

PISZĄ I OPOWIADAJĄ DLA NAS:

• Eliza Gniewek-Juszczak • Magdalena Marszałek • Leszek Kalinowski • Jarosław Miłkowski
• Mateusz Pojnar • Michał Olszański • Alicja Polewska • Dorota Kowalska • Paweł Gzyl

magazyn
Puls

GAZETA LUBUSKA

www.gazetalubuska.pl



s.21-23

*Człowiek żyje tak długo,
jak długo trwa pamięć o nim*

Wspominamy tych, którzy odeszli

FOT. GETTY IMAGES

Piątek-miedziela, 31.10-2.11.2025 • Nr 254 (22-354) • Cena 6,50 zł (w tym 8% VAT)

s.8-9

**Małomiasteczkowość?
To jest skarb! - mówi
Sylwester Filipiak
z Otynia**

s.10-11

**Wesoła jest życie
seniora? Jeśli uczy się
na Uniwersytecie
Trzeciego Wieku...**

s.14-15

**Trzeba grać konkursy,
żeby mieć koncerty.
Witamy w świecie
młodych geniuszy**

Nr ISSN 0137-9518

Nr indeksu 350-222



44

TYDZIEŃ Z GAZETĄ LUBUSKĄ

JUTRO
● **przy SOBOCIE**
tłumaczy, radzi, bawi...**PONIEDZIAŁEK**
● **DODATEK SPORTOWY**
Wyniki, tabele i analizy**WTOREK**
● **PULS BIZNESU**
Przepisy prawne, opinie**ŚRODA**
● **MAGAZYN ZDROWIE**
Jak zadbać o siebie i bliskich**CZWARTEK**
● **POD PARAGRAFEM**
Historie kryminalne**PIĄTEK**
● **PULS POLSKI**
Reportaże i publicystyka**ZAMÓW PRENUMERATĘ:** tel. 68 381 70 52, bok.prenumerata@polskapress.pl, prenumerata.gazetalubuska.pl

Alicja Polewska

OD ICH GŁOSÓW
JESZCZE DRŻY
POWIETRZE

Nie lubię tego dnia. Kiedyś lubiałam. Od kilkunastu lat - nie. Boli. Cały czas. Już nie tak intensywnie, raczej ćmi gdzieś w środku głowy i w okolicach serducha, ale wraca. Czasami w zupełnie niespodziewanym momencie, w środku dnia, rano albo w złotej godzinie między dniem a zmierzchem. Coś mignie przed oczami, jakiś dźwięk w morzu hałasu ulicznego, jakaś myśl, ci-sza, pustka albo tłum.

Chodziliśmy „na groby”.

1 listopada - wiadomo, bo trzeba, ale następnego dnia - bo... No właśnie: bo.

Wtedy znicze paliły się raptem przez kilka godzin, a dym dawały taki, że cmentarze we Wszystkich Świętych spowite były czarną chmurą bardziej niż w najbardziej smogowych latach Śląsk i Kraków razem wzięte. W Zaduszki szliśmy więc zapalić nowe i zabrać „doniczkowe” miseczki tych wypalonych do dna. Nikt wtedy jeszcze nie znał nawet słowa „recycling”, a co dopiero uprawiał świadomą gospodarkę odpadami. Po prostu braliśmy te pojemniczki, by zrobić w domu nowe znicze; czasami kupienie nowych graniczyło z cudem.

To lubiałam najbardziej - magię roztopiania w rondelku ogarków świeczek, stearyny i parafiny. Wycinanie - z pokrywek od blaszanek od pasty do butów - stojaczek do knotów i robienie tych ostatnich z bawełnianego sznurka albo sznurowadła. Potrzebne jeszcze były patyki albo drewniane łyżki, które knot utrzymywały, kiedy wlewaliśmy gorącą masę. Później nasze domowe znicze zastygały. Stawialiśmy po jednym, góra dwa na każdym rodzinnym nagrobku. I jeszcze obok na tym, na którym wisiała tabliczka „Nieznany”. I u hrabiego...

Cmentarz jest stary. Przedwojenny. Jak ten grób. Tu i ówdzie popękał ponad 100-letni beton, odpadło kilka kafelków z glazurowanej mozaiki, ale inskrypcja wykuta na granitowej tablicy daje się odczytać: imię, nazwisko, daty i podpis - *Tua figlia (twoja córka)*. Zdjęcie na emalii nic nie straciło ze świeżości. Nie pamiętam już, dlaczego uznaliśmy, że to musiał być hrabia - może dlatego, że jego nazwisko poprzedza arystokratyczne „de”? To nie ma znaczenia. Więc chodziliśmy tam i stawialiśmy domowy znicz na jego grobie. Później już szklany albo taki z kapturkiem.

To był nasz rytuał.

Tylko tego jednego dnia w roku.

Nadal to robię. Teraz z moimi córkami. Przypominają - weź jeszcze jedno światełko dla hrabiego, przecież go nie zostawimy.

Nie lubię tego dnia.

*Tua figlia*Pamiętajmy o honorowych
obywatelach naszego miastaEliza Gniewek-Juszczak
Zielona Góra

Lekcja historii dla młodszych i przywołanie wspomnień starszych mieszkańców. Na starym cmentarzu w Zielonej Górze, co roku przed 1 listopada spotykają się różni działacze, niezależnie od poglądów oddają hołd zmarłym obywatelom Zielonej Góry. To akcja Podaruj światło pamięci.

Na starym cmentarzu przy ul. Wrocławskiej pochowano 25 honorowych obywateli Zielonej Góry.

- Pamięć łączy pokolenia. Warto to podkreślać zwłaszcza teraz, kiedy przychodzi czas wspominania zmarłych - mówi Radosław Brodzik, radny Zielonej Góry, który od 2013 roku z różnymi działaczami, niezależnie od poglądów, spotykają się na tym cmentarzu, aby uczcić pamięć o honorowych obywatelach miasta. Tym razem obecni byli reprezentanci Rady Miasta Zielona Góra, Młodzieżowej Rady Miasta i Rady Seniorów, a także urzędu miasta. - Podaruj



FOT. MAGDA MARŚZALEK

Znicz z białą-czerwoną wstążką został położony na grobie Floriana Porębskiego ps. „Szary”, który zmarł w 2008 r.

światło pamięci to nasz obowiązek i zaszczyt. Pamiętamy o honorowych obywatelach Zielonej Góry - zapewnia.

- Ważne jest to, aby zachęcać młode pokolenie do tego, żeby pamiętało, że sztafeta pokoleń trwa - mówi Joanna Malon, wiceprzewodnicząca Rady Miasta Zielona Góra i dziękuje młodzieży z wielu zielonogórskich szkół, które w tym czasie

przed 1 listopada odwiedza nekropolię, aby pomóc porządkować groby. - To niezwykle cenne inicjatywy. Dziękujemy szkołom, nauczycielom, uczniom, za to że zdecydowali się przyjść, porządkować groby i uczcić pamięć tych którzy odeszli - podkreśla.

- To też czas przypomnienia o tych wszystkich, którzy tworzyli w Zielonej Górze zręby edu-

kacji. Na zielonogórskim cmentarzu pochowani są nauczyciele tajnego nauczania, którzy narażali swoje życie, ucząc dzieci i młodzież podczas II wojny światowej. Jeszcze 20 lat temu było ich 123, żaden z nich nie żyje - przypomina Bożena Mania z Zielonogórskiej Rady Seniorów.

Wojciech Lubiński z Urzędu Miasta podkreśla, że Honorowi Obywatele Zielonej Góry to osoby, które miały niezwykle biografie.

- Osiągnięciami i pasją budowały tożsamość i wizerunek miasta. Pamięć o nich to nie tylko hołd przeszłości, ale przede wszystkim inspiracja dla teraźniejszości i przyszłości. Ich dokonania przypominają nam, że rozwój miasta zależy od zaangażowania każdego z nas - mówi Lubiński. I dodaje, że to ważna lekcja historii dla młodzieży.

Olivier Wołkowicz, Przewodniczący Młodzieżowej Rady Miasta przyznaje, że dla młodych ludzi, honorowi obywatele Zielonej Góry dają przykład postępowania.

Honorowych obywateli Zielonej Góry jest 64. Nie żyje 41 z nich.

Koniec oszustw „na wnuczka” w Zielonej
Górze? Rusza akcja radców prawnych i policjiEliza Gniewek-Juszczak
egniewek@gazetalubuska.pl

W poniedziałek, 3 listopada radcowie prawni i zielonogórcy policjanci spotkają się ze słuchaczami Zielonogórskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku.

To początek akcji Nie daj się oszukać! Razem bezpieczni w ramach ogólnopolskiej akcji edukacyjnej „Niebieski Parasol Radcy Prawnego”.

Członkowie Okręgowej Izby Radców Prawnych w Zielonej Górze razem z policjantami chcą uchronić seniorów przed oszustwami, które wciąż nagminnie mają miejsce. Starsze osoby tracą majątki swojego życia, a wtedy pogarsza się ich zdrowie i tracą poczucie bezpieczeństwa. „Niebieski Parasol Radcy Prawnego” to symbol takiej



FOT. JACEK KATOS

Focus Mall. Wspólna akcja GL i radców prawnych z OIRP

ochrony nad seniorami. Jest niebieski ze względu na taki kolor żabotu togi radcy. - Chcemy zwiększyć świadomość osób starszych i zwiększyć ich bezpieczeństwo - podkreśla Katarzyna Pyrżyńska-Czupryniak, koordynator ds. edukacji prawnej w Okręgowej Izbie Radców Prawnych w Zielonej Górze. Podczas spotkań temat oszustw będzie szeroko omawiany, aby

uczestnicy mogli poznać typy oszustw, żeby wiedzieć, z czym mogą mieć do czynienia. Powtarzają się nie tylko oszustwa „na wnuczka”, „na policjanta”, są także inne telefoniczne, internetowe i np. „na kłamkę”. Dochodzi do kradzieży tożsamości. Policjanci będą analizować przebieg takich przestępstw i pokazywać mechanizmy działania sprawców. Wyjaśnią, jak zgubny

może być pośpiech, jaki efekt daje zaskoczenie wiadomością i powiedzą, jak nie dać się manipulować. - Będziemy wyjaśniać od strony prawnej, co robić, jak jednak wydarzy się taka sytuacja. Będziemy też doradzać, co robić w przyszłości, żeby nie miała miejsca - zapowiada. Radcowie prawni z OIRP często biorą udział w tego typu akcjach. W październiku na zaproszenie Gazety Lubuskiej udzielali bezpłatnych porad prawnych mieszkańcom Zielonej Góry i Gorzowa. Organizują też spotkania w przedszkolach i szkołach, aby promować prawidłowe zachowania już u najmłodszych, którzy mogą też ze swoimi bliskimi dzielić się zdobytą wiedzą. W listopadzie pogadanki o bezpieczeństwie będą odbywały się w Klubach Seniora i domach dziennego pobytu seniorów.

nasz REGION

KRÓTKO

NOWA SÓL

Zmarł Edward Jabłoński, znany dziennikarz i człowiek kultury

- Pan Edward był ważną i znaną postacią w nowosolskiej kulturze. Wiadomość o jego śmierci przyjęliśmy z dużym smutkiem. Będziemy go wspominać jako człowieka, który zrobił bardzo dużo dla kultury w mieście - mówi dr Tomasz Andrzejewski, dyrektor nowosolskiego muzeum. Wspomina też dzień, w którym Edward Jabłoński zaproponował, że napisze książkę o kulturze w mieście.

- Zainteresowaliśmy się tym, przygotowaliśmy ją wspólnie i później jej wydanie okazało się dużym sukcesem - podkreśla. Bo „Kulturalna Nowa Sól” zdobyła Nagrodę Czytelników Lubuskich Wawrzynów Literackich 2021. Edward Jabłoński zmarł w środę 29 października. Uroczystości pogrzebowe odbędą się w poniedziałek 3 listopada o godz. 11.00 na cmentarzu przy ul. Wandy. Mateusz Pojnar



FOT. ARCHIWUM MUZEUM MIEJSKIEGO

GORZÓW

Oto wyniki Budżetu Obywatelskiego 2026

W czwartek 30 października ogłoszone zostały wyniki czternastej edycji budżetu obywatelskiego w Gorzowie. W przyszłym roku do realizacji ma pójść 51 zadań.

Głosowanie odbywało się od 13 do 26 października. Pośród 51 zadań, które mają zostać zrealizowane, 12 zostało wybranych w głosowaniu, a 39 - podczas wcześniejszych spotkań dyskusyjnych.

Szczególne powody do radości miała Jolanta Szurkało, której pomysły zwyciężyły

w dwóch kategoriach. Oprócz zwycięstwa na Manhattanie, gdzie gorzowianka walczyła m.in. o oświetlenie wzdłuż pl. Jana Pawła II, pani Jolanta mogła się cieszyć także ze zwycięstwa w kategorii ogólnomiejscowej. Wygrał jej pomysł na II etap rolniczości, które jest w parku 750-lecia. Gorzowianka chce, by pojawiła się tam tafla asfaltowa.

W dotychczasowych trzynastu edycjach budżetu obywatelskiego zrealizowano prawie czterysta zadań za 76 mln zł.

ZIELONA GÓRA Taksówka widmo pod dworcem

Do niezwykle niebezpiecznego incydentu doszło pod zielonogórskim dworcem kolejowym. Taksówka pozostawiona na chwilę bez kierowcy, nagle ruszyła i wjechała

na ruchliwą ulicę. Jak ustalili policjanci, kobieta kierująca pojazdem właśnie zakończyła kurs i wysadziła pasażera. Chwilę później sama wyszła z samochodu. Prawdopodobnie chciała pomóc klientowi z bagażem. W tym momen-

cie auto zaczęło się staczać. Samochód przejechał przez wysepkę rozdzielającą pasy ruchu, przecięła ulicę Dworcową, po czym wjechała na pas zieleni i zatrzymała się na skarpie. Zdarzenie nie spowodowało u nikogo obrażeń.



FOT. LUBUSKA POLICJA

Czy opłaty za miejsce na cmentarzu są legalne?

Jarosław Miłkowski
Gorzów

Takie pytanie stawia wielu Czytelników. Postawiliśmy je też w Gorzowie. Odpowiedź... nie jest taka oczywista. Tą sprawą żyje od niedawna wiele osób w Polsce, a także wielu naszych Czytelników.

Lista opłat pobieranych przez administratorów cmentarzy nie jest wcale krótka. Weźmy pod lupę Gorzów. Wykup miejsca na dwadzieścia lat to w przypadku grobu pojedynczego 583,20 zł, w przypadku grobowca głębinowego 1350 zł, w przypadku kolumbarium to 486 zł. A to tylko kilka przykładów, bo rodzajów grobów czy grobowców jest kilka.

W cenniku znajdujemy jeszcze wiele innych opłat. Rezerwacja miejsca - 378 zł, opłata za uzyskanie zezwolenia na roboty związane z ustawieniem nagrobka - 248,40 zł, zużycie wody na dwadzieścia lat - 81 zł, wynajęcie sali ceremonialnej na pół godziny - 162 zł, opłata za wjazd samochodem osobowym - 27 zł, opłata za wjazd samochodu powyżej 3,5 t ciężaru całkowitego - 59,40 zł.

Dlaczego w ostatnim czasie ludzie tak żywo zainteresowali się legalnością opłat za cmentarz? Wynika to wyroków wojewódzkich sądów administracyjnych w Olsztynie, Rzeszowie i Radomiu, które stwierdziły nieważność miejskich



FOT. JAROSŁAW MIŁKOWSKI

uchwał dotyczących opłat cmentarnych

Jak czytamy w Portalu Samorządowym, który przyglądał się sprawie opłat w różnych częściach Polski, w Olsztynie sprawa zaczęła się od jednego z mieszkańców. Zakwestionował on pobieranie opłaty na następne dwadzieścia lat, po dwudziestu latach od ostatniego pochówku. W Cieszanowie koło Rzeszowa jedna z mieszkanki zakwestionowała z kolei opłatę za dochowanie bliskiej osoby do już istniejącego grobu murowanego. Z kolei w Radomiu skargę złożyła prokuratura, która argumentowała, że część opłat nie ma podstawy prawnej.

Wojewódzkie sądy administracyjne orzekły w tych spra-

wach, że o ile samorząd może ustalić opłaty związane z pochowaniem zwłok, o tyle nie może zrobić tego, jeśli chodzi o opłaty związane z prowadzeniem cmentarza, czyli np. za wjazd na teren nekropolii. Dodajmy jednak, nie wszystkie orzekają podobnie. Przykładowo: Wojewódzki Sąd Administracyjny w Bydgoszczy stwierdził, że „z obecnych przepisów nie wynikają żadne ograniczenia w liczbie czy rodzajach opłat”.

A jak jest z legalnością opłat w Gorzowie?

- U nas opłaty są legalne - mówi nam krótko Karolina Rzepecka, prezes Inneko SPZ, czyli miejskiej spółki, która administruje cmentarzem.

- Musiałby się znaleźć ktoś, kto zakwestionuje którąś

z opłat cennika w Gorzowie i pójść z tym do sądu. I dopiero sąd musiałby stwierdzić nielegalność danej opłaty - mówi nam mecenas Jerzy Synowiec.

W cenniku w Gorzowie widzimy m.in. opłaty za wjazd samochodem na nekropolię. Tego, że w innej części Polski zostały one zakwestionowane, nie musi od razu oznaczać, że są one nielegalne w Gorzowie.

Gdy rozmawiamy z prawnikami, mówią nam, że decyzję w sprawie całej Polski może jednak podjąć Naczelny Sąd Administracyjny.

Jego decyzją może doprowadzić do tego, że przyjęta zostanie jedna linia orzecznictwa, która sprawi, że opłaty w całej Polsce będą legalne lub nielegalne.

Zwykła sprzeczka. Chwilę później jeden z nich już nie żył

Magdalena Marszałek
mmarszalek@gazetalubuska.pl

Spokojny wieczór w centrum Gorzowa przerodził się w dramat. W jednym z mieszkań przy ulicy Młyńskiej doszło do sprzeczki między dwoma znajomymi. Kłótnia zakończyła się tragedią.

Do zdarzenia doszło w nocy z piątku na sobotę. Jak ustaliła prokuratura, podczas spotkania suto zakrapianego alkoholem, pomiędzy mężczyznami wywiązała się ostra wymiana

zdań, która szybko wymknęła się spod kontroli. W pewnym momencie jeden z nich sięgnął po nóż. Ciosy, które zadał, okazały się śmiertelne.

- Mężczyzna został oskarżony o zabójstwo poprzez zadanie nożem obrażeń, które skutkowały śmiercią pokrzywdzonego - mówi Mariola Wojciechowska-Grześkowiak, rzeczniczka Prokuratury Okręgowej w Gorzowie.

Zatrzymanym jest pięćdziesięcioletni mieszkaniec Gorzowa. Jak informuje prokuratura, mężczyzna przyznał się

do zarzucanego mu czynu i złożył obszernie wyjaśnienia. Śledczy nie ujawniają jednak szczegółów dotyczących przebiegu samej awantury. Te wciąż są ustalane w toku postępowania.

Prokuratura dokładnie bada zarówno motyw działania sprawcy, jak i okoliczności poprzedzające tragedię. Na jej wniosek prokuratury sąd zdecydował o tymczasowym aresztowaniu podejrzanego na trzy miesiące. Środek ten ma zabezpieczyć prawidłowy przebieg postępowania i zapobiec

ewentualnemu utrudnianiu śledztwa.

- Tymczasowy areszt jest standardowym środkiem stosowanym w sprawach o poważne przestępstwa, w których istnieje ryzyko ucieczki sprawcy, kontaktu z osobami mogącymi utrudnić postępowanie lub gdy czyn zagrożony jest surową karą - wyjaśnia Mariola Wojciechowska-Grześkowiak.

Za zabójstwo mężczyźnie grozi kara od dziesięciu lat pozbawienia wolności do dożywocia.

Mija pół roku od zbudowania Miejskiego Centrum Kultury. Co z otwarciem?

Jarosław Miłkowski
jmiłkowski@gazetalubuska.pl

Dokładnie sześć miesięcy temu zakończyła się budowa MCK. I niewiele wskazuje, by miało ono zostać otwarte do końca roku. MCK jeszcze nie rozstrzygnął przetargu na wyposażenie.

Nowa siedziba Miejskiego Centrum Kultury powstała w samym centrum miasta. Zbudowano ją w miejscu byłego banku „przyklejonego” do Arsenału oraz Przemysłówki. Budowa formalnie zakończyła się 30 kwietnia, bo tego dnia górzowska firma Gotech, która była wykonawcą inwestycji, przekazała miastu gotowy obiekt.

Choć mamy dziś 31 października, to MCK do tej pory nie został otwarty. Oznacza to, że obiekt czeka już już na otwarcie... pół roku! To rzecz niespotykana!

Dlaczego centrum jeszcze nie zostało otwarte? Bo... nie zostało wyposażone. Nie zrobiono tego przez pół roku



Na sali widowiskowej są już m.in. siedzenia – przyznajemy, jest atrakcyjna

od oddania gotowego obiektu przez wykonawcę!

Choć na sali widowiskowej są już m.in. siedzenia – przyznajemy, jest atrakcyjna kolorystycznie – to w MCK-u wciąż brakuje jeszcze mebli.

Przetarg na wyposażenie został ogłoszony 6 października.

Dziesięć dni później otwarto oferty. Były dwie. Warszawska firma Tronus Polska chce za meble 1 788 544 zł, a poznańska firma Hoof Design - 966 530 zł. Obie oferty przekraczają kwotę przygotowaną na to postępowanie. MCK przeznaczył bowiem na to 800 tys. zł.

Co składa się na to wyposażenie? Meble biurowe, siedziska, krzesła, stoły, biurka, pojemniki na odpady, lustra. To tak ogólnie. Szczegółowy wykaz to niemal książka, bo ma on 162 strony. Są w nim m.in. fotele, stół konferencyjny, szafy na akta, fotele obrotowe, wie-

szaki na ubrania, a nawet lodówka, pralka-suszarka, donice na kwiaty.

Firma, która wygra przetarg, będzie musiała dostarczyć to wszystko w ciągu 56 dni. Przetarg nie został jeszcze jednak rozstrzygnięty.

MCK w ramach swojego budżetu wygospodaruje brakujące pieniądze – mówił nam wczoraj prezydent miasta Jacek Wójcicki. W dniu, w którym miało pół roku od zakończenia budowy Miejskiego Centrum Kultury, pytaliśmy go o otwarcie.

Nastąpi, jak MCK zostanie umeblowany. Chciałbym, by było to w tym roku – mówił nam prezydent. Szansa na to są jednak bardzo niewielkie. Gdyby w tej chwili rozstrzygnięto przetarg i po chwili podpisano umowę z jego zwycięzcą, to aby Miejskie Centrum Kultury zostało otwarte w tym roku, musiałby dostarczyć meble przed terminem. A to byłaby jego dobra wola. Obowiązek takiego bowiem nie ma.

Nie jest znana data otwarcia MCK-u, nie wiadomo też, jak

miałoby wyglądać otwarcie nowej siedziby.

Nie przesadzałbym z imprezą na otwarcie. To nie impreza będzie kluczowa, a obiekt – mówił nam wczoraj prezydent Wójcicki.

Budowa Miejskiego Centrum Kultury rozpoczęła się wiosną 2021. Początkowo MCK miał powstać w budynku po byłym banku, który to obiekt, wspólnie z Przemysłówką, miało opierać się o osiem i pół roku temu. Po wejściu na plac budowy okazało się, że projekt był „skopany” i nie odnosił się do stanu rzeczywistego. Skończyło się na rozebraniu byłego banku (w ziemi zostały po nim tylko sejfy) i postawieniu zupełnie nowego budynku.

Na projekt i budowę poszło łącznie 39,814 mln zł. Do tego trzeba doliczyć około 10 mln na wyposażenie w sprzęt techniczny (głośniki, studio nagraniowe itd.). W Miejskie Centrum Kultury, które od pół roku czeka na otwarcie, włożono więc do tej pory około 50 milionów zł.

REKLAMA

001140700

WCF

Zdrowie
Medycyna
EdukacjaRehabilitacja
Dzieci i Dorosłych

Fizjoterapia Domowa

do 80 dni fizjoterapii w ramach
Narodowego Funduszu Zdrowia

Oferta skierowana jest dla osób
z orzeczeniem o niepełnosprawności
i problemami w samodzielnym
poruszaniu się

☎ 512 046 048

☎ 573 973 963

wcf.com.pl

NFZ



Tysiące kur na rzeź. W Lubuskim zaatakowała je groźna choroba wirusowa

Magdalena Marszałek
Region

Wirusa wykryto w jednym z gospodarstw w miejscowości Olbrachcice w powiecie wschowskim. 30 tys. ptaków zostało zabitych i zutylizowanych. Wyznaczono obszary narażone na ryzyko choroby.

Rzekomy pomór drobiu to zakaźna choroba wirusowa, która nie zagraża ludziom, ale jest bardzo groźna dla ptactwa. Powoduje wysokie straty w hodowli, a w naszym kraju jest zwalczana z urzędu. Przenosi się drogą kropelkową, a do zakażenia dochodzi najczęściej podczas korzystania z jednego poidła lub karmnika, do którego dostęp miało zakażone zwierzę. Pierwszymi zauważalnymi objawami jest dyszenie oraz kaszel, a także towarzyszące im objawy neurologiczne. To obwisłe skrzydła, kręcenie głową i szyją, krzącanie oraz paraliż.

W połowie października ognisko rzekomego pomoru drobiu wykryto w sąsiednim województwie wielkopolskim. Na terenie fermy w miejscowości Świętno zlikwidowano blisko trzysta tysięcy sztuk dro-



W strefach zapowietrzonych i zagrożonych obowiązują twarde restrykcje

biu. Wówczas ograniczeniami objęto także tereny trzech powiatów w województwie lubuskim - wschowskiego, nowosolskiego i zielonogórskiego, które uznane zostały za obszary zagrożone. Niedługo później choroba zaatakowała także w naszym regionie.

Odbyło się posiedzenie powiatowego sztabu zarządzania kryzysowego. Ukazało się także nowe rozporządzenie wojewody w tej sprawie, które wyznacza dwie strefy bezpieczeń-

stwa wokół ogniska choroby. To obszar zapowietrzony w promieniu trzech kilometrów od ogniska oraz obszar zagrożony o promieniu dziesięciu kilometrów.

Za obszar zapowietrzony rzekomym pomorem drobiu uznaje się teren obejmujący w powiecie wschowskim. To miejscowość Wschowa oraz obszary wiejskie: Dębowa Łęka, Olbrachcice, Przyczyna Dolna, Siedlnica, Łęgoń - czytamy w rozporządzeniu.

Finansowe wsparcie dla polskich pszczelarzy

W Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa ruszyła właśnie czwarta edycja programu pomocy dla polskich pszczelarzy, który finansowany jest z Planu Strategicznego dla Wspólnej Polityki Rolnej na lata 2023-2027. Nabór wniosków potrwa do 28 listopada 2025 r.

Pszczelarstwo jest jednym z najstarszych zajęć człowieka. Początkowo korzyści z chowu pszczoł upatrywano w możliwości pozyskiwania większej ilości miodu. Musiały minąć wieki, by ludzkość zdała sobie sprawę, że niezastąpioną rolę tych małych owadów jest zapylanie roślin, że dzięki ich pożytecznej pracy rosną plony zbóż, a drzewa i rośliny uprawne wydają owoce i nasiona, co bezpośrednio wpływa na łańcuchy pokarmowe i produkcję rolniczą.

W Polsce owady zapylające, wśród których 90 proc. stanowią pszczoły, odpowiadają za zapylanie około 80 proc. roślin. Z danych Najwyższej Izby Kontroli wynika, że korzyści z zapylania roślin uprawnych przez pszczoły szacowane są w naszym kraju na kwotę od 4,1 do 7,4 mld zł rocznie. Z kolei wartość tego wkładu pracy dla całej Unii Europejskiej określana jest, według informacji Komisji Europejskiej z 2024 r., na poziomie około 15 mld euro. Według danych Inspekcji Weterynaryjnej w Polsce w 2024 r. było 99 tys. pszczelarzy, co oznacza wzrost o 2,4 proc.

w porównaniu do 2023 r. i o 96 proc. w stosunku do roku 2011. Średniej wielkości gospodarstwo pasieczne w kraju w 2024 r. posiadało ponad 24 rodziny pszczele. Systematycznie zwiększająca się liczba pszczelarzy i pni pszczele to dowód na duży potencjał sektora pszczelarstwa w Polsce. Jednym z decydujących czynników w rozwoju tej branży są unijne programy pomocowe. Podobnie jak inne sektory polskiego rolnictwa, po 1 maja 2004 r. pszczelarstwo zostało objęte narzędziami wsparcia dostępnymi w ramach Wspólnej Polityki Rolnej, w tym działającym od 1997 r. w Unii Europejskiej mechanizmem „Wsparcie rynku produktów pszczele”.



FOT. ADOBE STOCK

Na jego bazie państwa zainteresowane tą formą pomocy opracowały trzyletnie, krajowe plany wsparcia branży pszczelarstwa, które mogły wdrażać po akceptacji Komisji Europejskiej. Polska realizowała Krajowe Programy Wsparcia Pszczelarstwa od 2005 do 2022 r. Do 2017 r. odpowiedzialna była za to Agencja Rynku Rolnego, a po jej likwidacji Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolniczego, który przyjmował i oceniał projekty złożone przez pszczelarzy. Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa przypadła rola płatnika środków dla pozytywnie zweryfikowanych wniosków.

UNIJNA POMOC RAZY SIĘDEM

To się zmieniło w nowej unijnej perspektywie budżetowej. Teraz to Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa jest jedyną instytucją realizującą – od przyjęcia wniosku, przez jego ocenę, do wypłaty środków – europejski program wsparcia pszczelarzy. W Planie Strategicznym dla Wspólnej Polityki Rolnej na lata 2023-2027

przygotowano dla branży pszczelarstwa siedem rodzajów pomocy, tzw. interwencji. 24 października 2025 r. ruszył w ARiMR czwarty nabór wniosków o wsparcie w ramach tych interwencji, który potrwa do 28 listopada 2025 r. Na co konkretnie można otrzymać pieniądze?

Wsparanie podnoszenia poziomu wiedzy pszczelarstwa (I.6.1)

Ta oferta dofinansowania skierowana jest do organizacji pszczelarskich oraz jednostek doradztwa rolniczego. Wsparcie można otrzymać na organizację szkoleń dotyczących m.in. prowadzenia gospodarki pasiecznej, chorób pszczoł, pożytków i produktów pszczele. Koszty kwalifikowane zostały w tym przypadku szczegółowo określone, a refundacji podlegać może nawet 100 proc. poniesionych wydatków.

Inwestycje, wsparcie modernizacji gospodarstw pasiecznych (I.6.2)

O ten rodzaj wsparcia mogą ubiegać się indywidualni pszczelarze oraz – w ich imieniu – organizacje

pszczelarskie. Pomocą finansową objęty jest zakup nowego sprzętu pszczelarskiego, maszyn i urządzeń wykorzystywanych na potrzeby gospodarki pasiecznej, np. miodarek, odstojników oraz uli lub ich elementów. Refundacja wynosi do 50 proc. poniesionych kosztów netto i nie może przekroczyć 100 zł na jeden pień pszczele (maksymalnie 15 tys. zł w danym roku pszczelarskim).

Wsparanie walki z warrozą produktami leczniczymi (I.6.3)

O środki finansowe w ramach tej interwencji mogą ubiegać się w imieniu pszczelarzy zrzeszające ich organizacje, jak również indywidualni pszczelarze. Przeznaczenie tych pieniędzy to zakup warzobójczych produktów leczniczych – nie tylko weterynaryjnych, lecz także tych zawierających substancje czynne dopuszczone do stosowania w gospodarstwach ekologicznych. Zwrotowi podlega do 90 proc. kosztów netto.

Ułatwienie prowadzenia gospodarki wędrowniej (I.6.4)

W tym przypadku pomoc jest skierowana wyłącznie do indywidualnych

pszczelarzy. Realizowane z dofinansowaniem inwestycje muszą dotyczyć zakupu nowego sprzętu, maszyn i urządzeń wykorzystywanych na potrzeby gospodarki wędrowniej, m.in. wag pasiecznych czy przyczep do przewozu uli. Refundacja wynosi do 50 proc. kosztów netto. Natomiast limit wsparcia ustala się na podstawie wielkości gospodarstwa pszczelego. 150 zł na jeden pień pszczele otrzyma hodowca, który ma ich od 25 do 149. Tych pszczelarzy, którzy mają co najmniej 150 pni, obowiązuje stawka 200 zł. Jednak w sumie nie mogą oni otrzymać więcej niż 40 tys. zł.

Pomoc na odbudowę i poprawę wartości użytkowej pszczoł (I.6.5)

Wnioski mogą składać w imieniu pszczelarzy zrzeszające ich organizacje, jak i indywidualni pszczelarze. Wsparciem objęty jest zakup: matek pszczele z linii hodowlanych, dla których prowadzone są księgi lub rejestry; odładow lub pakietów pszczele z matkami pochodzącymi z linii hodowlanych; a także odładow lub pakietów pszczele od producentów, którzy uzyskali rekomendację związków lub zrzeszeń pszczelarzy. Refundacji podlega do 70 proc. kosztów netto, natomiast maksymalna kwota pomocy na beneficjenta to 10 tys. zł.

Wsparcie naukowo-badawcze (I.6.6)

Ten rodzaj pomocy adresowany jest do jednostek naukowo-badawczych, które zajmują się tematyką pszczelarską. Dofinansowanie – w maksymalnej wysokości 80 tys. zł na jednego beneficjenta w danym roku pszczele – obejmuje prace poświęcone zdrowiu pszczoł, jakości produktów pszczele i innowacjom w gospodarce

pasiecznej. Refundacja wynosi nawet 100 proc. kosztów netto.

Wsparanie badania jakości handlowej miodu oraz identyfikacja miodów odmianowych (I.6.7)

Także w tym przypadku wnioski mogą składać wyłącznie indywidualni pszczelarze. Wsparcie można przeznaczyć na zakup analiz fizyko-chemicznych miodu lub analizy pyłkowej miodu. Refundacji podlega do 90 proc. kosztów netto, a limit wynosi 10 tys. zł.

PSZCZELARZE SKŁADAJĄ WNIOSKI

Wnioski w ramach wszystkich naborów z PS WPR 2023-2027 Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa przyjmuje wyłącznie drogą internetową. A to oznacza, że również ubiegający się o wsparcie pszczelarze i ich zrzeszenia dokumenty mogą składać tylko za pośrednictwem Platformy Usług Elektronicznych ARiMR. Pierwszy nabór wniosków dla sektora pszczelarskiego z PS WPR 2023-2027 został przeprowadzony wiosną 2023 r. Można było się wówczas starać o wsparcie w ramach trzech interwencji: I.6.2, I.6.3 i I.6.5. Dofinansowanie w kwocie ponad 41 mln zł trafiło do około 38 tys. pszczelarzy. Pełną parą program ruszył na przełomie lat 2023-2024, gdy odbył się nabór obejmujący wszystkie siedem interwencji. Tym razem ze wsparcia finansowego skorzystało blisko 39 tys. pszczelarzy, którym ARiMR wypłaciła 39,3 mln zł. Trzeci nabór wniosków jest właśnie rozliczany przez ARiMR, stąd brak na razie ostatecznych danych. Ze statystyk Agencji wynika, że do tej pory największym zainteresowaniem pszczelarzy cieszy się interwencja I.6.2, czyli inwestycje związane z modernizacją gospodarstw pasiecznych.



Zaduszki w muzeum



FOT. MARIUSZ KAPALA

Wspominany będzie m.in. Włodzimierz Kwaśniewicz

Jarosław Wnorowski
ZIELONA GÓRA

W czwartek (6.11), o godz. 18, w Muzeum Ziemi Lubuskiej (sala im. dr. Jana Muszyńskiego) już po raz osiemnasty odbędą się „Zielonogórskie Zaduszki”.

Podczas wieczoru uczestnicy będą wspominać: Henryka Masternaka, Zygmunta Listowskiego, Włodzimierza Kwaśniewicza, Stanisława Kowalskiego oraz Grażynę Michalak-Bazylewicz. Dwaj pierwsi byli prezydentami Zielonej Góry. Masternek pełnił te funkcję w latach 1994-1998, był także szefem Aeroklubu Ziemi Lubuskiej (od

2002). Listowski z kolei szefował miastu w latach 1998-2002, pod jego kierownictwem rozpoczęto program rewitalizacji śródmieścia. Kwaśniewicz był twórcą Lubuskiego Muzeum Wojskowego w Drzonowie, ale przede wszystkim historykiem, znawcą broni, wykładowcą akademickim, społecznikiem, publicystą i pisarzem. Był Wojewódzkim Konserwatorem Zabytków. Grażyna Michalak-Bazylewicz była znaną artystką, malarką i rzeźbiarką, związaną Zieloną Górą od 1963 r. Wieczór uświetni duet lubuskich muzyków jazzowych w składzie Wojciech Pruszyński (fortepian) i Robert Chyła (saksofon). Wstęp wolny.

WYDARZY SIĘ

REGION

Co nas czeka już niedługo

31.10 - Halloween Night Party, Piwnica Artystyczna Kawon, Zielona Góra,
31.10 - Halloween Party, Cafe Noir, Zielona Góra,
7.11 - Lubuskie Zaduszki Jazzowe - The Sound Pack & Yarosh Organ Trio, Planetarium Wenus, Zielona Góra,
8-9.11 Koncerty Lubuskiej Orkiestry Kameralnej „Zaduszki In Memoria”, Lubuskie,
8-14.11 - 41. Gorzowskie Spotkania Teatralne, Teatr im. J. Osterwy, Gorzów,
8.11 - Koncert Adama Bałdycha, Filharmonia Zielonogórska,
8.11 - Koncert „Proletariat”, Zajazd Kultury, Zielona Góra,
9.11 - Jazz w Letnickim Zbozrze, Letnica,
10.11 - Vadim Brodsky w koncercie „Muzyka Żydów polskich”, sala Filharmonii Zielonogórskiej,
10.11 - Koncert „Thee Stepwater Band”, Jazz Club Pod Filarami, Gorzów,
11.11 - Koncert „Piotr Bukartyk & Ajagore - Ja wolny człowiek, Zajazd Kultury, Zielona Góra. JERRY

GORZÓW



FOT. ARCHIWUM MCK

Dziś o godz. 19, w katedrze odbędzie się koncert poetycko-muzyczny „Wiersze ciszy, dźwięki pamięci”. Wystąpią muzycy Gorzowskiej Orkiestry Dętej pod batutą Anny Wiśniewskiej. Oddadzą hołd zmarłym, artystom, którzy pozostali w naszych sercach. Zabrzmią utwory Anny Jantar, Violetty Villas, Marka Grechuty, Zbigniewa Wodeckiego, Krzysztofa Krawczyka i Andrzeja Zauchy. JERRY

Muzyka czasu zadumy i pamięci w filharmoniach

Jarosław Wnorowski
ZIELONA GÓRA, GORZÓW

Dziś w Filharmonii Zielonogórskiej można posłuchać muzyki refleksyjnej, w tym Requiem Gabriela Fauré'ego, zaś w niedzielę (2.11) w Gorzowskiej zabrzmi to jeszcze słynniejsze - W. A. Mozarta.

Forma mszy żałobnej, której nazwa pochodzi od początkowych słów pierwszej jej części (Introitus) brzmiąca po łacinie „Requiem aeternam dona eis Domine et lux perpetua luceat eis”, co znaczy „Wieczny odpoczynek racz im dać Panie, a światłość wiekuista niechaj im świeci”. Pierwsze zachowane zapiski takich mszy sięgają już XV wieku i pojawiają się w twórczości Johanna Ockeghema, chociaż najprawdopodobniej kompozytor wzorował się na dziełach Guillaume'a Du Faya (oba z Flandrii). Formę Requiem spopularyzowało wielu kompozytorów we wszystkich epokach m.in.: Verdi, Berlioz, Saint-Saens, Brahms, Dworzak czy właśnie już wymienieni - Mozart i Fauré. Koncert w Zielonej Górze rozpocznie się w piątek (31.10) o godz. 19, od Chaconne (in Memoria del Giovanni Paolo II) - Krzysztofa Pendereckiego. W 2005 roku Penderecki dodał „Chaconne” do „Polskiego Requiem” i zadedykował je zmarłemu wówczas Janowi Pawłowi II, a dzieło jest często wykonywane jako samodzielny utwór na orkiestrę smyczkową.



FOT. ARCH. POLSKA PRESS

W Filharmonii Gorzowskiej zabrzmi słynne „Requiem” Wolfganga Amadeusa Mozarta

Tego wieczoru zabrzmi ponadto III Symfonia F-dur op. 90 - Johanna Brahmsa. Na koniec zabrzmi Requiem op. 48 - Gabriela Fauré, w ulubionej tonacji do tej formy czyli d-moll. Utwór składa się z siedmiu części, jest przeznaczony na sopran i baryton, chór mieszany, orkiestrę i organy lub pozytyw. W odróżnieniu od typowych opracowań Dies irae (Gniew boży) zostało pominięte i zastąpione jedynie jedną z jej części Pie Jesu (Pobożny Jezus). Ostatnia część tego utworu - In Paradisum (W raju), oparta jest na tekście, który nie jest częścią liturgii mszy żałobnej, lecz już samej ceremonii pogrzebowej. Wystąpi soliści: Małgorzata Priebe - sopran, Adrian Janus - baryton, Roman Perucki - pozytyw oraz Chór Filharmonii Zielonogórskiej. Orkiestrę Symfoniczną FZ poprowadzi Marco Guidarini.

Z kolei w Filharmonii Gorzowskiej w sobotę o godz. 18 zabrzmi mozartowskie arcydzieło, czyli Requiem d-moll KV 626. To dzieło nieukończzone przez Mozarta, nad którym pracował w ostatnich miesiącach swojego życia w 1791 roku. Prace nad utworem kontynuowali jego uczniowie, przede wszystkim Franz Xaver Süssmayr. Dzieło wykona Orkiestra Symfoniczna Filharmonii Gorzowskiej pod batutą Szymona Morusa, z towarzyszeniem Chóru Astrolabium z Torunia oraz soliści: Magdalena Łaszcz - sopran, Justyna Gęsicka - alt, Przemysław Borys - tenor oraz Paweł Michalcuk - bas. Wstęp płatne.

WYBIERZ SIĘ

KOSTRZYN NAD ODRĄ

Sztuka performance

Dziś o godz. 19, w Kostrzyńskim Centrum Kultury, odbędzie się wieczór „audio performansu” z udziałem: Wojciecha Kosmy (artysty nurtu performance, muzyka, poety), „Railroad Concrete” - Heidrun Schramm i JD Zazie (duet założony w 2017 roku, zafascynowani dźwiękami i odgłosami pociągów pochodzących z prywatnego archiwum, zarejestrowanych podczas nagrań terenowych) oraz „Fluid Existence” - Annette Krebs i Steffi Weismann (obie artystki wykorzystują własne ciała, a także przestrzenne działania dźwiękowe z użyciem żelazek, tkanin lub folii, opisując np. złożoność procesów chemicznych i elektronicznych). Wszystko odbywa się w ramach projektu „Anima Mundi #6”, który jest oparty na współpracy i wymianie doświadczeń w dziedzinie sztuki dźwiękowej, poruszający kwestie ekologii i zrównoważonego rozwoju. Specyfika sztuki dźwiękowej polega na jej silnym powiązaniu ze środowiskiem naturalnym. Wstęp wolny. JERRY

ŚWIEBODZIN

Wieczór Halloween



FOT. ARCHIWUM POLSKA PRESS

W piątek (31.10) o godz. 16, w kinie Świebodzińskiego Domu Kultury rozpocznie się maraton filmowy pełen grozy, ale także i śmiechu. Na ekranie pojawią się: „Noc w Zoo” „Koszmarek”, „Diabelski młyn” oraz „Teksańska masakra piłą mechaniczną”. Wstępy płatne. Z kolei w galerii „Na piętrze” (także w SDK) od godz. 18.30 będą prezentowane klasyczne horrory jak: „House on Haunted Hill”, „The Bat” oraz „Freaks” (z 1932 r. - film ten zasłynął tym, że w rolach wystąpili autentycznie niepełnosprawni artyści, co dziś czyni go wyjątkowym i kultowym). Wstęp wolny, a całość zakończy się około północy. JERRY

WSCHOWA

Dwie królowe

Już tylko do 5 grudnia br. w Muzeum Ziemi Wschowskiej (plac Zamkowy 2), można obejrzeć dwie wystawy czasowe pt. „Ludwika Maria Gonzaga. W 380. rocznicę poselstwa polskiego do Paryża” oraz „Polski Kopciuszek - wnuczka starosty wschowskiego królową Francji. W 300. rocznicę zaślubin Marii Leszczyńskiej”. Wystawy prezentują królewskie związki Polski z Francją przybliżając jednocześnie sylwetki dwóch monarchiń: Ludwika Marii Gonzagi - pierwszej Francuzki na tronie Polski oraz Marii Leszczyńskiej - pierwszej Polki na tronie Francji. Wschowa była przez wieki wielokulturowym miastem królewskim położonym na pograniczu i dzięki temu stanowiła jedną z bram otwierających Królestwo Polskie na Śląsk oraz dalej na zachód. Przeciwna się tutaj szlaki handlowe, sprzyjające wymianie myśli, nauki i kultury. Wschowę wizytowali królowie, dworzanie oraz senatorowie, dowódcy wojskowi i dostojnicy kościelni. Wstęp płatny. JERRY

TEGOROCZNA GALA „WARTO JEST POMAGAĆ” POŚWIĘCONA PAMIĘCI JOANNY KOŁACZKOWSKIEJ

Gospodarzami Gali, która odbędzie się 20 grudnia o godzinie 19.00 w hali Centrum Rekreacyjno-Sportowego w Zielonej Górze, będą: aktorka Joanna Brodzik i Leszek Jenek znany (nie tylko) z kabaretu Ciach.

Leszek Kalinowski

Na uczestników wydarzenia czeka wiele niespodzianek oraz ręcznie wykonane ozdoby świąteczne, które będzie można nabyć wrzucając datkę do puszeki kwestarskiej. Każda złotówka zasili fundusz leczenia i rehabilitacji podopiecznych „Warto jest pomagać” – mówi prezes stowarzyszenia dr Grzegorz Hryniewicz. – To wieczór, w którym muzyka łączy ludzi, a pomoc staje się najpiękniejszym prezentem.

W tym roku pożegnaliśmy Anioła, który zawsze wspierał działalność stowarzyszenia – Joannę Kołaczkowską. Jej przyjaciele i zaangażowani w działalność charytatywną nie wyobrażali sobie, by tegorocznej Gali nie poświęcić właśnie tej znanej i lubianej artystce, której kariera rozpoczęła się w Zielonej Górze.

Co mówiła o charytatywnym wydarzeniu? – To jest świetna inicjatywa. Ja zawsze podziwiam i się cieszę, że są ludzie, którzy chcą pomagać i potrafią to robić. Bo nie każdy się do tego nadaje, by robić to na tak wielką skalę. Często mówimy, że warto jest pomagać. Że należy pomagać. Ale nie każdy z nas jest gotów, by pociągnąć za sobą ludzi. A Grzegorz to potrafi robić – mówiła „Gazecie Lubuskiej” Joanna Kołaczkowska podczas Gali, którą sama prowadziła. – Poza tym to jest Gala, ale pamiętajmy, że to pomaganie grzeskowe trwa przez cały rok. Ja bym tak nie umiała, ja się mogę dotożyć.

Dariusz Kamys z kabaretu Hrabi dodał: – Można pomagać w swoim mikroświatku. Ale taka duża impreza uświadamia innym całą ideę, stawia ją



FOT. ARCH. FPOLSKA PRESS

W tym roku pożegnaliśmy Anioła, który zawsze wspierał działalność stowarzyszenia

na świeczniku. I to też jest ważne, że ludzie gdzieś słyszą to hasło, ono wpada w głowę i zapada w pamięć. My się do tego dokładamy..

W tym roku podczas Gali usłyszymy oprócz wymienionych artystów także aktorów Lubuskiego Teatru: Małgorzatę Polak, Martę Stalmierską, Aleksan-

drę Podolak, Marka Sitarskiego, Radosława Walendę, a także Małgorzatę Romanowską i Grzegorza Hryniewicza. Zagra 40-osobowa Orkiestra „Warto jest pomagać”

pod batutą Wojciecha Zandeciego, który podkreśla: – W tym roku zabrzmią najpiękniejsze świąteczne utwory, które wprowadzą nas w ciepły, magiczny klimat nadchodzących Świąt Bożego Narodzenia. Bilety – cegiełki na: abilet.pl

Podczas Gali odbędzie się także jubileuszowy XV finał plebiscytu „Anioł Roku 2025”, w którym wyróżnione zostaną osoby, firmy i organizacje, niosące pomoc innym i inspiрующие do działania. Kandydatów można zgłaszać do 5 grudnia br. za pośrednictwem formularza, zamieszczonego na stronie stowarzyszenia „Warto jest pomagać”. Kapituła, złożona m.in. z przedstawicieli lubuskich mediów, przyzna główne nagrody w trzech kategoriach, może także i wyróżnienia. Laureaci otrzymają pamiątkowe statuetki Anioła oraz nagrody ufundowane przez sponsorów.

MATERIAL INFORMACYJNY T-MOBILE

0011414538

Powiedz „stop” mowie nienawiści! Podpisz Deklarację Niezgody na Hejt

Wystartowała kolejna odsłona kampanii społecznej #HejtOutLoveIn, realizowanej przez T-Mobile Polska wspólnie z Fundacją SEXEDPL, której celem jest zburzenie bariery obojętności wobec hejtu. Każdy może dołączyć do akcji, podpisując Deklarację Niezgody na Hejt na hejtoutlovein.pl i tym samym pokazać, że głos szacunku jest silniejszy niż głos nienawiści. Deklarację podpisały znane postaci życia publicznego – Anja Rubik, Helena Englert, Maciej Zakościelny, Anna Dec i Irena Wielocha.

Kampania oparta jest o badania dotyczące mowy nienawiści w sieci wśród polskich użytkowników internetu, zlecone przez firmę T-Mobile Polska. Wnioski są pesymistyczne – wynika z nich, że chociaż tylko około pięciu procent komentatorów generuje hejt, to zjawisko przytłacza pozostałą większość. Aż 63 procent młodych osób doświadczyło hejtu – najczęściej z powodu wyglądu, poglądów i stylu bycia. Ponad 80 procent uważa go za problem, a 84 procent sądzi, że wymaga on zdecydowanej reakcji. Jednocześnie aż 67 procent badanych czuje wobec niego bezradność. Niepokoi również fakt, że osoby, które doświadczyły hejtu, pięć razy częściej stają się później jego sprawcami. Działają tym samym z potrzebą odwetu, w efekcie czego napędza się nieustanna spirala nienawiści.



– Wyniki badań były dla nas szokujące – komentuje Małgorzata Rybak-Dowżyk, dyrektorka Departamentu Komunikacji Korporacyjnej i ESG w T-Mobile Polska. – Żyjemy w świecie hybrydowym, w którym świat online łączy się ze światem offline i to, czego doświadczamy w jednym, oddziałuje też na drugi. Dlatego jako T-Mobile Polska, firma, która daje ludziom okno do świata cyfrowego, uważamy, że naszą odpowiedzialnością jest nie tylko do-

starczenie najwyższej jakości usług, ale też sprawienie, by ludzie w cyfrowym świecie byli bezpieczni.

Celem akcji jest zburzenie bariery obojętności wobec hejtu.

– Jako T-Mobile nie zgadzamy się na obojętność – dodaje Rybak-Dowżyk. – Głos szacunku jest silniejszy niż głos hejtu. Wierzymy, że możemy wszyscy połączyć się ponad podziałami i działać wspólnie na rzecz wykluczenia mowy nienawiści w sieci. Możemy rozpocząć

nowy etap kultury i bezpieczeństwa w internecie.

Martyna Wyrzykowska, dyrektorka Fundacji SEXEDPL, zwraca uwagę, że kampania skierowana jest nie tylko do osób, które hejtu doświadczają, ale też do tych, które go generują, bo one również potrzebują pomocy:

– Chcemy pomagać ofiarom przemocy, świadkom, ale też sprawcom. Każda z tych grup jest ważna i każdej trzeba jakoś pomóc, by była możliwa trwała społeczna zmiana. Rosnąca w ludziach złość doprowadza do tego, że odpowiadają złością innym – a najłatwiej to zrobić wobec kogoś słabszego. Hejterzy często piszą nienawistne komentarze nie dlatego, że są złymi ludźmi, tylko dlatego, że tak robią wszyscy. Nauka zarządzania swoimi emocjami, w tym negatywnymi, to pierwszy krok do zwalczania hejtu.

Akcję #HejtOutLoveIn wspierają znani aktorzy, Helena Englert i Maciej Zakościelny. Gwiazdy ekranu jako osoby publiczne, których profile społecznościowe gromadzą tysiące followersów, są szczególnie narażone na złośliwe komentarze hejterów. Ale ich doświadczenia mogą wspomóc i zainspirować także „zwykłych” ludzi, którzy coraz częściej stają się celami ataków w świecie wirtualnym.

– Używamy naszych głosów, które są słyszalne w mediach, aby mówić o problemach, które doty-

kają dziś niemal wszystkich – mówi Helena Englert, gwiazda takich produkcji jak „#BringBackAlice”, „Śleboda” czy „Rodzinka.pl”. – Już nie tylko osoby publiczne mierzą się z hejtem, ale też zwykli ludzie, którzy mają konto na Facebooku, Instagramie, TikToku – czyli w dzisiejszych czasach prawie każdy. Nie może być tak, że hejt staje się walutą wymiany opinii w internecie.

Wsparcie dla akcji #HejtOutLoveIn można wyrazić, podpisując Deklarację Niezgody na Hejt, dostępną online na stronie hejtoutlovein.pl. Zachęca do tego słynna modelka Anja Rubik, współzałożycielka i ambasadorka Fundacji SEXEDPL:

– Mówimy: dość. Nie będziemy wspierać hejtu ani słowem, ani milczeniem. Będziemy reagować, gdy zobaczymy nienawiść. Wybieramy odwagę, empatię i odpowiedzialność. Burzymy barierę obojętności wobec hejtu. Razem możemy pokazać, że głos szacunku jest głośniejszy niż głos nienawiści. Czy dołączycie?

Otwórz aparat w telefonie, zeskanuj kod i podpisz Deklarację Niezgody na Hejt.



MAŁOMIASTECZKOWOŚĆ? TO SKARB

- Nowa Sól nie ma zamku, obiektu takiej klasy, jaki ma Otyń – mówi o walorach gminy Sylwester Filipiak, prezes Stowarzyszenia Przyjaciół Ziemi Otyńskiej, które skończyło właśnie 20 lat.

Mateusz Pojnar

Jaki Otyń się panu marzy za 10 lat?

Najważniejsze, żeby pozosta-
wił swoją nazwę i nie dał się
łatwo wchłonać przez Nową
Sól. Małomiasteczkowy
charakter Otynia to jest
skarb. Wydaje mi się, że
w tych czasach to szczegól-
na zaleta. Mówi się o nas, że je-

steśmy sypialnią Nowej Soli,
bo bliskość strefy przemy-
sławia, że przyjeżdża tu
dużo ludzi z zewnątrz. Nie
chciałbym rozwoju w kie-
runku nadmiernej industrial-
izacji naszego miasta, tylko ra-
czej pod względem turystycz-
nym. Nowa Sól nie ma zamku,
obiektu takiej klasy, jaki ma

Otyń oraz historii
sięgającej tak dawnych
czasów. W regionie jest kilka
ciekawych obiektów,
ale nie będę tu teraz robił re-
klamy [uśmiech]. Mówiąc se-
rio: zależy mi bardziej na miej-
scu, w którym żyję i na na-
szym obiekcie, który mogliby-
śmy przywrócić do życia.

Do zespołu zamkowo-klasztor- nego jeszcze wrócimy. Jak powstało stowarzyszenie i dlaczego je założyliście?

Zebrała się grupa ludzi, która
chciała zrobić coś dla naszego
regionu. Oni tworzyli eduka-
cyjne instytucje i podmioty
w Otyniu. Wśród założycieli był
m.in. Stanisław Józwa, który

żyje do dziś, ale niestety dużo
osób z tej grupy już odeszło.
Tych, którzy zostali z tamtych
czasów, można policzyć na pal-
cach jednej ręki. Byłem przy za-
kładaniu stowa-
rzyszenia, w pewnym momen-
cie nastąpiła zmiana pokole-
niowa i SPZO słabo działało.
Po kilku latach, pod przywódz-
twem śp. Sławomira Filipiaka,
w 2018 r., reaktywowaliśmy
działalność.

I wtedy ruszyliście z kopyta.

Tak, zaangażowali się młodszy
ludzie z całego obszaru gminy:
choćby z Ługów, Bobrownik,
Modrzycy, Zakęcia, Konradowa
czy Niedoradza. Chcieliśmy,
żeby każda miejscowość miała
swojego reprezentanta, który
może opowiedzieć o proble-
mach, z jakimi borykają się
mieszkańcy.

Ilu macie członków?

Ponad 20 osób.

I czym się zajmujecie, co robi- ście w ostatnich latach?

To był intensywny czas. Sławek
Filipiak skleił te środowiska,
włożył w to dużo wysiłku. Po-
zwolił nam w swoich pomiesz-
czeniach stworzyć biuro i się
rozwinąć. Zaczęliśmy mocniej
działać. Poszliśmy w kierunku tego, co
robiliśmy i lubimy robić: orga-
nizacji wycieczek rowero-
wych, w turystykę i krajo-
znawstwo, popularyzację ru-
chu na świeżym powietrzu.
Oczywiście też w integrację
mieszkańców i popularyzację
miejsc, które są związane z hi-
storią Otynia. Zależy nam, żeby okoliczni
mieszkańcy mieli świadom-
ność, jakie skarby są na tej
ziemi. Staramy się zachowy-
wać dziedzictwo naszego te-
renu. I mamy duże ambicje:
chcemy powołać i stworzyć
Izbę Regionalną.

Pan jest rodowitym otyniani- nem?

Tak.

No to czym Otyń może się po- chwalić?

Udało nam się w ub. niedziele
zorganizować wydarzenie
„Barok – odkryj muzykę re-

gionu” i zaprosić prof. Alinę
Mądry z Poznania, która bar-
dzo dobrze zna eksponaty po-
chodzące z Otynia, a mało kto
o nich wie. Bardzo nam zale-
żało nam na tym spotkaniu.
Chodzi o oryginalne rękopisy
muzyczne stworzone w Oty-
niu przez Towarzystwo Jezu-
sowe, które miało swoją ka-
pelę. Trzy instrumenty prze-
trwały i trafiły do Muzeum In-
strumentów Muzycznych
w Poznaniu. To violone da
gamba i dwa kotły. Tak się
szczęśliwie złożyło, że ktoś
włożył muzykalia do środka
kotła i po jakimś czasie zostały
odkryte.

To, że możemy się pochwalić
oryginalnymi rękopisami mu-
zycznymi, jest wyjątkowe
w skali naszego regionu, woje-
wództwa, a nawet Polski.

Otyń ma też wspomniany wcześniej dawny klasztor, który popadł w ruinę, ale jest ciekawostką turystyczną i ma potencjał.

Zespół zamkowo-klasztorny
jest ewenementem, ma śred-
niowieczną metrykę. Mieli-
śmy swój zamek obwarowany
fosą, a herb miasta został na-
dany wcześniej, nim otrzymał
go Wrocław. Na przestrzeni lat zmieniali się
właściciele, wygląd i funkcje re-
zydencji. Od drugiej połowy
XVII do prawie końca XVIII w.
majątkiem zarządzili otynscy je-
zuici. To była największa rezy-
dencja jezuitów na Dolnym Ślą-
sku.

Co pana zdaniem powinno się teraz stać z tym miejscem? Na rewitalizację potrzeba ogromnych pieniędzy.

Zacznijmy od tego, że to jest
tak naprawdę kolebka Otynia.
Tutaj miał swój początek. I to
jest ważne. Patrząc na potencjał i skalę bu-
dżetu gminy, to jest rzeczywi-
ście zadanie trudne do udźwi-
gnięcia, ale mamy przykład są-
siadów z Zatonia. Tam pienia-
dze znalazły się w urzędzie
miasta, ale żeby się znalazły,
na początku bardzo ważne
było zaangażowanie lokalnej
społeczności. Społecznicy za-
interesowali się pałacem. Od-
kryli go na nowo: oczyścili te-

REKLAMA 0011424587

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA O PRZETARGU

Ogłasza się piąty przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż z zasobu nieruchomości Gminy Żary
o statusie miejskim lokali mieszkalnych wraz z udziałami w częściach wspólnych nieruchomości.

Lp.	Nr działki ----- Nr księgi wieczystej ----- Powierzchnia działki ----- Udział	Położenie	Opis i przeznaczenie nieruchomości oraz sposób jej zagospodarowania	Cena wywoławcza (zł) ----- Proponowana wysokość postąpienia (zł)
1.	89/13 ----- ZG1R/00037316/4 ----- 0,0124 ha (użytki B) ----- 118/1000	ul. Broni Pancerner 3 obręb 2	Lokal mieszkalny nr 6 położony II piętrze (poddasze) budynku składający się z jednego pokoju i kuchni o łącznej powierzchni użytkowej 25,44 m ² . Brak pomieszczeń przynależnych do lokalu. Lokal charakteryzuje się przeciętnym stanem technicznym i podstawowym standardem wykończenia. WC znajduje się w częściach wspólnych budynku, w piwnicy. Lokal z zawilgoconymi ścianami, do kapitalnego remontu. Nieruchomość znajduje się na obszarze objętym Miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego – terenów Centrum Miasta w Żarach przyjętego Uchwałą Nr XLI/79/14 Rady Miejskiej w Żarach z dn. 2014-10-09 r. ze zm. (Dz. Urz. Woj. Lubuskiego z 2014 r. poz. 2353), w granicach terenu oznaczonego symbolem 17MS – Zabudowa śródmiejska (mieszkalno-usługowa). Rok budowy budynku – około 1890 r.	67.500,00 zł , w tym: 64.500,00 zł – lokal 3.000,00 zł – udział w gruncie. ----- 1.000,00 zł
2.	12/9 ----- ZG1R/00037899/4 ----- 0,1096 ha (użytki B) ----- 163/1000	ul. I. Daszyńskiego 3 obręb 3	Lokal mieszkalny nr 2 , położony na parterze budynku, składający się z dwóch pokoi i kuchni o łącznej powierzchni użytkowej 55,8 m ² . Do lokalu przynależą dwa pomieszczenia gospodarcze o pow. 1,3 m ² i 7,6 m ² oraz WC o pow. 0,8 m ² w piwnicy i przyziemiu budynku mieszkalnego. Lokal charakteryzuje się przeciętnym / złym stanem technicznym i podstawowym standardem wykończenia. Układ funkcjonalny zły - występują pomieszczenia przechodnie. Lokal z zawilgoconymi ścian i zdewastowanymi instalacjami. Nieruchomość znajduje się na terenie nieobjętym miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego. Dla powyższego terenu zostały wydane decyzje o warunkach zabudowy: D-57/2005 z 6.04.2005 r. dla inwestycji polegającej na przebudowie części strychu na cele mieszkalne oraz D-43/2019 z 8.07.2019 r. dla inwestycji polegającej na przebudowie i zmianie sposobu użytkowania części poddasza nieużytkowego na cele mieszkalne. Rok budowy budynku – około 1920 r.	120.000,00 zł , w tym: 90.000,00 zł – lokal 30.000,00 zł – udział w gruncie. ----- 1.500,00 zł
3.	103/1 ----- ZG1R/00037989/2 ----- 0,1465 ha (użytki B) ----- 81/1000	ul. Górnioślaska 4 obręb 7	Lokal mieszkalny nr 9 , położony na II piętrze budynku, składający się z dwóch pokoi, kuchni, przedpokoju i pomieszczenia pomocniczego na klatce schodowej (WC) o łącznej powierzchni użytkowej 60,8 m ² . Do lokalu przynależą pomieszczenie gospodarcze o pow. 6,9 m ² w piwnicy budynku oraz dwa pomieszczenia gospodarcze o pow. 9,5 m ² oraz 4,0 m ² w budynku gospodarczym. Lokal charakteryzuje się przeciętnym stanem technicznym i podstawowym standardem wykończenia. Mieszkanie zawilgocone, ze zdewastowanymi instalacjami. Nieruchomość znajduje się na terenie nieobjętym miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego. Dla powyższego terenu została wydana decyzja o warunkach zabudowy: D-27/15 z 7.04.2015 r. dla inwestycji polegającej na przebudowie wraz z rozbudową i zmianie sposobu użytkowania istniejącego budynku gospodarczego z przeznaczeniem na budynek garażowo-gospodarczy. Rok budowy budynku – około 1900 r.	142.500,00 zł , w tym: 122.475,00 zł – lokal 20.025,00 zł – udział w gruncie. ----- 1.500,00 zł

Pierwszy przetarg odbył się w dniu 22 stycznia 2025 r.

Drugi przetarg odbył się w dniu 19 marca 2025 r.

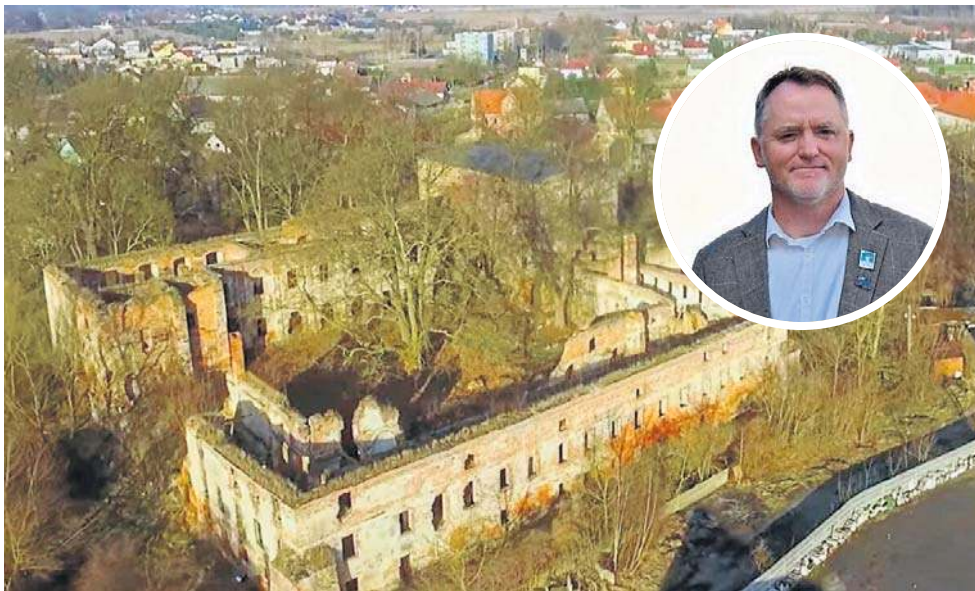
Trzeci przetarg odbył się w dniu 21 maja 2025 r.

Czwarty przetarg odbył się w dniu 17 września 2025 r.

Piąty przetarg odbędzie się w dniu 10 grudnia 2025 r. o godz. 10⁰⁰ w sali konferencyjnej Urzędu Miejskiego w Żarach. Wadium wniesione w walucie polskiej w wysokości 10% ceny wywoławczej należy wpłacić na konto bankowe Urzędu Miejskiego w Żarach: PKO BP 34 1020 5402 0000 0302 0313 9094 do dnia 5 grudnia 2025 r. W przypadku dokonania płatności w formie przelewu bankowego, wpłata winna nastąpić odpowiednio wcześniej, aby została ujawniona na rachunku organizatora przetargu najpóźniej w dniu 5 grudnia 2025 r. Przedmiotowe nieruchomości wolne są od wszelkich obciążeń na rzecz osób trzecich i nie są przedmiotem zobowiązań. Sprzedaż nieruchomości lokalowych zwolniona jest z podatku VAT w myśl art. 43, ust. 1 pkt 10 ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług (Dz. U. z 2025 poz. 775). Nabywca nieruchomości nie stawia się bez usprawiedliwienia w wyznaczonym miejscu i terminie, sprzedający może odstąpić od zawarcia umowy, a wpłacone wadium nie będzie podlegało zwrotowi. Ogłoszenie o przetargu wraz z treścią Regulaminu przetargów na sprzedaż lub oddanie w użytkowanie wieczyste nieruchomości stanowiących własność Gminy Żary o statusie miejskim, będącymi do wglądu u organizatora przetargu. Przystąpienie do przetargu oznacza akceptację warunków i zasad określonych w Regulaminie. Burmistrzowi Miasta Żary przysługuje prawo zamknięcia przetargu bez wybrania nabywcy nieruchomości. Sprawy dotyczące przyłączenia lokalu do instalacji wodnej, kanalizacyjnej, elektrycznej i gazowej nabywca reguluje we własnym zakresie. Jeśli osoba ustalona jako nabywca nieruchomości nie stawia się bez usprawiedliwienia w wyznaczonym miejscu i terminie, sprzedający może odstąpić od zawarcia umowy, a wpłacone wadium nie będzie podlegało zwrotowi. Ogłoszenie o przetargu wraz z treścią Regulaminu przetargów na sprzedaż lub oddanie w użytkowanie wieczyste nieruchomości stanowiących własność Gminy Żary o statusie miejskim zostają wywieszone w siedzibie tutejszego urzędu (II piętro) oraz zamieszczone na miejskiej stronie internetowej: www.zary.pl oraz w Biuletynie Informacji Publicznej: www.bip.zary.pl. Wyciąg z ogłoszenia o przetargu zostaje podany do publicznej wiadomości poprzez ogłoszenie w prasie. Szczegółowych informacji o przetargu udziela: Wydział Gospodarki Nieruchomościami Architektury i Zasobów Komunalnych Urzędu Miejskiego w Żarach, pokój 213b, tel. 068 470 83 19.

ren ze śmieci, gałęzi, udrożnili ścieżki. Wszystko po to, by ludzie, którzy tam przyjeżdżają, mogli cieszyć się urokiem tego miejsca.

A my mamy przepiękny dziedziniec, którego Zatonie nie posiada. U nas jest cudowny duży platan, który rozkłada swoje gałęzie praktycznie na cały teren dziedzińca. Chcielibyśmy uratować nasz zabytek. Sprawić, by czynnik społeczny zadziałał, bo nie wystarczy tylko wydać pieniądze. Jeżeli ludzie nie będą się utożsamiali z tym miejscem, to czeka je dalsza destrukcja. Musi się coś dziać, trzeba zadziałać. I musi być pomysł. Drogę, na którą weszliśmy, będą rozbudowywać następne pokolenia po nas. Ale najlepszym rozwiązaniem na tę chwilę jest odbudowa budynku bramnego, czyli najstarszego elementu założenia. Zainstalowanie wody, prądu, zrobienie biura, zaplecza, toalet. Oprócz tego wyremontowanie kaplicy przykrytej oryginalnym sklepieniem – może tam powstać sala, w której odbywałyby się takie koncerty, jak nasz niedzielnym w sanktuarium, w którym zagrali muzycy Arte dei Suonatori. Zagościłyby w zamku brzmienia sprzed kilkuset lat. Do tej pory są tam piwnice, które mogłyby stać się np. piwnicami winiarskimi. Dziedzi-



FOT. UM OTYŃ, MATEUSZ POJAR

- Zespół zamkowo-klasztorny jest tak kolebką Otynia - mówi Sylwester Filipiak

niec z pięknym platanem mógłby stać się klejnotem tego przedsięwzięcia.

Tworzą też Lubuskie Święto Roweru. W tym roku odbyła się siódma edycja.

To jest promocja walorów turystycznych, ale i historycznych okolicy. Na naszym terenie znajdowała się kiedyś fabryka rowerów Edelweiss. Łączymy te dwa elementy.

Historia fabryki jest bardzo ciekawa.

Powstała pod koniec XIX w., założył ją Paul Decker senior. Nie

znaliśmy tak dobrze tej historii, dopóki nie nawiązaliśmy kontaktu z rodziną dawnych właścicieli, która mieszka w Monachium i opowiedziała nam o fabryce, udostępniła dokumenty. Edelweiss powstał w 1896 r. Na początku tworzyli przy tzw. Placu Zamkowym – na rogu, niedaleko Sanktuarium Matki Bożej Królowej Pokoju, w małym przydomowym warsztacie.

Firma zmieniała swoją nazwę i asortyment, który oferowała. Szlaggerowym produktem były jednak rowery. Stanowiły dwie trzecie produkcji, reszta to były

wspomniane maszyny do szycia.

I wy te rowery i maszyny macie u siebie?

Udało nam się je ściągnąć. Trafiały kiedyś do klientów w Niemczech i w całej Europie.

Dlaczego to ważne, żeby kultywować takie historie, opowiadać o nich? Bo ktoś powie, że to rozdział niemiecki miejscowości i nie warto go otwierać.

Wiele razy spotkałem się z podobnym podejściem. Ludzie

mnie o to pytają, niektórzy twierdzą, że to jest nowa germanizacja. Przykład? Z pomnika żołnierzy I wojny światowej w Bobrownikach pozostały trzy bryły. Mieszkańcy nie są przekonani do tego, żeby go odnowić i ustawić na pierwotne miejsce. Przy niewielkich działaniach mógłby wrócić do krajobrazu miejscowości, stanowiłby ważny turystyczny element dla ludzi, którzy do nas przyjeżdżają i pytają o historię, o ciekawe miejsca opowiadające o tożsamości. Możemy się zarzekać, że tak nie było, ale tutejsi mieszkańcy, jak i całej okolicy, przyszli tutaj na coś, co było gotowe, gdzie już wcześniej mieszkali ludzie. Odkładając na bok ideologię i religię, wytyczali tutaj drogi, studnie, pola, wały przeciwpowodziowe, domy, kapliczki, pomniki. Nie da się od tego uciec. Mamy zniszczyć przydrożną kapliczkę dlatego, że została zrobiona przez Niemców? To nie jest germanizacja na nowo, tylko odkrywanie historii i dziedzictwa, które wzbogaca okolicę i nas samych.

Jakie macie plany na przyszłość?

Mamy zamiar przygotować publikację dotyczącą otyńskich muzykaliów, naszego niedzielnego wydarzenia z nimi związanego, jezuitów i ich ostat-

niego superiora, który zarządził majątkiem w Otyniu. I promować także inne miejscowości: koncert muzyki dawnej mógłby podróżować do innych miejsc w powiecie. Wyjdźmy poza Otyń. Wydarzenie sprzed kilku dni traktujemy jako fundament pod większą całość. Chcielibyśmy, żeby prof. Mądry i Arte dei Suonatori odwiedzili nas ponownie za rok, może za dwa lata? Liczymy, że tej klasy prelegenci i muzycy będą do nas przyjeżdżać jak najczęściej, żeby rozslawiać muzykę baroku w okolicy. Nowe Miasteczko wcześniej zaczęło promować muzyką dawną i postanowiliśmy nawiązać kontakt z burmistrzem w tej sprawie. Być może w przyszłości połączymy nasze siły, by ten rodzaj muzyki mógł stać się perełką regionu.

Czyli chcecie poszerzyć swoją działalność, otwieracie się na nową współpracę?

Zdecydowanie. Rozmawiamy z wójtami, burmistrzami, prezydentami, którzy swoim działaniem nadają nowy rytm, dają regionowi nowy oddech. Chcemy połączyć tę energię, wypracować model kooperacji, który może ciekawie się rozwijać i być przykładem dla regionu. Zresztą mamy już pewne doświadczenia z Lubuskiego Święta Roweru.

REKLAMA

0011399120

Rządowy „Poradnik bezpieczeństwa” – wiedza, która może uratować życie



„Poradnik bezpieczeństwa” opracowany wspólnie przez Ministerstwo Obrony Narodowej, Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji oraz Rządowe Centrum Bezpieczeństwa już dostępny, także dla mieszkańców Lubuskiego.

Co znajdziemy w poradniku?

W książeczce znalazły się informacje, jak: przygotować zapasy żywności, wody i środków higienicznych, spakować plecak ewakuacyjny dla każdego domownika, udzielić pierwszej pomocy i zadbać o higienę w trudnych warunkach, rozpoznawać sygnały alarmowe, czy zaplanować rodzinny plan działania na wypadek kryzysu.

Poradnik jest dostępny online na stronie gov.pl/poradnikbezpieczenstwa, a także na stronach MON, MSWiA i RCB oraz Lubuskiego Urzędu Wojewódzkiego. Można go pobrać w formie PDF, również w wersji angielskojęzycznej.

Dekalog bezpieczeństwa

Oto dziesięć podstawowych zasad, które powinien znać każdy z nas:

1. Korzystaj z wiarygodnych źródeł informacji, przede wszystkim rządowych.
2. Opracuj i przećwicz rodzinny plan kryzysowy na wypadek różnych zagrożeń, konieczności ewakuacji i ewentualnego rozdzielania.

3. Przygotuj domowe zapasy na minimum 3 dni i regularnie je przeglądaj.
4. Skompletuj apteczkę z lekami. Naucz się udzielać pierwszej pomocy.
5. Regularnie rób lub zlecaj przeglądy instalacji: elektrycznej, gazowej, wentylacyjnej i kominowej.
6. Dla dzieci i seniorów przygotuj identyfikatory z imieniem, nazwiskiem i telefonem kontaktowym.
7. Jeżeli masz zwierzęta, zaccipuj je lub oznakuj.
8. Sprawdź, gdzie jest najbliższe miejsce schronienia.
9. Skompletuj plecak ewakuacyjny.
10. Słuchaj poleceń służb i współpracuj z innymi.

Dlaczego to ważne?

– Odpowiedzialność za przetrwanie i ograniczenie skutków kryzysów nie spoczywa wyłącznie na służbach i władzach. To zadanie wspólne – każdego z nas. Proste działania podjęte w domu, takie jak posiadanie zapasów wody czy sprawnej latarki, mogą mieć ogromne znaczenie w chwili zagrożenia – podkreśla Wojewoda Lubuski Marek Cebula.



Hulajnoga to pojazd, nie zabawka – Wojewoda Lubuski ostrzega i przypomina o zasadach

Hulajnogi elektryczne stały się w ostatnich latach jednym z najpopularniejszych środków transportu, wykorzystywanych często przez dzieci oraz młodzież. Ułatwiają szybkie przemieszczanie się, ale wraz ze wzrostem ich popularności rośnie także liczba wypadków.

Marek Cebula, Wojewoda Lubuski, apeluje do mieszkańców regionu o rozwagę i przypomina, że hulajnoga to pojazd, który wymaga przestrzegania zasad.

– Bezpieczeństwo Lubuszan jest najważniejsze. Hulajnoga nie jest zabawką – to pojazd, którym należy poruszać się zgodnie z przepisami. Każde lekceważenie zasad może skończyć się tragedią – podkreśla Wojewoda.

Zasady, które ratują życie

Oto zasady, których musisz przestrzegać, poruszając się hulajnogą elektryczną:

- ▶ minimum 10 lat i karta rowerowa lub prawo jazdy
- ▶ droga dla rowerów to Twój pierwszy wybór
- ▶ jeźdźnia tylko do 30 km/h
- ▶ chodnik? Tylko wyjątkowo i przy zachowaniu szczególnej ostrożności

Sprawdź swój pojazd, zanim ruszysz w trasę

Każdy pojazd musi być odpowiednio wyposażony. Obowiązkowe są sprawny hamulec, przednie i tylne światło, odblaski, dzwonek, podpórka oraz numer identyfikacyjny hulajnogi.

Dla własnego i cudzego bezpieczeństwa należy unikać zachowań, które są prawnie zabronione i niezwykle niebezpieczne.

Poruszając się hulajnogą, pamiętaj, czego nie wolno robić:

- ▶ jechać pod wpływem alkoholu lub narkotyków
- ▶ trzymać telefonu w ręce (użyj uchwytu)
- ▶ jechać obok innej osoby
- ▶ trzymać się, holować lub być ciągniętym przez pojazd
- ▶ przewozić pasażerów, zwierząt ani dużych bagaży
- ▶ puszczać kierownicy

Wspólna odpowiedzialność

Liczba wypadków z udziałem hulajnóg elektrycznych wciąż rośnie. Według danych lubuskiej policji od początku 2025 roku do 21 października br. w województwie Lubuskim z udziałem kierujących hulajnogami elektrycznymi doszło do 23 wypadków drogowych i 84 kolizji drogowych. W wyniku



tych zdarzeń nikt nie zginął, ale rannych zostało 26 osób (z czego 22 rannych to kierujący hulajnogami). Dlatego Wojewoda podkreśla, że bezpieczeństwo na drogach to wspólna sprawa wszystkich uczestników ruchu. Hulajnoga może być wygodnym środkiem transportu, ale tylko wtedy, gdy użytkownicy przestrzegają zasad i pamiętają, że na drodze liczy się rozwaga.

Czujka, która ratuje życie – zadbaj o bezpieczeństwo swojego domu

Apel Wojewody i strażaków do mieszkańców regionu: zamontuj czujkę, zanim będzie za późno.

Rozpoczęliśmy sezon grzewczy. Jesień i zima to czas, w którym rośnie ryzyko pożarów i zatrucia tlenkiem węgla. W ubiegłym roku w okresie od 23 września do 21 grudnia w Lubuskim czujki dymu i czadu zadziałały w 63 przypadkach, alarmując straż pożarną. Niestety, w wielu domach wciąż ich brakuje.

– Czujka to najlepszy prezent dla bliskich tej jesieni. Kosztuje niewiele, a może uratować życie – przypomina Wojewoda Lubuski Marek Cebula. Tlenek węgla, czyli czad, to „cichy zabójca” – bezbarwny, bezwonny i bez smaku. Nawet niewielka

jego ilość może być śmiertelna. Do zatrucia najczęściej dochodzi przez niesprawne przewody kominowe i wentylacyjne lub wadliwe urządzenia grzewcze.

Państwowa Straż Pożarna apeluje o regularne sprawdzanie przewodów kominowych, wentylacji i instalacji grzewczych.

Zadbaj o bezpieczeństwo swoje i bliskich:

- zamontuj czujkę czadu i dymu, regularnie sprawdzaj ich działanie i wymieniaj baterie,
- sprawdź przewody kominowe i wentylację,
- nie zaklejaj kratki wentylacyjnych.

Nie czekaj, aż tragedia zapuka do drzwi. Zamontuj czujkę i zadbaj, by Twój dom był nie tylko ciepły, ale też bezpieczny.



DŁUGIE ŻYCIE W DOBREJ FORMIE

Wiele osób po przejściu na emeryturę, stracie bliskiej osoby, nie radzi sobie w życiu. Zamyka się w czterech ścianach. Popada w depresję. Ale przecież tak być nie musi. Można przeżyć cudowne chwile, nawiązać nowe przyjaźnie i cieszyć się każdym dniem. Przekonują o tym choćby słuchacze Zielonogórskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku.

Leszek Kalinowski

Ldaniem Bogumiły Hyli-Dąbek lekarstwem na wszystko jest aktywność i aktywność, i jeszcze raz aktywność. - A że życie płata figle i zaskakuje?! Oczywiście, że tak. Dziewięć lat temu miałam poważny wypadek. Problemy zdrowotne, głównie z nogą, wyrywały mnie z życia, z aktywno-

ści. Ale się nie poddałam. Teraz po raz kolejny sytuacja się powtórzyła. Stoczyłam nierówną walkę i nie dałam się. Powiedziałam mojej nodze: Ty mną nie będziesz rządziła. Co to, to nie! Nie, nie nie! - mówi zielonogórzanka. - Nie ma co biadolić, że tu boli, tam strzyka, tu noga odmawia posłuszeństwa. Trzeba iść do przodu. Psy-

chiczne nastawienie to połowa sukcesu. Albo i więcej...

Muszę być między ludźmi

Urszula Sawczuk od zawsze wiedziała, że gdy przejdzie na emeryturę, nie może zamknąć się w domu. To byłaby najgorsza rzecz, jaką mogłaby sobie zrobić. Wiedziała, że musi

być między ludźmi, musi mieć jakieś zajęcie.

- Całe życie miałam kontakt z ludźmi, pracowałam w PZU. Dlatego nie czekałam, ale od razu po przejściu na emeryturę zapisałam się do Zielonogórskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Chciałam ćwiczyć, tańczyć - opowiada. - Czytałam wiele artykułów o ZUTW, do-

kładnie poznałam ofertę zajęć w tej wspaniałej uczelni. No i jestem. Mój mąż nadal pracuje, więc do południa siedziałabym sama w domu i rozmyślała. A tak nie mam na to czasu, bo tu mogę porozmawiać z ludźmi, pośmiać się, skorzystać z bogatej oferty. Nie tylko poprawić kondycję fizyczną, ale i psychiczną. A jedna i druga jest niezwykle ważna dla zdrowia. Organizm później się starzeje.

na otwarte spotkania dla mieszkańców do naszej siedziby, są bardzo potrzebne. Seniorzy z uwagą słuchają specjalistów i wprowadzają zmiany, które mają poprawić ich samopoczucie - mówi dyrektor.

Tym razem to w salach ZUTW gościli: fizjoterapeuta, farmaceuta, dietetyk, psychoterapeuta... Czym się podzielili z seniorami?

Zamiast windy - schody

Fizjoterapeutka, Justyna Lech, koordynator wojewódzki Krajowej Rady Fizjoterapeutów, zwraca uwagę na ruch, który jest niezwykle istotny dla zdrowia fizycznego i psychicznego.

- Tak naprawdę ważna jest każda forma ruchu. Każdy może wybrać tę, którą najbardziej lubi. To może być spacer, pływanie, rower. Istotne, by ta aktywność fizyczna była systematyczna - tłumaczy. - Najlepiej codziennie. Niech to będą poranne ćwiczenia czy choćby półgodzinny spacer. Zamiast jechać windą, przejdźmy po schodach. Jadąc miejskim autobusem wysiadźmy o jeden przystanek wcześniej i podejdźmy do domu. Naprawdę ważne jest, żeby się ruszyć. Nasze mięśnie bardzo lubią ruch, stawy też. Dzięki temu dłużej mamy zachowaną sprawność. Ruch oczywiście też pozytywnie wpływa na układ krążenia, oddechowy, na obniżenie cholesterolu, no i także na naszą psychikę. Lista korzyści jest dużo większa...

Pamiętajmy jednak, by dobór aktywności fizycznej dopasować do naszych możliwości

Warto słuchać i wprowadzać zmiany

Panie Bogumiła i Urszula cały czas żądne są wiedzy, nowych umiejętności. Nic więc dziwnego, że obu nie mogło zabraknąć na spotkaniu, które zorganizował w ZUTW lubuski oddział Narodowego Funduszu Zdrowia.

- Takich spotkań nigdy dość, bo cóż jest ważniejszego niż zdrowie? - mówi prezes ZUTW Zofia Banaszak, której energii dodaje to, że może sprawiać radość innym ludziom. I robi to od początku istnienia tego najstarszego UTW na Ziemi Lubuskiej. A i także wcześniej, gdy pracowała w szkole. - Z lubuskim oddziałem NFZ współpracujemy od dawna. Spotkania są zawsze owocne. I bardzo przydatne.

Dyrektor lubuskiego NFZ Edward Jakubowski podkreśla, że warto wspierać wszelkie inicjatywy, dotyczące profilaktyki zdrowotnej. Stąd takie spotkania jak to pod nazwą „Długie życie w dobrej formie”.

- Konsultacje z różnymi specjalistami, których zapraszamy

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA O PRZETARGU				
Ogłasza się czwarty przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż z zasobu nieruchomości Gminy Żary o statusie miejskim lokali mieszkalnych wraz z udziałami w częściach wspólnych nieruchomości.				
Lp.	Nr działki ----- Nr księgi wieczystej ----- Powierzchnia działki ----- Udział	Położenie	Opis i przeznaczenie nieruchomości oraz sposób jej zagospodarowania	Cena wywoławcza (zł) ----- Proponowana wysokość postąpienia (zł)
1.	155/2 ----- ZG1R/00055250/5 ----- 0,0893 ha (użytki B) ----- 61/1000	ul. W. Witosa 38 obręb 6	Lokal mieszkalny nr 14 , położony na III piętrze budynku (poddasze), składający się z jednego pokoju, kuchni, sypialni i WC o łącznej powierzchni użytkowej 38,00 m ² . Do lokalu przynależy pomieszczenie gospodarcze o pow. 5,10 m ² w budynku gospodarczym. Lokal charakteryzuje się złym stanem technicznym i podstawowym standardem wykończenia. W lokalu występują pomieszczenia przechodnie. Układ funkcjonalny - przeciętny/zły, typowy dla części lokali w budynkach przedwojennych. Instalacje zdemontowane lub zdewastowane, lokal do kapitalnego remontu. Nieruchomość znajduje się na terenie nieobjętym miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego. Dla powyższego terenu nie została wydana również decyzja o warunkach zabudowy. Rok budowy budynku - około 1911.	90.000,00 zł , w tym: 80.038,50 zł – lokal 9.961,50 zł – udział w gruncie. ----- 1.000,00 zł
2.	178 ----- ZG1R/00037988/5 ----- 0,1003 ha (użytki B) ----- 30/100	ul. Szkolna 6 obręb 6	Lokal mieszkalny nr 4 , położony na I piętrze budynku (poddasze), składający się z dwóch pokoi, kuchni, garderoby, trzech sypialni, sypialni z WC o łącznej powierzchni użytkowej 91,40 m ² . Do lokalu przynależy pomieszczenie gospodarcze o pow. 3,70 m ² w piwnicy budynku oraz dwa pomieszczenia gospodarcze o pow. 8,70 m ² oraz 4,40 m ² w budynku gospodarczym. Lokal charakteryzuje się złym stanem technicznym i podstawowym standardem wykończenia, do kapitalnego remontu. Mieszkanie dwudzielne. Układ funkcjonalny - przeciętny/zły, typowy dla części lokali w budynkach przedwojennych. Nieruchomość znajduje się na terenie nieobjętym miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego. Dla powyższego terenu nie została również wydana decyzja o warunkach zabudowy. Rok budowy budynku około 1910. Postanowieniem sygnatura akt I Ns 1002/16 z dnia 10.08.2018 r. Sąd Rejonowy w Żarach I Wydział Cywilny ustalił sposób korzystania z nieruchomości wspólnej.	112.500,00 zł , w tym: 60.634,50 zł – lokal 51.865,50 zł – udział w gruncie. ----- 1.500,00 zł

Pierwszy przetarg odbył się w dniu **16 kwietnia 2025 r.**

Drugi przetarg odbył się w dniu **18 czerwca 2025 r.**

Trzeci przetarg odbył się w dniu **17 września 2025 r.**

Czwarty przetarg odbędzie się w dniu 10 grudnia 2025 r. o godz. 10.00-w sali konferencyjnej Urzędu Miejskiego w Żarach. Wadium wniesione w walucie polskiej w wysokości 10% ceny wywoławczej należy wpłacić na konto bankowe Urzędu Miejskiego w Żarach: PKO BP 34 1020 5402 0000 0302 0313 9094 do dnia 5 grudnia 2025 r. W przypadku dokonania płatności w formie przelewu bankowego, wpłata winna nastąpić odpowiednio wcześniej, aby została ujawniona na rachunku organizatora przetargu najpóźniej w dniu 5 grudnia 2025 r. Dla nieruchomości Szkolna 6/4 KW ZG1R/00037988/5 Sąd Rejonowy w Żarach I Wydział Cywilny postanowieniem sygnatura akt I Ns 1002/16 z dnia 10 sierpnia 2018 r. ustalił sposób korzystania przez współwłaścicieli i właścicieli lokali w budynku nr 6 przy ul. Szkolnej z działki nr 178, obręb 6. Roszczenie wynikające z określenia sposobu korzystania z nieruchomości nie zostało ujawnione w księdze wieczystej. Szczegółowy opis sposobu korzystania znajduje się do wglądu u organizatora przetargu. Powyższa nieruchomość wolna jest od wszelkich innych obciążeń na rzecz osób trzecich i nie jest przedmiotem zobowiązań. Pozostała nieruchomość wolna jest od wszelkich obciążeń na rzecz osób trzecich i nie jest przedmiotem zobowiązań. Sprzedaż nieruchomości lokalowych zwolniona jest z podatku VAT w myśl art. 43, ust. 1 pkt 10 ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług (Dz. U. z 2025 r. poz. 775). Nabywca przejmuje nieruchomość w stanie istniejącym. Osoba przystępująca do przetargu powinna zapoznać się z operatem szacunkowym dotyczącym nieruchomości oraz Regulaminem przetargów na sprzedaż lub oddanie w użytkowanie wieczyste nieruchomości stanowiących własność Gminy Żary o statusie miejskim, będącymi do wglądu u organizatora przetargu. Przystąpienie do przetargu oznacza akceptację warunków i zasad określonych w Regulaminie. Burmistrzowi Miasta Żary przysługujące prawo zamknięcia przetargu bez wybrania nabywcy nieruchomości. Sprawy dotyczące przyłączenia lokalu do instalacji wodnej, kanalizacyjnej, elektrycznej i gazowej nabywca reguluje we własnym zakresie. Jeśli osoba ustalona jako nabywca nieruchomości nie stawi się bez usprawiedliwienia w wyznaczonym miejscu i terminie, sprzedający może odstąpić od zawarcia umowy, a wpłacone wadium nie będzie podlegało zwrotowi. Ogłoszenie o przetargu wraz z treścią Regulaminu przetargów na sprzedaż lub oddanie w użytkowanie wieczyste nieruchomości stanowiących własność Gminy Żary o statusie miejskim zostają wywieszone w siedzibie tutejszego urzędu (II piętro) oraz zamieszczone na miejskiej stronie internetowej: www.zary.pl oraz w Biuletynie Informacji Publicznej: www.bip.zary.pl. Wyciąg z ogłoszenia o przetargu zostaje podany do publicznej wiadomości poprzez ogłoszenie w prasie. Szczegółowych informacji o przetargu udziela: Wydział Gospodarki Nieruchomościami, Architektury i Zasobów Komunalnych Urzędu Miejskiego w Żarach, pokój 213b, tel. 68 470 83 19.



FOT. JACEK KATOS

Tak naprawdę ważna jest każda forma ruchu. Każdy może wybrać tę, którą najbardziej lubi

i obecnego stanu naszego zdrowia. Nie wolno od razu rzucać się na głęboką wodę, jeśli wcześniej za dużo się nie ruszaliśmy.

Przeglądamy seniorom apteczki

Daria Wielogórska-Rutka, prezes Lubuskiej Okręgowej Rady Aptekarskiej, zwraca też uwagę, że wielu seniorów w trosce o swoje zdrowie sięga po zbyt wiele suplementów diety lub niewłaściwie łączy przepisywane leki.

- W ramach współpracy z Narodowym Funduszem Zdrowia bierzemy udział w różnych akcjach profilaktycznych. Możemy przejrzeć pacjentom apteczki. Bywa bowiem, że lekarz przepiše lek, senior sobie coś jeszcze dokupi, bo sąsiadka poradziła... A okazuje się, że to ten sam lek tylko pod inną nazwą. Nie możemy tak bezkarnie brać leków, bo reklama nam podpowiada, bo ktoś poleci. To samo dotyczy suplementów diety. Pamiętajmy o skutkach takiego postępowania - przestrzega farmaceutka. - Zawsze warto zapytać nas w aptece czy lekarza, jak brać dany lek. Czy można go łączyć z innymi zażywamy lekami? Czy lepiej wziąć rano czy wieczorem, na czczo, przed, czy w trakcie posiłku itd. To wszystko ma znaczenie. W przeciwnym razie możemy zaszkodzić np. naszemu układowi pokarmowemu.

Częściej, ale mniejsze porcje

Ważne dla zdrowia seniorów jest także odpowiednie żywienie. Nie ma jednak uniwersalnej, dobrej dla wszystkich osób w trzecim wieku diety. Jest ona bowiem zależna od wielu czynników, m.in. od wieku, wagi, wzrostu, trybu życia, chorób. Ogólne zalecenia są takie, że należy zmniejszyć spożycie ilości tłuszczu, soli, cukru, jednocześnie zwiększając spożycie nienasyconych kwasów tłuszczowych, skrobi, błonnika.

Seniorzy powinni też pamiętać o tym, by jeść częściej, ale w mniejszych ilościach. Nie najaść się do syta. Unikać ciężkostrawnych, smażonych potraw. Najlepsze są dania gotowane lub pieczone. Wędliny czy mięso? Najlepiej chude. Warto sięgać po ryby, a zamiast codziennej porcji ziemniaków serwować sobie ryż i kasze. Przetwory mleczne? O obniżonej zawartości tłuszczu. Ważne też, by 6-8 razy dziennie pić wodę, herbatę, sok. Nawet gdy nie odczuwamy pragnienia.

Im późniejsza pora, tym porcje powinny być mniejsze. W ciągu dnia powinno się jeść 4-5 razy. Ostatni posiłek najlepiej spożyć 3 godziny przed snem. Pamiętając o tych zasadach, nie obciążymy zbyt szybko żołądka, nie będziemy mieć także większych skoków glukozy.

Dbajmy o dobre relacje

Dla wielu starszych osób nowy etap w życiu stanowi pro-

blem. Nie potrafią się dostosować do nowej sytuacji. Telefon już tak nie dzwoni często. Okazuje się, że nie mamy już tylu koleżanek i kolegów. Dzieci zajęte są swoimi sprawami, a często mieszkają też daleko...

No i pojawiają się spadki nastroju, stany lękowe, depresyjne. Dobrze, gdy potrafimy o nich rozmawiać, bo jeszcze przed laty był to temat tabu.

- Wspaniale jest to, że otwieramy się też na drugiego człowieka, na to, żeby mówić o tym, co się dzieje w środku, w nas, w naszych emocjach i że się tego nie wstydzimy. Bo to nie jest powód do wstydu, ale jest to bardzo ważny aspekt życia, dotyczących nas i innych osób - mówi psychoterapeuta Zbigniew Kamrat.

Dla niektórych seniorów problemem może być także odnalezienie się we współczesnym świecie. Gdzie wszystko załatwia się przez internet, za wszystko płaci się kartą lub telefonem. Nie bardzo sobie z tym radzą i czują się wykluczeni. Inni przeciwnie, potrafią się mocno wkręcić we wszelkie nowinki. Ale bywa, że się w nich zatracają. Całe dnie spędzają w internecie, nie pamiętając, że nie tylko młodzi mogą się uzależnić np. od mediów społecznościowych. A przecież najważniejsze są dobre relacje twarzą w twarz.

- Jak jest klucz do zdrowia w wieku senealnym? Zatrzymać się na chwilę przy sobie. Nie bać się swoich emocji. Dbać o relacje, nawet te pojedyncze, wysypiać się, dobrze się odżywiać, wychodzić na słońce, znaleźć sobie jakąś pasję, zainteresowanie i robić sobie drobne przyjemności, które nam służą - wylicza Piotr Kamrat.

Można tu studiować, ile się chce

Sluchacze ZUTW dokładnie poznają te wszystkie zasady, podczas licznych zajęć i rozmów. Nie tylko ze specjalistami, nie tylko podczas oficjalnych wykładów i ćwiczeń.

- Każdy tu znajdzie coś dla siebie, żeby robić to, co się najbardziej lubi i żeby się lepiej poczuć. Ale najważniejsze jest bycie z innymi - podkreśla prezeska ZUTW. - Dla mnie, jak i dla większości osób będących w UTW, organizujących różne zajęcia, wielką satysfakcją sprawię to co robię od 34 lat. Bo człowiek jest zadowolony, gdy daje coś dobrego innym, a inni jeszcze potrafią to docenić.

Pani prezes ZUTW ubywa lat z każdym rokiem. Nic więc dziwnego, że mimo upływu czasu nie brakuje jej energii i siły, by prowadzić tę niezwykłą uczelnię, w której nowy rok akademicki rozpoczęło ponad 900 osób, w tym 100 na pierwszym roku. To jedyna uczelnia, w której indeksy nie mają końca. Można tu studiować tyle lat, ile się chce. I czerpać wzory postępowania od innych np. od Zofii Banaszak.



Seniorzy z uwagą słuchają specjalistów i chętnie wprowadzają zmiany, które mają poprawić ich samopoczucie

REKLAMA

0011424585

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA O PRZETARGU

Ogłasza się drugi przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż z zasobu nieruchomości Gminy Żary o statusie miejskim lokali mieszkalnych wraz z udziałami w częściach wspólnych nieruchomości.

Lp.	Nr działki ----- Nr księgi wieczystej ----- Powierzchnia działki ----- Udział	Położenie	Opis i przeznaczenie nieruchomości oraz sposób jej zagospodarowania	Cena wywoławcza (zł) ----- Proponowana wysokość postąpienia (zł)
1.	44/6 ----- ZG1R/00022553/9 ----- 0,0152 ha (użytki B) ----- 6/100	ul. Żagańska 19 obręb 3	Lokal mieszkalny nr 7, położony na III piętrze budynku (poddasze), składający się z jednego pokoju, WC i przedpokoju z wnęką kuchenną o łącznej powierzchni użytkowej 14,9 m². Brak pomieszczeń przynależnych do lokalu. Lokal charakteryzuje się złym (wszystkie elementy w lokalu wymagają remontu kapitalnego) stanem technicznym i podstawowym standardem wykończenia. Nieruchomość znajduje się na obszarze objętym Miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego – terenów Centrum Miasta w Żarach przyjętego Uchwałą Nr XLI/79/14 Rady Miejskiej w Żarach z dn. 2014-10-09 r. ze zm. (Dz. Urz. Woj. Lubuskiego z 2014 r. poz. 2353) i stanowi teren o przeznaczeniu podstawowym - pod zabudowę śródmiejską mieszkalno-usługową. Rok budowy budynku - około 1909 r.	45.000,00 zł, w tym: 43.125,00 zł – lokal 1.875,00 zł – udział w gruncie. ----- 500,00 zł
2.	350/1 ----- ZG1R/00019615/8 ----- 0,0418 ha (użytki B) ----- 655/10.000	ul. Osadników Wojskowych 52-53 obręb 2	Lokal mieszkalny nr 4, położony na II piętrze budynku nr 53, składający się z dwóch pokoi, łazienki z WC kuchni i przedpokoju o łącznej powierzchni użytkowej 61,4 m². Brak pomieszczeń przynależnych do lokalu. Lokal charakteryzuje się dobrym stanem technicznym i podstawowym standardem wykończenia. Nieruchomość znajduje się na obszarze objętym Miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego – terenów Centrum Miasta w Żarach przyjętego Uchwałą Nr XLI/79/14 Rady Miejskiej w Żarach z dn. 2014-10-09 r. ze zm. (Dz. Urz. Woj. Lubuskiego z 2014 r. poz. 2353) i stanowi teren o przeznaczeniu podstawowym - pod zabudowę śródmiejską mieszkalno-usługową. Rok budowy budynków - przed 1900 r. Budynki nr 52 i 53 przy ul. Osadników Wojskowych wpisane zostały do rejestru zabytków.	262.500,00 zł, w tym: 257.025,00 zł – lokal 5.475,00 zł – udział w gruncie. ----- 3.000,00 zł

Pierwszy przetarg odbył się w dniu 17 września 2025 r.

Drugi przetarg odbędzie się w dniu 10 grudnia 2025 r. o godz. 10⁰⁰ w sali konferencyjnej Urzędu Miejskiego w Żarach. Wadium wniesione w walucie polskiej w wysokości 10% ceny wywoławczej należy wpłacić na konto bankowe Urzędu Miejskiego w Żarach: PKO BP 34 1020 5402 0000 0302 0313 9094 do dnia 5 grudnia 2025 r. W przypadku dokonania płatności w formie przelewu bankowego, wpłata winna nastąpić odpowiednio wcześniej, aby została ujawniona na rachunku organizatora przetargu najpóźniej w dniu 5 grudnia 2025 r. W Dziale III księgi wieczystej KW ZG1R/00019615/8, prowadzonej dla nieruchomości – Osadników Wojskowych 52-53 B. 53/4, wpisane są ograniczenia w rozporządzaniu nieruchomością - PRZEDMIOTOWY BUDYNEK NR 53 JEST WPISANY DO REJESTRU ZABYTKÓW POD NUMEREM 1989 oraz PRZEDMIOTOWY BUDYNEK NR 52 JEST WPISANY DO REJESTRU ZABYTKÓW POD NUMEREM 1986. Przedmiotowa nieruchomość wolna jest od wszelkich innych obciążeń na rzecz osób trzecich i nie jest przedmiotem zobowiązań. Pozostała nieruchomość wolna jest od wszelkich obciążeń na rzecz osób trzecich i nie jest przedmiotem zobowiązań. Sprzedaż nieruchomości lokalowych zwolniona jest z podatku VAT w myśl art. 43, ust. 1 pkt 10 ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług (Dz. U. z 2025 r. poz. 775). Nabywca przejmuje nieruchomość w stanie istniejącym. Osoba przystępująca do przetargu powinna zapoznać się z operatem szacunkowym dotyczącym nieruchomości oraz Regulaminem przetargów na sprzedaż lub oddanie w użytkowanie wieczyste nieruchomości stanowiących własność Gminy Żary o statusie miejskim, będącymi do wglądu u organizatora przetargu. Przystąpienie do przetargu oznacza akceptację warunków i zasad określonych w Regulaminie. Burmistrzowi Miasta Żary przysługuje prawo zamknięcia przetargu bez wybrania nabywcy nieruchomości. Sprawy dotyczące przyłączenia lokalu do instalacji wodnej, kanalizacyjnej, elektrycznej i gazowej nabywca reguluje we własnym zakresie. Jeśli osoba ustalona jako nabywca nieruchomości nie stawi się bez usprawiedliwienia w wyznaczonym miejscu i terminie, sprzedawca może odstąpić od zawarcia umowy, a wpłacone wadium nie będzie podlegało zwrotowi. Ogłoszenie o przetargu wraz z treścią Regulaminu przetargów na sprzedaż lub oddanie w użytkowanie wieczyste nieruchomości stanowiących własność Gminy Żary o statusie miejskim zostają wywieszone w siedzibie tutejszego urzędu (II piętro) oraz zamieszczone na miejskiej stronie internetowej: www.zary.pl oraz w Biuletynie Informacji Publicznej: www.bip.zary.pl. Wyciąg z ogłoszenia o przetargu zostaje podany do publicznej wiadomości poprzez ogłoszenie w prasie. Szczegółowych informacji o przetargu udziela: Wydział Gospodarki Nieruchomościami Architektury i Zasobów Komunalnych Urzędu Miejskiego w Żarach, pokój 213b, tel. 068 470 83 19



NIEZBĘDNIK CZYTELNICZY

poleca
Agaton Koziński



Raport z samych trzewi nazizmu

Jak się zapewne Państwo domyślają, przychodzi do mnie dużo książek. To oczywiście miłe, ale też narzuca pewien rytm: zmusza do nadążania za nowościami. Właściwie cały czas na biurku mam coś ciekawego/mądrego/wciągającego (niepotrzebne skreślić), co walczy o moją uwagę. A ja muszę żeglować po tych falach nowości ze świadomością, że za chwilę nadciągnie fala kolejna. Takie przeskakiwanie z fali na falę ma jedną wadę: nie ma kiedy spojrzeć wstecz. Gdy raz wypuszczę książkę z ręki, szansa, że wpadnie w nią po raz kolejny, spada właściwie do zera. W Legii Cudzoziemskiej mówi się: maszeruj albo giń. U mnie słowo „maszeruj” trzeba wymienić na „czytaj”.

Ale kolejna fala przyniosła mi możliwość powrotu do książki, bo właśnie ukazało się wznowienie „Rozmów z katem”. Zna to każdy, tytuł z listy lektur szkolnych. Początkowo zareagowałem na tę książkę wzruszeniem ramion: przecież ją znam. Jednak po chwili druga myśl: jak się czyta taką książkę kilka dekad po pierwszej lekturze? Postanowiłem poeksperymentować i przyznam się, że efekt przeszedł najsmielsze oczekiwania.

Z dwóch powodów. Pierwszy – obiektywny. To jest zwyczajnie bardzo dobra książka. Dynamicznie, nowocześnie napisana. I dotykająca kwestii bardzo istotnej: szaleństwa nazizmu. Moczarski miał niepowtarzalną okazję, by u źródła dowiedzieć się, skąd ono się wzięło. Mógł przeprowadzić badania jakościowe najlepsze z możliwych. Trudno sobie wyobrazić bardziej wiarygodny fokus. I on to wykorzystał w pełni. Dzięki rozmowie z hitlerowskim zbrodniarzem Jürgenem Stroopem i niemieckim policjantem Gustawem Schielkem mogliśmy dokładnie poznać, jak wyglądały narodziny nazizmu, jego rozkwit i upadek – nie przez pryzmat kalendarium dat, tylko przez pryzmat doświadczeń ludzi, którzy z nieprzymuszonej woli weszli do samych trzewi tego systemu. Unikalna perspektywa, która zrobiła na mnie potężne wrażenie.

Drugi powód – subiektywny. Gdy czytałem „Rozmowy...” w liceum, nie rozumiałem motywacji autora. Czułem wewnętrzny bunt, czekałem, kiedy Moczarski przyłoży Szwabowi, odplaci mu za to, co Niemcy zrobili Polakom w czasie II wojny. Nie rozumiałem, czemu on z nim po prostu rozmawia, momentami wręcz przyjmuje jego punkt widzenia. Mądrość jego podejścia doceniłem dopiero teraz – gdy już nie jestem zbuntowanym nastolatkiem, tylko dorosłym facetem. Bo niektóre książki w pełni można docenić, gdy się do nich dojrzeje. Tak jest z „Rozmowami...”.

Kazimierz Moczarski „Rozmowy z katem”, wyd. Znak, Kraków 2025, cena 74,99 zł



Wszystko, co wiemy o smutku

Książka do czytania w okolicach 1 listopada – bo tłumaczy, jaką rolę w naszym życiu odgrywa smutek. Suma naukowej wiedzy o tej emocji. Helen Russell „Wszystko, czego nauczyłam się o szczęściu dzięki smutkowi”, wyd. Insignis, Kraków 2025, cena 59,99 zł



O zespole, który schodził ze sceny niepokonany

Biografia jednego z najbardziej znanych zespołów w Polsce. Historia grupy kolegów z podwórka, którzy grając i śpiewając, nieoczekiwanie (też dla siebie) weszli na szczyt. Konrad Wojciechowski „Perfect. Bo idole po to żyją”, wyd. Lira, Warszawa 2025, cena 149,99 zł



Absurdalny projekt znanego autora

Mike Carey to jedno z najważniejszych nazwisk w świecie komiksu, twórca m.in. Sandmana. „Niepisane” to najbardziej absurdalne z komiksowych dokonań Brytyjczyka.

Mike Carey, Peter Gross „Niepisane”, wyd. Egmont, Warszawa 2025, cena 129,99 zł



Robert Storm w wyborze PiliPiuka

Kolekcyjerskie wydanie opowiadań o Robercie Stormie, jednym z głównych bohaterów w uniwersum PiliPiuka. Autor sam dokonał selekcji tekstów, które znalazły się w tej publikacji.

Andrzej PiliPiuk „Ludzie, którzy wiedzą”, wyd. Fabryka Słów, Warszawa 2025, cena 99,90 zł



Co dla Polski oznacza spór Chiny – USA?

Zbiór esejów polskich specjalistów od spraw międzynarodowych o narastającym napięciu między USA i Chinami. Co to oznacza dla Polski? Ewa Fronczak [red.] „Rywalizacja USA vs Chiny a reszta świata”, wyd. Zona Zero, Warszawa 2025, cena 54,90 zł



Polska wersja gry o tron

Dynamicznie napisana powieść historyczna o epoce władzy Bolesława Śmiałego. Intrygujący obraz Polski w XI wieku. Otrzymujemy też opowieść o rywalizacji na szczytach władzy. Elżbieta Cherezińska „Śmiały”, wyd. Zys i s-ka, Poznań 2025, cena 74,90 zł



Gdy żałujemy, że poznaliśmy prawdę

Za normalne możemy uważać tylko te osoby, których nie znamy zbyt dobrze. Przekonuje się o tym Greta, gdy próbuje poznać lepiej nowych sąsiadów.

Izabela Janiszewska „Nieznajomi”, wyd. Czwarta Strona, Poznań 2025, cena 49,90 zł



Drużyna dziwnych bohaterów

Komiks będący swoistą kpiną z superbohaterów pamiętających lata zimnej wojny. Tu bohaterowie też walczą z bronią masowej zagłady – ale kryteria podziału na dobrych i złych są mniej ostre. John Ostrander, Paul Dini, Bill Finger „Nextwave. Drużyna HEJT-u”, wyd. Egmont, Warszawa 2025, cena 129,99 zł



Krall, Kąkolewski, Kapuściński

Tytułowe „3xK” to nawiązanie do trzech nazwisk: Krzysztof Kąkolewski, Ryszard Kapuściński i Hanna Krall. Książka opisuje ich warsztat reportażystów prasowych. Marek Miller „3xK. Polska szkoła reportażu”, wyd. PIW, Warszawa 2025, cena 55 zł



Ciemna strona Elona Muska

Krytycznie napisana biografia Elona Muska. Twórca Paypala i Tesli pokazany jest w niej jako pyszałek przekonany o własnym geniuszu. Choć też sukcesów ma wiele. Faiz Siddiqui „Pycha absolutna. Elon Musk. Biografia”, wyd. W.A.B., Warszawa 2025, cena 69,99 zł



Tajemnicza śmierć na wybrzeżu

Kryminał będący wariacją znanego motywu: zemsta najlepiej smakuje na zimno. Tuż przed swoim ślubem ginie Rita, pojawia się wiele znaków zapytania. Dokąd one zaprowadzą?

Marta Zaborowska „Córka diabła”, wyd. Czarna Owca, Warszawa 2025, cena 49,99 zł



Potrawy inspirowane słynnymi filmami manga

Czy można w ogóle mówić o kuchni inspirowanej filmami manga? Autor tej książki wykorzystał pomysły z najbardziej znanych filmów słynnej wytwórni filmów manga i je przeniósł na papier. Thibaud Villanova „Ghibli. Nieoficjalna książka kucharska”, wyd. Buchmann, Warszawa 2025, cena 79,99 zł



Filozoficzne objaśnienie współczesności

Zbiór felietonów, które autor wcześniej opublikował w „Tygodniku Powszechnym”. Ciekawe ćwiczenie z szukania filozoficznych wyjaśnień współczesności. Tomasz Stawiszyński „Ćwiczenia z dysonansu”, wyd. Znak, Kraków 2025, cena 59,99 zł



52 greckie słowa w Nowym Testamencie

Książka kard. Ravasiego, w której autor pochyla się nad językiem, którym napisano Nowy Testament. Ravasi znalazł tam 52 greckie wyrazy i analizuje ich znaczenie. Gianfranco Ravasi „Alfabet Boga. Język grecki Nowego Testamentu”, wyd. W Drodze, Poznań 2025, cena 59,90 zł



Zbrodnie, które wstrząsnęły Wrocławiem

Wrocław stolicą kryminału? Tym razem do tego miasta zabiera nas nie Marek Krajewski, ale Tomasz Duszyński. Ale znów jest gęsto, a tropy motają się co chwila. Tomasz Duszyński „Z innej gliny”, wyd. Skarpa Warszawska, Warszawa 2025, cena 49,90 zł



O przyjaźni chłopca ze zwierzętami

Ciekawie napisana w formie listu opowieść o przyjaźni chłopca z koniem, a także innymi zwierzętami. Autor wyraźnie chciał napisać współczesny odpowiednik „Małego Księcia”. Charlie Mackesy „Chłopiec, kret, lis, koń i burza. Zawsze pamiętaj”, wyd. Albatros, Warszawa 2025, cena 79,90 zł

ARTYKUŁ SPONSOROWANY OKRĘGOWEJ IZBY RADCÓW PRAWNYCH

Radcowie prawni blisko ludzi – społeczne inicjatywy, edukacja i prestiżowe wyróżnienia



Środowisko radców prawnych nieustannie udowadnia, że prawo to nie tylko paragrafy, ale także służba drugiemu człowiekowi. Krajowa Rada Radców Prawnych ogłosiła właśnie XVII edycję prestiżowego konkursu „Kryształowe Serce Radcy Prawnego”, a w całym kraju trwają inicjatywy edukacyjne, społeczne i promujące zawód radcy prawnego. Zielonogórzscy radcy aktywnie uczestniczą w tych działaniach – od przedszkoli po uniwersytety.

Kryształowe Serce Radcy Prawnego – po raz siedemnasty

Krajowa Rada Radców Prawnych ogłasza kolejną, XVII już edycję konkursu „Kryształowe Serce Radcy Prawnego”. To wyróżnienie przyznawane radcom prawnym i aplikantom, którzy swoją bezinteresowną działalnością wspierają społeczność – pomagając osobom indywidualnym, organizacjom społecznym, instytucjom publicznym czy grupom dotkniętym klęskami losowymi.



Zgłoszenia kandydatur można przysyłać do 7 listopada 2025 roku na adres: kirp@kirp.pl

Radcowie wśród ludzi – Piknik Zawodów Zaufania Publicznego

W WOSiR w Drzonkowie odbył się Piknik Zawodów Zaufania Publicznego, podczas którego mieszkańcy mogli spotkać się z przedstawicielami różnych profesji, w tym radców prawnych. Przy stoisku Okręgowej Izby Radców Prawnych w Zielonej Górze odwiedzający mogli porozmawiać o prawie, zapytać o porady i poznać kulisy zawodu.



Nie zabrakło atrakcji dla najmłodszych – były dmuchańce, kolorowanki, książeczki o tematyce prawnej oraz minitogi. W organizację wydarzenia zaangażowali się radcowie: Jowita Pilarzka-Korczak, Katarzyna Pyrżyńska-Czupryniak, Tomasz Biegański, Antoni Przybyła oraz Marcin Pastuszek.

Tydzień akademicki – radca prawny na Twojej uczelni

Na Uniwersytecie Zielonogórskim odbyło się spotkanie w ramach ogólnopolskiej akcji „Tydzień akademicki – radca prawny na Twojej uczelni”, organizowanej przez Krajową Izbę Radców Prawnych. W wydarzeniu uczestniczyło około 100 studentów.

Przedstawiciele zielonogórskiej Izby – dziekan OIRP dr Przemysław Szejna, Paulina Gabrysiak, Antoni Przybyła, Grzegorz Misztal i aplikantka Natalia Majka – opowiedzieli o aplikacji radcowskiej i możliwościach, jakie daje zawód radcy prawnego.



Dziękujemy za współpracę prof. Andrzejowi Bisztydze, dziekanowi Wydziału Nauk Prawnych i Ekonomicznych UZ.

Samorząd radcowski współfinansuje sale symulacji rozpraw sądowych!

Dzięki współpracy samorządu radcowskiego z Wydziałem Prawa i Administracji UZ powstała sala symulacji rozpraw sądowych. To miejsce, w którym studenci mogą praktycznie przygotować się do przyszłej pracy w sądach.



W uroczystym otwarciu uczestniczyła mec. Katarzyna Pyrżyńska-Czupryniak, przewodnicząca Komisji ds. Edukacji Prawnej OIRP. Pomysł współtworzył dziekan Rady OIRP dr Przemysław Szejna.

Jak podkreśla prof. Andrzej Bisztyga, dziekan wydziału, „to ważny krok w stronę praktycznego kształcenia przyszłych prawników, którzy już na studiach mogą poczuć atmosferę prawdziwej sali sądowej”.

Prawo dla najmłodszych



Z okazji rocznicy uchwalenia Konwencji o prawach dziecka mecenas Krzysztof Bąk odwiedził dzieci z Miejskiego Przedszkola nr 18 „Czekoladowe Przedszkole” w Zielonej Górze. W przystępny sposób opowiedział im o zawodach prawniczych, prawach i obowiązkach obywatela oraz o tym, jak wygląda codzienna praca sędziego, prokuratora, adwokata i radcy prawnego. Spotkanie wzbudziło ogromne zainteresowanie i – jak zapewniają nauczyciele – na długo pozostanie w pamięci najmłodszych.

Radcowie w Radiu Zachód

Dziekan OIRP Zielona Góra, dr Przemysław Szejna, był gościem Radia Zachód. W rozmowie przybliżył słuchaczom, na czym polega praca radcy prawnego, kiedy warto z niej skorzystać, jak

przygotować się do spotkania z prawnikiem, a także jak wygląda udział w rozprawie sądowej.

Podkreślił również znaczenie działalności edukacyjnej i prospołecznej samorządu, który angażuje się w pomoc osobom najuboższym oraz ofiarom przestępstw.



Zawód radcy prawnego – zaufanie, wiedza, pomoc

Zielonogórzscy radcy prawni pokazują, że ich praca nie kończy się na salach sądowych. Działają wśród ludzi – uczą, pomagają, wspierają i inspirują kolejne pokolenia do podążania drogą odpowiedzialności społecznej.



Radcowie Agata Urbanowska i Michał Wierzbę uczestniczyli w akcji promocji zawodu radcy prawnego. Uczestniczyli oni w Targach Edukacji i Pracy w Dębnie, organizowanych przez Północną Izbę Gospodarczą - oddział w Dębnie. Prowadzili rozmowy z fantastyczną młodzieżą ze szkół podstawowych i ponadpodstawowych.

Zaprezentowali na czym polega zawód radcy prawnego, jakimi sprawami się zajmuje, jaką drogę trzeba przejść, aby ten zawód wykonywać. Odpowiedzieli na mnóstwo pytań, rozdawali gadżety oraz odbyli wiele interesujących rozmów.

TOUR DE KONSTYTUCJA 2025

V edycja Tour de Konstytucja to obywatelska inicjatywa edukacyjna poświęconej promocji godności człowieka – wartości fundamentalnej, zapisanej w art. 30 Konstytucji Rzeczypospolitej Polskiej, a także obecnej w takich dokumentach jak Karta Praw Podstawowych Unii Europejskiej, Powszechna Deklaracja Praw Człowieka ONZ oraz Europejska Konwencja Praw Człowieka.

Podczas spotkań poruszane są realne problemy związane z naruszaniem godności człowieka: mobbing w miejscu pracy, brak dostępu do ochrony zdrowia, trudności mieszkaniowe, wykluczenie osób z niepełnosprawnościami, naruszenia prywatności w przestrzeni cyfrowej czy przemoc językowa i dyskryminacja. Prowadzone są dyskusje o zagrożeniach systemowych – takich jak autorytaryzm, populizm i dezinformacja, które osłabiają fundamenty demokratycznego państwa prawa.

Tour de Konstytucja 2025 przypomina, że godność to nie przywilej, lecz prawo każdego człowieka, a jej ochrona zaczyna się od świadomości obywatelskiej, odwagi cywilnej i gotowości do solidarności.

W tym roku OIRP Zielona Góra podczas spotkania w Barlinku reprezentowali: Wicedziekan OIRP w Zielonej Górze r.pr. Damian Czwojdzinski; r.pr. Kamila Swat-Felisiak





FOT. MARIUSZ KAPALA

TRZEBA GRAĆ KONKURSY, ŻEBY MIEĆ KONCERTY

Od dłuższego czasu informujemy naszych Czytelników o kolejnych sukcesach Joanny Habich, 16-letniej skrzypaczki ze Szprotawy. Wczoraj na Zamku Królewskim w Warszawie odebrała ministerialne stypendium. Nam uchyliła drzwi do swojego świata

Michał Olszański

Po rozmowie obiecałaś zagrać jeden z kaprysów Paganiniego. Należą one do najtrudniejszych utworów napisanych na skrzypce. Paganiniemu ponoć pomagały niezwykle długie palce. Ty masz raczej drobne dłonie...

Tak naprawdę do gry na skrzypcach nie trzeba mieć dużych dłoni. Paradoksalnie, to ci duzi mają gorzej, gdy pojawi się jakiś techniczny problem. Nam od początku jest trudniej, wcześniej musimy nauczyć się kombinować. Albo sami wymyślamy sobie „patenty”, albo ktoś pokaże nam coś, co działa u niego... Umiemy sobie radzić.

Od kiedy grasz?

Pierwszy raz miałam w ręku skrzypce w wieku 6 lat, gdy poszłam do szkoły muzycznej. Usłyszałam, że „mam za dobry słuch jak na fortepian” (śmiech). No i tak już zostało. Moja nauczycielka, pani Barbara Szałata, szybko stwierdziła, że idzie to wszystko w taką stronę, że powinnam zacząć brać lekcje także u specjalisty poza szkołą. W 2 klasie na jednym z konkursów woje-

wódzkich spotkałam prof. Karinę Gidaszewską i zaczęłam co tydzień jeździć do niej na konsultacje do Poznania.

Nigdy nie było w tobie buntu, że musisz ćwiczyć, gdy inni mieli wolne?

Zawsze ciekawiły mnie zajęcia w szkole muzycznej, wciąż poznawaliśmy coś nowego, fajnego. Nigdy nie miałam dość zająć czy instrumentu. Mam życie pozamuzyczne. Lubię jeździć na nartach, pływać, przez trzy lata chodziłam na taniec towarzyski... Chociaż szczerze powiem, że teraz najbardziej denerwuje mnie, gdy nie mam kiedy poćwiczyć. Dziś na przykład już nie ma kiedy... Zastanawiałam się, że może jutro wstanę o szóstej, ale czy mi się uda?

Kiedy uznałaś, że na serio zwiążesz się z muzyką, zostaniesz skrzypaczką?

W szkole muzycznej II stopnia. Uczyłam się w Żaganiu i zaczęłam jeździć na warsztaty do prof. Marcina Baranowskiego. To już była taka świadoma decyzja, żeby się temu

poświęcić. Teraz uczę się w Ogólnokształcącej Szkole Muzycznej im. Jadwigi Kaliszewskiej w Poznaniu.

Jak wygląda twój tydzień?

W niedzielę wieczorem jadę do Poznania, jestem tam do czwartku wieczorem i wracam do Szprotawy. Chyba że biorę udział w jakimś przedsięwzięciu. Ostatnio co drugi weekend bywałam w Warszawie, na próbach orkiestry, która powstała dzięki Funduszowi ZDOLNI. Wszystko skończyło się koncertem na Uniwersytecie Muzycznym Fryderyka Chopina. Dyrygował Daniel Mieczkowski.

Brałaś udział w ok. siedemdziesięciu konkursach i wielu wydarzeniach muzycznych. Jakie są twoje najlepsze wspomnienia związane z tym światem?

Na pewno bardzo fajne było granie z Adamem Sztabą w ramach drugiej i trzeciej edycji Orchestra4Young. To był taki bardziej popowy repertuar. Graliśmy wtedy coś innego niż zwykle i spotkałam mnóstwo bardzo fajnych ludzi. Innym ta-

kim wspomnieniem jest miesiąc w Bostonie, który spędziłam na stypendium w ramach Morningside Music Bridge. Aplikują setki osób, a tylko nieliczni mają okazję tam być. W ramach pobytu są kursy mistrzowskie z profesorami, granie w zespołach kameralnych, w orkiestrze, a do tego zwiedzanie, wycieczki czy koncerty.

Wspominałaś o popowym graniu. Czego słuchasz? Tylko klasyki?

Nie. Wystarczy spojrzeć na moją playlistę. Są Beatlesi, Lionel Richie, Elton John, Aretha Franklin, Bruno Mars, Whitney Houston. Lubię też Jacksona, ale bardziej z czasów The Jackson 5. Słucham też dużo polskiej muzyki: Łobaszewska, Prońko, Majewska, Zaucha, Wodecki, Sojka, Niemen...

A z klasyki?

Głównie koncerty skrzypcowe.

Śledziłaś Konkurs Chopinowski?

Trochę tak. Nie jest to repertuar, którym się jakoś bardzo fa-

scynuję, ale w naszym gronie dużo rozmawialiśmy o tym, że w tym roku skala była ogromna – nawet z oficjalnego konta był streaming na TikToku! To bardzo dobrze, że zrobiło się to tak powszechne i dostęp do tego mają wszyscy, a nie tylko wybrani. Z drugiej strony, ludzie jednak trochę psują to święto dziwnymi komentarzami. Krytyka ze strony osób, które nie mają pojęcia, o czym piszą, jest denerwująca.

Może siłą rozpędu, przyszłoroczny konkurs skrzypcowy im. Wieniawskiego także wejdzie się do mainstreamu?

Wydaje mi się, że Wieniawski nigdy nie dogoni Konkursu Chopinowskiego. To jest duża impreza, ale nie aż tak bardzo promowana. Bilety na Chopina sprzedawały się w godzinę, a kilka tygodni temu ruszyła sprzedaż na Wieniawskiego i bilety cały czas są dostępne.

Masz zamiar wystartować w tym konkursie?

Oczywiście! Ale jeszcze nie teraz. To jest bardzo dużo materiału, z którym trzeba się ograć. W przyszłym roku z grupy mojego profesora będą startować studenci, którzy mają ponad dwadzieścia lat. Podczas następnego konkursu, za sześć lat, sama będę w tym wieku i myślę że to będzie ten czas.

Dużo ćwiczysz?

Średnio jest to ok. 4 godzin dziennie. Jak jestem przed konkursem, mam zwolnienie ze szkoły, to ćwiczę dwa razy więcej. Na trzyetapowy konkurs przygotować trzeba ok. sześciu utworów, są też próby z pianistką, która towarzyszy mi na fortepianie. A kiedy nadrabiam zaległości, uczę się, to ćwiczę tylko dwie godziny.

Można powiedzieć, że robisz to wyczynowo. Jest to więc także wyzwanie dla ciała. Są jakieś przypadłości, które dopadają skrzypków?

Ważne są oczywiście dłonie. Żeby zagrać np. kaprys Paganiniego, muszę je najpierw rozgrzać. W tym momencie nie dbam o nie jakoś przesadnie, ograniczam się do noszenia rękawiczek. Jesteśmy także popspinani, chodzi głównie o mięśnie barków i pleców. Nie da się tego uniknąć, jeśli się dużo gra. Słyszałam też, że mogą być kłopoty ze szczęką, ale nikogo takiego nie spotkałam.

Liczy się tylko ręka od gryfu, czy obie są równie ważne?

Obie. Obecnie większe problemy sprawia mi prawa ręka, ta od smyczka. Pozbywanie się pewnych nawyków to długa i żmudna praca.

Odebrałaś stypendium ministra, czyli jesteś w elicie młodych skrzypków. Jak to wygląda? Macie jakieś rankingi?

Nie chcę, żeby to źle zabrzmiało, ale patrząc na konkretne grupy wiekowe, to myślę, że z moimi znajomymi jesteśmy w takiej topce do lat 18. Uznajmy, że z kilkoma osobami wymiennie zdobywamy nagrody. Na poziomie międzynarodowym też chyba nie jestem niezauważalna, choćby z uwagi na ten Boston.

Lubicie się?

Gdy jesteśmy na konkursie, to patrzymy na siebie jak na konkurencję, ale poza tym lubimy się, mamy ze sobą kontakt, połączymy razem gdzieś wyjść...

A ja, gdy sobie wyobrażam waszą sytuację, to kojarzy mi się z filmami o wyborach miss, gdzie wszyscy się do wszystkich ładnie uśmiechają, ale każdy chętnie wbije drugiemu nóż pod żebro. No... czasem trochę tak jest (śmiech).

Zdarzają ci się błędy na konkursach?

Tak, nie jesteśmy przecież maszynami. Jakieś niedoskonałości techniczne zdarzają się prawie zawsze. Z tym, że są to bardziej omsknięcia niż wielkie błędy. Są też pomyłki pamięciowe, gdy zagramy złą nutę. To się zdarza każdemu, nawet tym, którzy zwyciężają w Wieniawskim. Ważne, żeby tego nie rozpamiętywać, tylko pozostać skoncentrowanym i grać dalej.

A może się zdarzyć błąd na gryfie? Gdy pamiętasz utwór, jednak naciśniesz strunę w złym miejscu?

Przez to, że dużo ćwiczymy, jest bardzo mało prawdopodobne, żebym chciała zagrać jedno, a wyszłoby drugie – to już jest pamięć mięśniowa.

Konkursy, koncerty, to musi być mnóstwo stresu...

Największą treść mam na tydzień przed takim ważnym graniem. Wtedy zaczynam myśleć, że tu mi nie idzie, tam nie idzie. Nawet jak jest dobrze, to zaczyna się taka schiza, że chciałabym więcej lekcji, że nie zdążę. Ale potem, na scenie, to już jest taki stres mobilizujący.

Śni ci się, że grasz?

Tak, zdarza się. Jeden koszmar śni nam się wszystkim! W sumie nie wiem, jak to działa, ale śni nam się, że wychodzimy na scenę grać (na koncercie albo konkursie) i zawsze jest to samo – zapowiadają zły utwór albo pianista zaczyna grać kawalek, którego nie znamy. I to się powtarza...

Co spędza sen z powiek muzykom „wchodzącym na rynek” poważnego grania?

Dla osób z Europy taki niepokój budzą muzycy z Azji. Wiadomo, że jest ich dużo więcej i zaczynają grać wcześniej. Na ogół są więc lepsi w tych

wcześniejszych latach, dopiero potem poziom techniczny się wyrównuje. Niestety im często brakuje takiej warstwy emocjonalnej w tym graniu, ale jest ich jednak bardzo dużo. Widać to na konkursach.

Zdarzyły ci się porażki czy jesteś dzieckiem samych sukcesów?

Mam taki konkurs, do którego nie lubię wracać pamięcią. Ale to bardziej przez jury. Im jest się starszym i im ważniejsze są konkursy, to do głosu dochodzą różne układy. Czasem trochę aż się nie chce w to wierzyć. W tym przypadku trochę tak było. To nawet nie chodzi o wynik, bo to należy do nich i wszyscy wiemy, że nie jesteśmy jakimś wymiennym sportem. Można nie zająć pierwszego miejsca i być zadowolonym. Ale kiedy podczas występu słysząc rozmowy jury, to nie jest okej. W trakcie grania pękła mi struna. Zdarza się. Przeprosiłam, wymieniłam ją w 1,5 minuty i grałam dalej. Przerwali mi dzwonkiem tuż przed końcem, mówiąc że się nie zmieściłam w czasie. Innym pozwalali przekroczyć te 20 minut. Zdaję sobie sprawę, że z podobnymi sytuacjami będę się stykać częściej. Już jakiś czas temu pani prof. Agata Szymczewska (która kiedyś wygrała Wienerowski) powiedziała mi, że nie da się tego uniknąć. Traktuję to jako sprawę zewnętrzną, niezależną ode mnie. Najważniejsze jest to, jak oceni mnie profesor. On potrafi sprowadzić na ziemię. Nieraz pochwali, ale zdarza się, że mnie „zjedzie”.

Masz jakieś specjalne skrzypce?

W tym momencie gram na skrzypcach wypożyczonych



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

ze Związku Polskich Artystów Lutników (ZPAL). Jest to bardzo dobry koreański instrument lutnika Ji Hwana Parka, który w 2016 roku zdobył 1. nagrodę na XIII Międzynarodowym Konkursie Lutniczym. Na razie cały czas poszukuję swojego instrumentu docelowego.

Cobierze się pod uwagę, dobierając instrument?

Najpierw patrzę na to, żeby mi pasowały do ręki. Mam dosyć małą, więc nie szukam jakichś gigantów. Poza tym na brzmienie – żeby było bogate, pełne, żeby nie było słyszeć szumów. Kluczowy głos w wyborze należy do mojego profesora, Marcina Baranowskiego, który

zwraca mi uwagę na różne szczegóły i różnice między instrumentami, o których sama bym nie pomyślała.

Na ile istotne w trakcie konkursu są same skrzypce? Można policzyć, że określony procent sukcesu to talent i praca artysty, część to instrument?

Chyba nie, ale instrument jest oczywiście bardzo ważny. U mnie ponoć jest tak, że w pewnych momentach słysząc, że gram dobrze, ale instrument już nie wyrabia. Struna G nie jest na tyle pełna i głośna, więc one nie do końca brzmią tak, jakbyśmy chcieli. Czyli skrzypce mi nie pomagają, powiedzmy, że są neu-



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

tralne. Ale to jest dobry instrument.

Wolisz grać konkursy czy koncerty?

Myszę, że najfajniej jest grać przed salą pełną ludzi. Konkursy i rzeczywisty odbiór na koncertach to czasem dwie różne rzeczy. Na koncercie mniej liczy się doskonałość techniczna, a bardziej to, że ktoś gra w taki sposób, że inni chcą tego słuchać, że dobrze im się tego słucha. Ale trzeba grać konkursy, żeby mieć koncerty i w ogóle być rozpoznawalnym. To etap, który musi być. Ja lubię konkursy, w końcu startuję w nich przez większość życia. Konkursy to także coś, co daje mi mobilizację do pracy. Ten

zbliżający się termin bardzo motywuje. No bo w sumie chyba nikt nie lubi pracować po nic. No i nagrodami konkursów często są koncerty z orkiestrami.

Pamiętasz swój pierwszy koncert z orkiestrą? Czy to duża trema - wejść między dorosłych muzyków?

Najdziwniej jest zwykle na pierwszej próbie. Potem każdy skupia się na swojej grze. Zresztą muzycy z orkiestry zwykle starają się stworzyć dobrą atmosferę. Im też zależy, żeby byli postrzegani jako tacy, z którymi dobrze się współpracuje.

To twoje kolejne stypendium. Co dalej?

Teraz przede mną kolejny okres, potem studia, no i mnóstwo pracy... Trzeba przez cały czas robić coś nowego, coś większego, żeby nie zginąć w tej grupie. Wydaje mi się, że szczyt techniczny osiąga się w wieku ok. 21 lat. Potem dochodzą nowe rzeczy, nasze doświadczenie wzbogaca to, co gramy, to jak potrafimy przekazać muzykę.

Co jest na końcu tej podróży?

Zastanawiam się. Życie solisty to nie jest stabilna praca. Wiążę się z ciągłymi podróżami, samotnością. Z jednej strony chciałabym występować solo, ale może bym się zawiodła. Mało znam świat kameralistyki, więc nie wiem, jak będę się w nim odnajdywała. Na ten moment wydaje mi się, że takim dobrym celem jest zostanie koncertmistrzem w orkiestrze. Jest to stała praca, z ludźmi wokół, a do tego koncertmistrz ma sporo partii solowych...

W którym miejscu tej drogi się znajdujesz? Powiedzmy, że wchodzisz na czwarte piętro...

Myszę, że jestem gdzieś między drugim a trzecim... na półpiętrze (śmiech).

A co czeka cię w najbliższym czasie?

Pod koniec listopada wezmę udział w międzynarodowym konkursie im. Wandy Wilkomirskiej w Częstochowie. No i mam do odebrania nagrodę rektora AM w Krakowie z konkursu im. Zenona Felińskiego. 19 maja zagram koncert skrzypcowy A-dur Mozarta z Orkiestrą Akademii Muzycznej w Krakowie. To będzie pierwszy taki mój występ, że zagram cały koncert, a nie część.

AUTOREKLAMA

0111420814



Zapraszamy do obejrzenia wystawy prezentującej portrety ambasaderek projektu „Siła KobieTY”.

„Siła KobieTY - siła, wytrzymałość i nadzieja” to projekt edukacyjno-społeczny zwracający uwagę na profilaktykę nowotworów kobiecych.

Na stronie www.gazetalubuska.pl/sila-kobiety2025-lubuskie/re można wysłuchać historii uczestniczek projektu w formie podcastów.

28.10-5.11.2025

w Galerii ASKANA Gorzów Wlkp. (poziom 0)

ORGANIZATOR

PARTNER LOKALIZACYJNY

PARTNERZY AKCJI:

GAZETA LUBUSKA

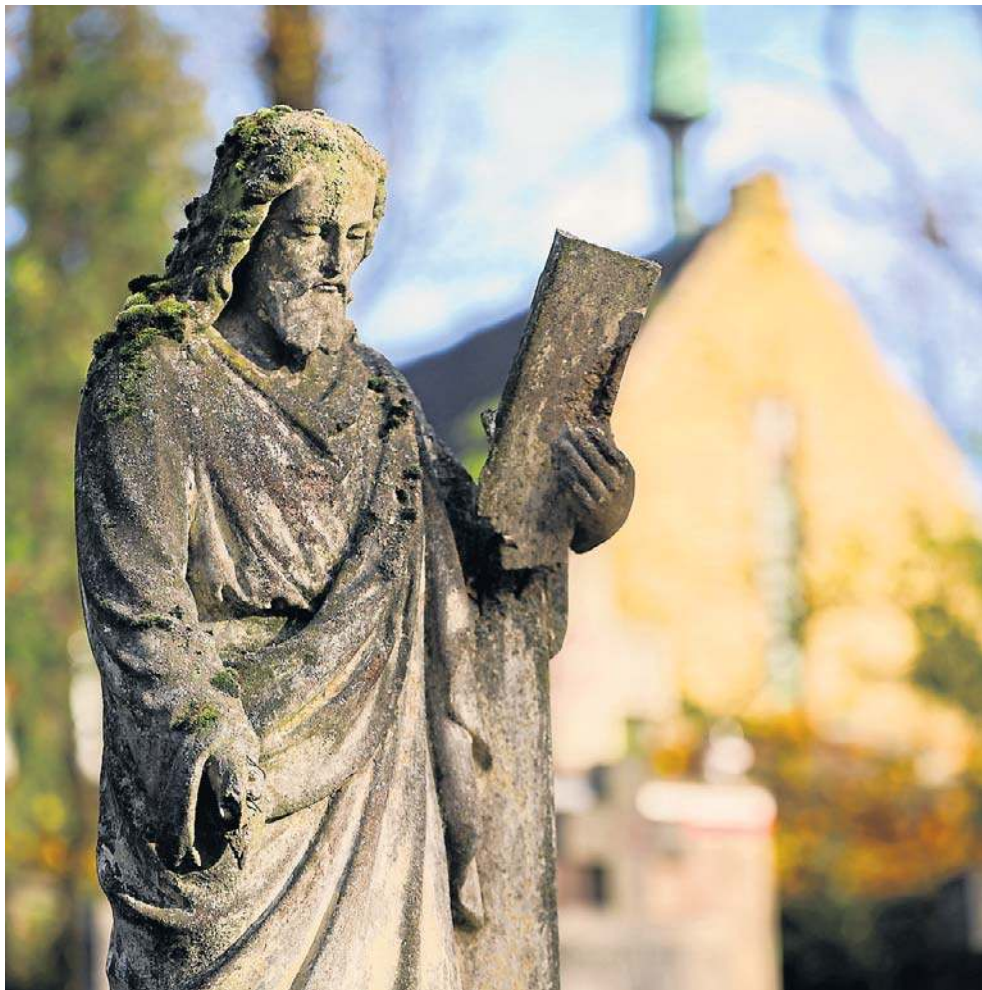
Galeria
ASKANA

Klinika
Wiśniowa

NS ZOZ
DIAGNOSTYK

Jedno Serce
MIEJNOŚĆ KOBIECY
W SZCZĘŚLIWYM ŻYCIU

NovaMED
CENTRUM MEDYCZNE
Z troską o Wasze zdrowie



FOT. MAGDA MARSZALEK



FOT. MAGDA MARSZALEK

TU PAMIĘĆ MÓWI

Cmentarz Świętokrzyski jest jedną z najstarszych zachowanych nekropolii w Gorzowie, która od blisko 170 lat opowiada dzieje mieszkańców, przemian i pamięci. To tu można odnaleźć ślady minionych pokoleń.

Magdalena Marszałek



FOT. MAGDA MARSZALEK

Cmentarz został założony w 1855 roku przy parafii katolickiej pw. Podwyższenia Świętego Krzyża w ówczesnym Landsbergu. Za jego fundatora uważa się Klaudiusza Alkiewicza - polskiego szlachcica tatarskiego pochodzenia, którego grób wraz z mogiłą małżonki Marii do dziś można odnaleźć przy głównej alei. Nekropolia zajmuje niemal cztery hektary. Znajduje się tu blisko siedem tysięcy grobów, a ostatnie pochówki odbyły się w 1963 roku. Cmentarz powiększono dwukrotnie - w 1920 i 1945 roku - i przez wiele dekad stanowił główną nekropolię miasta. Tym, co wyróżnia go wśród innych gorzowskich nekropolii jest jego położenie. Jest usytuowany na kilku wzniesieniach poprzecinanych alejami. Spacer po cmentarnych wzniesieniach

to podróż w czasie. Pośród starych nagrobków kryją się nazwiska znanych mieszkańców i świadectwa burzliwej historii regionu. Na Cmentarzu Świętokrzyskim znajdują się mogiły zbiorowe powstańców wielkopolskich, żołnierzy Wojska Polskiego oraz więźniarek zamordowanych w Ravensbrück. Na wschodnim stoku spoczywają dzieci, a w najnowszej części cmentarza można podziwiać monumentalne, współczesne rzeźby nagrobne - przykłady nowoczesnej sztuki sakralnej. Wzdłuż alei wytyczona jest również Droga Krzyżowa autorstwa Michała Puklicza. Dawna kaplica pogrzebowa pełni dziś funkcję kościoła greckokatolickiego, stanowiąc symbol ciągłości duchowego życia tego miejsca.

Przez lata nekropolia była zaniedbana - parafia nie dyspo-

nowała środkami na regularne utrzymanie i wywóz odpadów, a większe porządki odbywały się głównie przed 1 listopada. Obecnie sytuacja się zmienia. Miasto (które przejęło to miejsce) prowadzi systematyczne prace porządkowe - opróżnianie są miejsca gromadzenia odpadów, grabione liście, a na terenie nekropolii rozpoczęto nasadzenia nowych drzew. Wkrótce pojawi się ich aż trzydzieści. Trwają również przygotowania do stworzenia lapidarium, w którym gromadzone będą elementy pomników o wartości historycznej. W planach jest ustawienie parkowych ławek, a w niedalekiej przyszłości - oczyszczenie pomnika więźniarek z Ravensbrück. Wszystkie prace odbywają się pod czujnym okiem konserwatora zabytków.



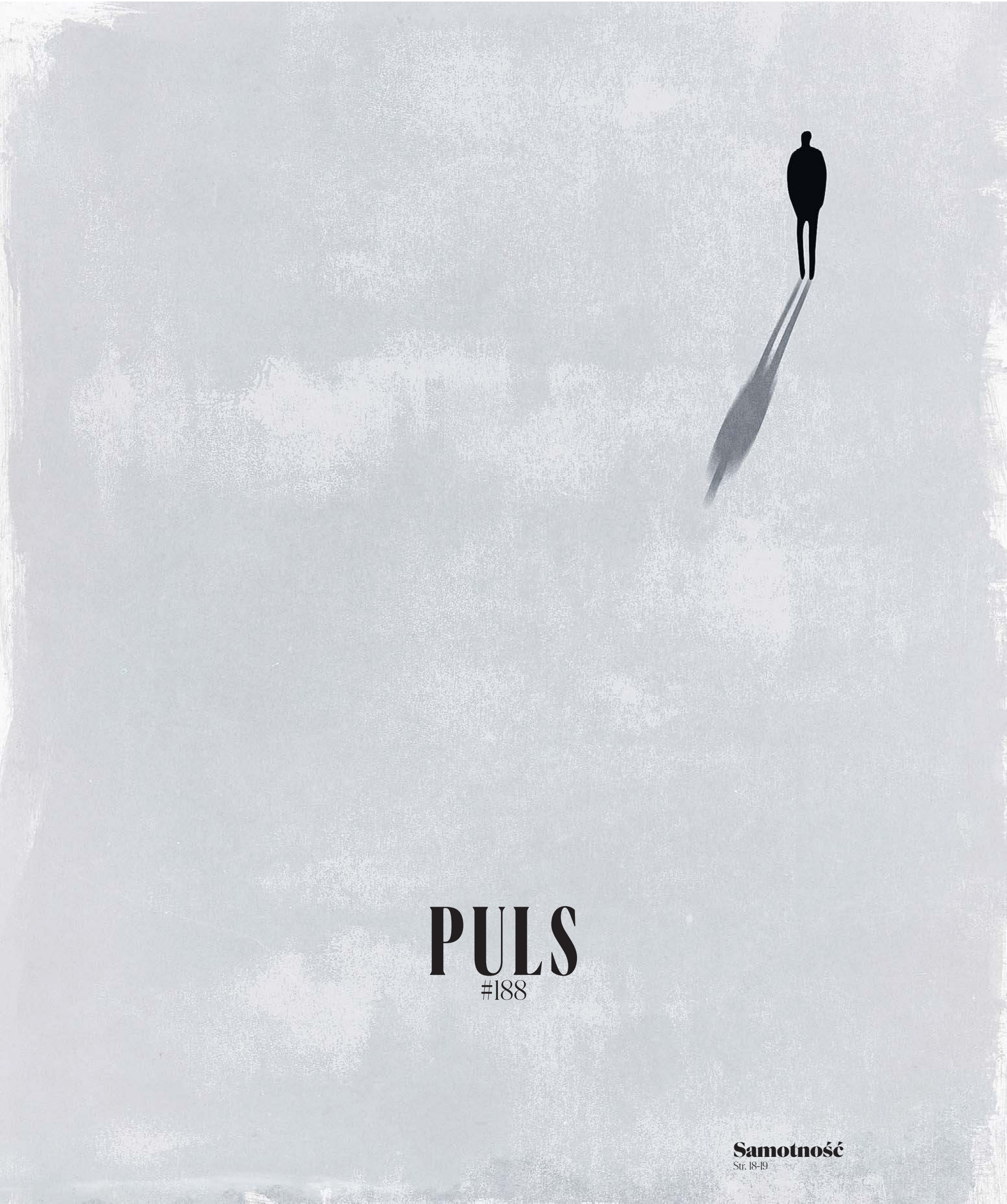
FOT. MAGDA MARSZALEK



FOT. MAGDA MARSZALEK



FOT. MAGDA MARSZALEK



PULS

#188

Samotność
Str. 18-19

NAD GROBAMI BLISKICH KAŻDY MA SWOJĄ OPOWIEŚĆ

Śmierć jest faktem. Nie dyskutuje się z faktami.
Trzeba je przyjąć, zaakceptować. Przeżyć żałobę.
Płakać, złościć się, złorzeczyć. Poczuć pustkę,
bezzadność. Potem zacząć żyć na nowo, wyjść do ludzi,
bo tylko dzięki nim, choć sami, nie jesteśmy samotni

Dorota Kowalska

Melancholijne to święta. I na swój sposób magiczne. Cmentarze pełne pożółkłych liści, zapach palonych świec, chryzantemy: białe, ciemnofioletowe. Stoimy przy grobach zbici w małe grupki. Razem i osobno. Każdym ze swoją historią w głowie, swoim wspomnieniem o zmarłym. Swoją samotnością.

Opowieść Miry

Mira: „Jest takie czarno-białe zdjęcie. Mam na nim 10 lat, kurtkę w białą-czarną pepitkę, koński ogon i zapłakaną twarz. Stoję, wraz z moją rodziną i znajomymi, nad grobem mojego Dziadziusia. Dziadziusia, nie Dziadka. Dziadków miały inne dzieci, ja miałam Dziadziusia albo Dziadulinę. Dziadkowie byli starzy, brzydko pachnieli, nie można się było z nimi dogadać, bo mówili jakby innym językiem, którego nie rozumiałam. Mój Dziadzius był wysokim, szczupłym mężczyzną, trochę, jak dziś myślę, wojskowym w obyciu, i choć nigdy nie widziałam go w innym stroju niż garnitur, można było odnieść wrażenie, że wciąż chodzi w mundurze. Ale mój Dziadzius był wojskowym, przedwojennym Podhalańczykiem, później walczył w AK. Dla mnie był ukochanym Dziaduliną, towarzyszem wypraw na sanki i do lasu. Opowiadał mi o wojnie, o tym, jak razem z kumplami ukradli pancerną lokomotywę i pojechali na odsiecz zaatakowanego przez Sowietów polskiego miasta Lwów, i dlaczego to się skończyło niemal katastrofą. Rozgrywaliśmy walki na śnieżki, jedliśmy owoce morwy, słodkie od soku. I dużo rozmawialiśmy. Kiedyś, jeszcze jako mały pyrpierc, może sześciolatek, zapytałam Dziadziusia, który wiele opowiadał mi o lojalności, wierności i takim, trudno zrozumia-

łym dla dziecka rzeczom, co się działo, kiedy żołnierz zdradził. Bez chwili wahania odpowiedział: »Kula w łeb«.

Wyobraziłam sobie wówczas, jak kula ziemską, w postaci globusa, spada mi na głowę. I postanowiłam, że nigdy nikogo nie zdradzę. Dziadzius umierał w domu, na raka płuc. Nie miał jeszcze 60 lat. Nic dziwnego: odkąd pamiętam, miał łufkę z zatknietym w niej papierosem w kąciu warg. Razem z Babunią palili papierosy, a łufki, z brunatnego osadu, czyścili za pomocą kurzych piór, czemu przyglądałam się z masochistyczną fascynacją. I też szybko zaczęłam palić. Jednak oprócz tego fatalnego nałogu po Dziadulinie pozostało mi coś więcej, coś znacznie lepszego: bądź wierna, nie zdradzaj. Niczym u Herberta, którego wierzy pewnie nie znał, w »Przesłaniu Pana Cogito«: »Bądź wierny, idź«. No, ale umarł, nie było go, a ja zostałam na wychowanie w kobiecym klanie – matki, babci i tysiąca ciotek, z których to każda miała lepszy pomysł na to, jak mnie wychowywać. Ojca w tym nie było, gdyż, durny gówniarz, pokłócił się z moją »Macierzą« i widywałam go tylko incydentalnie, raz na parę lat. Przez długi czas największy wpływ na moje wychowanie, na moje życie, miała Babunia. Matka Polka, wyrażająca swoją miłość w karmieniu bliskich. Pamiętam, jak biegała za mną z kajzerką posmarowaną świeżym masłem, na który nałożyła soczysty plaster gotowanej szynki i błagała, żebym chociaż ugryzła. Nie, uciekałam, jakby miało zależeć od tego mo-je życie, wiedzioną instynktem młodych organizmów, że nie należy przyjmować zbyt wiele kalorii.

Babunia umarła, kiedy byłam już na studiach. Zanim odeszła, chorowała na alzheimera. Ni-

kogo nie poznawała, z nikim nie rozmawiała, bywała agresywna. Z wyjątkiem mnie. W weekendy, kiedy zazwyczaj przyjeżdżałam do domu, warowała niczym pies stróżujący za firanką, wypatrywała. I zawsze miała dla mnie schowane jakieś słodczyce w szafie, za szmizjerkami i apaszkami. Też lubię karmić ludzi, częstować ich słodczykami, to daje – mnie i im – takie malutkie chwile szczęścia. Będzie truizmem, ale i tak to napiszę – przedstawiamy być dziećmi, kiedy odchodzą nasi rodzice.

Moja mama, Dzidka, urodziła mnie, kiedy miała 18 lat. Nie było jej łatwo – z chorowitym dzieckiem pod pachą skończyła studia, pracowała na dwa, czasem trzy etaty, żeby nas utrzymać. O Ojcu już mówiłam, nie było go w moim życiu. Ale, na szczęście, pojawił się Alek. Dzidka i Alek poznali się, zakochali, a ja dostałam Ojczyzna. Każdemu takiego życzę. I nie chodzi tylko o to, że zrobił mi globus z piłeczki pingpongowej, że nauczył mnie pływać, ale o to, że zawsze był po mojej stronie, miałam kogoś, komu mogłam wszystko powiedzieć. Dzidka była (kochana, dobra) wymagająca, a Alek lał się jak świeży miód. Dzidka umarła pierwsza. Przyszła do kuchni, usiadła, wzięła długopis, książeczkę z krzyżówkami i jej serce odmówiło współpracy. Po roku z hakiem za Dzidką podążył Alek. Umarł spokojnie, w swoim łóżku, miał na sobie śmieszny piżamę św. Mikołaja, jaką dostał pod ostatnią w jego życiu choinkę. Nie pojedę na grób żadnego z nich. Nie dlatego, że jestem leniwa, po prostu – dla mnie – ich tam w grobach nie ma. Są wciąż przy mnie, w moich wspomnieniach, w moich nawykach, zasadach. Po ich śmierci poszłam do lekarza. Na depresantach jestem do dziś. Najbardziej brakuje mi telefonów do Dzidki i Alka. Dzisiaj nie mam do kogo za-

dzwonić. I usłyszeć, zanim skończę: »Tak, tak wszystko już wiem«. Znali mnie lepiej niż ja znam samą siebie. Smutek przeszedł z czasem, została pustka. Chociaż dzisiaj częściej uśmiecham się niż płaczę, bo po żałobie zostają już tylko dobre wspomnienia».

Opowieść profesora

Te pierwsze miesiące, lata są najgorsze. Zapadamy się w siebie albo wręcz przeciwnie – szukamy pocieszenia. Może inni wiedzą, jak wypełnić pustkę?

– Jeśli już zostaliśmy powołani do istnienia, to tak, to nie mamy wyjścia, to śmierć jest potrzebna. Tak tkwilibyśmy w życiu (czy to byłoby w ogóle życie?) niczym mucha w bursztynie. I co poza tym? Właściwie nie byłoby ani nadziei, bo nadzieja jest związana z przyszłością, ani poczucia własnej tożsamości, bo ona się buduje przez jakąś przeszłość, przez doznania, które w sobie gromadzimy, przez zmiany, których doświadczamy w dotychczasowym życiu, przez pamięć o stawianiu się i odchodzeniu wszechrzeczy. Bylibyśmy więc wydani tylko na łup tych samych, niewzruszonych wrażeń bez znaczenia – mówił mi swego czasu świętej pamięci prof. Zbigniew Mikołajko, filozof, etyk.

I tłumaczył, że utrata osoby bliskiej jest utratą radykalną, absolutną, ostateczną.

Profesor nie miał żadnej recepty, żadnego pomysłu na pocieszenie. A tym bardziej pomysłu, który byłby pomysłem uniwersalnym, odpowiednim dla każdego z nas. – Pozostaje zatem to, co jest najbardziej banalne, doszczętnie wyświechtane, bo kryje się w tym jakaś wieczna mądrość: że czas leczy rany. Czas, czyli samo życie, same konieczności życiowe, sama egzystencja doraźna. Jedyną więc receptą, jeśli już jej

szukać, to staranie nasze, aby osoba, która doznała straty, nie dała się przez jej poczucie całkowicie obezwładnić, zagarnąć, zanurzyć w śmierci aż do zatarcenia – dodał prof. Mikołajko.

Śmierć bardzo długo z nas uchodzi. Na początku jest szok, zwłaszcza gdy strata bliskiej osoby jest zaskoczeniem, gdy przychodzi znienacka. Nie dowierzamy, płaczemy, krzyczymy. Czasami zastygamy w bezruchu. – Staję przed śmiercią i jest spuszczone kurtyna. Moją żałobą jest coś w rodzaju zamilknięcia. Nie mam w obliczu śmierci nic do powiedzenia. Inni płaczą, chudną, włosy z głowy wyrrywają, a ja milknę – może te same emocje, tylko inaczej wyrażone. Ale nie mówię wtedy ludziom zbyt wiele – opowiadał mi ojciec Paweł Krupa, dominikanin.

Jesteśmy jeszcze zmobilizowani, musimy zorganizować pogrzeb, mimo że ból rozsada nam głowę, wali serce, brak nam tchu. Nie śpimy, nie jemy, ale działamy. Z czasem ten stan mija i zaczynamy się miotać od rozpacz do poczucia pustki.

Smutno nam tak po ludzku: beznadzieja i strach. Unikamy ludzi, albo wręcz przeciwnie, robimy masę rzeczy, wszystko, żeby tylko nie myśleć. Powoli wracamy do nowej rzeczywistości. Inaczej samotni.

Opowieść Ewy i Martyny

Ewa: „Nie potrafię nawet o tym opowiadać. Byliśmy z Tadeuszem ponad pół wieku. Miałam 19 lat, on 21, kiedy wzięliśmy ślub. Potem pojawiła się Martyna. Wszystkiego dorabialiśmy się sami. Pamiętam naszą radość, kiedy kupiliśmy pierwszy samochód: »malucha«, nową zastawę do domu. Wszystko robiliśmy wspólnie, wszystko nas cieszyło. Tadek jechał na ryby, a ja razem z nim: on łowił, ja siedziałam obok na kocu. Jesienią zbieraliśmy grzyby, latem i zimą ruszaliśmy nad morze. Martyna dość szybko wyprowadziła się z domu. Zostaliśmy sami i to nas chyba jeszcze bardziej do siebie zbliżyło. Wieczorami usypiałam przed telewizorem. Zawsze ze śmiechem wyciągał mi spod głowy poduszkę. »Chodź spać!« – mówił. Pomagał mi we wszystkim. Pracowity, dobry człowiek. Kiedy zachorował, wiedziałam, że nie wróci do zdrowia. Pielęgnowałam go jak potrafiłam: goliłam, myłam, obcinałam paznokcie. Wiedziałam, że odejdzie. Był pogrzeb, byli ludzie. Były sprawy w urzędach. W końcu zostałam sama. Nie byłam na to gotowa. Jego wędki za drzwiami w sypialni. Jego ubrania w szafie. Mieliśmy swoje rytuały, swój rozkład dnia. Teraz nikt nie czekał na śniadanie, nikt nie robił kawy o 16. Nie chciało mi się wstawać z łóżka. Po co? Nie chciało mi się gotować dla sie-

bie samej. Nie chciało mi się chodzić na zakupy. Straciłam męża i najlepszego przyjaciela. Przychodzili znajomi, przyjeżdżała Martyna. Potem każdy wracał do swojego życia. W moim niczego już nie było. Nie potrafiłam być sama. To trwało miesiącami, latami. Któregoś dnia naprawiłam samą pralkę, potem kupiłam nową lodówkę, bo stara się zepsuła. Zobaczyłam, że w szafie wiszą same czarne swetry, spódnice i spodnie. Kupiłam sobie nową bluzkę, ciemnoniebieską i zimową kurtkę. Pojechałam do sanatorium, lekarka dała skierowanie i kazała jechać. Poznałam tam Anię i Ulę. Polubiłyśmy się. Do dzisiaj piszemy do siebie na WhatsAppie. Wróciłam do książek. Bardziej się życiem cieszę, może inaczej – już tyle nie płaczę. Ułożyłam sobie plan dnia. Wstaję około 7, potem idę na zakupy albo na spacer, wiem, że muszę wyjść z domu, ruszać się. Przychodzę, jem śniadanie, czytam. Przygotowuję obiad, około 16 włączam telewizor. Idę spać około 23. Częściej spotykam się z przyjaciółmi, znajomymi. Zaczęłam wyjeżdżać na wakacje. Niby jest dobrze, staram się».

Martyna: „Choroba taty to była walka. Przegrana już na stracie. Wiedziałam, że nie mamy szans. Tata też wiedział. Mama wychodziła z pokoju, a on mówił: »Wiesz, córuś, tak bardzo chciałbym już odejść«. Nic nie odpowiadałam. Co tu mówić? Że wszystko będzie dobrze? Nie będzie. On to wiedział i ja. Coraz bardziej cierpiał, coraz bardziej nie był sobą. Bardzo chciałam, żeby odszedł. I bardzo się tego swojego chcenia wstydziłam. Bo jaka córka modli się o śmierć ukochanego ojca? Kiedy umierał, trzymałam go za rękę. Z oczu poleciała mu łza. Zastanawiałam się potem, dlaczego płaczę. Był na morfinie, nic go już nie bolało. A płakał. Na pogrzeb przyszły tłumy. Tata był cudownym, ciepłym człowiekiem. Nie było w nim zazdrości, zawiści. Nie oceniał innych. Staliśmy wszyscy nad grobem, a ja patrzyłam na mamę. Wiedziałam, że teraz wszystko się zmieni. I zmieniło się. Rozpaczała. Nie myślałam o sobie, tylko o niej. Nie wiedziałam, co powiedzieć, co robić. Przygotować śniadanie? A może nie powinienśmy jeść? Wynieść rzeczy taty już teraz, czy za rok albo dwa? Widziałam samotną, bezbronną kobietę, zasklepioną w swoim cierpieniu. Nie pozwalała sobie pomóc. Nie jadła, nie spała, codziennie chodziła na cmentarz. Mogłam być obok. Tyle. Minął rok, potem drugi. Wciąż nie kupowała nowych rzeczy, bo po co, nie warto. Nie wychodziła do znajomych, przestała czytać. Nie mogłam znieść tego jej



FOT. 123RF

odrętwienia. Byłam miła, do rany przyłóż. »Najchętniej położyłabym się koło taty« – powtarzała w kółko. Potakiwałam, chociaż ciężko było mi tego słuchać. Bo to znaczyło, że ja, moja rodzina nie mamy znaczenia. Nie warto dla nas żyć. »Tylko weź ze sobą koc, ciągnie od ziemi« – wypaliłam pewnego dnia. Tak, bywałam szorstka: „Miliony kobiet straciły mężów. Mamo, choć pójdziemy do psychologa, przecież musisz dalej żyć» – powtarzałam. Kiwała tylko głową. Wracałam do domu i płakałam. Ja też kogoś straciłam, tatę. Czy ktoś mnie pyta, co czuję? Byłam zła. Ale zaraz karmiłam się w myślach i znów martwiłam o nią. Nie wiedziałam, jak jej pomóc. Pomógł czas. Zadzwoiła któregoś dnia i pochwaliła się, że kupiła sobie nową kurtkę. Pomyślałam, że to dobry znak. Od śmierci taty minęły cztery lata. Pojechała do sanatorium, znowu zaczęła chodzić do biblioteki, spotykać się z przyjaciółmi. Częściej się uśmiecha. Jest silną, dzielną kobietą. Radzi sobie. A ja mogłam wreszcie częściej myśleć o tacie. Brakuje mi naszych wspólnych wypadów w góry, spacerów, rozmów. Byliśmy bardzo blisko. Zawsze wychodził po mnie na dworzec, kiedy przyjeżdżałam do domu. Już nie wypatruję go na peronie. Dzwonił i dopytywał czter-

dziestoletniej kobiety: »Córuś, chodzisz w czapce? Straszny ziąb!«. Nie czekam na te telefony. Tylko dzisiaj już nie płaczę, kiedy o tym myślę, uśmiecham się do siebie. Uśmiecham się do wszystkich tatowych wspomnień. Najbardziej lubię chodzić na cmentarz sama. Przykucam wtedy na ławeczce przy jego grobie »No to, kochaniutki, siadaj teraz wygodnie w tym swoim fotelu na górze i słuchaj« – tak zaczynam i opowiadam mu o tym, co u mamy, u mnie, co u jego wnuczki. Chociaż pewnie wszystko to wie. I zawsze widzę jego roześmianą twarz”.

Opowieść naukowców

Ci, którzy stracili bliskich, mówią o pustce. O wędkach schowanych za drzwiami w sypialni, o samotności. To ponoć jedna z chorób cywilizacyjnych XXI wieku, kolejne „zagrożenie dla globalnego zdrowia publicznego.”

Dr Vivek Murthy, współprzewodniczący powołanej w 2023 roku komisji do walki z tym zjawiskiem, podkreśla: „Zbyt długo problem samotności pozostawał w cieniu, niedostrzegany i niedoceniany”.

Z badania przeprowadzonego przez Instytut Gallupa i firmę Meta w 142 krajach świata wynika, że niemal jeden na czterech dorosłych, czyli około miliarda ludzi na świecie, czuje się bardzo lub dość samotny. To

uczucie dopada nie tylko osoby starsze, ale także te stosunkowo młode.

Badania nad samotnością nie są zresztą czymś nowym. Grupa naukowców z uniwersytetów Harvarda, Stanforda, Curtin oraz uniwersytetu Zachodniej Australii już jakiś czas temu postanowiła zastanowić się nad tym, co może potęgować poczucie samotności. Sprawdzali, czy istnieje związek między tym, jak radzimy sobie z emocjami, a subiektywnym poczuciem osamotnienia. Zbadano grupę 501 dorosłych ludzi. Zapytano ich, czy czują się samotni, jak często, jak bardzo. Potem jak radzą sobie ze smutkiem, gniewem, złością. Okazało się, że umiejętność radzenia sobie z negatywnymi emocjami jest kluczem. Poczucie samotności zwiększa nadmierne rozmyślanie, obwinianie siebie lub innych, wyobrażanie sobie katastroficznych scenariuszy, tłumienie negatywnych uczuć, unikanie innych ludzi, wycofywanie się z życia towarzyskiego, odrzucanie wsparcia emocjonalnego. Kiedy tracimy kogoś bliskiego, bardzo często tacy właśnie jesteśmy – zamykamy się w swoich skorupkach.

– Badania nad samotnością jednoznacznie wskazują, że samotność wpływa na nasze zdrowie. Depresja, stany lękowe to skutki dla wszystkich

oczywiste, ale samotność obniża także nasze zdolności do radzenia sobie z chorobami, obniża naszą odporność – wylicza psycholog Maria Rotkiel. I dodaje, że poczucie wspólnotowości jest jednym z najważniejszych czynników, które sprawiają, że czujemy się szczęśliwi. Poczucie, że żyjemy wśród ludzi, którzy są nam życzliwi. Nie chodzi nawet o posiadanie rodziny, bardziej o bycie w jakiejś wspólnotcie. Wspólnocie, która sprawia, że możemy usiąść z kimś na ławce, porozmawiać, spotkać się na herbatkę z sąsiadką, z inną pójść na spacer. W grupie, wśród innych – mamy poczucie sensu, widzimy w życiu jakiś cel.

Opowieści internautów

Mka16: „Na pewno nie ma jednego schematu żałoby. Każdy przeżywa to inaczej w zależności od własnego usposobienia.

Moja mama zmarła niewiele ponad rok temu. Tuż po jej śmierci było uczucie ulgi, że już nie cierpi, ale trwało to bardzo krótko. Później żal – wiem, że bezpodstawny i głupi – do Niej, że o sobie nie dbała i mnie zostawiła, do siebie samej, że nie zrobiłam wszystkiego, co mogłam. Później był okres, kiedy próbowałam rzucić się w wir pracy. Dopiero po jakimś czasie przyszła potrzeba rozmowy, wspomnia-

nia. 5 miesięcy temu urodziłam swoje pierwsze dziecko, którego moja mama nigdy nie zobaczy. Powrócił ogromny żal, że jej tu nie ma, i znowu chęć niemyślenia o tym, bo za bardzo boli. Żle mi z tym, że staram się o niej nie myśleć, ale dzięki temu mogę jakoś funkcjonować”.

Blanka: „Ostatnie zdanie Twojego postu odzwierciedla dokładnie stan mojej duszy. Działa u nas instynkt samozachowawczy – wiemy, że musimy jakoś normalnie żyć i znajdujemy na to sposób: staramy się nie myśleć, nie rozpamiętywać. W miarę upływu czasu inaczej patrzę na odejście Taty – wiem, że ja mam żyć, i chcę żyć tak, jakby chcieli moi zmarli bliscy”.

Zen: „Odczuwam strach przed przyszłością, nie wiem, jak sobie dam radę. Ona była cudowną żoną, mamą i panią domu. Nie wiem, jak sobie poradzę z tą pustką. Z drugiej strony odczuwam wstręt do życia i poczucie jego beznadziejności. Spędziliśmy razem w ten czy inny sposób prawie połowę mojego życia (jej połowę). Ponad 10 lat. To była moja pierwsza dziewczyna. Zakochanie od pierwszego wejrzenia. Przyjaźń od początku wobec braku możliwości miłości (ona była za młoda na związek). Czekalem 3 lata, 2 lata walczyłem o nią, potem spędziłem z nią 5 najlepszych lat mojego życia.

Dla siebie zerwaliśmy kontakt ze światem, całkowicie poświęciliśmy się sobie, nie było nic i nikogo, tylko my i synek. A teraz jestem nagle sam. Byłem pewny, że tak miało wyglądać moje życie, że znalazłem osobę, która była mi przeznaczona. A teraz jej nie ma, nie ma mojego przeznaczenia”.

Hastry: „Ja straciłam męża. Było bardzo ciężko, jest trochę lepiej, po prostu potrzeba czasu. Na początku była tylko ciemność i świadomość, że na zawsze tak już zostanie. Trzeba być cierpliwym”.

Pigus: „U mnie minęło pół roku. Ciągłe huśtawki nastrojów, obsesyjne opowiadanie o tej osobie, rozmyślanie, czy można było coś zrobić. Zmarł młodo i zostałam z małutkimi dziećmi. Myślę, że radzę sobie. Bardzo pomagają mi rozmowy, nie powstrzymuję łez. Na szczęście mam czasem pomoc, więc mogę wyjść, odreagować: pobiegać, wsiąść w samochód i pokrzyknąć. Ale wiem, że jeszcze wiele przede mną. Boli, nie tak miało być. Ale przecież na moje umieranie jeszcze przyjdzie czas. Teraz chcę żyć”.

Śmierć jest faktem. Nie dyskutuje się z faktami. Trzeba przeżyć żałobę. Płakać, złościć się, złorzeczyć. A potem trzeba zacząć żyć na nowo: wyjść do ludzi, bo tylko dzięki nim, choć sami, nie jesteśmy samotni.



Na poboczu między Gębarzewem a Gnieznem stoi krzyż z czarną tabliczką: „ś.p. Marcin, Marcel, 28.09.2024”. Tu zginęli ojciec i syn jadący motocyklem

FOT. PAWEŁ BRZEZNAK

ZATRZYMANI W PÓŁ DROGI

Tam, gdzie dziś jedziemy szybko, ktoś kiedyś jechał po raz ostatni. Krzyże na poboczach przypominają, że droga może urwać się nagle – w jednym miejscu i w jednej sekundzie

Justyna Piasecka-Gabryel

Jesienna mgła unosi się nad torami, przejeżdżające pociągi wygłuszają na chwilę wszystko wokół. Przy barierze mostu Dworcowego w Poznaniu stoi biały rower. Na pierwszy rzut oka – zwykła rama. W rzeczywistości to ghost bike po Kasi, 27-letniej poznajance, która zginęła tu 1 kwietnia 2010 roku, wracając z pracy na rowerze. Pędzące BMW uderzyło w nią tak mocno, że przeleciała nad samochodem i spadła kilka me-

trów dalej. Zginęła na miejscu. Kierowca znacznie przekroczył prędkość. Został skazany. Od tamtej pory biały rower wciąż tu wraca, ostatnio jesienią 2023 roku, kiedy rodzina zapowiedziała jego odświeżenie przed Świętem Zmarłych. Jest symbolem żałoby, znakiem ostrzegawczym i – dla sprawcy – niewygodnym wyrzutem sumienia.

Krzyż przy pasach

Styczeń 2019 roku, os. Bato-rego w Poznaniu. Przejście dla

pieszych przy ul. Opieńskiego to codzienna trasa do tramwaju, do sklepu, do domu. Tego wieczoru 65-letni kierowca nie zatrzymał się przed „zebrą” i uderzył w dwoje pieszych: 25-letniego Jakuba i jego 24-letnią partnerkę Annę. On zmarł w szpitalu, ona odniosła ciężkie obrażenia. Nagranie z miejskiego monitoringu i zeznania świadka przesądziły o przebiegu zdarzeń. Sprawca do końca nie przyznawał się do winy. Twierdził, że piesi

„wtargnęli” mu na przejście, w sądzie wołał nawet: „to ja jestem poszkodowanym”, a ofiary porównywał do „bezzrozumnych zwierząt”. Sąd mu nie uwierzył i skazał na niepełną 2 lata więzienia.

Po wypadku rodzina podjęła decyzję o donacji narządów Jakuba. Oddano jego serce, wątrobę, trzustkę, nerki i rogówki.

Mimo że minęło 5 lat od wypadku i śmierci Jakuba (...), czuję, że jednak gdzieś żyje wśród nas. Zginął tragicznie, ale uratował kilku osobom życie, oddając część siebie – mówiła w ubiegłym roku w rozmowie z „Głosem Wielkopolskim” jego siostra Natalia.

Dziś przy drodze stoi skromny krzyż, przypominający o tragedii i niewłaściwych decyzjach kierowcy.

Dwa kaski

Na poboczu między Gębarzewem a Gnieznem stoi krzyż z czarną tabliczką: „ś.p. Marcin, Marcel, 28.09.2024”. Dwa kaski na prętach, wieniec w kształcie serca, rząd zniczy na białych kamykach. Za nim pola, przed nim asfalt, na którym pękło życie ojca i jego kilkuletniego syna. Była sobota. Motocykl jechał prosto, bus skręcał w lewo. Kierowca nie ustąpił pierwszeństwa. Zderzenie było gwałtowne. Ratownicy podnosili pojazd, by wydostać dziecko. Nie zdołali go uratować. Ojciec i syn zginęli na miejscu. Tydzień później Czerniejewo żegnało ich w bieli kwiatów.

Mapa znaków

Biały rower na moście Dworcowym nie jest jedynym w Poznaniu. W listopadzie 2013 roku u zbiegu ulic Święty Marcin i alei Niepodległości stanął „ghost bike”, upamiętniający 24-letniego kuriera potrąconego przez ciężarówkę. W lipcu 2014 roku kolejny pojawił się przy ulicy Jana Pawła II – po śmierci 19-letniego rowerzysty. W Puszczy Zielonce w ten sposób wspomina się podróżnika Ryszarda Walericha.

Białe rowery są proste, mówią same za siebie. Widząc je, nie trzeba czytać tablic informacyjnych. Wystarczy spojrzeć.

Są też miejsca, które przypominają nie o błędach z kółkiem, lecz o przemocach. 24 maja 2015 roku w przejściu pod rondem Śródka w Poznaniu 27-letni Arkadiusz został czterokrotnie ugodzony nożem. Zmarł po kilkunastu dniach walki o życie. W miejscu zdarzenia pojawiały się znicze i jedno pytanie: „dlaczego?”. Od tamtej pory przejście nie jest już neutralne. Co jakiś czas wracają tam znicze i fotografia Arka, upominając się o pamięć.

Kwiaty, znicze, szaliki klubowe, dziecięce rysunki pojawiają się najczęściej tuż po tragediach. Znikają po kilku

dniach czy tygodniach, czasem miejsca pamięci przed Wszystkimi Świętymi odżywają, by znów przygasnąć. Nie są pomnikami. Ale potrafią choć na chwilę zatrzymać ludzi i przypomnieć o tych, którzy nie dotarli do domu.

Memento

W 2024 roku w Polsce doszło do 21 519 wypadków drogowych, w których zginęło 1896 osób. To za dużo historii przerwanych nagle, zbyt wiele rodzin, które nie zdążyły się pożegnać. Dlatego właśnie w przestrzeni publicznej najczęściej spotykamy przydrożne krzyże – najprostszymi i najstarszymi znakami pamięci osób, które zginęły na drodze. Jak reagują na nie kierowcy, mijając je w czasie podróży?

– To zależy – stwierdza Jakub Patecki, psycholog transportu. – Młodzi, świeżo upieczeni kierowcy najczęściej wychwytyują takie znaki w swoim polu widzenia i może to na nich oddziaływać – pojawia się poczucie zagrożenia, świadomość, że właśnie stają się uczestnikami ruchu drogowego. W ich przypadku krzyż może działać jak ostrzeżenie. Również osoby bardziej empatyczne, skłonne do refleksji, mogą na moment zwolnić i pomyśleć o konsekwencjach brawury. Mówiąc o wpływie, mam jednak na myśli przede wszystkim reakcję emocjonalną, a nie zmianę zachowania za kierownicą. Kierowcy zawodowi zwykle mijają takie miejsca bez większej uwagi – nawet jeśli je zauważają, często mają poczucie, że ich to nie dotyczy.

Z drugiej strony nie tylko o skuteczność chodzi. Czy mijając krzyż przy drodze, kierowcy jeszcze myślą o tym, co on symbolizuje?

– Krzyż jest dla chrześcijan bardzo ważnym znakiem (...), znakiem ofiary Chrystusa, śmierci, ale też i zmartwychwstania. Jest po prostu wyznaniem wiary – podkreśla o. Grzegorz Dobroczyński, jezuita z Poznania.

Jak dodaje, pojawienie się krzyża w miejscu tragedii niesie ze sobą także nadzieję.

– Życie zmarłych zmienia się, ale się nie kończy. Przydrożne krzyże są memento o osobach, które tam zginęły tragicznie – tłumaczy.

W wypowiedzi o. Dobroczyńskiego mocno wybrzmiewa również moralny wymiar takich upamiętnień.

– Przypominają kierowcom, że reguły ruchu drogowego są wyrazem przykazania miłości bliźniego. Pełnią funkcję przestrogi, są katechezą w drodze. Kościół nie narzuca sztywnych zasad ich stawiania.

– Jest tutaj wolność bardzo indywidualna i osobista – zaznacza. – Trzeba patrzeć na te znaki z życzliwością i zrozumieniem dla bliskich, którzy

stracili kogoś wskutek lekkomyślności innych.

Zarządcy dróg patrzą jednak na to zagadnienie również przez pryzmat bezpieczeństwa.

– Krzyże przy drogach niewątpliwie zagrażają bezpieczeństwu, bo rozpraszają kierowców – przyznaje Alina Cieślak z poznańskiego oddziału Generalnej Dyrekcji Dróg Krajowych i Autostrad. GDDKiA. – Z jednej strony patrzymy pod kątem bezpieczeństwa, ale jeżeli ktoś je ustawi, my ich nie likwidujemy. Wiemy, że doszło tam do ogromnej tragedii.

Interwencje pojawiają się jedynie w sytuacjach skrajnych.

– Gdy ustawiono dużą płytę nagrobną, poprosiliśmy o jej usunięcie. W miejscu płyty stanął mały krzyż – wyjaśnia.

Formalnie każda taka konstrukcja powinna być zgłoszona jako zajęcie pasa drogowego – choć rzadko dzieje się tak w praktyce.

– Jeśli krzyż nie stwarza zagrożenia, szanujemy go i nie likwidujemy – mówi przedstawicielka GDDKiA.

Problem pojawia się dopiero, gdy rośnie „oprawa”: znicze, kwiaty, dekoracje.

– Utrudnia to koszenie i utrzymanie pobocza, bywa, że wiąże się z ryzykiem pożaru. Chodzi o to, by było bezpiecznie – mówi. – To nie jest masowe zjawisko. Takie miejsca powstają sporadycznie.

Dostrzega jednak ich emocjonalny wpływ na kierowców.

– Ja jako kierowca zwracam uwagę na krzyże. Sam symbol może działać ostrzegawczo – przyznaje Cieślak.

To spostrzeżenie wykorzystują także kampanie społeczne.

Od końca października w całym kraju ruszyła akcja „Zwolnij, masz przed sobą życie” pod patronatem Generalnej Dyrekcji Dróg Krajowych i Autostrad.

Jej przekaz ma być mocny, bo wyrażony obrazem, który trudno pominąć: w Warszawie pojawiają się puste krzesła, po jednym za każdą osobą, która zginęła na polskich drogach w 2024 roku. Równolegle, w całym kraju, na tablicach zmiennej treści kierowcy widzą krótkie komunikaty, mające przypomnieć o konsekwencjach pośpiechu.

To ważny sygnał, szczególnie teraz, gdy zbliża się 1 listopada i wyruszymy w drogę do bliskich, by zapalić znicze na ich grobach. Wtedy na drogach jest najbardziej tłoczno i najniebezpieczniej. Wystarczy jeden błąd, by ktoś już nigdy nie dotarł tam, dokąd jechał. Każdy przydrożny krzyż pokazuje, czym kończy się pośpiech i brak ostrożności. Jedźmy więc uważnie, bo nikt przecież nie chce, żeby kolejne znicze zapłonęły na poboczu.

WSPOMNIENIA - LUBUSKIE

14.10.1966 – 20.11.2024

Jolanta Kramer-Pawlicka



Widzowie znali ją przez lata ze szklanego ekranu, była bowiem naczelnym Telewizji Przewodowej Zielona Góra, TV Odra. Kochała telewizję, także w TV-51 zajmowała się tematami społecznymi, kulturalnymi, samorządowymi. Przez pewien czas pracowała też w nowosolskim oddziale „Gazety Lubuskiej” oraz w urzędzie wojewódzkim.

26.05.1976 – 29.11.2024

Anna Chabowska-Stasiak



Aktorka Lubuskiego Teatru w Zielonej Górze, z którym związana była od 2008 r. Była absolwentką wydziału lalkarskiego Wyższej Szkoły Teatralnej we Wrocławiu (dziś to Akademia Sztuk Teatralnych im. St. Wyspiańskiego w Krakowie, filia we Wrocławiu). Jednym z najbardziej popularnych spektakli z jej udziałem byli „Szczęściarze”.

9.12.1965 – 7.12.2024

Agnieszka Kujawa-Bartosik



Jedna z najwybitniejszych postaci lokalnej sceny artystycznej w Zielonej Górze. Znana była z mistrzowskiego opanowania techniki akwareli, która pozwalała jej uchwycić ulotne piękno natury oraz nieoczywiste detale krajobrazu miejskiego Zielonej Góry. Była jedną z 12 kobiet biorących udział w projekcie GL Siła KobieTy.

4.02.1939 – 27.12.2024

Henryka Anna Kamińska



Długoletnia kierowniczką działu korekty „Gazety Lubuskiej”, dziennikarka GL i tygodnika „Ziemia Gorzowska”, polonistka. Z naszą zielonogórską redakcją związana była od lat 60. ubiegłego wieku i współpracowała z nami także po przejściu na emeryturę. Niektórzy nazywali ją chodzącym słownikiem języka polskiego.

22.02.1998 – 4.01.2025

Paweł Gabor



Aktor Lubuskiego Teatru w Zielonej Górze. Zadebiutował w nim rolą Sancho Pansy w „Przygodach Don Kichota”. Zagrał też w „Jestem ziarnkiem maku”. Te role sprawiły, że polubili go najmłodszy widzowie teatru. Jeszcze w grudniu zagrał Grabca w „Balladynie”. Państwową Wyższą Szkołę Filmową, Telewizyjną i Teatralną w Łodzi ukończył w 2024 r.

8.05.1935 – 5.01.2025

ks. Stanisław Starczyński



Święcenia duchowne przyjął w 1966. Od 1976 związany z Gorzowem. W 1978 został notariuszem w kurii, która mieściła się przy ul. Drzymały. Pracował w niej do 1993. Był też dyrektorem administracyjnym Instytutu Formacji Katolickiej dla Świeckich w Gorzowie. W 1996 zamieszkał w parafii przy ul. Żeromskiego w Gorzowie.

5.05.1934 – 6.01.2025

Halina Mąderek-Matysik



Legenda lubuskiego harcerstwa, z którym związane było jej całe życie. Była kolejno zastępową, przyboczną i drużynową, zastępcą komendanta i komendantem. Związana była z Hufcem Przytoczna oraz Hufcem Skwierzyna. W 2015 została Samorządowym Obywatel-em Skwierzyny. Była też nauczycielką (z zakresu wychowania fizycznego i biologii).

3.09.1947 – 31.01.2025

Włodzimierz Kwaśniewicz



Twórca i dyrektor Lubuskiego Muzeum Wojskowego w Zielonej Górze z siedzibą w Drzonowie, którym kierował w latach 1985-2012. Na kilku hektarach stworzył jedyny w tej części Polski park militarny z niezliczoną ilością obiektów wojskowych. Honorowy obywatel Gminy Świdnica i Miasta Zielona Góra. Historyk z wykształcenia.

7.12.1972 – 1.02.2025

Arkadiusz Wudarski



Przez osiem lat był wykładowcą na Uniwersytecie Zielonogórskim. Był również profesorem prawa prywatnego polskiego i europejskiego oraz prawa porównawczego na Collegium Polonicum w Słubicach. W 2021 roku został członkiem Międzynarodowej Akademii Prawa Porównawczego z siedzibą w Hadze.

14.07.1946 – 14.02.2025

ks. prał. Zbigniew Stekiel



Święcenia kapłańskie przyjął w 1970 r. W 1984 został proboszczem nowo utworzonej parafii pw. Niepokalanego Poczęcia Najświętszej Maryi Panny w Chynowie, gdzie rozpoczął budowę kościoła. W 1988 podobne zadanie dostał na Osiedlu Pomorskim w Zielonej Górze. W latach 1996-2011 proboszcz parafii pw. Najświętszego Zbawiciela w Zielonej Górze.

6.04.1945 – 2.03.2025

Czesław Kolman



Był żuźlowiec Zgrzeblarek Zielona Góra. Zielonogórski klub reprezentował przez trzy sezony, w latach 1965-1966 w najwyższej klasie rozgrywek, a w kolejnym sezonie na jej zapleczu. Wystartował w 40 meczach. Brał udział m.in. w mistrzostwach Polski seniorów i juniorów, a także w zawodach o Srebrny Kask.

5.05.1959 – 6.04.2025

Zenon Sznajder



Ceniony i lubiany w Nowej Soli biegacz, trener i nauczyciel. Przebiegł ponad sto maratonów. W jednym z sezonów przebiegł ich aż czternaście. W 1978 r. został mistrzem Polski juniorów w biegu na 5000 metrów. Czy deszcz, czy śnieg, czy zimno – zawsze starał się trenować. Wychował wielu nowosolskich biegaczy.

18.07.1934 – 11.04.2025

Witold Głowania



Przez wiele lat związany ze Stalą Gorzów. Prezesem klubu był trzykrotnie. Pierwszy raz było to w latach 1972-1974, następnie 1975-1979. Ostatni raz był nim w latach 1986-1988. W 2016 roku został honorowym prezesem klubu. Za jego kadencji gorzowscy żuźlowcy wywalczyli cztery tytuły drużynowego mistrza Polski.

27.08.1943 – 30.04.2025

Edward Chiliński



Starosta powiatu słubickiego w latach 1998-2006. Wiele lat związany ze sportem. Był jednym z założycieli Okręgowego Związku Lekkiej Atletyki województwa gorzowskiego. W latach 1980-1992 pełnił funkcję wiceprezesa Lubusza Słubice. Przez prawie dwadzieścia lat kierował Ośrodkiem Sportu i Rekreacji w Słubicach.

12.02.1958 – 1.05.2025

Grażyna Graszka



Była wybitną osobowością nowosolskiego środowiska plastycznego, a także miejską radną. Uprawiała różne dziedziny sztuki: malarstwo, ceramikę, rysunek, grafikę reklamową, wzornictwo przemysłowe, mozaikę i makiety. Na swoim koncie miała też film „Muzykalny słoń”, którego była reżyserką, scenarzystką i w którym zrobiła animację.

10.11.1970 – 19.05.2025

Damian Gałek



Prokurator z Nowej Soli. – Odważny obrońca praworządności, niezależności prokuratury i godności zawodu prokuratora. Był jednym z tych, którzy nie wahali się mówić prawdy i bronić wartości, na których odbudujemy kiedyś demokratyczne państwo prawa – wspominali go koledzy. Był też pilotem szybowcowym i samolotowym.

2.02.1946 – 24.05.2025

Prof. Marian Adamski



Rozpoczął w Wyższej Szkole Inżynierskiej, późniejszej Politechnice, która stała się częścią Uniwersytetu Zielonogórskiego. Pracował na Wydziale Elektrycznym, a potem na Wydziale Elektrotechniki, Informatyki i Telekomunikacji. W latach 1997-2012 był dyrektorem Instytutu Informatyki i Elektroniki. Zajmował się m.in. projektowaniem układów cyfrowych.

13.05.1948 – 13.06.2025

Henryk Masternak



Prezydent Zielonej Góry w latach 1994-1998, a wcześniej w latach 1990-1994 miejski radny. Za jego kadencji powstała pierwsza po wojnie oczyszczalnia ścieków. Ponadto stworzył pierwszą strategię rozwoju miasta. W czasie jego prezydentury na cele inwestycyjne przeznaczano około 30 procent środków budżetowych (m.in. wyremontowano wiadukt).

9.04.1962 – 29.06.2025

Piotr Chytrowski



Radny Nowej Soli. Z jego inicjatywy rondo na ul. Głogowskiej zostało nazwane rondem Odry. Mówił, że „Odra jest symbolem integracji mieszkańców Nowej Soli oraz że miasto od lat realizuje politykę zwracania się twarzą do rzeki”. Znajomi i mieszkańcy mówią o nim, że był oddanym miastu lokalnym patriotą.

27.12.1968 – 30.05.2025

Tomasz Włoch



Animator kultury i działacz społeczny z Cigacic. Stworzył Przystań Tu, pełen muzyki i radości bar nad Odrą w Cigacicach koło Zielonej Góry. Pracował też na Statku Kultury i udzielał się w Rzecznym Uniwersytecie Ludowym. Odra była nadrzędnym celem jego działań. Organizował wiele spotkań i dyskusyjnych paneli na temat rzeki.

22.08.1947 – 27.08.2025

Zygmunt Listowski



Prezydent Zielonej Góry w latach 1998-2002, a w latach 2002-2010 zielonogórski radny miejski. Za jego kadencji w 2001 r. powołano Uniwersytet Zielonogórski. Rozpoczął rewitalizację śródmieścia, dzięki czemu w centrum miasta pojawiły się kolorowe elewacje kamienic. Politycznie związany był z Sojuszem Lewicy Demokratycznej.

1.01.1936 – 22.09.2025

o. Apoloniusz Leśniewski



Franciszkanin. Do Zakonu Braci Mniejszych Kapucynów wstąpił jako 16-latek, czyli w 1952 r. Pięć lat później złożył śluby wieczyste, a święcenia kapłańskie przyjął w 1959. Dzięki jego staraniom w latach 1983-1988 przy Białym Kościółku w Gorzowie powstał kapucyński klasztor. Posługiwał też m.in. w Lublinie, Warszawie i włoskiej Perugii.

18.03.1973 – 1.10.2025

Witold Wybudowski



Pasjonat speedwaya spod Międzyrzecza. Na żuźlu jeździł amatorsko. Do potrzeb treningowych wybudował w Nietoperku pełnowymiarowy tor żużlowy. Obiekt jest widoczny z drogi S3. Wielokrotnie trenowali tu także ekstraligowi zawodnicy. Wspierał też toromistrzów Falubazu czy Stali Gorzów i wielu innych w całej Polsce.

6.10.1931 – 6.10.2025

Stanisław Kowalski



Były wojewódzki konserwator zabytków, wieloletni pracownik Muzeum Ziemi Lubuskiej w Zielonej Górze i jej wicedyrektor w latach 1989-1996. Dzięki jego staraniom toczyły się prace przy odbudowie rynku w Bytomiu Odrzańskim, pałacu w Żaganii, ratuszy w Kożuchowie i Gubinie, a także zamków w Głogowie, Kożuchowie i Łagowie.

WSPOMNIENIA

14.03.1933-3.11.2024

Quincy Jones



Legendarny amerykański kompozytor jazzowy, trębacz, aranżer, producent muzyczny i celebryta. Wyprodukował m.in. płyty „Thriller” i „Bad” Michaela Jacksona. Jones był 70 razy nominowany do Nagrody Grammy – ostatecznie zdobył ją 27 razy. Magazyn „Time” nazwał go „jednym z najbardziej wpływowych jazzmanów XX wieku”.

9.03.1962-26.11.2024

Jan Zbigniew Furtok



Futbolista występujący na pozycji napastnika. Uznawany za jednego z najlepszych zawodników w historii GKS Katowice oraz za legendę tego klubu. Z kolei w historii reprezentacji Polski zapisał się m.in. dzięki kontrowersyjnej bramce zdobytej ręką w 1993 r. w meczu z reprezentacją San Marino. Był to jedyny gol w tym meczu.

11.01.1946-1.12.2024

Ryszard Poznakowski



Muzyk, kompozytor i aranżer, w latach 1969-1971 i 1973-2005 członek popularnego zespołu Trubadurzy, z którym występował okazjonalnie również w latach 2010-2023. Po zakończeniu kariery muzycznej działał społecznie – W 2011 r. został wybrany sołtysiem wsi Magnuszew Duży na Mazowszu, uzyskując blisko 80 procent poparcia mieszkańców.

17.07.1937-6.12.2024

Stanisław Tym



Człowiek instytucji: aktor teatralny, telewizyjny i filmowy, satyryk, kabareciarz, reżyser, scenarzysta i literat, autor scenariuszy do filmów „Miś”, „Rozmowy kontrolowane” i „Rys”. Cytatami z „Misia” do dziś mówi cała Polska: „Łądy i morza przemierzam, kulę ziemską z otwartym czołem. Polski mam paszport na sercu. Skąd, pytam, skąd go wziąłem?”.

1.09.1924-29.12.2024

Jimmy Carter



Amerykański polityk, liberał, działacz Partii Demokratycznej, 39. prezydent Stanów Zjednoczonych w latach 1977-1981. Prowadził politykę odprężenia i normalizacji stosunków z ZSRR. W 1979 r. odwiedził Polskę, skąd została nadana pierwsza w historii, transmitowana na żywo w telewizji i niecenzurowana konferencja prasowa.

20.01.1946-15.01.2025

David Lynch



Amerykański reżyser, aktor, producent i scenarzysta filmowy, muzyk, okazjonalnie malarz. Globalną sławę przyniósł mu zrealizowany w 1989 r. serial telewizyjny „Miasteczko Twin Peaks”, będący połączeniem wielu gatunków filmowych: serialu detektywistycznego, opery mydlanej, dramatu, horroru, sitcomu, westernu, a także reklamy.

29.12.1946-30.01.2025

Marianne Faithfull



Brytyjska piosenkarka, autorka tekstów i aktorka, ikona popkultury lat 60. i 70. Była o niej głośno z powodu romansu z piosenkarzem Mickiem Jaggerem. Miała w CV wątek polski: 31 sierpnia 2010 r. wzięła udział w koncercie „Solidarność, Twój anioł Wolność ma na imię”, zorganizowanym w Gdańsku z okazji 30. rocznicy podpisania Porozumień Sierpniowych.

22.07.1949-1.02.2025

Wojciech S. Trzciński



Kompozytor muzyki rozrywkowej, filmowej i teatralnej, aranżer, pianista i gitarzysta, dyrygent oraz producent muzyczny. Pomysłodawca nagród muzycznych Fryderyków, w latach 1993-1995 dyrektor artystyczny Teatru Muzycznego w Gdyni, zaś w 2003 r. założyciel na warszawskiej Pradze prywatnego Centrum Artystycznego „Fabryka Trzciny”.

29.01.1928-8.02.2025

Jadwiga Puzynina



Językoznawczyni, badaczka literatury i nauczyciel akademicki, profesor UW i UKSW. W czasie wojny w Szarych Szeregach, w PRL-u związana z opozycją, potem członkini Rady Języka Polskiego przy Prezydium Polskiej Akademii Nauk i przewodnicząca zainicjowanego przez siebie Zespołu Etyki Słowa. Dama Orderu Orła Białego.

23.11.1929-15.02.2025

Katarzyna Herbert



Tłumaczka, i działaczka kulturalna, żona poety Zbigniewa Herberta i popularyzatora jego twórczości. W latach 60 i 70. pracowała jako lektorka we francuskich wydawnictwach, a także tłumaczyła literaturę francuską na polski, m.in. Jeana d'Ormessona i Valéry'ego Larbauda. Została odznaczona Krzyżem Kawalerskim Orderu Odrodzenia Polski.

26.06.1926-18.02.2025

Marian Turski



Historyk, dziennikarz i działacz społeczny. W czasie okupacji przebywał w getcie łódzkim, potem w KL Auschwitz-Birkenau, przeżył marsz śmierci z Auschwitz do Wodzisławia Śląskiego. W okresie PRL-u działacz organizacji komunistycznych i dziennikarz „Polityki”. W latach 2009-2025 przewodniczył Radzie Muzeum Historii Żydów Polskich „Polin”.

10.02.1937-24.02.2025

Roberta Flack



Amerykańska gwiazda śpiewająca jazz, soul i folk. Jej przebojem „Killing Me Softly”, muzyczny punkt obowiązkowy dyskotek lat 70., nagrodzono Grammy (w sumie nagradzono ją pięć razy). W 1976 r. koncertowała w Warszawie i Poznaniu, a w 1999 r. dała specjalny występ dla prezydenta Republiki Południowej Afryki Nelsona Mandeli.

21.01.1963-6.03.2025

Krzysztof Kononowicz



Białostocki działacz polityczny i samorządowy, aktywista i wideo-blogger. Karierę polityczną rozpoczął w wyborach samorządowych w 2006 r., kandydując z listy KWW Podlasie XXI na urząd prezydenta Białegostoku. Popularność zyskał programem politycznym, w którym gościł m.in. „żeby nie było bandycy”, „żeby nie było złodziejsstwa”, „żeby nie było niczego”.

8.01.1959-15.03.2025

Barbara Skrzypek



Wieloletnia sekretarka i współpracownica prezesa PiS Jarosława Kaczyńskiego. Pełniła funkcję szefowej kancelarii oraz dyrektora biura partii. Trzy dni przed śmiercią była przesłuchiwana w charakterze świadka w Prokuraturze Okręgowej w Warszawie w sprawie tzw. dwóch wież, co wedle m.in. Jarosława Kaczyńskiego mogło przyczynić się do jej śmierci.

10.01.1949-21.03.2025

George Ed Foreman



Legendarny amerykański pięściarz: dwukrotnie zawodowy mistrz świata wagi ciężkiej oraz mistrz olimpijski z 1968 r. z Meksyku. Poza ringiem był pastorem Kościoła Pana Jezusa Chrystusa w Houston. Miał dziesięcioro dzieci, w tym pięciu synów imieniem George. Był także propagatorem zdrowego żywienia. Reklamował linię grillów do posiłków dietetycznych.

18.11.1943-22.03.2025

Łukasz Andrzej Turski



Profesor nauk fizycznych, teoretyk, popularyzator nauki i publicysta (ponad sto opracowań i książek), specjalista w zakresie fizyki materii skondensowanej i mechaniki statystycznej. Był jednym z pomysłodawców budowy Centrum Nauki Kopernik w Warszawie, pełnił też funkcję przewodniczącego rady programowej tej instytucji.

12.10.1932-24.03.2025

Bożena Wahl



Malarka i scenografka m.in. dla Teatru Telewizji. Jej Galeria Sztuki (prowadziła ją z Alicją Wahl, siostrą bliźniaczką), mieszcząca się w willi na Starym Żoliborzu, była jedną z pierwszych prywatnych przestrzeni wystawowych w Warszawie. W PRL-u była postacią popularną – zagrała m.in. epizodyczną rolę w filmie „Miłość z listy przebojów”.

31.03.1934-29.03.2025

Richard Chamberlain



Ikoniczny amerykański aktor, okazjonalnie filmowy piosenkarz. Jego imponująca filmografia to lista hitów: seriale „Doktor Kildare”, „Szogun” i „Ptaki ciemnych krzewów” oraz filmy „Hrabia Monte Christo”, „Człowiek w żelaznej masce” czy „Tożsamość Bourne'a”. W chwilach gdy nie odbierał kolejnych filmowych laurów, zajmował się malarstwem.

31.12.1959-1.12.2025

Val Edward Kilmer



Amerykański aktor, do którego przylgnęła opinia „uniwersalnego”. Grał w dramatach historycznych, dramatach kryminalnych, filmach naukowofantastycznych, fantasy, komediach i westernach. Do jego najślawniejszych filmów należą: „Ścisłe tajne”, „Top Gun”, „The Doors”, „Tombstone”, ale przede wszystkim „Gorączka” w reż. Michaela Manna z 1995 r.

2.08.1942-10.04.2025

Leo Beenhakker



Holenderski piłkarz, działacz, a także trener. Przez lata był pierwszym asystentem Rinusa Michelsa, trenera Holandii, ale osiągał sukcesy także w Realu Madryt, Ajaksie Amsterdam oraz Feyenoordzie. W 2006 r. objął stanowisko selekcjonera reprezentacji Polski, ale bez oszałamiających rezultatów. Z polskim futbolem rozstał się w 2009 r.

5.07.1937-12.04.2025

Jan Andrzej Kłoczowski



Popularny krakowski dominikanin, w latach 80. XX w. duszpasterz akademickiej „Beczki”, teolog i filozof. Od 1990 r. pełnił funkcję regensa Polskiej Prowincji Dominikanów i rektora dominikańskiego Kolegium Filozoficzno-Teologicznego. Słynął z tego, że w każdą niedzielę w południe odprawiał tzw. dwunastkę – mszę św. z „kazaniem filozoficznym”.

28.03.1936-13.04.2024

Mario Vargas Llosa



Jego pełne nazwisko brzmiało: Jorge Mario Pedro Vargas Llosa Marqués de Vargas Llosa. Był peruwiańskim pisarzem, dziennikarzem, liberalnym politykiem i laureatem Nagrody Nobla w dziedzinie literatury w 2010 r. Szwedzka Akademia nagrodziła go za „kartografię struktury władzy oraz wyraziste obrazy oporu, buntu i porażek jednostki”.

15.02.1951-15.04.2025

Jadwiga Jankowska-Cieślak



Ceniona i popularna aktorka teatralna, filmowa i telewizyjna. Była pierwszą Polką nagrodzoną w Cannes. Było to w 1982 r., a nagroda przypadła jej za główną rolę w filmie „Inne spojrzenie” węgierskiego reżysera Károlya Makka. Prócz tego zagrała m.in. w „Dziewczynie i gołębiach”, „Trzeba zabić tę miłość” oraz serialach: „Polskie drogi” i „Jan Serce”.

17.12.1936-21.04.2025

Jorge Mario Bergoglio



Argentyński jezuita, który przez 12 lat, od 2013 do 2025 r., był – jako Franciszek – 266. papieżem i 8. suwerenem Państwa Watykańskiego. Statystyka podaje, że jako papież Franciszek zwołał 10 konsystorzów zwyczajnych, podczas których kreował 163 kardynałów, w tym arcybiskupa Roberta Prevosta – obecnego papieża Leona XIV.

WSPOMNIENIA

2.03.1928-18.05.2025

Bogusław K. Nizieński



Prawnik, sędzia, w latach 1999-2004 rzecznik interesu publicznego, a następnie członek Komisji Weryfikacyjnej WSI. Odznaczony przez prezydenta Lecha Kaczyńskiego Orderem Orła Białego i powołany do kapituły tegoż. Zrezygnował z członkostwa w 2010 r., protestując przeciwko odznaczeniu Orderem Orła Białego m.in. Adama Michnika.

10.04.1947-8.06.2025

Ewa Dałkowska



Popularna aktorka teatralna, radiowa i filmowa. Najpierw ukończyła polonistykę na Uniwersytecie Warszawskim, a w 1972 r. Wydział Aktorski Państwowej Wyższej Szkoły Teatralnej im. Aleksandra Zelwerowicza. Zagrała m.in. w „Strachu”, „Sprawie Gorgonowej”, „Aktorach prowincjonalnych”, „Bez znieczulenia”, „Lekcji martwego języka” i „Nadzorze”.

25.08.1938-9.06.2025

Frederick Forsyth



Wzięty brytyjski pisarz powieści sensacyjnych i thrillerów politycznych. Najpierw był dziennikarzem i korespondentem, a w latach 60. w Biafrze, w czasie wojny z Nigerią, został też agentem brytyjskiego wywiadu MI-6. Przyznał się do tego po prawie 50 latach. Napisał m.in. „Dzień Szakala”, „Akta Odesy”, „Psy wojny”, „Czwarty protokół” i „Fałszerza”.

27.05.1949-13.06.2025

Piotr Nowina-Konopka



Posel na Sejm RP, urzędnik Parlamentu Europejskiego, ekonomista, działacz społeczny, w latach 2013-2016 ambasador Polski przy Stolicy Apostolskiej oraz Zakonie Maltańskim. Wcześniej, w latach 1989-1990, pełnił funkcję ministra stanu w kancelarii prezydenta Wojciecha Jaruszelskiego. Należał do założycieli Unii Demokratycznej i Unii Wolności.

20.04.1969-17.07.2025

Felix Baumgartner



Austriacki spadochroniarz, znany z bicia rekordów powietrznych. W 1999 r. ustanowił rekord w skoku ze spadochronem z najwyższego budynku Petronas Towers w Kuala Lumpur w Malezji. Jego największym wyczynem był skok ze stratosfery w 2012 r., podczas którego przekroczył barierę dźwięku, osiągając prędkość około 1358 km/h.

22.06.1966-17.07.2025

Joanna Kołaczkowska



Aktorka kabaretowa i teatralna, autorka tekstów satyrycznych i prezenterka radiowa. Członkini lubianych formacji kabaretowych: Kabaretu Potem, a potem Kabaretu Hrabi. Była znana także z radia: np. w 2012 r. zaczęła nagrywać dla radiowej Trójki cykl audycji „Myślę, więc uważam, że”, będący dźwiękową wersją napisanych przez nią felietonów.

20.06.1931-20.07.2025

Urszula Koziół



Ceniona i nagradzana poetka, pisarka, autorka felietonów i utworów dramatycznych dla dzieci i dorosłych. Jej twórczość zwraca uwagę swoistym językiem, stylem i charakteryzuje się pytaniami natury filozoficznej: „kim jestem?”, „czym jest świat?”, oraz pytaniami o realność świata i czasu. W 2024 r. zdobyła Nagrodę Literacką „Nike” za tom „Raptularz”.

19.01.1956-21.07.2025

Waldemar Skrzypczak



Generał broni Sił Zbrojnych RP, pancerniak. W 2005 r. dowódca Wielonarodowej Dywizji Centrum-Południe w Iraku. Od 2006 r. dowódca Wojsk Lądowych. W 2017 r. zwolniony z funkcji doradcy Wojskowego Instytutu Technicznego Uzbrojenia w Zielonce – ponoczą za krytykę Bartłomieja Misiewicza, ówczesnego rzecznika prasowego MON.

3.12.1948-22.07.2025

Ozzy Osbourne



Brytyjski muzyk i autor tekstów, który swą globalną rozpoznawalność zdobył jako wieloletni wokalista heavy-metalowego zespołu Black Sabbath. Miał na koncie pięć nagród Grammy i kontrowersyjny status celebryty – ten ostatni dzięki udziałowi w reality show MTV pod nazwą „The Osbournes”, opowiadającym o muzyku i jego rodzinie.

13.05.1935-3.08.2025

Stella Rimington



Brytyjska funkcjonariuszka służb specjalnych i dyrektor generalny Security Service (MI5). Pierwsza kobieta stojąca na czele służb specjalnych w Anglii. Gdy przestała być szpiegiem, z dużym sukcesem zajęła się pisanie książek. Niemal wszystkie jej powieści szpiegowskie były hitami. W Polsce ukazały się dwie: „As w rękawie” i „Ryzyko zawodowe”.

15.12.1943-11.08.2025

Jerzy Maciej Dziewulski



Policjant, antyterrorysta i polityk, spec od kwestii bezpieczeństwa i komentator medialny. Był doradcą prezydenta RP Aleksandra Kwaśniewskiego do spraw bezpieczeństwa, a także posłem na Sejm z ramienia SLD. Ogólnopolską rozpoznawalność zdobył, występując w PRL-owskim serialu kryminalnym „O7 zgłoś się” w reż. Krzysztofa Szmagiera.

28.08.1938-20.08.2025

Józef Kowalczyk



Hierarcha katolicki, nuncjusz apostolski w Polsce w latach 1989-2010, abp metropolita gnieźnieński i prymas Polski w latach 2010-2014. Na tym urzędzie konsekrował 12 biskupów i był współkonsekratorem podczas sakr 10 biskupów. Kawaler Krzyża Wielkiego Orderu Odrodzenia Polski, który w 2010 r. otrzymał od Bronisława Komorowskiego.

17.05.1940-20.08.2025

Marcel Łoziński



Reżyser dokumentalista, autor m.in. „89 mm od Europy” (nominacja do Oscara w 1994 r. w kategorii najlepszy krótkometrażowy film dokumentalny), „Wszystko może się przytrafić” oraz „Poste restante”. Nieomal od początku posługiwał się własną, oryginalną metodą dokumentu półotwartego, którą nazywał „zagęszczaniem rzeczywistości”.

26.04.1959-21.08.2025

Stanisław J. Sojka



Jeden z najbardziej rozpoznawalnych twórców muzycznych w Polsce: wokalista jazzowy i popowy, pianista, gitarzysta, skrzypek, kompozytor i aranżer. Twórca wielu hitów, m.in. „Tolerancji”, „Cuđu niepamięci” i „Kiedy jesteś taka bliska”. Kawaler Krzyża Kawalerskiego Orderu Odrodzenia Polski, który dostał od Lecha Kaczyńskiego w 2009 r.

11.07.1934-4.09.2025

Giorgio Armani



Włoski projektant mody, który z niewielkiej manufaktury szyjącej męskie garnitury stworzył globalną markę kształtującą gusta milionów. Pierwszym sukcesem był komplet ciuchów dla Richarda Gere’a na potrzeby filmu „Amerykański żigolak” z 1980 r. Był bajecznie bogaty: w chwili śmierci jego majątek szacowano na około 12 mld dolarów.

17.05.1970-5.09.2025

Katarzyna Stoparczyk



Dziennikarka radiowa i telewizyjna, związana przede wszystkim z Programem Trzecim Polskiego Radia. To tam dała się poznać słuchaczom, prowadząc m.in. od 2008 r. niedzielną audycję dziecięcą „Zagadkowa niedziela”. Z kolei w soboty prowadziła audycję „Myśliwiecka 3-5-7”, rozmawiając z postaciami kultury, mediów i naukowcami.

18.08.1936-16.09.2025

Robert Redford



Hollywoodzki gwiazdor, który wyznaczył własny kanon aktorstwa. Zagrał m.in. w westernie „Butch Cassidy i Sundance Kid” (1969 r.), „Zadanie” (1973 r.), „Wielkim Gatsbym” (1974 r.), „Trzech dniach Kondora” (1975 r.) czy w „O jeden most za daleko” (1977 r.). Obsypany nagrodami filmowymi – miał choćby dwa Oscary – organizował festiwale filmowe i malował.

15.04.1938-23.09.2025

Claudia Cardinale



Jedna z najbardziej ikonicznych twarzy kina i włoska duma narodowa. Przedstawiana jako symbol seksu dekady lat 60.: 173 cm wzrostu, boska figura, promienny uśmiech i burza szatynowych włosów. W czasie swej wieloletniej kariery zagrała w ponad 175 filmach, z których wiele stanowiło ekraniizacje arcydzieł literatury włoskiej i światowej.

27.04.1963-26.09.2025

Dorota Tlałka-Mogore



Polska narciarka alpejska, choć od 1986 r. starująca w barwach Francji. Czterokrotnie zdobyła złoto mistrzostw Polski. W latach 80. zaliczana do ścisłej czołówki światowej. Wielokrotna olimpijka. W 1984 r. jako jedyna Polka w historii wygrała zawody Pucharu Świata, zaś w Calgary w 1988 r. wywalczyła dla Francji 8. miejsce w slalomie specjalnym.

3.04.1934-1.10.2025

Jane Goodall



Słynna brytyjska badaczka w dziedzinie primatologii, etologii i antropologii. Badając szympansy w Parku Narodowym Gombe w Tanzanii, udowodniła, że zwierzęta te posługują się narzędziami. Sporo kontrowersji wzbudziła jej metoda nadawania zwierzętom imion zamiast numerów, jak to było wcześniej w praktyce uniwersyteckiej.

17.02.1929-3.10.2025

Patricia Routledge



Angielska aktorka, która dzięki roli snobistycznej Hiacynty Bukiet w serialu komediowym „Co ludzie powiedzą?” stała się globalną sławą filmową. W krajach anglosaskich sporą popularnością cieszył się również kryminalny serial z jej udziałem pt. „Śledztwa Hetty Wainthropp”. Grała w nim tytułową, choć nieco ekscentryczną panią detektyw.

26.03.1943-9.09.2025

Barbara Szczepuła



Była pisarką i reportażystką o imponującym wykształceniu: skończyła architekturę (Politechnika Gdańska), dziennikarstwo (Uniwersytet Warszawski) i teologię (Wydział Papieski w Warszawie). Przez lata współpracowała z „Dziennikiem Bałtyckim”. To ona odkryła niedrukowane wiersze oraz listy Zbigniewa Herberta, co zaowocowało reportażem „Niedokończona miłość”.

11.09.1930-10.10.2025

Adam Strzembosz



Sędzia, nauczyciel akademicki związany głównie z KUL-em, legenda polskiego prawa. Kojarzony też z polityką: był wiceministrem sprawiedliwości w rządzie Tadeusza Mazowieckiego, pierwszym prezesem Sądu Najwyższego, przewodniczącym Trybunału Stanu, a także Krajowej Rady Sądownictwa. Kawaler Orderu Orła Białego.

5.01.1946-11.10.2025

Diane Keaton



Legendarna amerykańska aktorka oscarowa. Statuetkę dostała za brawurową rolę w komedii Woody’ego Allena „Annie Hall” z 1977 r., ale już pięć lat wcześniej, w 1972 r., zagrała w filmie, który uczynił z niej gwiazdę – „Ojciec chrzestny”. Z kolei w 1987 r. zadebiutowała po drugiej stronie kamery, reżyserując film dokumentalny „Heaven”.

„To jest moje dziecko” – powiedziała jej mama, kiedy obca kobieta na dworcu uznała, że czarnoskóra dziewczynka próbuje ją okraść. Melka miała wtedy cztery lata. Dziś ma świadomość, jak bardzo rasizm i odrzucenie ukształtowały jej życie. – Nie udaję już silnej, nie muszę non stop trzymać gardy. Jestem delikatniejsza – mówi

Jolanta Tęcza-Ćwierz

MELKA KOWAL. CZARNOSKÓRA DZIEWWCZYNKA Z PODKRAKOWSKIEJ WSI

Kiedy zobaczyłam Twój profil na Instagramie, zaskoczyło mnie, jak wygląda Melka Kowal. Skąd się wzięłaś w Polsce?

Wiele osób tak reaguje. Słyszą nazwisko „Kowal”, a potem widzą ciemnoskórą kobietę i coś im się nie zgadza. Ale ja urodziłam się w Polsce, tu dorastałam, tu jest mój dom.

Jak wyglądało Twoje dzieciństwo?

Moje dzieciństwo w Polsce nie przypominało seansu w kinie, to nie była miła przeprawa. Ludzie reagowali różnie: często z lękiem, niepewnością. Inni patrzyli na mnie jak na atrakcję, pokazywali palcami, gapili się. Nie wiedzieli, czego się po mnie spodziewać. Mama powtarzała, żebym nie reagowała, ignorowała, a jeśli już nie dam rady, to mam załatwić sprawę tak, żeby ludzie dali mi święty spokój. Tak też robiłam. Po jakimś czasie wszyscy wiedzieli, że lepiej mnie nie drażnić. Dziś żałuję wielu nieprzyjemnych historii, które z tego wynikały, ale to była czysta obrona, instynkt przetrwania. Nawet jeśli jesteś w Polsce białym mężczyzną, możesz mieć przerwę. Ale jeśli jesteś czarnoskórą kobietą na podkrakowskiej wsi, to musisz mieć naprawdę twardy tyłek. Dziś jestem delikatniejsza. Mam męża, który w razie czego mnie obroni, więc już nie muszę non stop trzymać gardy.

Jaka sytuacja związana z rasizmem najmocniej Cię dotknęła?

Miałam cztery lata. Moja babcia leżała w szpitalu, wracałyśmy z mamą z odwiedzin. Stałyśmy na dworcu, ja chodziłam wokół niej, marudziłam, żeby coś mi kupiła. I nagle po-

deszła do nas jakaś kobieta, aby ostrzec moją mamę, że „jakieś czarne dziecko” próbuje ją okraść. Nie zapomnę, jak moja mama spojrzała wtedy na tę kobietę. Powiedziała tylko: „To jest moje dziecko.” A potem bardzo długo milczała. To był chyba pierwszy raz, kiedy naprawdę poczułam, że jestem inna. Że ludzie widzą we mnie kogoś obcego. Wcześniej tego nie rozumiałam – niby widziałam siebie w lustrze, ale nie ogarniałam, że wyglądam inaczej niż inni. Tamtego dnia coś mi „kliknęło”: zrozumiałam, dlaczego ludzie traktują mnie inaczej.

Kiedy i w jaki sposób uświadomiłaś sobie, że mierzysz się z depresją?

Z depresją żyję właściwie od zawsze. Nie potrafię wskazać jednego momentu, w którym się zaczęła. Ten wszechogarniający smutek, zwątpienie, poczucie beznadziei towarzyszyły mi od dziecka. W dużej mierze wynika to z odrzucenia, którego doświadczyłam przez kolor skóry. Słyszałam: „Nie baw się z nią, bo jest czarna”. Kiedy dorastasz z poczuciem, że jesteś inna, że cokolwiek zrobisz, będzie ocenione przez ten filtr, trudno być wesołym dzieckiem. Obok smutku była też złość. Ogromna. Całe życie byłam wybuchowa, gniewna, wiecznie wściekła. Z czasem zaczęłam próbować to zrozumieć, szczególnie po urodzeniu pierwszego dziecka. Ale w 2016 roku o depresji poporodowej mało kto mówił. To był temat tabu. Dopiero po drugiej ciąży, kiedy hormonalna antykoncepcja zrobiła mi sieczkę z mózgu, dotarło do mnie, jak bardzo jest źle. Wtedy zrozumiałam, że

pierwsza depresja poporodowa była po prostu niezdiagnozowana. Od tamtej pory zaczęłam iść w stronę diagnozy, zrozumienia, oswojenia. Depresja to nie jest coś, co przyszło i minie, to po prostu ze mną jest.

Kiedy zostałam mamą, poczułaś, że nie chcesz już udawać silnej?

Nie wydaje mi się, żebym udawała siłą. Ja naprawdę wierzyłam, że jestem silna, że płacz jest dla słabych. Przez piętnaście lat nie uрониłam ani jednej łzy i nie zdawałam sobie sprawy, że to nie jest normalne. Miałam w sobie przekonanie, że jestem twarda baba i dam radę. Dziś wiem, że bycie twardym nie oznacza nieplakania przez piętnaście lat. Depresja dała mi dostęp do emocji, które miałam kompletnie wyłączone. Kiedyś nie wzruszało mnie nic, dziś mogę powiedzieć, że – paradoksalnie – depresja otworzyła mi serce. Zrozumiałam też, że to choroba, z którą trzeba współpracować, a nie walczyć. To nie coś, co się „wyleczy” i zapomni. To coś, z czym uczysz się żyć. Od tamtego momentu lepiej siebie znam. Daję sobie więcej przyzwolenia na delikatność. Wiem, że jeśli zignoruję sygnały, zapłacę za to wysoką cenę. Mam troje dzieci, więc nie mogę sobie pozwolić na to, by znów „zgasnąć”, żeby nie

mieć siły wstać z łóżka, żeby nie dało się ze mną rozmawiać. Nie chcę, żeby moje dzieci zapamiętały mnie taką. Diagnoza dała mi świadomość i siłę. Są dni, kiedy jestem słaba, ale przez większość czasu naprawdę dobrze sobie radzę. Nie chcę mówić, że depresja ma „plusy”, bo to paskudne choróbko. Ale dzięki niej wiem o sobie więcej. Wiem, jak reaguję, gdzie mam granice. Oczywiście bywają momenty, kiedy myśli samobójcze wracają, czasem kilkadziesiąt razy dziennie. Wtedy mój mózg podpowiada: „Może byłoby lepiej, gdybyś zniknęła”. Ale się nie poddaję. To ciągnęła walka.

Kiedy są momenty, że jest bardzo ciężko i nie chce się żyć, co Cię wtedy podnosi? Pomagają mi leki przepisane przez psychiatrę, ale od razu chcę zaznaczyć: to nie jest żadna magiczna pigułka, po której nagle stajesz się szczęśliwym człowiekiem. To nie są narkotyki, które sprawiają, że świat staje się kolorowy, a problemy znikają. To raczej coś, co pozwala przetrwać, stanąć na nogi, złapać oddech. Najczęściej jednak potrzebuję po prostu... odpocząć. Pozwolić sobie na bycie rozlazłą, na kilka dni nicnierobienia. To dla mnie trudne, bo mam we krwi działanie i poczucie obowiązku, ale czasem trzeba się położyć i odpu-

ścić. Depresja jest trochę jak migrena – jeśli się ją zna, można wyczuć, że nadchodzi. Potrafię rozpoznać, że zbliża się pogorszenie. Wtedy uprzedzam męża: „Słuchaj, coś się zaczyna dziać”. W takich momentach mamy swój plan naprawczy. On przejmuje więcej obowiązków, zajmuje się dziećmi, a ja skupiam się na regeneracji.

Masz też doświadczenia z zaburzeniami odżywiania. Jak to wpłynęło na Twoje życie?

Zawsze miałam wrażenie, że jest we mnie za dużo rzeczy, których ludzie mogą nie lubić. Po pierwsze – kolor skóry, ale tego przecież nie da się zmienić. Po drugie – charakter. Jestem uparta, mam swoje zdanie, reaguję impulsywnie, czasem powiem coś, zanim zdążę się ugryźć w język. Więc pomyślałam: „Okej, to może chociaż będę szczupła. Może wtedy ludziom będzie łatwiej mnie zaakceptować”. Zaczęło się niewinnie: od diet, głodówek, potem przyszła bulimia. Nabawiłam się zaburzeń odżywiania, a kilogramy wracały z efektem jo-jo, z poczuciem winy i nienawiści do samej siebie. Im gorzej się czułam psychicznie, tym bardziej katowałam się fizycznie. Dopiero psychiatra zwrócił mi uwagę, że to, co robię, to objaw depresji. Szukając dopaminy, niektórzy sięgają po alkohol, inni po narkotyki, ja po jedzenie. To jedyna rzecz, która dawała mi na chwilę ulgę. Problem w tym, że ta ulga kończyła się wyrzutami sumienia. A błędne koło kręciło się dalej.

W jaki sposób traumy, błędy, doświadczenia Cię ukształto-

wały? Dzięki nim łatwiej Ci pomagać innym?

Kiedy zobaczyłam, że pod złością siedzi smutek, wiele rzeczy się we mnie odblokowało. Zrozumiałam, że takich ludzi jak ja, którzy nie wiedzą, że są chorzy, jest mnóstwo. I że oni też przeżywają koszmar, czując się jak wariaci. Ja też się tak czułam. Nie rozumiałam, co się ze mną dzieje, myślałam, że zwariowałam. A prawda jest taka, że depresja to choroba, a nie wada charakteru. I trzeba to powtarzać, bo nadal wiele osób myśli, że choroby psychiczne są powodem do wstydu. Dostaję mnóstwo wiadomości od kobiet, które piszą: „Chyba mam to samo, dobrze, że o tym mówisz. Wreszcie rozumiem, co się ze mną dzieje”. To daje mi ogromną siłę. Depresja to choroba, która zabija. Wpycha ci do głowy myśli, że jesteś bezwartościowa, że wszystkim byłoby lepiej bez ciebie. Takich momentów, kiedy myślałam, że nie chcę się już obudzić, miałam więcej niż chciałabym przyznać. Depresja to wampir. Wysysa z ciebie wszystko, co dobre, zostawia pustkę. Dlatego trzeba o tym mówić: głośno, szczerze, bez wstydu. W mojej książce „Zwierciadła” bohaterka cierpi na ataki paniki. Chloe dostała ode mnie kawałek mojego życia, bo ja też miałam ataki paniki. I wiem, jak to jest, kiedy serce bije jak oszalałe, a ty myślisz, że zaraz umrzesz. Kiedy czytelniczki piszą mi, że dzięki mojej książce zrozumiały, że to, co czują, ma nazwę i że nie są wariatkami, to dla mnie największa nagroda. Wtedy wiem, że moja historia, choć trudna i bolesna, nie poszła na marne.

*KIEDY DORASTASZ Z POCZUCIEM,
ŻE JESTEŚ INNA, ŻE COKOLWIEK
ZROBISZ, BĘDZIE OCENIONE
PRZEZ TEN FILTR, TRUDNO BYĆ
WESOŁYM DZIECKIEM*

Jak radzisz sobie w dniach „bez weny”, kiedy nie masz siły pisać, być kreatywna, pokazywać się?

Jako osoba z depresją mam mnóstwo takich dni. Czasem po prostu nie mam siły na nic. Ostatnio, przy przesileniu jesiennym, miałam cztery dni, kiedy nie byłam w stanie wstać z łóżka. Moje maksimum to było zawieszenie dzieci do szkoły, potem tylko leżałam bez energii i chęci do życia. Nienawidzę tego stanu, ale wiem, że to część choroby. Z biegiem lat nauczyłam się, żeby siebie za to nie katować. Nie obwiniam się, nie mam pretensji. Przyjmuję to jako fakt i wiem, że to minie. Innym razem mam tylko obniżony nastrój, brak motywacji. Wtedy staram się jednak coś zrobić, bo wiem, że jeśli całkiem odpuszczę, będzie tylko gorzej. Zmuszam się więc do drobiazgów. Robię coś lekkiego: głupotki, tańce, śmieszne filmiki. To mi pomaga. Lubię ten moment, kiedy dziewczyny z Instagrama śmieją się razem ze mną.

Masz dziś dla siebie sporo wyrozumiałości i czułości. Dużo czasu potrzebowałaś, zanim zaczęłaś traktować siebie w ten sposób?

Tak, bardzo dużo. Doszłam do tego dopiero wtedy, gdy zdałam sobie sprawę, że... nie pamiętam trzech miesięcy z ubiegłego roku. Miałam wtedy bardzo ostry epizod depresyjny spowodowany skrajnym przepracowaniem. Przekroczyłam absolutnie każdy możliwy limit. W pewnym momencie po prostu mnie ścięło. A kiedy już myślałam, że wreszcie odpocznę, zmarła moja ciocia. I tak od stycznia do marca mam w głowie czarną dziurę: nie wiem, co robiłam, gdzie byłam, jak funkcjonowałam. Wtedy powiedziałam sobie: „Nigdy więcej. Nie chcę już przegapić życia, nie chcę znikać z własnego świata. Chcę być z dziećmi nie tylko ciałem, ale też duchem”. Dlatego dziś, kiedy widzę, że zbliżam się do niebezpiecznego momentu, że jestem przebodźcowana, przemęczona, coraz bardziej smutna, pozwalam sobie na to, żeby mnie na chwilę „ścięło”. Kładę się, oglądam seriale, piję herbatę. I nie mam już do siebie pretensji. Nie obwiniam się za to, że choruję na depresję. To nie był mój wybór.

Macierzyństwo też nie jest łatwe.

Oczywiście, że tak. Mając troje dzieci, nie mogę po prostu spać kawałek walizki i polecieć spontanicznie do Grecji. Gdybym była sama, prawdopodobnie moja praca, pisanie, tworzenie treści pozwoliłyby mi na bycie



FOT. KAMIL GLUC

Melka Kowal: Nie jestem osobą, która łatwo płacze. Jeśli pojawiają się u mnie łzy, to raczej ze wzruszenia i najczęściej przez dzieci

cyfrowym nomadem. Ale moje dzieci potrzebują stabilności, rytmu, swojego miejsca. Do tego dochodzą zwykłe rzeczy, jak koszty podróży dla pięcioosobowej rodziny. No i moja mama, która od lat przewlekłe choruje. Chciałam być blisko niej. Chciałam, żeby moje dzieci mogły jak najdłużej mieć babcię. Bo babcia to dla dziecka filar. Trzecia osoba do kochania po mamie i tacie. Nikodema urodziłam, mając 21 lat, bo zawsze chciałam być młodą mamą, mieć siłę, żeby nacieszyć się dziećmi. To była – wbrew temu, co głoszą złośliwe języki – świadoma decy-

zja. Każde z moich dzieci było planowane. Większość moich koleżanek dopiero teraz, po trzydziestce, myśli o dzieciach. Ja w wieku 40 lat będę miała już dorosłego syna i... może wreszcie wyjadę na Bora-Bora. Oczywiście, wczesne macierzyństwo ma też swoje minusy. Nie miałam typowego życia studenckiego, imprez, bez troski. Jednak z moim ówczesnym narzeczonym świadomie postawiliśmy na rodzinę. Wiedzieliśmy, że przyjdzie czas, żeby „odcinać kupony”. Trochę odcinamy je już dzisiaj, ale nie będę udawać, że są dni, kiedy myślę:

„Po co mi to było?”. Każda matka zna ten stan. Bycie mamą jest cudowne, ale bywa też frustrujące. Z drugiej strony, kiedy widzę, ile rzeczy możemy robić razem z dziećmi, jakie rozmowy prowadzimy... Wszystko się równoważy.

Co mówisz dzieciom, kiedy widzą Cię zapłakaną?

Dzieci praktycznie nie widują mnie zapłakaną. Zdarzyło się to tylko raz, kiedy zmarła moja ciocia. Nie jestem osobą, która łatwo płacze. Jeśli pojawiają się u mnie łzy, to raczej ze wzruszenia i najczęściej przez dzieci. Potrafię się roz-

kleić na bajce Disneya albo kiedy ktoś z nich powie coś tak pięknego, że mięknie mi serce. Ale nie pokazuję im siebie w momentach załamania. Wiem, że gdyby zobaczyły mnie płaczącą „na serio”, byłyby przerażone. Mam zasadę: nie obciążam ich swoimi emocjami, ale też ich nie udaję. Nie ukrywam, że bywam smutna, że mam ciężki dzień. Wtedy mówię im: „Chodźcie, przytulajmy się”, albo „Obejrzyjmy coś razem”. Pozwalam sobie na gniew, na frustrację. Ale płakać przy nich z bólu – tego nie potrafię. Prędzej bym się rozplakała ze złości, kiedy mnie nie słuchają.

Jak sobie radzisz z krytyką dotyczącą wyglądu, stylu życia, tego, co piszesz albo nagrywasz?

To zależy od dnia. Jak mam dobry humor, można mi powiedzieć absolutnie wszystko, a ja i tak się uśmiechnę. Ale jak mam gorszy moment i ktoś mnie doprowadzi do szału, potrafię być bardzo niemiła. Ludziom się wydaje, że każda krytyka jest konstruktywna. To bardzo zabawne przekonanie. Konstruktywna krytyka istnieje, tylko rzadko się ją spotyka. Kiedy napisałam moją czwartą książkę (a jednocześnie pierwszą wydaną przez wydawnictwo) pt. „Dziewczyna, którą zapomniano”, dostałam krytyczny komentarz dotyczący pewnego fragmentu tekstu. Jednak osoba, która go napisała, miała rację, a uwagi przedstawiała w sposób pełen szacunku, konkretnie argumentując. Ale czymś zupełnie innym jest sytuacja, kiedy pod moim filmikiem ktoś rzuca wulgaryzmem, bo akurat ma zły dzień. To już nie jest krytyka, tylko hejt i pomyje, które sfrustrowani ludzie wlewają na innych. Czasem odpowiadam takim osobom, bo mam w sobie poczucie, że nie można pozwolić, żeby internet był bezkarny. Na przykład kiedyś nagrałam rolkę o tym, że czeka mnie operacja zmniejszenia biustu. I pod filmem pojawił się komentarz: „A nie wystarczy po prostu schudnąć?”. Myślałam, że zamorduję tę kobietę przez ekran. Schudłam trzydzieści kilogramów! Zmniejszył mi się obwód pod biustem, ale piersi zostały takie, jakie były. No i co? Masz jeszcze jakieś genialne rady, przypadkowa kobieto z internetu? Takie rzeczy bardzo mnie boją i złością. Na szczęście coraz częściej odpuszczam. Nawet jeśli widzę komentarz, który mnie mocno irytuje, staram się myśleć, że to nie jest o mnie, to o nich. Bo ludzie, którzy piszą takie rzeczy, są często głęboko nieszczęśliwi albo po prostu głupi. I nie ogarniają, że ktoś może wyglądać inaczej, myśleć inaczej, żyć inaczej i że to

wcale nie znaczy, że gorzej. Nadal wielu osobom się wydaje, że skoro jesteś w sieci, to można cię traktować jak śmietnik: wrzucać wszystko, co ślina na język przyniesie. Mam w sobie dużo wyrozumiałości, ale wszystko ma swoje granice. I ja bardzo jasno je stawiam.

Jesteś z siebie dumna?

Jestem dzieckiem lat dziewięćdziesiątych. Wychowano nas tak, że mówienie o sobie dobrze jest trochę... niezręczne. Łatwiej nam powiedzieć o sobie coś ostrego niż to, że jesteśmy z siebie dumni. Należę do pokolenia, które zawsze robi „za mało”. Uczę się to przełamywać. Czasem powiem sobie: „Dobra robota, Melka”. Ale tych momentów wciąż jest niewiele. Dużo zależy od nastroju: jak mam gorzszy czas, to nic, co zrobię, nie wydaje mi się wystarczająco dobre. Na szczęście mam dzieci. One mi często przypominają, że jestem kimś fajnym. Moja czterolatka córka mówi: „Mamo, jestem z ciebie dumna”. Nie potrafi jeszcze powiedzieć „dumna”. Ale to jedno słowo znaczy dla mnie więcej niż wszystkie nagrody i lajki świata. Kiedy patrzę na siebie ich oczami, sama sobie imponuję. I to uczucie staram się zapamiętać.

Napisałaś dziewięć powieści. O czym opowiada najnowsza?

„Półprawdy” to książka o walce o siebie i swój spokój. Aurelie, bohaterka książki, ma stalkera, który swoją chorobą obsesją niszczy jej życie. Tą historią chciałam oddać hołd kobietom, które zmagają się z trudnym, niechcianym zauroczeniem, takim, które nie daje spać, odbiera spokój i sprawia, że czujemy się słabe, choć wcale takie nie jesteśmy. Chciałam przywrzeć się temu tematowi z empatią, ale bez upiększania. Nie romantyzować go, jak często robi się to dziś w literaturze, tylko pokazać, jak bardzo potrafi być destrukcyjny. Chciałam również pokazać, że miłość ma różne odcienie, a niektóre z nich mogą być naprawdę niebezpieczne.

Czujesz, że już jesteś w miejscu, w którym chciałaś być, czy wciąż biegniesz?

Nie, nie biegnę, raczej się wspinam. Pisanie książek to dla mnie wspinaczka po drabinie, na której każdy szczebel to kolejna lekcja pokory, determinacji i odwagi. Będę w miejscu, o którym marzę, kiedy moja książka dostanie nagrodę Best-sellera Empiku, kiedy zobaczę jej ekranizację i kiedy ukaże się za granicą. To są moje trzy wielkie marzenia zawodowe. Ale nawet wtedy nie odpuszczę, bo ja chyba nie potrafię stać w miejscu. Zawsze będę chciała iść dalej i pisać lepiej.

BORYS SZYC: MIAŁEM TAKIE POCZUCIE, JAKBY MNIE NAPRAWDĘ URATOWALI Z TONĄCEGO STATKU

5 listopada swoją premierę będzie miał w serwisie Netflix nowy polski serial – „Heweliusz”. Jest to fabularyzowana opowieść o najtragiczniejszej katastrofie w historii Polskiej Żeglugi Morskiej. Główną rolę w serialu gra Borys Szyc. Popularny aktor odsłania przed nami kulisy tej wyjątkowej produkcji

Patryk Gzyl

W 1993 roku, kiedy doszło do katastrofy promu Heweliusz, miał pan 15 lat. Dotarły do pana wtedy echa tej tragedii?

Dokładnie pamiętam filmową zjawkę w „Wiadomościach” czy w „Teleexpressie” z kadrem statku odwróconego dnem do góry i pogrążającego się w wodzie. Zrobiło to na mnie gigantyczne wrażenie. Moja wyobraźnia wystrzeliła wtedy w kosmos.

Te wspomnienia wróciły, kiedy trafiła do pana propozycja zagrania roli kapitana promu Heweliusz – Andrzeja Ułasiewicza?

Oczywiście. Kiedy oglądałem jakiś film o katastrofie morskiej, jak „Titanic” czy „Tragedia Posejdon”, zawsze wyobrażałem sobie, jakie to musi być straszne, co to trzeba tam przeżyć. Coś jest takiego wyjątkowo przerażającego w tragedii na morzu – pewnie ten ogrom wody sprawia, że ludzki umysł nie umie tego za bardzo ogarnąć. Robiąc ten serial, mogliśmy się zbliżyć do tej tragedii, ale jednocześnie cieszyliśmy się, że my jesteśmy bezpieczni. Trzeba pamiętać, że warunki były wtedy okropne: zima, trzy stopnie na termometrze, wiatr z prędkością 180 km/h, deszcz zacinający praktycznie poziomo. Dlatego to wręcz niewyobrażalne, że ktośkolwiek przetrwał tę katastrofę.

Podobno wdowa po kapitanie Ułasiewiczu wskazała pana jako aktora, który powinien zagrać jej męża. To miało dla pana duże znaczenie?

Dowiedziałem się o tym już później. Zorganizowano nam spotkanie z Jolantą Ułasiewicz, która zaproponowała, abyśmy

przeszli na ty i powiedziała mi, że kiedy zapytano ją, który aktor mógłby zagrać jej męża, wymieniła między innymi mnie. Było mi więc bardzo miło i czułem swego rodzaju namaszczenie ze strony rodziny kapitana. Ale za tym szło poczucie obowiązku, dlatego tym bardziej chciałem poznać, jaki prywatnie był mąż Joli. Sie dzieliśmy, jedliśmy i rozmawialiśmy, a ja słuchałem jej opowieści.

Co panu dało to spotkanie z rodziną kapitana?

Przed wszystkim właśnie to przyzwolenie, że to ja jestem tą właściwą osobą, która ma go zagrać. A od strony aktorskiej była to niezwykła pomoc. Jola sprezentowała nam bowiem Świętego Graala tej produkcji – nagranie na kasecie VHS, które kapitan Ułasiewicz zrobił jeszcze za życia. Pół roku przed śmiercią kupił bowiem kamerę wideo i nagrywał wszystko dokoła, jak każdy, kto pierwszy raz w życiu miał kamerę w rękę. To taki moment zachłyśnięcia się jej możliwościami, kiedy kręci się co popadnie, zbliża, oddala, etc. I on nagrywał nie tylko rodzinę, ale też wszystkich na statku, różne jego pomieszczenia, w tym całą swoją kajutę, łącznie z łazienką. Dlatego ta jego kajuta jest w serialu odwzorowana jeden do jednego, łącznie z przedmiotami na stole i na półkach. Dokładnie tak, jak było na statku.

A jeśli chodzi o samą postać kapitana?

Dzięki temu filmowi mogliśmy zobaczyć, że był bardzo lubianą osobą. Miał poczucie humoru, uwielbiał mocną muzykę rockową i dobrą kuchnię.

Był więc bardzo wdzięczną postacią do oddania. U niego zawsze leciało jakieś AC/DC na cały statek. Z różnych wypraw przywoził egzotyczne przyprawy, które pozwalały mu potem gotować ciekawe potrawy. Lubił dobrze zjeść, jego córka Agnieszka wspominała, że „tata zawsze był na diecie”, co znaczyło, że ciągle się odchudzał. To mi było bardzo bliskie. Uznaliśmy, że muszę przybrać na wadze do tej roli, więc w serialu widać moją zmianę fizyczną, bo miałem 15 kg więcej niż mam teraz. Do tego dorobiliśmy jego specyficzną łysinkę na głowie. W związku z tym, że kapitan oraz jego rodzina to jedyne prawdziwe osoby, które pojawiają się w serialu, chciałem, aby moja postać była bliska prawdziwego człowieka. W serialu oglądamy fragmenty z życia kapitana, on nie jest cały czas obecny na ekranie, staraliśmy się więc oddać w tych sekwencjach jakąś prawdę o nim. Jest tam taka scena, w której bliscy kapitana oglądają nagrania z tej kasety VHS. To było właśnie dosłownie przełożone z opowieści jego córki Agnieszki. Widać tam, jaką mieli ze sobą ciepłą relację, to, że kazał się jej uczyć angielskiego, to, że specyficznym mówił takie przedłużone „kurrrrrr”. Z tych małych śladów i okrucich wspomnień, jakie pozostały po człowieku, staraliśmy się go ożywić na ekranie. Dlatego to spotkanie z rodziną kapitana dało mi niezwykle dużo.

Bardzo wzruszająca jest ta sekwencja, w której kapitan nagrywa przez telefon wiadomość dla żony przed wyruszeniem w morze. To kilka zdań – a pięknie charakteryzuje tę po-

stać od prywatnej strony. To był autentyczny monolog?

Autentyczne jest to, że Ułasiewiczowie nie mieli w domu telefonu i kapitan zawsze przed wypłynięciem w morze nagrywał się na automatyczną sekretarkę u wujostwa swej córki. Potem jego żona i córka odsłuchiwały sobie te wiadomości. Ostatnie takie nagranie zostało zarejestrowane właśnie przed jego śmiercią.

Żona i córka kapitana widziały już serial?

Tak. Jola i Agnieszka otrzymały serial i widziały całość. Dostałem od nich potem niezwykle wzruszające wiadomości, które pokazują, jak to mocno na nie zadziało. Że nie spodziewały się, iż po 30 latach związane z tym emocje będą tak silne, zwłaszcza u Joli. To dla mnie niezwykle ważne w tej całej układance, którą stworzyliśmy, że oddaję swą rolę hołd tej osobie, która poszła na dno razem ze swym statkiem.

Czuł pan na sobie wyjątkową odpowiedzialność za takie pokazanie kapitana, żeby to była filmowo pełnokrwista postać, a jednocześnie jego żona i córka zobaczyły na ekranie swego męża i ojca?

Starłem się zrobić to, jak najlepiej potrafiłem, zwłaszcza mając na uwadze to, że ostatecznie nasz serial jest fabularny, jedynie inspirowany prawdziwymi wydarzeniami. Po zakończeniu zdjęć Agnieszka spytała mnie, czy myślę, że to właśnie tak było w jego ostatnich chwilach, jak pokazaliśmy w serialu. Oczywiście miało to retoryczny ton, ale było świadectwem tego, że ona wypierała to tyle czasu i nie dopuszczała do siebie myśli, jak to mo-

gło wyglądać, a teraz zobaczyła to na ekranie. To musiało zrobić na niej ogromne wrażenie. Zresztą podobnie było ze mną. Kiedy oglądałem scenę śmierci kapitana na monitorze, to miałem po prostu łzy w oczach. Kiedy bowiem człowiek wyobrazi sobie, jak to mogło być, to jest potwornie wzruszające.

Nie miał pan łatwego zadania, bo tak jak pan wspomniał, w scenariuszu Kaspra Bajona kapitan Ułasiewicz to główny bohater serialu, ale tak naprawdę pojawia się w niewielu scenach. Spodobało się panu takie przedstawienie tej postaci?

Rozmawiałem z Kasprem i wiedziałem, jaki jest jego zamysł. Uznałem, że to będzie ciekawe: skupić się na postaci, która jest poboczna i nagle okazuje się być pierwszoplanową. Mam tu na myśli bohatera, którego gra Konrad Eleryk. Tymczasem główna postać, czyli kapitan Ułasiewicz, jest obecny duchem w każdym odcinku, ale na ekranie oglądamy go tylko na początku i na końcu. Zaczęłem przygotowania do zagrania tej postaci od odsłuchania nagrania audio ze statku, w którym kapitan wzywa pomocy. Są tam liczne zakłócenia, jest ten sztum, ale słysząc, jak ludzki głos przedziera się przez nie i woła: „Mayday! Mayday!”. To coś poruszającego. Słuchając tego, miałem zaciśnięte gardło. Wyobraziłem sobie, jak musiał się czuć kapitan, wiedząc, że nie ma wyjścia i musi nadać taki komunikat. Pokazujemy to w naszym serialu – i te sceny z kapitanem mają tak ogromny ładunek emocjonalny, że wystarczyło ich kilka, aby ułożył się z nich jego wyrazisty portret.

Jakim doświadczeniem było dla pana zagranie sceny śmierci kapitana, kiedy naprawdę woda podchodziła panu do ust?

To było ciężkie przeżycie od strony emocjonalnej i fizycznej. Wchodziłem do gigantycznej scenografii odwróconego już statku, która zjeżdżała 9 metrów w dół i była prawie cała zanurzana w wodzie. I w tym momencie, kiedy jestem uwięziony na mostku i woda mi się powoli zbliża do głowy, wyobraziłem sobie, jak musiał się czuć kapitan, wiedząc, że za chwilę złapie ostatni oddech i dalej nie będzie już nic. To było coś przerażającego i poruszającego. Nikomu tego nie życzę. Nakręcenie tego było bardzo trudne.

Oglądając w filmie takie historie, zawsze zadajemy sobie pytanie: „Co ja bym zrobił na jego miejscu?”. Pan też tak miał? Oczywiście. Ale to zupełnie abstrakcyjna myśl i można sobie tylko tak gdybać. Nie chciałbym tego nigdy sprawdzać w prawdziwym życiu.

„Heweliusz” został zrealizowany z ogromnym rozmachem, dzięki temu, że zajął się tym Netflix. Ta dbałość o realia pomogła panu wejść w rolę?

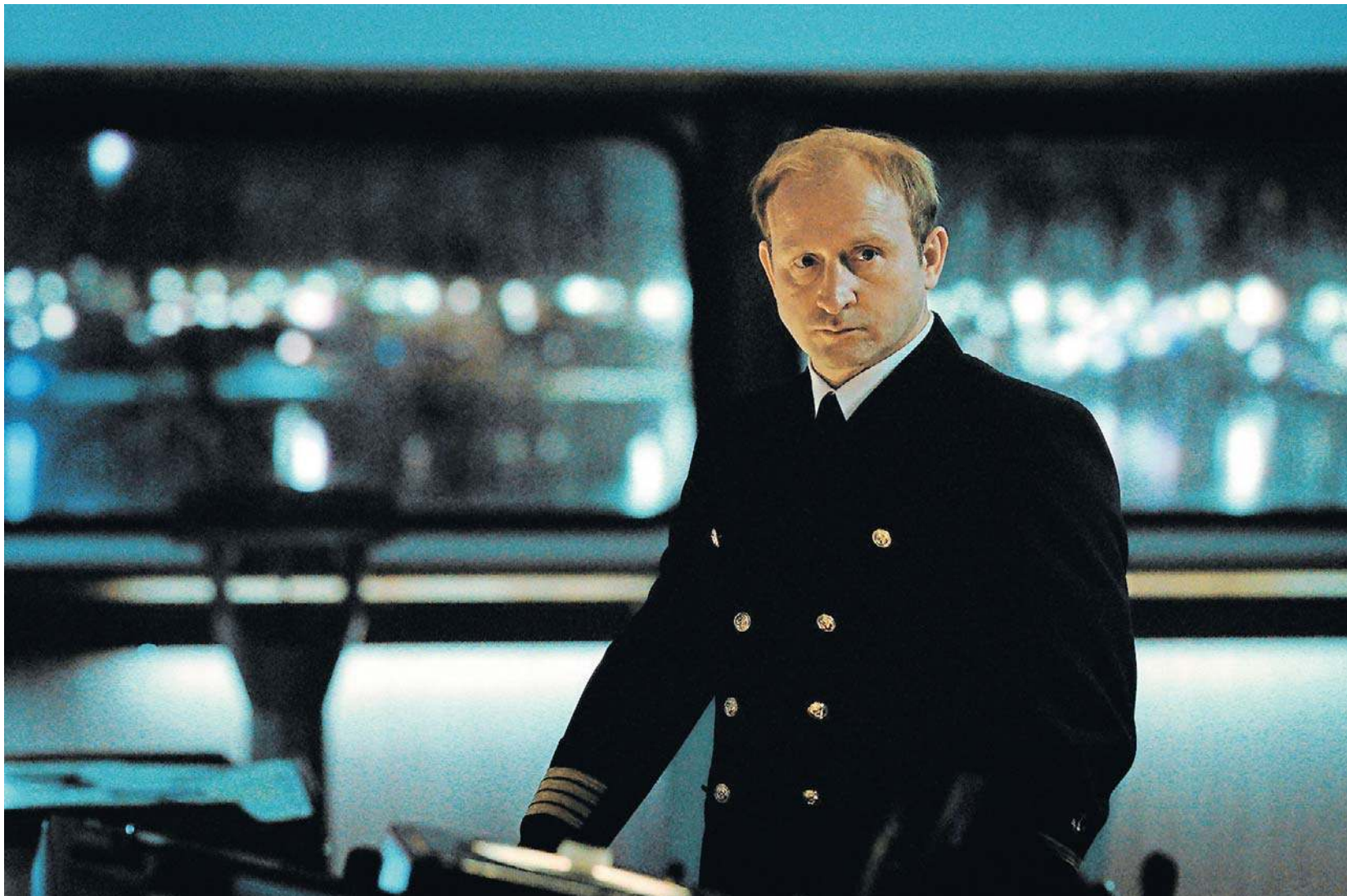
Absolutnie. To była produkcja o największym rozmachu, w jakiej brałem udział. Już myślałem, że naprawdę niewiele rzeczy mnie zaskoczy na filmowym planie, a tutaj spotkałem się z czymś wyjątkowym – zwłaszcza w tych scenach wodnych. I to we wszystkich wymiarach: organizacyjnie, ale też od strony scenografii i efektów specjalnych. Skala tego przedsięwzięcia była absolutnie niepowtarzalna. Myślę, że nic podobnego może mi się jeszcze długo nie przydarzyć.

Jak powstawały te efektowne sceny kręcone na tonącym promie?

Pierwsze zdjęcia, kiedy statek zaczyna się powoli przechylać, kręciliśmy na hali w Warszawie. To były te sekwencje, w których ten przechył miał jakieś 30 stopni. Potem, kiedy miał sięgać 75 i 90 stopni, pojechaliśmy pracować w hali w Belgii, gdzie stworzono gigantyczny basen, w którym ogromne dźwigi uzyskiwały ten efekt. Do tego trzeba było pokazać ten potworny sztorm: my, aktorzy, siedzieliśmy w środku, a w szyby waliły tony wody, do tego dookoła zbudowane były ekrany ledowe, na których pokazywano nagranie wychodzenia promu z portu w nocy. Mózg był więc atakowany ze wszystkich stron i absolutnie oszukany. Zanim zaczęliśmy zdjęcia, byłem na prawdziwym promie płynącym ze Szczecina do Ystad i przyglądałem się na mostku, jak wygląda wychodzenie z portu. Nagrałem sobie wszystko – i kiedy musiałem to odtworzyć na planie, nie było w tym żadnej różnicy dla mojej głowy. Miałem poczucie, że jestem na promie, on rusza, skręca i płynie. Iluzja była niezwyczajna.

Jak pan sobie radził z tym przechyłem, wodą i wiatrem?

Byliśmy tym wykonńczeni. Po 12 godzinach kręcenia w takim przechyle, w ogromnej wilgoci i gigantycznym hałasie, bo wszystko było napędzane wielkimi wiatrakami i pompami, miało się wszystkiego dość. Zanim weszliśmy na plan, mieliśmy treningi w Mszczonowie na najgłębszym basenie do nurkowania w Polsce, który ma ponad 45 m w dół. I dla mnie najtrudniejszy fizycznie do przejścia był moment utonięcia kapitana Ułasiewicza i opadania ciała bez wydychania tlenu. Nie mogłem wypuszczać z nosa bąbelków, tylko opadać na całkowitym bezdechu. Musiałem więc nauczyć się mieć w płucach tyle powietrza, żeby wytrzymać kilkanaście sekund, ale na tyle mało, aby



FOT. MATPRAS, NETFLIX/ ROBERT PALKA

Borys Szyc: W związku z tym, że kapitan oraz jego rodzina to jedyne prawdziwe osoby, które pojawiają się w serialu, chciałem, aby moja postać była bliska prawdziwego człowieka. Staraliśmy się więc oddać w tych sekwencjach jakąś prawdę o nim

swobodnie opadać w dół jakieś 7 metrów, będąc lekko obciążonym.

Myślałem, że to kaskader gra. Nie. Ja to wszystko robiłem sam.

To dlatego powiedział pan: „Pokonałem przy tym serialu wiele swoich strachów”?

Tak. Kiedy byłem małym chłopcem, topiłem się, lęk przed wodą był więc jednym z moich największych w życiu. Pokonałem go już częściowo wcześniej, biorąc udział w Iron Manie, gdzie musiałem płynąć w zatoce w Gdyni. Nurkowanie w wodzie zawsze jednak wiązało się u mnie ze strachem. Za każdym razem przewijały mi się wtedy w głowie kadry z tych różnych filmów katastroficznych. A tutaj musiałem tego na żywo doświadczyć i przeżyć. Pomogły mi to przełamać zajęcia z nurkami i kaskaderami. Ćwiczyliśmy nawet w Belgii na dzień przed kręceniem tej sceny z użyciem liny, która była przypięta 9 metrów w dół. Dlatego kiedy potem grałem to na planie, czułem się już pewnie.

Zagrał pan kapitana Ułasiewicza na 200 procent. Trudno było panu otrząsnąć się po tej roli po zakończeniu zdjęć? Po prostu byłem szczęśliwy, że udało mi się dotrwać do końca. Miałem takie poczu-

cie, jakby mnie naprawdę uratowali z tonącego statku. (śmiech) Jest taki film z końca zdjęć, na którym widać, jak mnie wiozą na takiej tratwie, wszyscy mi klaszczą, a Janek Holoubek oblewa mnie jeszcze z góry wodą ze szlauchu. To był bardzo wzruszający moment. Bardzo jestem wdzięczny Macłowi Maciejewskiemu, czyli szefowi kaskaderów, który osobiście mnie nadzorował i pilnował w czasie tych wszystkich scen, żebym to bezpiecznie prze-trwał. Bo to były naprawdę bardzo trudne fizycznie zdjęcia. Te chwile, kiedy trzeba było grać, kiedy od dołu cała scenografia powoli się topiła – to było dla mnie wcześniej coś nie do wyobrażenia. Mieliśmy oczywiście ochraniających nas nurków, ale wykonanie tego kosztowało mnie wiele siły i emocji. Dlatego bardzo cieszyłem się, że to się szczęśliwie skończyło. Druga porcja silnych emocji czekała mnie w moim bezpiecznym domu, kiedy oglądając ten serial, byłem niezwykle poruszony. Podobnie moja żona. Trudno jej było to nawet momentami oglądać.

Mówimy tu o żywiole morza, a niedawno miał pan okazję zetknąć się również z żywiołem gór – za sprawą kryminalnego serialu „Forst”. To prawda, że wszedł pan w ten

projekt ze względu na swą miłość do Tatr?

Jak najbardziej. Kocham Tatry, uwielbiam Zakopane, górali, ich muzykę i kulturę. Jestem też smakoszem tamtejszej kuchni. Mam na Podhalu wielu przyjaciół i często ich odwiedzam. Bardzo się więc ucieszyłem, że możemy tę historię zbrodni w górskich plenerach z powieści Remigiusza Mroza przenieść na ekran. Dla mnie tym bardziej było to duże wydarzenie, że był to pierwszy projekt filmowy, który również produkowałem. Miałem więc okazję razem z moją agentką i wspólniczką Martą Barańską i naszą firmą BoMa Films zająć się realizacją serialu również od tej strony. Prześledziłem uważnie cały ten proces produkcyjny, dużym wydarzeniem była też nasza współpraca z Netflixem. Ale również wielka odpowiedzialność. To był bardzo intensywny czas – w sumie siedzieliśmy w górach aż 3 miesiące. Było to od strony organizacyjnej dosyć trudne, bo musieliśmy z całą ekipą dzień po dniu wchodzić na Giewont. Zaczynaliśmy ten spacer o 5 rano w asyście goprowców i „noszczy”, którzy targali tony sprzętu na górę.

Jak to było kręcić o świcie na Giewoncie?

Robiło to gigantyczne wrażenie. Zaczynaliśmy wchodzić w kompletnej ciemności z la-

tarkami na głowach. Towarzyszyła nam kompletna cisza, słyszać było tylko nasze oddechy, gdzieś tam jedynie szemranie strumyków, które płynęły po bokach. Dzień budził się powoli ze snu i dopiero potem rozbrzmiewały głosy zwierząt. Kiedy zaczynaliśmy kręcić, była połowa października, tak że na szczęście nie było jeszcze pełnej zimy. Nam się wtedy wydawało, że fajnie by było, gdyby był śnieg, ale zrozumieliśmy po tych 2-3 dniach, że gdyby on naprawdę pokrył Giewont, to nigdy byśmy tam z tym całym naszym majdanem nie weszli. Pogoda była więc po naszej stronie. Szczególnie piękne wrażenia mieliśmy, kiedy kręcąc u podnóża Giewontu, pojawiało się słońce.

A skąd u pana ta miłość do Tatr?

Jeździłem tam jako dziecko na wakacje, potem kiedy chodziłem do liceum, to każdy sylwester spędzałem w Zakopanem. Było to zawsze bardzo wesołe wydarzenie. (śmiech) Myślę, że wzięło się to najpierw z literatury, potem pokochałem góralską muzykę. Moi rodzice studiowali w Krakowie na Akademii Sztuk Pięknych i w naszym domu zawsze dużo było tych opowieści o górach. Dlatego ta podhalańska nuta drgała w moim sercu. Kiedy byłem w Akademii Teatralnej,

zdawałem egzamin z „Na szkle malowane”, miałem więc okazję wykonywać krakowskie i góralskie piosenki. Ten repertuar jest mi więc bardzo bliski. A moją ukochaną kolędą jest „Oj, Małuśki”. (śmiech) Zawsze mnie ciągnęło w góry.

Serial w Tatrach był dla pana trochę sentymentalną wyprawą?

To prawda. Odwiedziłem Martę Krzeptowską, która zarządza schroniskiem w Dolinie Pięciu Stawów. Ci wszyscy górale tam to też przyjaciele Janka Młynarskiego, który wychował się w Tatrach i zrobił całą oprawę muzyczną do tej produkcji. Spędziliśmy tam więc cudowne chwile – łącznie z niezwykle koncertem z okazji urodzin Janka, kiedy to najpierw wozem, a potem kolejką, przywieziono do Doliny Pięciu Stawów pianino, na którym zagrał potem Marcin Masecki. Z gór przyszli chłopcy ze swoimi instrumentami i wspólnie zrobili niesamowitą jam session. Było to przeżycie jedno na milion. Ludzie, którzy akurat wtedy byli w schronisku, wygrali po prostu los na loterii. (śmiech)

Skoro w „Forście” zagrał pan, ponieważ kocha Tatry, to w „Vinci 2” ze względu na miłość do Krakowa?

W „Vinci 2” zdecydowałem się zagrać, bo grałem w „Vinci”.

W „Vinci” z kolei zagrałem przede wszystkim, bo reżyserował Julek Machulski, a że działo się to w Krakowie, było to dla mnie najpiękniejszą wisienką na torcie. W ten sposób spełniło się bowiem moje marzenie, aby nakręcić coś w tym mieście. Tym bardziej, że pracowaliśmy wokół Akademii Sztuk Pięknych, w której studiowała moja mama, a ja żyłem jej opowieściami od dziecka. Miałem więc wrażenie, że los sprawia mi cudowny prezent, będący jakąś kodą czasową w moim życiu. A teraz wrócić do Krakowa po 21 latach było równie przyjemnie.

Bardzo się Kraków zmienił z pana perspektywy?

Unowocześnił się i zmienił, ale nie na złe, jak niektóre miasta. Nadal jest piękny, pełen sztuki, niezwykłego zapachu, dobrego jedzenia. Jest ciągle taką mieszkanką kultur, którą uwielbiam.

Skoro jesteście przy Krakowie – to bardzo czekaliśmy tutaj na „Kantora”. Jakie są losy tego filmu?

Trzeba się dobijać do producentów. Ja już trochę na to nie mam siły. Walczę o ten film i walczę, nawet obejrzałem go w tym roku w całości. Są wokół niego jednak ciągle problemy natury organizacyjnej i produkcyjnej. W 2022 roku zmarł jego reżyser Janek Hryniak – i to nie ułatwia sprawy. Ale myślę, że film nawet w takiej formie, w jakiej jest teraz, byłby absolutnie bardzo ciekawy. Mam nadzieję, że kiedyś ujrzy on salę kinową.

Ci, którzy widzieli fragmenty, pisali, że Tadeusz Kantor to może być pana „rola życia”. Rzeczywiście tak mocno wszedł pan w tę postać?

Tak. Kiedy obejrzałem film w zeszłym roku, to zrobił na mnie wielkie wrażenie. Odwzorowaliśmy tam spory kawałek spektaklu „Umarła klasa”, który dzieje się na różnych scenach. Zaczynamy w Krzysztoforach, potem jesteśmy w Starym Teatrze i Teatrze Słowackiego, potem wychodzi to za granicę aż do Nowego Jorku. Są to więc też momenty ścisłające za gardło. Tadeusz Kantor to postać, która zasługuje na niejeden film, a my nie możemy jednego skończyć.

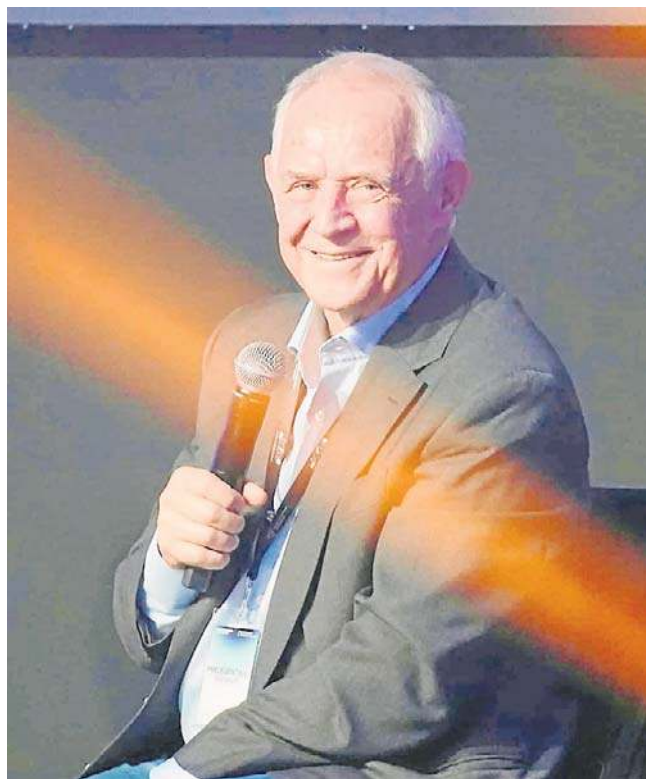
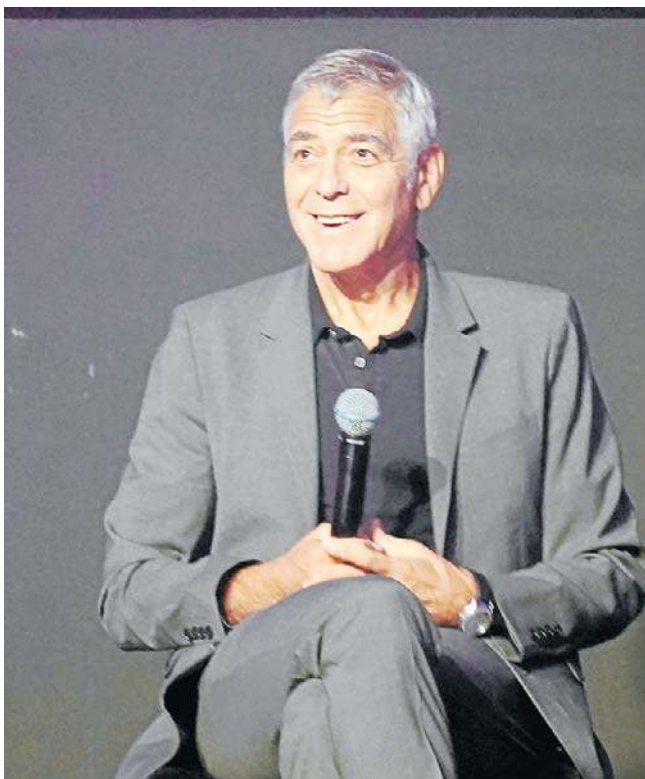
To chyba też bliska dla pana postać ze względów rodzinnych.

To prawda. Słyszałem o nim od mamy od dziecka. Mama miała taką relikwię – legitymację do Krzysztoforów, podpisaną przez Kantora. Jej opowieści były więc dla mnie wspaniałym wstępem do zagrania tej roli. A jej zagranie – kolejną kodą czasową w moim życiu.

O DWÓCH TAKICH, CO UKRADLI AKTORSTWU JEGO SZTUCZNOŚĆ

George Clooney i Marek Kondrat (by trzymać się kolejności alfabetycznej) jako aktorzy osiągnęli to, co jest uznawane za wyznacznik sukcesu w tym zawodzie – sympatię i wielką popularność. Obaj też wzbogacili działalność artystyczną aktywnością na innych polach. W przeciwstawnych światach

Dariusz Pawłowski



George Clooney i Marek Kondrat podczas Igrzysk Wolności w Łodzi. Popularni aktorzy spotkali się z publicznością, odpowiadali na liczne pytania, opowiadali anegdoty, ale przede wszystkim zapewniali, że pozostawanie w zgodzie ze swoimi przekonaniem i wartościami to najlepsza recepta na zadowolenie i spełnione życie

Panowie minęli się niedawno na Igrzyskach Wolności w Łodzi. Mieli spotkania z publicznością, w tej samej sali hali Expo, lecz w różnych terminach. George Clooney był dzień wcześniej, zauważył to Marek Kondrat: – Szkoda, że kolega wyszedł, tak to już jest z tymi hollywoodzkimi aktorami, że jak przechodzimy do poważnych rzeczy, to ich nie ma. A powiedziałbym mu, że mam dłuższą aktorską historię, niż on, bo byłem na ekranie już jako dziesięciolatek – stwierdził z uśmiechem. Cóż, Clooney może sobie pozwolić na dorobek mniejszy, ponieważ jego aktorska aktywność obejmuje rynek większy. Amerykańska popkultura rządzi przecież światem.

Łatwo się było o tym przekonać, obserwując reakcje na widok George'a Clooneya zgromadzonych w Łodzi lokalnych i stołecznych celebrytów oraz osobistości różnych branż: od kultury po politykę. Platformy społecznościowe zawrzały, „tu byłem”, „stałem blisko, zatem jestem vipem” – zostało odnotowane. Amerykański gwiazdor, pobrawszy honorarium, sympatycznie i z uśmiechem wszystkie te „fety i fajerwerki” znosił, bo to jeden ze stałych elementów jego zawodu, bezwzględnie wpisany w funkcjonowanie aktora w przestrzeni publicznej. Clooney zaimponował także czymś, czego w pełni wyreżyserować i wyuczyć się nie da – charyzmą, pozwalającą mu w szybki i naturalny sposób zawładnąć zgromadzonymi na sali uczestnikami spotkania. Również charakterem, dzięki któremu wznosi się ponad jedynie bycie gwiazdą i wykorzystuje swoją popularność oraz związaną z nią pewną sztuczność funkcjonowania do działalności mającej realny wpływ na poprawę losu niemałej grupy ludzi. Życie prawdziwe (jakkolwiek to rozumiemy), dopełniające pochłonięcie aktorstwem – ta potrzeba w znaczący sposób łączy hollywoodzkiego i polskiego aktora.

– Z biegiem lat coraz bardziej zaczęła mi doskwierać właśnie sztuczność wpisana w zawód aktora – przyznał bez ogródek Marek Kondrat mówiąc o tym, dlaczego z aktorstwa się wycofał, ciesząc się zarazem entuzjastycznym przyjęciem w Łodzi przez publiczność. – Żyłem w niej właściwie od dziecka, bo przecież pochodzę z rodziny aktorskiej i ciągle w naszym domu gościli aktorzy. Jako dziesięciolatek zagrałem w filmie „Historia żółtej ciżemki”, który sprawił, że nie byłem już zwykłym chłopakiem, jak moi koledzy, tylko wolano za mną Wawrzek, co kosztowało mnie potem na podwórku sporo potu i krwi... Odarto mnie z baśni przysługującej dziecku, bo zobaczyłem kulisy. I tak zawsze wyprzedzałem życie sztucznością, kostiumem, nierealnością

sytuacji. Moja potrzeba tak zwanej normalności zaczęła więc we mnie kiełkować dość wcześnie i narastała z wiekiem. Nie krytykuję przy tym mojego minionego zawodu, bo on mi wiele podarował.

Marek Kondrat wybrał smakowanie życia. Najpierw próbując rozkręcić wraz z Bogusławem Lindą, Zbigniewem Zamachowskim i Wojciechem Malajkatem sieć restauracji (jedna z nich powstała w Łodzi, przy ulicy Piotrkowskiej). Później odkrywając świat wina – w stabilizacji zaś pomógł kontrakt reklamowy z jednym z banków, który trwa już 27 lat.

– Pojechałem na kurs winiarski i tam usłyszałem o produkcji wina, która wydała mi się niezwykle pociągająca przez swój związek z naturą, swoją

powtarzalność, bliski życia cykl, bez amplitudy nastrojów, których dostarczał mi mój zawód. To mnie bardzo pociągnęło i poczułem, że to może być moje nowe miejsce.

Zamiana sztuczności na życie w pełni jego smaku obfituje też w kolejne decyzje.

– W moim życiu zajmowałem się głównie miłością, kochałem mniej więcej od szesnastego roku – wyznał. – O kolejne tytuły, w których występowałem, zabiegałem mniej, może dlatego ten zawód tak dużo mi dał. Dzisiaj w życiu nie opieram się instynktowi, ufam mu. Staram się postępować uczciwie, być człowiekiem otwartym, ale też nie przedłużam na siłę rzeczy, które nie mają w sobie interesującej mnie żywotności. W związku z tym nie odczu-

wam szczególnie upływu czasu. Mam siedmioletnią córeczkę, która niedawno zapytała mnie: tatusiu, dlaczego jesteś taki stary? Moja córka ma braci w wieku mniej więcej pięćdziesięciu lat i mają bardzo dobre kontakty. Czasem sobie siadamy wspólnie przy stole i jest wesoło. Ale wydaje mi się, że dopóki poruszam kończynami i komunikuję się ze sobą moje komórki mózgowe, to nie widzę powodu, żeby nie uczestniczyć w tym życiu aktywnie.

George Clooney wybrał inną aktywność. Od 2014 roku jego żoną jest Amal Clooney, z domu Alamuddin. Prawniczka, aktywistka, działaczka społeczna. Wspólnie prowadzą fundację Clooney Foundation for Justice, która stawia sobie za cel przeciwdziałanie niespra-

wiedliwości na salach sądowych, w społecznościach oraz w salach lekcyjnych na całym świecie. Wiele działań małżonkowie podejmują w ogarniętym wojną domową Sudanie.

– Nikt nie myślał o Sudanie, gdzie mordowano setki tysięcy ludzi – wyjaśniał George Clooney w Łodzi. – Nikt nie myślał o prawach kobiet. Jako gwiazda mogłem to wykorzystać, nasświetlić, zainteresować innych tą tragedią. Staram się, jak mogę, by pomagać słabszym i stawiać opór ludziom, którzy mają dużo władzy i to wykorzystują. Amal doprowadziła kilku złoczyńców przed trybunał w Hadze. To, z czego jestem bardzo dumny, to liczba dziennikarzy, jakich byliśmy w stanie wyciągnąć z więzienia. To była duża satysfakcja, bo nie zdarza się to

zbyt często, a ja mam w tym swój udział. Ale to Amal powinna zostać prezydentem – dodał.

Wielkie problemy świata to jedno, ale sytuacja w krajach ojczyści obu aktorów zajmuje w sposób szczególny. Clooney należy do reprezentantów Hollywood, którzy najostrej krytykowali poczynania prezydenta Donalda Trumpa.

– Rząd nazywał mnie zdrajcą kraju. Fox News odmawiał mi patriotyzmu. Ale nic nie jest dane na zawsze, to się zmieni wraz z nadejściem wyborów. Właśnie na tym polega demokracja – zaznaczył aktor. – Demokracja, i w Polsce chyba to rozumiecie, jest jak wojna. Musimy ją toczyć. Demokracja nie zdarza się przypadkiem. Musisz przemawiać, występować, musisz protestować, opowiadać się po stronie swoich przekonań i ponosić konsekwencje takiej postawy. I musimy cały czas stawiać wyzwania przed tymi, którzy są u władzy.

Marek Kondrat przez lata również nie krył swoich poglądów i wyraźnie przedstawiał sympatie polityczne.

– Wraz z wiekiem nabieram jednak dystansu do społecznych i politycznych emocji – przyznał. – Mam w sobie więcej tolerancji. Każdy etap życia coś nam odbierając, zarazem nam coś daje. Sztuką jest się z tym pogodzić i z tego korzystać. Co nie znaczy, że to, co się dzieje w moim kraju staje mi się obojętne. Ale nie mam już potrzeby tak silnego angażowania się jak niegdyś.

Podczas spotkania na Igrzyskach Wolności polityków wspominał właściwie tylko raz.

– Gdy powstawała w Łodzi „Historia żółtej ciżemki” mieszkaliśmy razem z mamą w Grand Hotelu – przypomniał. – W tym samym czasie mieszkali tam jeszcze inni chłopcy, Jarosław i Lech Kaczyńscy, którzy występowali w filmie „O dwóch takich, co ukradli księżyc”. Sporo czasu spędziliśmy wtedy razem. I jedyne, czego dziś żałuję to, że bracia Kaczyńscy nie wybrali aktorstwa.

George'a Clooney'a i Marka Kondrata, mimo funkcjonowania w dwóch odmiennych światach, łączy poczucie spełnienia. Zawodowego, finansowego, osobistego. Choć nic nie muszą, starając się pozostać aktywni na różnych polach. I łatwiej niż wcześniej mówią o wartościach.

– Pozostać sobą, ze swoją energią, w zgodzie ze swoimi przekonaniami. W otwartości i zrozumieniu dla drugiego człowieka. W radości z życia – mówił o swoich priorytetach i filozofii Marek Kondrat, ale z pewnością podpisałby się pod tym i George Clooney, mimo iż wcześniej wyszedł i odleciał prywatnym odrzutowcem do Los Angeles, z krótką wizytą w Paryżu.

Sobie i Państwu, celebrującym godziny w miejscach pracy, mogą natomiast tego poczuć serdecznie życzyć.

FUNERALIA WYSZUKIWARKA GROBÓW POMOŻE CI ZNALEŻĆ MIEJSCE, GDZIE SPOCZYWAJĄ TWOI NAJBLIŻSI

Jak zlokalizować to ważne dla nas miejsce

RED.
Zielona Góra

Zielonogórskie nekropolie robią się coraz bardziej rozległe. Jak odnaleźć konkretny grób na starym czy nowym cmentarzu przy ul. Wrocławskiej, na Jędrzychowie czy w Chynowie?

Dzień Wszystkich Świętych, to dla wielu Polaków jedno z najważniejszych świąt w roku. Chcemy uczcić pamięć bliskich i znajomych, ale nie zawsze pamiętamy, gdzie dokładnie zlokalizowany jest ich pomnik. Podpowiadamy, jak znaleźć grób kuzyna, sąsiada czy kolegi ze szkolnej ławy. Wystarczy mieć dostęp do internetu, zgłosić się do zarządcy cmentarza lub poprosić o pomoc profesjonalną firmę.

W stolicy regionu

W Zielonej Górze z pomocą przychodzi Miejski Zakład Pogrzebowy, który na swojej stronie www.mzp.pl ma wyszukiwarkę wszystkich zmarłych pochowanych na zielonogórskich cmentarzach.

Jak korzystać z wyszukiwarki grobów?

Korzystanie z wyszukiwarki jest bardzo proste:

W rubryce „imię” należy wpisać imię osoby zmarłej.

W rubryce „nazwisko” należy wpisać nazwisko osoby zmarłej.

W rubryce „data urodzenia” należy wpisać datę urodzenia podając kolejno: dzień, miesiąc, rok.

W rubryce „data zgonu” należy wpisać datę zgonu podając kolejno: dzień, miesiąc, rok.

Po wpisaniu danych, kliknij w przycisk „Szukaj”.

Gdy nie jesteśmy w stanie podać wszystkich danych, możemy ograniczyć się do podania np. imienia i nazwiska, albo tylko samego nazwiska.

Wtedy wyświetlą się wszystkie osoby pochowane na tym cmentarzu noszące to nazwisko. Pojawi się też informacja z datą urodzenia,

śmierci oraz numerem kwatery, w której jest grób.

Jeżeli wybierzemy opcję więcej pojawi nam się plan cmentarza z zaznaczoną kwaterą, w której znajduje się mogiła. Mapkę można wydrukować i schować do kieszeni.

Na stronie znajduje się też terminarz pogrzebów. Podane są godziny pogrzebów z bieżącego oraz poprzedniego i następnego dnia wraz z nazwiskami zmarłych i miejscem pochówku. Szczegóły na www.mzp.pl.

Szukasz grobów w Polsce

W internecie oprócz witryn lokalnych znajdziemy również ogólnopolskie wyszukiwarki osób pochowanych.

Sposób wyszukiwania jest równie prosty. Najczęściej do odnalezienia mogiły wystarczy znać imię i nazwisko osoby zmarłej oraz województwo czy miasto, gdzie spoczywa. Niektóre z witryn wymagają podania daty śmierci, czy też nazwy nekropolii, gdzie jest zlokalizowany grób kolegi czy przyjaciela z dawnych lat, którego mogiły

poszukujemy. Po wpisaniu wymaganych danych w witrynie pojawi się informacja o dokładnym miejscu spoczynku osoby zmarłej.

Zobacz m.in. te wyszukiwarki grobów:

Grobonet.com – na bieżąco aktualizowana baza ponad 1300 nekropoli w całym kraju;

Mogily.pl – informacje o 887289 osobach pochowanych w Polsce;

Ecmentarze.pl – wyszukiwarka grobów obsługująca wszystkie województwa w kraju;

Webcmentarz.pl – zebrano w niej informacje z cmentarzy zlokalizowanych w południowo-zachodniej Polsce i na Śląsku;

Polegli1939.pl – witryna gromadzi informacje o żołnierzach poległych podczas kampanii wrześniowej.

Księga zmarłych 24 – www.ksiegazmarlych24.pl

Polskie Cmentarze – polskie-cmentarze.com

Inmemorial – inmemorial.pl



FOT. ZDIEJE ILLUSTRACJINE/ALGORZATA GENCA

We Wszystkich Świętych czy w Dzień Zaduszny nie zapomnijmy zabrać ze sobą smartfona z dostępem do internetu, który pomoże nam odnaleźć poszukiwany grób

REKLAMA

0011410129

**ZAKŁAD
POGRZEBOWY**

MEMORIAL

**KOMPLEKSOWA ORGANIZACJA
I OBSŁUGA POGRZEBÓW**

**BEZGOTÓWKOWE ROZLICZENIE
W RAMACH ZASIŁKU ZUS/KRUS**



☉ organizacja kremacji (spopielenia)

☉ sprzedaż trumien, urn, krzyży, tabliczek, ram nagrobkowych,

☉ wieńców, odzieży i akcesoriów pogrzebowych

☉ transport zmarłych na terenie kraju i zagranicą

☉ ekshumacja zmarłych

BIURA:

● Słonk,
ul. Sikorskiego 53

● Górzycy
ul. Wolności 10

● Kostrzyn
nad Odrą,
ul. Narutowicza
(przy wjeździe
do szpitala)

Tel.

696 117 301
(całodobowo)

KWIATY W KWIACIARNIACH I CENTRACH OGRODNICZYCH MOŻNA ZNALEŹĆ NAPRAWDĘ DUŻO PROPOZYCJI

Najpiękniejsze kompozycje na 1 listopada

Małgorzata Czuba-Skarżyńska
Redakcja@regiodom.pl

Zbliża się 1 listopada - czas zadumy, wspomnień i odwiedzin na cmentarzach. To moment, gdy chcemy, by groby naszych bliskich wyglądały odświętnie.

W tym roku w dekoracjach na cmentarz królują klasyczne chryzantemy w donicach, naturalne wianki, stroiki z suszonych kwiatów i eleganckie kompozycje z lampionami, które subtelnie rozświetlą jesienny zmierzch.

Stroiki - o tym warto pamiętać

Co roku pojawiają się nowe trendy w dekoracjach na Wszystkich Świętych, ale jedno się nie zmienia - najważniejszy jest umiar. Stroiki i wianki na cmentarz powinny być eleganckie, trwałe i przede wszystkim wyrażać pamięć i szacunek, a dopiero w drugiej kolejności przyciągać wzrok. Wybieraj więc kompozycje, które nie tylko ładnie subtelnie ozdobią nagrobki, ale też dobrze



FOT. MAGDA HABEL

W ofercie kwiaciarni osoby stawiające na tradycję, jak i miłośnicy nietuzinkowych i nowoczesnych dekoracji znajdą coś odpowiedniego na groby swoich bliskich

zniosą chłodne noce, duże wahania temperatur i jesienną słotę.

W tym sezonie w kwiaciarniach i centrach ogrodniczych można znaleźć naprawdę dużo propozycji zarówno dla osób stawiających na tradycję, jak i miłośników nietuzinkowych i nowoczesnych dekoracji. Na-

dal dużym powodzeniem cieszą się klasyczne wianki z chryzantem, róż czy goździków, a także kwiaty w donicach, które długo zachowują świeżość.

Coraz częściej pojawiają się też bardziej nowoczesne formy - stroiki w naczyniach z naturalnych materiałów, z dodatkiem suszonych traw, mchu i szyszek.

Pomysły na najpiękniejsze kompozycje na 1 listopada:

- duże wianki na grób w formie bukietu, które umieścisz w wazonie;
- ponadczasowe stroiki na cmentarz w kształcie serca, krzyża czy wianka;
- efektowne stroiki na grób z lampionem;

- modne jesiennie wianki;
- kompozycje na grób na drewnie;
- dekoracje z kwiatów stabilizowanych - naturalnych roślin poddanych procesowi konserwacji;
- cmentarne kompozycje z żywych kwiatów i roślin z figurką anioła;
- wianki z róż na Wszystkich Świętych;
- efektowne bukiety na grób z chryzantem, sztuczne stroiki na cmentarz z imitacji roślin, które wyglądają jak żywe;
- subtelne wianki z kilku kwiatów;
- pojedynczego kwiatka z eleganckim przybraniem;
- kompozycje z chryzantem w donicach;
- dekoracje na cmentarz z kapusty ozdobnej.

W 2025 roku hitem są stroiki z lampionami LED. Dzięki nim można stworzyć spójną, elegancką i bardziej ekologiczną dekorację nagrobka - bez potrzeby ustawiania wielu zniczy. Ciepłe światło delikatnie podkreśla kolor kwiatów i tworzy wyjątkowy

nastrój pamięci, a przy tym nie gaśnie nawet podczas jesiennego deszczu.

Jak dobrać stroiki na cmentarz do rodzaju nagrobka?

Przy wyborze ozdób na cmentarz warto zwrócić uwagę na proporcje. Duże, rozłożyste kompozycje najlepiej wyglądają na szerokich, kamiennych płytach, podczas gdy na mniejszych pomnikach lepiej sprawdzą się niewielkie stroiki lub wianki.

Na jasnych nagrobkach dobrze prezentują się ozdoby w ciepłych, jesiennych kolorach - od miodowej żółci po bordo. Na ciemnym granicie czy marmurze lepiej wyglądają dekoracje w odcieniach bieli i zieleni, które tworzą kontrast.

Warto też zwrócić uwagę na trwałość ozdób. Najtańsze plastikowe stroiki szybko tracą kolor, dlatego lepiej wybierać te wykonane z naturalnych materiałów albo ze sztucznych kwiatów wysokiej jakości, które do złudzenia przypominają żywe. Dzięki temu dekoracje będą wyglądały estetycznie przez długi czas.

REKLAMA

0011412871



ZEUS
USŁUGI POGRZEBOWE

- ◆ Pomagamy Państwu w trudnych chwilach, jakim jest odejście bliskiej osoby, z szacunkiem, godnością i poszanowaniem.
- ◆ Oferujemy kompleksowe załatwienie wszelkich formalności związanych z pogrzebem - wystarczy jeden podpis, a wszystkim się zajmiemy.
- ◆ Wykonujemy usługi pogrzebowe na terenie powiatu ślubickiego i okolicy.
- ◆ Realizujemy transport krajowy i zagraniczny.

Całodobowy numer telefonu

 **575 555 271**

 **Ślubice, ul. Wojska Polskiego 55b**  **zeus.slubice@gmail.com**

EKOLOGIA NAJLEPSZE DLA ŚRODOWISKA SĄ ZNICZE Z NATURALNEGO WOSKU, CZY TEŻ ZNICZE SOLARNE

Wielki hit okazał się problemem

Małgorzata Czuła-Skarżyńska
redakcja@regio.dom.pl

Znicze w wersji LED kuszą trwałością, nie gasną na wietrze, świecą tygodniami i nie brudzą pomników. Wydają się więc praktyczne, ale czy naprawdę są lepsze od tradycyjnych zniczy?

Na polskich cmentarzach coraz częściej widać nie migoczące płomieni tradycyjnych zniczy, lecz delikatne światełka diod. Elektryczne znicze zasilane bateriami stają się coraz popularniejsze. Kuszą trwałością i tym, że można je zostawić na grobie na dłużej - nie gasną od wiatru ani deszczu. Ich światło subtelnie miga, przypominając klasyczny płomień tradycyjnego znicza.

Znicze LED występują w różnych formach - od tradycyjnych lampionów po ozdobne krzyże czy modele przypominające klasyczne świece o dużej średnicy. Coraz częściej decydujemy się, by na Wszystkich Świętych zamiast zwykłych wkładów włożyć do szklanej

lub plastikowej obudowy po starym zniczu umieszczamy właśnie znicz w wersji LED.

Zalety zniczy LED

Największą zaletą zniczy LED jest trwałość. W zależności od jakości baterii raz postawione na grobie mogą świecić przez kilka tygodni, niezależnie od pogody. Są odporne na deszcz, mróz i wiatr, a jednocześnie całkowicie bezpieczne - nie mają otwartego ognia, więc nie grożą poparzeniem dłoni. Dla wielu osób to także rozwiązanie ekonomiczne: zamiast regularnie kupować wkłady, można wymieniać same baterie i korzystać ze znicza przez kilka sezonów.

Nie bez znaczenia jest też wygodą użytkowania. Znicze LED nie kopczą i nie zostawiają smug sadzy ani śladów wosku, dzięki czemu nie zabrudzą nieestetycznie pomnika nawet po wielu dniach świecenia.

Jakie minusy mają znicze w wersji LED?

Choć diodowe światełka wydają się efektywne, nie są wcale tak ekologiczne, jak mogłoby się



LED-y nie są rozwiązaniem idealnym. Są praktyczne, ale generują odpady elektroniczne

wydawać. W wielu modelach można co prawda wymienić baterie i używać znicza ponownie, jednak prędzej czy później diody lub elektronika ulegają zużyciu. Wtedy produkt staje się elektrośmieciem - zawiera baterie, przewody i elementy elektroniczne, których nie wolno wyrzucać do zwykłego kosza.

Powinny trafić do specjalnego punktu zbiórki elektroodpadów lub PSZOK-u, ale mało kto o tym pamięta.

Zużyte znicze LED często lądują w pojemnikach na odpady zmieszane lub na śmietnikach przy cmentarzach. Największy problem stanowią najtańsze jednorazówki z Chin, których nie da

się rozebrać ani naprawić. Najczęściej już po kilku dniach świecenia trafiają na wysypiska, gdzie będą się rozkładać przez wiele lat.

Tradycyjne znicze na 1 listopada - klasyka, która truje

Klasyczne znicze mają swój niepowtarzalny urok, którego nie da się tak łatwo zastąpić. Żywy płomień to dla nas symbol pamięci, duchowej obecności i kontynuacja rodzinnych tradycji. Nic dziwnego, że wielu z nas nie wyobraża sobie Wszystkich Świętych bez migotania prawdziwego ognia, czyli zniczy w wersji tradycyjnej.

Warto jednak pamiętać, że klasyczne znicze w większość są produkowane z parafiny, czyli pochodnej ropy naftowej. Podczas spalania uwalnia się dwutlenek węgla, sadza i szereg toksycznych substancji, takich jak benzen czy formaldehyd. W dniach, gdy miliony zniczy płoną jednocześnie, powietrze wokół cmentarzy potrafi być bardziej zanieczyszczone niż w centrum miasta. Warto więc już teraz zmienić wieloletnie nawyki

i wybrać na Wszystkich Świętych ekologiczną wersję oświetlenia grobów.

1 listopada zaplanuj z głową - zamiast tradycji wybierz rozsądek

Ani LED-y, ani klasyczne znicze nie są rozwiązaniem idealnym. Pierwsze są praktyczne i trwałe, ale generują odpady elektroniczne. Drugie mają piękną symbolikę, lecz również obciążają środowisko. Dlatego coraz więcej osób chce ograniczyć ilość odpadów stawia tylko pojedyncze znicze - ogranicza liczbę zniczy, wybiera oświetlenie grobów z naturalnego wosku, czy też znicze solarne, które ładują się światłem naturalnym w dzień i świecą po zmroku.

Zanim w tym roku ruszymy na zakupy przed Wszystkimi Świętymi, warto na chwilę się zatrzymać i spokojnie zastanowić. Nie powinno przecież chodzić wyłącznie o to, by na grobach 1 listopada było jak najwięcej światełek, lecz o to, by pamiętać o bliskich nie kończyła się góra śmieci.

REKLAMA

0011419195

Organizacja ceremonii pochówku, dokumenty, formalności

USŁUGI POGRZEBOWE
ROMA
od 1990 roku

tel. 602 445 221

Ośno Lubuskie
Słubicka 30

Torzyn
Jeziorna 5

ZUS, KRUS, przewozy, ekshumacje, budowa grobowców

CZAS ZADUMY PAMIĘĆ O ZMARŁYCH, JEŚLI JEST PRAWDZIWA, NIE POTRZEBUJE WYSTAWNYCH DEKORACJI

Co zabrać ze sobą idąc na cmentarz

RED.

redakcja@regiodom

Co roku, o tej samej porze, powraca pytanie - co właściwie zabieramy na grób? Czy tylko kwiaty i świece, czy może coś więcej - wspomnienia, emocje, słowa, których nie zdążyliśmy wypowiedzieć?

Znicz, choć wydaje się prostym przedmiotem, jest jednym z najstarszych symboli pamięci. Światło - obecne w niemal każdej religii - oznacza trwanie życia mimo śmierci, nadzieję, że ci, którzy odeszli, nie pogrążają się w mroku zapomnienia.

Zapalenie świcy to mały rytuał, który mówi: „pamiętam, jestem tu, choć już cię nie ma. To gest cichy, ale niezwykle wymowny”. Warto, by to światło miało też wymiar osobisty - może być to prosty, mały znicz zamiast ogromnej lampy z plastiku. Nie liczy się forma, lecz intencja. Dla wielu ludzi zapalenie świcy staje się momentem modlitwy, refleksji, albo po prostu zatrzymania w codziennym pędzie.



Wszystkich Świętych i Święto Zmarłych, czyli Zaduszki, to ważne święta dla katolików - czas zadumy nad przemijaniem i sensem życia

Kwiaty - język wdzięczności

Wieniec, bukiet czy skromna wiązanka - każdy kwiat coś mówi. Białe lilie to czystość i spokój duszy, czerwone róże - miłość, goździki - oddanie. Chryzantemy, które w Polsce od pokoleń towarzyszą Zaduszkom, mają w sobie

dostojeństwo i powagę. Ale coraz częściej ludzie przynoszą rośliny doniczkowe - wrzosa, bratki, miniaturowe róże. To znak troski i chęci, by pamięć trwała dłużej niż kilka dni. Niektórzy przynoszą kwiaty, które zmarły lubił - niekoniecznie typowo pogrzebowe. I to jest piękne. Pamięć nie musi być

sztywna ani ujednolicona. Może być prawdziwa, osobista, szczerą.

Małe pamiątki - cichy język serca

Coraz częściej na grobach można zobaczyć małe, osobiste przedmioty: zdjęcie, list, kamień, muszlę, figurkę anioła.

Dla jednych to tylko ozdoba, dla innych - symbol więzi, która nie zgaśa. Kamień położony na nagrobku to stary zwyczaj żydowski, znak trwałej pamięci. W polskiej tradycji rzadziej spotykany, ale coraz częściej praktykowany.

Listy czy karteczki z pożegnaniem to intymny sposób mówienia „brakuje mi cię”. Dla wielu ludzi to rodzaj terapii - zamknięcia tego, co niewypowiedziane. Nie chodzi o to, by grób przypominał wystawę, lecz by miał w sobie ślad obecności serca. Czasem wystarczy pojedynczy kamień z ulubionej ścieżki, szyszka z lasu, gdzie chodziło się razem na spacer.

Obecność ważniejsza niż rzeczy

Najpiękniejsze, co można zabrać na grób, to czas. Bycie tam naprawdę - nie tylko postawienie znicza i pośpieszne odejście. Czasem warto zostać chwilę dłużej, usiąść, pomilczeć, pozwolić wspomnieniom wrócić.

Dla niektórych to modlitwa, dla innych rozmowa w myślach. Niekiedy wystarczy jedno

zdanie, które przychodzi zniebaczka: „pamiętam cię”.

W ostatnich latach coraz więcej osób wybiera prostsze formy odwiedzin - bez plastikowych wieńców i kilogramów parafiny. Zamiast tego - świeca, kwiat i gest troski o to miejsce. To nie brak szacunku, lecz powrót do prawdziwego znaczenia pamięci: czystego, bliskiego, ludzkiego.

Cmentarz - nie tylko miejsce śmierci

W natłoku codzienności rzadko pozwalamy sobie na refleksję, a tu - między grobami - nagle wszystko zwalnia. W ciszy widać wyraźniej, co naprawdę ważne. Dlatego może warto przestać myśleć o odwiedzinach na cmentarzu jak o obowiązku. To raczej akt wdzięczności, sposób podziękowania za to, że ktoś był częścią naszego życia.

Bo to, co naprawdę zabieramy na grób, nie mieści się w torbie ani w dłoniach. To wspomnienia, słowa, zapachy, śmiech, drobne obrazy codzienności.

REKLAMA

0011418454

USŁUGI POGRZEBOWE

Kamiński

WŁASNE KREMATORIUM
ORGANIZACJA POGRZEBÓW
EKSHUMACJE
CAŁODOBOWA POMOC

KREMACJE
PRZEWOZY ZAGRANICZNE
SALA POŻEGNAŃ
PRZEWOZY ZMARŁYCH 24h/7

NASZE ODDZIAŁY

ZIELONA GÓRA
UL. KOŚCIELNA 4

LEGNICA
UL. CHOJNOWSKA 7

POLKOWICE
UL. SPOKOJNA 7

SZPROTAWA
UL. RYNEK 32

KROSNO ODRZAŃSKIE
UL. PIASTÓW 3

Wspieramy przez całą dobę: **601 710 810** TELEFON 24 h / 7



Pro Morte

ZAKŁAD POGRZEBOWY KWIACIARNIA

- ★ organizacja pogrzebów
- ★ całodobowe pogotowie pogrzebowe
- ★ bezgotówkowe rozliczenie zasiłku ZUS i KRUS
- ★ krajowy i międzynarodowy transport zwłok
- ★ wieńce i wiązanki

www.promorte.pl

Czynne:

pn. - pt. 8.00 - 16.00

sobota 9.00 - 13.00



GORZÓW WLKP., UL. ŻWIROWA 19C

tel. 95 781 00 83, kom. 668 499 987



Nauczyciel ociera się o wieczność. To więcej niż zawód

Katarzyna Adamczyk
katarzyna.adamczyk@polskapress.pl

Być nauczycielem to coś znacznie więcej niż zawód. To misja i dar kształtowania przyszłości! Nauczyciel ociera się o wieczność. Nigdy nie może stwierdzić, gdzie kończy się jego wpływ.

Każdy z nas pamięta takiego nauczyciela, który coś w nas zmienił na lepsze. To mogło być jedno jego zdanie, jedno

spojrzenie pełne zrozumienia, jeden uśmiech w trudnej chwili. Jego wiara w nas, której sami w sobie w szczenięcych latach jeszcze nie mieliśmy. Dobry nauczyciel potrafi bowiem dostrzec w uczniach ich potencjał, pasję i talent - nawet gdy są ukryte gdzieś głęboko pod brakiem pewności siebie czy pierwszymi porażkami. To właśnie dlatego wpływ pedagogów nie kończy się ani wraz z dzwonkiem lekcyjnym, ani opuszczeniem murów szkoły.

Nauczyciele zostają w nas na lata - w naszych wyborach, postawach i wartościach, które niesiemy dalej przez życie.

Dlatego tak ważne jest, by zatrzymać się na chwilę i powiedzieć tym swoim wspaniałym belfrom - zarówno obecnym, jak i byłym - gorące „dziękuję”. Właśnie temu służy nasz Plebiscyt Edukacyjny. Chcemy tych, którzy z pasją i zaangażowaniem budują lepszą przyszłość. Ta akcja to właśnie to symboliczne „dziękuję” -

za trud, cierpliwość i serce, które wkładają w pracę każdego dnia. W jej ramach uczniowie i rodzice wskazują nauczycieli, pedagogów, psychologów oraz placówki edukacyjne, które zasługują na to szczególne wyróżnienie. To wyjątkowa okazja, by docenić tych, którzy każdego dnia z cierpliwością i oddaniem uczą, wspierają i inspirują. A także okazja, by poznać ich bliżej, dlatego dziś poznajcie pierwszych uczestników!

LIDERZY RANKINGÓW

Oto lista nauczycieli, którzy od początku głosowania do czwartku do godz. 10 zdobyli najwięcej głosów wśród liderów z powiatów oraz lista liderów głosowania na dyrektorów, nauczycieli akademickich i placówki edukacyjne.

NAUCZYCIEL PRZEDSZKOLA

1. **Aneta Serhienko**, Zespół Szkolno-Przedszkolny, Przewóz
2. **Karolina Formal**, Dalej Razem Przedszkole, Zielona Góra
3. **Angelika Garczyńska**, Przedszkole, Czarnów

NAUCZYCIEL KLAS O-III

1. **Lucyna Gwardiak**, Szkoła Podstawowa im. Jana Brzechwy, Nietkowiec
2. **Małgorzata Bernat**, Zespół Szkolno-Przedszkolny, Brody
3. **Małgorzata Patola**, Publiczna Szkoła Podstawowa nr 1 im. Bolesława Krzywoustego, Kożuchów

NAUCZYCIEL KLAS IV-VIII

1. **Anita Dolata**, Zespół Szkół nr 1, Nowe Miasteczko
2. **Monika Kubiak**, Zespół Szkół Specjalnych nr 1, Zielona Góra
3. **Magdalena Lura**, Szkoła Podstawowa im. Niedźwiedzia Wojtka, Ulim

NAUCZYCIEL SZKOŁY PONADPODSTAWOWEJ

1. **Iwona Kasperska**, Zespół Szkół Ponadpodstawowych, Iłowa
2. **Sławomir Tomczuk**, Zespół Szkół i Placówek Kształcenia Zawodowego, Zielona Góra
3. **Paweł Kopeć**, Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego Elektryk, Nowa Sól

PRZEDSZKOLE ROKU

1. **Niepubliczne Przedszkole Dobra Wróżka**, Sulechów, Konopnickiej 5
2. **Niepubliczne Przedszkole Bajkowa Kraina**, Zielona Góra, Ochla-Zagańska 16
3. **Przedszkole Niepubliczne Zgromadzenia Sióstr Miłosierdzia Wincentyńskie Dzieci**, Gorzów Wielkopolski, Warszawska 45

SZKOŁA ROKU

1. **Zespół Szkół Specjalnych**, Żary, Spokojna 2
2. **Zespół Szkół Leśnych**, Rogoziniec, Rogozinieckiej 115/2
3. **Szkoła Podstawowa nr 4 im. Konstytucji 3 Maja**, Kostrzyn nad Odrą, Sienkiewicza 6

NAUCZYCIEL AKADEMICKI

1. **dr inż. arch. Rafał Dudzik**, Uniwersytet Zielonogórski, Zielona Góra
2. **Żaklina Dworska**, Uniwersytet Zielonogórski, Zielona Góra
3. **David Lewandowski**, Uniwersytet Zielonogórski, Zielona Góra

DYREKTOR ROKU

1. **Małgorzata Lewicka**, Szkoła Podstawowa nr 1 im. Janusza Korczaka, Lubsko
2. **Iwona Sancewicz**, Zespół Szkół Samorządowych w Dychowie, Dychów
3. **Antoni Pawłowski**, Zespół Szkół Leśnych, Rogoziniec

PSYCHOLOG LUB PEDAGOG SZKOLNY

1. **Agnieszka Urbanowicz**, Zespół Szkół Specjalnych, Żary
2. **Ewa Barcińska**, Szkoła Podstawowa, Boczków
3. **Marta Kocimska**, Zespół Szkół Centrum Kształcenia Rolniczego, Gorzów Wielkopolski

SZKOŁA JĘZYKOWA ROKU

1. **Anglomania Szkoła Językowa**, Kostrzyn nad Odrą, Wyszyńskiego 14
2. **Klub językowy Adriana Jagodzińska**, Zielona Góra, Kazimierza Wielkiego 9/1
3. **Centrum Językowe AKCJA**, Zielona Góra, Staszica 9B lok. 33

Sprawdź aktualne wyniki i głosuj na:
www.gazetalubuska.pl/nauczyciel

Powołanie do służby innym znalazła, gdy pracowała w DPS-ie

Małgorzata Bernat (Zespół Szkolno-Przedszkolny, Brody) to uczestniczka kategorii Nauczyciel klas O-III.

Pani Małgorzata przyznaje, że praca w oświacie to dla Niej przede wszystkim misja i kontynuacja ścieżki służby drugiemu człowiekowi, którą rozpoczęła w DPS. Po przejściu z pracy instruktora kulturalno-oświatowego, w której wspierała rozwój dorosłych, rola nauczyciela jest dla Niej świadomym wyborem wpływania na przyszłość - towarzyszenia



młodym ludziom w odkrywaniu ich potencjału, kształtowaniu postaw i wyposażaniu w wiedzę, która jest kluczem do samodzielności. - Jest to proces tworzenia, nie tylko przekazywania treści, ale budowania relacji i inspirowania do myślenia, co daje mi głęboką satysfakcję i poczucie sensu - wyznaje, dodając, że uczniowie uczą Jej bezwarunkowej autentyczności i radości z życia chwilą. Wzrusza ich nieograniczona zdolność do wybaczenia i zaczynania od nowa, co jest dla pani Małgorzaty ujmujące.

Jako nauczycielka oddaje dzieciom to, co kiedyś sama otrzymała

Anita Dolata (Zespół Szkół nr 1, Nowe Miasteczko) strasuje w kategorii Nauczyciel klas IV-VIII.

Wybrała tę drogę zawodową, ponieważ zawsze czuła, że chce pracować z ludźmi i mieć realny wpływ na ich rozwój. Już jako uczennicę fascynowało Ją, jak nauczyciel potrafi zmienić sposób myślenia, dodać odwagi i otworzyć nowe perspektywy. Z czasem ta fascynacja przerodziła się w świadomą decyzję. - Chciałam być częścią świata edukacji, wspierać in-



nych i dawać im to, co sama kiedyś otrzymałam, czyli zrozumienie, motywację i wiarę w ich możliwości - wyjaśnia nasza uczestniczka, którą uczniowie każdego dnia uczą cierpliwości, pokory i otwartości. Pokazują, że świat się zmienia i że warto patrzeć na niego ich oczami - z ciekawością, energią i bez uprzedzeń. Dzięki nim wie, jak ważna jest elastyczność, umiejętność słuchania i dostrzegania indywidualnych potrzeb. Nauczycieli Ją również, że nauczyciel nie musi być zawsze nieomylny.

To właśnie z rozwoju własnych studentów czerpie satysfakcję

David Lewandowski (Uniwersytet Zielonogórski, Zielona Góra) konkuruje w kategorii Nauczyciel Akademicki.

David Lewandowski mówi, że dla Niego praca w oświacie to przede wszystkim możliwość dzielenia się wiedzą i kształtowania sposobu myślenia młodych ludzi o prawie i społeczeństwie. Wyjaśnia, że to odpowiedzialność, ale też ogromny przywilej - współuczestniczenie w procesie, w którym studenci uczą się



analizować, argumentować i rozumieć znaczenie prawa w życiu publicznym i prywatnym. - Najwięcej satysfakcji daje mi obserwowanie, jak studenci zaczynają samodzielnie i krytycznie myśleć o prawie, dostrzegać jego znaczenie nie tylko w teorii, ale i w codziennym życiu. Cieszy mnie, gdy na zajęciach pojawiają się pytania, które wykraczają poza materiał, bo to znak, że temat naprawdę ich zainteresował - zaznacza, dodając, że zapada Mu w pamięć to gdy trudne pojęcia stają się dla nich zrozumiałe.

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne lub nekrolog?
Przez internet: ibo.polskapress.pl
e-mail: bo.gazetalubuska@polskapress.pl

ZIELONA GÓRA al. Niepodległości 25
czynne pon.-pt. 8.00-15.00
tel. 510 026 976
e-mail: bo.gazetalubuska@polskapress.pl

NASZE BIURA OGŁOSZEŃ

GORZÓW WLKP. ul. Sikorskiego 111 (Park 111, II p.)
czynne pon.-pt. 8.00-16.00
tel. 510 026 986
e-mail: bog.gazetalubuska@polskapress.pl

SŁUBICE ul. T. Kościuszki 6/1
czynne pon.-pt. 8.30-16.30
tel. 95 75 80 760
e-mail: bos@gazetalubuska.pl

RUBRYKI I PODRUBRYKI W OGŁOSZENIACH DROBNYCH

NIERUCHOMOŚCI	• mieszkania - sprzedam • mieszkania - kupię • mieszkania - do wynajęcia • mieszkania - wynajmę • mieszkania - zamienię • domy - sprzedam • domy - kupię • domy - do wynajęcia • domy - wynajmę • domy - zamienię • lokale użytkowe - sprzedam • lokale użytkowe - kupię
HANDLOWE	• lokale użytkowe - do wynajęcia • lokale użytkowe - wynajmę • lokale użytkowe - zamienię • działki, grunty - sprzedam • działki, grunty - kupię • gospodarstwa • garaże • pośrednictwo • inne • bank stancji
MOTORYZACJA	• elektronika, komputery • telefony • car audio • antyki • kolekcjonerstwo, sztuka • jubilerstwo • filmy, muzyka • foto, książki • instrumenty muzyczne • lombardy • sport i rekreacja • maszyny urządzenia • materiały budowlane • materiały opałowe
FINANSE BIZNES	• kredyty, pożyczki • usługi finansowe • usługi prawne • biura rachunkowe • ubezpieczenia • oferty • inne
NAUKA	• szkoły • kursy/szkolenia
PRACA	• języki obce • korepetycje • inne
ZDROWIE	• pediatria • psychologia • psychiatria • stomatologia • urologia • inne specjalizacje • przychodnie, kliniki • laboratoria • zabiegi • opieka • sprzęt medyczny • uroda • inne
USŁUGI	• instalacyjne • biurowo - projektowe • komputerowe • krawiectwo • montażowe • ogrodnictwo • porządkowe • przeprowadzki • reklamowe • stolarskie • radio taxi • transportowe • rozrywka • uroczystości • zabezpieczające • inne
KOMUNIKATY	• agroturystyka • kraj • świat • biura podróży • obozy i kolonie • wyieczki • przewozy • inne
ZWIERZĘTA	• lecznice • usługi • inne
MATRYMONIALNE	• ŻYCZENIA/PODZIĘKOWANIA • GASTRONOMIA • ROLNICZE • TOWARZYSKIE
ROŻNE	• dania na telefon • usługi • inne • maszyny rolnicze • ogrodnictwo • płody rolne • zwierzęta hodowlane • inne • USŁUGI KAMIENIARSKIE • USŁUGI POGRZEBOWE

AUTOREKLAMA



**Wspomnienia.
Te najważniejsze...**

Wspomnij bliskich. Zapal im świeczkę.
Sprawdź na nekrologi.net
i gazetalubuska.pl/nekrologi

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

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

ibo.polskapress.pl

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

KUPIĘ każde Mieszkanie lub Dom z dowolnym problemem prawnym, też Udziały, możliwa zamiana tel. 513474366, [www.lcf.com.com.pl](http://www.lcf.com.pl)

Kupię mieszkanie za gotówkę w bloku, również z problemem prawnym oraz długiem. Tel. +48 796-139-435.

GARAŻE

SPRZEDAM garaż ZG- tanio. Tel. 784 673 281

Handlowe

MASZYN Y URZĄDZENIA

SKUP starych maszyn i narzędzi ślusarskich oraz kowalskich. tel.603525356.

Praca

ZATRUDNIĘ

Zatrudnimy pracowników Belgia przefabrykaty betonowe od 15 do 18 euro netto od zaraz, 668-878-340

Nauka

JĘZYKI OBCE

ANGIELSKI, niemiecki 607 185 564

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

ŁAZIENKI, remonty tel. 884323563

MONTAŻOWE

OKNA, bramy drzwi, roletki, naprawy okien, montaż PlastMat. Tel. 68 470 19 70, Wrocławska 35.

OKNA- rolety. Montaż- regulacja- naprawa. Ptasia 32/7B, tel. 535 530 555

INNE

STUDNIE głębinowe. Tel. 883 982 224

Turystyka

KRAJ - GÓRY

Beskid y koło Wadowic - tradycyjne turnusy Świąteczne, tel.: 501-642-492.

Różne

SKUP KSIĄŻEK, 668-571-329

REKLAMA 0011406804

INFORMATOR POGRZEBOWY

AD PATRES (J. Mądry) przewóz zmarłych całą dobę, bezgotówkowa organizacja pogrzebów, Zielona Góra, ul. Wrocławska 68, tel. 68-3208517, 601760685.

PRO MORTE Gorzów Wlkp. ul. Żwirowa 19E, tel. 95-7810083 Organizacja Pogrzebów, Pogotowie Pogrzebowe 24 h

MIEJSKI ZAKŁAD POGRZEBOWY Zielona Góra, Masarska 13, tel. 68-3202235, 68-3202232, przewóz zwłok, kompleksowa obsługa pogrzebów 601798365 całą dobę.

KAMIŃSCY Zielona Góra, ul. Kościelna 4, Zyty 19, tel. 693 424 440; 68-3230509 oraz Polkowice ul. Spokojna 1; Legnica ul. Chojnowska 7; Szprotawa ul. Kościuszki 31A przewóz zmarłych 24 godz., kompleksowa organizacja pogrzebów oraz transmisja pogrzebu online.

REKLAMA 0011424500

BURMISTRZ SULECHOWA INFORMUJE

o ogłoszeniu przetargów na zbycie nieruchomości przeznaczonych pod budownictwo mieszkaniowe i lokali stanowiących własność Gminy Sulechów, które odbędą się w dniu **4 grudnia 2025 r.** w sali nr 104, w Urzędzie Miejskim Sulechów.

Ogłoszenie o przetargach zamieszczono zostało na stronie internetowej Urzędu www.sulechow.pl, na stronie Biuletynu Informacji Publicznej www.bip.sulechow.pl oraz na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego Sulechów (I piętro).

Szczegółowych informacji dotyczących przetargów można uzyskać pod numerem telefonu 683851131 lub w pokoju 121 w Urzędzie Miejskim Sulechów.

REKLAMA 0011359393

maki 64-113 Osieczna, Ziemińce 40i
SKUP ŻYWCA ☎ 609 630 005 601 19 19 44

**Szybki odbiór
Super ceny
Najlepsza obsługa
Przelew do 72 h**

Kupujemy MACIORY, KNURY I TUCZNIKI wszystkie strefy ASF

A u Ciebie był już makiman?

REKLAMA 0011417560

Stacja demontażu pojazdów
ZŁOMUJGRATA.PL

KASACJA POJAZDÓW
500 545 500

REKLAMA 0011244343

ZŁOMOWANIE POJAZDÓW
tel. 600 609 606

Wszystkie formalności załatwiamy na miejscu
Płatność gotówką od ręki
Wydajemy zaświadczenie o demontażu
Odbieramy własnym transportem

Cenimy Twój czas!

Krzyżówka panoramiczna

poobiednia drzemka

lokal z posiłkami

akt prawny

15

Julia Roberts

obiekty latające

główka szpilki

3

gruba zasłona

miły zapach

ssaki z Tybetu

13

bystry w potoku

2

komedia Machulskiego

herbata z reklamy

część nogi

tusz do drukarki

uliczna zapała

11

hiszpański piłkarz

odcinek czasu

infuła biskupa

rybka akwariorowa

9

piłkarze z Chorzowa

pracojciec ludzkości

właściwy moment

styl pływacki

miara papieru

planeta jak pierwiastek

dawny kronikarz

udaje towar na wystawie

powyżej kolana

model Poloneza

1

Wiesław, polski tenor

7

8

okulacja konia

żona radży moment zwrotny

1

plynie przez Florencję

czapka francuskiego żołnierza

zgiełk, rumor

5

4

część fraka

10

12

dokuczliwy owad

biała lub gorzka

14

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 15 utworzą rozwiązanie – dokończenie dowcipu z okienka.

Uśmiechnij się!

Jeden kompan mówi do drugiego:
– Szkoda, że jak byłem młody, to nie słuchałem matki.
– A co ona do ciebie mówiła?
– pyta kompan.
– No, właśnie, ...

Krzyżówka A-Z

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

- A) włoski producent aut wyścigowych (6).

B) słynny punkt widokowy w Świątokrzymie (4,4).

C) ochota na coś, zwykle niewielka i krótkotrwała (6).

D) cerkiewny śpiewak (4).

E) bohater dramatu „Tango” Sławomira Mrożka (4).

F) w portfelu Szwajcara (5).

G) wagonik niektórych typów kolejki linowej (7).

H) niemiecki kraj związkowy (5).

I) to, co jest w czymś zasadnicze (6).

J) unika mięsa w jadłospisie (6).

K) już od rana w towarzystwie szatana (6).

L) brat Bolka z kreskówki (5).

Ł) Ilona, scenarzystka filmu „Nigdy w życiu” (9).

Ż

A

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

- M) właśnie wzięli ślub, nowożeńcy (5,4).

N) cena ostateczna, bez doliczania podatku (5).

O) motyw zdobniczy w architekturze (8).

P) broń drzewcowa jak tkanina (4).

R) sportowa lista klasyfikacyjna (7).

S) sprzęt kuchenny do cedzenia ziół (5).

T) wykonawcy piosenki „Chłopaki nie płaczą” (1,4).

U) duży tłuczek do ugniatania kapusty (6).

W) diabelskie nasienie, ancymonek (5).

Z) kuchenna umywalka (4).

Ż) ptak z mokradeł (5).

Krzyżówka z hasłem

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

Litery z pól ponumerowanych w prawym dolnym rogu od 1 do 22 utworzą rozwiązanie – myśl Władysława Grzeszczyka.

- Poziomo:

1) smierf-lakomczuch,

2) roślina na zupe,

7) jadalna ryba atlantycka,

3) miasto nad Olzą,

8) smakołyk na tłusty czwartek,

4) wierzb szara,

9) filipińska metropolia,

5) strój Hinduski,

12) płaz ogoniasty, tryton,

6) cięta lub kluta,

13) martwa na obrazie,

9) diabeł morski,

15) duża kość,

10) brutto minus tara,

17) karta dań,

11) autor nastrojowych wierszy,

18) lewy dopływ Wisły,

14) biblioteczny mebel,

22) amerykański renifer,

15) w parze z pętelką,

23) swawolnik, wesolek,

16) kuzyn melona,

Pionowo:

1) narzędzie kopacza,

19) dawne narzędzie tortur,

20) w parze z Materną,

21) trunek z Azji.

stolica Zambii

roślina zarodnikowa

subiekt z „Lalki”

wydlużony pies

powóz konny

WIRÓWKA PANORAMICZNA

schodzi ze szczytu

próg w dolinie rzecznej

formacja piłkarska

kolor jak owoc

Włochy sprzed wieków

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

Duet jolek

W

E

N

U

S

Z

M

I

L

O

W diagramach ujawniono niektóre litery. Litery z pól ponumerowanych od 1 do 14 utworzą rozwiązanie.

- W przypadkowej kolejności:

– osoba typowana na zwycięzcę zawodów sportowych

– zakrętka słoika

– sztuciec w zastawie stołowej

– dwuczube ptaki wodne

– szczyt w słowackich Tatrach

– do rozwiązania

– płonie w lesie (w piosence)

– osiedle miasta Trzebinia z elektrownią

– zarozumiały Smerf

– konkurentka z bieźni

– człowiek o wielkiej sile twórczej i wyobraźni

– muzyczny pasaż

Logogryf

1

2

3

4

5

Litery w polach z kropką, czytane kolumnami, utworzą rozwiązanie – imię i nazwisko piosenkarki.

- 1) atak piechoty, szturm,

2) dawny polski zespół wokalny,

3) grupa etniczna w Ghanie,

4) Wilhelm, odkrył promienie X,

5) członkowie muzulmańskich bractw religijnych.

Krzyżówka

1

2

3

4

5

6

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 5 utworzą rozwiązanie.

- Poziomo:

4, 5 i 6) ulice będące miejscem spacerów bądź przejazdów.

Pionowo:

1) flaszka,

2) prywatna dla wczasowiczów,

3) ciągnie przyczepę.

Szyfr

4

10

11

13

3

7

6

8

1

14

12

2

9

15

Litery z pól od 1 do 15 utworzą rozwiązanie: imię i nazwisko polskiej sportsmenki.

- Poziomo:

4) droga asfaltowa,

14) lewy dopływ Bobru.

Pionowo:

5) karcz, pniak,

4) wykuint, elegancja.

Rozwiązania

Krzyżówka A-Z: konduktor.
duet jolek: Nike z Samotraki;
trakt: Pia Skrzyższowska;
kryżówka: Natalia Schroeder;
logogryf: zasada nie działa; logogryf: kryżówka z hasłem: „Lukrecja Borgia”;
noramiczna: „Nie słuchałem jej”;
włówa pa-
Kryżówka panoramiczna:

archipelag na krańcu Ameryki Południowej	śnieżny pagórek	sposób, taktyka klient urzędu	6	duch panujący w wojsku	drapieżna ryba z Amazonki	pięściarstwo np. domino	biblijny prorok	Michałkow, reżyser	sportowa drużyna	zasłona w boksie model Kia ubiega się o urząd	stragan górski strumień	marka papierosów drzewo z orzeszkami	małpa wąsokontroler	
					król z polskiej legendy			jedzie na sygnale			Polak dla Polaka	środek represyjny	17	
biuro fabryki kotara, zasłona					owoc tarniny			ojciec Kaina część dramatu			mebel z oparciem	karciana wziętka palce jelenia		
dokładny do przesady			9		5	indyjski obyczaj pogrzebowy	kozacki oficer				paciorek do nанизania			
krzew ozdobny, dzięgiława					wagon kolejowy			awantura autor powieści	faworyty			niedostatek, ubóstwo	świątynia w Mekce	
przełożony, szef	noworodek, bobas	arystokrata grzyb jadalny		zator na szosie „... do radości”	perła Krakowa	8	interpunkcyjny	ojczyzna Edypa struś z Australii	spada na cztery łapy	13	„King” Cole	głos kozy		
								miasto na północy Włoch			drwina, sarkazm		12	
wyrób z Tuły							dziewczyna ratownika	24			grecka litera	szósta litera po alfie		
					mocny argument			puszysty ogon			rozdział Koranu	drapieżny kot z Ameryki	20	
bachantka jadło, pokarm											szermiercza broń			
narządy oddechowe ryb	stolica z Kolo-seum			grecka kraina	odmiana chalcedonu						lichy utwór literacki	stolica Ghany	podwładny retmana	druch Aramis
			10								hazardowa gra		2	
źródło dla poety	poziome drzewce masztu	pływie przez Pinczów		model Poloneza							... Aznavour, piosenkarz	dra-pieżnik z sa-wanny	dyskiem lub oszczepem	fale radiowe
arabskie księstwo			11											
chroni od deszczu	18	kul-szowa dolegliwość		płowy ptak	rzymska Selene						Louis, aktor z Francji	sztormowa na morzu	na koszulce piłkarza	14
sylwestrowy trunek	domena szatana	„niemy” aktor		niski głos kobiety	3	amerykańskie krokodyle	muzyka improwizowana	prawie kumpel	dobry okres w życiu	związana tkanina	charakter człowieka			
						czeska ciężarówka			głębinowa strefa mórz			główny port Kenii	przodek kury domowej	
zasada wiary	rzeźbi w metalu	waluta Gruzji kopalny głowonóg					dryf statku miły zapach			1	meta-łowa listwa u drzwi	22	pelzak z nibynóżkami odmiana piaskowca	
			23			sejmik czarownic	materiał opatrunkowy		strzał z wielu dział				port w Algierii	
Indianie Ameryki Połnocnej	gruby koc	dawny prze-cinek		chroni metal przed rdzą				w port-felu Chiń-czyka			ludowa nazwa kozłarza czerwonego	Miro-sław, aktor z filmu „Reich”	azja-tycki trunek	pan w kon-tuszu
po sylurze					4	kraj w Afryce z Lome		7	ścisk w tramwaju		21			
				nagły rozkwit gospodarki				produkt z młyna	19		powieść Lema			
strażacka baza miara złota						rakiety świetlne			np. „Słoneczniki”		15	pływie przez Zagrzeb		16
				izotop wodoru				forsa, mamona			żeruje w kuchni, karaluch			

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 24 utworzą rozwiązanie – przysłowie angielskie.

ROZWIĄZANIE: SMUTNE GODZINY TRWAJĄ DŁUGO.



Iga Świątek wygrała turniej WTA Finals w 2023 roku w Cancun. Na korcie zarobiła dotychczas 42 945 490 \$

Wyplaty w WTA Finals 2025. Takiej kasy jeszcze w historii tenisa nie było

Paweł Wiśniewski
redakcja@polskapress.pl

TENIS. Meczem z Amerykanką Madison Keys (sobota, nie przed godz. 16.00) Iga Świątek zainauguruje udział w prestiżowym turnieju WTA Finals 2025, którego gospodarzem jest Rijad.

Nasza tenisistka trafiła do Grupy Sereny Williams. Oprócz Madison Keys w tej fazie turnieju zagra jeszcze z inną Amerykanką Amandą Anisimową i Rosjanką z paszportem Kazachstanu - Jeleną Rybakina.

Z kolei w Grupie Steffi Graf wystąpią: liderka rankingu światowego, Białorusinka Aryna Sabalenka, Amerykanki Coco Gauff i Jessica Pegula oraz Włoszka Jasmine Paolini.

Do półfinałów awansują po dwie najlepsze zawodniczki z każdej z grup. Turniej w „King Saud University Indoor Arena” zakończy się 8 listopada.

Bilans Igi Świątek:

* z Madison Keys: 5-2.

Szczególnie bolesną porażkę Polka poniosła w styczniu tego roku w półfinale Australian Open.

* z Amandą Anisimową: 1-1.

Oba mecze panie rozegrały w tym roku i najpierw Polka rozgrywała rywalkę 6:0, 6:0 w finale Wimbledonu, a następnie Amerykanka zrewanżowała się w ćwierćfinale US Open, wygrywając 6:4, 6:3.

* z Jeleną Rybakina: 6-4.

W tym roku tenisistki spotkały się czterokrotnie i za każdym razem lepsza była Polka.

Już w ubiegłym roku triumfatorką turnieju kończącego sezon w wykonaniu tenisistek, Coco Gauff, zarobiła w siedem dni oszałamiające 4 805 000 dolarów! To największa premia finansowa w historii kobiecych rozgrywek tenisowych. Nagroda

byłaby wyższa o kolejne 350 000 dolarów, gdyby Amerykanka nie przegrała jednego meczu w fazie grupowej (z Czeszką Barborą Krejčíkovą, co oznaczało wyeliminowanie... Igi Świątek).

Zatem w ubiegłym roku Coco Gauff mogła za zwycięstwo odebrać czek nawet na 5 155 000 dolarów (335 000 \$ za sam udział w turnieju + 1 050 000 \$ za trzy zwycięstwa grupowe - każde „warte” 350 000 \$ + 1 270 000 \$ za zwycięski półfinał + 2 500 000 \$ za zwycięski finał!).

Ubiegłoroczna pula nagród wynosiła 15 250 000 USD. W tym roku jest większa o 250 000 \$.

4 805 000 dolarów Amerykanki Coco Gauff to najwyższa jednorazowa wypłata w historii kobiecego tenisa.

Wcześniej rekordzistą był Serb Novak Djoković, wygrywając w hali „Pala Alpitour” w Turynie męski Masters w 2022 roku - zainkasował wówczas 4 740 000 dolarów.

Wśród kobiet największa premia - 4 420 000 dolarów - przypadła Australijce Ashleigh Barty po zwycięstwie w WTA Finals w Shenzhen w 2019 roku.

Jaka kasa w tym roku?

Pula nagród wzrosła do 15 500 000 dolarów, z czego singlistki mają do podziału 12 400 000 „zielonych”, a deblistki 3 100 000 dolarów.

Tenisistka, która wygra WTA Finals 2025, będąc niepokonaną w imprezie, może liczyć na rekordową wypłatę 5 235 000 dolarów!!! Oto składowe tej premii:

* 340 000 \$ za sam udział;

* 355 000 \$ za każdą wygraną grupową (w sumie 1 065 000 \$);

* 1 290 000 \$ za wygrany półfinał,

* 2 540 000 \$ za wygrany finał.

W przypadku wygrania zawodów, ale z jedną porażką grupową, najlepsza tenisistka zainkasuje 4 880 000 dolarów...

©©

SKOKI PREZES PZN NIE BĘDZIE NAMAWIAŁ STOCHA DO DALSZEGO SKAKANIA

Adam Małysz liczy na olimpijski medal we Włoszech i zamierza współdziałać z AWF Katowice

Jacek Sroka
j.sroka@dz.com.pl

Rozmowa z Adamem Małyszem, prezesem Polskiego Związku Narciarskiego, byłym medalistą igrzysk olimpijskich i mistrzostw świata, a także 4-krotnym triumfator Pucharu Świata.

Wydarzeniem ostatniego weekendu był występ w Letniej Grand Prix Kacpra Tomasiaka. 18-letni debiutant z LKS Klimczoka Bystra spisał się najlepiej z Polaków i jako jedyny zajął w Klingenthal miejsce w pierwszej dziesiątce.

Kacper to zawodnik nieprzeciętny. Popatrzmy nie tylko na wyniki, ale też jego reakcje na skoczni. Dzisiaj psychika ma duży wpływ na zawodnika, a on sobie poradził w debiucie w LGP. Miejmy nadzieję, że równie dobrze jak w Klingenthal będzie spisywał się zimą w Pucharze Świata. Takich perełek jak Tomasiak mamy jednak w polskich skokach kilka. Czekaliśmy na nie długo po sukcesach moich, a później Kamila Stocha, Dawida Kubackiego czy Piotra Żyły, ale mam nadzieję, że teraz pokażą się z dobrej strony.

Najważniejszą imprezą sezonu są igrzyska olimpijskie w Mediolanie i Cortinie d'Ampezzo. Z jakimi nadziejami pojedą polscy narciarze do Włoch?

Po tych wszystkich latach z medalami przywożonymi z igrzysk nie wyobrażam sobie, żeby tych krązków w przyszłym roku nie było. Nie chcę nadmuchiwać balonika, ale nasze oczekiwania związane z tą imprezą są bardzo duże. Tak mówi mi nie tylko serce, ale i głowa. Współpracujemy z prof. Michałem Wilkiem z AWF Katowice, który nie tylko prowadzi badania skoczków, ale też ich trening siłowy, i myślę, że możemy być spokojni, bo pod tym względem poszli mocno do przodu. Atmosfera w kadrze też jest zdecydowanie lepsza. Już to lato pokazało, że do wysokiej formy zaczyna wracać Kamil. Dawid skacze jeszcze w kratkę, Piotrek też, ale myślę, że trzeba dać im trochę czasu. Teraz pojawił się młody Tomasiak. Do rozpoczęcia sezonu zimowego jeszcze mamy kilka



Adam Małysz chce współpracować z AWF w Katowicach

tygodni i jesteśmy pełni nadziei, że to wszystko zaskoczy. Zmiany sprzętu nie ułatwiły życia Pawłowi Wąskowi, który w poprzednim sezonie był najlepszym z naszych zawodników. On ciągle nie może się odnaleźć w tym wszystkim, ale też ma już przebyte, więc nadzieje na dobry start na igrzyskach trzeba mieć.

Kamil Stoch zapowiedział, że to będzie jego ostatni sezon. Nie będzie go pan namawiał do zmiany decyzji?

Nie, bo to jest przede wszystkim jego decyzja i nikt nie może wywierać na niego żadnych nacisków. Sam do zakończenia kariery przygotowałem się dwa lata. Myślę, że to była przemyślana decyzja Kamila i do niej po prostu dojrzał. Jak ją już ogłosił to wiadło, że psychika się troszkę uwalniła i mówiąc kolokwialnie go „puściło”. Skacze teraz bardziej swobodnie.

Dobrze byłoby, żeby na swoich ostatnich igrzyskach Kamil znów stanął na podium i sięgnął po piąty olimpijski medal w karierze...

Oczywiście, że tak, ale nikt nie będzie wywierał na nim presji. Znając Kamila wiem jednak, że będzie mierzzył na tych swoich ostatnich igrzyskach bardzo wysoko.

Puchar Świata ruszy 21 listopada w Lillehammer, ale pol-

Myśli pan nie tylko o najbliższej zimie, ale też kolejnych i chce zreformować szkolenie trenerów narciarskich. Jak zamierza się pan do tego zabrać?

Dużą krzywdą było uwolnienie tego zawodu. Teraz w zasadzie każdy może być trenerem i nie jest wymagany do tego jakikolwiek papier. Byli zawodnicy chcą szkolić następców, ale nie chodzą na żadne kursy. My dwa lata temu wprowadziliśmy wymóg uczestniczenia w takich szkoleniach jeśli ktoś chciał dostać licencję PZN. Trzeba było zaliczyć odpowiednią liczbę godzin takich zajęć, żeby ta licencja została odnowiona. Spotkało się to na początku z dużą krytyką, bo jak mówiłem nie wszyscy chcą się szkolić, ale też z dużym zainteresowaniem, bo była grupa, która chciała poszerzać swoje umiejętności.

W tej reformie ma wam pomóc Akademia Wychowania Fizycznego w Katowicach, z którą nawiązaliście właśnie współpracę.

Mam nadzieję, że kursy i szkolenia organizowane wspólnie z katowickim AWF-em będą się cieszyć dużą popularnością wśród trenerów i dociekamy się nowych szkoleniowców, bo tego narybku trenerskiego jest w polskim narciarstwie bardzo mało. Prawdziwych fachowców też jest reszta niewielu. W takich skokach narciarskich trenerów z papierami, którzy są po AWF-ie i mają opanowaną nie tylko praktykę, ale i teorię oraz potrafia pisać plany szkoleniowe, jest może 3-4. Oni są w stanie kształcić swoich następców i musimy to wykorzystać. Wybór katowickiej AWF nie był przypadkowy, bo ta uczelnia prowadzi takie kursy od lat i chyba jako jedyna zajmuje się sportami zimowymi mając przy tym odpowiednio zaplecze naukowe.

Po ilu latach spodziewa się pan owoców tej reformy?

Pewnie trzeba będzie trochę poczekać na efekty, ale mam nadzieję, że za 5-6 lat nie będzie już w Polsce problemów z trenerami. Coraz mniej dzieci chce uprawiać u nas sport, ale mam nadzieję, że gdy ich prowadzeniem zajmą się odpowiednio wyszkoleni fachowcy, to tych dzieciaków zacznie przybywać.©©

Pokonał Ironmana już... 26 razy! Bo nie ma rzeczy niemożliwych

Aleksandra Sierżant
asierzant@gazetalubuska.pl

TRIATHLON. Rafał Borowiak, 42-letni słubiczaniec dokonał czegoś, co dla wielu ludzi wydaje się niemożliwe: pokonał Ironmana na każdym kontynencie! Opowiedział nam o tym w wywiadzie.

Sport był zawsze obecny w twoim życiu?

Aktywnie zaczęło się robić dopiero w szkole średniej, kiedy zacząłem grać z przyjaciółmi w siatkówkę. Dopiero później, w sumie po studiach, czyli prawie 12 lat temu, mój trening siatkarski zacząłem uzupełniać o bieganie, basen i rower. Właśnie wtedy pojawił się pomysł, by spróbować swoich sił w połowie triathlonu, który w tamtych czasach dopiero się pokazywał. To było w 2014 roku. Pełnego Ironmana po raz pierwszy pokonałem w 2015 roku.

Czy to od początku miałeś założenie, że chcesz pokonywać triathlony na każdym kontynencie?

Nie, taki pomysł urodził się po drodze. Wiadomo, że jeśli chce się podróżować, to jest to związane z dużym nakładem finansowym. To jest moje hobby, moja pasja i przeznaczam na to moje oszczędności. Dlatego z czasem, kiedy zdobyłem inną pracę i mogłem sobie na te podróże pozwolić, pojawił się pomysł, by pokonać triathlon na każdym kontynencie.

O jakich kosztach mówimy? Co trzeba uwzględnić?

Przed wszystkim są bardzo wysokie opłaty startowe - około tysiąc euro. W tym jest

start, medal, koszulka, czasami plecak, zabezpieczenie trasy, wyżywienie na trasie i woda. Do tego trzeba doliczyć loty, noclegi, wyżywienie. Rozbieżność cenowa między krajami i kontynentami jest dość duża, więc trudno mówić o dokładnych kwotach.

Do startów trzeba się przygotować. To droga zabawa?

Rower to tak naprawdę temat rzeka. Konstrukcje, karbony, ceramika, łożyska... Wartość roweru często przebija cenę samochodów. Można inwestować bez końca. Jednak suma summarum - jeśli nie zrobimy odpowiedniego treningu i nie mamy mocy w nogach, to nie zastąpimy tego żadnym, nawet najlepszym sprzętem. Wiadomo, trzeba się też suplementować - to jest stały punkt każdego sportowca. Do tego dochodzi zakup butów do biegania, które także nie należą do najtańszych. Tu w regionie mamy też problem z basenem i muszę przyznać, że jest to bardzo uciążliwe. Nie chodzi mi o to, że jest to kosztowna rzecz, ale wymaga poświęcenia mojego czasu i pieniędzy na dojazd.

Jak wygląda twój trening?

Jaki dystans pokonujesz na przykład w ciągu tygodnia? Standardowy tydzień to jest około 10 kilometrów pływania, 80 kilometrów biegu i 300-350 kilometrów treningu rowerowego.

Bardzo dużo. Przyznam szczerze, że dla mnie są to liczby z kosmosu...

Wiem. Ale kiedy decydujemy się na długie dystanse, to pewne rzeczy trzeba przemie-



FOT. ARCHIWUM RAFAŁA BOROWIAKA

Ironman to 3,8 km pływania, 180,2 km jazdy na rowerze i 42,2 km biegu. Rafał Borowiak pokonał go już 26 razy!

lić. Jeśli robiłbym po 10 kilometrów biegu tygodniowo, to z pewnością nie przebiegłbym nawet maratonu. Człowiek już się w pewnym momencie od treningu uzależnia. Od długiego dystansu. W mojej sytuacji, kiedy jestem singlem, nie mam rodziny i po prostu mam na to czas, mój organizm wręcz tego potrzebuje.

Teraz chciałabym zapytać o samego Ironmana. Kiedy człowiek pokonał go tyle razy, to każdy kolejny jest łatwiejszy?

Jest dużo czynników, które na to wpływają. Warunki atmosferyczne, ukształtowanie terenu. W każdym miejscu jest inaczej. Kiedy startowałem na Hawajach, w Nicei czy we Frankfurcie nad Menem, to mieliśmy tam przewyższenia do 2 tysięcy metrów i na

dystansie 180 kilometrów to nie jest mało. Wszystko zależy od tego, w jakiej formule są zawody, w jakich warunkach i jaka jest trasa. Człowiek już później wie, co jeść, w jakich momentach, jakich rzeczy przestrzegać.

Jaki był Twój najlepszy czas ze wszystkich Ironmanów, które pokonałeś?

Kiedy wystartowałem w Woloszynie w 2015 roku, to miałem czas 11 godzin 15 minut. Wróciłem tam w 2021 roku i wtedy osiągnąłem czas 9 godzin 11 minut. To był mój najlepszy czas. Wygrałem te zawody.

Która część triathlonu jest najtrudniejsza?

Oczywiście końcówka. Podczas pływania człowiek jest

nabuzowany energią, pełen adrenaliny, jeszcze wypoczęty. Później na rowerze sytuacja wygląda podobnie, choć tu dużo zawsze zależy od warunków atmosferycznych. Wystarczy jeden mały błąd, jak na przykład zbyt późne przyjęcie płynów i już można to odczuć. Ale tak naprawdę wszystko wychodzi na biegu. Pierwsze kilometry są zazwyczaj jeszcze w miarę okej, ale kiedy przekracza się dystans półmaratonu, to zaczynają się kryzysy. Oczywiście nie pokazują się one za każdym razem, ale to często właśnie na tym dystansie zaczynają się spacerować, odliczanie kilometrów i walka z samym sobą.

Jak sobie wtedy radzisz? Masz jakiś sposób, by te kryzysy przetrwać, czy nie ma na to złotego środka?

Jeśli chodzi o samą fizykę, to nie ma środka. Jeśli to nie jest kontuzja, to przy takim spadku energii trzeba szybko uzupełnić płyny i cukier. W pewnym momencie tego się już nie chce jeść, a to ma ogromne znaczenie. Ale chyba najgorsza jest głowa. Pojawiają się myśli: a może by jednak skończyć? Może po prostu dziś nie dobiegnę do mety? I wtedy zaczyna się praca nad samym sobą. Ja zawsze sobie tłumaczę: to po co tu przyjechałeś? Żeby teraz odpuścić? Po to tyle inwestowałeś? Jeśli cię nic nie boli, to walcz dalej! Jednak, proszę uwierzyć, że po 8 godzinach walki ciężko jest sobie coś takiego powiedzieć.

Czyli pokonanie triathlonu to nie tylko siła fizyczna, ale także ciężka praca nad samym sobą pod względem

psychicznym. Potrzebna jest też siła umysłu.

To prawda. Jeśli jest się super wytrenowanym, to człowiek leci i czuje, że jest mega. Ale nie oszukujmy się, przychodzą zawody, gdzie są kryzysy. I właśnie wtedy wiele osób odpuszcza. W gronie triathlonistów nazywa się to „Did Not Finish” - ludzie nie kończą zawodów i całkowicie odpuszczają. Bardzo dużo zależy od psychiki. Później takie osoby często chcą siebie wytłumaczyć, mówiąc, że może coś go bolało, może kontuzja. Nie chcą się przyznać przed samym sobą, mówiąc: po prostu mi się nie chciało. Byłem wykończony i nie dałem rady. Bardzo dużo zależy od psychiki. Jeśli taki człowiek nie pokaże swojego charakteru swojej głowie, to - moim zdaniem - tego nie przezwycięży.

A co takiego jest w Ironmanie, że się tam wraca? I jakie masz plany na przyszłość?

Przed wszystkim chęć rywalizacji i chęć sprawdzenia się. Jasne, można się sprawdzić na treningu, ale to nie jest to samo, co stanąć na starcie z innymi zawodnikami. Drugą kwestią są właśnie te miejsca w różnych zakątkach. Miśtrzostwa świata są organizowane na przykład na Hawajach, ale żeby się tam zakwalifikować, wcześniej trzeba wziąć udział w innych zawodach i zdobyć odpowiednie miejsce. To również jest duża motywacja. Przedemną maraton w Chicago, jeden z największych na świecie. W listopadzie natomiast jadę na mistrzostwa świata Ironmana w Marbelli. Wystartuję tam jednak tylko na połowie dystansu Ironmana. ©P

PIŁKARSKI WEEKEND

III liga

Mecze lubuskich drużyn: piątek - godz. 12:00: Zagłębie II Lubin - Warta Gorzów, godz. 13:00: LZS Starówice Dolne - Lechia Zielona Góra, godz. 15:00: Stal Jasień - Carina Gubin.

IV liga

Piątek - godz. 20:00: Odra Bytom Odrzański - Victoria Szczaniec; niedziela - godz. 11:00: Dozamet



FOT. ROBERT GORBAT

Nowa Sól - Grupa Chmiel Polonia Słubice, godz. 12:00: Stilon Gorzów - Sprotavia Szprotawa, godz. 14:00: Róża Różanki - Łuczniczka Strzelce Krajeńskie, Pogoń Świebodzin - Lechia II Zielona Góra, Zorza Port 2000 Mostki - ZAP Syrena Zbąszynek, Piast Iłowa - Pogoń Skwierzyna, Czarni Żagań - Ilanka Rzepin, Stal Sulęcín - Odra Nietków.

Klasa okręgowa

- grupa zielonogórska Niedziela - godz. 13:00: Relax Grabice - Dąb Sława-Przybyszów, godz. 14:00: Pogoń Wschowa - TS Przylep Zielona Góra, Unia Kunice Żary - Budowlani Lubsko, Błękitni Ołobok - Pogoń Wężyńska, Korona Koźuchów - Bóbr i PME Bobrowice, Cargovia Kargowa - Dozamet II Nowa Sól, Zorza Ochla - Tęcza

Homanit Krosno Odrzańskie, ŁKS Łeknica - Prościejów Żary.

Klasa okręgowa

- grupa gorzowska Niedziela - godz. 11:00: Orzeł Międzyrzecz - Warta II Gorzów, godz. 12:00: Lubuszanin Drezdenko - Pionier Zwierzyn, Spartak Deszczno - Stilon II Gorzów, godz. 13:00: Czarni Browar Witnica - Toroma

Torzyn, godz. 14:00: Celuloza Kostrzyn nad Odrą - Spójnia Ośno Lubuskie, Piast Karnin - Sokół Gościm, Warta Słońsk Browar Pavco - Uran Trzebiech, GKP Bogdaniec - Radomaw Drezdenko.

Centralna Liga Juniorów

U-17: Piątek - godz. 11:30: FASE Szczecin - Lechia Zielona Góra. (pg)

SPORT

www.sportowy24.pl

Robert Gorbat
rgorbat@gazetalubuska.pl

SIATKÓWKA. **Nie udało się środowa inauguracja sezonu 2025-2026 w Arenie Gorzów. W pierwszym spotkaniu o punkty w Plus Lidze Cuprum Stilon nie wygrał nawet jednego seta Skrze Bełchatów.**

Cuprum Stilon Gorzów	0
PGE GiEK Skra Bełchatów	3

Sety: 22:25, 17:25, 26:28.
Cuprum Stilon: Veloso, Henno, Niemiec, Neves Atu, Waliński, Kania, Gregorowicz (libero) oraz Gąsior, Więclawski, Węgrzyn, Kwasowski, Rejno i Dembiec (libero).
PGE GiEK Skra: Łomacz, Pothron, Szalacha, Żakieta, Chitigoia, Lemański (MVP spotkania), Szymura (libero) oraz Krzysiek, Kubicki i Szymendera.
Sędziowali: Mateusz Broński (Murowana Goślina) i Jarosław Makowski (Szczecin).
Widzów: 3.493.

Gorzowscy kibice z dużymi nadziejami czekali na inaugurację ekstraklasowego sezonu 2025-2026 w mieście nad Wartą. Mówiąc wprost – liczyli na zwycięstwo swojej drużyny. Co prawda w pierwszym pojedynku niebiesko-biali przegrali 2:3 w Chełmie z beniaminkiem Plus Ligi, ale po-

dobnej porażki z olsztynianami doznali też bełchatowianie. Na dodatek na swoim boisku. Obydwa zespoły miały drobne problemy kadrowe. W Skrze brakowało kontuzjowanego, brazylijskiego atakującego Alana Souzy, natomiast w Cuprum Stilonie pod znakiem zapytania stał występ narzekającego na ból nogi przyjmującego Kamila Kwasowskiego. Trzy dni wcześniej ten uraz uniemożliwił mu grę w Chełmie. Pierwszy set był dla miejscowych fanów deprymujący. Goście bombardowali serwisami Marcina Walińskiego, a po niedokładnych przyjęciach i schematycznych rozegraniach stilonowców co chwilę „sprzedawali” im potężne „czapy”. A gdy zaszła taka potrzeba, skutecznie kończyli swoje kontry, do których rewelacyjnie wystąpił Grzegorz Łomacz. Liczby na tablicy wyników były porażające: 4:9, 7:14, 9:17 i 15:22. Dopiero od tego ostatniego stanu gorzowianie poderwali się do walki. Kilka asowych serwisów Walińskiego oraz Eduardo Chizoby Nevesa Atu pozwoliło gospodarzom poprawić wynik na 22:24. Polegli jednak przy czwartym setbołu po atomo-

KOSZYKÓWKA

Bardzo napięty kalendarz startów mają wicemistrzyni Polski z Gorzowa. W czwartkowy wieczór KSSSE Enea AZS AJP rywalizował w EuroCup Women z Besiktasem BOA w Stambule, a już w niedzielę podejmie w meczu 5. kolejki Orlen Basket Ligi Kobiet MB Zagłębie Sosnowiec. Mecz w Arenie Gorzów rozpocznie się o godz. 16.00. Faworytkami będą gospodynie, wyprzedzające w tabeli sosnowiczanki o jedną wygraną.



FOT. JAROSŁAW MIKOWSKI

KOSZYKÓWKA

W 6. serii spotkań Orlen Basket Ligi Mężczyzn Zastal Zielona Góra zmierzy się w świąteczną sobotę z Kingiem w Szczecinie (początek meczu o godz. 17.30). Więcej szans na wygraną faworycy dają gospodarzom.

Stilon nie ugrał nawet seta. Skra była za silna



FOT. JAROSŁAW MIKOWSKI

Profesor Grzegorz Łomacz (przy piłce) dał pokaz kunsztu

wym ataku Arkadiusza Żakiety z prawego skrzydła. Druga odsłona? Bez zmian. Profesor Łomacz z łatwością gubił gorzowski blok, a gdy zaszła taka potrzeba, nawet skutecznie blokował. Stilonowcy

z ustawieniem szczelnego bloku dla Antoina Pothrona, Daniela Chitigoia i Żakiety. Gdy na świetlnej tablicy pojawiły się wyniki: 12:16, 14:20 i 16:24, wszystko było już jasne. Wyrok na miejscowych wykonał za drugą próbą Żakieta, popisując się efektowną kiwką – tym razem z lewego skrzydła. Trenerowi Cuprum Stilonu Hubertowi Henno nie zostało nic innego, jak tylko mocno pomieszać w składzie swojej drużyny. Na parkiecie pojawili się praktycznie wszyscy wpisani do protokołu zawodnicy, ale najlepszą zmianę – za Walińskiego – dał Kwasowski. Co prawdę ataki bełchatowian wciąż były bardziej urozmaicone i do nich należała punktowa inicjatywa, lecz końcówka wreszcie przyniosła emocje. Po zablokowaniu przez Kwasowskiego najpierw Pothrona, a potem Chitigoia, gorzowianie wyrównali na 22:22, zaś chwilę później objęli prowadzenie 24:23. Mieli dwie piłki setowe, lecz goście znakomicie się obronili. A później – wykorzystując swe lepsze przyjęcie i wciąż znakomitą dyspozycję gubiącego blok rywala Łomacza – triumfowali za drugim meczbolem do 26.

Decydującą akcję wykonali po godzinie i 50 minutach gry, „sprzedając” kolejną „czapę” Nevesowi Atu. Już jutro, w świąteczną sobotę, gorzowianie czeka mecz 3. kolejki Plus Ligi z Asseco Resovia w Rzeszowie (początek o godz. 17.30). Zdecydowanymi faworytami tej potyczki są gospodarze. Kibice Cuprum Stilon czekają na ligowe zwycięstwo swojej drużyny od 17 stycznia, kiedy to niebiesko-biali pokonali u siebie Stal Nysa 3:2. Od tamtej pory zanotowali 11 porażek z rzędu...

Wyniki zaległych meczów: ZAKSA Kędzierzyn-Koźle – Aluron CMC Warta Zawiercie 1:3, Barkom Każany Łwów – Steam Hemarpol Politechnika Częstochowa 3:2. ©

1. PGE Projekt	2	6	6:0
2. Bogdaka LUK	2	5	6:2
3. JSW Jastrzębski Węgiel	2	5	6:2
4. Asseco Resovia	2	5	6:3
5. PGE GiEK Skra	2	4	5:3
6. Indykpol AZS	2	3	5:5
7. Energa Trefl	2	3	5:5
8. Barkom Każany	2	3	5:5
9. Aluron CMC Warta	2	3	3:4
10. InPost ChKS	2	2	3:5
11. ZAKSA	2	1	3:6
12. Cuprum Stilon	2	1	2:6
13. Steam Hemarpol Politechnika	2	1	2:6
14. Ślepsk Małow	2	0	1:6

MOIM ZDANIEM

Andrzej Flügel



Jak się okazuje, czasem lepiej prognozując wyniki nie być pewnym, bo w sporcie nic nie wiadomo. Przed tygodniem pisałem, że nie robię sobie żadnej nadziei przed meczem Legii w Pucharze Konfederacji z Szachtarem Donieck. Tymczasem warszawianie niespodziewanie wygrali. To prawda – z fartem i dlatego, że jeden

zawodnik miał akurat „dzień konia”. Nie zmienia to jednak faktu, iż jest zwycięstwo i trzy ważne, pucharowe punkty. Pisałem też, że nie życzę piłkarzom zielonogórskiej Lechii powrotu do „przeplatanki”, czyli zaliczaniu po dobrym spotkaniu słabego. Niestety, wrócili do tego zwyczaju. Kolejny, czwarty już remis na własnym stadionie

TAK TO BYWA...

oznacza osiem punktów straconych u siebie. Zespół, który walczy o awans powinien „przepychać” mecze, w którym mu nie idzie. Potrafią to rywale, czyli Górnik Polkowice i rewelacyjny beniaminek Sparta Katowice. Lechia, jeśli złapie ją jakaś słabość (jak to było w ostatnią sobotę w drugiej połowie), traci punkty. Boję się, że tych zgubionych punktów może na koniec sezonu zabraknąć. Oby nie. Co jednak mają mówić kibice Stilonu? Wydawało się, że kwestia powrotu do trzeciej ligi rozegra się między gorzowianami a Odrą Bytom Odrzeński. O ile jednak Odra robi

swoje, o tyle Stilon zgubił już osiem punktów! Porażkę z Odrą na wyjeździe można wybaczyć, lecz remis z ekipą z dołu tabeli, czyli Łucznikiem w Strzelcach Krajeńskich, już nie bardzo. A ci, którzy oglądali ostatni mecz gorzowian w Ślubicach mówią, iż Polonia była lepsza i wygrała zasłużenie. Oczywiście do końca rozgrywek jeszcze daleko, a przecież do trzeciej ligi może po barażach awansować także wice mistrz. Skoro w poprzednim sezonie udało się do zespołowi z Opolszczyzny, czyli Polonii Nysa, to czemu ma się nie udać ekipie lubuskiej? Teraz widać jak na dłoni, jak potrzebne

były baraże w trzeciej i czwartej lidze. Kiedyś, jeśli chodzi o naszą czwartą ligę, już w końcówce jesiennej rundy mogłoby wiać nudą, bo Odra uciekła i na razie nikt nie potrafił jej zatrzymać. Ale o drugie miejsce walczyły trzy zespoły i jest ciekawie. Oczywiście wszystko może się zmienić wiosną, bo karta lubi się odwrócić. Pamiętam jak przed laty jeden z lubuskich zespołów kończył jesień w trzeciej lidze (wtedy to był autentycznie trzeci poziom rozgrywek, a nie – jak dzisiaj – czwarty) jako lider. W zimie się wzmocnił, były zapowiedzi fajnej wiosny.

Wszyscy już zacierali ręce i marzyli, jak to pięknie będzie na zapleczu ekstraklasy. Niestety, druga runda okazała się, nie wiedzieć czemu, tragiczna i zespół nie dość, że szybko zaprzepaścił szansę na awans, to jeszcze musiał walczyć o utrzymanie. A w lidze został, wygrywając szczęśliwie ostatni mecz. Tak to bywa... Zawsze mówiłem, że ludzie doceniają sport na najwyższym poziomie. Towarzyski mecz futsalu Polska – Holandia, rozegrany w Arenie Gorzów oglądało cztery i pół tysiąca widzów! I niech ktoś powie, że Lubuszanie nie lubią futbolu... ©