

# „MATKA POLKA” NA CHOJNACH

ŁÓDŹ  
JAKĄ PAMIĘTAMY

## JAK BUDOWANO TEN SZPITAL

STR. 6-7



# EXPRESS

ilustrowany



**MAGDA GESSLER**  
**ZANIEDBYWAŁA CÓRKĘ?**

• Lara Gessler  
opowiada o swoim  
dzieciństwie STR. 13



Młody mężczyzna z brodą  
kradnie kobietom torebki  
z dokumentami i pieniędzmi.  
Napada po zmroku.



**KOPALNIA**  
**ŚRÓDMIEŚCIE?**  
**TUNEL BĘDZIE**  
**DRAŻONY**  
**KILOFAMI?** STR. 3

**TAJEMNICZY MĘŻCZYZNA NAPADA**  
**ŁODZIANKI - MŁODE I SENIORKI**  
**MIESZKANKI**  
**KOZIN BOJĄ SIĘ**  
**WYJŚĆ Z DOMU**

**W ciągu dwóch tygodni doszło tu**  
**już do 7 napadów.**  
**Policja poszukuje bandyty** STR. 2

**EDUKACJA ZDROWOTNA**



**WYPISANO AŻ**  
**62 PROCENT**  
**UCZNIÓW!** STR. 4



**FORUM SENIORA** STR. 5



**EXPRESSOWO****BRZEZINY Spadł z wiaduktu nad autostradą A1**

**Wczoraj rano ok. godz. 6.45 z wiaduktu nad autostradą A1 spadł mężczyzna. Doszło do tego na nitce w kierunku Katowic w pobliżu węzła Brzeziny.**

Służby ratunkowe po kilkunastu minutach były na miejscu, mężczyźnie udzielono pomocy medycznej, w stanie ciężkim został przewieziony do szpitala. Ustalono, że była to próba samobójcza, a nie nieszczęśliwy wypadek. Na autostradzie przez około godzinę tworzyły się korki. Kierowcy, którzy dowiedzieli się o zdarzeniu, zanim utknęli w korkach, wybierali objazdy przez Łódź. (JAZ)

**ULICA ŁĘCZYCKA Tajemnicza śmierć mężczyzny w garażu**  
**Nie żyje 38-letni mężczyzna, jego o dwa lata młodsza znajoma nieprzytomna trafiła do szpitala. Co się wydarzyło w garażu przy Łęczyckiej?**

W minioną niedzielę po godz. 18 pogotowie zostało wezwane do jednego z garaży przy ul. Łęczyckiej, gdzie – jak się dowiedzieliśmy – narzeczony 36-latką znalazł ją nieprzytomną. W tym samym pomieszczeniu odkrył ciało 38-latką – mężczyznę nie żył. Od razu wezwał służby. Na miejsce przyjechało pogotowie i policja. Podjęto próbę ratowania 38-latką, ale bezskutecznie. Lekarz stwierdził zgon. Nieprzytomna kobieta została hospitalizowana. Początkowo przypuszczano, że para zatrzała się tlenkiem węgla, ale pomiar stężenia czadu nie potwierdził tej hipotezy (wezowano straż pożarną z odpowiedzialnym sprzętem). Jak ustalili „Express Ilustrowany”, w garażu odkryto też biały proszek

– niewykluczone, że to on przyczynił się do śmierci mężczyzny i ciężkiego stanu jego znajomej. Substancja trafiła do laboratorium. Sprawdzany jest jej skład. Śledztwo w tej sprawie prowadzi Prokuratura Rejonowa Łódź- Górna. Zlecono sekcję zwłok, która ma wyjaśnić przyczynę śmierci mężczyzny. (LS)

**RAWA MAZ. Żebraczki zapukały do drzwi, otworzyła im policjantka**

**Niecodzienna sytuacja spotkała policjantkę, do której drzwi zapukały dwie kobiety, które żebrały. One też były pełne zdziwienia kiedy otrzymały mandaty!**

– Do drzwi rawskiej policjantki zapukały dwie młode, w pełni sił kobiety, które prosiły o pieniądze dla swoich dzieci. Funkcjonariuszka wytłumaczyła im, że w trudnej sytuacji należy szukać pomocy w instytucjach wspierających rodziny np. w MOPS – mówi asp. Agata Krawczyk z KPP w Rawie Mazowieckiej. Policjantka od razu poinformowała dyżurnego o zaistniałej sytuacji. Funkcjonariusze znając rysopisy kobiet odnaleźli je w pobliżu galerii handlowej. Okazało się, że przyjechały z woj. mazowieckiego i pukały do mieszkań oraz domów w Rawie żebząc. Kobiety w wieku 24 i 25 lat zostały sprawdzone w policyjnej bazie danych. Były wielokrotnie notowane za kradzieże.

– Jeżeli żebrze osoba, która ma środki potrzebne do funkcjonowania lub jest zdolna do pracy, podlega karze ograniczenia wolności, grzywny albo nagany. Obie kobiety zostały ukarane mandatami karnymi gotówkowymi – mówi asp. Krawczyk. (NZ)

**Bląkała się na ulicy Brzechwy**

**Ta dwumiesięczna kotka została znaleziona na ul. Brzechwy. 13 października trafiła do łódzkiego schroniska dla zwierząt. Waży 0,8 kg. Czipa brak. Jej właściciel lub osoba, która chciałaby ją przygarnąć, może zadzwonić pod nr 42 656 78 42 lub 501 437 232.**



FOT. SCHRONISKO-ŁÓDŹ.PL

AUTOPROMOCJA

0010992075

## Zamów prenumeratę

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

# Strach padł na mieszkanki Kozin i Żubardzia

Kobiety boją się wychodzić po zmroku, a jak już muszą, to co chwilę oglądają się za siebie. W ciągu dwóch tygodni doszło tu do 7 napadów. Bandyta czuje się bezkarny.

Liliana Bogusiak-Jóźwiak,  
Lila Sayed

**Z opisu poszkodowanych kobiet wynika, że grasuje tam młody mężczyzna z brodą. Napada na młode i starsze panie. Kradnie im torebki z dokumentami i pieniędzmi. Policji dotychczas nie udało się go zatrzymać, choć jedna z kamer monitoringu utrwaliła fragment napadu na mieszkankę bloku przy ul. Kasprzaka.**

– Pracuję w sklepie do godz. 22 i codziennie przyjeżdżam po mnie mój facet i mnie odbiera – mówi ekspedientka w sklepie spożywczym przy ul. Ghandiego. – Przy kasie mam gaz pieprzowy, a każdego wchodzącego do sklepu klienta skanuję wzrokiem, by sprawdzić, czy pasuje do opisu bandyty podanego przez policję. Klientki rozmawiają o napadach, widać, że się boją.

Z opisu przekazanego policji przez napadnięte mieszkanki Kozin wynika, że to młody, szczupły mężczyzna z brodą. Ma ciemne włosy i nosi kaptur. Sprzyja mu fakt, że remontowana jest ul. Ghandiego u zbiegu z ul. Kasprzaka, co spowodowało ograniczenie ruchu. Po zmroku na ulicach jest pusto, więc bandyta czuje się bezkarny. Jak mówi jedna z kobiet, przestępca może być „stąd”.

– O napadach na kobiety dowiedziałam się w salonie fryzjerskim – mówi „Expressowi” mieszkanka ul. Kasprzaka 65. – Panie fryzjerki ostrzegają swoje klientki i proszą, by nie wychodziły po zmroku z domu. Wzięłam sobie ich rady do serca. Nawet, jak wychodzę w ciągu dnia, to nie zabieram torebki, tylko klucze za pieniądze chowam do kieszeni.

O napadach mówi się również w sklepie spożywczym u zbiegu ul. Kasprzaka i Ghandiego. Kilkanaście metrów da-



Przestępca grasuje w tej okolicy od dwóch tygodni.



Tajemniczego bandytę nagrał monitoring.

FOT. MONITORING/ŁÓDŹ ZWANA POZANIEM

lej bandyta zaatakował w niedzielę po raz siódmy.

– W poniedziałek policjanci przyjechali i zabezpieczyli obrząz zarejestrowany przez kamerę sklepową – dzieli się swoją wiedzą z nami Wioletta Cyrańska, ekspedientka.

Do sklepu, w którym pracuje, przychodzą po zakupy cztery z napadniętych kobiet.

– Zastanawiam się, czy funkcjonariusze zabezpieczyli także nagrania z automatu do odbioru paczek przy bloku. Umieszczone na nim kamery mogły zarejestrować twarz złoczyńcy.

Kobiety, z którymi rozmawiamy, przyznają, że ograniczyły wyjścia z domu wieczorami. Te, które pracują w okolicy, w której miały miejsce napady, z pracy są odbierane przez mężów lub narzeczonych.

W rozmowach z paniami przewija się jeszcze jedna kwestia: Gdzie jest policja? Od pierwszego napadu minęły już bowiem dwa tygodnie, a nikt jeszcze nie widział w okolicy policjanta! Radiowozów również tu się nie uświadczy.

– Nie chcę źle mówić o policji, ale jak my kobiety mamy

się czuć? – pyta retorycznie mieszkanka Kozin.

Pierwsza napaść miała miejsce 30 września ok. godz. 21 na ul. Ghandiego 20. Następnie bandzior zaatakował na ul. Ghandiego 24, kolejno na ul. Powstańców Wielkopolskich 13. 12 października brodaty bandyta pojawił się na ul. Kasprzaka 65, gdy młoda kobieta próbowała wejść do bloku.

Napady miały charakter rabunkowy. Wszystko działo się wedle podobnego schematu – sprawca podbiegał do kobiet i wyrwał im torebki. Na szczęście, nie robił im krzywdy fizycznej. Kradł pieniądze, telefony komórkowe i dokumenty.

Zapytaliśmy asp. Kamile Sowińską, oficera prasowego Komendy Miejskiej Policji w Łodzi, o serię napaści i postępy w zatrzymaniu bandyty.

– Czyn kwalifikowany jest jako kradzież zuchwała, za co grozi do 8 lat więzienia. Policjanci zabezpieczyli nagranie z monitoringu i dokładają wszelkich starań, żeby sprawcę lub sprawców wytypować i zatrzymać – odpowiada asp. Kamila Sowińska.

**EXPRESS**  
ilustrowany

[www.expressilustrowany.pl](http://www.expressilustrowany.pl)  
e-mail: [express@express.lodz.pl](mailto:express@express.lodz.pl)

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

**Ogłoszenia na telefon**  
0-800 47-28-52. Adresy i telefony biur ogłoszeń na stronach ogłoszeniowych  
**WYDAWCA** Polska Press Sp. z o.o.  
Warszawa 02-672, ul. Domaniewska 45

**Prezes Zarządu Polska Press Grupy** Zenon Nowak  
**Prezes Makroregionu** Aneta Sarga-Burtan  
**Dyrektor sprzedaży makroregionu** Anna Gałuszka  
**Kierownik Zespołu Sprzedaży oddział Łódź**  
Katarzyna Michalak

**Projekt graficzny** Tomasz Bocheński  
**Biuro Prasowe:** [biuroprasowe@polskapress.pl](mailto:biuroprasowe@polskapress.pl)  
Biuro Konsumenta PPG,  
e-mail: [biurokonsumenta@polskapress.pl](mailto:biurokonsumenta@polskapress.pl), tel. 12 688 85 10  
**DRUK** Drukarnia ZPR Media S.A.,  
04-190 Warszawa, ul. Jubilerska 10

**POLSKA PRESS GRUPA**



**Prenumerata z dostawą do domu:**  
bok.prenumerata@polskapress.pl, tel. 42 715 80 68  
**Garmond:** prenumerata dla klientów indywidualnych  

dla firm i instytucji: [prenumeratapoczty@garmondpress.pl](mailto:prenumeratapoczty@garmondpress.pl)  
**Kolporter:** prenumerata wyłącznie dla firm i instytucji  
[www.prenumerata.kolporter.com.pl](http://www.prenumerata.kolporter.com.pl), tel. 41 367 88 88;  
**Poczta Polska:** [www.prenumerata.poczta-polska.pl](http://www.prenumerata.poczta-polska.pl),  
lub w najbliższym urzędzie pocztowym.

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

# Kopalnia Łódź- -Śródmieście, czyli... Katarzynie dziękujemy

Wiceminister infrastruktury Piotr Malepszak o budowie tunelu kolejowego pod Łodzią: - Rozważamy wycofanie tarczy i dalsze drążenie metodą górniczą.

Jacek Zemła

**Minister informuje, że rozważana jest rezygnacja z dalszego drążenia tunelu średnicowego tarczą Katarzyna. W zamian zastoso-**

**wana ma być metoda górnicza, czyli... ręczne kopanie ziemi łopatami, jak w XIX wieku.**

- Rozważane są różne możliwości dokończenia budowy tunelu średnicowego pod Łodzią, łącznie z drążeniem metodą górniczą - poinformował w poniedziałek PAP wiceminister infrastruktury Piotr Malepszak.

To oznaczałoby ręczne usuwanie ziemi kawałek po kawałku i wzmacnianie stropu stemplami, jak w XIX-wiecznej kopalni. Ale taka metoda, choć powolna i pracochłonna, pozwoliłaby być może uniknąć zawalenia się kolejnych kamienic oraz pęknięcia ścian w budynkach na powierzchni.

- Najważniejszym problemem, jeśli chodzi o tunel pod Łodzią, jest kwestia, żeby technicznie poradzić sobie z ostatnim kilometrem, żeby przejść pod miastem - powiedział Malepszak. - Jest spore zagrożenie, że dalsze drążenie może spowodować zawalenie się kolejnych kamienic. Nie chcemy tego ryzyka. Dzisiaj rozważamy różne możliwości, żeby wydrążyć ten tunel, nawet z opcją, że będziemy go drążyć metodą górniczą.

Do tej pory tunel był drążony przy użyciu obrotowej elektrycznej tarczy TBM Katarzyna, która od ponad roku pozostaje unieruchomiona pod ziemią. Do zakończenia prac przy drążeniu brakuje niespełna kilometr. Ale jest to kilometr najtrudniejszy, bo pod ścisłym centrum Łodzi, gęsto zabudowanym kamienicami, które mają ponad 100 lat, a ich stan techniczny jest, mówiąc delikatnie, nienajlepszy.



**Budowa tunelu średnicowego utknęła w martwym punkcie ponad rok temu.**

## Kiedy tunelem pojadą pociągi?

Wiceminister podkreślił, że celem nadrzędnym jest zakończenie tej budowy, bo jest ona bardzo potrzebna nie tylko miastu, ale również dla połączeń kolejowych w skali kraju.

- Dzisiaj przyjmujemy, że całościowe zakończenie tego tunelu tak by tam pojechały pociągi, to jest rok 2029 - powiedział Malepszak.

Drążenie tunelu średnicowego zostało wstrzymane ponad rok temu po tym, jak zawaliła się kamienica przy al. 1 Maja w Łodzi. Od tego czasu maszyna drążąca tunel (tarcza TBM Katarzyna) tkwi pod budynkami przy 1 Maja. Ostatnia próba wznowienia prac, która miała miejsce w listopadzie 2014 r., spowodowała zapadanie się sąsiedniego budynku. W tej sytuacji praca tarczy ponownie została wstrzymana i tak stoi bez możliwości ruchu w przód ani w tył. Cofnięcie maszyny także spowodowałoby zawalenie się kamienicy, która opiera

się na korpusie maszyny. Strop tunelu znajduje się zaledwie kilkanaście metrów pod fundamentami budynków.

## 7,5-kilometrowy tunel dzieli się na dwie części

Tunel średnicowy ma łączyć dworzec Fabryczny ze stacjami Łódź Kaliska (kierunek Sieradz, Kalisz) i Łódź Żabieniec (kierunek Kutno, Łowicz), co wpłynie na skrócenie czasu przejazdu pociągów na trasie Warszawa - Poznań i Wrocław.

7,5-kilometrowy tunel pod centrum Łodzi, zwany „średnicowym” dla odróżnienia od planowanego również pod Łodzią tunelu kolei dużych prędkości (KDP), dzieli się na dwie części. Dwutorowy odcinek od Kozin do Łodzi Fabrycznej drąży większa z dwóch tarcz - Katarzyna, a cztery jednotorowe tunele na zachód od przystanku Koziny wykonała mniejsza tarcza - Faustyna. Ta część inwestycji została już zakończona, a w wydrążonych

tunelach trwają przygotowania do montażu torów.

## Inwestycja ma 4-letnie opóźnienie

Budowa jest opóźniona o 4 lata. Według najnowszych, zmienionego już harmonogramu budowa miała się zakończyć w czerwcu 2015 r. Po pracach wykończeniowych, testach i odbiorach technicznych planowano, że pociągi pojadą tunelem w grudniu 2026 r. Teraz jest już oczywiste, że ten termin nie zostanie dotrzymany. Jako realny wskazywany jest rok 2029.

W hotelach nadal przebywają wysiedleni ze swoich domów mieszkańcy budynków znajdujących się nad drążonym tunelem. Lokatorzy mieli wrócić do swoich mieszkań ponad rok temu, ale tak się nie stało. To generuje duże koszty, ale także wywołuje ogromne niezadowolenie ludzi pozbawionych przez tak długi czas dostępu do swoich mieszkań i rzeczy osobistych.

## BAŁUTY CZEKAJĄ NA PROHIBICJĘ. ZAKAZ SPRZEDAŻY ALKOHOŁU PO GODZ. 22 WCHODZI W ŻYCIE W NAJBLIŻSZY PIĄTEK

Matylda Witkowska

**W piątek (17 października) wchodzi w życie zakaz nocnej sprzedaży alkoholu w centrum Łodzi w godz. 22-6 rano w sklepach i na stacjach benzynowych. Sprawdziłmy na łódzkich Bałutach, jak idą przygotowania.**

Bałuty - Centrum to jedno z siedmiu osiedli, na których obowiązywać będzie nocna prohibicja. W rejonie ul. Limanowskiego, Lutomierskiej, Rybnej, Piwnej i Zgierskiej sklepów z alkoholem nie brakuje. Kartek z informacjami o wchodzącym za dwa dni zakazie jeszcze nie ma. Pytamy więc, jak to będzie wyglądać w praktyce.

- Sam chciałbym to wiedzieć - przyznaje sprzedawca w jednym z monopolowych. - Wiem, że będę zamykał sklep o godz. 22. Ale czy jak w środku będą jeszcze ludzie, to będę im mógł jeszcze sprzedać, czy nie? - zastanawia się sprzedawca.

Kilka przecznic dalej w czynnym do północy monopolowym sprzedawcy też nic nie wiedzą. Na razie nie ma też zmian grafików.

- Nic nie wiemy, ale chyba będziemy zamykać wcześniej. Chyba musielibyśmy ten alkohol jakoś zakrywać - myśli na głos mężczyzna za ladą.

Sprzedawcy przyznają, że wielu bałuckich klientów na zakaz już teraz marudzi. - Nikt nie lubi, jak mu się czegoś zabrania. Powinno się edukować, tłumaczyć, że nadużywanie alkoholu jest szkodliwe - mówią.

Przy ul. Piwnej i Rybnej sporo osób nadużywa alkoholu już w ciągu dnia. Do wielu potencjalnych klientów dotkniętych zakazem strach nawet podchodzić. Zatrzymujemy mężczyznę kupującego pojedyncze piwo, które konsumuje w bramie niedaleko sklepu. Pytamy, czy zakaz sprzedaży alkoholu

po godz. 22 będzie dla niego kłopotliwy.

- Jaki zakaz? A skąd pani o nim wie? - dziwi się mężczyzna. Thumaczmy przepisy. - To Kapslesek, który jest czynny teraz do godz. 23.50, będzie zamykał się już o 22? - nie dowierza. - To trzeba będzie robić zapasy - mówi.

Ale alkohol na Bałutach to nie tylko monopolowe. W sklepie ogólnospożywczym przy ul. Rybnej jest półka z alkoholami, ale sklep pracuje tylko do godz. 22. Pytamy, czy sklep może coś zyskać na nocnej prohibicji, jeśli klienci zaczną robić wcześniej zakupy. - Raczej nie - kręci głową sklepowa.

Takiego problemu nie ma natomiast Żabka przy Lutomierskiej. - W ogóle nie sprzedajemy alkoholu - mówi „Expressowi Ilustrowanemu” sprzedawczyni. Kolejka do kasy i tak jest ogromna.

Nocna prohibicja w centrum Łodzi wchodzi w życie o północy w nocy z czwartku (16 października) na piątek (17 października). Oznacza zakaz sprzedaży alkoholu w sklepach i na stacjach benzynowych w godz. 22-6, lokale gastronomiczne, bary i kluby, w których alkohol sprzedawany jest na miejscu, będą mogły pracować bez zmian.

Zakaz obowiązywać będzie na 7 osiedlach: Bałuty-Centrum, Bałuty-Doły, Katedralna, Śródmieście-Wschód, Stare Polesie, Górniki, Stary Widzew. Na pozostałym terenie sprzedaż alkoholu odbywać się będzie bez zmian, ale nie jest wykluczone rozszerzenie tej strefy w przyszłości.

Celem nocnej prohibicji jest zmniejszenie interwencji służb porządkowych i medycznych związanych z nadużywaniem alkoholu, a także zwiększenie bezpieczeństwa mieszkańców. Podobne zakazy wprowadziło już wiele miast, m.in. Kraków.



**Można się spodziewać, że obroty nocnych sklepów z alkoholem na obrzeżach miasta wzrosną.**

FOT. SŁAWOMIR KOWALSKI / POLSKA PRESS

# Edukacja zdrowotna - wypisało się aż 62 procent uczniów

Są szkoły, w których ten przedmiot w ogóle nie będzie realizowany, bo nie ma w nim ani jednego zainteresowanego ucznia.

Magdalena Jach

**Na 41 676 uczniów klas IV-VIII w szkołach podstawowych oraz klas I-III szkół średnich w Łodzi z lekcji edukacji zdrowotnej zrezygnowało 25 787. Stanowi to aż 62 proc. wszystkich uczniów.**

W szkołach podstawowych na 25 147 uczniów klas IV-VIII - rodzice złożyli 12 462 rezygnacji. Wynika z tego, że w edukacji zdrowotnej będzie brała udział połowa uczniów.

W szkołach ponadpodstawowych (licea, technika, szkoły branżowe) na 16 529 uczniów klas I-III dyrektorzy przyjęli 13 325 rezygnacji. A to oznacza, że na edukację

zdrowotną nie chodzi ponad 80 proc. młodzieży.

Takie statystyki przekazał nam wydział edukacji Urzędu Miasta Łodzi. Dotyczą one szkół, prowadzonych przez łódzki samorząd.

- Mam dwie grupy łączone międzyklasowo - jedna z uczniów klas II, druga - z uczniów klas III - mówi Maria Włodarczyk, dyrektor III LO. - Każda z grup liczy zaledwie po 11 osób. A w szkole mamy ponad 500 uczniów.

W Zespole Szkół Gastronomicznych natomiast frekwencja na edukacji zdrowotnej jest dość wysoka - chodzi dwie trzecie uczniów. W technikum na 192 wszystkich uczniów zrezygnowało 74, a w szkole branżowej -

na 74 wszystkich uczniów nie chodzi 34.

Najwyższą frekwencją wśród liceów ogólnokształcących na edukacji zdrowotnej może pochwalić się XLVII LO przy ul. Czernika. Tu na edukację zdrowotną chodzi 74 proc. młodzieży.

- Uważam, że uczniowie powinni uczestniczyć w tych lekcjach i rozmawiać o tym z nimi już przed wakacjami - mówi Wojciech Ulatowski, dyrektor tego liceum. - Ostatecznie niewiele osób się wypisało.

W XXI LO na lekcje edukacji zdrowotnej chodzi 68 proc. młodzieży, a w XV LO - 61 proc. Wśród szkół zawodowych najwyższą frekwencją na tym przedmiocie może pochwalić się Zespół Szkół Gastronomicz-



W szkołach ponadpodstawowych z nowego przedmiotu zrezygnowało ponad 80 proc. młodzieży.

nych - 71 proc. oraz Zespół Szkół Samochodowych - 61 proc.

Wśród szkół podstawowych 85-procentową frekwencję na edukacji zdrowotnej ma SP 158, 78-procentową - SP 141, a 76-procentową - SP 137.

Ze względu na to, że wszyscy uczniowie zostali wypisani edu-

kacja zdrowotna nie będzie realizowana w: XIII LO, XXIX LO, Zespole Szkół Ekonomii i Usług.

Edukacja zdrowotna jest w szkołach polskich nowym przedmiotem, który zastąpił wychowanie do życia w rodzinie. Jest nieobowiązkowa. W jej programie znalazły się zagadnienia

dotyczące zdrowia fizycznego, profilaktyki chorób, zdrowego trybu życia, odżywiania, relacji międzyludzkich, bezpieczeństwa cyfrowego. Z lekcji - które według zaleceń MEN powinny być na pierwszej lub na ostatniej godzinie - można było wypisać dziecko do 25 września.

## Zadzwoń do eksperta ZUS



Warto skorzystać z możliwości porozmawiania z ekspertami ZUS podczas ich bezpłatnych dyżurów.

Magdalena Jach

**Zakład Ubezpieczeń Społecznych II Oddział w Łodzi zaprasza mieszkańców regionu do udziału w bezpłatnych dyżurach telefonicznych ekspertów ZUS, które odbędą się w dniach 15-17 października 2025 r.**

To doskonała okazja, by uzyskać fachowe informacje dotyczące aplikacji mZUS i mZUS dla lekarza, renty socjalnej i zasad korygowania dokumentów w programie Interaktywny Płatnik Plus.

• Dziś, w środę, 15 października, w godz. 10-12 pod numerem telefonu 42 225 50 32 eksperci ZUS wyjaśnią, jak działa aplikacja mZUS i mZUS dla Lekarza. Uczestnicy dyżuru dowiedzą się, kto może korzystać z aplikacji, jakie wnioski można złożyć online i jak je aktywować.

• W czwartek, 16 października, w godz. 10-12 pod numerem 43 840 52 65 odbędzie się dyżur dotyczący renty socjalnej i dodatku dopełniającego. Specjalista ZUS odpowie na pytania, kto może otrzymać świadczenie, jakie dokumenty są wymagane i w jaki sposób należy je złożyć w ZUS.

• W piątek, 17 października, w godz. 10-13 pod numerem 43 824 78 87, będzie można skontaktować się z ekspertem w zakresie poprawiania dokumentów zgłoszeniowych i rozliczeniowych w programie Interaktywny Płatnik Plus. Uczestnicy poznają zasady wypełniania i korygowania formularzy obowiązujących płatników składki.

Uwaga! Numery telefonów będą czynne wyłącznie w czasie trwania dyżurów.

## Młodzi lekarze z całej Polski zdawali w Łodzi test specjalizacyjny z medycyny rodzinnej

Liliana Bogusiak-Jóźwiak

**Ponad 600 lekarzy z całej Polski zdawało wczoraj egzamin w Atlas Arenie. O godz. 9 pisali ci, którzy chcą mieć specjalizację z medycyny rodzinnej, a o godz. 13 lekarze po zakończeniu szkoleniu z chorób wewnętrznych. Wszyscy pracują już w poradniach POZ. Lekarze obu specjalizacji są poszukiwani na rynku pracy, więc to młodzi medycy dyktują warunki płacy.**

- To ogrom materiału i wielomiesięczne przygotowania, jednym zajęło to trzy miesiące, innym sześć - mówi Paulina Grzonka-Oczkowska, która zdawała test z medycyny rodzinnej. Do Łodzi przyjechała z Katowic.

W poradni na Lumumbowie pracuje zdający egzamin specjalizacyjny lekarz Piotr Rościszewski. - My jako lekarze całe życie się uczymy - mówił przed egzaminem.

Na test ze świętokrzyskiego przyjechała do Łodzi lekarka, która uczyła się do niego pół ro-

ku. Pracuje w poradni lekarzy rodzinnych i w czasie 6 godzin często przyjmuje nawet 40 pacjentów.

Jak podkreślają nasi rozmówcy, 120 pytań, na które trzeba odpowiedzieć w ciągu 3 godzin, to nie lada wyzwanie. Pytania są często rozbudowane, a możliwych odpowiedzi 5. Egzamin traktują jako usystematyzowanie wiedzy. Po zdanej części pisemnej (zalicza 60 proc.) ci z nich, którzy zdobędą 90 proc., są zwolnieni z egzaminu ustnego. Tego egzaminu

nie zdaje ok. 25 proc. Słabiej zdają osoby podchodzące do tego nie po raz kolejny. Do testu można podchodzić maksymalnie 10 razy.

- To państwowy egzamin specjalizacyjny dający możliwość samodzielnego prowadzenia i obejmowanie różnych funkcji - mówi dr Rafał Kubiak, dyrektor Centrum Egzaminów Medycznych w Łodzi, organizator egzaminów. - Przystępują do niego lekarze po 5-letnim szkoleniu specjalizacyjnym poprzedzonym 13-miesięcznym

stażem dyplomowym po studiach medycznych.

Medycyna rodzinna to bardzo pożądana specjalizacja na rynku pracy. Lekarzy z tą specjalizacją jest tylko 12 tys., a potrzeba ponad 30 tys. Pracują w podstawowej opiece medycznej. Specjalizacja z medycyny rodzinnej jest obecnie najliczniejsza. Jak podaje portal zndzpracę.pl, zarobki lekarzy medycyny rodzinnej w ubiegłym roku wynosiły średnio 11 tys. 580 zł brutto. Najwyższe pensje wynosiły nieco ponad 16 tys. zł.



FOT. KRZYSZTOF SZYMCAK

# Łódzkie Forum Seniora

## - wiedza, emocje i dobra zabawa

Jesienna edycja Łódzkiego Forum Seniora obfitowała w interesujące spotkania, emocje i po prostu dobrą zabawę. Wydarzenie pod hasłem „Jesień życia - aktywnie z pasją” odbyło się w poniedziałek 13 października w hali Expo Łódź.

**Dariusz Pawłowski**

Łódzkie Forum Seniora redakcje „Dziennika Łódzkiego” i „Expressu Ilustrowanego” organizują cyklicznie i po raz kolejny nasze przedsięwzięcie zgromadziło liczne grono uczestników. Wydarzenie to propozycja dla seniorów aktywnych, z pasją, ceniących spotkania w inspirującym towarzystwie. Cieszymy się, że wśród naszych Czytelników takich osób nie brakuje.

Uczestnicy Forum mogli wziąć udział w ciekawych prelekcjach, pełnych cennych porad wystąpieniach oraz odwiedzić stoiska partnerów wydarzenia, z praktycznymi i wartościowymi informacjami z różnych dziedzin życia seniora. Był to również świetna okazja do nawiązania nowych znajomości i rozmów z ekspertami oraz innymi uczestnikami.

- To znakomicie, że organizujecie takie imprezy - powiedział „Dziennikowi Łódzkiemu” pan Krzysztof, jeden z uczestników Łódzkiego Forum Seniora. - Zdobyłem wiele informacji, zrobiłem sporo notatek. Cieszę się też, że na naszym stoisku mogłem zająć do mojej ulubionej gazety.

Część informacyjną Łódzkiego Forum Seniora rozpoczęła Monika Mazurkiewicz, starszy specjalista protetyki słuchu z firmy Audika. Można się było dowiedzieć, co wpływa na obniżenie jakości słuchu, jakie sygnały powinny być dla nas ostrzegawcze i sprawić, że wybieramy się do lekarza. A w mobilnym gabinecie Audiakabus można było wykonać bezpłatne badanie słuchu - co



ważne, bez zapisów i kolejek - oraz skorzystać z porad specjalistów

Firma Milkpol przygotowała stoisko z degustacją swoich produktów, a reprezentant przedsiębiorstwa, Rafał Tomczyk, wygłosił prelekcję „Naturalnie zdrowi, naturalnie smacznici - Sekret długowieczności w prostych produktach”. W ten sposób można się było dowiedzieć, jak w prosty sposób wprowadzić zdrowe nawyki żywieniowe.

Urząd Statystyczny w Łodzi przygotował wystąpienie „Co warto wiedzieć o badaniach ankietowych Głównego Urzędu Statystycznego”. Słuchacze dowiedzieli się, jak rozpoznać ankietę Urzędu Statystycznego i dlaczego nie należy się obawiać uczestnictwa w badaniach. Na stoisku czekały ulotki, gadżety, a pracownicy Urzędu odpowiadały na liczne pytania uczestników.

Była również zachęta do spędzania wolnego czasu na łonie natury. A to za sprawą Zespołu Parków Krajobrazowych Województwa Łódzkiego, który zaprezentował projekt „Owocowe łódzkie” i przekazał zainteresowanym sadzonki drzew oraz

krzewów owocowych. Dyrektor placówki, Katarzyna Krakowska opowiedziała przy tym o „Praktycznych sposobach łagodzenia skutków zmian klimatu na terenie Parków Krajobrazowych województwa łódzkiego”. Goście mogli nie tylko przekonać się, że zmiany klimatyczne są faktem, ale również zastanowić się, jak sami swoim postępowaniem mogą wpłynąć na łagodzenie ich konsekwencji.

W Forum wziął udział także Zakład Ubezpieczeń Społecznych. Przedstawicielka instytucji w prelekcji „Senior Manager ds. własnego bezpieczeństwa - Usługi Elektroniczne ZUS” przedstawiła aktualne informacje dotyczące świadczeń, waloryzacji i rozwiązań wspierających bezpieczeństwo finansowe seniorów.

Niezwykle inspirujące i budujące wystąpienie zaproponowała Magdalena Niedźwiecka-Anuszczyk - psychopedaagog, trener strategii psychopeda, pozytywnie odporności psychicznej w Happy Me Academy oraz ekspert w zakresie zarządzania dobromem. Prelekcja nosiła tytuł prelekcja „Moc codziennych rytuałów - jak budować siłę psychiczną



w dojrzałym wieku”, a poświęcona była praktycznym sposobom wzmacniania odporności psychicznej, rozwijania pozytywnych nawyków i budowania harmonii w codziennym życiu. Uczestnicy dowiedzieli się, jak dzięki prostym rytuałom wspierać swoje zdrowie psychiczne i emocjonalne niezależnie od wieku. Okazuje się, że ważna jest po prostu życzliwość, a czasem wystarczy położyć rękę na klatkę piersiową na wysokości serca, by poczuć się lepiej.

Na stoisku przygotowanym przez Świat Zdrowia goście wydarzenia mogli bezpłatnie wykonać szybki test kasetkowy w kierunku wirusa HCV. Dodatkowo, wspólnie z Liderem Obszaru Pacjenta Małgorzatą Janiak-Przybyłą, prowadzona była edukacja zdrowotna dotycząca profilaktyki chorób oraz możliwości skorzystania z programów takich jak opieka koordynowana w POZ. Seniorzy zainteresowani stałą opieką medyczną mogli również uzyskać informacje i wzory deklaracji do Podstawowej Opieki Zdrowotnej.

Do Forum Seniora dołączyła też firma Normobaria, oferu-

jąca nowoczesną metodę wspierania zdrowia i regeneracji organizmu poprzez przebywanie w komorze normobarycznej z podwyższonym ciśnieniem i odpowiednio dobranym składem powietrza. Przy stoisku uczestnicy mogli dowiedzieć się, jak działa normobaria, kto może z niej korzystać oraz zapisać się na bezpłatną sesję próbną.

Goście mogli również poznać ofertę Ostoi Seniora - miejsca, które łączy komfort nowoczesnego mieszkania z troską o potrzeby osób starszych. Przedstawiciele firmy opowiadali o szczegółach przedsięwzięcia i odpowiadali na pytania zainteresowanych. Partnerem Forum było także Orientarium ZOO Łódź, które zapraszało do odwiedzin, by przyjemność spaceru połączyć z oglądaniem radości słońi w kąpieli, pokazowego karmienia zwierząt i barwnych raf w tunelu oceanicznym. Przedstawiono przy tym możliwość skorzystania z promocji dla seniorów przy zakupie biletów. W gronie partnerów wydarzenia były również Termy Poddebice.

Nadszedł też czas na część artystyczną. Najpierw uczestników zachwycili swoją energią tancerze z Grupy Yo! Yo! Seniorzy. Następnie na scenę wyszła gwiazda jesiennego Łódzkiego Forum Seniora - znakomita śpiewaczka operowa, operetkowa i musicalowa Anna Cymmerman. Artystka w krótkiej rozmowie z red. Dariuszem Pawłowskim z „Dziennika Łódzkiego” opowiedziała o kulisach pracy artystki operowej, a następnie przedstawiła chór Muzyczne Perły, którego jest współzałożycielką, a który tworzą osoby 60+. Na finał solistka wraz z członkiniami chóru dała żywiołowy koncert, z takimi przebojami jak „Serduszek puka w rytmie cha-cha” czy „Ale to już było”, który porwał do tańca i wspólnego śpiewania uśmiechniętych uczestników Forum. Po raz kolejny okazało się, że serdeczne relacje są tym, co daje nam największą frajdę.

Dla uczestników Forum słodki poczęstunek przygotowała cukiernia Barbarella, a wodę - firma Primavera. Do zobaczenia na wiosennym Łódzkim Forum Seniora!

### ORGANIZATORZY



### PARTNERZY



# ŁÓDŹ

## JAKĄ PAMIĘTAMY

Anna Gronczewska

**Dziś to jeden z największych i najnowocześniejszych polskich szpitali. Zbudowano go, by oddać hołd wszystkim polskim matkom. Decyzję o budowie Centrum Zdrowia Matki Polki podjął generał Wojciech Jaruzelski. Miał to być prezent na Dzień Kobiet.**

Kiedy w maju 1982 roku, w stanie wojennym, obchodzono Dzień Matki, Wojskowa Rada Ocalenia Narodowego zaproponowano budowę pomnika Matki-Polki. W czerwcu tego samego roku Jaruzelski spotkał się z kobietami. Na tym spotkaniu znów mówiono o pomniku będącym hołdem oddanym polskim matkom. Wtedy Jaruzelski zdecydowa-

wał, że taki pomnik powstanie.

- Trwały jednak dyskusje w jakie formie ma być ten pomnik - wspominał nieżyjący już Józef Niewiadomski, były prezydent Łodzi i pierwszy sekretarz Komitetu Łódzkiego Polskiej Zjednoczonej Partii Robotniczej. - Czy ma to być monumentalny pomnik, a może właśnie szpital poświęcony polskim matkom? Ostatecznie zdecydowano, że będzie to szpital.

Nie podjęto jednak decyzji, gdzie ten szpital ma powstać. Józef Niewiadomski zapewniał, że od samego początku podjęto starania, by zbudowano go w Łodzi.

Powołano Radę Obywatelską budowy Pomnika Szpitala Matki Polki. Na jej czele stał ówczesny wicepremier, Zenon Komender. W jej skład

# Matka Polka na Chojnach



Archiwalne zdjęcia, które z czasów dzieciństwa i młodości. Kontynuujemy naszą sentymentalną, fotograficzną podróż po Łodzi.

weszło też m.in. dwóch generałów: Michał Janiszewski i Józef Baryła, a także Tadeusz Szelachowski i Józef Niewiadomski.

1 października 1984 roku uroczystie wmurowano kamień węgielny pod budowę Centrum Zdrowia Matki Polki. Na tę uroczystość przyjechał generał Jaruzelski. Akt erek-

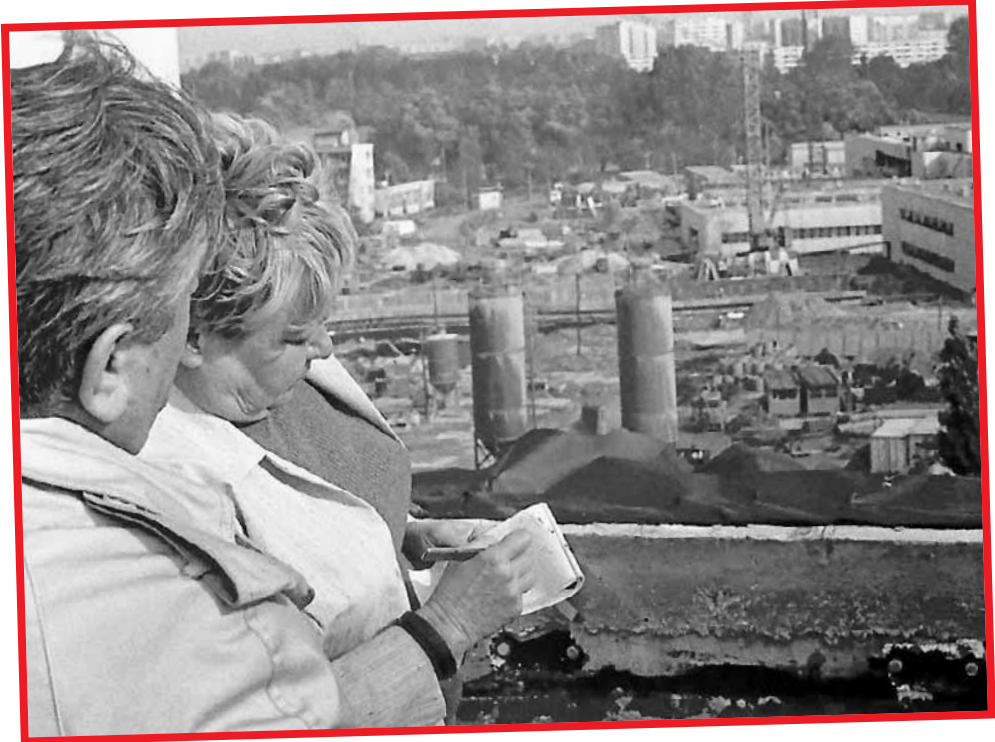
cyjny włożono do metalowej tuby, którą zrobiła załoga zakładów „Elta” w Łodzi. Budowa ruszyła już 21 października.

Postanowiono, że szpital powstanie na Chojnach, przy drodze wylotowej z Łodzi. W tym miejscu, miał według wcześniejszych planów powstać łódzki szpital pediatriczny. By-

ło to miejsce mające dodatkowe zasilanie elektryczne, ciepłownicze.

26 maja 1988 roku nastąpiło uroczyste otwarcie Szpitala Pomnika Matki Polki. Wtedy oddano go do zagospodarowania służbie zdrowia. W grudniu tego samego roku urodziło się w tym szpitalu pierwsze dziecko.





FOT. ARCHIWUM EI, FOTOPOLSKA.EU

## ZELENSKI JEDZIE DO TRUMPA. TOMAHAWKI DLA UKRAINY?

Grzegorz Kuczyński, PAP

**Prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski w najbliższy piątek spotka się z prezydentem USA Donaldem Trumpem w Waszyngtonie. Jednym z tematów rozmów będą pociski Tomahawk.**

- Spotkam się w Waszyngtonie z prezydentem Trumpem. Sądzę, że powinniśmy przedyskutować kolejność kroków, które chcę zaproponować prezydentowi - powiedział Zełenski podczas briefingu z szefową dyplomacji UE Kają Kallas.

Do trzeciej wizyty ukraińskiego prezydenta w Białym Domu podczas prezydentury Trumpa dojdzie po dwóch weekendowych rozmowach telefonicznych między przywódcami, podczas których omawiali oni m.in. potencjalną sprzedaż Ukrainie pocisków manewrujących Tomahawk.

- Rozmawialiśmy o broni, której potrzebują, o rodzajach broni, której potrzebują, bardzo potrzebują Patriotów, bardzo

chcieliby mieć Tomahawki. (...) Rozmawialiśmy o tym i tak dalej, zobaczymy - relacjonował w niedzielę Trump dziennikarzom podczas podróży do Izraela. Zaznaczył jednak, że zanim podejmie decyzje w tej sprawie, będzie musiał porozmawiać o tym z Władimirem Putinem.

Zełenski zapewnił, że rakie-ty, które Ukraina być może uzyska - o ile USA wyrażą na to zgodę - będą wykorzystywane jedynie do atakowania celów wojskowych w Rosji.

Wenezuelskie służby dyplomatyczne poinformowały o zamknięciu placówki w Oslo. To reakcja na przyznanie Pokojowej Nagrody Nobla wenezuelskiej dysydencie, Marii Corinie Machado.

Rzeczniczka norweskiego MSZ Cecilie Roang przyznała, że decyzję Wenezueli przyjęto w Oslo z ubolewaniem. Zapewniła, że rząd norweski nie planuje podejmować podobnych kroków, mimo że w wielu kwestiach poglądy Norwegii i Wenezueli różnią się.



**Zełenski zapewnił, że jeśli Ukraina uzyska Tomahawki, użyje ich tylko do atakowania celów wojskowych w Rosji.**

FOT. PAP/EPSTEIN/STRINGER

## Premier: Rząd zrobi wszystko, aby ratować Jastrzębską Spółkę Węglową

Anna Nagel, PAP

**- Rząd zrobi wszystko, żeby przekształcić Jastrzębską Spółkę Węglową (JSW) w ten sposób, aby ją uratować, a przynajmniej uratować jej istotną część - powiedział premier Donald Tusk.**

W sobotę Jastrzębska Spółka Węglowa podała, że jej zarząd podjął uchwałę ws. rozpoczęcia przygotowań do procesu restrukturyzacji. Zgodnie z komunikatem JSW, do 31 stycznia ma zostać wypracowane porozumienie ze stroną społeczną dot. dostosowania kosztów wynagrodzeń do obecnej sytuacji spółki, wypracowanie nowych warunków finansowania z instytucjami oraz opracowanie możliwych form wsparcia ze strony

Skarbu Państwa. Zdaniem zarządu spółki te działania pozwolą ustalić kolejne kroki naprawcze lub restrukturyzacyjne oraz ramy funkcjonowania JSW w perspektywie długoterminowej.

- My zrobimy wszystko, żeby tak przekształcić JSW, by ratować tę firmę, a przynajmniej istotną jej część. Ten plan jest precyzyjny, to jest kwestia finansów i dobrowolnych odejść z pracy - powiedział premier Donald Tusk we wtorek na konferencji prasowej w Raciborzu.

Szef rządu podkreślił, że plan dotyczący naprawy JSW będzie niedługo zaprezentowany przez ministra aktywów państwowych oraz ministra energii. Podkreślił, że pewne działania zostały już podjęte.

# Pakt senacki PiS i Konfederacji? Mentzen i Nawrocki rozmawiają

Karolina Wrońska, PAP

**Sławomir Mentzen przekazał, że rozmawiał w poniedziałek z Karolem Nawrockim o pakcie senackim Konfederacji z PiS. Według posła Nawrocki miałby być gospodarzem paktu obu partii.**

- Prezydentowi zależy na poprawie relacji po prawej stronie sceny politycznej - stwierdził Sławomir Mentzen. Z kolei prezydencki rzecznik Rafał Leśkiewicz, pytany przez PAP o rozmowę Nawrockiego z Mentzenem, odmówił komentarza w tej sprawie. Mentzen, zapytany w Polsat News o to, kiedy ostatnio rozmawiał z prezydentem, odpowiedział, że w poniedziałek. Podkreślił, że rozmowa trwała około godziny.

- Wydaje mi się, że to była bardzo dobra i konstruktywna rozmowa, z której jestem bardzo zadowolony - powiedział.

Dopytywany o szczegóły, powiedział, że jednym z wątków poruszonych w rozmowie z Nawrockim był pomysł nawiązania paktu senackiego Konfederacji z PiS, którego gospodarzem miałby być właśnie Nawrocki.

- Prezydent Nawrocki doskonale rozumie sytuację, obszeruje nasze nieporozumie-



**W ostatnim czasie Jarosław Kaczyński i Sławomir Mentzen nie szczędzili sobie bardzo mocnych słów.**

FOT. PAP/LESZEK SZYMANSKI

nia z prezesem (PiS, Jarosławem) Kaczyńskim. (...) Wierzę, że za jakiś czas być może (prezydent) weźmie na siebie jakąś odpowiedzialność, żeby nas troszeczkę zbliżyć - ocenił poseł Konfederacji.

W jego ocenie prezydentowi zależy na poprawie relacji „po prawej stronie polskiej sceny politycznej”.

- Prezydent rozumie zarówno moje zdanie, jak i argumenty Jarosława Kaczyńskiego. Czuję się uczciwie i sprawiedliwie traktowany przez prezydenta Nawrockiego - powiedział Mentzen.

W ubiegłą środę Mentzen mówił w Radiu ZET, że w sprawie możliwego paktu senackiego Konfederacji z PiS mógłby rozmawiać z prezydentem.

- Gdyby Karol Nawrocki był gospodarzem paktu senackiego, szerokich sił prawicowych, to byłoby to bardzo ciekawe rozwiązanie - powiedział wtedy. Jednocześnie zaznaczył, że nie zamierza rozmawiać na ten temat z Kaczyńskim, który „bez przerwy powtarza, że nie chce z nami rozmawiać”. Zdaniem Mentzena Kaczyński „nie jest czło-

wiekiem, który dotrzymuje umów”.

Kaczyński, pytany o tę wypowiedź na środowiskowej konferencji prasowej stwierdził, że łączenie takich propozycji z „obraźliwymi występiami” pokazuje tylko jedną rzecz - obecność pana Mentzena w polityce jest jednak pewnym nieporozumieniem”. Szef PiS ocenił też wtedy, że pomysł paktu senackiego, którego gospodarzem byłby Nawrocki, jest „racjonalny, ale oczywiście ta racjonalność bywa zakłócana”.

- Racjonalni ludzie, jako tako wychowani, nierzucający całkowicie nieprawdziwych oskarżeń, mogą ze sobą rozmawiać, ale jeżeli ktoś cierpi na jakieś niedostatki, to powinien najpierw się doprowadzić do dobrego stanu, a dopiero później przejść do polityki - dodał.

Kaczyński zaznaczył, że teoretyczne rozmowy dotyczące paktu senackiego toczą się tylko wewnątrz partii.

- Żadnych rokowań nie ma - podkreślił. Jego zdaniem koncepcja paktu senackiego funkcjonuje też w rozmowach polityków innych prawicowych partii. Łatwo obliczyć, że gdyby nasza strona zawarła taki pakt, to on też byłby efektywny, i to bardziej niż z tamtej strony, i dlatego jest o czym mówić.

## Erdogan z ważną deklaracją ws. Strefy Gazy

Karolina Wrońska, PAP

**Prezydent Turcji Recep Tayyip Erdogan zapowiedział, że będzie zabiegał o wsparcie państw Zatoki Perskiej, USA i Europy w odbudowie Strefy Gazy na mocy porozumienia.**

Erdogan podkreślił znaczenie odbudowy Strefy Gazy, obiecując, że Ankara podejmie wszelkie niezbędne środki, aby zaspokoić potrzeby humanitarne Palestyńczyków jeszcze przed nadejściem zimy.

W rozmowie z dziennikarzami na pokładzie samolotu powrotnego z Egiptu, Erdogan określił rozmowy z prezydentem USA Donaldem Trumpem jako „niezwykle ważne” i obiecał kontynuować je z „taką samą uwagą”. Zaznaczył, że Turcja jest „bardzo entuzjastycznie nastawiona do wprowadzenia porządku pokojowego w Strefie Gazy”.



**Recep Tayyip Erdogan może pomóc w zakończeniu wojny w Ukrainie**

FOT. PAP/EPSTEIN/STRINGER

„Ludobójstwo nie zostanie zapomniane”

Odnosząc się do odbudowy palestyńskiego terytorium, Erdogan przyznał, że Turcja zabiega o wsparcie „ze wszystkich stron - od krajów Zatoki Perskiej po Stany Zjednoczone i Europę” i podkreślił, że trwa-

jące działania mają na celu zapewnienie, że ludobójstwo w Strefie Gazy na pewno „nie zostanie zapomniane”.

„Wierzę, że znaczące wsparcie finansowe zostanie szybko udzielone i projekty odbudowy realizowane przez Organizację Współpracy Islamskiej i Ligę

Arabską wkrótce ruszą” - poinformował dziennikarzy turecki przywódca.

Erdogan przypomniał też, że w ostatnich dniach do Strefy Gazy wjechało około 350 ciężarówek z pomocą humanitarną z Turcji, zauważając, że porozumienie między Hamasem a Izraelem przewiduje co najmniej 600 ciężarówek dziennie. Erdogan powtórzył też stanowisko Ankary, która regularnie apeluje o wdrożenie popieranego przez wiele krajów rozwiązania dwupaństwowego, które - w jej ocenie - miałyby rozwiązać konflikt Izraela z Palestyną.

Turcja wzywa do utworzenia niezależnej Palestyny ze stolicą w Jerozolimie Wschodniej. Izrael w wyniku tzw. wojny sześciodniowej z 1967 r. zajął należące wówczas do Syrii Wzgórza Golan, jordański Zachodni Brzeg, część Jerozolimy, okręg Gazy i półwysep Synaj.

# Proces w sprawie zabójstwa Iwony Cygan trwa siedem lat. Kiedy wyrok?



Do zabójstwa Iwony Cygan doszło w 1998 roku, ale do dziś nikt nie odpowiedział za zbrodnię dokonaną na 17-letniej mieszkance Szczucina. Od ponad siedmiu lat w Sądzie Okręgowym w Rzeszowie trwa proces. Kiedy możemy spodziewać się wyroku?

Robert Gąsiorek

**Na temat zabójstwa, do którego doszło w sierpniu 1998 r. w Szczucinie, zrodziło się wiele teorii i domysłów. Śledztwo w sprawie zbrodni mimo przesłuchań szeregu osób i przeróżnych ekspertyz przez wiele lat nie mogło się doczekać szczęśliwego finału.**

Gdyby nie upór bliskich Iwony oraz ich prawnika, śledztwo prawdopodobnie już dawno byłoby umorzone. Tymczasem ku końcowi zmierza proces, który od ponad siedmiu lat toczy się przed Sądem Okręgowym w Rzeszowie. Na ławie oskarżonych zasiada w sumie 17 osób. Wśród nich Paweł K., który zdaniem prokuratury brutalnie zamordował młodą mieszkankę Szczucina, a także jego ojciec Józef, który miał mu pomagać w dokonaniu zbrodni.

- Proces trwa bardzo długo i już chcemy jego końca - mówi Aneta Kupiec, siostra zamordowanej 27 lat temu Iwony Cygan.

## Brutalne zabójstwo

Ciało nastolatki zostało odnalezione 14 sierpnia 1998 r. w międzywale Wisły w Łęce Szczucińskiej. Zwłoki nosiły ślady pobicia, na szyi Iwony zaciśnięty był metalowy drut, ręce miała związane z tyłu sznurkiem. Sekcja wykazała, że zginęła na skutek duszenia i zachłyśnięcia własną krwią. Przed śmiercią sprawca się nad nią znęcał - obciął jej część włosów i wyrwał koliczki.

Bezpośrednio po zabójstwie Iwony Cygan nie udało się ustalić sprawcy. Początkowo śledztwo prowadziła prokuratura w Dąbrowie Tarnow-

skiej, później sprawą zajmowała się Prokuratura Okręgowa w Tarnowie. Postępowanie było kilkakrotnie umarzane, wznawiane i znowu zamknięte. Po kilku latach sprawą zainteresowało się policyjne Archiwum X. W wyniku poczynionych ustaleń w 2009 r. śledztwo podjęła Prokuratura Okręgowa w Tarnowie, ale wciąż nie przynosiło ono rezultatów.

Przełom nastąpił w 2016 r. Sprawą zajął się wtedy Wydział Zamiejscowy Departamentu ds. Przestępczości Zorganizowanej i Korupcji Prokuratury Krajowej w Krakowie. Do pracy nad sprawą wrócili też policjanci z krakowskiego Archiwum X.

## Złamana zмова milczenia

O tym, że śledztwo nabrało tempa, można się było przekonać w październiku 2016 roku. W Łęce Szczucińskiej odbył się wtedy eksperyment procesowy, mający na celu ustalenie istotnych dla śledztwa okoliczności sprawy, jak również weryfikację materiałów dowodowych.

- Jesteśmy o krok od złapania zabójców. Śledztwo jest bardzo zaawansowane, a miejscowa zмова milczenia została złamana. Są świadkowie, którzy wskazują określone okoliczności sprawy. Podajemy je teraz weryfikacji - mówił wtedy prokurator Piotr Krupiński, naczelnik małopolskiego oddziału Prokuratury Krajowej, który zajmował się sprawą zabójstwa Iwony Cygan.

W trakcie eksperymentu wykorzystano specjalistyczny sprzęt, m.in. dron oraz cyfrowe urządzenie do mapowania miejsc zdarzeń. Po wykonanych czynnościach śledczy przekazali, że udało im się znaleźć drut, z którego zabój-

cy oderwali prawdopodobnie kawałek, by zaciśnąć go na szyi Iwony. Do prokuratury zaczęli się też zgłaszać świadkowie, którzy dzielili się swoimi informacjami nt. śmierci dziewczyny. Śledczy podkreślali, że w końcu na dobre udało im się złamać zmovę milczenia, która panowała w Szczucinie.

Pierwsze zatrzymania w sprawie zabójstwa Iwony Cygan nastąpiły pod koniec 2016 roku. Do aresztu trafił m.in. Józef K., który usłyszał zarzut pomocnictwa w zabójstwie ze szczególnym okrucieństwem. Zatrzymano również Renatę G., przyjaciółkę Iwony, która odpowiadała dziś przed sądem za składanie fałszywych zeznań, a także dwóch policjantów Leszka W. i Grzegorza J., którzy w okresie, gdy doszło do zbrodni, pracowali w Komisariacie Policji w Szczucinie.

Prokuratura wystawiła też list gończy za Pawłem K., czyli synem Józefa K., którego prokuratura oskarża o zabójstwo ze szczególnym okrucieństwem. Mężczyzna został schwytany w Austrii 9 stycznia, a następnie deportowany do Polski.

Początkiem stycznia 2017 roku prokuratura wspólnie z policją przeprowadziła kolejny eksperyment procesowy. Doszło do niego w środku dnia, w samym centrum Szczucina. Odtwarzano moment, w którym Iwona wsiała do poloneza, którym mógł się poruszać Paweł K.

## Pierwszy wyrok

W marcu 2017 roku zapadł pierwszy wyrok w sprawie zabójstwa Iwony Cygan. Sąd Rejonowy w Dąbrowie Tarnowskiej na 11 miesięcy więzienia, w zawieszeniu na dwa lata oraz 3 tys. zł grzywny skazał

Leszka W. Były policjant komisariatu w Szczucinie uznany został winnym nadużycia uprawnień w celu osiągnięcia korzyści majątkowej oraz utrudniania śledztwa.

W kolejnych miesiącach zatrzymano innych byłych, a także pracujących wtedy funkcjonariuszy policji ze Szczucina i Dąbrowy Tarnowskiej. Wśród nich znalazł się m.in. były komendant Komendy Powiatowej Policji w Dąbrowie Tarnowskiej Andrzej K., były szef szczucińskiego komisariatu Maciej Cz. oraz były szef wydziału kryminalnego dąbrowskiej komendy Bogdan P.

W sumie w sprawie zarzuty niedopełnienia obowiązków i utrudniania śledztwa usłyszało 14 byłych już funkcjonariuszy policji.

Śledztwo prowadzone przez prokuratora Krupińskiego zakończyło się 1 grudnia skierowaniem do Sądu Okręgowego w Tarnowie aktu oskarżenia przeciwko wszystkim podejrzanym.

## Oskarżeni są już na wolności

Ostatecznie proces został przeniesiony do Sądu Okręgowego w Rzeszowie. Temu, aby sprawa nie była rozpatrywana, przez tarnowski sąd, sprzeciwiała się rodzina Iwony Cygan.

O przeniesieniu sprawy do Rzeszowa zdecydował ostatecznie fakt, że wszyscy sędziowie Sądu Okręgowego w Tarnowie wystąpili o wyłączenie ich od udziału w rozpoznaniu sprawy zabójstwa Iwony Cygan. Na decyzję sędziów wpłynęło to, że jeden z oskarżonych w sprawie zabójstwa nastolatki ze Szczucina, były policjant Maciej Cz., był powiązany rodzinnie z sędziami tarnowskiego sądu.

Proces w rzeszowskim sądzie ruszył 6 czerwca 2018 roku. Został on w dużej mierze utajniony. Gdy postępowanie sądowe się rozpoczynało, tylko jeden oskarżony odpowiadał z wolnej stopy. Reszta była doprowadzana na rozprawy z aresztów śledczych.

W październiku 2018 roku sąd uchylił takie środki zapobiegawcze wobec większości oskarżonych. Za kratkami pozostali wtedy jedynie Paweł K. i jego ojciec Józef. Jednak i oni po kilku latach wyszli na wolność.

W październiku 2021 roku sąd zdecydował o zwolnieniu z aresztu ze względów zdrowotnych Józefa K. Natomiast w czerwcu 2022 roku na wolność wyszedł Paweł K. W uzasadnieniu takiej decyzji sąd odwoływał się m.in. do Europejskiej Konwencji o Ochronie Praw Człowieka i Podstawowych Wolnościach.

- Sąd nie zmienił zdania, że w stosunku do oskarżonego ustały przesłanki do stosowania środków zapobiegawczych, ale w miarę upływu czasu tymczasowy areszt odbierany jest jako antycypacja kary - wyjaśniała wtedy Brygida Gradkowska-Ferenc, ówczesna rzeczniczka prasowa Sądu Okręgowego w Rzeszowie.

Z argumentacją sądu nie zgadzała się rodzina Iwony Cygan. Ale zaskarżona przez nich oraz prokuratura decyzja sądu została ostatecznie utrzymana i wszyscy oskarżeni odpowiadają przed rzeszowskim sądem z wolnej stopy.

Proces w sprawie zabójstwa Iwony Cygan trwa już ponad siedem lat. W tym czasie przesłuchano kilkuset świadków, w tym tzw. świadków incognito. W sprawie wypowiedziało się również szereg biegłych z różnych dziedzin.

- Z pewnością liczba świadków, liczba opinii, w ogóle całe postępowanie przygotowane, jakie w tej sprawie się toczyło i problemy z tym związane, które zresztą znajdują odzwierciedlenie na liście oskarżonych, bo pamiętajmy, że jest tam cała grupa policjantów, świadczą o tym, że ta sprawa należy do trudniejszych, jakie znalazły się na wokandzie Sądu Okręgowego w Rzeszowie - mówi sędzia Tomasz Mucha, rzecznik prasowy Sądu Okręgowego w Rzeszowie.

W trakcie toczącego się procesu dziennikarz Mateusz Baczynski opublikował materiały, które podają w wątpliwość ustalenia prokuratora Krupińskiego i policjantów z Archiwum X. Rodzina Iwony Cygan ocenia to jednak jako forsowanie linii obrony oskarżonych i uderzenie w dobre imię zmarłej nastolatki.

- Zaczęły powstawać różne historie na temat Iwony, ale to jest narracja oskarżonych, którą od wielu lat już słyszę. Nasz mecenas zawsze powtarzał, że prawda zawsze się obroni i w to głęboko wierzę. Jeździłam na rozprawy, czytałam akta sprawy i wiem, jakie są dowody - podkreśla Aneta Kupiec.

## Czekając na wyrok

Jak udało się nam dowiedzieć, proces w sprawie zabójstwa Iwony Cygan zmierza ku końcowi. Wyrok może zostać ogłoszony na początku przyszłego roku. - Sędzia referent widzi szansę na zakończenie postępowania w pierwszym kwartale przyszłego roku - potwierdza sędzia Mucha.

Rozstrzygnięcie sądu, choć jeszcze nieprawomocne, będzie ogromnym przełomem w sprawie, która od 27 lat czeka na wyjaśnienie.

Dr Joanna Niueumins-Sawicka prowadzi zajęcia  
w zakresie kompleksowej diagnostyki obrazowej  
układu mięśniowo-szkieletowego.

# Czy sztuczna inteligencja zastąpi lekarzy radiologów?

- AI zastąpi radiologów, ale tylko tzw. opisywaczy, bo jeżeli ktoś opisuje tylko to co widzi na obrazku z badania - „uszkodzone, pęknięte” itd. nie formułując żadnego wniosku, to bez problemu może go zastąpić sztuczna inteligencja - tłumaczy dr n. med. Joanna Niemunis-Sawicka, radiolog specjalizująca się w diagnostyce narządu ruchu.

Anita Czupryn

**Mam wrażenie, że pół życia pacjenci spędzają w kolejkach. Wśród nich są też ci skarżący się, że na badanie rezonansem magnetycznym czekać muszą nawet kilka miesięcy.**

Od czasu, gdy pojawił się rezonans magnetyczny, na to badanie jest ogromne zapotrzebowanie.

**A jeszcze niedawno zapisywano pacjentów na odległe terminy na tomografię komputerową...**

W dziedzinie diagnostyki radiologicznej dokonał się niesamowity postęp. Ja zaczyna-

łam jeszcze od takiego sekwencyjnego tomografu, który ciął badany narząd, oczywiście wirtualnie, na plasterki. Trudno było z tego stworzyć cały, wyraźny obraz. Dziś obraz w badaniu TK jest taki, jaki widzimy w atlasach anatomicznych. Umożliwia nam to tworzenie przestrzennych obrazów - na przykład stawów, kręgosłupa czy naczyń krwionośnych badanych choćby pod kątem tętniaków.

**Z tego, co udało mi się ustalić, wynika, że obecnie na tomografię komputerową nie ma tak dużego zapotrzebowania...**

Są pewne sytuacje, w których to badanie jest niezbędne. TK jest kluczowym narzędziem

w medycynie ratunkowej do szybkiej oceny w stanach nagłych; w urazach (szczególnie w diagnostyce obrażeń kostnych i we wstępnej ocenie narządów wewnętrznych). W neurologii wykorzystywany jest do szybkiej diagnostyki udarów mózgu. Poza momentami zagrożenia życia wykorzystywany jest we wszystkich niemal problemach medycznych.

**Jednak w neurologii to rezonans magnetyczny zrobił gigantyczną rewolucję.**

To prawda. O ile w tomografii komputerowej struktury kostne są bardzo dobrze widoczne, o tyle cały układ nerwowy i wszystkie tzw. tkanki

miękkie mogą być ocenione w ograniczonym zakresie. W tej chwili rezonans magnetyczny w neurologii i neurochirurgii jest po prostu narzędziem codziennym. W wielu salach operacyjnych u wielu chirurgów funkcjonują aparaty pomagające precyzyjnie ustalić zakres zabiegu.

**Czy wszyscy pacjenci czekający w kolejce potrzebują właśnie tego badania?**

Nie jestem pewna. Problemem w polskiej medycynie jest brak określonych i przestrzeganych wskazań, kiedy to badanie jest niezbędne. To oczywiście ma swoje plusy i minusy. W przypadku krótkotrwałych dolegliwości tzw. wypadnięcia dysku - na przy-

kład Francuzi każą czekać sześć tygodni, leczyć zachowawczo, a badanie wykonać przy braku postępu leczenia, jeśli będzie pacjenta dalej silnie bolało lub będzie czuł się gorzej. Ma to swoje wady i zalety, ale u nas jakkolwiek ból kręgosłupa jest powodem do wypisania pacjentowi skierowania na rezonans magnetyczny lub zgłoszenia się pacjenta na badanie komercyjne. Jakby nikt nie wiedział, że może boleć kręgosłup. W efekcie w jednej kolejce czekają osoby wymagające pilnej diagnostyki i osoby, które tak naprawdę badania nie potrzebują.

**Szastamy publicznymi bądź własnymi pieniędzmi?**

Trudno powiedzieć. Każdy chce poznać przyczynę złego samopoczucia. Chce zdiagnozować siebie, członków swojej rodziny - na przykład starszych rodziców. I to nie może dziwić. Problem w tym, że często nie ma żadnych wskazań do tych badań. Pacjenci z nich korzystają, zwłaszcza że badania są dostępne za niezbyt duże pieniądze. W związku z tym coraz więcej osób stać na takie badania. Rezonans kosztuje od 300 złotych, do około 1300 zł. Dla większości z nas zdrowie jest bardzo ważne i odmówimy sobie wielu innych rzeczy, aby pójść na badanie.

**Wcześniej jednak pacjent musi trafić do lekarza choćby po skierowanie?**

Rzeczywiście tak powinno być, ale tak nie jest. W wielu krajach pacjent nie może sobie pójść i wykupić badanie rezonansem, bo musi mieć od lekarza skierowanie. W realiach naszego systemu ochrony zdrowia pacjent musiałby czekać w dwóch kolejkach: jednej do lekarza specjalisty i drugiej - na badanie. Dlatego próbuje tę drogę sobie skrócić. Dziś pacjent, najczęściej jeszcze zanim pójdzie do swojego lekarza, ma już zrobiony rezonans. Nie zawsze tego, co trzeba, ale - jak twierdzi - nie chciałby pójść do lekarza z pustymi rękami. Podobnie jest z USG. W gabinecie zawsze zadaje pytanie „Dlaczego wykonujemy to badanie? Kto stwierdził, że jest ono potrzebne?”. Często słyszę odpowiedź, że nikt lub ktoś z bliskich lub znajomych poradził, żeby zrobić je przed wizytą u specjalisty. Rezonans jest badaniem stosunkowo bezpiecznym. Oczywiście obecność metalowych elementów w ciele pacjenta, które są na przykład w okolicach gałki ocznej uniemożliwiają jego wykonanie. Cała reszta w tym pompy insulinowe i rozruszniki serca mogą być przez lekarza prowadzącego odłączone na czas badania potem wyregulowane na nowo. Oczywiście np. protezy stawowe nie są przeciwwskazaniem do wykonania badania MR. Jest ich reszta coraz mniej. Nie da się ukryć, że wszystkie pracownice, które oferują badania odpłatne, po prostu je wykonują.

### **Szybciej na badanie można się dostać, jeżeli pacjent jest przyjęty do szpitala, prawda?**

Co do zasady tak, ale pacjent musi mieć wskazania do hospitalizacji. Coraz rzadziej zdarzają się diagnostyczne przyjęcia do szpitala. Wszystko co jest możliwe wykonuje się w trybie ambulatoryjnym, bo każdy dzień pobytu pacjenta w szpitalu to są wielkie pieniądze. Oczywiście pacjent, który wymaga położenia do szpitala jest badany wg potrzeb na bieżąco.

### **Jeżeli miałyby pani ostrzec pacjentów, żeby nie powtarzali badań, to które by pani wymieniła?**

Na pewno badanie rentgenowskie i tomografię komputerową, bo każda dawka promieniowania gromadzi się w naszym organizmie i to przez całe życie, choć tego nie widać. Są rejestry dawek i pacjent nie powinien być badany w promieniach rtg, jeżeli nie ma takiej potrzeby.

### **Bo mu to zaszkodzi?**

To nie jest tak, że jak zrobimy pięć zdjęć, to zwiększy się ryzyko nowotworu. Jeśli się ma trzydzieści badań TK w ciągu jednego miesiąca, to dawka się gromadzi i dochodzi do wywołania mutacji nowotworowych, czyli np. do uszkodzenia szpiku kostnego, co może doprowadzić do zaburzeń. Promieniowanie może wywołać mutacje w materiale genetycznym komórki, co prowadzi do rozwoju nowotworu.

### **Czy radiolodzy są bardzo obciążeni pracą?**

Są, ale z jednej strony są obciążeni, a z drugiej wreszcie dobrze zarabiają. Ale o tym decyduje rynek, czyli zapotrzebowanie na badanie wśród pacjentów. Aktualnie jest to specjalizacja, która jest dobrze płatna (wreszcie). A w dodatku lekarz radiolog może ją wykonywać zdalnie, co jednak nie jest dobre dla pacjentów. Lekarzy, którzy opisują badana zdalnie, traktuje się nie jak lekarzy, tylko jak „opisywaczy”.

### **Czy sztuczna inteligencja zastąpi radiologów?**

Zastąpi, ale lekarzy tzw. opisywaczy, bo jeżeli ktoś wykonuje opis systemowy - „uszkodzone, pęknięcie” i tak dalej, nie formułując żadnego wniosku, to może to zrobić pierwszoroczny rezydent, a w końcu także AI.

### **Czy AI już gdzieś funkcjonuje?**

Funkcjonuje już w naszych szpitalach, między innymi w Copernicusie i to bardzo przyzwyczajeni. To wyśmienita metoda do wykrywania wczesnych zawałów mózgu. Jak się jest na dyżurze, gdy jest duży natłok pracy, to przegapienie wczesnego niedokrwienia jest grzechem, bo chory może stać się osobą niesprawną. Dzięki AI zwiększa się prawdopodobieństwo wykrycia wczesnego zawału jeszcze w momencie, gdy wszystko jest odwracalne i lekarz neurolog może włączyć skuteczne leczenie. Często pacjent po takim incydencie może nie mieć nawet śladu przebytego zawału mózgu. Wg mnie to jest doskonałe. Ja osobiście bardzo chciałabym, żeby sztuczna inteligencja opisywała mi wszystkie kręgosłupy, a ja bym je tylko sprawdzała.

### **Czy AI ma jakieś wady?**

AI opisuje stan faktyczny, opisze to, co na obrazku badania, ale nic nie powie o pacjencie. Bo co ma powiedzieć? Będzie pani miała

w kręgosłupie zmiany zwyrodnieniowe, jak każdy człowiek, który ma więcej niż 50 lat. One właściwie nie są zwyrodnieniowe, tylko są to zmiany „ze zużycia”, a nieładnie mówi się starcze. I co z tego? Tymczasem ból jest w zupełnie innym miejscu, najczęściej z przyczepu mięśniowego. Ale obrazek został opisany i pacjent jest chory... A ponieważ miałam przyjemność być w dobrej szkole wybitnego radiologa ze Szpitala im. Mikołaja Kopernika, doktora Janusza Dębskiego i byłam jego uczennicą, wiem, jak ważna jest rozmowa z pacjentem i prawidłowa interpretacja dolegliwości pacjenta z badaniem obrazowym. Na jednym z pierwszych kursów, które prowadziłam wiele lat temu, okazało się, że sporo kolegów nie ma takich mistrzów w radiologii. Ortopedzi i neurochirurdzy z zespołu profesora Wojciecha Kłoca mówili: „Daj spokój, przecież z tego opisu nic nie wynika”.

### **A jak powinien wyglądać opis takiego badania?**

Głównym problemem w diagnozowaniu schorzeń układu kostno-stawowego nie jest wykonanie samego badania i jego opisanie, bo to jest jedna składowa diagnozy. Do jej postawienia potrzebne są często wyniki innych badań obrazowych: rentgena, rezonansu i USG. Mówię głównie o narzędzie ruchu, bo na tym się znam. Do tego jeszcze musimy mieć świadomość biomechaniki ludzkiego ciała. Często widzimy uszkodzenia, które w ogóle nie boją, równocześnie możemy nie widzieć zmian powodujących, a pacjent ma spore dolegliwości. Dopiero analiza wyników badań i rozmowa z pacjentem dają pewność, że diagnoza jest prawidłowa.

### **Właściwie każdego z nas dotyczy problem narządów ruchu....**

Nie ma człowieka, który by na coś nie cierpiał. Każdy ma bóle barku, stawu skokowego czy kręgosłupa. Tymczasem świadomość tego jest bardzo mała, zarówno wśród pacjentów, jak i - niestety - wśród lekarzy pierwszego kontaktu. Większość tych dolegliwości wynika tylko z tego, że za mało się ruszamy. Równocześnie duża część tych dolegliwości mogłaby się zmniejszać bez leczenia farmakologicznego czy operacyjnego. Jeżeli ci pacjenci (oczywiście tacy, którzy nie mają chorób uogólnionych jak reumatyzm, parkinsonizm itd.), będą się poruszali prawidłowo, to 80 procent z nich będzie mogła obejść się bez tabletek. Jako

społeczeństwo nie mamy jeszcze świadomości, jak ważny jest ruch. Chciałabym, żebyśmy jednak mieli większą świadomość, że zwłaszcza z wiekiem musimy się więcej ruszać.

### **Kiedyś były lekcje WF...**

Większość z nas, osób już dojrzałych i starszych jest z tego pokolenia, które ruszało się świetnie na lekcjach WF. Potem, jak mówią panie, „wyszłam za mąż i mam dzieci”, no i wszystko się skończyło. Oczywiście już ta świadomość jest wyższa, ale niestety większość z nas przestaje się ruszać. Zaczyna nas bardzo wszystko boleć, a to wynika tylko z tego, że biomechanika jest taka, że tracimy mięśnie. Jeśli nie mamy mięśni, to zaczynamy się poruszać za pomocą bardziej ścięgien i kości, które nie są rozciągliwe. Mechanizm jest taki, że zostają nam sznurki i nie ma mięśni. Bo ścięgna trzeba by było nazwać sznurkami. Teraz jak gdyby odwróciła się sytuacja, bo my byliśmy przez naszych rodziców i nauczycieli w szkole pilnowani żeby siedzieć po turecku. Dzieci w przedszkolu też musiały tak siedzieć. Każdy musiał siedzieć po turecku i to nie wynikało z grzeczności, tylko z tego, że ludzie zdawali sobie sprawę, że to jest prawidłowa postawa dla dziecka. Każdy z nas musiał przeskoczyć ławeczkę, były zawody sportowe. A potem, w dorosłym życiu zapomnieliśmy, jak ważny jest ruch i wysiłek fizyczny. Chyba że ktoś pracował fizycznie. Ale tak zwany pracownik umysłowy siadał na czterech literach i nic nie robił. Teraz jest trochę odwrotnie. Nasze dzieci są kompletnie niedopilnowane. Dzieci nie siedzą po turecku, mamy nie pilnują siedzenia po turecku.

### **Dlaczego siedzenie po turecku jest prawidłowe?**

Z natury rzeczy mamy krzywe nóżki, czyli troszkę koślawe kolana. To wynika z rozwoju genetycznego. Jeżeli nie wzmocnimy sobie mięśni od strony przysiódkowej uda, to jak będziemy mieli piętnaście lat nasze nogi rzeczywiście będą koślawe. Można to poprawić prawidłowym siedzeniem, wzmacnianiem konkretnych części mięśni. Osoby zdrowe można zabezpieczyć, ale tych, które mają inną naturę anatomiczną, nie da się ustrzec przed koślawością. Wyprostowanie powoduje to, że wciągamy brzuch, czyli poprawiamy mięśnie brzucha, a nie kręgosłupa. Jako dziecko byłam grubaskiem

i musiałam się ruszać. Teraz nasze dzieci nie chodzą, tylko jeżdżą samochodami albo nie robią nic, bo mają zwolnienia z lekcji wychowania fizycznego. Po czym taki piętnasto-, szesnastolatek budzi się i widzi, że jest trochę za grubutkiej, że jest mniej sprawny niż jego koledzy czy koleżanki. Co zaczyna robić? Albo sam idzie biegać, albo ku nieszczęściu chodzi na siłownię dwa miesiące albo miesiąc. On robi sobie krzywdę, pogłębia sobie wszystkie wady, postawy jakiej ma. Zaczyna być osobą niesprawną, mając piętnaście lat. Dzieci mamy niesprawne, za to osoby dojrzałe, takie między trzydziestką a pięćdziesiątką zaczynają ćwiczyć. Niewiele z nich robi to jednak pod okiem fachowego trenera. I - niestety - trafiają albo na siłownię, albo na bieganie. Bieganie zaczęło być bardzo modne i super. Tylko 90 procent amatorskich biegaczy nie wie, jak to robić. Bo zanim zaczniesz się biegać, trzeba się biegania nauczyć.

### **Czy my biegamy nieprawidłowo?**

Oczywiście, bo nie używamy pośladków, ani mięśni brzucha do biegania. Biegamy tak naprawdę kolanami, zamiast całym ciałem, całym biodrami i całym kręgosłupem oraz z prawidłowym ruchem rąk. To jest wysiłek całego ciała. I bardziej mi chodzi o to, by bić na alarm, bo ortopedzi biją na alarm. Nawet 90 procent naszych dzieci jest kompletnie pozbawiona normalnego, prawidłowego, fizycznego

rozwoju. Mam coraz młodszych pacjentów, którzy mają dolegliwości dla mnie niewiarygodne. A kiedy pytam: czy pani siedziała w dzieciństwie po turecku? Czy pani teraz siedzi po turecku? To patrzy na mnie, jakbym była z kosmosu...

## **SYLWETKA**

Nie ma chyba na Wybrzeżu ortopedy, reumatologa czy rehabilitanta, który nie korzystałby z konsultacji u dr Joanny Niemunis-Sawickiej, doskonałego radiologa eksperta w zakresie badań obrazowych układu mięśniowo-szkieletowego. Doktor Sawicka od wielu lat wykonuje również inwazyjne badania artrograficzne stawów z wykorzystaniem badania TK i MR. W swojej praktyce ultrasonograficznej poza diagnostyką wykonuje drobne zabiegi terapeutyczne; stawu kolanowego, barkowego, skokowego, nadgarstkowego i łokciowego. Od 2014r prowadzi (wraz z dr Ludomiłą Rzepecką-Wejs i dr. Grzegorzem Szczypiorem) Gdańską Szkołę Diagnostyki Układu Mięśniowo-Szkieletowego „Osseum.pl”. W ramach programu szkoły, regularnie prowadzi zajęcia w zakresie kompleksowej diagnostyki obrazowej układu mięśniowo-szkieletowego. Aktualnie pracuje w Rehasport Clinic oraz w Nadmorskim Centrum Medycznym. Oprócz pracy jej pasją jest żeglarsstwo, zwłaszcza morskie; podróże i turystyka (piesza, konna, rowerowa, kajakarstwo) oraz fotografia. Wraz z gronem kolegów uczestniczy w Żeglarskich Mistrzostwach Polski czy Ogólnopolskich Regatach Radiologów. Pasjonuje się dalekimi podróżami m.in. trekking po Peru, off road na syberyjskie koło podbiegunowe czy arktyczne żeglarsstwo poza kołem podbiegunowym.



Każda dawka promieniowania gromadzi się w naszym organizmie i to przez całe życie, choć tego nie widać

FOT. SŁAWOMIR SEIDLER

# URODZINY, JUBILEUSZE

**11 PAŹDZIERNIKA OBCHODZIŁ  
12. URODZINY  
STAŚ WIECHEĆ Z GÓRY PUŁAWSKIEJ**

Kochany Dwunastolatku!  
Miej odwagę marzyć  
i podążać drogą swoich pragnień.  
Niech każdy dzień przynosi Ci nowe przygody  
i odkrycia.  
Życzymy Ci sukcesów,  
radości w sercu i uśmiechu na twarzy!

Rodzinka z Łodzi



**15 PAŹDZIERNIKA OBCHODZI  
11. URODZINY  
FRANEK MICIELSKI**

Dla fantastycznego Chłopca Franka  
w dniu urodzin,  
samych cudownych chwil  
oraz cudownych przyjaciół  
życzy

babcia Małgosia Zylberg z rodzinką



## DROBNE

**Jak zamieścić ogłoszenie drobne?** Telefonicznie: 800 472 852, 42 647 28 52  
Przez internet: [ibo.polskapers.pl](#)  
W Biurze Reklamy:

Kierownik działu ogłoszeń: Magdalena Śliwińska, [m.sliwinska@dziennik.lodz.pl](mailto:m.sliwinska@dziennik.lodz.pl)  
tel. 502 499 114

**ŁÓDŹ, ul. ks. Skorupki 17/19,** tel. 502 499 448, 502 499 127

**ŁÓDŹ, ul. Kolumny 6/36,** tel. 502 499 119, **C.H. Nowa Górna (Carrefour)**

| RUBRYKI I PODRUBRYKI W OGŁOSZENIACH DROBNYCH                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>NIERUCHOMOŚCI</b> <ul style="list-style-type: none"><li>mieszkania - sprzedam</li><li>mieszkania - kupię</li><li>mieszkania - do wynajęcia</li><li>mieszkania - wynajmę</li><li>mieszkania - zamienię</li><li>domy - sprzedam</li><li>domy - kupię</li><li>domy - do wynajęcia</li><li>domy - wynajmę</li><li>lokale użytkowe - sprzedam</li><li>lokale użytkowe - kupię</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>lokale użytkowe - do wynajęcia</li><li>lokale użytkowe - wynajmę</li><li>lokale użytkowe - zamienię</li><li>działki, grunty - sprzedam</li><li>działki, grunty - kupię</li><li>gospodarstwa</li><li>garaże</li><li>pośrednictwo</li><li>inne</li><li>bank stancji</li></ul> <b>HANDLOWE</b> <ul style="list-style-type: none"><li>AGD</li><li>RTV</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>elektronika, komputery</li><li>telefony</li><li>car audio</li><li>antyki</li><li>kolekcjonerstwo, sztuka</li><li>jubiliterstwo</li><li>filmy, muzyka</li><li>foto, książki</li><li>instrumenty muzyczne</li><li>lombardy</li><li>sport i rekreacja</li><li>maszyny urządzenia</li><li>materiały budowlane</li><li>materiały opałowe</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>tekstylia, odzież</li><li>dla dziecka</li><li>meble</li><li>inne</li></ul> <b>MOTORYZACJA</b> <ul style="list-style-type: none"><li>samochody osobowe</li><li>ciężarowe, dostawcze</li><li>busy autobusy</li><li>rolnicze</li><li>przyczepy, naczepy</li><li>zabytkowe</li><li>uszkodzone, rozbite</li><li>motocykle</li><li>części i akcesoria</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>zamienię</li><li>motofinanse</li><li>motousługi</li><li>inne</li></ul> <b>FINANSE BIZNES</b> <ul style="list-style-type: none"><li>kredyty, pożyczki</li><li>usługi finansowe</li><li>usługi prawne</li><li>biura rachunkowe</li><li>ubezpieczenia</li><li>oferty</li><li>inne</li></ul> <b>NAUKA</b> <ul style="list-style-type: none"><li>szkoły</li><li>kursy/szkolenia</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>języki obce</li><li>korepetycje</li><li>inne</li></ul> <b>PRACA</b> <ul style="list-style-type: none"><li>zatrudnię</li><li>urzędy pracy</li><li>szukam pracy</li><li>inne</li></ul> <b>ZDROWIE</b> <ul style="list-style-type: none"><li>apteki</li><li>pomoc całodobowa</li><li>chirurgia</li><li>ginekologia</li><li>interna</li><li>neurologia</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>pediatria</li><li>psychologia</li><li>psychiatria</li><li>stomatologia</li><li>urologia</li><li>inne specjalizacje</li><li>przychodnie, kliniki</li><li>laboratoria</li><li>zabiegi</li><li>opieka</li><li>sprzęt medyczny</li><li>uroda</li><li>inne</li></ul> <b>USŁUGI</b> <ul style="list-style-type: none"><li>agd rtv foto</li><li>budowlano-remontowe</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>instalacyjne</li><li>biurowo - projektowe</li><li>komputerowe</li><li>krawiectwo</li><li>montażowe</li><li>ogrodnicze</li><li>porządkowe</li><li>przeprowadzki</li><li>reklamowe</li><li>stolarskie</li><li>radio taxi</li><li>transportowe</li><li>rozrywka</li><li>uroczystości</li><li>zabezpieczające</li><li>inne</li></ul> | <b>TURYSTYKA</b> <ul style="list-style-type: none"><li>agroturystyka</li><li>kraj</li><li>świat</li><li>biura podróży</li><li>oazy i kolonie</li><li>wycieczki</li><li>przewozy</li><li>inne</li></ul> <b>ZWIERZĘTA</b> <ul style="list-style-type: none"><li>lecznice</li><li>usługi</li><li>inne</li></ul> <b>MATRYMONIALNE</b> <ul style="list-style-type: none"><li>ROŻNE</li></ul> | <b>KOMUNIKATY</b> <ul style="list-style-type: none"><li><b>ŻYCZENIA/PODZIĘKOWANIA</b></li><li><b>GASTRONOMIA</b><ul style="list-style-type: none"><li>dania na telefon</li><li>usługi</li><li>inne</li></ul></li><li><b>ROLNICZE</b><ul style="list-style-type: none"><li>maszyny rolnicze</li><li>ogrodnictwo</li><li>plody rolne</li><li>zwierzęta hodowlane</li><li>inne</li></ul></li><li><b>TOWARZYSKIE</b></li><li><b>USŁUGI KAMIENIARSKIE</b></li><li><b>USŁUGI POGRZEBOWE</b></li></ul> |

### Nieruchomości

**MIESZKANIA - KUPIĘ**

**KUPIĘ** każde mieszkanie zadłużone z lokatorem udziały spadek 726765223

**Kupię każde mieszkanie. Garaż. Za gotówkę 792-669-171**

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

### Motoryzacja

**OSOBOWE KUPIĘ**

**AUTOSKUP** każde - 24h. Płacimy do 30% więcej niż u konkurencji. Zwrot OC, 507-109-646

**1 - 001 absolutnie autokup wszystkie, 533-232-606**

**12h autokup, 664-040-076**

**12h autokup, 664-040-076**

**AUTA** uszkodzone - Złomowanie, 604-542-022

**AUTOSKUP - każda marka. Złomowanie, 881-388-982**

**ROLNICZE KUPIĘ**

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

**Finanse biznes**

**KREDYTY, POŻYCZKI**

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

**Praca**

**ZATRUDNIĘ**

**SZWACZKI** Rzgów, 605-450-031

**Zdrowie**

**POMOC CAŁODOBOWA**

**Odrucia, alkohol, kroplówki, ciagi, 602-691-580**

**ALKOHOL - ciagi, odrucia, 501-063-660**

**INTERNA**

**WIZYTY** domowe - dr Matusiak, 601-266-571

**WIZYTY** domowe, 695-412-061

**NEUROLOGIA**

**Neurolog - specjalista, 602-691-580**

**Usługi**

**AGD RTV FOTO**

**AGD** - pralki szybko, tanio, 504-556-016

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

**TELE** -audiovideo naprawa, 602-687-803

**BUDOWLANO-REMONTOWE**

**DACH** tanio solidnie VAT, 787-337-426

**Dachy, papa, naprawy, 668-336-390**

**REMONTY** solidnie, 571-454-306

**INSTALACYJNE**

**Hydraulika - awarie, 509-721-995**

**Przepychanie kanalizacji - kamera, 509-721-995**

**MONTAŻOWE**

**Żaluzje - Plisy. Rolety 50zł. Moskitiery. Produkcja, montaż, naprawa. Drewnowska 88. Promocje! Gratysy!, 42-654-84-84, 501-380-619**

**OGRODNICZE**

**WYCINKA** drzew, rębak, 507-668-712

**PRZEPROWADZKI**

**Rutkowski przeprowadzki, 501-781-201**

**Rolnicze**

**MASZYNY ROLNICZE**

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

**Towarzyskie**

**ANKA**, godz. 9 -20, 510-917-716

AUTOREKLAMA

**ibo** TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

**Ogłoszenia drobne** w Twojej gazecie zlecisz bez wychodzenia z domu przez Internetowe Biuro Ogłoszeń [ibo.polskapers.pl](#)

AUTOREKLAMA

**strona**

**zdrowia**

**Czytaj dla zdrowia**

**stronazdrowia.pl**

**Z życia celebrytów**


FOT. AKPA, SZYMON STARNAWSKI

# SKOMPLIKOWANE RELACJE MAGDY I LARY GESSLER

**Redakcja Telemagazynu**

Lara Gessler podjęła się udzielenia pierwszego chyba tak szczerego wywiadu w swej dotychczasowej karierze. W rozmowie z „Wysokimi obcasami” otwarcie mówi o dorastaniu w luksusach i poczuciu zaniedbania ze strony rodziców. Szczególnie jedno zdanie może zakłuć Magdę Gessler w samo serce. Lara Gessler podjęła się udzielenia pierwszego chyba tak szczerego wywiadu w swej dotychczasowej karierze. W rozmowie z „Wysokimi obcasami” otwarcie mówi o dorastaniu w luksusach i poczuciu zaniedbania ze strony rodziców. Szczególnie jedno zdanie może zakłuć Magdę Gessler w samo serce.

Przez lata Larze Gessler wypominało się, że w show-biznesie znalazła się wyłącznie ze względu na nazwisko rodziców. Trzeba jednak oddać 35-latkę, że stara się wytyczyć w karierze medialnej swoją własną drogę, czy to rozwijając talenty cukiernicze, czy angażując w projek-

ty artystyczne. W końcu żał byłoby, aby takie nazwisko poszło na zmarowanie. W najnowszej rozmowie z „Wysokimi obcasami” Gessler opowiedziała, rok po roku przeprowadziła dziennikarzy przez swoje dorastanie, czasy szkolne, aż wreszcie początki kariery. Dziewczyna bynajmniej nie kryje się z faktem, że jej rzeczywistość lat 90. znacznie różniła się od tego, z czym do czynienia mieli jej rówieśnicy.

– Jadłam jeżowce. Kawior nie był u nas rarytasem, jadłam go na tostach. Tak samo zachłannie jak chleb z masłem i cukrem – wylicza Gesslerówna.

Oczywiście osobny segment poświęcony jest na głośny rozwód Magdy i Piotra Gesslerów. Tamte wydarzenia widocznie wstrząsnęły życiem młodej Lary.

– Kiedy miałam osiem lat, rodzice się rozstali. Runął mój świat rodem z filmów o Carringtonach. Mama odeszła. Nie było dramatycznych scen, związków rodziców rozmywał się powoli.

Nie od dziś wiadomo, że relacje dzieci-matka w ro-

dzinie Gesslerów nie zawsze były takie, jakby sobie tego psychologowie rodzinie zapewne życzyli. Sama Magda Gessler niejednokrotnie przyznawała, że pewne błędy popełnione przy własnych dzieciach próbuje teraz nadrabiać przy opiece nad wnuczętami. Wspominając czasy własnego dzieciństwa, Lara nie kryje się bynajmniej z faktem, że to tata był dla niej tym bliższym z rodziców.

– Zamieszkałam z tatą. Wyprowadzałam się z otoczonego wielką działką domu, gdzie były psy, koty, papugi, żółwie, a w moim pokoju z łazienką stały dwie huśtawki, do 45-metrowego mieszkania na warszawskim Bemowie. Nie miałam swojego łóżka, ale najważniejsze, że byłam z tatą.

Z rozmowy można wyciągnąć wnioski, że Lara bardzo wcześnie stała się dzieckiem samodzielnym głównie dlatego, że rodzice niespecjalnie ingerowali, czy też interesowali się jej codziennością. Był to powód wielkiej zazdrości względem kolegów i koleżanek z jej klasy.

– Moi rodzice nie chodzili na wywiadówki, nie interesowali się moją szkołą. Mówiłam nauczycielom, że wszystko trzeba załatwiać ze mną. (...) Kiedyś, gdy byłam z wizytą u szkolnego kolegi Wojtka, zobaczyłam, że jego mama wyciąga z jego plecaka zeszyty i je sprawdza. Patrzyłam na nią jak na kosmitkę. Podskórnie czułam, że ta troska to rodzaj miłości.

Wreszcie Gessler podzieliła się refleksją, jakim rodzicem sama pragnie być dla swych pociec na podstawie własnych doświadczeń. Tu też padło zdanie, o które Magda Gessler może mieć dużo córki największej pretensji.

– Próbuję być taką mamą, jakim tatą był mój tata. Może jestem bardziej komunikatywna, bo tato był zamknięty i skryty. Ktoś mógłby powiedzieć, że to jego słaba strona, ale dodawało mu tajemniczości i atrakcyjności. (...) Staram się być świadomym rodzicem i chcę być dla dzieci – odprowadzać i przyprowadzać je ze szkoły, chodzić na wywiadówki. Chcę, aby miały poczucie ważności.



FOT. ADAM JANKOWSKI

**KTO LEPIEJ CZUJE SIĘ W KUCHNI?**

Od prawie piętnastu lat Sławomir Zapala i Magdalena „Kajra” Kajrowicz tworzą udane małżeństwo. Dopiero teraz postanowili jednak zdradzić, kto lepiej czuje się w kuchni.

– Słuchaj, sprzeczki są straszliwe i ogromne, ale to są zawsze takie twórcze sprzeczki artystyczne. Ja zawsze wychodzę z założenia, że Kajra chce dobrze, ja chcę dobrze – mamy spojrzenie kobiece, męskie i dopiero połączenie tego jest sukcesem. Tak jak zawsze wspólną drogę wypracowujemy, to ona jest najlepsza.

Zakochani zgodnie przyznali, że lepiej w kuchni odnajduje się Sławomir. Jakie są więc jego popisowe dania? Ryby, ale nie tylko.

– Bardzo lubię ryby – umiem przygotować łososia dla rodzin. Lubię też przygotowywać sałatkę na szybko, a także dziczyznę. Mam taką sposobność, że wspierają mnie myśliwi spod Podkarpacia, więc czasami, jak są święta, mogę jakąś nogę z dzika przygotować. Gotowanie, kiedy wiesz, że przy stole będą ludzie, których kochasz, uskrzydla. Myślę, że ci, którzy spędzają trochę czasu w kuchni, to wiedzą, o co mi chodzi – powiedział Sławomir.

(AK, ZK)



FOT. AKPA

**MIAŁO BYĆ MODNIE, WYSZŁO PRZECIĘTNIE**

W ostatnią niedzielę Dorota Narszewicz pojawiła się wśród publiczności „Tańca z Gwiazdami” i wszystko wskazuje na to, że wspierała Barbarę Bursztynowicz, swego czasu swoją serialową mamę. Aktorka zdecydowanie wyróżniła się z tłumu, ale niekoniecznie w dobrym znaczeniu tego słowa. Daniel Jacob Dali, wziął pod lupę stylizację gwiazdy, której nie da się zapomnieć. Aktorka postawiła na klasyczne kolory – czerń i biel. Jeśli zastanawiacie się, czy wypadła z klasą, przychodzimy z odpowiedzią. Strona Kobiet podpytała o to Daniela Jacoba Daliego, projektanta i stylistę, który na co dzień współpracuje ze światowymi gwiazdami. W rozmowie z nami podkreślił, że rozwiązanie, na jakie postawiła aktorka, totalnie nie wpisuje się w trendy.

– Miało być dobrze, a wyszło bardzo przeciętnie. Dorota Narszewicz, choć postawiła na klasyczną biel i czerń, to jednak zarówno krój, jak i fason stylizacji były kompletnymi pomyłkami. Bluzka z odkrytym dekoltem w połączeniu z sukienką, której dół również odstawał, sprawiała wrażenie, jakby aktorka założyła na siebie dwa obrusy na gumce. Jedyną elegancją w tej stylizacji była kolorystyka – mówi Daniel Jacob Dali.

(AK, ZK)

## FRANCJA NIE ZDOŁAŁA POKONAĆ ISLANDII!

Jan Hofman

**Francja niespodziewanie zremisowała z Islandią w Reykjavíku 2:2 i nie przybliżyła się do awansu do przyszłorocznych piłkarskich mistrzostw świata.**

Najpierw w tym meczu grupy D na prowadzenie wyszli gospodarze po strzale Victora Palssona (39), potem goście, gdy trafili Christopher Nkunku (63) i Jean-Philippe Mateta (68), aż wreszcie do wyrównania doprowadził Kristian Hlynsson (70).

Francja była jednym z ośmiu europejskich zespołów, które miały szansę już w październiku zapewnić sobie awans do turnieju w USA, Kanadzie i Meksyku, ale w tym celu musiało zostać spełnionych kilka warunków. Jednym z nich było zwycięstwo nad Islandią, innym – strata punktów przez Ukrainę z Azerbejdżanem.

Jednak Ukraina, grająca w roli gospodarza w Krakowie, pokonała rywala 2:1.

Innym zespołem, który stanął przed szansą zapewnienia sobie przepustki do Ameryki Północnej już w październiku,



**Eggert Aron Gudmundsson,**  
piłkarz Islandii

była Szwajcaria – ale i w jej przypadku warunki nie zostały spełnione. Nie pomógł jej ani bezbramkowy remis w Lublanie, ani niespodziewana porażka Szwecji u siebie z Kosowem 0:1.

Helweci zgromadzili 10 punktów, Kosowo ma siedem, Słowenia – trzy, a Szwecja – jeden.

W grupie A skromne zwycięstwo odnieśli Niemcy – 1:0 nad Irlandią Północną w Belfaście. Przed wpadką uratował ich Nick Woltemade (31.), który zdobył pierwszą w karierze bramkę w drużynie narodowej.

## Republika Zielonego Przylądka zagra na mundialu!



**Kibice reprezentacji Republiki Zielonego Przylądka**

Jan Hofman

**19 drużyn z eliminacji oraz trzech współgospodarzy ma już zapewniony udział w przyszłorocznych piłkarskich mistrzostwach świata, które wspólnie zorganizują USA, Meksyk i Kanada.**

**W poniedziałek w tym gronie znalazła się Republika Zielonego Przylądka.**

Zespół z byłej portugalskiej kolonii, jak podkreślają lokalni komentatorzy i kibice, sprawił piękny prezent na obchodzoną w tym roku 50. rocznicę niepodległości archipelagu. Awans z afrykańskiej grupy D zapewniła mu wygrana z Eswatini 3:0.

Cabo Verde, jeden z najmniejszych krajów świata (niepełna 500 tys. osób), który za-

pewnił sobie awans na MŚ, nie należał do faworytów grupy D. Od początku prym wiodł w niej Kamerun, potęga piłkarska Czarnego Lądu. Kabowerdeńcy pierwsze starcie z „Niepokromionymi Lwami” przypłacili nawet porażką na wyjeździe 1:4.

Kluczowe dla sukcesu „Błękitnych Rekinów” było doświadczenie zdobyte przez reprezentantów kraju w zagranicznych klubach.

Trzon reprezentacji stanowią dziś zawodnicy, którzy na co dzień występują w klubach Portugalii lub grali tam w przeszłości, m.in.: bramkarz Vozinha z Chaves, pomocnik Yannick Semedo z Farense, a także napastnik Dailon Livramento z Casa Pia.

# Andreou i Gallapeni grali w reprezentacjach



**Dion Gallapeni**  
udziela wywiadu.



**Stelios Andreou od prawej**

Trener widziewiaków nie miał komfortu pracy w reprezentacyjnej przerwie, bowiem aż sześciu piłkarzy wyjechał na zgrupowania drużyn narodowych.

Jan Hofman

**pozytywne jest jednak to, że widziewiaczy mieli szansę grać.**

Stelios Andreou, obrońca Widzewa, zdobył bramkę dla reprezentacji Cypru w wygranym na wyjeździe 4:0 (1:0) meczu 8. kolejki grupy H eliminacji mistrzostw świata przeciwko San Marino. Zawodnik łódzkiej drużyny podwyższył wynik na 2:0 z 59 minucie spotkania. Pozo-

stałe gole zdobyli: Loizos Loizou 9, Grigóris Kastanos 67 (karny), Andranikos Kakoullis 79. Andreou rozegrał całe spotkanie na San Marino Stadium w Serravalle.

Z kolei Dion Gallapeni, inny piłkarz Widzew Łódź, zagrał w zwycięskim meczu w reprezentacji Kosowa, która w wyjazdowym spotkaniu 8. kolejki grupy B eliminacji mistrzostw świata pokonała Szwecję 1:0 (1:0). Gola zdobył Fisnik Asllani 32.

To sensacja tej serii, szczególnie w kontekście tego, że w drużynie Trzech Koron gra dwóch piłkarzy, na których wydano tego lata ponad 200 mln euro. Chodzi o dwóch szwedzkich napastników – Alexandra Isaka i Viktora Gyokeraesa. Mimo to ich reprezentacja w trwających eliminacjach do MŚ 2026 jeszcze nie wygrała.

Gallapeni rozegrał cały mecz, podobnie jak Kreshnik

Hajrizi (w sezonie 2024/2026 reprezentował Widzew Łódź, rozegrał cztery mecze). Spotkanie z ławki rezerwowych oglądał Ermał Krasniqi (Legia Warszawa).

Kosowo po sensacyjnym zwycięstwie nad Szwecją awansowało na drugie miejsce w tabeli z 7 punktami. Na prowadzeniu pozostaje Szwajcaria (10 pkt, bilans 9:0), która jest jedyną niepokonaną drużyną w grupie.

## Cztery piłkarki Grot SMS w polskiej kadrze

Jan Hofman

**Aż cztery piłkarki nożne ekstraklasowej drużyny Grot SMS Łódź otrzymały powołania do reprezentacji Polski U-19!**

Powołania na zgrupowanie w Warszawie oraz turniej towarzyski w Słowenii do reprezentacji Polski U-19 otrzymały: Zofia Pągowska, Martyna Bartczak, Gabriela Fesinger i Anna Potrykus.

W ramach towarzyskiego turnieju w Słowenii rozegrane zostaną mecze: w dniu 22 paź-

dziernika z reprezentacją Chorwacji (godz. 11, Kranjska Gora), w dniu 25 października z reprezentacją Indii (godz. 15, Kranjska Gora).

Ekstraligowe futsalistki UKS SMS pokonały w Warszawie AZS AWF 6:2. To pierwsze zwycięstwo łodzianek w sezonie.

UKS SMS: Sęk, Maciejko, Grzelak, Misiak, Urakova, Oczkowska, Stachurska, Dytrych, Wlazło, Molenda, Smulczyk, Wojtyra, Szczukocka, Kaczmarek. Bramki zdobyły: Maciejko - 3, Misiak - 2, Grzelak.

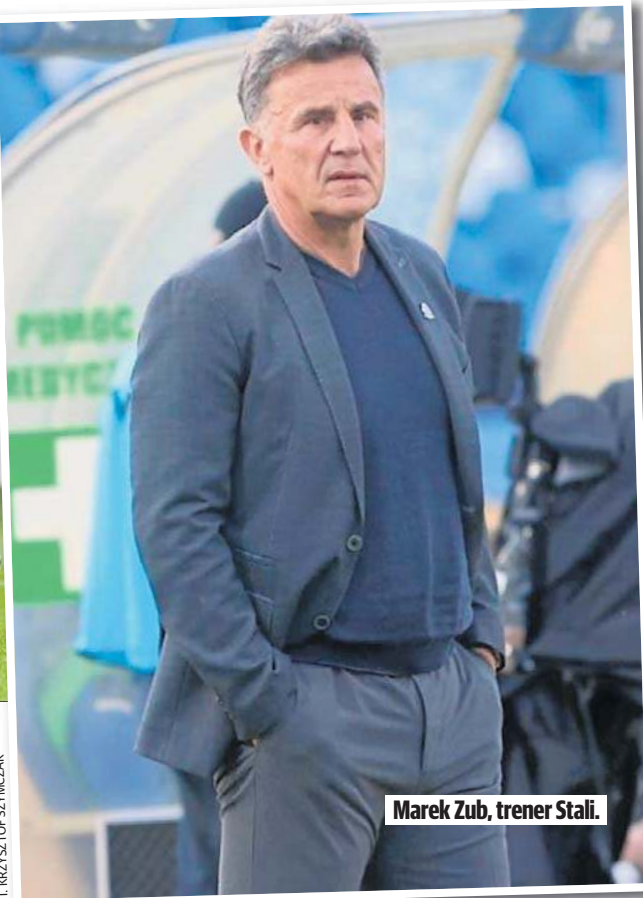


**Gabriela Fesinger**  
i Anna Potrykus

# Czas przerwać wstydlivą serię ŁKS



Gustaf Norlin w poprzednim meczu ze Stalą zdobył dwa gole.



Marek Zub, trener Stali.

Przed piłkarzami ŁKS trzynasta kolejka pierwszej ligi i kolejny wyjazdowy mecz. A ten fakt może się fatalnie kojarzyć sympatykom futbolowego zespołu z al. Unii.

Jan Hofman

**Ale trzeba przyznać, że drużyna prowadzona przez trenera Szymona Grabowskiego solidnie pracowała jesienią na miano najgorszego zespołu obcych boisk.**

Przypomnijmy tylko, że Łódzianie w sześciu wyjazdowych spotkaniach pierwszej ligi wywalczyli ledwie punkt, bramki 4:15! To bez wątpienia wstydlivą serię osiągnięcie drużyny, która

przed rozgrywkami wymieniana była w gronie kandydatów do awansu do ekstraklasy. I trudno znaleźć rozsądne wytłumaczenie tego stanu rzeczy dla zespołu, którego finansowa wartość jest najwyższa w pierwszej lidze.

Przypomnijmy, że piłkarze zespołu z al. Unii przegrali w Krakowie z Wisłą 0:5, Głogowie z Chrobrym 1:2, Legnicy z Miedzią 1:2, w Chorzowie z Ruchem 1:2, Pruszkowie

z Pogonią Grodzisk Mazowiecki 0:3 i zremisowali jedynie w Opolu z Odrą 1:1.

Te boiskowe „popisy” dwukrotnych mistrzów Polski wystawiają ŁKS-owi fatalne świadectwo, bo nawet ostatni w tabeli Znicz Pruszków wygrał raz na wyjeździe, pokonując w Opolu Odrę 2:0.

Dlatego kibice ŁKS z wielkimi obawami czekają na sobotnie spotkanie w Rzeszowie z tamtejszą Stalą. A to z prostej przy-

czyny. Ekipa prowadzona przez Marka Zuba (byłego trenera Widzewa) jest szósta w tabeli, a więc o pięć pozycji wyżej od ŁKS-owiaków. Szkoleniowiec objął drużynę w czerwcu 2023 roku i poprowadził ją w dwóch poprzednich sezonach I ligi, kończąc je na jedenastym i dwunastym miejscu. W rozgrywkach 2024/2025 to była najmłodsza drużyna – średnia wieku kadry pierwszego zespołu wynosiła 23,1 roku.

## JEST JUŻ NOWA DRUŻYNA ŻUŻLOWEGO ORŁA ŁÓDŹ.

Jan Hofman

**To na pewno nie był udany sezon dla drużyny H. Skrzydlewska Orła.**

Łódzianie w rozgrywkach 2025 do końca musieli walczyć o utrzymanie się w pierwszej lidze. Ostatecznie udało się w drugiej rundzie fazy play-down., ale trudno mówić o satysfakcji łódzkich kibiców czarnego sportu.

Z informacji wynika, że niemal wszyscy zawodnicy mają już nowych pracodawców. Robert Chmiel przeniósł się do Cellfast Wilków Krosno, Andreas Lyager do Texom Stali Rzeszów, Patryk Wojdyła do Innpro ROW Rybnik, Mikkel Andersen po wypożyczeniu wraca do Sparty Wrocław. I wychodzi na to, że z seniorskiego składu został jedynie Matej Żagar.

Łódzianie chcieli Jana Kvecha (Pres Grupa Deweloperska Toruń), ale były uczestnik cyklu Grand Prix w sezonie 2026 będzie reprezentował ROW.

W łódzkiej drużynie na sezon 2026 mają się nie znaleźć: Timo Lahti, Oliver Berntzon, Zach Cok, Marcin Nowak, Szymon Szaludbach, Villads Nagel,



Krzysztof Lewandowski i Seweryn Orgacki.

Nowy regulamin licencyjny Speedway Ekstraligi na sezon 2026 może wywrócić polski żużel do góry nogami. Kluby, które wywalczą awans sportowo, mogą nie otrzymać zgody na start w wyższej lidze, jeśli ich skład zostanie uznany za zbyt słaby. To odpowiedź na słabe występy niektórych beniaminów w ostatnich latach. Spółka zastrzega sobie prawo do weryfikacji siły składu i odmowy przyznania licencji, jeśli uzna, że drużyna nie prezentuje odpowiedniego poziomu sportowego.

## Piłkarska Liga Mistrzów w nowej formule



Robert Lewandowski i Wojciech Szczęsny, piłkarze Barcelony.

Jan Hofman

**Od sezonu 2027/28 w Lidze Mistrzów pojawi się mecz otwarcia z udziałem obrońców trofeum.**

Tak wynika z komercyjnych kontraktów zawartych przez Europejską Unię Piłkarską (UEFA). Będą one obowiązywać do końca rozgrywek 2032/33.

Podobnie jak w bieżącym i poprzednim sezonie, faza ligowa rozpocznie się we wtorkowy wieczór, ale według nowych ustaleń tego dnia odbędzie się tylko jedno spotkanie. Jego gospodarzem będzie drużyna broniąca trofeum, która jako triumfator ma zagwarantowane prawo startu niezależnie od wyników w rodzimych lidze.

Umowa podpisana przez UEFA, zrzeszenie europejskich klubów EFC oraz agencję Relevant – wszystkie te strony tworzą grupę UC3 – przewiduje wpływy na poziomie pięciu miliardów euro na sezon. Na ten wynik miałyby się składać przychody z transmisji, sponsoringu i licencji.

Relevant stara się także o sprzedaż pakietu praw do pokazywania meczów jednej z platform streamingowych. Ostatnio agencja zasłynęła jako promotor kontrowersyjnego meczu pomiędzy Villarealem a Barceloną w Miami. Pierwsze w historii spotkanie najwyższej klasy rozgrywkowej za granicą planowane jest na 20 grudnia.

## Kacper Lorenc wygrał dwie konkurencje

Jan Hofman

**Kolejne sukcesy zanotował Kacper Lorenc, zawodnik UKS Kendo.**

Łódzianin podczas warszawskich zawodów Mameido Kendo Cup 2025 zwyciężył w dwóch z trzech konkurencji tj. w kategorii młodzieży (do 24 lat) i w kategorii 1-3 Dan.

Turniej, w którym startowało 195 zawodników z 15 państw, dzięki specyficznej formule gwarantował każdemu z uczestników stoczenie 12 pojedynków.

Sukces Kacpra daje nadzieję na dobry wynik w mających się odbyć w Katowicach Mistrzostwach Polski Juniorów i Młodzieży (8/9 listopada), na które wybiera się drużyna UKS Kendo Łódź.

● Piłkarka reprezentacji Polski i Barcelony Ewa Pajor nabawiła się kontuzji prawego kolana, jednak uraz nie jest bardzo poważny i zawodniczka będzie pauzować od czterech do sześciu tygodni – poinformował klub ze stolicy Katalonii w oficjalnym komunikacie medycznym.

● Katarzyna Piter i Japonka Nai Hibino przegrały z Rumunką Jaqueline Cristian i Serbką Olgą Danilovic 3:6, 4:6 w pierwszej rundzie debla w turnieju tenisowym WTA 250 na kortach twardych w Osace.

● Broniący Pucharu Stanleya hokeiści Florida Panthers ponieśli pierwszą porażkę w nowym sezonie ligi NHL. Po serii trzech zwycięstw przegrali na wyjeździe z Philadelphia Flyers 2:5. Sean Couturier, z najdłuższym stażem w drużynie gospodarzy, zdobył dwie bramki i zanotował dwie asysty.



Kacper Lorenc

Środa

Wschód słońca  
7.07Zachód słońca  
17.47Długość dnia  
10 godz. 40 min.Krótszy od najdłuższego o 6 godz. i 1 min.  
i dłuższy od najkrótszego o 2 godz. i 53 min.

15

października 2025

**DZIŚ IMIENINY OBCHODZĄ**Jadwiga, Teresa, Bruno, Filip,  
Leonard, Sewer, Tekla, Teodoryk.**HOROSKOP****Baran****(21.03-19.04)** Wyjątkowa energia pozwoli Ci dużo osiągnąć. Teraz trzeba zabrać się za to, co wymaga dużego zaangażowania.**Byk****(20.04-22.05)** Zaufaj intuicji - podpowie Ci więcej niż logika. Za to wieczorem czeka Cię bardzo miła niespodzianka.**Bliznięta****(23.05-21.06)** Drobne nieporozumienia mogą dziś urosnąć. Zachowaj spokój i dystans. To najlepsze rozwiązanie w tej sytuacji.**Rak****(22.06-22.07)** Skup się na domu i relacjach z innymi osobami. Ktoś bliski będzie potrzebował Twojego wsparcia. Nie odmawiaj.**Lew****(23.07-23.08)** Twoja charyzma wzbudzi zainteresowanie innych osób. Przed tobą dobry dzień, by działać publicznie. Tylko po co?**Panna****(24.08-22.09)** Porządek w otoczeniu wprowadzi harmonię w głowie. Warto jednak uważać, by nie być zbyt krytycznym...**Waga****(23.09-22.10)** Relacje staną się kluczem do spokoju. Lepiej słuchać innych osób. Znajdziesz dzięki kompromis bez napięcia.**Skorpion****(23.10-21.11)** Twoja intuicja będzie działać jak radar. Zaufaj przeczuć. Ono wskaże Ci najlepszy kierunek działania. Trzymaj się go.**Strzelec****(22.11-21.12)** Czas na małą przygodę! Zmiana odświeży Twoje myśli. To zaprocentuje. Uważaj jednak na niepotrzebne ryzyko.**Koziorożec****(22.12-19.01)** Dzisiaj docenisz wartość cierpliwości. Choć efekty przyjdą później, to Twój wysiłek nie pójdzie na marne.**Wodnik****(20.01-18.02)** Inspiracja przyjdzie niespodziewanie - może w rozmowie lub podróży. Wskazówka jest taka, by zapisać pomysł, nim uleci.**Ryby****(19.02-20.03)** Twoja wrażliwość to twoja siła. Słuchaj serca, a nie chaosu wokół. Kreatywność poprowadzi Cię naprzód.**PAULINA CHYLEWSKA****Dziennikarka** kończy 47 lat, a 70 aktorka Ewa Błaszczyk.  
**W 1903 r.** w Łodzi odbyła się premiera dramatu „Śnieg” Stanisława Przybyszewskiego.  
**W 1978 r.** Marek Koterski założył pierwszy ośrodek Monaru.  
**W 2005 r.** w Emilcinie odsłonięto jedyny w kraju pomnik UFO.

FOT. ADAM JANIKOWSKI

**DZIEŃ KOBIET WIEJSKICH****Dzisiaj można świętować Światowy Dzień Mycia Rąk, Europejski Dzień Walki z Rakiem Piersi, Światowy Dzień Białej Łaski, Dzień Dziecka Utraconego, Międzynarodowy Dzień Kobiet Wiejskich, Święto Wojsk Radiotechnicznych.** (JM)**Ewa Błaszczyk:****„Nie wolno nigdy tracić nadziei. Stracić nadzieję to jak umrzeć.”**

FOT. SYLWIA DĄBROWA

**OBYCZAJE****Obrotna sprzedawczyni na oddziale**

Pacjentka łódzkiego szpitala chciała w szpitalnym sklepiu kupić tzw. suchy szampon. Sprzedawczyni stwierdziła, że takiego towaru nie ma, bo nikt nigdy o to nie pytał. Jednak już następnego dnia rano sprzedawczyni odnalazła pacjentkę na oddziale - choć ta wcale nie mówiła w którym pokoju leży - i przyniosła jej poszukiwany przez nią dzień wcześniej suchy szampon. A przy okazji zebrała też zamówienia z sąsiednich pokoi.

(JM)

**PRAKTYKA LEKARSKA**

W łódzkim szpitalu pacjentce na badaniu usg towarzyszyła grupa studentów. Lekarz wykonujący badanie mówił adeptom sztuki lekarskiej jak należy opisywać wyniki badania: „Jak nie widać głębokości macicy, to wpisujcie, że ma 7 mm. To zawsze będzie OK”.

(JM)

**OBYCZAJE****WYJĄTKOWO ŻYCZLIWY DOKTOR ORTOPEDA**

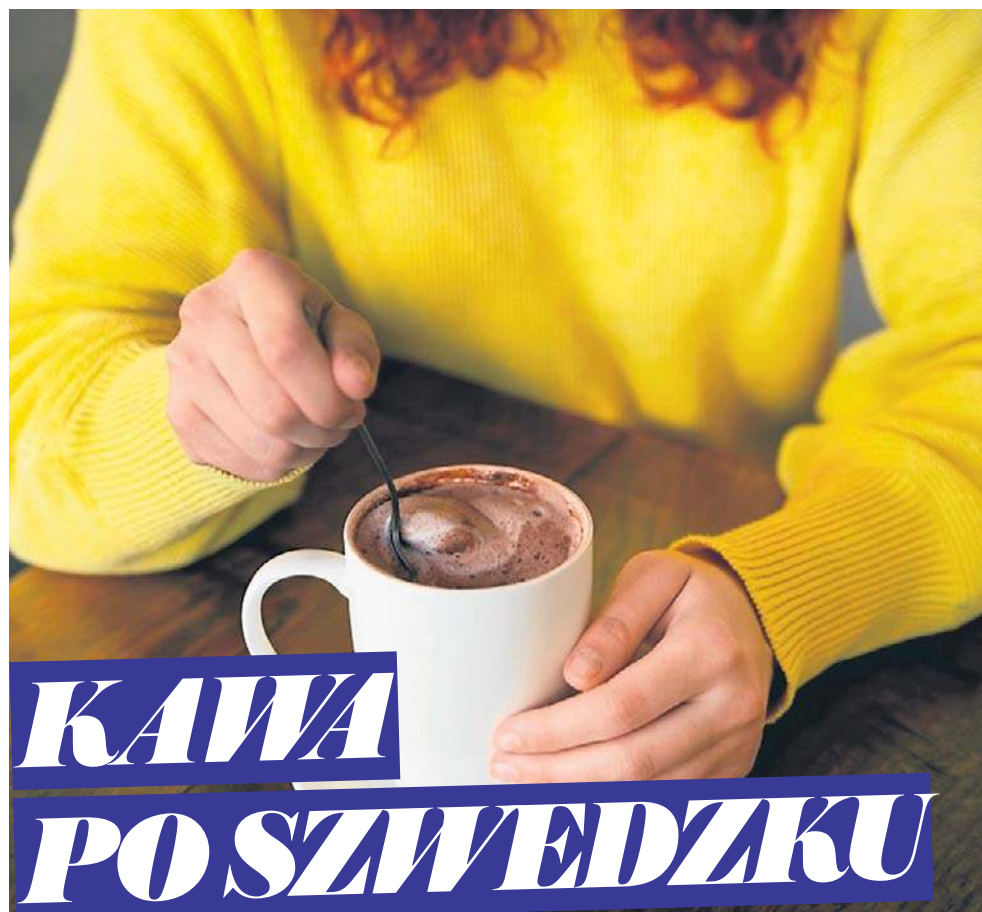
Ortopeda poradził pacjentowi, by przez miesiąc nosił na ręce ortezę usztywniającą nadgarstek. I od razu mu poradził, że zamiast wydawać 100 zł w aptece może kupić sobie ochraniacz na nadgarstek, który stosują deskorolkowcy - i to już za 25 zł.

(JM)

**UCZCIWY UKŁAD**

Pacjent lekarza rodzinnego na Górną zaproponował mu układ: nie będzie go nachodził co miesiąc po receptę na stałe leki, a zamiast tego zgłosi się cztery razy w roku po leki na trzy miesiące. A lekarz raz do roku wyśle go na badanie krwi.

(JM)



FOT. FREEPIK

**KAWA PO SZWEDZSKU Z JAJKIEM**

Monika Góralska

**Taka kawa zaskakuje. Nietypowy sposób jej parzenia wywodzi się ze Szwecji, dlatego nazywana ona jest kawą po szwedzku. Dodatek jajka sprawia, że kawa po szwedzku obniża poziom cholesterolu, jest łagodna dla żołądka i pomaga w spalaniu tłuszczu.**

Jak zrobić ten wyjątkowo łagodny, klarowny i pozbawiony goryczy napój? Najpierw surowe jajko należy wbić do miski ze świeżo zmeloną kawą i wymieszać. Skorupkę należy pokruszyć na drobne kawałki i dodać do kawowo-jajecznej masy. Później trzeba wlać szklankę wody do rondelka i zagotować, a gdy woda zacznie wrzeć, trzeba dodać do niej mieszankę kawy z jajkiem i skorupką. Gotować należy na małym ogniu przez 3-5 minut, co jakiś czas mieszając. Fusy kawy zaczynają się zbijać w jedną masę i wypływać na wierzch. Następnie należy zdjąć garnek z ognia i wlać do niego około

80-100 ml zimnej wody. To powoduje szok termiczny, dzięki czemu zbite fusy i masa jajeczna szybko opadną na dno naczynia. Kawę należy pozostawić na 5-10 minut, aby napar się ustabilizował. Po tym czasie można ją przecedzić przez drobne sitko lub filtr papierowy bezpośrednio do filiżanki,

aby oddzielić klarowny napój od fusów. Kawa po szwedzku jest tradycyjnie pita czarna, ale można ją dosłodzić lub dodać odrobinę mleka. Taka kawa ma delikatniejszy smak, jest łagodniejsza i może być lepiej tolerowana przez osoby z wrażliwym żołądkiem, wspiera wątrobę i koncentrację.



FOT. FREEPIK

**Kawa po szwedzku wiąże się ze szwedzkimi emigrantami w Stanach Zjednoczonych.****FELIETONIK****CO ŁÓDŹ STRACI BEZ BUDOWY TUNELU...**

Epopcja o budowie tunelu pod łodzią się nie kończy. Teraz jest pomysł, by tunel był budowany ręcznie. To oczywiście fantastyczne rozwiązanie, bo da pracę górnikom z zamykanych śląskich kopalni. A gdy okaże się za parę lat, że nawet ta metoda nie daje rady, to można będzie się zwrócić o pomoc do górników z kopalni odkrywkowej w Bełchatowie. A potem, kiedy wody podziemne zaleją budowany przez już ponad 20 lat tunel, to zostanie on przekazany do zagospodarowania przez Wody Polskie. I Łódź zyska dzięki temu przeprawę promową i miano Wenecji Północy. Potem władze miasta zgłoszą się do organizacji olimpiady letniej - bo będzie już gotowy akwen, na którym można będzie organizować regaty i zawody wioślarskie. I pomyśleć, że to wszystko nie będzie mogło się wydarzyć, gdyby od razu zaplanowano budowę tunelu o kilka metrów głębiej...

Jan Malarz

**POGODA****Dzisiaj w Łodzi**max **10°C**  
min **5°C****Jutro**max **12°C**  
min **7°C****Piątek**max **12°C**  
min **4°C****Sobota**max **8°C**  
min **0°C****Niedziela**max **8°C**  
min **0°C**