła« to jedynie banalność konkluzji pani Arendt. Eichmann był fanatycznym antysemitą, na dodatek niewiarygodnie skorumpowanym. Kochał pieniądze. Był gotowy na wszystko, żeby je zdobyć”.

Zadzwoił telefon

„Przez rok miałem koszmary” – wspominał wykonawca wyroku, zmarły w 2024 roku Shalom Nagar. Spokój przywróciła mu religia. Przeniósł się do nowego osiedla żydowskiego na Zachodnim Brzegu Jordanu, zamieszkanego przez radykalnych osadników; walczył podczas wojny siedmiodniowej.

W 1994 r. Nagar modlił się w synagodze, gdy w pobliżu żydowski fanatyk zastrzelił przy grobie patriarchy Abrahama 29 muzykmanów. W obawie przed zemstą Palestyńczyków sprzedał dom i powrócił do Holonu.

W 1988 r. zadzwonił do niego dawny szef więzienia Ramli. „Chcesz wykonać wyrok na Johnie Demianiuku?” – usłyszał w słuchawce. Ukraiński oprawca z obozu zagłady w Sobiborze został właśnie skazany na śmierć. Tym razem Szalom Nagar odmówił...

MATERIAŁ INFORMACYJNY GMINY WASILKÓW

0011529404

Wasilków stawia na zdrowie, edukację i rozwój.

Burmistrz Adrian Łuckiewicz o przyszłości gminy

Dermobus, programy profilaktyczne, inwestycje w edukację i nowe miejsca do życia - Wasilków konsekwentnie rozwija się jako gmina przyjazna mieszkańcom w każdym wieku. O zdrowiu, rosnącej liczbie mieszkańców, rozbudowie szkół i o planach na przyszłość mówi burmistrz Adrian Łuckiewicz.

W maju Wasilków odwiedził dermobus. Dlaczego gmina zdecydowała się dołączyć do akcji #BadajŁatki?

Jesteśmy gminą, która stawia na świadomość mieszkańców. Warto podejmować działania prozdrowotne, a właśnie taka jest akcja badania znamion. Może te badania pomogą komuś szybciej zdiagnozować niepokojące zmiany, dzięki czemu uratują jego zdrowie i życie.

Jak jeszcze dbacie o zdrowie swoich mieszkańców?

Dermobus to jedno z wielu działań prozdrowotnych realizowanych przez gminę. Prowadzimy m.in. program profilaktyki otyłości w klasach czwartych szkół podstawowych. Wcześniej, zanim pojawiły się rozwiązania systemowe na poziomie rządowym, finansowaliśmy też szczepionki przeciwko grypie dla seniorów przez 5 lat. Dbamy również o kondycję psychiczną naszych mieszkańców - zapewniamy bezpłatną pomoc psychologiczną dla osób w każdym wieku. Dofinansowujemy szereg zajęć ruchowych - przykładem mogą być otwarte treningi biegowe, które odbywają się w każdy czwartek. Zdrowie mieszkańców jest bardzo ważne - zarówno społecznie, jak i ekonomicznie. Im dłużej żyją w zdrowiu, tym lepiej funkcjonuje cała wspólnota.

Czyli zdrowa gmina to gmina prężnie działająca?

Uważam, że tak. Dobre zdrowie pozwala działać skuteczniej, podejmować więcej aktywności i po prostu lepiej funkcjonować.

Zainteresowanie akcją badania znamion było w Wasilkowie bardzo duże. Czy mieszkańcy mogą liczyć na to, że tego typu przedsięwzięcie będzie więcej?

Zawsze jesteśmy otwarci na takie inicjatywy. To nie tylko możliwość wykonania badań, ale też ważny wymiar edukacyjny. Pokazujemy dobry przykład i przypominamy mieszkańcom, jak ważna jest profilaktyka. Wcześniej pomagiliśmy zrealizować badania pod kątem ryzyka cukrzycy typu 1 u dzieci. Wzięło w nich udział ponad 300 osób - więcej niż w jakimkolwiek innym mieście województwa. To pokazuje, że mamy otwartą społeczność i warto organizować takie przedsięwzięcia.

Wasilków jest „młoda gmina”. Było to widać choćby po kolej-



ce do dermobusa - pojawiło się w niej sporo młodych osób. Z czego to wynika?

Tak, jako gmina jesteśmy społecznością stosunkowo młodą, ale jednocześnie długowieczną. W tym roku aż sześćcioro mieszkańców związanych z naszą gminą kończy sto lat. Myślę, że dobrze wykorzystujemy nasz potencjał. Mamy stały przyrost liczby mieszkańców. Napływają do nas osoby z różnych części województwa, ale też zdarzają się indywidualne migracje z innych regionów kraju. To świadczy o tym, że mamy bardzo dobre warunki do życia. Nominalnie mamy największy przyrost liczby mieszkańców w województwie, więc uważam, że świadczy to wprost o tym, że mamy wysoką jakość życia w naszej gminie. I oczywiście cały czas staramy się ten standard podnosić.

W jaki sposób?

Mamy wiele wydarzeń kulturalnych, bardzo dobrą edukację i rozwiniętą komunikację publiczną. Pamiętam artykuł w „Kurierze Porannym” sprzed ponad 20 lat zatytułowany „Wasilków się kocha”, w którym opisywano nas jako miejsce pełne młodych rodzin z dziećmi. Myślę, że ten trend nadal jest bardzo silny. Staramy się być gminą prorodzinną. Mamy samorządowe becikowe, dofinansowania do żłobków w ramach Karty Wasilkowianina, budujemy żłobek samorządowy. Wcześniej otworzyliśmy przedszkole i rozbudowaliśmy szkołę w Studziankach. Kolejne wyzwania też już przed nami, bo dzieci po prostu się w szkołach nie mieszczą.

Macie w planach budowę nowej placówki?

To oczywiście pozytywne zjawisko, ale jednocześnie duże wyzwanie. Wraz z napływem nowych mieszkańców trzeba rozwijać bazę edukacyjną, komunikację publiczną i kolejne inwestycje.

Mówimy o najmłodszych, ale wspomnieli pan też o seniorach. Jak gmina dba o swoich starszych mieszkańców?

Mamy naprawdę wiele przedsięwzięć dedykowanych seniorom. Działa Rada Seniorów, bardzo prężnie funkcjonuje Wasilkowskie Centrum Seniora i Centrum Usług Społecznych. Organizowanych jest mnóstwo zajęć, warsztatów i aktywności. Mam wrażenie, że w Wasilkowie seniorzy przeżywają drugą młodość. Dzięki takim inicjatywom przeciwdziałamy też jednemu z największych problemów naszych czasów, czyli samotności. Seniorzy wychodzą z domu, spotykają się z innymi ludźmi, rozwijają pasje i czują się potrzebni.

Coraz więcej osób stawia na Wasilków, jako na miejsce do życia. Teraz, za sprawą modernizacji zalewu, można spodziewać się, że będzie rosła także liczba tych, którzy wybierają wasze miasto na miejsce do wypoczynku na plaży i letniej ochłody.

Zdecydowanie. Uważam, że całkowicie zmieniliśmy charakter tego miejsca. W miejscu dawnych baraków i zarośli powstała nowoczesna przestrzeń, z której jestem naprawdę dumny. Mamy tężnię solankową, która cieszy się popularnością wśród seniorów, ale nie tylko. Jest plaża z ratownikiem, będzie wodny plac zabaw dla dzieci. To miejsce dla wszystkich grup mieszkańców. Liczby pokazują, że ludzie chcą tam spędzać czas - w szczycie ubiegłego

go sezonu odwiedzało zalew nawet trzy tysiące osób dziennie. Myślę, że teraz będzie ich jeszcze więcej. Cała inwestycja to efekt pracy wielu ludzi - od stworzenia dokumentacji, pozyskania środków, realizacji inwestycji, po bieżące utrzymanie obiektu przez pracowników urzędu i Zakładu Gospodarki Komunalnej.

W przyszłości osób odwiedzających gminę może być jeszcze więcej. A to za sprawą planów budowy pola golfowego.

Tak. Na granicy obrobów Nowodworce i Wasilków znajduje się wspólnota gruntowa obejmująca ponad 75 hektarów. Przez wiele lat teren ten był niewykorzystywany. Mieszkańcy zwrócili się do mnie z prośbą o uporządkowanie sytuacji i dostrzegłem tam potencjał do stworzenia pola golfowego. Wiedziałem, że wcześniej podobne pomysły rozważał Białystok, ale tamte lokalizacje były mniej korzystne. Nowodworce mają bardzo dobre położenie i świetną dostępność komunikacyjną. Pomysł spodobał się prezydentowi Białegostoku Tadeuszowi Truskolaskiemu i od ponad roku wspólnie pracujemy nad tym projektem. Powstaje już masterplan całego przedsięwzięcia. Zależy mi, żeby było to miejsce otwarte i dostępne dla mieszkańców, z poszanowaniem przyrody i ekologii. Chcemy zagospodarować teren, który dziś jest niewykorzystany, a jednocześnie stworzyć przestrzeń atrakcyjną dla ludzi. Uważam też, że pole golfowe może być dużą szansą rozwojową dla całego regionu. Taka inwestycja generuje miejsca pracy, przyciąga inwestorów i może pozytywnie wpłynąć na markę Wasilkowa, Białegostoku, jak i całego województwa podlaskiego.



Szkoda życia - dlatego Michałowo stawia na profilaktykę

Michałowo po raz kolejny angażuje się w działania promujące profilaktykę zdrowotną. Samorząd nie tylko dołączył do akcji #BadajŁatki, ale także regularnie wspiera mieszkańców poprzez programy badań i inicjatywy prozdrowotne. O tym, dlaczego warto inwestować w profilaktykę, jak zmienia się rola samorządów i dlaczego – jak sam mówi – „szkoda życia”, rozmawiamy z burmistrzem Michałowa Markiem Nazarko.

Dlaczego Michałowo włączyło się w akcję #BadajŁatki?

- Tego typu akcji prozdrowotnych robimy bardzo dużo. W tym roku na przykład zamierzamy wykupić około 200 badań dla naszych mieszkańców. Chętni będą mogli przebadać się, jeżeli chodzi między innymi o nowotwory. Będą to badania zarówno dla kobiet, jak i dla mężczyzn. Mężczyźni będą mogli wykonać badania pod kątem raka prostaty. Będą też badania pod kątem raka jelita grubego, a jeśli chodzi o kobiety - diagnoza raka jajnika i raka sutka. W pakiecie tych badań jest też rak trzustki i dróg żółciowych. Pochylimy się też nad takimi zagadnieniami, jak na przykład stres czy bezsenność. Dwa badania opłaca samorząd, a resztę, jak ktoś chce, może dokupić.

Pewnie wielu tak zrobi, żeby mieć komplet badań, na którym mu zależy.

- Dokładnie. Tu chodzi o zmobilizowanie, bo czasami nam się nie chce, albo szukamy wykrętów. A tu już jak ktoś nam dwa badania opłacił, to jest powód, żeby wykupić kolejne. I żeby w ogóle te badania wykonać. Myślę, że taka profilaktyka, rola samorządów w niej jest bardzo ważna. Jestem burmistrzem od 2002 roku. Kiedyś samorządy to był GOPS, to była pomoc, bo ludzie nie mieli pracy. Dzisiaj ten poziom życia społeczeństwa jest o wiele wyższy i rola samorządów też zmienia się w kierunku infrastruktury, tworzenia warunków, dbania o szkolnictwo.



Możemy wprowadzać szersze usługi i dawać propozycje chociażby jeśli chodzi o zdrowie.

Wspomniał pan o akcjach profilaktycznych, o badaniach, które zamierzacie wykupić, żeby były dostępne dla mieszkańców. A ja chciałam zapytać o te akcje profilaktyczne, które już za nami albo do których powracacie cyklicznie. Czy jest coś takiego w Michałowie?

- Robimy cyklicznie różnego rodzaju badania czy szczepienia, chociażby przeciwko kleszczom.

Rozmawiałam ostatnio z burmistrzem Moniek. Mówił mi o tym, że rolą samorządów jest znaleźć do-

finansowanie na tego typu akcje profilaktyczne. I że takie akcje trzeba robić - chociażby w myśl zasady „lepiej zapobiegać niż później leczyć skutki”.

- Tak! Gdybyśmy my, jako samorządy, robili to sami, na pewno by to kosztowało drożej. Ale kiedy są firmy, które robią takie akcje w porozumieniu, w paru gminach, a do tego szukają innych sponsorów, to wtedy jest o wiele taniej. Dlatego do takich akcji przystępujemy.

Jak pan myśli, czy mieszkańcy, którzy czują się zaopiekowani przez samorządy - również pod względem zdrowotnym - doceniają ten fakt? Z jakimi opiniami na ten temat się pan spotyka?

- Powiem szczerze, że jest różnie. Jak to w życiu. Są na pewno tacy, którzy doceniają. Ale zdarzają się też tacy, którzy mają troszkę inne podejście do życia, bardziej zgorzkniałe. Zawsze mówię, że na świecie żyje i policjant, i złodziej. I grzesznik, i ksiądz. Ważne jest tylko, żeby takich zgorzkniałych, narzekających ludzi do władz nie wybierać. Obojętnie, czy to są władze samorządowe, czy to są władze szczebla centralnego. A nawet niech to będą władze szkolne, typu Rada Rodziców, czy inne. Lepiej jest wybierać ludzi pozytywnie nastawionych do życia. Którzy widzą dobrą stronę w drugim człowieku i w różnego rodzaju sytuacjach. I potrafią dodać dobrą stronę do dobrej strony, bo narzekanie i zgorzkniałość nic nie daje.

Faktem jest, że społeczeństwo nam się starzeje. Jak ważna jest profilaktyka w kontekście seniorów?

- Seniorzy o siebie dbają obecnie chyba bardziej od tych młodych! Gdybyśmy mieli powiedzieć, kto więcej korzysta z lekarza, czy z różnych badań, to wystarczy zająć do szpitala i zobaczyć. I to nie jest związane tylko z tym, że jest więcej chorób, bo organizm jest słabszy. Seniorzy mają więcej czasu. I też im się lepiej powodzi teraz niż kiedyś. Z moich obserwacji wynika, że stopień życia emerytów jest lepszy. Wiadomo, że jak się nie ma na jedzenie, to się myśli, jak zjeść. Ale jak już jest i na jedzenie, i na życie, to myśli się więcej i o zdrowiu. I myślę, że rów-

nież z tego wynika fakt, że seniorzy częściej się badają czy biorą udział w akcjach profilaktycznych.

Jak ważna jest profilaktyka? Jak ważne jest dbanie o zdrowie?

- Posłużę się porównaniem. Jest policja kryminalna, jest dochodzeniówka. Ale prewencja jest o wiele ważniejsza! Niedopuszczanie do pewnych rzeczy nie generuje potem nie tylko kosztów, ale nie generuje również problemów. Nie ma tak, że jak dziecko zasłoni oczy, to już nikt go nie widzi. Ono nadal jest, istnieje. Tak samo jest z problemem. Jeśli nie będziemy na niego patrzeć, zbagatelizujemy go, to ten problem nadal jest i nadal istnieje. Ważne jest, żeby sobie uświadomić, że również dla samego zdrowia profilaktyka to podstawa. Ale liczy się też nasz sposób życia. To co jemy sprawia, że później czujemy się w taki czy inny sposób. I wiadomo, że czasem ciężko jest sobie czegoś odmówić, bo jedzenie to jedna z najprzyjemniejszych rzeczy w życiu! (śmiech). Ale jak nad tym zapanujemy, to będziemy mieli mniej chorób, mniej dolegliwości. Wiem to z autopsji. Kiedy udało mi się zrzucić trochę wagi, to i wyniki są zupełnie inne. To jest ważne, żeby o siebie dbać. A dlaczego warto się badać? Ponieważ problem dobrze jest zauważyć wcześniej. Zwracajmy uwagę na najdrobniejsze symptomy i reagujemy. Bo wtedy jest jeszcze czas. I możemy coś zrobić. Najzwyczajniej - szkoda życia. Dlatego stawiamy na profilaktykę i dbamy o siebie.



TEOLOGIA/ZOOLOGIA

Kwestia wielbłądza w Nowym Testamencie

Rozdział 23 Fabrice Hadjadj, autor „Boga i jego menażerii. Summy zooteologicznej”, poświęcił wielbłądom z Biblii. Już z samych zainteresowań autora widać, że to bardzo ciekawy człowiek. 55-letni Żyd z rodziny komunistów fanatyków, którzy aktywnie brali udział w rewolucji 1968 roku. W młodości Hadjadj był ateistą i anarchista, później nawrócił się na katolicyzm i przyjął chrzest. Stało się to w opactwie Saint-Pierre z Solesmes w 1998 r. Uważa się za „Żyda z arabskim nazwiskiem katolickiego wyznania”.

Wszędzie zwierzęta

Na stronach „Boga i jego menażerii” od zwierząt aż gęsto. Ale to nie tylko opowieść zoologiczna, ale przede wszystkim o ludzkim powołaniu i odpowiedzialności. Hadjadj przypomina, że człowiek został ustanowiony strażnikiem tego niezwykłego świata, odpowiedzialnym za troskę o każde żyjące stworzenie. Wskazuje, że – jak pisze – „w prostej obserwacji natury, w śpiewie słowika czy w tajemniczym milczeniu karpia kryje się zaproszenie do uwielbienia i kontemplacji Stwórcy”.

Zwierzęta stają się naszymi przewodnikami, nauczycielami pokory, wdzięczności i uważności, pomagając odkryć piękno i sens naszego istnienia w kontekście stworzenia.

Hadjadj dowodzi, że od ofiarnego barana, który zastąpił Izaaka, przez przemawiającą oślicę Balaama, kruki karmiące Eliasza, aż po wiernego psa Tobiasza – każde z tych stworzeń staje się żywym znakiem Bożej obecności. Jego fantazji i niewyčerpanej szczodrości. Bóg bowiem objawia się w całym swoim stworzeniu, w każdym, nawet najmniejszym detalu.

Wielbłąd? Nieprzypadkowo

No dobrze, a wielbłąd? Dlaczego to wielbłąd stał się tym bytem, który ma się przecisnąć przez ucho igielne, a nie na przykład baran, wół czy osioł? Wielbłąd w Nowym Testamencie pojawia się przecież zaledwie sześć razy.

Słowa Chrystusa o wielbłądzie i uchu igielnym z Ewangelii św. Mateusza są hiperboliczne, kontrastujące największe według ówczesnych wyobrażeń zwierzę z przysłowiowo małą igłą. Nie trzeba wcale łagodzić tego porównania, jak czyniono to w przeszłości, czego ślady znajdujemy w starożytnych manuskryptach.

Zastępowano np. słowo „wielbłąd” z identycznie brzmiącym słowem „sznur” albo odnoszono określenie „ucho igielne” do wąskiego przejścia obok szerokiej bramy miejskiej, przez które wielbłąd mógł się przecisnąć na kolanach po zdjęciu z niego ciężarów.

Wedle Hadjadj Jezus świadomie użył takiej hiperboli. Gdy uczniowie pytali zdziwieni: „Któż więc może się zbawić?”, Jezus wskazuje na moc Bożej łaski. Z ludzkiego punktu widzenia to niemożliwe, ale nie z Boskiego. Ostatecznie, „dla Boga bowiem nie ma nic niemożliwego”.

margra



Fabrice Hadjadj, „Bóg i jego menażeria. Summa zooteologiczna”, wyd. W drodze, Poznań 2026, cena 49,90 zł

WIEŚCI NIE Z TEJ ZIEMI

KATARZYNA
CEREKWICKA

Została mamą

Popularna piosenkarka rzadko dzieli się swym życiem prywatnym w mediach. Powszechnie panowało jednak przekonanie, że jest singielką. Tymczasem niespodziewanie w minionym Dniu Matki ogłosiła, że sama niedawno została mamą i pokazała na Instagramie swoje zdjęcie z malutkim synkiem u piersi. We wpisie zacytowała wiadomość, którą dostała od swojej mamy. Przyznała, że dopiero teraz lepiej rozumie, czym jest macierzyństwo i jak silna potrafi być więź między matką a dzieckiem. Napisała, że narodziny synka całkowicie zmieniły jej codzienność i spojrzenie na świat, a ona sama odkryła w sobie więcej czułości i cierpliwości niż przypuszczała. „Macierzyństwo to najpiękniejsza przygoda mojego życia. Pełna miłości, wzruszeń i szczęścia, którego nie da się opisać słowami” – podsumowała.

OSKAR CYMS

Stracił ząb

Młody piosenkarz słynie z energetycznych występów i świetnego kontaktu z fanami. Tak było też i podczas jego koncertu w minioną sobotę na Święcie Kwitnących Jabłoni w Grójcu. Żywiolowy piosenkarz szalał na scenie i kręcił mikrofonem na wszystkie strony. Nagle przypadkowo uderzył nim w dziąsło, co poskutkowało... wypadnięciem jednego z zębów. Podczas instrumentalnej części piosenki Cymś pospieszenie sprawdził palcem, co się stało i w którym miejscu zrobiła się dziura. Cała sytuacja nie umknęła uwadze jednej z uczestniczek występu, która nagrała wydarzenie telefonem komórkowym i wrzuciła na TikToka. Ceny u stomatologów dziś horrendalne – wszystko wskazuje więc, że piosenkarz będzie musiał przeznaczyć sporą część swego honorarium z występu na wizytę u dentysty.

SEBASTIAN FABIJAŃSKI

Bardzo dba o psychikę

Liczne zawirowania w życiu prywatnym sprawiły, że



FOT. SYLWIA DĄBROWA

Katarzyna Cerekwiczka rzadko dzieli się swym życiem prywatnym. Teraz jednak ogłosiła, że została mamą

młody aktor czasem zaskakiwał swymi publicznymi zachowaniami. Występ w ostatniej edycji „Tańca z gwiazdami” ocieplił jednak jego wizerunek, pokazując od wrażliwej strony. Potwierdza to niedawna rozmowa Fabijańskiego z Plotkiem. Aktor przyznał się, że od pewnego momentu w swym życiu korzysta z pomocy terapeuty, a doświadczenia sprzed lat zmieniły jego podejście do dbania o siebie. – Myślę, że mój pobyt w szpitalu psychiatrycznym swego czasu przyniósł do mojego życia model dbania o psychikę i troszczenia się o nią. Problemy psychiczne są często bardzo wstydliwe – powiedział. I wyjaśnił: – Bardzo długo zwlekałem i doprowadziłem się do takiego stanu, że musiałem po prostu iść do szpitala, bo nie było innej możliwości.

MARCIN PROKOP

Został przyłapany

Od czasu ogłoszenia rozstania z żoną, prezenter jest pod ostrzałem plotkarskich mediów. W efekcie w poniedziałkowe popołudnie został przyłapany przez paparazzich Pudelka w centrum Warszawy. W towarzystwie tajemniczej blondynki spędził ponad dwie godziny w jednej z włoskich restauracji, delektując się wspólnym obiadem. Po zakończonym posiłku para ruszyła w stronę sportowego auta

Prokopa – Porsche 911 Carrera Cabriolet. Następnie oboje odjechali do jednego z mieszkań w centrum miasta, a prezenter niósł ze sobą okazałych rozmiarów turystyczny plecak. Kiedy Pudelek zadzwonił do dziennikarza, aby spytać, kim jest jego znajoma, usłyszał: – To Gosia, naręczona mojego kumpla Karola, para, z którą się przyjaźnię od lat, razem i osobno.

IZABELA JANACHOWSKA

Pokazała braciszka

Celebrytka spodziewa się drugiego dziecka i ochoczo dzieli się z internautami tym wyjątkowym czasem w mediach społecznościowych. W Dzień Matki pokazała nagranie z badania USG, na które zabrała swojego syna. Na filmie można zobaczyć, jak Christopher Alexander, który kilka dni temu świętował siódme urodziny, z zaciekawieniem wpatrywał się w ekran komputera podczas badania USG. W tle słychać wyraźne bicie serca nie narodzonego dziecka. Christopher ponoć bardzo pozytywnie zareagował na wiadomość, że niebawem powita na świecie młodszego brata. – Bardzo się ucieszył. Tak naprawdę bycie starszym bratem to było jego wielkie marzenie. Od początku bardzo przeżywa całą sytuację, dopytuje, interesuje się i już teraz chce opiekować się rodzeństwem – powiedziała Janachowska w TVN.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Horoskop dzienny mówi, że podejmiesz decyzję, która otworzy nowe możliwości w relacjach z ludźmi.

Ryby (19.02 - 20.03)

Spokojna rozmowa przyniesie Ci ulgę i pozwoli uniknąć napięć. Horoskop na dziś zapowiada udany dzień.

Baran (21.03 - 19.04)

Nowe wiadomości poprawią nastrój. Horoskop dzienny na piątek wróży, że zachęca Cię też do działania w sprawach odkładanych od dawna.

Byk (20.04 - 20.05)

Bliska osoba okaże wsparcie. Horoskop dzienny mówi, że potrzebujesz go, by spokojnie zakończyć wreszcie ważną i trudną sprawę.

Bliznięta (21.05 - 21.06)

Twoja energia przyciągnie ludzi gotowych pomóc Ci w realizacji ambitnych planów. Horoskop na dziś wróży, że los będzie Ci sprzyjać.

Rak (22.06 - 22.07)

Precyzja i cierpliwość pozwolą Ci uporządkować różne sprawy. Horoskop dzienny na piątek wróży, że uda Ci się też nadrobić zaległości.

Lew (23.07 - 22.08)

Horoskop dzienny wróży, że miłe spotkanie odmieni Twój humor i przypomni, że warto mówić o swoich uczuciach...

Panna (23.08 - 22.09)

Intuicja pomoże Ci uniknąć błędów i skieruje uwagę na szansę wartą większego zaangażowania. Horoskop na dziś zapowiada, że dobrze na tym wyjdiesz.

Waga (23.09 - 22.10)

Krótka podróż lub nowy kontakt przyniesie inspirację. Horoskop dzienny na piątek mówi, że może to być początek ciekawych zmian.

Skorpion (23.10 - 21.11)

Konsekwencja w działaniu przyniesie efekty. Horoskop dzienny mówi, że zaskoczysz tym nawet najbliższe osoby.

Strzelec (22.11 - 21.12)

Współpraca z kimś kreatywnym pobudzi Cię do działania. Horoskop na dziś wróży, że odkryjesz nowe możliwości.

Koziorożec (22.12 - 19.01)

Horoskop dzienny na piątek mówi, że spokojny wieczór pomoże Ci odzyskać równowagę i przygotować się na nadchodzące wyzwania.

FOTO

komentarz tygodnia



25 MAJA, WATYKAN. **Leon XIV opublikował swoją pierwszą encyklikę. Dokument nosi nazwę „Magnifica humanitas” i jest w dużej mierze poświęcony sztucznej inteligencji. Papież podkreślił w niej, że nowa wirtualna rzeczywistość powinna być dostępna po równo dla wszystkich - nie tylko dla najbogatszych**



26 MAJA, AFRYKA. **Zanotowano już ponad 200 ofiar śmiertelnych wirusa Ebola, która pojawił się w maju w Ugandzie i Demokratycznej Republice Konga. Wpłynie to na ruch turystyczny i na piłkarski Mundial**



26 MAJA, WARSZAWA. **To może być rekord. Na aukcję trafiła praca Magdaleny Abakanowicz „Bambini”. Składa się z 83 figur dzieci, a jej wartość szacuje się na 14-18 mln zł. Obecny rekord to 6,89 mln zł**

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?
Przez internet: ogloszenia.bialystok@polskapress.pl

Biuro Ogłoszeń

Białystok, ul. św. Mikołaja 1
Tel. 85 748 96 02
e-mail: ogloszenia.bialystok@polskapress.pl

Biuro Reklamy Białystok

Białystok, ul. św. Mikołaja 1
reklama.bialystok@polskapress.pl

Nieruchomości

MIESZKANIA DO WYNAJĘCIA

BIAŁYSTOK, św. Wojciecha, 60m², 4-pok, po remoncie. 1700zł, 602620094

DZIAŁKI, GRUNTY SPRZEDAM

BUDOWLANE 1000 -3000m², w powiecie sokólskim, 798-192-039

Handlowe

KOLEKCJONERSTWO, SZTUKA

MONETY i banknoty całego świata, również wycofane z obiegu państw UE, monety PRL; biżuterię, złom złota, srebra. Kupujemy! Sprzedajesz monetę jako złom -przynieś do nas, może być cenna! Sklep Numizmatyczny "Suweren" B-stok, Legionowa 9/1 lok.135.

MASZYNY URZĄDZENIA

SPAWARKA Bester 350, 800zł, heblarka silnik 5kW, 600zł, tel. 602-62-00-94

MATERIAŁY BUDOWLANE

DESKI suche całówki oraz deski 4cm gr. różnej długości tel. 602-62-00-94

OKNA balkonowe, sokólskie, gm.Janów 798-192-039

STEMPLE budowlane, 4m dł, ok. 80szt, drewniane. Białystok 602-62-00-94.

Motoryzacja

OSOBOWE SPRZEDAM

SPRZEDAM samochód HYUNDAI i30 CRDi diesel, rok produkcji 2010, przebieg 123500 km, tel. 692-110-571.

Praca

ZATRUDNIĘ

POMOC domową do starszej osoby z zamieszkaniem i wyżywieniem w Zielonce (ok. Warszawy). Stawka 2000zł na początek. 571-936-377

ZATRUDNIĘ kierowców C+E w transporcie międzynarodowym System 2/1, 12/3 dni Wynagrodzenie pakiet mobilności- 510 zł doba ZUS płacony od 9420 zł Nowa flota pojazdów, naczepy izotermi tel. 731 091 399

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

CIEKNAĆE rynny, malowanie dachów, kominy, naprawy, 797-513-715.

CYKLINOWANIE bezpyłowe, 504-745-006

INSTALACYJNE

ELEKTRYK -awarie, instalacje elektryczne, uprawnienia 608-461-419

HYDRAULIK -solidnie, tel. 668-18-36-66

KOMPUTEROWE

AWARIE -naprawy komputerów, laptopów. Dojazd gratis! 798-922-652

MONTAŻOWE

OKNA, drzwi -producent. Fachowy montaż, najtaniej -sprawdź, tel. 85/652-57-86, 514-505-507

PORZĄDKOWE

PRANIE tapicerki i dywanów. Czyszczenie u klienta. Tel. 518-786-343

Turystyka

KRAJ - GÓRY

Beskidy turnusy 7 dni od 1050 zł z 30% dofin. dla emerytów/ rencistów, tel 501-642-492.

PROMOCJA - pobyt - 95 zł ze śniadaniem. TYLICZ k/Krynicy G., pok. z łaz.+TV, bilard, parking, 730-007-166

KRAJ - MORZE

KOŁOBRZEG blisko morza! 511337308

Różne

ANTYKWARIAT naukowy. Skup księgozbiorów. 506-105-002

KASA za stare książki 609-643-399

ZŁOM kupię, wywożę. 508-127-829, 85/653-79-24

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

Skup ciągników rolniczych, każdy stan. 512-709-001

Skup pras belujących. 512-709-001

AUTOREKLAMA

Polecamy →

SPORTOWY24

Sport to Wy

sportowy24.pl

część Hadesu

żądanie strajkujących

twórca obrazu „Guer-nica”

31

film grozy ciężka zasłona

rzeka na Roz-toczu

kurort na Helu

dawne względy gipsowa masa na ozdoby

muza poezji miłosnej

zięć Mahometa

w ekwi-punku alpi-nisty

domowy forte-pian

aura taktyka walki konnicy

rodzaj kroniki krymi-nalnej

kraj z Ottawą

wiatr równi-kowy

nasia-dówka u szefa

rzadkie imię męskie

pieśń patrio-tyczna

rasa owiec śliwo-daktyl

dopływ Dunaju

narzę-dzie rolnicze

wśród zakonnic

gilza papie-rosa

część balu-strady karnacja

zimowy pojazd

placi czynsz

wąsko-torowa

spec od calek

chro-niony ptak leśny

ciastko z kremem

dodat-kowa procja zupy

stopień pisma haftowa-ny kilim

arab-skie imię męskie

pocisk armatni

kanon moralny słodki napój

żywot-niki rzymska Artemida

gwiazda rocka ...Lozano, trener

wynik doda-wania

Santor lub Kwiat-kowska

ruiny miasta Nabatej-czyków

używa języka migo-wego

zało-gowa część jachtu

rozległy ze szczytu

do wy-najęcia

przypo-mina elipsę Kupidyn

żona Uranosa

wenecki VIP

droga dla turysty

budowla na przy-stanku

najdłuż-sza rzeka Francji

biuro fabryki

mari-huana lub kokaina

rzymska bogini obfi-tości

Jan, malarz entuzjastka, miłośniczka

urząd koś-cielny

kwiat ozdobny imię Gorczyca, aktorki

trwałe łączenie metali

dipol na dachu

partyjny teoretyk

dawny bęben woj-skowy

proszek do prania

wysoki męz-czyzna

lew górski

ostry brzeg

kryjówka bor-suka

indyjska księż-niczka

grzanka z opie-kacza

Francisco, włoski aktor

wielkie ssaki morskie

ba-gienna mgła

roślina jak sułtanat

część twier-dzenia

10 kwintali

modnie się ubiera

23

zwój tkaniny

muza astro-nomii

25

miasto nad Grabią

prezy-dencki sprzeciwi

24

27

28

2

13

nastrój, atmo-sfera

17

masa ludzi rybi tłuszc

18

12

29

4

15

6

7

8

22

19

20

11

30

26

5

21

AUTOREKLAMA

0110989403

Tvoja gazeta
w prenumeracie
z Tele Magazynem

☎ 85 875 07 30

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 33 utworzą rozwiązanie: myśl Józefa Bułatowicza.

ROZWIĄZANIE: NIE KAŻDY PŁYWAŁ JEST W CIEPKU URODZONY.

eprasa.pl 434b2d00c0

Krzyżówka panoramiczna

przewozi pasażerów		antyczny nagrobek	łoskot, stukot	czeski złoty	grzywa- sta owca	koń czystej krwi	duże miasto w Turcji
war- szawska szybka droga	tam- ponik			"Pan ...", epopeja Mickiewicza			
element, czynniki	3						
				stan pogody			pieśń z opery „Flis”
stojące lustro				rzymska Artemida			
wczasy dla dzieci		7					
kwiatowa grządka					mleczny lub kawowy		
				ludowa nazwa koźlarza	indyjski bóg miłości	otoczka, obwódka	łoś pacy- ficzny
stra- żacki drag	ssak futer- kowy, dydelf	duża rzeka azja- tycka	podróżo- wanie kam- perami	chętki, ochota			
				strój, odzień			ciało nie- bieskie
cięża- rówka z NRD	Komo- rowska kamie- nica				prze- pływa przez Liege		
				mieszka w wawel- skim grodzie			
	5				6		8
roz- dział Koranu				Uśmiechnij się! Kowalski dzwoni do szefa: – Czy mógłbym w poniedziałek przyjść do pracy trochę później? – No, dobrze, a kiedy pan przyjdzie? – ... 			
pas- tewna roślina zielna	jutowy na makę	ptak łaknący dżdżu	1				
filmowy barba- rzyńca							
„Jusis, piosen- karka			2				
bohater filmu „Szczęki”	imię Włodar- czyk, aktorki						

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 8 utworzą rozwiązanie: dokończenie dowcipu z okienka.

Krzyżówka A-Ż

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

- A) kraik w Pirenejach (6).
- B) płaskie nakrycie głowy z antenką (5).
- C) lokal z kawą, lodami i kremówkami (9).
- D) towarzyszy królowej w codziennym życiu (6).
- E) rodzaj błyskawicznego zapięcia w kurtce (5).
- F) wymyślnie zakręcony pukiel włosów (4).
- G) dawny rzemieślnik lub pracownik odlewni (5).
- H) bezkrytyczna, impulsywna córka Anieli Dulskiej (5).
- I) rzeka z powieści Czesława Miłosza (4).
- J) ... Górne, największy słodkowodny zbiornik świata (7).
- K) aktor, aktor z filmu „W akcie desperacji” (6).

- L) horror w reżyserii Stanleya Kubricka (8).
- Ł) element małej architektury przy alejce spacerowej (5).
- M) postępowanie pełne kłamstw (8).
- N) rabunek na gościńcu (5).
- O) oserek zysa (4).
- P) popularne określenie telewizora (6).
- R) w portfelu Iranki (4).
- S) grzyb jadalny, gatunek maślaka (5).
- T) jeden z potomków Uranosa i Gai (5).
- U) miś z polskiej animacji (7).
- W) okres życia najlepszy dla mężczyzny (4,5).
- Z) część stodoły, sianiek (6).
- Ż) przed przedszkolem (6).

Krzyżówka z hasłem

1		2		3						4			5			6
	14				6		7		2			4		9		
8				5												15
							9		10				11			
12		8			19											
							13		1							12
	14		15		3	16										
17							18		16	19		20				21
								11					7			
22																
							23									10

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

Poziomo:

- 1) dawny śpiewak wędrowny,
- 7) ... Lubelska na mapie,
- 8) pokryty emalią,
- 9) weekendowy dzień,
- 12) poluje na odyńce,
- 13) plazma krwi,
- 15) inwar lub brąz,
- 17) drapieżny kot,
- 18) królestwo lwa,
- 22) stanowisko pracy,
- 23) rozsadek w działaniu.

Pionowo:

- 1) cieszy sybarytę,

- 2) fedruje pod ziemią,
- 3) gafa towarzyska,
- 4) dawną opłata drogową,
- 5) zboże chlebowe,
- 6) pszczołka z animacji,
- 9) budynek gospodarczy,
- 10) nie dodaje mądrości,
- 11) dwanaście sztuk,
- 14) ... Magellana,
- 15) lokum na towary,
- 16) nagroda filmowa,
- 19) na czele armii,
- 20) rzeka „białych nocy”,
- 21) roślina w akwarium.

Diagram illustrating a 3x4 grid structure with a central orange cell labeled **WIRÓWKA PANORAMICZNA**. The grid contains various phrases in Polish, some with arrows pointing towards the center:

- Top row (left to right):
 - ruchoma część wagi (arrow pointing left)
 - kraj z Brukselą (arrow pointing down)
 - materiał na pomniki (arrow pointing down)
 - pierwszy dźwięk gamy (arrow pointing left)
- Middle row (left to right):
 - dawny worek na wodę (arrow pointing right)
 - WIRÓWKA PANORAMICZNA** (central orange cell)
 - zasłona w szermierze (arrow pointing up)
- Bottom row (left to right):
 - japońska mafia (arrow pointing down)
 - milczący zakonnik (arrow pointing up)
 - ssak leśny, jaźwiec (arrow pointing down)
 - ślubna lub bałowa (arrow pointing down)

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

Duet jolek

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 9 utworzą rozwiązanie.

W przypadkowej kolejności:

- młyn ze śmigłami
- twórca obrazu „Hold pruski”
- faworyt w gonitwie
- ...-Benz, marka samochodów
- flirciarz, bałamut
- kwiat ozdobny
- arкана, tajniki
- kościelny fundator
- kołyska dla malca
- podróżna walizeczka
- oprawa drzwi
- namalował „Dziewczynę z perłą”

Logogryf

1	●	●	●		
2		●	●	●	
3	●	●	●		
4		●	●	●	
5	●	●	●		

Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie: tytuł powieści Jeana d'Ormessona.

- 1) zuch, junak,
- 2) rezydencja magnata,
- 3) przelanie praw na dzieci,
- 4) rytmiczny chód,
- 5) zakrywana kwefem.

Szyfr

8	9	3	12	5
4				11
10	2	1	6	7

Litery z pól od 1 do 13 utworzą rozwiązanie: imię i nazwisko aktorki.

Poziomo:

- 8) urząd podległy biskupowi,
10) magiczna w posiadaniu
Aladyna.

Pionowo:

- 13) stolica Jemenu,
8) pod nim stopa wody.

Krzyżówka

1		2		3
				
4				
				
5				
				
6				
				
7				

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

Pozziomo:

- 1) ... Zbawienia,
- 4) zasada, reguła,
- 5) rezultat, wynik,
- 6) płonie w czasie igrzysk,
- 7) sukulent z Meksyku.

Pionowo:

1. 2. 3) kobiece imiona.

Rozwiązania

Wzrostek, krzyżówka z ha-
 ryzowka panoramiczna:
 slem: Syły nie zna ceny jada;
 wirowka panoramiczna: "za-
 giniony autobus", dueń jolek:
 firmament; logogryf: "Chwała
 cesarstwa", szyfr: Maria Pakul-
 niś; krzyżówka A-Z: plastyka;
 krzyżówka: Alicja.

FINAŁ LIGI MISTRZÓW PSG OBRONI TROFEUM, CZY ARSENAL WYGRA CHAMPIONS LEAGUE PO RAZ PIERWSZY?

W Paryżu zachowują spokój

Jaromir Kruk
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Niebawem wystartuje piłkarski mundial, ale na razie w Paryżu wszyscy żyją finałem Ligi Mistrzów Paris SG - Arsenal, który zostanie rozegrany w sobotę, początek o godz. 18.00

Tomasz Bzymek to polski trener od lat mieszkający we Francji. Jego najśłynniejszym wychowankiem był N'Golo Kante, mistrz świata z 2018 roku. Nasz rodak jest znawcą PSG. Jakie typuje rozstrzygnięcie w finale Champions League?

Paryżanie są zdecydowanym faworytem?

Tomasz Bzymek: Na pewno tak, choć ja daję im 60 procent, Arsenalowi 40, a w takich meczach wszystko może się zdarzyć. Ręka w polu karnym, czy jakaś decyzja sędziego mogą zmienić oblicze i przebieg finału, dlatego też we Francji wszyscy podchodzą ze spokojem do spotkania



Vinha, Ousmane Dembele i trener Luis Enrique zamierzają obronić zeszłoroczne trofeum Ligi Mistrzów

Paris SG z Arsenalem. Mówi się, że Paryż ma drużynę kompletną, a według mnie jest to na pewno zespół bliski kompletnemu, chyba najsłabszym punktem pozostaje Marquinhos mający najlepsze lata za sobą. Na każdej pozycji Luis Enrique może korzystać z fantastycznych piłkarzy. To świetny szkoleniowiec, do tego dopisuje mu szczę-

ście, a po odejściu Messiego, Neymara i Mbappe stworzył prawdziwy kolektyw. Potrafił zapanować nawet nad Ousmane Dembele. Kiedyś odsunął go od składu, bo bodajże spóźnił się na trening i to zadziałało. Dembele nie jest łatwy do prowadzenia, według mnie 1 mecz na 10 zagra wybitnie, kilka dobrze, a Enrique ma wycucie, wie

kiedy na niego stawiać i umieć nim gospodarować. Trzon Paryża wygląda niesamowicie, a tacy piłkarze jak Vitinha czy Joao Neves, niby ludzie od czarnej roboty, są gwiazdami światowej piłki z najwyższej półki. Luis Enrique otacza się znakomitymi żołnierzami, a jego zasługą jest zbudowanie fantastycznej atmosfery w zespole, mentalnie to też top.

W czym upatrywać szans Arsenalu?

Arsenal tworzą znakomici piłkarze, lecz Paryż ma lepszych. W Lidze Mistrzów drużyna Luisa Enrique jest bardziej otraskana w trudnych bojach, z kolei Kanonierzy mają co chwilę trudne wyzwania w Premier League.

Arsenal może, Paris SG musi?

Nikt tak we Francji nie podchodzi. Paryżanie pamiętają jak w Lidze Mistrzów Barcelona odrobiła z nimi straty po porażce 1:4 w pierwszym spotkaniu, wspomina się mecze re-

prezentacji Francji z wielkich turniejów, gdzie uchodziła za faworyta. Francuzi twardo stąpają po ziemi, wierzą w swojego mistrza, ale biorą pod uwagę też niepowodzenie. Na każdy scenariusz po finale przygotowane są służby porządkowe. Na weekend w Paryżu w gotowości pozostaje 22 tysiące policji i służb porządkowych, by uniknąć niszczenia witryn sklepowych i palenia samochodów. Byłem na finale Pucharu Francji Lens - Nice i okazuje się, że można przeprowadzić takie widowisko w pięknej atmosferze, bez burd, dawać radość z piłki nożnej. Meczów PSG, tego co po nich się dzieje normalni ludzie się boją.

Jak przyjęto powołania Didiera Deschamps do kadry Francji na mundial?

Na razie piłkarska Francja skupia się na finale Ligi Mistrzów, a jeśli chodzi o powołania to obyło się bez kontrowersji. Deschamps stawia na swoich sprawdzonych ludzi.

Po raz pierwszy lub drugi

Paris SG przed rokiem osiągnął swój upragniony cel i wygrał Ligę Mistrzów w finale demolując Inter Mediolan 5:0. Tamto spotkanie było demonstracją siły zespołu Luisa Enrique. Paris SG po raz 14 zdobył mistrzostwo kraju. Arsenal ma tyle samo tytułów mistrza Anglii, z ostatniego cieszył się przed kilkoma dniami, a przyszło mu czekać na to aż 22 lata. Kanonierzy są niespełnieni na arenie międzynarodowej, zagrają dopiero drugi raz w finale Ligi Mistrzów, poprzednio w 2006 ulegli Barcelonie.

Książęta Paryża mają w kolekcji wygrane w Lidze Mistrzów 2025 (przegrali też finał z Bayernem w 2020), Pucharze Interkontynentalnym 2025, Superpucharze Europy 2025). Finał Ligi Mistrzów 2025/26 w sobotę w Budapeszcie 30 maja, godzina 18, będzie go można obejrzeć na antenach Canal+ oraz w TVP 1, TVP Sport, tvpsport.pl, aplikacji mobilnej i smart TV. ©©

XXVI edycja Pucharu Tymbark. Warszawa ponownie ugości finalistów



Jacek Czaplewski
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Puchar Tymbark po roku wraca do Warszawy. Wielki Finał ogólnopolskiego turnieju piłkarskiego dla dzieci znów odbędzie się na PGE Narodowym i poprzedzi mecz Polska - Nigeria.

Jest zresztą wielce prawdopodobne, że wśród uczestników kryją się przyszli reprezentanci kraju. Na razie wszyscy poczuć ten sam dreszczyk emocji, który towarzyszy od lat na tym stadionie legendarnemu Robertowi Lewandowskiemu.

Było aż piętnaście tysięcy drużyn

Dobiega końca XXVI edycja Pucharu Tymbark. Zgłosiło się do niej przeszło 15 tys. ze-

społów z przedszkoli i szkół podstawowych z całej Polski w trzech kategoriach wiekowych, oddzielnych dla chłopców i dziewcząt: U-8, U-10 oraz U-12. Najpierw rywalizacja toczyła się w regionie, czyli na szczeblu gminnym i powiatowym. Potem nastąpił etap wojewódzki, a z niego do Finału Ogólnopolskiego awansowały najlepsze zespoły w kategorii U-10 i U-12 dziewcząt i chłopców.

Rozgrywki pokaże publiczny nadawca

Wreszcie w dniach od 1 do 3 czerwca nastąpi długo oczekiwany Finał Ogólnopolski. Do stolicy zjadą 64 najlepsze drużyny reprezentujące wszystkie województwa, aby dobrze się bawić, ale też zawalczyć o tytuł najlepszej w kraju. Wielki Finał XXVI



W dniach 1-3 czerwca nastąpi długo oczekiwany Finał Ogólnopolski Pucharu Tymbark. Zagrają 64 drużyny

edycji Pucharu Tymbark będzie transmitowany na antenie TVP Sport, na platformie tvpsport.pl oraz w aplikacji mobilnej TVP Sport.

Pod patronatem prezydenta

W pierwszych dniach finału gra w fazie grupowej toczyć się będzie na boiskach przy ulicy Marymonckiej. Tam też, w Dzień Dziecka, zapowiedziano ceremonię otwarcia z udziałem zaproszonej gwiazdy, której nazwisko jest, póki co, utrzymywane w tajemnicy. W ostatni dzień rywalizacja zostanie przenie-

siona do domu reprezentacji - na PGE Narodowy.

Właśnie w tym szczególnym miejscu poznamy zwycięzców poszczególnych kategorii. Patronat honorowy nad turniejem finałowym objął prezydent Rzeczypospolitej Polskiej Karol Nawrocki.

Zaproszenia dla selekcjonera i kapitana

Zaproszenia otrzymali również selekcjoner Jan Urban i piłkarze reprezentacji Polski na czele z kapitanem Robertem Lewandowskim. Podczas Wielkiego Finału XXVI edycji

zabraknie znanego sędziego, Szymona Marciniaka, który w poprzednich latach gwizdał mecze finałowe.

Marciniak: Wszyscy są już wygrani

Z tej edycji wykluczyły go obowiązki - razem z innymi arbitrami bierze bowiem udział w zgrupowaniu poprzedzającym udział w czerwcowych mistrzostwach świata. Przed startem rozgrywek XXVI edycji Pucharu Tymbark Szymon Marciniak nagrał specjalny film tłumaczący zasady gry w turnieju. - Grajmy fair i bawmy się piłką - apeluje Marciniak i zaznacza: Wszyscy uczestnicy są już wygrani.

Nagroda będzie szczególna

Na wszystkich czeka zresztą moc atrakcji. W środę (3 czerwca) kilka godzin po skończonym turnieju finaliści obejrzą mecz swoich idoli z reprezentacji Polski, którzy zmierzają się towarzysko z Nigerią. Kto wie, może za kilka lat tak jak starsi koledzy też wystąpią w koszulkach z orzełkiem na piersi?

Drogę od Pucharu Tymbark do kadry przebyli w końcu Ewa Pajor, Dominika

Grabowska, Paulina Dudek, Weronika Zawistowska, Weronika Araśniewicz, Arkadiusz Milik, Krzysztof Piątek, Oskar Pietuszczyński, Sebastian Szymański, Karol Świdorski czy Piotr Zieliński. W sumie mowa o ponad 80 piłkarzach i piłkarkach!

To jest powrót do do stolicy

Ubiegłoroczny, jubileuszowy finał Pucharu Tymbark odbył się na Stadionie Śląskim w Chorzowie. Wśród dziewczynek triumfowały Prywatna OMS w Opocznie (U-10) i SP Przeźmierowo (U-12), zaś wśród chłopców SMS Wrocław (U-10) i SP 7 Częstochowa (U-12).

Sponsorem generalnym rozgrywek jest marka Tymbark. XXVI edycja Pucharu Tymbark jest współfinansowana przez Ministerstwo Sportu i Turystyki. Finał Ogólnopolski turnieju odbywa się pod patronatem honorowym prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej Karola Nawrockiego. W skład Komitetu Honorowego XXVI edycji Pucharu Tymbark wchodzi minister sportu i turystyki, minister edukacji oraz minister zdrowia. ©©

SPORT

www.sportowy24.pl

Po wpadce Wilczków Olimpia jest pewna awansu

Wojciech Konończuk
wojciech.konończuk@polskapress.pl

PIĘKA NOŻNA. **Olimpia Zambrów już w 30. kolejce zapewniła sobie awans do III ligi. Lider stawki czwartoligowców wygrał u siebie z Turem Bielsk Podlaski 3:0.**

Goniąca dotąd Olimpię Warmia Grajewo przegrała w derbach powiatu w Szczuczynie z Wissą 1:2 i nie jest już w stanie dogonić drużyny z Zambrowa. Wilczkom pozostaje walka o 2.miejsce. ©

WYNIKI 30. KOLEJKI

Wissa Szczuczyn - Warmia Grajewo 2:1, KS Michałowo - Orzeł Kolno 3:1, Czarni Czarna Białostocka - KS Śniadowo 1:1, Olimpia Zambrów - Tur Bielsk Podlaski 3:0, MOSP Białystok - Pionier Brańsk 2:3, Sparta Augustów - Turośnianka Turośń Kościelna 2:3, LZS Krynki - Hetman Skłodowscy Tykocin 4:2, Ruch Wysokie Mazowieckie - Promień Mońki 8:1.

1. Olimpia Zambrów	30	82	130-16
2. Warmia Grajewo	30	69	100-39
3. Wissa Szczuczyn	29	63	93-29
4. Ruch Wysokie Maz.	29	59	92-34
5. Pionier Brańsk	30	55	86-54
6. Czarni Czarna Białostocka	30	54	64-54
7. Tur Bielsk Podlaski	30	53	69-51
8. Turośnianka Turośń K.	30	47	63-50
9. Hetman Tykocin	30	43	81-86
10. Promień Mońki	30	39	61-59
11. KS Śniadowo	30	36	53-73
12. Supraślanka Supraśl	29	33	57-64
13. Krypnianka Krypno	29	30	50-77
14. KS Michałowo	30	26	44-93
15. LZS Krynki	30	25	55-95
16. Orzeł Kolno	30	24	47-98
17. MOSP Białystok	30	15	39-103
18. Sparta Augustów	30	7	16-125

ŁKS Łomża zagra bez kibiców i licencji na II ligę

Mariusz Klimaszewski
mariusz.klimaszewski@polskapress.pl

PIĘKA NOŻNA. **Uwaga kibiców w ostatniej kolejce III ligi skierowana będzie na Łomżę, gdzie ŁKS, niestety bez kibiców, zagra z Mławianką Mława. Zwycięstwo da awans do baraży o II ligę.**

Niestety, brak kibiców na meczu to nie jedyna fatalna wiadomość. Niepokojące wieści dotyczące ŁKS Łomża przyszły także z Komisji do spraw licencji PZPN. Oto bowiem Komisja postanowiła nie przyznać klubowi z Łomży licencji upoważniającej klub do uczestnictwa w rozgrywkach Betclit 2. ligi w sezonie 2026/27 z uwagi na liczne braki w zakresie prawie wszystkich kryteriów, co uniemożliwiło weryfikację zdolności klubu do uzyskania licencji na rozgrywki Betclit 2. ligi.

Jak napisał w swoim komunikacie ŁKS to wśród dokumentów wymagających uzupełnienia znajdują się m.in. kwestie organizacyjne i formalne, takie jak np. umowa z lekarzem, dokumenty dotyczące osób funkcyjnych, w tym kierownika ds. bezpieczeństwa, dyrektora finansowego/głównego księgowego, koordynatora programu rozwoju młodzieży, a także dokumenty dotyczące programu szkolenia młodzieży, opieki medycznej. ŁKS ma 5 dni

PIĘKA NOŻNA. **Wigry Suwałki zdobywcą Okręgowego Pucharu Polski. W finale pokonały Jagiellonię II 4:1**
Wigry Suwałki pokonały w finałowym meczu Pucharu Polski na szczęblu Okręgu Podlaskiego ZPN Jagiellonię II Białystok 4:1 i zagrają w I rundzie pucharowych rozgrywek na szczęblu centralnym. Bramki: 1:0 Filip Michałowski 18, 2:0 Michał Ozga 56, 3:0 Kacper Głowicki 58, 3:1 Szymon Stypułkowski 66-karny, 4:1 Jakub Kwiatkowski 76. Zwycięzcy zainkasowali czek na 50 tysięcy złotych. Przegrany otrzymał połowę tej kwoty.



FOT. FACEBOOK/WIGRY SUWAŁKI



FOT. SYLWETTER SZYMCIK

W ostatnim meczu sezonu zabraknie na trybunach stadionu przy ul. Zjazd kibiców ŁKS Łomża. To kara za odpalenie rac w spotkaniu z GKS Bełchatów

na odwołanie i jak informuje wszystkie dokumenty zostaną przedstawione mając nadzieję, że klub otrzyma licencję.

Aby jednak zagrać w II lidze to piłkarze ŁKS Łomża muszą wygrać ostatni mecz ligowy z Mławianką Mława, który zostanie rozegrany bez udziału publiczności. Jest to kara za odpalenie rac podczas meczu z GKS Bełchatów. Później zaś muszą jeszcze wygrać baraże o II ligę. Mecz z Mławianką rozegrany zostanie w sobotę, o godz. 17.

Wigry i Jagiellonia II Białystok mają tylko dwa dni na re-

generację po pucharowym meczu. Jagiellonia II zagra ze spadkowiczem KS Wasilków (sobota, godz. 12), a Wigry ze Świt Nowy Dwór Mazowiecki (sobota, godz. 17).

Sobota, 30 maja

Jagiellonia II Białystok - KS Wasilków (12.00), Znicz Biała Piska - Legia II Warszawa (15.00), Broń Radom - Warta Sieradz (17.00), GKS Wiekielec - KS CK Troszyn (17.00), Lechia Tomaszów Mazowiecki - Olimpia Elbląg (17.00), ŁKS Łomża - Mławianka Mława (17.00), Widzew II Łódź - Żąbkovia Żąbki (17.00), Wigry Suwałki - Świt Nowy Dwór Mazowiecki (17.00), Wisła II Płock - GKS Bełchatów (17.00).

1. Legia II Warszawa	33	81	79-29
2. ŁKS Łomża	33	68	75-30
3. Warta Sieradz	33	68	63-34
4. Wigry Suwałki	33	62	61-41
5. KS CK Troszyn	33	57	74-45
6. Wisła II Płock	33	53	52-50
7. Widzew II Łódź	33	51	68-63
8. Jagiellonia II Białystok	33	48	45-44
9. Lechia Tomaszów Maz.	33	46	64-55
10. Żąbkovia Żąbki	33	44	71-62
11. Świt Nowy Dwór Maz.	33	41	49-63
12. Mławianka Mława	33	40	54-57
13. Olimpia Elbląg	33	37	45-61
14. Broń Radom	33	36	40-56
15. GKS Bełchatów	33	34	49-72
16. GKS Wiekielec	33	34	38-53
17. KS Wasilków	33	24	39-78
18. Znicz Biała Piska	33	15	27-100

PIĘKA NOŻNA. **Asysta Jagiellończyka**
Napastnik Jagiellonii Białystok Dimitris Rallis zaliczył asystę przy голу Stavrosa Pnevmonidisa w przegranym 1:2 przez reprezentację Grecji do lat 21 towarzyskim meczu z Chorwacją. **KW**

ŚCIĄGA KIBICA

PIĘKA NOŻNA. **III liga:** Jagiellonia II Białystok - KS Wasilków (sobota, godz. 12, na stadionie przy ul. Elewatorskiej 4). Wigry Suwałki - Świt Nowy Dwór Mazowiecki (sobota, godz. 17, na stadionie przy ul. Zarzecze 26). ŁKS Łomża - Mławianka Mława (sobota, godz. 17, na stadionie przy ul. Zjazd 18). Mecz bez udziału publiczności.

IV liga: Turośnianka Turośń Kościelna - Olimpia Zambrów (sobota, godz. 15), Tur Bielsk Podlaski - KS Michałowo (s. 15), Warmia Grajewo - Sparta Augustów (s. 16), Promień Mońki - Wissa Szczuczyn (s. 16), KS Śniadowo - Ruch Wysokie Mazowieckie (s. 16), Supraślanka Supraśl - LZS Krynki (s. 16), Pionier Brańsk - Hetman Skłodowscy Tykocin (s. 17), Orzeł Kolno - MOSP Białystok (s. 17), Krypnianka Krypno - Czarni Czarna Białostocka (niedziela, godz. 13).

Centralna Liga Juniorów U-17: Jagiellona Białystok - Korona Kielce (niedziela, godz. 12, na stadionie przy ul. Elewatorskiej 4). **FUTBOL AMERYKAŃSKI**
PFL: Lowlanders Białystok - AZS UWM Olsztyn Lakers (sobota, godz. 19, na stadionie Chorten Arena przy ul. Słonecznej 1).

LEKKOATLETYKA
Mityng Gwiazd Na Rynku Kościuszki (Białystok, niedziela - 31 maja, godz. 13.30, na placu przed ratuszem). **BIEGI MASOWE**
XIII Bieg Konopielki (sobota, godz. 12, na ulicach Juchnowca Dolnego). **B KW**

To już ósmy Mityng Gwiazd na Rynku Kościuszki. Piotr Lisek jest z nami od początku

Mariusz Klimaszewski
mariusz.klimaszewski@polskapress.pl

LEKKOATLETYKA. Z udziałem medalistów olimpijskich, mistrzostw świata na Rynku Kościuszki w Białymstoku w niedzielę, 31 maja odbędzie się kolejna edycja Mityngu Gwiazd.

To już będzie ósma edycja Mityngu Gwiazd na Rynku Kościuszki. - I po raz ósmy wystąpi w mityngu w Białymstoku Piotr Lisek, nasz znakomity tyczkarz - zaznacza menadżer Marcin Rosengarten. - Nie wiem czy są



FOT. WOJCIECH WOJTKIEWICZ

Po raz ósmy w Mityngu Gwiazd w Białymstoku wystartuje nasz znakomity lekkoatleta Piotr Lisek

takie zawody, w których Lisek bierze udział od samego początku, we wszystkich ich edycjach.

- Białystok jest magnesem i przyciąga wielu znakomitych lekkoatletów. Tu zaczynał skakać Meksykanin Eric Portillo, który w Toruniu podczas Halowych Mistrzostw Świata zdobył historyczny, srebrny medal w skoku wzwyż. Wracając jednak do skoku o tyczce to z Piotrem Liskiem rywalizować będzie m.in. amerykański skoczek Christopher Nilsen, który ma na koncie srebrny medal Igrzysk Olimpijskich w Tokio

oraz trzy medale mistrzostw świata - mówi Marcin Rosengarten.

- Pokazujemy piękne serce Białegostoku i udaje nam się zgromadzić wiele wspaniałych gwiazd lekkiej atletyki. Takich imprez w Europie jest niewiele. A panuje nam n nich niepowtarzalna atmosfera tworzona przez Białostoczian - mówi wiceprezydent Białegostoku Rafał Rudnicki.

W Białymstoku zobaczymy rywalizację w pięciu konkurencjach w trzech dyscyplinach: skoku o tyczce, skoku wzwyż kobiet i mężczyzn oraz pchnię-

ciu kulą kobiet i mężczyzn. Początek zawodów o godz. 13.30.

W skoku wzwyż wystąpi Ukrainka Iryna Heraszczenko, brązowa medalistka Igrzysk Olimpijskich w Paryżu. Za rywalkę będzie miała m.in. Adriannę Sułek-Schubert, specjalizującą się w wielobojach (siedmiobój i pięciobój), halową wicemistrzynię świata i Europy oraz rekordzistkę Polski.

Wśród panów przed białostocką publicznością zaprezentują się Mateusz Kołodziejski oraz wicemistrz Europy z Rzymu z 2024 roku Władysław Ławski.