

MAGAZYN *razem z dodatkami*

Marta Suska: Cóрка ma prawo do swojego życia, nawet jeśli matka się obrazi

● Na jednej nodze, o kulach, biegną po zwycięstwo. Na boisku gra drużyna, nie niepełnosprawność

PLUS TELEMAGAZYN z programem TV



GŁOS DZIENNIK POMORZA KOSZALIŃSKI

Piątek
29.05.2026

Nr 123 (5881)
Nakład: 9.390 egz.

www.gk24.pl
Cena 6,50 zł (w tym 8% VAT)

Nowy pomnik powstanie w Koszalinie?



FOT. ARCHIWUM JULII SOBIERSKIEJ

Pomnik może zostać postawiony w 2027 roku. Cel? Upamiętnienie tworzenia się koszalińskich struktur Solidarności w 1980 roku. Na razie poznaliśmy jego wizualizację **TYGODNIK REGIONÓW - STR. 10-11**

Rozmowa. Młodzi ludzie wykorzystywani do działań destabilizujących państwo **str. 2**

Region. Pasjonaci ze Sławna i moneta z 1771 roku **str. 4**

Koszalin. Przetarg na dokończenie budowy dworca kolejowego z poślizgiem **str. 3**

Nr ISSN 1231-8124

Nr indeksu 348-570



Dzień próby dla prezydenta Koszalina. Jest votum zaufania **str. 4**



FOT. RADOŚLAW BRZOSIEK

Sport. - Na szczyt nie dochodzi się przypadkiem. Trzeba być wytrwałym i gotowym na ciężką pracę - mówi kolarz Rafał Majka.

TYGODNIK REGIONÓW - STR. 16

REKLAMA



Smaczna,
filtrowana
woda
prosto z kranu



**Bez kaucji
Bez problemu**

0011529146

TYDZIEŃ Z NASZĄ GAZETĄ

SOBOTA

● Kazik Staszewski już nie jest ateistą

PONIEDZIAŁEK

● Sportowy24: Grali na boiskach, grali na parkietach

WTOREK

● Strefa Biznesu: W gąszczu ekonomii nie zginięsz

ŚRODA

● Strona Zdrowia: Sprawdź interaktywną mapę kleszczy

PIĄTEK

● Puls i Tygodnik Regionów. Teksty ze znakiem jakości

ZAMÓW PRENUMERATĘ: tel. 94 340 11 14, mail prenumerata.gdp@polskapress.pl, na stronie prenumerata.gp24.pl

Młodzi ludzie wykorzystywani do działań destabilizujących państwo

Mira Suchodolska (PAP)
Rozmowa

z Konradem Ciesiołkiewiczem, psychologiem i politologiem

W ostatnich tygodniach obserwowaliśmy falę fałszywych alarmów i działań destabilizujących pracę służb. Czy to już przejaw zjawiska, które opisuje pan w swoim raporcie?

Z opisów medialnych wynikałoby, że tak. To spełnia szerokie kryteria tego, co określa się dziś mianem „com” – sieciowych grup funkcjonujących całkowicie online. Często te osoby nawet się fizycznie nie znają, ale działają według określonej logiki medialnej: sieciują się, budują relacje zależności, nakręcają się wzajemnie. W takich środowiskach status rośnie wraz z „odwagą”. Im większy „dym” ktoś zrobi, im większy wywoła szok społeczny, tym bardziej zyskuje w oczach grupy. Bardzo często mamy też do czynienia z czymś w rodzaju toksycznej grywalizacji – użytkownicy wymieniają się „dobrymi praktykami”, mówią sobie: „to zadziałało”, „to dało większy efekt”, „to przestraszyło więcej ludzi”. To jest już pewna filozofia funkcjonowania w mediach cyfrowych – pod show, pod medialność, pod wywołanie szoku.

Czyli chodzi nie tylko o sam czyn, ale też o spektakl?

Dokładnie. W tych środowiskach ważny jest efekt społeczny. To ma być głośne, spektakularne, ma wywołać panikę, chaos, reakcję służb, mediów, opinii publicznej. Oczywiście sprawy nie zawsze będą się tym publicznie chwalić, bo wiedzą, że mogłoby to przyspieszyć ich zatrzymanie. Ale sam mechanizm działania – wzajemne nakręcanie się, budowanie pozycji w grupie, relacja sieciowa – jest bardzo charakterystyczny.

Na ile istotne jest to, że w takich grupach działają bardzo młodzi ludzie?



FOT. UCZELNIA KORCZAKA

Konrad Ciesiołkiewicz: - Dziś widzimy, czym jest brak kontroli. Państwo nie ma narzędzi działania

To jest kluczowe. Instytucje europejskie alarmują o tym od kilku lat. Mówimy już nie tylko o młodych dorosłych, ale wręcz o dzieciach. W Europie zatrzymywane są 12-, 13-, 14-latkę wykonujące działania dywersyjne czy przestępcze. To jest nowe zjawisko i właśnie dlatego od 2025 roku zaczęto mówić o „weaponizacji” młodych ludzi – ich wykorzystaniu jako broni, narzędzi siania terroru i chaosu.

Jak wygląda taki mechanizm?

Najpierw trzeba znaleźć osobę podatną. Takie osoby są namierzone w sieci – na grupach wsparcia, platformach społecznościowych, forach. Często są to młodzi ludzie w kryzysie zdrowia psychicznego, samotni, odrzuceni, z depresją, ADHD, w spektrum autyzmu, po doświadczeniu bullyingu. Potem buduje się z nimi relację, czasem wręcz romantyczną. A później następuje wciąganie w coraz bardziej destrukcyjne działania.

W swoim raporcie używa pan pojęcia „nihilistycznie zorientowanej przemocy”. Co ono właściwie oznacza?

To jest nowa kategoria radykalizacji. Różni się od klasycznej ekstremizmu tym, że ideologia jest tam drugorzędna. Celem samym w sobie staje się destrukcja: wywołanie szoku, chaosu, cierpienia, destabilizacji. To jest fascynacja przemocą jako taką.

Trudno to zrozumieć.

Bo tutaj rzeczywiście wyobraźnia trochę wysiada. Ale wspólnym mianownikiem jest samotność. To są bardzo często osoby szukające uznania, przynależności, poczucia znaczenia. Nawet jeśli ta wspólnota jest całkowicie iluzoryczna i istnieje wyłącznie online, daje poczucie akceptacji i wzmacnia ego.

Wspominał pan o fascynacji przemocą.

Tak. Wiele zatrzymanych osób funkcjonowało wcześniej w tzw. gore communities – społecznościach epatujących brutalnością, krwią, śmiercią. Następuje coś, co psychologia nazywa desensytyzacją, czyli odwróceniem. Krok po kroku przemoc przestaje szokować.

Jak to wygląda w praktyce?

Najpierw są brutalne filmy, później zachęcanie do okrucieństwa wobec zwierząt, potem kolejne wyzwania. „Zrób to, pokaż to, nagraj to” – to działa jak spirala. I trzeba pamiętać, że mówimy o osobach, których aparat emocjonalny, moralny i społeczny dopiero się rozwija. Jeśli ktoś przez wiele miesięcy funkcjonuje niemal wyłącznie w świecie przemocy, to nie ma możliwości, żeby nie wpływało to na jego postawy.

Z jednej strony terror staje się formą chorej rozrywki, ale jest też możliwość wykorzystywania młodych ludzi przez państwa prowadzące działania hybrydowe, aby osłabiać ich przeciwników.

Tak. O tym mówią już wprost Europol i przedstawiciele NATO. Po wybuchu wojny w Ukrainie bardzo wzrosła skala takich działań. Młodzi ludzie bywają wykorzystywani, głównie przez Rosję, ale też inne kraje, do siania chaosu i destabilizacji. I często nawet nie wiedzą, że są narzędziami w czyichś rękach.

Jak to możliwe?

Bo ten system jest wielowarstwowy. Są rekruterzy, pośrednicy, osoby zapewniające logistykę, a na końcu ktoś zleca-

jący zadanie. Młody człowiek może dostać komunikat: „zrób zdjęcie”, „przenieś paczkę”, „wyślij alarm”. I nawet nie mieć świadomości, że uczestniczy w działaniach przestępczych czy destabilizacyjnych.

A wszystko dzieje się na platformach, z których korzystają miliony ludzi.

Właśnie dlatego problem jest tak poważny. Jeszcze nigdy w historii dostęp do młodych ludzi nie był tak łatwy. Kiedyś istniała bariera geografii, rodziny, szkoły, społeczności lokalnej. Dziś każdy ma smartfon i jest stale online.

Czy państwo jest wobec tego bezradne?

W dużej mierze tak. Potrzebujemy regulacji i odzyskania części suwerenności państwa w przestrzeni cyfrowej. Tymczasem nawet ustawa wdrażająca unijny Akt o Usługach Cyfrowych została zawetowana. A przecież chodziło m.in. o możliwość szybszego reagowania na treści przestępcze.

Przeciwnicy takich regulacji mówią jednak o ograniczaniu wolności.

Dziś widzimy, czym naprawdę jest brak kontroli. Państwo praktycznie nie ma narzędzi działania. A przecież mówimy o ochronie dzieci, o przeciwdziałaniu przemocy, groomingu, wykorzystywaniu seksualnemu czy destabilizacji państwa.

Same regulacje wystarczą?

Nie. Druga noga to edukacja i budowanie refleksyjności. Musimy o tym rozmawiać – w szkołach, w rodzinach, w samorządach, w miejscach pracy. Nie chodzi o moralizowanie, ale o uczenie dystansu, krytycznego myślenia, odpowiedzialności za innych.

Czy społeczeństwo rozumie skalę zagrożenia?

Mam wrażenie, że wciąż za mało o tym rozmawiamy. Tymczasem pierwszą linią obrony są dziś nie tylko służby specjalne, ale nauczyciele, psychologowie, pedagodzy, pracownicy socjalni, urzędnicy samorządowi.

KALENDARIUM

29 MAJA POLSKA

1493 Wielki mistrz zakonu krzyżackiego Johann von Tieffen złożył w Poznaniu hołd lenny królowi Janowi I Olbrachtowi.

1831 W Teatrze Narodowym w Warszawie wykonano po raz pierwszy pieśń patriotyczną Litwinka, czyli hymn legionistów litewskich.

1921 Rozpoczęto budowę portu w Gdyni.

1932 Założono Instytut Radowy im. Marii Skłodowskiej-Curie w Warszawie (obecnie Narodowy Instytut Onkologii im. Marii Skłodowskiej-Curie – Państwowy Instytut Badawczy).

1944 123 osoby zginęły w wyniku alianckiego nalotu bombowego na fabrykę benzyny syntetycznej w Policach.

ŚWIAT

1913

W Paryżu odbyła się prapremiera baletu Święto wiosny z muzyką Igora Strawinskiego i jego oraz Nikołaja Roericha i brette.

1919

Obserwacja przesunięcia położenia gwiazd podczas zaćmienia Słońca potwierdziła teorię względności Alberta Einsteina.

1949

Wręczono po raz pierwszy nagrody Brytyjskiej Akademii Filmowej.

1953

Nowozelandczyk Edmund Hillary wraz z nepalskim szerpą Tenzingiem Norgayem jako pierwsi w historii weszli na szczyt Mount Everestu.

1990

W Paryżu podpisano porozumienie o utworzeniu Europejskiego Banku Odbudowy i Rozwoju (EBOiR).

ZDJĘCIE TYGODNIA



FOT. ANDRZEJ SZKOCKI

Stara zdegradowana ściana na ul. Bolesława Śmiałego 44 w Szczecinie została przekształcona w dzieło sztuki. Instalacja pt. „Bolesław Nieśmiały” to nie jest zwykłe graffiti, to opowieść. Pomysłodawcą i fundatorem projektu jest Bogdan Dębowski, którego frustrowała szpetota okolicy. Wykonawcą dzieła został Rafał Razecki, od lat działający w streetartcie.

nasz REGION

KOSZALIN

Dzień dziecka. W sobotę 30 maja Forum Koszalin na wyjątkową atrakcję z okazji Dnia Dziecka, czyli Misja Super Sprawność – dynamiczny tor, który sprawdzi precyzję, zwinność i celność. Każdy uczestnik pokonuje trasę na czas, przechodząc przez 3 różnorodne etapy. Wyniki trafią na tablicę, więc będzie okazja do zdrowej rywalizacji i bicia rekordów! A dla uczestników, którzy ukończą tor – bańki mydlane.



FOT. ARCHIWUM

DYŻURNY GŁOSU
Piotr Polechoński,
tel. 94 347 35 52

Na naszych Czytelników czekamy w redakcji Głosu Koszalińskiego w Koszalinie przy ul. Partyzantów 17 oraz pod adresem: alarm@gk24.pl

Trudne pytania o łączenie koszalińskich szpitali

Jakub Roszkowski
Koszalin

Piotr Sołtysiński, dyrektor Szpitala Wojewódzkiego w Koszalinie oraz Mateusz Moksik, szef wydziału zdrowia w Urzędzie Marszałkowskim, odpowiadali w czwartek na pytania koszalińskich radnych. Rzeczą dotyczy planowanej fuzji dwóch koszalińskich lecznic.

Konsolidacja Szpitala Wojewódzkiego w Koszalinie oraz Specjalistycznego Szpitala Gruzlicy i Chorób Płuc jest już niemal przesądzona. Wprawdzie ostateczną decyzją muszą podjąć wojewódzcy radni, prawdopodobnie na czerwcowym posiedzeniu Sejmiku Samorządowego Województwa Zachodniopomorskiego, można zaryzykować stwier-

dzenie, że będzie to tylko formalność, a połączenie obu lecznic stanie się faktem.

Na razie jednak to nadal tylko projekt. Pacjenci oraz pracownicy obu szpitali wciąż się martwią twierdząc, że niewiele im wyjaśniono w sprawie. Mieszkańcy regionu zastanawiają się, czy połączenie obu lecznic nie spowoduje, że dostęp do medyków nie stanie się trudniejszy.

Dyskusję rozpoczął wspomniany Mateusz Moksik, dyrektor wydziału zdrowia w UM w Szczecinie. - Pojawiają się głosy z różnych stron, że ten proces nie jest konsultowany. Otóż konsultowaliśmy to z 49 wszelkiego rodzaju instytucjami i organizacjami, a ponad 30 już odpowiedziało pozytywnie. Na pozostałe opinie jeszcze czekamy - powiedział dyrektor Moksik. Wymienił związki za-



FOT. RADOŚLAW BRZOSZEK

Piotr Sołtysiński w trakcie wczorajszej sesji mówił o sytuacji koszalińskich szpitali

wodowe, uczelnie, organizacje społeczne, które już zajęły pozytywne stanowisko, przyznając, że wciąż czeka na opinię związków zawodowych m. in. z koszalińskiego „Gruźlika”. Powtórzył kilka razy, że powstanie jeden silny ośrodek medyczny

w regionie, co ma zdecydowanie poprawić jakość i dostęp do usług medycznych dla mieszkańców. - Będzie szerszy dostęp do diagnostyki, minimalizujemy ryzyko. Proszę zauważyć, że łączymy dwa szpitale, które nie wchodzą sobie w pa-

radę. One się uzupełniają, nie dublują się. Dlatego nie będzie żadnych zwolnień. Wszyscy pracownicy zachowają swoje stanowiska - zapewniał. Dodał, że NFZ wspiera ten proces i nie widzi żadnych przeciwwskazań do tej operacji. Przyznał, że konsolidacja nie będzie darmowa, ale ministerstwo ogłosiło już dopłaty dla lecznic, które zostaną połączone. Wyliczył, że co roku szpital generuje coraz większe straty, w ubiegłym roku już przekraczające 2 mln złotych.

O procesie łączenia obu szpitali i rozgorzałych wokół tego procesu dyskusji wypowiedział się także dyrektor lecznicy Piotr Sołtysiński. - Wiele osób robi jakieś konferencje w tej sprawie, spotkania, komentuje. Mają w tym swoje interesy, ja nie będę tego komentował. Szkoda gadać - rzu-

cił, dodając, że nikogo nie zamierza w szpitalach zwalniać, nie zamierza też likwidować oddziałów, a w ramach tej planowanej konsolidacji ma zamiar sięgnąć po duże pieniądze na tę operację. Wspomniał, że kilka dni temu miało miejsce sympozjum pulmonologiczne w Szczecinie, na którym dyskutowano o zmianach w leczeniu i nowoczesnej diagnostyce. Tam - mówił - usłyszał, że mamy najmniej zachorowań na nowotwory płuc. - Ale to mylne dane. My po prostu nie mamy odpowiedniej diagnostyki. Jedynie konsolidacja i OIOM dadzą szansę na lepszą diagnostykę. Struktura całej organizacji musi być zmieniona, jeśli ma to dobrze funkcjonować - zakończył, dodając, że jego zdaniem całe zamieszanie wokół konsolidacji to jedynie polityczna gra.

Przetarg na dokończenie budowy dworca kolejowego z poślizgiem



FOT. ARCHIWUM

Szacunkowa wartość budowy nowego dworca kolejowego (bez podatku VAT) to 46 milionów złotych

Jakub Roszkowski
Koszalin

Termin składania ofert na dokończenie budowy dworca kolejowego w Koszalinie został właśnie zmieniony. Na szczęście nieznacznie, o 20 dni.

Pierwotnie otwarcie ofert w przetargu na dokończenie budowy dworca w Koszalinie miało nastąpić 27 maja, czyli w najbliższą środę. Spółka PKP S.A., która ogłosiła przetarg,

zmieniła właśnie ten termin. Ale tylko nieznacznie. Nowym jest data 17 czerwca.

Przedmiotem zamówienia jest „robota budowlana polegająca na dokończeniu robót budowlanych dla zadania inwestycyjnego pod nazwą Rozbiórka i budowa nowego dworca kolejowego Koszalin”.

Szacunkowa wartość tej inwestycji (bez podatku VAT) to 46 milionów złotych, a okres budowy to 70 tygodni od podpisania nowej umowy.

Przypomnijmy, że pierwot-

nie budowa koszalińskiego dworca kolejowego miała kosztować 44 miliony złotych (nie wiadomo dokładnie ile zapłacono poprzedniemu wykonawcy) i zakończyć się w 2024 roku.

Prace zostały jednak na prawie dwa lata wstrzymane, ze względu na wykryte błędy w projekcie. PKP nie porozumiała się z poprzednim wykonawcą co do dokończenia inwestycji w nowej specyfikacji projektowej, umowa została więc zerwana.

REKLAMA

0011522763

Stypendia
Pomostowe

25. edycja
Stypendiów
Pomostowych

Planujesz studia?

Aplikuj o stypendium pomostowe!

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

Jeśli TAK, masz szansę na

stypendium na I rok studiów

w wysokości 10 000 złotych

Rekrutacja rusza 9 lipca, online.

Więcej informacji znajdziesz na
www.stypendiapomostowe.pl



Czaplinek inwestuje w kosztowny projekt

Marzena Góra
Region

Urząd Miejski w Czaplinku oraz Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej przechodzą dużą cyfrową modernizację. Wszystko w ramach projektu „Wzmocnienie poziomu cyberbezpieczeństwa w Gminie Czaplinek”, realizowanego z programu „Cyberbezpieczny Samorząd”. Wartość całego przedsięwzięcia to ponad 904 tys. zł, z czego niemal 850 tys. zł to dofinansowanie ze środków unijnych i budżetu państwa.

Projekt obejmuje szereg działań związanych z ochroną danych, modernizacją infrastruktury informatycznej oraz zwiększeniem bezpieczeństwa systemów komputerowych wykorzystywanych przez samorządowe instytucje.

Jednym z najważniejszych elementów przedsięwzięcia jest wdrażanie Systemu Zarządzania Bezpieczeństwem Informacji. Realizuje go firma ZETO z Koszalina, która odpowiada za przygotowanie dokumentacji systemowej oraz przeprowadzenie audytów bezpieczeństwa informacji zarówno w urzędzie miejskim, jak i MGOPS.

Znaczna część projektu została już zrealizowana. Zakończono m.in. modernizację infrastruktury sieciowej oraz ku-

piono nowoczesne urządzenia mające zwiększyć bezpieczeństwo cyfrowe instytucji. W ramach inwestycji kupiono agregaty prądotwórcze i zasilacze UPS, które mają zabezpieczyć funkcjonowanie urzędu i ośrodka pomocy społecznej w przypadku awarii sieci energetycznej.

Rozbudowana została także serwerownia oraz infrastrukturę do przechowywania danych. Są też nowe serwery, systemy wirtualizacji oraz specjalistyczne oprogramowanie do archiwizacji poczty, tworzenia kopii zapasowych i ochrony przed cyberzagrożeniami. Wdrożono również systemy kontroli dostępu do sieci oraz zabezpieczenia typu Fortigate.

Ważnym etapem projektu było także wdrożenie systemu ITMANAGER/OXARI, który umożliwia między innymi inventaryzację sprzętu komputerowego, zarządzanie urządzeniami mobilnymi oraz obsługę zgłoszeń technicznych w ramach systemu Service Desk.

Choć większość działań technicznych została już zakończona, projekt nadal trwa. Przed gminą jeszcze szkolenia dla administratorów IT oraz pracowników obu instytucji. Mają one zwiększyć świadomość dotyczącą cyberbezpieczeństwa i przygotować pracowników na potencjalne zagrożenia związane z cyberatakami.



Urząd Miejski w Czaplinku oraz Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej przechodzą dużą cyfrową modernizację.

Pasjonaci ze Sławna i moneta z 1771 roku

Tomasz Turczyn
Sławno

Pasjonaci historii ze Sławieńskiego Stowarzyszenia Eksploracyjnego cieszą się z wykopania monety - 1/48 talara z 1771 roku! To, jak mówi, numer jeden ich ostatniej wyprawy z wykrywaczami metalu.

- To bez wątpienia nr 1 dzisiejszych poszukiwań. 1/48 talara z roku 1771! Moneta ma swoje lata i jej stan pozostawia wiele do życzenia ale postaramy jak zawsze ją delikatnie odrestaurować i zabezpieczyć - informuje Sławieńskie Stowarzyszenie Eksploracyjne.

Stowarzyszenie tworzą lokalni pasjonaci historii, którzy dopełnili wszelkich formalności prawnych, aby móc zająć się takimi poszukiwaniami.

1/48 talara z 1771 roku to moneta obiegowa, niemiecka. Warto wiedzieć, że rok 1771 zapisał się w historii Polski, jako rok konfederacji barskiej. W listopadzie miał miejsce nieudany zamach na króla Stani-



FOT. MAT SŁAWIEŃSKIE STOWARZYSZENIE EKSPLORACYJNE

sława Augusta Poniatowskiego, gdzie został on uprowadzony, ale go wypuszczono.

Pasjonaci swoje znaleziska ewidencjonują i są w kontakcie z konserwatorem zabytków. Część z tego, co odkryli już przekazali do Izby Muzealnej

Sławieńskiego Domu Kultury w Sławnie i tym samym wzbogacili jej zbiory.

Stowarzyszenie zapowiada, że będzie można je spotkać 31 maja 2026 r. w sławieńskim amfiteatrze, gdzie wystawią swoje stoisko podczas Sławieńskiego Dnia Dziecka.

Sylvia potrzebuje waszego wsparcia

Joanna Boroń
Koszalin

Sylvia Kisiel od lat walczy z endometriozą i adenomiозą. Leczenie w ramach Narodowego Funduszu Zdrowia - jak mówi - nie rozwiązuje jej problemów. Leczenie w klinice specjalizującej się w leczeniu endometriozy to kilkadziesiąt tysięcy złotych.

Wydarzenie będzie miało formę koncertu połączonego z licytacjami oraz licznymi atrakcjami dla uczestników.

W inicjatywę zaangażowało się już wiele lokalnych firm, artystów oraz przedstawicieli różnych branż, dzięki czemu wydarzenie zyskuje coraz większy zasięg i zainteresowanie wśród mieszkańców regionu.

Organizatorzy zapraszają w niedzielę (31 maja) do koszańskiej Prywatki od godziny 16 do godziny 20.

W programie przewidziane są m.in. występy artystyczne lokalnych wykonawców (w tym Bogny Jaśkiewicz), licytacje charytatywne, pokaz zumby, loteria fantowa, czy kiermasz ciast.

Cały dochód trafi na leczenie Sylwii.

Endometrioza to przewlekła choroba, w której tkanka przy-



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

Sylvia Kisiel od lat walczy z endometriozą i adenomiозą.

pominająca błonę śluzową macicy rozrasta się poza jej jamę (np. na jajnikach czy otrzewnej). Wywołuje to stany zapalne, zrosty i silny ból. Choroba jest nieuleczalna, ale jej objawy można skutecznie łagodzić farmakologicznie i operacyjnie.

Endometrioza to choroba, o której mówi się coraz więcej. Przez dziesięciolecia wiele kobiet nie zostało zdiagnozowanych, nie podjęło leczenia. Dziś to się zmienia. Powoli.

Dopiero od 1 lipca 2025 roku NFZ wprowadził kompleksowy,

bezpłatny model opieki nad pacjentkami z endometriozą, oferując diagnostykę, specjalistyczne USG oraz zaawansowane operacje chirurgiczne (zwłaszcza głęboko naciekającej) w dedykowanych ośrodkach. Jednak dostanie się do programu nie jest proste. Tymczasem każdy miesiąc z nieleczoną chorobą to koszmar.

- Koszt leczenia w prywatnej klinice to co najmniej 40 tysięcy złotych do 75 tysięcy, w moim przypadku leczenie wycenione zostało bliżej tej wyższej granicy - mówi Sylvia Kisiel.

KRÓTKO

KOSZALIN

Niedzielę spędźcie z nami dopingując najmłodszych rowerzystów

Już w niedzielę, 31 maja, parking przed Forum Koszalin zamieni się w kolorowy i pełen sportowych emocji tor zmagania. Dziecięce Wyścigi Rowerkowe „Głosu Koszalińskiego” to impreza, której nikomu w naszym mieście nie trzeba przedstawiać. Od blisko siedmiu dekad budujemy sportowe wspomnienia całych rodzin. W ubiegłym roku na starcie stanęło ponad 320 młodych zawodników, a emocje, jakie towarzyszyły każdemu przejechanemu metrowi, były po prostu bezcenne. W tym roku spodziewamy się około 250 młodych rowerzystów.

Spotykamy się 31 maja (niedziela) na parkingu przed wejściem do CH Forum Koszalin.

Od godziny 11 wydawać będziemy numery startowe wcześniej zapisanym zawodnikom. O godzinie 12 na linii startu pojawiają się najmłodszy zawodnicy. Każdy uczestnik musi startować w sztywnym kasku rowerowym. Rowerek powinien być napędzany wyłącznie siłą mięśni. **AB**

KOSZALIN

Prezydent otrzymał od radnych votum zaufania i absolutorium

Najpierw należało udzielić votum zaufania prezydentowi Tomaszowi Sobierajowi. Koalicja Obywatelska głosowała „za”, Prawo i Sprawiedliwość „przeciw”, a klub Wspólnie dla Koszalina „według swojego sumienia”. Podobnie stało się z absolutorium.

Wczoraj radni wysłuchali raportu o stanie miasta, który zaprezentował prezydent Tomasz Sobieraj. Wymieniał sukcesy, jakie osiągnął Koszalin, inwestycje, jakie się dokonały lub realizują, plany, podał sporo statystyki. Doszło do długiej dyskusji, radni opozycji mieli sporo uwag, m. in. do nierealizowania programów prozdrowotnych, czy bałaganu, jaki widać na ulicach miasta, ale sam raport wszyscy chwalili, jako przygotowany niemal wzorowo.

Ostatecznie w sprawie votum zaufania 14 radnych (wszyscy z Koalicji Obywatelskiej) zagłosowało „za” jego udzieleniem prezydentowi. Przeciw był klub Prawa i Sprawiedliwości (czworo radnych), Wiktor Kamieniarz (niezależny) i Piotr Jedliński oraz Żaneta Kwapisz ze Wspólnie dla Koszalina. Od głosu wstrzymał się Błażej Papiernik.

Chwilę później radni zdecydowali już o udzieleniu absolutorium prezydentowi z wykonania budżetu za 2025 rok. **QBA**

Wyrazy szczerego współczucia dla Pana
Mirosława Dziedziaka
z powodu śmierci

Mamy

składa

Prezydent Miasta oraz pracownicy Urzędu Miejskiego w Koszalinie

Zatrzesienie mrówek. Wielkie kolonie sieją zniszczenie w Europie i są coraz bliżej Polski

Agnieszka Romanowicz
Region

Synchroniczna rójka, na którą wpłynęła pogoda, to powód inwazji mrówek w Polsce. Gorzej mają Niemcy, gdzie kolonie śródziemnomorskich mrówek zaczęły zagrażać infrastrukturze.

- W tym roku w ogrodzie nie da się nic spokojnie wypić i zjeść - denerwuje się Czytelniczka z regionu. - Wystarczy postawić talerz na stole i już jest pełen mrówek.

- Czegoś takiego jeszcze nie było! Gdy wyrwam chwasty, są oblepione mrówkami. Gdzie nie wbijesz łopate, tam mrówisko. Są wszędzie - potwierdza inny z naszych Czytelników. - Bratu weszły do domu. Prosto pod blat w kuchni. Wydrążyły niewielką szczelinę w okolicy odpływu ze zlewu i wydreptały ścieżkę do śmietnika, a potem zaczęły się rozchodzić - dodaje.

Nawąłem mrówek w maju 2026 roku zainteresowała się weterynaria. Branżowy portal



FOT. ARCHIWUM

Prof. Borowiec uważa, że nie ma szans na wygranie walki z mrówkami. - Im bardziej z nimi walczymy, tym bardziej pobudzamy królowe do rozmnażania - mówi

infowet.pl ustalił, że nie jest to anomalia.

- Nazywamy to synchroniczną rójką - wyjaśnił prof. Lech Borowiec z Zakładu Bióżnorodności i Taksonomii Ewolucyjnej Wydziału Nauk Biologicznych Uniwersytetu Wrocławskiego. - Bo gdy wiosna powoli przychodzi i długo się ciągnie, mrówki nie roją się tak gwałtownie, zjawisko to jest

niejednoczesne, czyli niesynchroniczne. Natomiast w tym roku nastąpiło synchroniczne rojenie. - W tym roku zima była stosunkowo ostra i dodatkowo wiosna przyszła tak gwałtownie. Mieliśmy ostatnio kilka bardzo ciepłych dni, nawet skrajnie ciepłych, bo pod Wrocławiem, gdzie mieszkam, było nawet 27 stopni C, a w mieście pewnie było jeszcze cieplej. To

spowodowało, że zimujące mrówki, szczególnie niektóre gatunki, przystępują do rójek - tłumaczy prof. Borowiec.

Ekspert uprzedza, że nie ma szans na wygranie walki z mrówkami. - Mrówki to owady społeczne i mają zdolność do oceny wielkości kolonii. Jeżeli zwalczą, to przepływ informacji w obrębie kolonii mrówek stymuluje kró-

lowe do zwiększonej rozrodczości. Więc im bardziej z nimi walczymy, tym bardziej pobudzamy królowe do rozmnażania. A królowe w tej chwili, gdy wejdą w głąb gleby i zbudują gniazda podziemne, będą dla nas niedostępne - dodaje profesor.

Monstrualne kolonie mrówek są sensacją w całej Europie. Gatunek *Tapinoma magnum* (duża mrówka gruczołowa) z regionu Morza Śródziemnego rozprzestrzenił się na północy Europy. *Tapinoma magnum* jest już w Belgii, Holandii i Niemczech, i powoduje wiele problemów.

Mrówki podkopują chodniki, niszczą kable i urządzenia elektroniczne. Według niemieckich mediów, w mieście Kelys spowodowały przerwy w dostawach prądu i internetu.

Wiceminister ochrony środowiska Badenii-Wirtembergii przyznał, że uważa te mrówki za szkodniki i zaapelował o wskazywanie zauważonych kolonii, a miejscowi naukowcy uruchomili specjalny projekt pn. „*Tapinoma*”.

- Mrówki te stanowią coraz większe zagrożenie dla budyn-

ków i infrastruktury w Badenii-Wirtembergii i innych regionów Niemiec. Projekt *Tapinoma* łączy wiedzę fachową Państwowych Muzeów Historii Naturalnej w Stuttgartcie i Karlsruhe z nauką obywatelską, aby sprostować temu wyzwaniu - czytamy na stronie Muzeum.

O *Tapinoma magnum* jest głośno w internecie:

- Środki owadobójcze na nie nie działają. Zalałem gniazdo wrzątkiem.

- Złapałem je w pobliżu mojego ogrodu. Martwię się, że mogą to być *Tapinoma magnum*. Czy ktoś może potwierdzić? - naradzają się internauci.

Więści o problemach sąsiadów rozeszły się po Polsce.

- Jak rozpoznać te mrówki? - pytają internauci.

Wbrew nazwie, robotnice nie są duże, mierzą 2,5 - 4,5 mm, są ciemnobrązowe, prawie czarne. W przeciwieństwie do znanych nam mrówek, nie budują wąskich ścieżek, ale wielopasmowe autostrady, a w razie zagrożenia, wydzielają nieprzyjemny zapach przypominający zjełczałe masło.

MATERIAL INFORMACYJNY WARTY

Nowy wymiar bezpiecznego biznesu

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

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

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

Firmy na kruchym lodzie

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

Widmo przestoju

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



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

Tymczasem pod niewinnie brzmiącym hasłem „prze-stój” kryje się jedna z bardziej dewastujących mały i średni

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

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

Od wszelkich ryzyk

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

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

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

Wygraną jest bezpieczeństwo

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

0011527068

Autostradą pod prąd, na spotkanie ze śmiercią. Nie pomagają znaki ostrzegawcze

Anna Gronczewska
Bezpieczeństwo

Nie pomagają słynne znaki ostrzegawcze z czarną dłońią ani kolejne tragedie. Są kierowcy, którzy wjeżdżają pod prąd na autostradzie, zabijając siebie lub innych

W minioną niedzielę do jednej z takich tragedii doszło na autostradzie A1 w okolicach Tuszyna koło Łodzi. Dochodziła godzina 2.25, gdy na jezdni prowadzącej do Gdańska, między węzłami Tuszyn i Łódź-Południe pojawił się jadący pod prąd Citroen. Zderzył się z jadącym w prawidłowym kierunku Audi. Oba auta stanęły w płomieniach. Kierowcy Citroena nie udało się wyjść z płonącego samochodu i zginął na miejscu. Ustalono, że był obywatелеm Czech, miał 69 lat. - Sprawca wypadku zginął na miejscu, a trzy osoby podróżujące Audi trafiły do szpitala - powiedziała aspirant Aneta Kotynia, oficer prasowa Komendy Powiatowej Policji w Koluszach.

Audi kierowała 37-letnia mieszkanka, jechali z nią: 36-letni mieszkaniec powiatu pabianickiego i 59-letni Łódzianin.

To nie było wyjątkowe zdarzenie. Do podobnej tragedii doszło na początku lutego tego roku. Miała miejsce na autostradzie A2 w okolicach Strykowa. 66-letnia kobieta siedziała za kierownicą Toyoty Aygo i wjechała pod prąd na autostradę. Stało się to około godziny 23.00, między węzłami Stryków i Łódź-Północ. Kobieta zderzyła się z prawidłowo jadącym w kierunku Warszawy Audi A6. Niestety 66-latką poniosła śmierć. Jadący Audi nie odnieśli poważnych obrażeń.

Do śmiertelnego wypadku doszło też na granicy wojewódz-



Effekt nocnego czołowego zderzenia na autostradzie A1. Nie wszyscy kierowcy reagują na takie znaki

stwa łódzkiego i mazowieckiego na autostradzie A2 w kierunku Poznania. Doszło do tego około godziny 19 w lutym 2025 roku między Skierniewicami a Wiskitkami. Do tragedii doprowadził 65-letni mężczyzna kierujący Toyotą, który wjechał pod prąd na autostradę i zderzył się z Fordem. Zginął na miejscu, a dwie osoby zostały ranne. Jedna z nich zmarła w szpitalu.

Dlaczego to robią?

Co sprawia, że kierowcy wjeżdżają pod prąd na autostradzie i drogi szybkiego ruchu?

- Kierowcy mogą wjeżdżać pod prąd z kilku, często dość prozaicznych powodów - mówi Maria Dąbrowska-Loranc, Centrum Bezpieczeństwa Ruchu Drogowego Instytutu Transportu Samochodowego w Warszawie. - Nierozumienie oznakowania to jeden z powodów, szczególnie tam, gdzie infrastruktura jest złożona, a kierowca jedzie trasą, której nie zna. Drugim czynnikiem jest brak praktyki na drogach szyb-

kiego ruchu. Sieć ekspresówek w Polsce rozwija się szybciej niż kompetencje części kierowców, zwłaszcza tych, którzy na co dzień poruszają się wyłącznie po drogach lokalnych. Do tego dochodzi zmęczenie i rozproszenie uwagi. Kierowca niewyspany, zestresowany lub zajęty telefonem łatwiej przeoczy znak czy zjazd.

W tych wszystkich opisanych tragicznie zdarzeniach nigdy nie dowiemy się, co doprowadziło do tego, że kierowcy wjechali pod prąd. Nie żyją, więc nie mogli się wytłumaczyć. Są jednak przypadki, gdy kierowcom jadącym pod prąd udało się przeżyć.

Minister świadkiem

Jedną z takich sytuacji miała miejsce w maju ubiegłego roku koło Piotrkowa Trybunalskiego. Około godziny 11.30 piotrkowscy policjanci otrzymali zgłoszenie, że pasem w kierunku Gdańska jedzie pod prąd BMW. Natychmiast wysłano na miejsce patrol motocyklowy. Kiedy po-

licjanci pojawili się na miejscu, zobaczyli porzucone auto, częściowo stało na pasie zieleni, a częściowo na jezdni. BMW było otwarte, miało uchylone drzwi, a w stacyjce znajdowały się kluczyki. Po kilku minutach policjanci odnaleźli kierowcę. Szedł pasem zieleni i bardzo dziwnie się zachowywał, był pobudzony.

- Idę do Gdańska, idę do Gdańska! - powtarzał.

Policjanci zatrzymali mężczyznę. Miał 40-lat i pochodził z Dąbrowy Górniczej. Był trzeźwy, ale pobrano mu krew, by zbadać, czy nie był pod wpływem innych środków odurzających.

Okazało, że jechał autostradą pod prąd 27 kilometrów, po czym zawrócił, zajeżdżając drogę innym kierowcom. Świadkiem tej szaleńczej jazdy był Przemysław Koperski, wiceminister infrastruktury.

- Poruszaliśmy się trzecim pasem, wyprzedzając ciężarówki, gdy na wprost nas pojawiło się pędzące na czołówek auto. (...) Bandyta drogowy mógł zebrać

dzisiaj śmiertelne żniwo. Natychmiast zadzwoniłem pod 112. Dzięki błyskawicznej interwencji policji sprawca został złapany, zanim doszło do tragedii - napisał na swym facebookowym profilu wiceminister.

Takie przykłady można mnożyć. Przed kilku laty policjanci ze Zgierza otrzymali informacje o pijanym kierowcy BMW, który jedzie drogą wojewódzką nr 702. Policjanci odnaleźli auto i ruszyli za nim w pościg, nie chciało się zatrzymać.

- W trakcie pościgu wjechał na autostradę A2, gdzie aż do MOP-u Chrzastów poruszał się pod prąd, stwarzając ogromne zagrożenie dla innych uczestników ruchu drogowego - opowiadał podkomisarz Robert Borkowski, ówczesny rzecznik prasowy Komendy Powiatowej Policji w Zgierzu. - Następnie na MOP-ie zawrócił i kontynuował już jazdę w prawidłowym kierunku. Ze względu na niebezpieczne manewry kierującego oraz w trosce o bezpieczeństwo innych użytkowników poruszających się drogą, policjanci zdecydowali o przerwaniu pościgu.

Zawracają, by uniknąć korka

Kilka lat temu do redakcji TVN24 zgłosił się mężczyzna, którego kamera zarejestrowała, jak pięć samochodów ustawia się na jednym z pasów... pod prąd. Do tego zdarzenia doszło na węźle Łódź-Północ, na autostradzie A1 na drodze do Gdańska. Ich kierowcy postanowili zawrócić, by pojechać w kierunku Warszawy i Poznania. Na nagraniu widać było, że samochody jadące w kierunku wybrzeża musiały hamować, by wyminąć zawracających kierowców.

Piotrkowscy policjanci zatrzymali też 16-letniego motocyklistę, który jechał pod prąd autostradą A1, pasem awaryjnym.

- Zgubiłem tablicę rejestracyjną i jej szukałem - tłumaczył policjantom chłopak.

Bywa, że kierowcy celowo jadą pod prąd, by uniknąć na przykład korków. Generalna Dyrekcja Dróg Krajowych opublikowała film nagrany na autostradzie A2 w pobliżu Strykowa.

- Nasze kamery rejestrują mrozące krew w żyłach manewry kierowców - mówił Maciej Zalewski, rzecznik łódzkiego oddziału Generalnej Dyrekcji Dróg Krajowych i Autostrad. - Część z nich cofa albo zawraca, niemal codziennie ktoś jedzie pod prąd.

Generalna Dyrekcja Dróg Krajowych i Autostrad informowała też, że na trasie S12 pomiędzy węzłami Jastków i Lublin Sławinek doszło do groźnego incydentu. Na skutek wypadku ruch został wstrzymany. Wtedy część kierowców zaczęła zawracać i jechać pod prąd do następnego zjazdu. Tak chcieli uniknąć stania w korku.

Co robić w razie pomyłki?

Generalna Dyrekcja Dróg Krajowych i Autostrad zapewnia, że zjazdy na autostradzie i drogi szybkiego ruchu są dobrze oznakowane i trudno o pomyłkę.

Nie wiadomo ile takich incydentów, jak jazda pod prąd, ma miejsce w Polsce. W Niemczech jest podobno kilka takich przypadków dziennie.

Co jednak zrobić, gdy przez nieuwagę znajdziemy się na przeciwnym pasie ruchu? GDDKiA radzi, by zatrzymać się w bezpiecznym miejscu, najlepiej na pasie awaryjnym i włączyć światła awaryjne. Potem trzeba opuścić pojazd z zachowaniem szczególnej ostrożności, jeśli to możliwe schronić się za barierą ochronną, a następnie powiadomić służby drogowe lub policję. ©©

AUTOREKLAMA
Q604946918H



Uśmiech

dziecka



Twoje dziecko na okładce gazety?

Wyślij zdjęcie, wygraj nawet 40 000 zł.

ZGŁOŚ NA: www.gk24.pl/usmiejch

POLSKA i ŚWIAT

DEFICYT

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

„

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

Wojciech Ściwiarski rzecznik regionalny ZUS

Ubezpieczenia dla artystów. Ostra reakcja Konfederacji

Marcin Koziestański
Warszawa

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

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

Z danych MKiDN wynika, że około 69% artystów zarabia poniżej średniej krajowej, a ponad 10% nie posiada żad-

nego ubezpieczenia. Ustawa wprowadza oficjalny status artysty zawodowego, przyznawany na wniosek przez nowo powstałe Centrum Edukacji i Pracy Artystycznej na okres 5 lat, z opcją przedłużenia do 8 lat.

Państwo uzupełni składki

Kluczowym elementem reformy jest mechanizm dopłat do składek ZUS. Wsparcie trafi do twórców, których średnie miesięczne przychody z ostatnich trzech lat nie przekroczyły 125% minimalnego wynagrodzenia (ok. 68 tys. zł rocznie brutto). W takich przypadkach państwo automatycznie uzupełni składki do poziomu pensji minimalnej. Uprawnienia będą weryfikowane co roku i wygasną po przekroczeniu progu do-



FOT. ADAM JANKOWSKI

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

chodowego. Twórcy zyskają dzięki temu dostęp do publicznej służby zdrowia, zasiłków chorobowych i macierzyńskich. Przewidziano też

programy wsparcia przy zmianie zawodu, a przepisy wejdą w życie 9 miesięcy po ogłoszeniu.

Sławomir Mentzen uderza w projekt

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

„Projekt wypłaty emerytur artystom, którym nie chciało się płacić składek, którzy tworzą sztukę, której nikt nie chce, jest niesprawiedliwy względem tych Polaków, którym chce się pracować i którzy

muszą płacić składki” – stwierdził kategorycznie polityk.

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

Konfederacja chce odwołania minister

Podczas konferencji prasowej w Sejmie politycy Konfederacji – poseł Michał Wawer

i rzecznik partii Wojciech Machulski – wezwali wszystkie ugrupowania do odwołania ze stanowiska Marty Cienkowskiej i zapowiedzieli rozpoczęcie zbiórki podpisów pod wnioskiem o wotum nieufności wobec minister kultury.

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

Podkreślił, że „czarę goryczy” przelało przyjęcie przez rząd projektu ustawy o zabezpieczeniu socjalnym osób wykonujących zawód artystyczny. Jako niezrozumiałe Wawer wskazał specjalne uprzywilejowanie grupy artystycznej wobec innych grup społecznych. PAP

MATERIAL INFORMACYJNY T-MOBILE

0011523231

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

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



Badania dowodzą, że 70% osób uważa, że dawanie prezentów wzmocnia relacje, a dla 42% najważniejsze jest po prostu wywołanie uśmiechu u bliskiej osoby. Czasem jest ku temu ważna okazja, jak urodziny czy rocznica, ale coraz częściej po prostu impuls: „pomyślałem o Tobie”. Problem w tym, że codzienność rzadko daje przestrzeń na spokojne szukanie prezentów. Dlatego w ramach programu Magenta Moments T-Mobile upraszcza obdarowywanie, ale nie odbiera mu znaczenia, a nam – swobody wyboru.

Liczy się gest, nie logistyka

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

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

Wybór, który daje swobodę

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

Więcej za mniej, czyli realna wartość

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

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

Spontaniczność, która ma znaczenie

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

Technologia bliżej codzienności

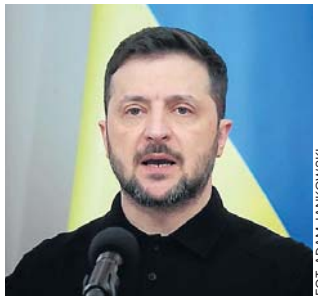
Nowa funkcjonalność kart podarunkowych to kolejny krok w rozwoju Magenta Moments jako programu, który wykracza poza standardowe benefity. Nie chodzi już tylko o zniżki czy okazje, ale o realne wsparcie w codziennych sytuacjach. Technologia przestaje być narzędziem, które trzeba obsługiwać – zaczyna działać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

Pieniądze z UE jeszcze w tym roku zasilą budżet Ukrainy

Oprac. Anna Nagel
Ukraina

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

Głosowanie poparło 298 deputowanych w 450-osobowym parlamencie. Dzięki tej decyzji



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

16,7 mld euro z Brukseli zasili w tym roku ukraiński budżet. Pierwsza transza wyniesie 8,35 mld euro i ma zostać wypłacona jeszcze w czerwcu.

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

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

W kwietniu 27 państw unijnych zatwierdziło udzielenie Kijowowi pożyczki w wysokości 90 mld euro na lata 2026 i 2027. Decyzja długo była blokowana z powodu oporu byłego węgierskiego premiera Viktora Orbana.

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

USA gotowe do ataku na Kubę. Potrzebny tylko rozkaz Trumpa

Oprac. Alina Mazurska
USA/Kuba

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

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

Trzeci konflikt międzynarodowy?

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



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

zowałyby się USA w czasie obecnej administracji Trumpa.

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

W maju na Morze Karaibskie wpłynął lotniskowiec USS Nimitz wraz z kilkoma niszczycielami i krążownikami rakietowymi zdolnymi do wystrzelenia precyzyjnych pocisków w cele lądowe. W okolicach Kuby od miesiąca krążą również zaawansowane amerykańskie drony i samoloty zwadrowe. Okręt desantowy USS Kearsarge i jednostki eskortujące z 2,5 tys. żołnierzy piechoty morskiej (marines) znajdują się u wybrzeży Wirginii i przysto-

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

wują się do nowego rozmieszczenia - poinformował portal.

Kuba potencjalnym zagrożeniem dla USA?

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

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

REKLAMA

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

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

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

Katowice gospodarzem debaty o cyberbezpieczeństwie

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

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

Agenda: od geopolityki po bezpieczeństwo sektorów krytycznych

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



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

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

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

Administracja, biznes i eksperci przy jednym stole

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

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

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

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

tygodnik Regionów

Piątek, 29.05.2026

JUBILEUSZ

Wanda Więclawik z domu Steć, mieszkanka Myśliborza obchodziła wyjątkowy jubileusz 100. urodzin. Dostała medal od metropolity **str. 14-15**

SPORT

– Na sam szczyt nie dochodzi się przypadkiem. Trzeba być wytrwałym i gotowym na ciężką pracę – mówi kolarz Rafał Majka **str. 16**



FOT. ARCHIWUM JULII SOBIERSKIEJ

Nowy pomnik w Koszalinie? Ma upamiętnić solidarnościowy zryw z 1980 roku

Pomnik może zostać postawiony już w przyszłym roku. Cel? Upamiętnienie tworzenia się koszalińskich struktur Solidarności w 1980 roku. Na razie poznaliśmy jego wizualizację **str. 10**

Nowy pomnik? Ma upamiętnić solidarnościowy zryw z 1980 roku



Piotr Polechoński
Koszalin

Pomnik może zostać postawiony już w przyszłym roku. Ponad dwumetrowy obelisk ma stanąć na skwerze przy ulicy Drzymały. Cel? Upamiętnienie tworzenia się koszalińskich struktur Solidarności w 1980 roku. Jednym z jego elementów ma być specjalny cytat. - Jaki? O propozycji chcemy się zwrócić do mieszkańców Koszalina - mówią pomysłodawcy. Postument ma mieć prawie 3 metry wysokości i postać rozciętego, dużego obelisku.

Na jednej jego stronie mają być daty wolnościowych, antykomunistycznych zrywów, na drugiej napis „Solidarność”, data 1980 oraz okolicznościowy cytat. Pomnik ma stanąć na skwerze przy ulicy Drzymały (autorem tego, jak ma wyglądać jest plastyczka Julia Sobieralska).

Dlaczego właśnie tam? Odpowiedź na to pytanie znajdzie się na tablicy, która zawisnie z boku postumentu. Będzie tu

informacja o tym, że w budynku obok (ulica Drzymały 3) w 1980 roku swoją siedzibę miał Międzyzakładowy Komitet Założycielski Niezależnego Samorządnego Związku Zawodowego „Solidarność”.

Komitet - którego celem było stworzenie solidarnościowych, miejskich struktur - powstał zaraz po Porozumieniach Sierpniowych, a w jego skład weszło 16 przedstawicieli pięciu największych zakładów pracy Koszalina: Fabryki Pomocy Naukowych, Intropolu, Kazelu, Unitry - Unimy i Transbudu.

- To był niezwykle czas, a w tym mieszkaniu przy ulicy Drzymały 3 można było wtedy spotkać wspaniałych ludzi - mówi Paweł Michalak, koszaliński opozycjonista z czasów PRL i uczestnik wydarzeń sprzed 46 lat.

- I właśnie tamten czas, a przede wszystkim tamtych ludzi, którzy wtedy zaangażowali się w walkę o wolność i godność, chcemy w ten sposób upamiętnić i przekazać tę pamięć następnym pokoleniom Koszalinian - dodaje nasz rozmówca.



FOT. ARCHIWUM JULII SOBIERSKIEJ

FOT. ARCHIWUM JULII SOBIERSKIEJ

Pomysłodawcami zaangażowanymi w realizację projektu są przedstawiciele Stowarzyszenia im. Marszałka Józefa Piłsudskiego (Paweł Michalak) oraz Zarządu Regionu Koszalińskiego „Pobrzeże” NSZZ „Solidarność”.

- Zależy nam na tym, aby pomnik ten z jednej strony upamiętniał walkę narodu o wolność w skali kraju, a z drugiej w naszej skali, lokalnej. Stąd będą na nim daty antykomunistycznych wystąpień i naszej, lokalnej działalności w 1980 roku - mówi Wiesław Królikowski, przewodniczący zarządu „Pobrzeże” NSZZ „Solidarność”. - Nasza inicjatywa ma oczywiście wymiar edukacyjny, ale też chcemy stworzyć miejsce, przy którym będziemy mogli się zebrać i wspólnie uczcić solidarnościowy zryw. Dziś takiego miejsca w Koszalinie w zasadzie nie ma, a ten skwer idealnie się do tego nadaje - podkreśla przewodniczący.

Stan na dzisiaj wygląda następująco: główny kamień został już zakupiony i przewieziony na teren Przedsiębiorstwa Gospodarki Komunalnej w Koszalinie, jest też wstępna zgoda wydania w koszalińskim ratuszu. Kolejne kroki to zgoda radnych miejskich w postaci uchwały, uzyskanie pozwolenia na budowę oraz wydanie opinii przez Instytut Pamięci Narodowej. Potem zostanie już tylko zbieranie funduszy (koszt ma się zamknąć kwotą do 30 tys. zł).



FOT. ARCHIWUM JULII SOBIERSKIEJ

- Myślę, że w przyszłym roku wszystko to załatwimy i pomnik stanie na miejscu - mówi Paweł Michalak. Byli opozycjonista chciałby, aby uroczyste odsłonięcie nastąpiło 31 sierpnia (w rocznicę Porozumień Sierpniowych) lub 11 września (w rocznicę utworzenia w Koszalinie MKZ „Solidarność”).

Zwraca się też z apelem do mieszkańców Koszalina.

- Chciałbym ich poprosić o przesłanie swoich propozycji cytatu, który pojawi się na głównej ścianie, pod napisem „Solidarność”. Może to być coś z twórczości naszych poetów, pisarzy, z homilii, które wygłaszał Jan Paweł II albo z innych źródeł - wymienia.

Propozycje można wysłać już teraz na adres: pracownia.metalowa@gmail.com.



FOT. ARCHIWUM JULII SOBIERSKIEJ

Początki „S” w Koszalinie

Pierwsze efekty protestów na Wybrzeżu pojawiły się w Koszalinie w dniach 20-22 sierpnia 1980 roku, gdy w zakładach Unimy robotnicy przedłożyli dyrekcji kilka postulatów. Z kolei pierwszy strajk w mieście wybuchł 25 sierpnia w Wojewódzkim Przedsiębiorstwie Komunikacji Miejskiej. Zakład oflagowano i rozpoczęto strajk okupa-

cyjny. Strajkujący żądali utworzenia w kraju niezależnych związków zawodowych i podwyżki płac. W tym czasie strajkować zaczęły załogi Transbudu, Kazelu i Unity-Unimy. Strajki w Koszalinie zakończyły się wraz z końcem protestów w Szczecinie i w Gdańsku (wcześniej z załogą WPKM spotkał się Jan Urbanowicz, ówczesny wojewoda koszaliński). 11 września 1980 roku powstaje w Koszali-

nie Międzyzakładowy Komitet Założycielski Niezależnych Samorządowych Związków Zawodowych. Jedenaście dni później, 22 września, przedstawiciele koszalińskiego MKZ podpisali deklarację i akt przystąpienia do NSZZ „Solidarność”. MKZ z Koszalina był jednym członków - założycieli „Solidarności” i zarejestrowany został pod numerem 38.

© ©

MATERIAL INFORMACYJNY ORLEN

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

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

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

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

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



ORLEN stawia na krajowe surowce i współpracę z rolnikami

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

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

Koncern już teraz przewiduje rocznie około 5 mld

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

300 tys. ton biopaliw rocznie

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

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

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

Kluczowym atutem inwestycji jest elastyczność

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

0011524804

Kosmiczna puszka z Poznania

Emilia Ratajczak
Nauka

Stworzyli minisatelitę, urządzenie, które służy do badań i eksperymentów kosmicznych. Licealiści z Poznania są gotowi na podbój kosmosu

Szóstka licealistów z Poznania i doktor z Politechniki Poznańskiej. Razem zbudowali miniaturowego satelitę, który jest wielkości puszki. Chcieli podbić kosmos (albo chociaż atmosferę), do finału konkursu Europejskiej Agencji Kosmicznej jednak nie udało im się dojść, ale jak mówią: „doświadczenia nikt nam nie zabierze”.

Piotr Sokółski (w zespole odpowiada za oprogramowanie i system telekomunikacji) z Erykiem Frąckowiakiem (lider zespołu, koordynacja pracy, elektronika) chodzili razem do szkoły, później Piotr szkołę zmienił.

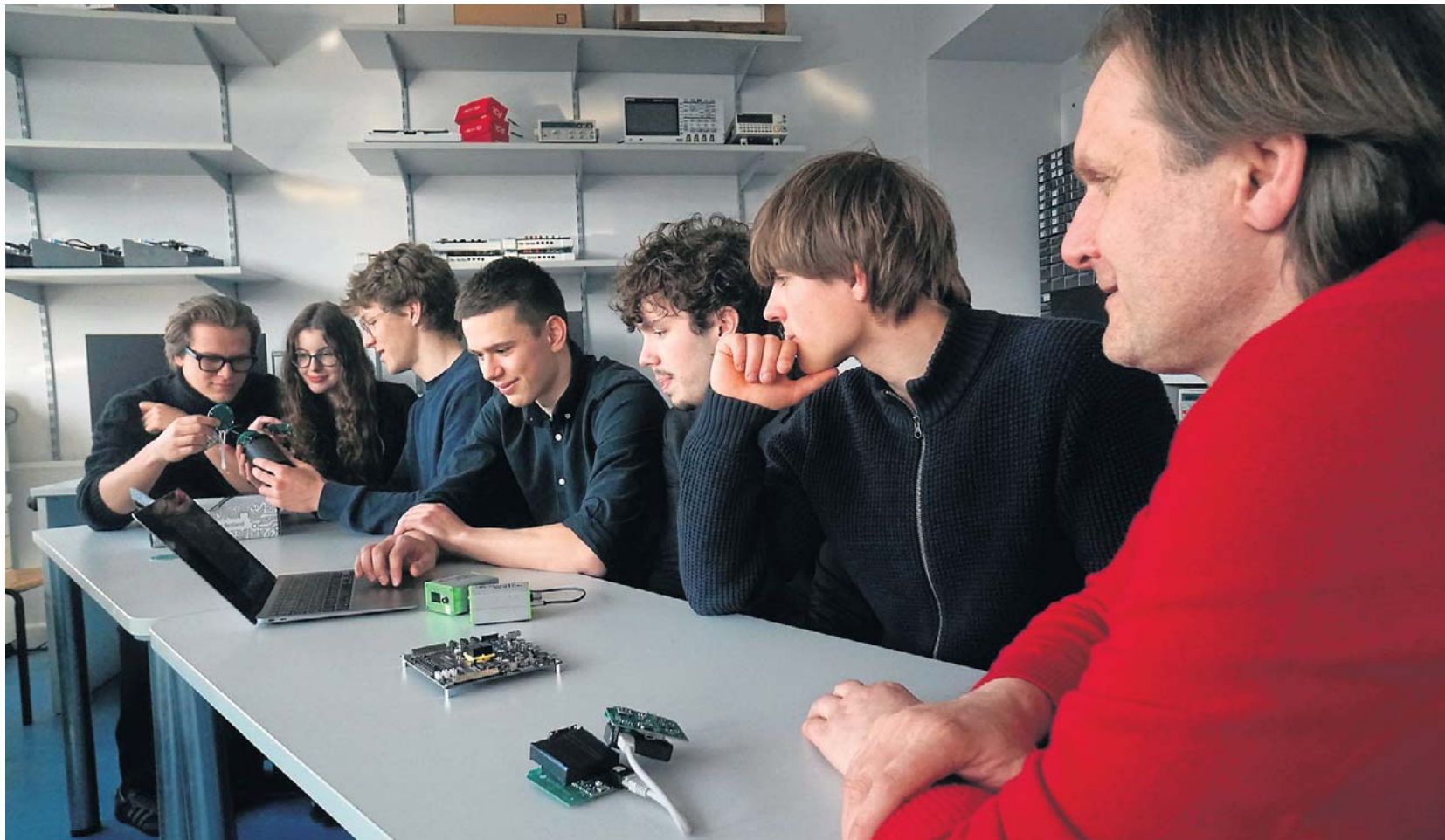
- Eryk jako pierwszy ten konkurs znalazł, jakoś w wakacje pomiędzy 3 a 4 klasą liceum. Powiedział, że jest taka inicjatywa i zaczęliśmy się zastanawiać, kogo jeszcze znamy, kto byłby chętny, żeby wziąć w nim udział - mówi Maciej Wawrzynowicz (analiza danych i promocja).

Luka French (mechanika, design 3D puszki) i Amelia Mróz (mechanika, recovery system) znają się z Piotrem z jego nowej szkoły. Jednego Piotra Eryk zna ze ścianki wspinaczkowej, drugiego (Sulikowskiego) - misja dodatkowa, elektronika) - z liceum, gdy chodził z nim do klasy. Maciej jest jego kolegą od dzieciństwa. A więc wszystko kręci się wokół Eryka.

- Interesuję się kosmosem i wiążę z tym swoją przyszłość - mówi. - Zobaczymy, jak ta droga się potoczy, taki konkurs może być dobrym punktem startowym. Ale każdy z nas tutaj ma jakieś zainteresowania związane z inżynierią czy programowaniem. I na podstawie tego słowa chcieliśmy rozwinąć jakoś skrót. Jak po angielsku zapiszemy to jako „eybers”, to wychodzi taki akronim, czyli Enthusiastic Youth Bravely Exploring Ray Second

Ejber rusza na podbój

Tak powstał zespół EYBERS. - Nazwa się wzięła od słowa w poznańskiej gwarze - ejber. A to znaczy łobuz, awanturnik. Z racji, że jesteśmy z Poznania, postanowiliśmy wykorzystać coś z lokalnej gwary. I na podstawie tego słowa chcieliśmy rozwinąć jakoś skrót. Jak po angielsku zapiszemy to jako „eybers”, to wychodzi taki akronim, czyli Enthusiastic Youth Bravely Exploring Ray Second



Luka French, Amelia Mróz, Maciej Wawrzynowicz, Eryk Frąckowiak, Piotr Sokółski, Piotr Sulikowski i dr Janiszewski

daries, który opisuje naszą misję dodatkową i nas samych - mówi Maciej.

Na czym polega konkurs?

- Ten satelita musi spełnić dwie misje. Misja podstawowa polega na przesłaniu danych drogą radiową za pomocą tej anteny, czyli drutu miedzianego o długości kilkunastu centymetrów - pokazuje Maciej. - Na Ziemi podczas startów mamy inną antenę - typową, dużą, która jest podpięta do laptopa. Odbieramy nią sygnał, tam są przesyłane dane atmosferyczne - temperatura, ciśnienie i GPS.

Misja dodatkowa polega na wykrywaniu mionów, czyli cząsteczek elementarnych powstających w atmosferze Ziemi w wyniku zderzeń promieniowania kosmicznego. Mogą docierać aż do powierzchni planety. Eryk uważa, że wykrywanie mionów (które sami sobie wybrali) ponieważ definiuje ich zespół.

Rozmiar satelity też nie jest przypadkowy. Został narzucony przez regulamin konkursu. Masa całej puszki nie może przekraczać 350 gramów. Wymiary też muszą być jak najmniejsze, aby podczas finału konkursu sześć takich puszek mogło zostać włożonych do rakiety, zostaną wyniesione na wysokość ok. 2,5 km.

- Stąd też się wzięła nazwa konkursu - CanSat, czyli puszka (can) i satelita (satellite) po angielsku - mówi Maciej. - Taką grę słów.

Wszystko zaczęło się w czerwcu. Od tamtej pory młodzi poświęcają na pracę przy puszcze nawet kilka godzin tygodniowo (około 6-7 godzin).

- Kiedy były terminy oddania raportów, to zdarzały się nam sesje nawet 12 godzin pod rząd - mówi Maciej.

Raporty do oddania były trzy. Konkurs organizowany przez Europejską Agencję Kosmiczną skierowany jest do grup licealistów. Polskim organizatorem jest Centrum Nauki Kopernik.

Podzielony jest na trzy etapy: PDR, CDR oraz FDR. Pierwszy z nich to moment, w którym grupy zgłaszają się do wyzwania, dowiadują się o początkowych wymaganiach i przygotowują raport, w którym opisują swoją wizję na projekt oraz podział zadań w zespole. Drugi etap obejmuje projektowanie prototypu (oraz napisanie obszernego raportu obejmującego to, w jaki sposób to działa, opis współpracy oraz analizę danych i technika), na podstawie trzeciego raportu organizatorzy wybierają finalistów, a tam - rakieta wyniesie puszkę w stronę kosmosu. O zakwalifikowaniu się

do finału decydował trzeci raport, wszystkie pisane są w języku angielskim.

W Polsce do pierwszego etapu zgłosiło się 130 drużyn, do drugiego przeszło 28, w tym EYBERS (jako jedyna drużyna z Wielkopolski). 6 zespołów z 28 weszło do ogólnopolskiego finału konkursu. EYBERS znaleźli się poza finałową stawką. Wyniki ogłoszono na początku kwietnia.

Jednym z komponentów potrzebnych do zbudowania mikrosatelity są detektory, zaprojektowane przez nich na podstawie rozwiązań użytych w Cosmic Watch, wypożyczonych z Narodowego Centrum Badań Jądrowych. Oryginalne są jednak za duże na puszkę. Młodzi musieli skrócić ich małe wersje, by mogły zmieścić się do puszki.

- To jest urządzenie, którego zadaniem jest zebranie informacji o mionach, które powstają wskutek promieniowania kosmicznego w górnych częściach atmosfery. Docierają do powierzchni Ziemi, chcieliśmy zebrać jak najwięcej informacji na ich temat. Dzięki temu, że w środku puszki są dwa takie urządzenia, które połączone w trybie koincydencji, czyli oba detektory działają jednocześnie, możemy wykryć miony i odsiać szum, który

może zakłamać dane - tłumaczy Maciej.

Piotr opowiada, że same złożenie detektorów było dość skomplikowane, scyntylatory trzeba było sprowadzić ze Stanów Zjednoczonych. Proces ten był kosztowny i długotrwały.

- Stwierdziliśmy, że na potrzeby naszej misji zaprojektujemy również własną płytkę do elektroniki - mówi Piotr. - Były przy tym problemy, bo trzeba było zmieniać wersje, ale udało się nam - odpowiada drugi Piotr.

Na przestrzeni czasu zmieniały się też założenia.

- Samo urządzenie wylapujące miony przeszło od jesieni kilka rewizji. W fizyce dużo się dzieje - twierdzi dr inż. Dariusz Janiszewski, mentor zespołu. - Grupa wybrała sobie bardzo ambitne zadanie, zarówno od strony fizycznej, jak i naukowej. Przeszliśmy przez kilka wersji tego urządzenia, a niepełna miesiąc temu stworzyliśmy nowszą wersję na najnowszym z opracowań, które powstało w MIT. Jesteśmy na bieżąco.

Mentor poszukiwany

Licealiści chodzą do czterech różnych szkół, dlatego nauczyciel fizyki jako mentor całej grupy odpadał. Chcieli po-

prosić kogoś z zewnątrz. Kontakt do dr. Janiszewskiego Eryk znalazł w internecie, przygotował mail, ale później przypadkiem okazało się, że zna go koleżanka jego mamy.

- Rozmawiała z Erykiem. Zapaliła jej się lampka, że zna na politechnice kogoś, kto zajmował się kosmosem. Spotkał się raz, Eryk był bardzo wystraszony - śmieje się doktor. - Później spotkaliśmy się z całą grupą, tutaj. To bardzo zdolna młodzież.

Młodzi oprócz godzin pracy przy mikrosatelicie, przygotowują się również do matury. Podejdą do niej w tym roku.

- Bardzo ich za to podziwiam, jest kupa roboty - mówi dr inż. Janiszewski.

- Gdybyśmy się tym nie interesowali, to dużo ciężiej byłoby doprowadzić ten projekt do tego miejsca. W szkole nas takich rzeczy nie uczą. Wiedza, którą włożyliśmy w tę puszkę, oczywiście z pomocą pana profesora, to tylko tak naprawdę kwestia poświęcenia wolnego czasu - mówi Maciej.

- Naprawdę dużo się od siebie nauczyli. Dawno nie widziałem takiego zdyscyplinowania. Nawkurzali się na siebie trochę - śmieje się dr Janiszewski. - Ale siedzieli nocami, żeby dokończyć prace. Wrózę im dużą karierę.

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

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

Butelki PET i puszki pod specjalnym nadzorem

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

Z jakimi uciążliwościami się mierzymy?

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

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

Jak zaadaptować przestrzeń kuchenną?

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

Choć nowoczesne systemy meblowe mogą czę-

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

Głos eksperta: Filtrowanie wody jako alternatywa dla plastiku

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

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



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

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

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

Innowacyjne rozwiązania Flow Comfort od DAFI

Przykładem takiego rozwiązania jest system pod-

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

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

Świadomy wybór w trosce o planetę i domowy budżet

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

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



Smaczna, filtrowana woda prosto z kranu

Bez kaucji | Bez problemu



100 lat patriotki, która zawsze służyła Polsce

Marek Jaszczyński
Jubileusz

Wanda Więclawik z domu Steć, mieszkanka Myśliborza, 22 maja 2026 roku obchodziła wyjątkowy jubileusz 100. urodzin.

Z tej okazji decyzją metropolity szczecińsko-kamieńskiego abp. Wiesława Śmigła została odznaczona medalem Diecezji Szczecińsko-Kamieńskiej „900-lecia Pomorskiej Misji św. Ottona”. Uroczystość wręczenia odznaczenia odbyła się podczas mszy świętej dziękczynnej odprawionej 24 maja w kościele pw. św. Jana Chrzciciela w Myśliborzu.

- Wszystko, co robiłam, było dla dobra Ojczyzny i ludzi potrzebujących pomocy - wielokrotnie powtarza pani Wanda.

Dziś, po stu latach życia, Wanda Więclawik pozostaje ży-



Pani Wanda Więclawik obchodziła swoje setne urodziny. Z tej okazji odbyła się uroczysta msza. Jubilatka otrzymała medal „900-lecia Pomorskiej Misji św. Ottona”

wym świadkiem historii XX wieku. Historii zapisanej nie tylko w podręcznikach, ale przede wszystkim w losach ludzi, którzy w najtrudniejszych

momentach potrafili zachować odwagę, solidarność i człowieczeństwo. To jednak nie tylko historia imponującego wieku. To opowieść o kobiecie, której

życie naznaczone było wojną, walką o niepodległość, pomocą prześladowanym oraz działalnością patriotyczną prowadzoną przez całe stulecie.

Rodzina o patriotycznych korzeniach

Wanda Więclawik urodziła się 22 maja 1926 roku we wsi Rogatka w gminie Dubienka na Lubelszczyźnie. Była córką Juliana i Franciszki Steć z domu Kołodziej. Pochodziła z chłopskiej rodziny, ale rodzinne tradycje patriotyczne były wyjątkowo silne. Od najmłodszych lat wychowywana była zgodnie z zasadą „Bóg, Honor, Ojczyzna”. W rodzinnych opowieściach przewijały się historie o powstańcach styczniowych, legionistach i żołnierzach walczących o wolność Polski.

Jej pradziadkowie Stanisław Kołodziej i Franciszek Steć uczestniczyli w Powstaniu Styczniowym z 1863 roku. Za udział w zrywie niepodległościowym zostali zesłani przez carskie władze na Syberię.

Stryjowie Wandy Antoni i Józef Steć walczyli w Legionach Polskich. Polegli 16 września 1920 roku pod Dydiatyniem podczas wojny polsko-bolszewickiej. Starcie to przeszło do historii jako Polskie Terнопole. Wszyscy uczestnicy bitwy zostali odznaczeni Krzyżem Virtuti Militari.

Nazwisko Steć znajduje się również w publikacji „Lista strat Wojska Polskiego. Polegli i zmarli w wojnach 1918-1920”, wydanej przez Wojskowe Biuro Historyczne.

Ojciec jubilatki, Julian Steć, został ciężko ranny podczas bitwy nad Niemnem we wrześniu 1920 roku. Do końca życia pozostał inwalidą.

Wojna

Gdy wybuchła II wojna światowa, Wanda miała zaledwie 13 lat. Mimo młodego wieku bardzo szybko zaangażowała się w działalność konspiracyjną.

Według rodzinnych przekazów i opracowań historycznych została łączniczką harcerskiego oddziału partyzanckiego założonego przez jej starszego brata Jana Stecia ps. „Janusz Wastęja”.

Brat Wandy uznawany jest przez część badaczy za organizatora jednego z pierwszych oddziałów partyzanckich działających na terenach okupowanej Polski. Oddział powstał już we wrześniu 1939 roku na Lubelszczyźnie.

Młoda Wanda przenosiła meldunki, poruszała się pomiędzy punktami kontaktowymi i pomagała w działalności konspiracyjnej. Jak podkreślają autorzy rodzinnych wspomnień, zdobyte wówczas doświadczenie okazało się bezcenne w kolejnych latach wojny.

Ratowała Żydów wraz z matką

Po rozbiciu oddziału partyzanckiego przez Niemców Wanda wraz z matką Franciszką

AUTOREKLAMA

0111521052



**ENERGIA
Z POLSKI**
LOCAL FIRST

Forum Dostawców
Przemysłu Energetycznego
i Obronnego
Rzeszów 2026

Już 15 czerwca w Rzeszowie Forum Dostawców Przemysłu Energetycznego i Obronnego

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

TEMATY PANELI:

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

Zapisz się już dziś!

energiazpolski.pl

Udział bezpłatny.
Liczba miejsc ograniczona.

ORGANIZATOR

POLSKA PRESS GRUPA

PATRONAT MEDIALNY

**strefa
BIZNESU.pl**

PATRONAT HONOROWY



Ministerstwo
Aktywów Państwowych



Wiceprezes Rady Ministrów
Minister Obrony Narodowej

Włodzisław Kosiniak-Kamysz



Konrad Fijołek
Prezydent Miasta Rzeszowa



WOJEWODA PODKARPACKI

zaangażowała się w pomoc ukrywającej się rodzinie żydowskiej.

Rodzina Steciów była uboga. Nie posiadała żadnego środka transportu, nawet roweru. Mimo to Franciszka i Wanda regularnie dostarczały żywność, odzież, bieliznę, koce oraz inne niezbędne rzeczy osobom ukrywającym się przed niemieckim terrorem.

Ukrywana rodzina przebywała w okolicach Dubienki. Kilkunastoletnia Wanda wielokrotnie pokonywała pieszo trasę między Rogatką a miejscem ukrycia Żydów, narażając własne życie.

Był to czas, gdy za pomoc osobom żydowskiego pochodzenia groziła kara śmierci nie tylko dla pomagających, ale często również dla całych rodzin.

Mimo tego Steciowie zdecydowali się nieść pomoc prześladowanym ludziom.

Za tę działalność Franciszka Steć i Wanda Więclawik zostały nominowane do tytułu „Sprawiedliwy wśród Narodów Świata”, przyznawanego przez Instytut Yad Vashem w Jerozolimie.

Ucieczka przed wysiedleniem

W 1943 roku rodzina Steciów musiała opuścić rodzinne strony. Uciekali przed niemieckimi wysiedleniami prowadzonymi na terenach Lubelszczyzny. Schronienie znaleźli w Mo-



FOT. ARCHIWUM RODZINNE

Podczas uroczystości nie zabrakło kwiatów, gratulacji i wzruszających wspomnień związanych z życiem pani Wandy

ściskach w gminie Dorohusk u rodziny Sieniawskich, która mimo braku wcześniejszych związków zdecydowała się udzielić im pomocy.

Tam doczekali końca wojny.

Nazwiska wyryte w kamieniu

Bohaterska postawa Franciszki i Wandy została po latach upamiętniona.

Ich nazwiska znalazły się w Parku Pamięci Narodowej „Zachowali się jak trzeba” w Toruniu, poświęconym Polakom ratującym Żydów podczas niemieckiej okupacji.

Upamiętniono je również na pomniku poświęconym bohaterom ratującym obywateli polskich narodowości żydowskiej podczas II wojny światowej w Płanicy w województwie lubelskim.

Jak podkreślają członkowie rodziny, Wanda Więclawik jest dziś prawdopodobnie jedną z ostatnich żyjących osób związanych z tymi wydarzeniami.

Powojenne życie w Myśliborzu

Po wojnie osiedliła się w Myśliborzu. Pracowała

w miejscowych spółdzielniach rolniczych i wraz z mężem wychowała dwoje dzieci, córkę Jolantę oraz syna Mieczysława. Nie porzuciła jednak działalności społecznej i patriotycznej.

Przez lata aktywnie działała w środowiskach kombatanckich i patriotycznych. Szczególnie miejsce zajmowała współpraca ze Stowarzyszeniem Dzieci Wojny.

Podczas licznych spotkań z młodzieżą opowiadała o swoich wojennych doświadczeniach, losach rodziny oraz znaczeniu patriotyzmu.

Mieszkanie jako punkt kontaktowy opozycji

W czasie stanu wojennego mieszkanie Wandy Więclawik miało służyć jako punkt kontaktowy dla działaczy podziemia niepodległościowego.

Przechowywano tam i przekazywano wydawnictwa drugiego obiegu, podziemną prasę, ulotki, kalendarze, plakaty, znaczki solidarnościowe oraz inne materiały związane z działalnością opozycyjną.

Przesyłki trafiały następnie do kolejnych osób zaangażowanych w działalność niepodległościową.

Bliscy podkreślają, że podobnie jak w czasie wojny, również w latach 80. kierowała się przekonaniem, że należy wspierać tych, którzy walczą o wolność i godność człowieka.

Wyróżnienia i odznaczenia

Za swoją działalność patriotyczną, społeczną i niepodległościową Wanda Więclawik została uhonorowana wieloma odznaczeniami. Ponadto jest nominowana do zasadzenia Drzewka Pamięci w ramach inicjatyw upamiętniających osoby zasłużone dla Polski.

Wierność wartościom przez całe życie

Rodzina podkreśla, że przez całe życie Wanda Więclawik kierowała się tymi samymi zasadami wyniesionymi z rodzinnego domu.

Patriotyzm, wiara oraz gotowość do niesienia pomocy innym miały wyznaczać jej postawę zarówno podczas wojny, jak i w kolejnych dziesięcioleciach.

Bliscy zwracają uwagę także na jej zdolność do przebaczenia. Mimo trudnych doświadczeń i rodzinnych konfliktów wielokrotnie podkreślała znaczenie pojednania i chrześcijańskiego miłosierdzia.

MATERIAL INFORMACYJNY BGK

0011496393

Samorządy ruszają po miliardy z nowego funduszu

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

KPO na obronność

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

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

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

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

218 miliardów złotych na schrony

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

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



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

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

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

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

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

Samorządy wymieniają sprzęt z lat 70.

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

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

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

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

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

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

Wodociągi pod szczególnym nadzorem

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

Wojewoda zwracał również uwagę na rosnące zagrożenia dotyczące infra-

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

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

Schrony mają żyć, a nie stać zamknięte

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

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

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

Rafał Majka: Już nie jeżdżę na rowerze, gdy pada deszcz

Anita Czupryn
Kolarstwo

- Na szczyt nie dochodzi się przypadkiem. Trzeba być wytrwałym i gotowym na ciężką pracę. Żeby zająć naprawdę wysoko, trzeba solidnie trenować, ale też mieć poukładane w życiu - mówi kolarz Rafał Majka

Jak wygląda życie po zejściu z trasy? Da się po prostu przestać być kolarzem?

Szczerze? Było ciężko. Człowiek musi sobie poradzić sam ze sobą. Mnie bardzo pomaga rodzina. Mam dużo zajęć z dziećmi, z Mają i Oliwierem, żona też daje mi dużo energii. A poza tym nadal trenuję. Oczywiście nie tak jak kiedyś, ale pięć, sześć razy w tygodniu jestem na rowerze. Tyle że dziś rower nie jest już taką męczeńską, jak w zawodowym sporcie. Niedawno wróciłem z Majorki i to był bardziej wyjazd rekreacyjny. Oczywiście czasem trzeba jeszcze dać sercu popracować na wyższych obrotach, ale nie można z dnia na dzień wszystkiego odciąć. To mogłoby się źle skończyć dla organizmu.

Co pan robił na Majorce?

Dużo rozmawiałem z amatorami kolarstwa. O treningu, diecie, o tym, jak się ruszać mądrze, żeby sobie nie zaszkodzić. Wielu ludzi nie wie, jak ćwiczyć rozsądnie i jak traktować sport bardziej rekreacyjnie niż wyczynowo.

Jak pan przechodził z życia na najwyższych obrotach do zwyczajności?

To nie stało się z dnia na dzień. Wychodziłem z tego dwa lata. Wiedziałem, że 2025 będzie moim ostatnim sezonem. Najpierw myślałem o 2024 roku, ale dałem sobie jeszcze rok. Do tej decyzji dojrzałem razem z rodziną. Przez lata żyłem na walizkach, poza domem byłem prawie 300 dni w roku. Nie byłem nauczony codziennego życia z rodziną. Ale mam mądre dzieci, żonę i dużo zajęć. Jeśli człowiek ma czym zapełnić dzień, ma ruch, plan, obowiązki, to łatwiej przechodzi przez koniec kariery. Adrenaliny oczywiście brakuje, ale próbuję szukać jej gdzie indziej.

Gdzie pan jej szuka?

Ostatnio próbowałem sportów motorowych. Nie jako



Rafał Majka: Największą dumę dał mi medal olimpijski. To coś wyjątkowego, bo igrzyska są raz na cztery lata

kierowca, tylko pasażer, ale i tak daje to dużą adrenalinę. Jedno jest pewne: sportowiec po zakończeniu kariery musi mieć zajęcie. Jeśli go nie ma, mogą przyjść naprawdę duże problemy.

Musi być plan B?

Zdecydowanie. Bez tego mogą pojawić się problemy, także psychiczne. Przez lata żyje się w rutynie treningowej. Trenuje się właściwie cały rok, może 20 dni jest się bez roweru, a przez całą resztę czasu się pracuje. Tak wyglądało moje życie przez 25 lat. Tego nie da się odciąć w jeden dzień. Dlatego staram się wychodzić z tego spokojnie, małymi krokami. Teraz uczę się z tym żyć. Mam dużo eventów, rozmów o kolarstwie, ale nie tylko. W weekend będę na Bike Expo w Warszawie, we wrześniu wychodzi moja książka.

Oficjalnie zaprasza pan na tegoroczne targi Bike Expo na PGE Narodowym. Jak pan widzi tam swoją rolę?

Będę miał dużo spotkań i rozmów z dziećmi, z rodzinami; spodziewam się rozmów typowo o kolarstwie, ale też o moim życiu po zakończeniu kariery. Będzie też sporo wystawców rowerowych. To dla mnie ważny moment, bo tam będzie ponad 120 tysięcy osób, czyli mnóstwo ludzi naprawdę związanych z kolarstwem. Będzie można zobaczyć nowe technologie, które wchodzi do tej dyscypliny. My, jeżdżąc w zawodowych drużynach, mieliśmy je wcześniej, byliśmy zawsze krok do przodu, a dopiero później te rozwiązania trafiały na rynek dla zwykłych ludzi. Myślę, że będzie ciekawie, będzie dobra atmosfera. W niedzielę o 12 ma być też rodzinna parada. Chcę nadal być

związany z kolarstwem, pozostać w tym świecie.

Jakie wartości chce pan promować? Co chce pan przekazać młodym ludziom?

Że na szczyt nie dochodzi się przypadkiem. Jeśli ktoś chce dojść na szczyt w sporcie, musi być wytrwały i gotowy na ciężką pracę. Żeby zająć naprawdę wysoko, trzeba solidnie trenować, ale też mieć poukładane w życiu. Zawsze byłem zdania, że bez rodziny nie osiągnąłbym takich sukcesów. To ona daje człowiekowi oparcie, uspokaja. Kiedy były kraksy, kiedy coś nie wyszło, zawsze dzwoniłem do żony albo do taty. To oni też byli tym wszystkim obarczeni, oni to ze mną dźwigali. Na targach chcę więc rozmawiać nie tylko o samym kolarstwie, ale też o tym, co jest poza nim.

Jak się pogodzić z tym, że się już nie jest w peletonie?

To jest trudne. Czasem oglądam wyścigi i myślę, że mógłbym tam jeszcze być. Ale z drugiej strony wiem też, jak bardzo ten sport się zmienił. Kolarstwo zrobiło się brutalne. Kiedy zaczynałem, na szczyt wchodził zawodnicy około trzydziestki, a karia trwała nieraz prawie do czterdziestki. Dziś wchodzi dziesiętnasto-, dwudziestolatki. To wszystko przesuwają się coraz wcześniej. Tylko że potem taki kolarz może skończyć karierę już około trzydziestki i nie wie, co zrobić ze sobą dalej. Bo nie jest do tego dojrzały przygotowany.

Karię zakończył pan po ostatnim Tour de Pologne, ale decyzję podjął wcześniej. Chodziło o to, żeby umieć powiedzieć sobie dość, zanim sport to wymusi?

Zawsze chciałem skończyć na szczycie. I tak właśnie się stało: jako mistrz Polski. W tym roku jeszcze mogę jeździć w tej koszulce i to ma dla mnie znaczenie. Chciałem odejść tak, żeby nogi zapamiętały, że wciąż jeździłem z przodu, że nadal potrafiłem się ścigać, że męczyłem się, ale jeszcze w ten dobry, sportowy sposób. Wielu zawodników nie potrafi tego momentu uchwycić i przeciąga karierę. Tyle że jeśli się ją przeciąga, człowiek jest coraz starszy, a tej najlepszej formy już się nie odzyska. Kolarstwo zrobiło się też bardzo niebez-

pieczne. W moim ostatnim sezonie też był duży kraks, na początku roku rozciąłem wargę, miałem dziewięć szwów. Nigdy wcześniej, odpukać, nie miałem nic złamanego, ale to też dało mi do myślenia. Pomyślałem, że to już jest naprawdę duże ryzyko.

17 września wychodzi pana książka, przygotowana z Tomaszem Kalembą. Będzie bilansem, spowiedzią, kroniką sukcesów?

Ta książka powstała po zakończeniu kariery, bo wielu rzeczy nie da się powiedzieć, kiedy wciąż jest się czynnym sportowcem. Zwyczajnie nie ma się na to czasu. Tu poświęciliśmy na rozmowy bardzo dużo godzin, około trzydziestu godzin samych nagrań. To nie będzie tylko książka o sukcesach, ale o życiu. O sporcie, rodzinie, o tym, jak wygląda droga na szczyt, ale też o trudniejszych momentach, nawet o czymś w rodzaju lekkiej depresji, o rzeczach, z którymi człowiek czasem sam nie wie, jak sobie poradzić. Będzie w niej i zawodowy sport, i życie prywatne, i wszystko, co się z tym wiąże.

W książce pisze pan o tych sprawach, których wcześniej sobie nie uświadamiał?

Tak, i to sporo. Ta książka będzie bardzo o mnie. O tym, czego z zewnątrz nie widać. Ludziom wydaje się, że sukces sportowca to tylko medale i chwala. A później człowiek często zostaje z tym wszystkim sam. Kiedy jest dobrze, wszyscy cię noszą na rękach. Kiedy przychodzi kryzys, doświadczasz hejtu i bardzo szybko spadasz w dół.

Do którego momentu kariery wraca pan najczęściej?

Miałem bardzo dobry okres od 2014 do 2021 roku. Ale oczywiście wracam do Rio de Janeiro i do medalu olimpijskiego, bo każdy sportowiec marzy o medalu igrzysk. Z drugiej strony wracam też do Tour de France. Lubiłem bić rekordy, osiągać coś, czego wcześniej nie dokonał żaden Polak. To zawsze mnie napędzało, ta wysoko postawiona poprzeczka.

Które zwycięstwo dało panu największą dumę, a które największy spokój?

Największą dumę dał mi medal olimpijski. To coś wyjątkowego, bo igrzyska są raz na cztery lata, a na starcie staje około 150 zawodników. Sam fakt, że wróciłem z medalem, był ogromnym powodem do dumy. A największy spokój dało mi zwycięstwo w Tour de Pologne. Wiedziałem, że jako Polak bardzo chcę wygrać ten wyścig, jako pierwszy Polak w cyklu World Tour. Oczywiście etapy w Tour de France też były czymś wielkim, ale

Tour de Pologne dał mi taki szczególny rodzaj spełnienia.

A co do dziś boli najbardziej?

Może to, że nigdy nie wygrałem etapu Giro d'Italia, choć była taka szansa. Ale byłem podporządkowany drużynie, robiłem to, czego ode mnie oczekiwano. Zawsze byłem lojalny wobec swoich zespołów i dawałem z siebie sto procent. Może kiedyś będę tego żałował, a może nie. Dziś patrzę na to tak, że byłem wierny zasadom, według których jechałem przez całą karierę.

Po tylu latach w trasie ma pan dziś jakieś zwyczajne marzenie? Takie, na które wcześniej nie było miejsca?

Tak naprawdę dopiero teraz uczę się zwyczajnego życia. I widzę, ile rzeczy wcześniej mnie omijało. Przez 25 lat praktycznie siedziałem na rowerze. Nigdy tak naprawdę nie byłem z rodziną na normalnych wakacjach. Dlatego teraz staram się to nadrabiać i przynajmniej raz czy dwa razy w roku zabrać rodzinę gdzieś bez roweru. Po prostu na zwyczajne wakacje.

Co chciałby pan jeszcze w życiu wygrać?

Zdrowie. To jest najważniejsze. Zdrowie, ruch i pozytywne nastawienie do życia. Żeby człowiek cały czas się ruszał, dbał o siebie i żeby rodzina była zdrowa. Reszta na prawdę przyjdzie sama.

Kiedy budzi się pan rano, to nadal budzi się pan jako zawodnik?

Już jest trochę inaczej. Dziś rano też wstałem i pomyślałem, że nie jadę od razu na rower, tylko zajmę się dziećmi, zawiozę je do przedszkola. Mam teraz dużo spraw, których wcześniej w ogóle nie robiłem: dom, codzienność, zwykłe obowiązki. Ale z drugiej strony coś z tego zawodnika dalej we mnie jest. Chociaż przyznam, że w te święta pierwszy raz mogłem normalnie zjeść i nie patrzeć ciągle na dietę. I to było fajne, to odbicie się od dawnej rzeczywistości.

Czyli żurek, biała kielbasa - bez wyrzutów sumienia?

Tak, wszystko było. I ciasto też. To było trochę inne świętowanie, lżejsze psychicznie. Chociaż wiadomo, potem człowiek od razu myśli, że dobrze byłoby spalić te kalorie na rowerze.

A rower dziś to jeszcze praca czy już przyjemność?

Jedno i drugie. Dalej jest narzędziem pracy, ale takim, które sprawia mi przyjemność. I to jest chyba najfajniejsze połączenie. Rower wciąż jest częścią mojego życia, tylko już nie innymi zasadach. Już nie jeżdżę, gdy pada deszcz.

PULS

#218



Dziecko z nas Str. 20 - 21

Alicja Polewska

POTRAFIMY.
NA MAXA

Znów to zrobił. Tym razem nie w kawalerce, ale kręcąc na rowerze. Ściągnął uwagę - „stare” media nauczyły się, by kontrolować jego przekaz na żywo, więc tym razem nie był potrzebny Borys Szyz, żeby przebił się przez rutynę weekendowych newsików. Swoją drogę Łatwogang jest niczym partyjny spin doktor, który planuje wszelkiej maści konwencje czy marsze od piątku do niedzieli wcale nie dlatego, że ludzie „mają wtedy wolne”, ale dlatego, że łatwiej się z taką opowieścią przebić w serwisach informacyjnych.

Cel szczytny: 12 milionów złotych na terapię genową chorego na dystrofię mięśniową Maksa. Trasa od gór do morza, ale już w Toruniu zbiórka osiągnęła cel. Łatwogang powtórzył więc myk z poprzedniej akcji i pociągnął dalej; do 20 milionów! Fajnie, prawda?

Jest nowy, świeży. Autentyczny. Da się zwyczajnie lubić - mówi szybko, z emocji traci głos. I tym nas bierze.

Co dalej? Kto się teraz do niego dodzwoni, napisze, zaczepi na ryneczku przy straganie z truskawkami? Piotrek (Łatwogang to przecież ksywka internetowa) się przejmie, bo lont empatii ma krótki i znów pójdzie na całość. Ogarnie temat, a my się poklepiemy po ramionach: Uff, znowu to zrobiliśmy! Jesteśmy niesamowici! Mistrzowie! Znamy przecież to uczucie - przez ponad trzy dekady tak się czuliśmy w tę jedną styczniową niedzielę karnawału w środku zimy. Lubimy siebie w tym wydaniu. Fajnie, prawda?

Dobrze znam to uczucie bezradności, kiedy wiesz, że dla dziecka zrobisz więcej niż możesz, wbrew logice, zimnym faktom i statystyce. Idziesz pod wiatr, żeby nie wiem jak mocno wiał ci w oczy. Za każdą cenę. Zrobiłam to niemal 35 lat temu. Kiedy dzisiaj patrzę na moją córkę, cały czas widzę tamtą zbiórkę; to było niczym kaskaderstwo po szkole rolniczej. Trzymam kciuki za każdego rodzica, który zakłada zbiórkę (kiedy już wydrenuje portfele najbliższych, przyjaciół, sąsiadów i znajomych znajomych), przebiję się do jakichś mediów, starych czy nowych, bo wiem, ile trzeba w sobie przewalczyć, żeby powiedzieć: potrzebuję, bez was nie dam rady. Tym bardziej dzisiaj, kiedy tak łatwo jest rzucić hejtem. Jak w Blankę Lipińską, która w chwili szczerości przyznała się, jak bardzo źle poczuła się, kiedy zeszła z niej euforia i zobaczyła swoją ogoloną głowę w lustrze w windzie bloku Łatwoganga. Poszła na żywioł, później do niej dotarło, że to było w realu, a nie w internetowym niby świecie. I dostała z obu nóg od tych, co zawsze wiedzą lepiej, których palce śmigają po klawiaturze szybciej niż F-35 nad Łaskiem, ale którym jakoś nie udaje się kliknąć w rubryce „wpląć” czy „wesprzyć”. I teraz napisała, że wrzuca info, bo ma zasięgi, ale nic więcej, bo jeszcze nie dała rady się pozbierać po tym, co zdarzyło się przy „Dissie na raka”. Fajnie?

Nie, wcale niefajnie.

Potrafimy w hejt. Tu też jesteśmy mistrzami. Na MAXA.

Marek Twaróg

RÓBMY ZMIANĘ WŁADZ MIASTA
CO MIESIĄC, KAŻDY SIĘ WYKAŻE

W

Polsce polityczna może być

nawet grusza, w cieniu której siał Sirokomla, nic więc dziwnego, że o referendum odwoławczym po wydarzeniach krakowskich nie da się normalnie gadać. Jest więc to referendum „zwyrodnieniem patriotycznej Polski”, która „rozpoczyna marsz po Tuska”, nawet jeśli to oczywisty idiotyzm opowiadany przez ludzi, którzy nic nie wiedzą o Polsce komunalnej (w przeciwieństwie do centralnej), a już na pewno niewiele chcą wiedzieć o Krakowie.

Jednak szczęśliwie tu i tam pojawiają się nieśmiałe głosy, które omijają polityczne brednie i trafiają w sedno: na ile łatwość, z jaką można odwołać władze miast, wypacza ideę kadencyjności, pewnej umowy społecznej, jaką zasadniczo zawiera się w naszym systemie wyborczym raz na pięć lat. I co równie ważne: na ile instytucja referendum odwoławczego paraliżuje rozwój miast.

Gdybyśmy oderwali się od uniwersum partyjnego - tych wszystkich pisowskich, peowskich i konfiarskich poziomów dyskusji - zobaczylibyśmy miasta małe i duże oraz ich mieszkańców, na życie których życie wpływają działania radnych i prezydentów co najmniej równie bardzo, jak decyzje zapadające na Wiejskiej. I którzy od zawsze, a przynajmniej od początku lat 90. i nowoczesnego samorządu wymyślonego przez profesora Regulskiego cierpią na chorobę zbyt krótkiej kadencji.

W mieście nigdy nie opłacało się robić czegośkolwiek, co wykraczało ponad cztero-pięcioletnią perspektywę. Zbudować przedszkole - od biedy tak. Ale zgazyfikować całą dzielnicę - skoro nie dokończą przed wyborami, nie będzie czym się pochwalić, zostaną wykopki - to lepiej zostawmy to następcom. Chodnik wyremontujemy, ale obwodnicy już nie bardzo. Sytuację trochę zmieniły wielkie pieniądze z UE i generalnie rosnąca świadomość, ale choroba wciąż objawia się w zbyt wielu miejscach.

Referendum odwoławcze łatwo przeprowadzić, mimo że od lat nie zmieniały się przepisy

w tym obszarze. Ale zmieniła się temperatura w polityce, zmienił się nasz mental, który dziś wszędzie każe walczyć, bić się, wykłócać, zamiast współpracować, zmienił się sposób uprawiania propagandy politycznej ubrany naukowo w termin „mediatyzacji polityki”. Łatwo jest dziś rozpętać burzę, uwieść wyborców populistycznymi argumentami, wzniecić ogień. W Radomiu, gdzie właśnie rozwija się inicjatywa referendalna w sprawie odwołania prezydenta miasta, Witkowskiego, chryja na ulicy skończyła się tak (cytuję tekst „Echa Dnia”): „Witkowski do Berlina! - dało się słyszeć z tłumy. „Precz z komuną” - zaczęli skandować uczestnicy marszu. W końcu organizatorzy zaintonowali Mazurka Dąbrowskiego”. Jak w pigułce, taki właśnie mamy klimat.

Perspektywa władz miasta znów skraca się więc znacząco. Już nie pięć lat, już tylko od jednej odważnej decyzji do drugiej. Strefa Czystego Transportu w Krakowie była ponoć kontrowersyjna. Zostawmy kontrowersyjne decyzje! Kraków potrzebuje rewolucji w transporcie (jak niemal każde duże miasto z wyjątkiem Warszawy) - ale zostawmy, gadanie o metrze jest głupie, bo kto doceni gadanie o inwestycji, która będzie gotowa za 20 lat. Za 20 lat uznanie nie będzie obecnemu prezydentowi potrzebne.

Przez lata jęczałem sobie w nie tak znowu małym gronie w miastach, że brakuje odwagi, wielkich idei modernizacyjnych. Że tylko od wyborów do wyborów. Że wygrywa pogląd internetowych mędrków, którzy odezwą się zawsze w stylu „brakuje na podcięcie rabatki w parku i wymalowanie pasów na przejściu, a ten bierze się za obwodnicę i budowę hali i stadionu!”.

Referendum odwoławcze jest instrumentem kontroli społecznej. Oczywiście. Jednocześnie sprawia, że władze miast nie będą podejmować przełomowych decyzji, a już na pewno trudnych decyzji. Też oczywiście. Łamię pewną umowę społeczną, w ramach której dajemy władzom czas na wykazanie się, i wypychają nas w permanentną kampanię wyborczą - również oczywiście.

Nie jestem w stanie pojąć tego, że w jakikolwiek sposób można kwestionować tego rodzaju działanie z Wielką Brytanią. (...) Jeśli prezydent uważa, że nie powinien złożyć swojego podpisu pod tym traktatem, to niech to wyraźnie powie. To jest po prostu działanie przeciwko interesom Polski, są granice walki politycznej

FOTOkomentarz tygodnia



27 MAJA,
WIELKA
BRYTANIA

W poprzednim tygodniu do Polski przyleciały pierwsze trzy z 32 samolotów F-35, które zamówiliśmy w USA. Teraz z kolei doszło do podpisania Traktatu o Partnerstwie w Dziedzinie Bezpieczeństwa i Obronności w Wielkiej Brytanii. Sygnowano go w Northolt, historycznej bazie polskich lotników z Dywizjonu 303. Ten dokument wzmacnia współpracę Polski i Wielkiej Brytanii w takich kwestiach, jak armia, przemysł zbrojeniowy, a także cyberbezpieczeństwo. Wszystko po to, żeby skuteczniej odstraszać. Rok temu Polska podpisała analogiczny traktat z Francją

FOT. KPRM



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

FOT. PAP/EPA



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

FOT. PAP/EPA



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

FOT. PAP/RADEK PIETRUSZKA

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

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

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

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

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

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

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

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

właśnie na terapeutkę.

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

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

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

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

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

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

Anita Czapryn



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

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

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

przecież trzeba być grzeczną. Jest w nas też taka wielopokoleniowa służebność kobiet. Matka Polka, kobieta, która ma służyć innym, podawać do stołu, robić dla innych, poświęcać się. Macierzyństwo w ogóle zakłada pewien rodzaj samopoświęcenia. A kiedy kończy się macierzyństwo, zaczynają się

wnuki i często pojawia się kolejne oczekiwanie: teraz będziesz zajmować się wnuczkami, to jeszcze nie jest czas dla ciebie. No więc kiedy jest czas dla mnie? Kiedy mogę zająć się sobą? Jak już odśłużyć swoje?

Jakie zdania matek najczęściej zostają w córkach

na całe życie? Z czym przychodzą do pani kobiety?

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

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

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

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

Pisze pani o Krytycznym Rodzicu, który każe pracować więcej, szybciej, lepiej, nie pozwala odpoczywać, porównuje. Czy to jest głos matki, który z czasem zamienia się w nasz głos wewnętrzny?
Tak. Właśnie tak. Te krytykujące komunikaty, które dostajemy, bardzo często później powtarzamy sobie w głowie. Czasami są to bardzo raniące, wręcz rujnujące komunikaty. Na przykład dotyczące inteligencji. Kiedyś częściej mówiło się do dzieci: „Jesteś debilem”, „Głupia jesteś”.

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

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

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

Przez całe dzieciństwo małej dziewczynce bardzo zależy na akceptacji matki. Odczytuje, czego matka chce, próbuje to spełnić. Czy potem, już jako dorosła kobieta, może sama nie bardzo wiedzieć, czego chce? I jak ma się dowiedzieć, czy to, co robi, to dlatego, że sama tego chce, czy dlatego, że chce jej mama?
Nasza autonomia, nasze prawidłowe autonomizowanie, powinno dokonywać się w wieku nastoletnim. Mniej więcej do dwudziestego roku życia zaczynamy się wyodrębnić, nasza osobowość się kształtuje. To jest taki pierwszy ważny okres w dorosłości. Ale jeśli więc z matką jest nieprawidłowa, możemy nawet do czterdziestki czy pięćdziesiątki być ciągle pod jej jurysdykcją. Jeżeli nie autonomizujemy się w wieku nastoletnim albo we wczesnej dorosłości, to później dużo zależy od tego, co nam się w życiu przytrafi. Może być tak, że pojawi się partner, który wyjedzie z nami do innego kraju, i wtedy stajemy się bardziej niezależne. Moje dorosłe dziecko wyjechało teraz na Erasmusa i mówi, że najlepiej wychowuje się same ze sobą. To jest jego pierwszy taki wyjazd. I coś w tym jest. Kiedy jesteśmy odseparowani od rodziców, możemy się bardziej zautonomizować i poczuć, czego naprawdę chcemy. Dzieje się to także w terapii. Kiedy przerabiana jest więź z którymś z rodziców, często intuicyjnie trochę się od tego rodzica odsuwamy. Czasem bardziej, czasem mniej. Nie dzwonimy tak często, nie jeździmy, potrzebujemy dystansu. Nie po to, żeby zniszczyć relację. Raczej po to, żeby złość albo inne trudne emocje na niej nie zaważyły. Żeby można było to w sobie przepracować. Później często następuje powrót do rodzica, ale już z innego miejsca.

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

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

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

Bywa i tak, że matka zaczyna chorować albo ma inne problemy. Robi z córki pocieszycielkę, powierniczkę, domaga się opieki. Kiedy troska o mamę może stać się więzieniem?
To może być różnie przeżywane. Czasami opieka nad mamą jest oddaniem jej tego, co ona sama z siebie dała. Dziecko czuje wdzięczność. Wiadomo, każdy z nas ma jakiś dług wobec rodzica. Rodzic będzie chorował, będzie miał demencję, będzie potrzebował naszego wsparcia. Będzie zależny od nas, tak jak my kiedyś byliśmy zależni jako dzieci. To jest pewien dług do spłacenia. Ale zupełnie inaczej opiekuje się rodzicem, który był dla nas dobry, ciepły, wspierający, a inaczej z chłodną matką, która nie dawała wsparcia, matką kontrolującą, trudną, kłótniową. I taką mamą w starszym wieku naprawdę trudno się opiekować. Czasem rodzice, im są starsi, tym bardziej się domagają. I to nie musi być siedemdziesięcio- czy osiemdziesięcioletnia chora kobieta. Są też mamy, które mają pięćdziesiąt, sześćdziesiąt lat, jeszcze pracują zawodowo, a już doma-

gają się od dorosłych córek, żeby przyjeżdżały co tydzień, żeby poświęcały im każdy weekend, żeby pielili w ogródku. Bo to ma być wyraz szacunku do mamy.

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

W rozmowach z koleżankami słyszę dość często nawet: „Nie chcę rozdrapywać dzieciństwa, rodzicom już wybaczyłam, nie ma do czego wracać, było, minęło”. Sama zresztą powiedziałam coś podobnego mojej terapeutce. Kiedy powrót do dzieciństwa jest potrzebny, a kiedy może stać się pułapką? Kiedyś myślałam, że jak ktoś ma sześćdziesiąt parę lat i oskarża nieżyjącą matkę za to, że ma nieudane życie, to myślałam, że miał czas, żeby coś z tym zrobić.
Tak, ale czasami dopiero w wieku sześćdziesięciu lat odkrywamy, że matka robiła coś takiego, przez co ja dzisiaj mam trudności, na przykład w każdym swoim romantycznym związku. Każdy ma swój czas dochodzenia do różnych prawd. I to, że ktoś odkrywa coś dopiero w wieku pięćdziesięciu czy sześćdziesięciu lat, wcale nie jest złe. Myślę, że zawsze trzeba przyrzec się rodzicom, bo to jest baza, z której startujemy. Jeśli patrzymy tylko na tu i teraz na swoje problemy psychiczne, depresyjne, lękowe, to bywa dość płytkie. Pewne struktury zostały w nas ukształtowane w dzieciństwie. Style radzenia sobie także pochodzą z dzieciństwa. Mówię tu o schematach, które w dorosłym życiu często stają się nieadaptacyjne. Jeśli w dzieciństwie ra-

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

Jest jeszcze temat, który często wraca w przestrzeni publicznej: przebaczenie. Czy przebaczenie matce jest konieczne, żeby pójść dalej? A jeśli córka nie chce przebaczyć, czy nadal może zdrowieć?
Wróć jeszcze do tego, o czym pani mówiła wcześniej: czy jest sens rozgrzebywać dzieciństwo. Bo czasami rzeczywiście można utknąć w takim rozgrzebywaniu skrzywdzenia. Ale myślę, że nie chodzi przede wszystkim o przebaczenie rodzicowi. Chodzi raczej o uznanie, że to jest część mojej przeszłości. Część mojego dzieciństwa, a czasem nawet całe moje dzieciństwo. I teraz pytanie brzmi: co mogę zrobić dzisiaj? Mogę spróbować to naprawić. Naprawić po moich rodzicach to, co, za prze-

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

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

KSIAŻKA



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

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

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

Justyna Piasecka-Gabryel

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

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

Bramkarka musi iść do piłki

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

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

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



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

częłam widzieć, ile pracy mnie czeka - opowiada.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

podane po sportowemu - dodaje.

Warta jako druga rodzina

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

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

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

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

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

Nie zostać samemu w domu

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

FOT. WALDEMAR WYLEGALSKI

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

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

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

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

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

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

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

Powrót do piłki

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

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

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



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

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

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

Przełamać własne bariery

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

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

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

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

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

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

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



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

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

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

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

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

Drużyna, do której można dołączyć

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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



FOT. POOL/ABACA/EAST NEWS

Materska-Sosnowska: Trump inwestuje politycznie w Nawrockiego jako swojego partnera ideowego w Polsce. Ale dla Polski najważniejsze jest nie to, kto dostaje symboliczny kredyt, tylko czy obecność wojsk USA będzie trwała

uwagę, że gdyby to zrobił jakikolwiek przywódca europejski, to przede wszystkim Prawo i Sprawiedliwość najpewniej mówiłoby o naruszeniu naszej suwerenności. Jeśli robi to Trump, to prawica przedstawia to jako dowód przyjaźni i znakomitych kontaktów. To jest podwójny standard. Po przegranej Orbana ta relacja staje się dla polskiej prawicy jeszcze ważniejsza, ale też bardziej ryzykowna. Sam wpis o żołnierzach wzmacnia wrażenie, że Trump inwestuje politycznie w Nawrockiego jako swojego partnera ideowego w Polsce. Ale dla Polski najważniejsze jest nie to, kto dostaje symboliczny kredyt, tylko czy obecność wojsk USA będzie trwała, przewidywalna i skoordynowana z NATO.

To wsparcie Donalda Trumpa jest chyba prezydentowi Nawrockiemu na rękę.

Prezydent Trump nie jest do końca przewidywalnym sojusznikiem w klasycznym rozumieniu. Potrafi jednego dnia wzmacniać deklaracje bezpieczeństwa, a wcześniej sygnalizować redukcję obecności USA w Europie. Wypowiedzi Pete'a Hegsetha i amerykańska strategia bezpieczeństwa pokazują wyraźny trend: Europa ma wziąć znacznie większą odpowiedzialność za własną obronę, a USA będą traktować zobowiązania bardziej transakcyjnie. Dlatego medialny gest wobec Nawrockiego nie zmienia strukturalnego ryzyka dla

Polski. Należy też dodać, że Trump ma dziś niskie poparcie w szerokiej opinii publicznej w USA, choć pozostaje silny w swoim obozie. Jesienne wybory do Kongresu pokażą, ile z tej politycznej siły realnie zostaje.

Dobrze, przejdźmy trochę do koalicji rządzącej. Mamy odwołanie prezydenta Krakowa, Aleksandra Miszałskiego. To może być początek jakiejś fali? Opozycja mówi, że tak właśnie jest, że za chwilę będzie referendum w Rzeszowie i że Koalicja Obywatelska straci władzę w wielu samorządach.

Nie przeceniałabym tego, co się stało, ale na pewno nie można nie doceniać wyniku referendum w Krakowie. Jednocześnie referendum odwoławcze jest specyficznym mechanizmem: mobilizuje przede wszystkim przeciwników i tworzy asymetrię kampanii, bo obrońcy często kalkulują frekwencję. Przepisy przez PiS zostały zmienione tak, żeby przez obniżenie progu frekwencyjnego wzmocnić referendum negatywne. Bardzo łatwo jest opozycji odwołać prezydenta. Ale od odwołania prezydenta przez PiS czy Konfederację jest daleka droga. Opozycja ma teraz problem pozytywny: kogo wystawić i jak wygrać wybory, a nie tylko jak zorganizować sprzeciw.

Z drugiej strony mam wrażenie, że pan Miszałski liczył

na to, że to referendum będzie po prostu nieważne, ale się przeliczył.

Wiem, że taka została przyjęta strategia, tak była prowadzona kampania. Uważam ją za ryzykowną reputacyjnie, bo demokracja źle znosi komunikat: zostanie w domu, żeby wynik był nieważny. Rozumiem logikę prawną, ale politycznie lepiej wygląda mobilizacja własnych zwolenników i jasne powiedzenie: jeśli chcecie kontynuacji, idźcie i zagłosujcie. Przykład Sopotu i Jacka Karnowskiego pokazał, że obrona przez aktywną mobilizację może być skuteczna. A z drugiej strony, czy odwołanie prezydentki popieranej przez KO w Zabrzu zmieniło bieg historii? Zmieniło trendy? Zmieniło cokolwiek? Nie wydaje mi się. Wniosek jest prosty: nie robiłabym z Krakowa automatycznego trendu ogólnopolskiego, ale potraktowałabym go jako ostrzeżenie dla samorządowców koalicji.

Myśli pani, że koalicja rządząca ma kłopot z Polską 2050, bo Katarzyna Pełczyńska-Nełęcz co rusz krytykuje rząd, w którego skład sama wchodzi?

Problem ma przede wszystkim Polska 2050. Walczą o przetrwanie, byt, pozycję negocyjną i rozpoznawalność, więc wykonują bardzo ostre, wyraziste ruchy i komentarze jak na ugrupowanie współrządzące. Rozumiem, że zaczynają szukać już koalicjantów na przyszłe listy wyborcze, żeby w ogóle zaistnieć i wejść

do Sejmu. Ewidentnie mają problem. Pytanie, jak to się skończy? To oczywiście uderza także w rząd, bo wyborca nie rozdziela subtelnie: to jest minister z rządu, to jest liderka partii, to jest spór wewnętrzny. Trochę dziwię się premierowi, że tak długo toleruje ten poziom dysonansu. Z drugiej strony doszło do tego, co zapowiadała pani Pełczyńska-Nałęcz nie jest wicepremierem, więc część napięcia ma wymiar czysto polityczny.

W co gra dzisiaj liderka Polski 2050?

Polska 2050 chce ważyć więcej, niż wynika z jej dzisiejszej siły parlamentarnej i sondażowej. W moim przekonaniu jest to projekt o zawężającym się polu manewru.

Chodzą pogłoski, że przy najbliższej rekonstrukcji rządu stanowisko może stracić minister Waldemar Żurek, że jednak premier Donald Tusk oczekiwał szybszych i większych zmian w wymiarze sprawiedliwości.

Nie wiem, nie jest to potwierdzone, więc nie przesądzałabym personalistów. A problem jest szerszy: resort sprawiedliwości od początku tej kadencji ma ogromny ciężar polityczny i prawny, a efekty są wolniejsze, niż oczekiwała część elektoratu rządzących. To dotyczyło Adama Bodnara i dotyczy Waldemara Żurka. Nie wiem, czy dało się wszystko zrobić szybciej, bo część zmian wymaga ustaw, a te napotykały prezydenta. Ale widzę de-

ficyt komunikacji i scenariuszy: opinia publiczna nie wie, co jest niemożliwe prawnie, co trudne politycznie, a co po prostu nie zostało zrobione.

Właśnie się zastanawiam, jak można by wprowadzać zmiany w wymiarze sprawiedliwości? Bo, pan Bodnar źle, pan Żurek źle...

Dlatego nie wiem, czy można te zmiany wprowadzić szybciej, sprawniej.

Zmiany w wymiarze sprawiedliwości musi zaakceptować prezydent, a z tym mamy pewien problem.

Tak, ale okazuje się, że chyba błędem było założenie ministra Bodnara, że wystarczy ewolucyjne porządkowanie instytucji. A przyspieszenie nastąpi po zmianie na stanowisku prezydenta. Dzisiaj wiadać, że część zastanego układu personalnego i proceduralnego działa przeciwko zmianie albo ją spowalnia. No cóż, należało szybciej wykorzystać narzędzia przewidziane prawem, a przede wszystkim trzeba było mieć wariant na sytuację, w której prezydentem nie zostaje kandydat obozu rządzącego. Dobrzy stratedzy muszą mieć plan także na scenariusz niekorzystny.

Koalicjanci - myślę tu o lewicy, myślę o ludowcach - mogą poprawić jeszcze swoje notowania, bo póki co, one są słabe.

Moim zdaniem tak. Nie wiemy jak, w jakich układach i w jakich koalicjach będą szli do wyborów, to po pierwsze. Po drugie, do wyborów jest jeszcze - tylko i aż - rok. To będzie bardzo trudny i bardzo intensywny czas. Więc gdyby te wybory odbywały się jesienią tego roku, to oczywiście szanse na poprawę notowań byłyby odpowiednio mniejsze niż w momencie, kiedy są za ponad rok.

Mówi się, że być może Nowa Lewica mogłaby połączyć siły z Partią Razem i pójść do wyborów wspólnie, co by na pewno poprawiło ich szanse na dobry wynik wyborczy. Czyje szanse?

Lewicy.

Właśnie. Lewicy - tak, partii Razem - tak. Ale...Matematycznie mogłoby to poprawić szanse wejścia szerzej rozumianej lewicy do Sejmu. Politycznie nie mam pewności, czy byłoby stabilne. Mamy doświadczenie wspólnego startu i późniejszego rozchodzenia się strategii: część lewicy chciała współrządzić, część chciała pozostać poza rządem. Wspólna lista rozwiązuje problem prognozy, ale nie rozwiązuje problemu tożsamości, programu i stosunku do rządu.

Dlaczego?

Dlatego, że były już próby wspólnej listy, wspólnego wejścia do Sejmu i potem wspólnego trwania. To się nie powiodło. Słyszę o tym, że takie rozwiązanie byłoby dobre, ale nie mam co do tego przekonania. Być może znowu byłaby taka sytuacja, że część lewicy weszłaby do rządu, a część pozostała poza rządem. Nie wiem, czy to jest najrozsądniejsze rozwiązanie. A poza tym, akurat z agendy lewicowej na prawdę dużo udało się zrobić i mam takie poczucie, że to jeszcze nie zafunkcjonowało w opinii.

Bardziej prawdopodobne jest, że będziemy mieć rząd prawicowy w roku 2027? Czy koalicja rządząca zdoła się utrzymać u władzy?

Oczywiście, tego nie wiem. Wiem, że jest to realne. O wyniku zdecyduje nie tylko suma mandatów PiS i Konfederacji, ale też to, czy po prawej stronie da się zbudować rząd zdolny do funkcjonowania. Wiem, że to prezydent wskazuje kandydata na premiera i może - tak jak Andrzej Duda, wbrew pewnej logice i policzonych głosach - próbować na to wpływać, ale arytmetyka sejmowa ostatecznie jest twarda. Największym pytaniem byłaby koalicja z Konfederacją, a zwłaszcza stosunek do Grzegorza Brauna. To nie jest detal wizerunkowy, tylko problem sterowności i wiarygodności takiego rządu. Czy wyobraża sobie pani te rozmowy negocjacyjne, a potem koalicyjne?

Średnio.

No właśnie. Sam Kaczyński testował już koalicję z Lepperem i wie, jak bardzo trudna to była koalicja. A myślę, że z Grzegorzem Braunem jeszcze trudniejsza.

Z drugiej strony Jarosław Kaczyński zrobi wszystko, żeby wrócić do władzy. Może tak, może nie.

Co będzie decydować, co będzie najważniejsze w ciągu tego trochę więcej niż roku?

Najważniejsze będą trzy rzeczy. Po pierwsze, bezpieczeństwo: Rosja, Ukraina i realna, nie tylko deklaracyjna, obecność USA w Europie. Po drugie, sprawczość państwa. Po trzecie, konsolidacja po prawej stronie: czy PiS, Nawrocki, Konfederacja i środowisko Brauna będą ze sobą rywalizować, czy znajdą formułę współpracy. Dzisiaj jesteśmy po chwili dużego napięcia. Dlatego nie prognozowałabym dziś wyniku wyborów; wskazałabym raczej czynniki, które będą ten wynik przesuwają, a gdybanie, co będzie za pół roku, naprawdę mijają się z celem.

ŚMIERĆ ADOLFA EICHMANN, ARCHITEKTA HOLOKAUSTU

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

Mariusz Grabowski

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

Zabić czy nie?

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

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

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

Prawo i polityka

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

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



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

czył, z pewnością były wystarczającą podstawą do skazania”.

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

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

Proces był wydarzeniem

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

prawdziwego Eichmanna – wroga ludzkości.

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

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

Hitlerowiec buddysta

Przez cały czas procesu Eichmann utrzymywał, że był

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

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

„Nie bronił się, nie płakał”

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

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

Prochy rozwiął wiatr

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

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

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

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

Spór po latach

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

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

Zadzwoił telefon

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

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

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

Czy sztuczna inteligencja zastąpi lekarza?

Gdy rozpoznaje obrazy, osiąga skuteczność na poziomie 93-94 procent. Ciągłe się myli, trochę rzadziej niż lekarz, ale tandem lekarz - sztuczna inteligencja (AI) może osiągać nawet około 98 procent poprawnych diagnoz. To połączenie powoduje, że dostajemy coś lepszego, bardziej szczegółowego i szybciej. Gdy 9 lat temu zaczynaliśmy przygodę ze sztuczną inteligencją, ucząc ją rozpoznawania obrazów, sami jeszcze nie mieliśmy świadomości, jak ogromny i szybki może być postęp w tej dziedzinie. Na nasz pierwszy projekt AI otrzymaliśmy grant z Narodowego Centrum Badań i Rozwoju. Pracowaliśmy nad nim z lekarzami z Instytutu Centrum Zdrowia Matki Polki w Łodzi. Dzięki tej współpracy opracowaliśmy nasz pierwszy algorytm służący rozpoznawaniu obrazów przez AI. Wielki sukces odnieśliśmy po dwóch latach pracy - nauczyliśmy sztuczną inteligencję czytać obrazy anatomiczne i rozpoznawać, czy na zdjęciu rentgenowskim jest klatka piersiowa, głowa czy stopa. Byliśmy dumni z tego, co udało się nam osiągnąć, bardzo się cieszyliśmy z tego wyniku. Wtedy nasz kolega Jacek, który prowadził projekt, przyniósł czarno-białe zdjęcie orangutana i wrzucił je do modelu AI, nad którym pracowaliśmy. Model sztucznej inteligencji, nad którym pracowaliśmy przez dwa lata, uparcie twierdził, że to jest ludzka głowa. Przez pół roku nie byliśmy w stanie nauczyć go, że jest to obraz spoza danych medycznych, na których był trenowany. Byliśmy bliscy załamania i poddania się. Na szczęście nastąpił przełom. Program zaczął działać z coraz większą skutecznością.

Jak dokładnie AI rozpoznaje obrazy?

W tym momencie potrafimy podzielić mózg na setki anatomicznych części według bardzo dokładnych atlasów medycznych. Tego typu analiza byłaby niezwykle czasochłonna do wykonania ręcznie.

Czy przy tworzeniu programów pracowaliście tylko z lekarzami z ICZMP?

Zaczęliśmy od współpracy z lekarzami z Matki Polki, ale w międzyczasie nawiązaliśmy współpracę z lekarzami radiologami ze szpitala im. Norberta Barlickiego w Łodzi. Łódzka radiologia wywodzi się z tej placówki i tamtejsi specjaliści pod kierownictwem profesora Ludomira Stefańczyka włożyli mnóstwo pracy, aby nam pomóc na starcie.

Ale zaczęło się nietypowo...

W szpitalu im. Barlickiego popsuł się tomograf komputerowy. Ówczesny dyrektor

SZTUCZNA INTELIGENCJA MYLI SIĘ RZADZIEJ NIŻ LEKARZ, ALE SAMA NAS NIE WYLECZY

Rozmawiamy z Jakubem Musiałkiem z Łodzi, właścicielem firmy Pixel Technology, która tworzy systemy sztucznej inteligencji (AI) wspierające analizę i opis badań radiologicznych dla placówek medycznych na całym świecie

Liliana Bogusiak-Jóźwiak



FOT. ZASOBY JM

Jakub Musiałek, właściciel firmy Pixel Technology

nansu magnetycznego. O ile na tomografii komputerowej robi to wiele firm na świecie, to na rezonansie magnetycznym ta lista nie jest tak duża.

Jak w praktyce wygląda współpraca specjalistów od AI z lekarzami?

Widzimy się raz-dwa razy w tygodniu i mówimy o tym, co model wykrył lub oznaczył w danym tygodniu. Oni to korygują i za każdym razem jest lepiej. Celem jest szybsze i bardziej precyzyjne wykrycie nieprawidłowości. Teraz pomiary wykonywane są najczęściej tak jak człowiek najlepiej potrafi to zrobić - w wymia-

rach 2D, czyli określane są podstawowe wymiary zmiany. Tymczasem sztuczna inteligencja potrafi wykonać takie pomiary również w 3D - powie, ile centymetrów sześciennych ma zmiana, opisz jej kształt, powie, na co naciska. Lekarz też potrafi to zrobić, ale z uwagi na ilość badań, jaką ma opisać, nie zawsze ma na to czas.

Które z badań naukowych, nad którymi pracujecie, są najbardziej obiecujące?

Robimy wiele projektów badawczych, które w przyszłości mogą zmienić się w coś wyjątkowo fajnego. Proszę

sobie wyobrazić, że przyjeżdża do szpitala pacjent. Ma wykonywaną tomografię komputerową pod kątem tego, czy ma udar. Na tomografii zmian jeszcze nie widać podczas standardowej oceny, ale sztuczna inteligencja już potrafi wykrywać subtelne asymetrie między półkulami mózgu. Planujemy, że za około 2 lata opublikujemy wyniki tych badań. Będzie potrzeba dalszych kilku lat, aby do tych wyników odniosły się neurologiczne autorytety i dopiero wtedy nasze badania mają szansę być zastosowane w szpitalach.

Ale to niejedyny duży projekt, nad którym Pixel Technology pracuje...

Naszym złotym Graalem jest zbudowanie modelu AI, który wspierałby wykrywanie cech sugerujących zatorowość płucną na badaniach bez kontrastu. Gdański Uniwersytet Medyczny ma pomysł, jak to zrobić, i będziemy składali wspólny grant do NCBR. Jeśli uda się nam ten projekt zrealizować, pozwoli to zmienić życie milionów ludzi. Inny znaczący program to badanie serca pod kątem zwężenia naczyń. Chcemy wykrywać je na tyle wcześniej, aby można było leczyć pacjenta wyłącznie farmakologicznie. Kolejny projekt to model, który pozwala skrócić czas potrzebny na opis badania. Dziś pacjent czeka na wynik 3-4 tygodnie. Pracujemy nad tym, aby specjalista mógł to zrobić w 3-4 godziny.

Kto korzysta z waszych projektów AI?

Dziesiątki placówek medycznych w Polsce i sporo za granicą. Certyfikowaliśmy nasze modele medyczne zgodnie z MDR i jesteśmy jednym z niewielu europejskich podmiotów, które taką certyfikację posiadają. Jesteśmy blisko podpisywania kontraktów z dużymi organizacjami międzynarodowymi.

Co dalej?

Programy i modele z wykorzystaniem sztucznej inteligencji będą nas diagnozować bardzo szybko i bardzo dokładnie. Super byłoby, gdyby te informacje miał kto wykorzystać i wdrożyć leczenie na wcześniejszym etapie, tam gdzie wystarczy jeszcze zmiana stylu życia pacjenta lub farmakologia.

Jest obawa, że będziemy w stanie diagnozować bardzo wiele i bardzo szybko, ale system ochrony zdrowia tego nie udźwignie...

Rzeczywiście. Problem polega na tym, że w zdrowie części pacjentów należałoby zainwestować już dużo wcześniej. Postawić w większym stopniu na profilaktykę, choć jej efekty nie zawsze są od razu widoczne. Czujemy, że to jest dobra droga, ale problemem są pieniądze. Kto miałby zapłacić za badania pilotażowe dla 10 tysięcy pacjentów? To jest duża grupa.

Który z projektów badawczych, nad którym pracowaliście, uważa Pan za najciekawszy?

W pandemii z profesorem Miłoszem Parczewskim ze Szczecina zrobiliśmy model AI, który przewidywał, czy pacjent trafiający na SOR przejdzie ciężko chorobę. Mieliliśmy również drugi model, który prognozował rokowania pacjentów podłączonych do respiratora. Początkowo mieliśmy skuteczność na poziomie 77 procent, w końcowej fazie 84 procent skuteczności. W momencie gdy w szpitalach brakowało łóżek i respiratorów, to było coś wyjątkowego. Wyniki badań na grupie 20 tysięcy pacjentów już opublikowaliśmy. Ten projekt pokazywał, że technologia działa i może realnie wpływać na zdrowie i życie ludzi. Niestety, nie udało się nam wtedy doprowadzić do tego, aby był on gdzieś w Polsce wykorzystywany na masową skalę.

Nie obawia się Pan, że AI zostanie wykorzystana w sposób budzący wątpliwości etyczne?

Zgłosiła się do nas jedna z dużych firm prawniczych w Polsce. Zaproponowała, abyśmy przygotowali dla nich taki program, do którego pacjent mógłby wgrać wynik swoich badań. AI oceniałaby poprawność opisu wyniku badania, pod którym podpisał się lekarz i gdyby okazało się, że są niezgodności w opisie, program automatycznie generowałby pozew do sądu o odszkodowanie. Zmroziło mnie to. Zawsze uważałem, że lepiej zapobiegać niż leczyć.

HISTORIA/BIOGRAFIA

Ciężka od trosk kędzierzawa głowa Bolesława IV

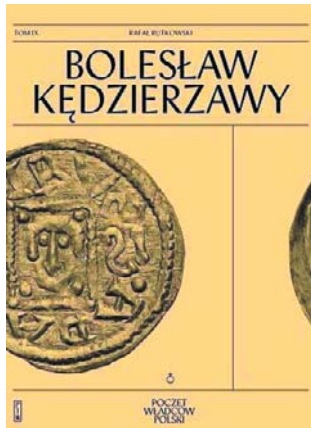
Choć Bolesław IV Kędzierzawy (ok. 1122-ok. 1173), który aż przez 27 lat panował jako polski książę w czasie rozbitcia dzielnicowego, tak naprawdę wciąż pozostaje postacią mało znaną.

Jego biografia, pióra dr. Rafała Rutkowskiego, pozwala trochę tego władcę przywrócić pamięci.

Rutkowski kreśli bowiem nie tylko obraz księcia, ale także postaci mu współczesnych, m.in. księżnej Salomei, księcia Słowian połabskich Jaksy z Kopanicy czy bp. płockiego Aleksandra z Malonne. Co zaś do księcia - jego rządy przypadły na bardzo burzliwy okres. Przez większość panowania nie schodził z konia - walczył albo ze swoimi braćmi, albo z wrogami zewnętrznymi.

Książka składa się z siedmiu rozdziałów dotyczących kolejnych etapów życia księcia - od lat młodości, przez wykonanie testamentu jego ojca Bolesława Krzywoustego, wojnę domową, lata senioratu, relacje z cesarstwem, po schyłek panowania.

Bolesław Kędzierzawy był



Rafał Rutkowski, „Bolesław Kędzierzawy”, wyd. PIW, Warszawa 2026, cena 89 zł

czwartym z kolei dzieckiem Bolesława (1102-1138). Swoją intrygującą przydomkę uzyskał dzięki swym silnie kręconym włosom.

Urodził się około 1122 roku. Najpóźniej w 1137 r. ożenił się z księżniczką ruską Wierzchosławą, córką

Wswiołoda Mścisławicza, księcia Nowogrodu Wielkiego.

Ojciec wyznaczył Bolesławowi Kędzierzawemu w testamencie Mazowsze z częścią Kujaw. W 1146 r. prze-

ciwko Bolesławowi Kędzierzawemu ruszyła też wyprawa niemiecka, na której czele stanął król Konrad III.

Do interwencji zbrojnej na wschodzie władzę Rzeszy nakłonił Władysław Wygnaniec, który nie ustawał w zabiegach o odzyskanie utraconego stolca. Na nieszczęście dla tego ostatniego Niemcom w toku wojny z nowym seniorem rodu nie szło najlepiej. W konsekwencji Niemcy powrócili do domu po złożeniu im przez Kędzierzawego sporego okupu.

Bolesław zmarł prawdopodobnie 5 stycznia 1173 roku i równie prawdopodobnie został pochowany w katedrze płockiej, u boku ojca i dziada. Ale już Jan Długosz wspomina o pochówku na Wawelu. Opiekę nad małoletnim synem Leszkiem, dziedzicem dzielnic mazowieckiej, polecił w testamencie najmłodszemu bratu, księciu wiślickiemu Kazimierzowi, którego uczynił swym dziedzicem w razie przedśmiernej i bezpotomnej śmierci Leszka.

Bożydar Brakoniecki

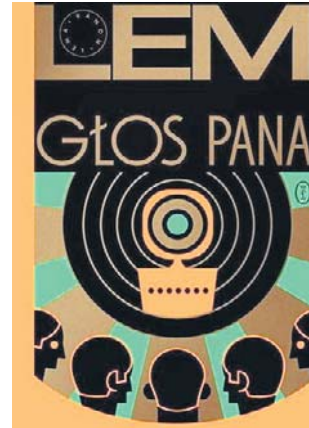
LITERATURA SF

Czytając Lema, często oglądamy się przez ramię

Wśród tzw. znawców literatury słychać opinie, że „Głos Pana” Stanisława Lema to nie tylko jedna z jego najwybitniejszych powieści, ale jedno z tych dzieł, które należą do tzw. kanonu sf. Sam Lem uważał „Głos...” za prowokację intelektualną, zmuszającą do ponownego przemyślenia wielu fundamentalnych kwestii dotyczących - by użyć lekkiego zadęcia - naszego miejsca w kosmosie.

Bohaterem powieści jest profesor Hogarth, błyskotliwy matematyk i uczyony, którego postawa staje się swoistym lustrem dla zmagającej się z wszechświatem ludzkości. Jego analityczny umysł i pragmatyczne podejście do problemów odzwierciedlają ludzkie dążenia do zrozumienia rzeczywistości, ale zarazem ukazują wszystkie ograniczenia (a jest ich mnogość) ludzkiego bytu.

Nie bez powodu Lem pisał, że „Profesor Hogarth z »Głosu Pana« to ja”. Hogarth bierze udział w przedsięwzięciu rozszyfrowania tajemniczego sygnału płynącego do Ziemi z kosmosu, Lem analizuje tęsknoty i lęki przeżywane przez człowieka końca XX w.



Stanisław Lem, „Głos Pana”, Wydawnictwo Literackie, Kraków 2026, cena 64,90 zł

Obaj wyciągają podobne wnioski. I w obu przypadkach nie są one zbyt radosne.

„Głos...” wyszedł po raz pierwszy nakładem wydawnictwa Czytelnik w roku 1968. Od razu okrzyknięto go powieścią z kluczem. Pod niektórymi postaciami autor ukrył (czyżby szyderując?) prawdziwe osoby: Baloyne to prawdopodobnie krytyk Jan Błoński, Prothero to literat Jan Józef Szczepański, Eney to tow. minister Janusz Wilhelm, zaś Hogarth, jak już wiemy, to sam Lem.

Niektórzy biografowie Lema dowodzą, że zawarty w powieści opis sceny rozstrzelania grupy Żydów przez żołnierzy SS stanowi jeden z nielicznych autobiograficznych fragmentów w dziełach autora, które bezpośrednio odnoszą się do jego przeżyć w czasie wojny i do jego żydowskiego pochodzenia. Potwierdza to krótki passus w liście pisarza do tłumacza Michaela Kandla: „Przygoda doktora Rappaporta jest moją przygodą, ze Lwowa 1941, po wejściu wojsk niemieckich - miałem być rozstrzelany...”.

Na koniec ciekawostka: w 2018 roku György Pálfi nakręcił film „Głos Pana”. Fabuła nie odnosi się jednak do treści powieści, ale antycypuje wydarzenia, które miałyby rozegrać się w przyszłości. Oto młody mężczyzna poszukuje ojca, profesora matematyki Petera Hogartha, który zaginął podczas pracy nad tajnym projektem rządu USA. Skala blamażu reżysersko-artystycznego Pálfiego jest tak wielka, że trudno uwierzyć, że kiedykolwiek trzymał on w ręku książkę Lema.

Mariusz Grabowski

REKLAMA

0011524634

Agroturystyka Megane

– wypoczynek w sercu Puszczy Noteckiej

Zapraszamy do naszej klimatycznej agroturystyki położonej w otoczeniu malowniczej Puszczy Noteckiej.

Oferujemy komfortowe noclegi dla około 20 osób, idealne dla rodzin, grup przyjaciół oraz wszystkich szukających odpoczynku blisko natury.

- Na terenie obiektu znajduje się duży plac zabaw dla dzieci, trampolina, jacuzzi oraz miejsce na ognisko.
- Organizujemy również kameralne przyjęcia okolicznościowe.
- Dla osób lubiących aktywny wypoczynek dostępna jest możliwość wynajęcia kajaków.

Agroturystyka Megane | ul. M. Drzymały 4 | 64-735 Miały

Agroturystyka Megane to miejsce, gdzie można naprawdę odpocząć – w ciszy, zieleni i blisko natury.

Rezerwacje i informacje: 790-592-334

To doskonałe miejsce dla miłośników spacerów, wycieczek rowerowych i leśnego klimatu.

W okolicy znajdują się liczne ścieżki spacerowe oraz trasy rowerowe prowadzące przez piękne tereny Puszczy.

Jesienią lasy przyciągają grzybiarzy bogactwem grzybów i wyjątkową atmosferą.

Znajdziesz nas na **Facebooku: Agroturystyka Megane** oraz w internecie: **www.megane.agro.pl**

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?

Telefonicznie: 94 347 35 12

Przez internet: ibo.polskapress.pl

W Biurze Ogłoszeń:

Oddział Koszalin: ul. Partyzantów 17, 75-411 Koszalin, tel. 94 347 35 12

Oddział Słupsk: ul. Henryka Pobożnego 19, 76-200 Słupsk, tel. 59 848 81 03

Oddział Szczecin: Al. Niepodległości 26/U1, 70-412 Szczecin, tel. 91 48 13 310

Nieruchomości

MIESZKANIA - SPRZEDAM

SPRZEDAM mieszkanie 2 pokoje, Głódzino, cena 180 tys. DO NEGOCJACJI. Kontakt: 576 483 159.

MIESZKANIA - KUPIĘ

KUPIMY Twoje mieszkanie w Słupsku w każdym stanie technicznym i prawnym także udział w nieruchomościach. Tel. 59 727 60 94

MIESZKANIA DO WYNAJĘCIA

MIESZKANIE 1-osobowe, 24m², osobne wejście, umeblowane, niski parter, Koszalin tel. 503-906-542.

LOKALE UŻYTKOWE - KUPIĘ

KUPIĘ Twój problem z udziałem w nieruchomości, spadku ! Nie wiesz co robić, nie dogadujesz się z rodziną, współwłaścicielem? Sprzedaj mi swój udział ! 602738759

GOSPODARSTWA

SPRZEDAM ziemię rolną: pszenrol. com.pl

Zdrowie

NEUROLOGIA

SPEC. Neurolog. NFZ. Bez kolejek. Codziennie. Koszalin, 605-284-364.

Usługi

AGD RTV FOTO

PRALKI naprawa w domu, 603 775 878

BUDOWLANO-REMONTOWE

MALOWANIE elewacji remonty, wykończenia wnętrz 695-648-429.

MALOWANIE DACHÓW. 788-016-988.

AUTOREKLAMA

motofakty.pl

Motoryzacja na wysokich obrotach

motofakty.pl

Turystyka

KRAJ - GÓRY

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

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

KRAJ - MORZE

KOŁOBRZEG blisko morza! 511337308

Różne

KASA za stare książki 609-643-399

TEOLOGIA/ZOOLOGIA

Kwestia wielbłądza w Nowym Testamencie

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

Wszędzie zwierzęta

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

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

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

Wielbłąd? Nieprzypadkowo

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

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

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

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

margra



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

WIEŚCI NIE Z TEJ ZIEMI

KATARZYNA
CEREKWICKA

Została mamą

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

OSKAR CYMS

Stracił zab

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

SEBASTIAN FABIJAŃSKI

Bardzo dba o psychikę

Liczne zawirowania w życiu prywatnym sprawiły, że



FOT. SYLWIA DĄBROWA

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

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

MARCIN PROKOP

Został przyłapany

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

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

IZABELA JANACHOWSKA

Pokazała braciszka

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

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

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

Ryby (19.02 - 20.03)

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

Baran (21.03 - 19.04)

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

Byk (20.04 - 20.05)

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

Bliznięta (21.05 - 21.06)

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

Rak (22.06 - 22.07)

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

Lew (23.07 - 22.08)

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

Panna (23.08 - 22.09)

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

Waga (23.09 - 22.10)

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

Skorpion (23.10 - 21.11)

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

Strzelec (22.11 - 21.12)

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

Koziorożec (22.12 - 19.01)

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

część Hadesu			dopływ Dunaju			gilza papierosa		część balustrady karnacja		zimowy pojazd	placi czynsz		wąskotorowa		spec od calek	chroniony ptak leśny		ciastko z kremem		dodatkowa procja zupy		stopień pisma haftowa-ny kilim
żądanie strajkujących			narzędzie rolnicze	wśród zakonnic									arabskie imię męskie					preparat kosme-tyczny				
twórca obrazu „Guer-nica”						23																
	31						zwój tkaniny				pocisk armatni					mocharz, siłacz						
film grozy ciężka zasłona						25	muza astro-nomii						kanon moralny słodki napój			28		kolega drama-turga			2	
rzeka na Roz-toczu				16			miasto nad Grabią			24	żywot-niki rzymska Artemida					powóz na resorach			27			
							prezy-dencki sprzeciwi		gwiazda rocka ...Lozano, trener	wynik doda-wania				Farrow „Gdzie jest ...”				przepływa przez Kolonię		powieść Tyr-manda		
kurort na Helu		okres stu lat	model Toyoty		mał-żonek Sawy	13				Santor lub Kwiat-kowska							częstka utworu muzycznego sportowe buty					
dawne względy gipsowa masa na ozdoby					17		nastrój, atmo-sfera				ruiny miasta Nabatej-czyków							widzialny przejaw boga Re		kwota do zwrotu	10	brzeczka miodowa
	18					masa ludzi rybi tłuszcz				używa języka migo-wego					33	goguś, fircyk						
muza poezji miłosnej								andyjski ssak			zało-gowa część jachtu					9			duża skrzynia		japoń-skie zapasy	
zięć Mahometa																						
w ekwi-punku alpi-nisty		przypo-mina elipsę Kupidyn				12																
domowy forte-pian		„Twar-dowska”		żona Uranosa	29	wenecki VIP																
aura taktyka walki konnicy																						
rodzaj kroniki krymi-nalnej		droga dla turysty	15	budowla na przy-stanku	6	najdłuż-sza rzeka Francji																
kraj z Ottawą	biuro fabryki		mari-huana lub kokaina		rzymska bogini obfi-tości				Jan, malarz entuzjastka, miłośniczka		urząd koś-cielny		kwiat ozdobny imię Gorczyca, aktorki		trwałe łączenie metali							
wiatr równi-kowy					7	atrzybut kelnera					plasz-czyzna ukośna					dipol na dachu		partyjny teoretyk		dawny bęben woj-skowy		
							wieczne miasto artre-tyzm			8	sol lub si											
nasia-dówka u szefa								dzwonek w talii kart				pojazd uprzy-wile-jowany					proszek do prania	wysoki męż-cyzna				
rzadkie imię męskie		kryjówka bor-suka		indyjska księż-niczka	32	grzanka z opie-kacza			Franco, włoski aktor		22			wielkie ssaki morskie	19					lew górski	ostrzy brzeg	
							bicz furmana opasuje kimono Szalom, pisarz				król z dramatu Szekspira ryba mulistych akwenów							ba-gienna mgła				
pieśń patrio-tyczna					połski pies gończy				hind-uska bogini śmierci				staro-polskie imię kobiece							26		
	3						częstka żaru				kraj z De-kanem		1					roślina jak sułtanat			5	
rasa owiec śliwo-daktyl						część twier-dzenia			21		10 kwintali			modnie się ubiera								

REKLAMA

0010990366

GŁOS

w prenumeracie z Tele Magazynem

📞 94 340 11 14

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

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

ROZWIĄZANIE: NIE KAŻDY PŁYWAŁ JEST W CIEPKU URODZONY.

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

W Paryżu zachowują spokój

Jaromir Kruk
redakcja@polskapress.pl

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

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

Paryżanie są zdecydowanym faworytem?

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



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

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

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

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

W czym upatrywać szans Arsenalu?

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

Arsenal może, Paris SG musi?

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

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

Jak przyjęto powołania Didiera Deschamps do kadry Francji na mundial?

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

Po raz pierwszy lub drugi

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

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

XXVI edycja Pucharu Tymbark. Warszawa ponownie ugości finalistów



Jacek Czaplewski
redakcja@polskapress.pl

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

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

Było aż piętnaście tysięcy drużyn

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

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

Rozgrywki pokaże publiczny nadawca

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



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

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

Pod patronatem prezydenta

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

siona do domu reprezentacji - na PGE Narodowy.

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

Zaproszenia dla selekcjonera i kapitana

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

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

Marciniak: Wszyscy są już wygrani

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

Nagroda będzie szczególna

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

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

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

To jest powrót do stolicy

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

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

Bałtyk o awans na boisku lidera

Jakub Lisowski
sport@gs24.pl

PIŁKA NOŻNA. Dla kibiców z Koszalina i regionu najważniejszy mecz weekendu zostanie rozegrany w Szczecinie. Bitwa Iskierki z Bałtykiem Koszalin może przesądzić, kto awansuje do III ligi.

IV LIGA

Do końca sezonu pozostały 4 kolejki. Mirand Iskierka Szczecin prowadzi. Ma punkt więcej od Bałtyku Koszalin i 3 od Białych Sądów. Te zespoły będą jeszcze pauzować, więc sobotnie starcie jest kluczowe w rywalizacji o awans do III ligi.

Iskierka nie ma szczególnie udanej wiosny, gra w kratkę, a jak wygrywa to bez szaleństw. Bałtyk wystartował średnio, ale przebudził się, ostatnio pokonał Białych na wyjeździe i przed meczem z liderem jego notowania stoją wysoko. Zwycięzca meczu będzie mógł chłodzić szampany.

Program 31. kolejki. Piątek: godz. 18 Orzeł Wałcz - Świt II Szczecin. Sobota: godz. 14 Mechanik Bobolice - Ina Irisko, Darłovia Darłowo - Błękitni II Stargard, godz. 15 Sparta Gryfice - Gryf Kamień Pom., godz. 16 Iskierka Szczecin - Bałtyk Koszalin (mecz lidera z wiceliderem, zwycięzca będzie blisko III ligi), Ina Goleniów -



FOT. BAŁTYK KOSZALIN

Piłkarze Bałtyku solidnie przygotowawali się do meczu w Szczecinie - dużo pracy na boisku i dużo analiz

Biali Sądów. Niedziela, godz. 15 Dąb Dębno - Gwardia Koszalin.

III LIGA

Ze Świtem Szczecin mogło być naprawdę kruczo po ostatniej kolejce. Nasz zespół przegrał w Bielsku z Rekordem 0:1 i nerwowo obserwował inne stadiony. Padło kilka dobrych wyników, więc teraz sytuacja jest trochę spokojniejsza.

Jeśli Świt nie przegra u siebie z Olimpią - zapewni sobie

utrzymanie. Jak przegra - będzie czekał na wyniki: Warta - Resovia (nie mogą wygrać goście) oraz Hutnik - Stal Stalowa Wola (musi przegrać Stal).

Początek wszystkich spotkań ostatniej kolejki w sobotę o godz. 14.30.

EKSTRAKLASA KOBIEC

W sobotę o godz. 11.30 zespoły rozpoczną ostatnią kolejkę. Jedyna niewiadoma: kto będzie wicemistrzem? Jak Pogoń

Szczecin pokona u siebie Śląsk Wrocław odbierze srebrne medale i tym samym w lepszych humorach pożegna trenera Piotra Łęczyńskiego, który po sezonie ma odejść z klubu.

III LIGA

I trzecioligowcy rozegrają ostatnią serię. Z kim grają nasze zespoły: Wybrzeże Rewal - Pogoń II Szczecin, Wikęd Luzino - Kluczewia Stargard, Błękitni Stargard - Flota Świnoujście. Wszystkie mecze w sobotę od godz. 17.

Flota, Kluczewia i Błękitni są w bezpiecznej strefie, Wybrzeże na ostatniej pozycji i spada. Walczy Pogoń II. Nie dość, że Portowcy muszą wygrać w Niechorzu z Wybrzeżem, to jeszcze będą zerkac na rozstrzygnięcia w II lidze (spada KKS Kalisz, więc z III ligi lecą 4 drużyny, ale jak spadnie też Sokół Kleczew to aż 5 poleci z III) oraz III lidze. Najlepszy scenariusz dla Pogoni: Sokół utrzymany w II lidze, a w III nie wygrywają Victoria Września (gra na boisku Lecha II Poznań) i Pogoń Nowe Skalmierzyce (powalczy w Środzie Wlkp.). Jeśli te zespoły wygrają - Pogoni nie wystarczy nawet dwucyfrowe zwycięstwo. ©

KOLARSTWO SZOSOWE

Wielkie emocje w powiecie sławieńskim

W sobotę i niedzielę na drogach powiatu sławieńskiego odbędą się Mistrzostwa Krajowego Zrzeszenia LZS w kolarstwie szosowym kobiet i XXIX edycja Pucharu Polski.

Gospodarzem imprezy jest Klub Kolarski Ziemia Darłowska. Pierwszego dnia - 30 maja rozegrana zostanie jazda indywidualna na czas w Dąbkach (gmina Darłowo), a 31 maja wyścig ze startu wspólnego w Jarosławcu (gmina Postomino). Rywalizować będą kluby z całej Polski oraz zagranicy. Przyjadą kolarzy z Litwy i Czech.

Dodatkowo podczas wyścigu rozegrane zostaną premie lotne ufundowane przez lokalnych sponsorów.

To będzie wielkie święto kolarskie w powiecie sławieńskim. Dwa dni rywalizacji. Przyjadą renomowane kluby kolarskie, które rozlokują się w różnych miejscowościach naszego powiatu: Jarosławiec, Wicie, Dąbki, Darłowo - podkreśla Artur Szarycz, prezes KK Ziemia Darłowska.

Oprócz walki o tytuły, puchary i nagrody zawodniczek będą rywalizować również

na specjalnych lotnych finiszach, co gwarantuje jeszcze więcej sportowych emocji dla kibiców. Rywalizacja odbędzie się w kategoriach: żak, żakini, młodzik, młodziczka, junior młodszy, juniorka młodsza, junior, elita kobiet.

Organizatorem wydarzenia jest Klub Kolarski Ziemia Darłowska, a współorganizatorami Krajowe Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe oraz Ministerstwo Sportu i Turystyki, które współfinansuje realizację wydarzenia.

Start rywalizacji i utrudnienia dla kierowców:

W sobotę rywalizacja kolarska rozpoczyna się o godzinie 10 i tak samo będzie w niedzielę w Jarosławcu.

W związku z organizacją imprezy kierowcy muszą się liczyć z utrudnieniami na drogach.

W sobotę ruch na trasie: Dąbki - Bukowo Morskie - Głęznowo - Bielkowo będzie zamknięty w godzinach od 9.30 - do 16.30.

W niedzielę ruch na trasie: Jarosławiec - Rusinowo - Nacmierz - Jezierzany - Jarosławiec będzie utrudniony w godz. 9.30 - 15.30 i możliwy tylko za końcem wyścigu zgodnie z jego kierunkiem. ©

REKLAMA

0011532008

Pasażerowie pociągów POLREGIO na trasie Świdwin - Koszalin oszczędzają setki złotych miesięcznie

Od kilku miesięcy mieszkańcy regionu podróżujący na trasie między Koszalinem a Świdwinem mogą cieszyć się znacznie tańszymi przejazdami. Nowa oferta POLREGIO, znana jako „Bilet dobrych relacji”, staje się hitem wśród osób regularnie dojeżdżających do pracy i szkół. Dzięki niej w portfelach pasażerów zostaje nawet 113 zł miesięcznie więcej.

Codziennie dojazdy na trasie Koszalin - Białogard - Świdwin przestały być dużym obciążeniem dla domowego budżetu. Wprowadzony przez POLREGIO "Bilet dobrych relacji" to specjalna oferta dla osób korzystających z biletów miesięcznych imiennych typu „tam i z powrotem”. Zmiana taryfy, która obowiązuje już od dłuższego czasu, zrewolucjonizowała koszty transportu w tej części województwa zachodniopomorskiego.

Realne oszczędności: Nawet 26% taniej

Głównym atutem nowej oferty jest znacząca obniżka cen. Średnio pasażerowie płacą o ponad 25% mniej niż w standardowej taryfie POLREGIO. Najbardziej spektakularne różnice odczuwają osoby podróżujące na najdłuższym odcinku objętym ofertą. W przypadku relacji Koszalin - Świdwin cena biletu miesięcznego normalnego spadła z 413 zł na równe 300 zł. Oznacza to, że każda taka osoba oszczędza 113 zł miesięcznie, co w skali roku daje kwotę rzędu 1350 zł. Zniżki nie omijają także pasażerów na krótszych odcinkach. Na trasie z Koszalina do Białogardu cena spadła o 75 zł (z 275 zł na 200 zł), a między Białogardem a Świdwinem bilet stanął z 314 zł na 230 zł. Co istotne, obniżki objęły wszystkie popularne ulgi ustawowe - w tym te dla uczniów (37%) oraz studentów (51%). Dzięki temu student dojeżdżający z Białogardu do Koszalina

płaci dziś za miesięczną swobodę podróżowania niecałe 100 zł.

Dla kogo ta oferta?

Bilet dobrych relacji został zaprojektowany z myślą o pasażerach, dla których pociąg jest podstawowym środkiem transportu. To idealne rozwiązanie dla:

- pracowników firm i instytucji w Koszalinie, Białogardzie i Świdwinie,
- uczniów szkół średnich oraz studentów,
- pracowników służby zdrowia i administracji publicznej.

Posiadanie biletu miesięcznego eliminuje konieczność codziennego stania w kolejkach do kas czy zaglądania w telefon i pozwala na nielimitowaną liczbę przejazdów w wybranej relacji, co daje ogromną swobodę także w dni wolne od nauki czy pracy.

Więcej pociągów, lepszy komfort

Niższe ceny to nie wszystko.

Wraz z ofertą finansową pasażerowie zyskali lepszy dostęp do połączeń. W obecnym rocznym rozkładzie jazdy liczba pociągów uległa wyraźnemu zwiększeniu. Szczególnie zadowoleni mogą być mieszkańcy Świdwina - liczba połączeń w kierunku Koszalina wzrosła z 8 do aż 12 dziennie. Z kolei z Koszalina do Świdwina

kursuje teraz 10 składów zamiast dotychczasowych 8. Tak gęsta siatka połączeń sprawia, że kolej stała się konkurencyjną alternatywą dla samochodu. Biorąc pod uwagę ceny paliw oraz koszty utrzymania auta, miesięczny wydatek rzędu 200-300 zł za nielimitowane przejazdy nowoczesnymi składami POLREGIO stawia

transport szynowy na pierwszym miejscu pod względem ekonomicznym i logistycznym.

Bilet dobrych relacji można nabyć w kasach biletowych, w automatach, a także przez aplikacje mobilne i strony internetowe. To prosty sposób, by płacić mniej i podróżować wygodniej każdego dnia.

Bilet dobrych relacji
niższe ceny podróży na trasie Koszalin - Białogard - Świdwin

Pomorzanie Zachodnie

naszemiasto.pl

wydanie bezpłatne | maj 2026

Poradnik **ÓSMOKLASISTY**



PARTNER WYDANIA

SAIL
INTERNATIONAL
SCHOOL

Ten wybór może zaważyć na kilku kolejnych latach

Wybór szkoły ponadpodstawowej dla wielu uczniów i rodziców jest jedną z pierwszych naprawdę dużych decyzji edukacyjnych. Łatwo wtedy skupić się na rankingach, opiniach znajomych albo presji otoczenia.

Tymczasem – jak podkreśla Beata Grzelak z Centrum Doradztwa Zawodowego – dobra szkoła to nie zawsze ta najwyżej oceniana, ale ta najlepiej dopasowana do konkretnego młodego człowieka. Pierwszym krokiem powinna być spokojna rozmowa.

– Warto też, by uczniowie porozmawiali na ten temat ze swoimi rodzicami, by była to spokojna, szczerza rozmowa o tym, czym się interesują, jaki mają pomysł na swoją przyszłość. Rodzice mogą mieć inne pomysły niż dzieci. To ważny pierwszy krok – powiedziała. Ekspertka podkreśliła też, że pomocni mogą być doradcy zawodowi, nauczyciele i wychowawcy, którzy dobrze znają ucznia i jego mocne strony.

Drugim ważnym etapem jest zebranie informacji o typach szkół i ich ofercie. Beata Grzelak zaznaczyła, że aby dobrze wybrać szkołę, trzeba wiedzieć, jakie są możliwości.

Chodzi o: liceum, technikum oraz branżową szkołę I stopnia. Jak zaznaczyła, nauka w każdym z tych typów szkół wygląda inaczej, inne są regulacje i inne możliwości daje ich ukończenie.

Zapytana o to, jak wygląda spotkanie z doradcą zawodowym, ekspertka wyjaśniła, że w przypadku uczniów niepełnoletnich konieczna jest obecność rodzica lub opiekuna prawnego. Rozmowa może odbywać się online albo stacjonarnie i trwa do półtorej godziny. To też jest rozmowa o tym, co dziecko lubi, czym się interesuje. Stwarzamy mu przestrzeń, by mogło się swobodnie wypowiedzieć. Samo mówienie na głos o tym pomaga uczniom dokonać później wyboru – powiedziała. Jak dodała, czasem wystarczy jedno spotkanie, ale bywa, że potrzebne są dwa lub trzy,



FOT. ANNA MACIOWIAK

Nie tylko liceum. Uczniowie mogą mieć bardzo różne kryteria wyboru szkoły

by młody człowiek uporządkował myśli i lepiej poznał samego siebie.

– Rozmawiamy, słuchamy. Mamy też różne narzędzia, które mogą pomóc uczniom poznać siebie. Mówimy im o różnych typach szkół, o tym, skąd można mieć informacje o konkretnych szkołach, o konkretnych zawodach. Zachęcamy, by z rodzicami wybrali się na dni otwarte – dodała Grzelak. Odniosła się także do opinii innych uczniów i rodziców oraz do rankingów szkół. Jej zdaniem do takich źródeł trzeba podchodzić z dystansem i krytycznym myśleniem.

Barbara Wesola

naszemiasto.

Redakcja: 70-412 Szczecin,
ul. Niepodległości 26/U1, tel. 500 324 451,
redakcja.szczecin@naszemiasto.pl
Redaktor naczelny: Jarosław Jaz
Redaktor prowadzący: Natalia Sobierajska
natalia.sobierajska@polskapress.pl

Biurow reklam: Monika Burchardt
- Kierownik Wsparcia Sprzedaży,
monika.burchardt@polskapress.pl,
tel. 500 324 451
Prezes Makroregionu Pomorze:
Piotr Grabowski

Wydawca: Polska Press Sp. z o.o.,
02-672 Warszawa,
ul. Domaniewska 45, tel. 22 201 4100.
Prezes: Zenon Nowak
Reklama na stronach: 3, 4, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17,
19, 21, 23, 24



ÓSMOKLASISTO TWOJA PRZYSZŁOŚĆ ZACZYNA SIĘ JUŻ DZIŚ!

Przed Tobą jedna z ważnych decyzji – wybór szkoły ponadpodstawowej.

To naturalne, że możesz mieć wiele wątpliwości, ale pamiętaj, że ten wybór wcale nie musi wiązać się ze stresem, ponieważ **Zespół Szkół Rzemieślniczych** oferuje szeroki wybór zawodów, wsparcie nauczycieli oraz możliwość rozwijania pasji i umiejętności zawodowych.

Jako ZSR posiadamy ogromne doświadczenie w kształceniu młodzieży w różnych zawodach rzemieślniczych i usługowych. Uczniowie Branżowej Szkoły I stopnia nr 5 w ZSRz uczą się zawodu w systemie kształcenia dualnego.

Nauka u nas trwa 3 lata i kończy się egzaminem.

Absolwent szkoły otrzymuje świadectwo ukończenia szkoły branżowej I stopnia z możliwością dalszego kształcenia w branżowej szkole II stopnia.

Szkoła oferuje kształcenie w wielu branżach, spośród których największą popularnością wśród absolwentów szkół podstawowych cieszą się takie zawody, jak: fryzjer, kucharz, kelner, stolarz, murarz-tylnik, monter zabudowy i robót wykończeniowych w budownictwie, mechanik pojazdów samochodowych, czy sprzedawca.

ROZWIJAJ PASJĘ, ZDOBYWAJ DOŚWIADCZENIE I BUDUJ PRZYSZŁOŚĆ Z KLASĄ „PREMIUM”

Nowością w ofercie edukacyjnej jest KLASA PREMIUM, która powstanie w roku szkolnym 2026/2027 i skierowana jest do przyszłych fryzjerów oraz kucharzy.

Uczniowie tej klasy uczyć się będą zawodu wyłącznie w szkolnych pracowniach pod okiem nauczycieli i instruktorów według stałego planu lekcji, nie podpisując umowy o pracę z pracodawcą. Po 3 latach wyjdą od nas z dodatkowymi umiejętnościami, które mają stanowić ich wyróżnik na rynku pracy.

Pamiętaj! Przyszłość zaczyna się od dobrego wyboru!

Zespół Szkół Rzemieślniczych to szkoła, która łączy tradycję z nowoczesnym podejściem do kształcenia, więc być może Branżowa Szkoła I stopnia nr 5 będzie miejscem, w którym rozwiniesz swoje talenty i zdobędziesz wymarzony zawód. Jeżeli marzysz o pracy, która łączy pasję, dynamikę i możliwość rozwoju, to szkoła idealna dla Ciebie!

Zespół Szkół Rzemieślniczych

ul. Z. Chmielewskiego 19

70-028 Szczecin

+48 91 482 15 31

f /Zespół Szkół Rzemieślniczych

www.zsrz.szczecin.pl





Co czeka Cię w naszym liceum?



Klasa 1–2

Zbudujesz fundament pod międzynarodową maturę

- Codzienny angielski
- Międzynarodowe środowisko uczniów i nauczycieli
- Nowoczesna, praktyczna nauka oparta na dociekaniu, refleksji i działaniu
- Kreatywny projekt społeczny w klasie 1
- Międzynarodowa wyprawa badawcza w klasie 2
- Cambridge IGCSE jako solidna baza do dalszych egzaminów, niezależnie od wyboru ścieżki

Klasa 3-4

Wybierz ścieżkę najlepszą dla siebie:

- **Wczesna specjalizacja**

Wybierzesz zwykle 3 przedmioty Cambridge International A Levels i skupisz się na swoich najmocniejszych obszarach, planach studiów oraz przyszłej karierze.

- **Holistyczna ścieżka dyplomowa**

Rozwiniesz wiedzę, samodzielne myślenie i kompetencje badawcze w szerszym, interdyscyplinarnym modelu nauki, bez konieczności zbyt wczesnego wyboru jednej drogi zawodowej.

Obie ścieżki otwierają drogę na studia w Polsce i w ponad 160 krajach na świecie!

Czesne miesięczne: 2750 zł



Odwiedź nas!

Zobacz szkołę!



Link do Google Maps

 **CAMBRIDGE**
International Education
Cambridge International School

Adres:
Doktora Judyma 24
71-466 Szczecin



Najlepsze licea i technika w Szczecinie. Wyniki rankingu Perspektywy 2026

Szczecińskie szkoły po raz kolejny odniosły ogromny sukces w ogólnopolskim Rankingu „Perspektyw”. W tym roku aż dwie placówki znalazły się na podium: XIII Liceum Ogólnokształcące oraz Technikum Organizacji i Zarządzania funkcjonujące w ZS nr 8.

Wyniki 28. edycji Rankingu Liceów i Techników „Perspektywy 2026” potwierdzają wysoką pozycję szczecińskiej „Trzynastki”. Prestiżowe liceum po raz kolejny znalazło się na podium ogólnopolskiego zestawienia liceów ogólnokształcących. Zajęło trzecie miejsce w kraju - tuż za XIV LO im. Stanisława Staszica z Warszawy oraz V LO im. Augusta Witkowskiego z Krakowa. Tegoroczny sukces szczecińskiego ogólniaka cieszy podwójnie. XIII Liceum Ogólnokształcące obchodzi bowiem nietypową rocznicę: 25 lat nieprzerwanego utrzymywania się w ścisłej czołówce Rankingu „Perspektyw”, budując w ten sposób znakomitą markę szkoły. To osiągnięcie unikatowe w skali regionu - żadna inna szkoła średnia z województwa nie może się pochwalić tak długą i stabilną obecnością wśród najlepszych liceów w Polsce.

- Z całą pewnością to ogromny powód do dumy dla całego Szczecina - podkreślił Piotr Krzystek, prezydent Szczecina. - XIII Liceum Ogólnokształcące od lat wyznacza najwyższe standardy jakości w edukacji, a ćwierć wieku obecności w czołówce Rankingu „Perspektyw” jest najlepszym dowodem konsekwencji, profesjonalizmu i zaangażowania całej społeczności szkolnej.

Przypomnijmy, że ranking Liceów i Techników „Perspektywy” jest uznawany za jedno z najbardziej prestiżowych zestawień edukacyjnych w Polsce. O jego wynikach decydują obiektywne kryteria, obejmujące wyniki matur z przedmiotów dodatkowych (45 proc. punktów), wyniki matur z przedmiotów obowiązkowych (30 proc. punktów) oraz sukcesy uczniów w olimpiadach (25 proc. punktów).

Dodatkowo należy również podkreślić, że w tym roku szczecińska „Trzynastka” znalazła się także na 2. miejscu w Rankingu Szkół Olimpijskich. Wyprzedziło ją jedynie XIV LO im. Stanisława Staszica z Warszawy.

Oprócz XIII Liceum Ogólnokształcącego w tegorocznym zestawieniu najlepszych liceów ogólnokształcących znalazły się również inne szczecińskie placówki. W pierwszej setce najlepszych ogólniaków znalazło się także: II Liceum Ogólnokształcące im. Mieszka I (zajęło 79. miejsce) i V Liceum Ogólnokształcące im. Adama Asnyka (94. miejsce - awans ze 118. miejsca w 2025 r.).

W 2026 r., ogromny sukces odniosło także Technikum Organizacji i Zarządzania funkcjonujące w ZS nr 8. Placówka znalazła się na podium w Rankingu Głównym Techników, gdzie zajęła 3. miejsce obok Technikum Łączności nr 14 im. Obrońców Poczty Polskiej w Gdańsku z Krakowa oraz Technikum Mechatronicznego nr 1 im. P. Drzewieckiego z Warszawy. Szczecińska szkoła awansowała w stosunku do ubiegłorocznego zestawienia aż o 4 pozycje.

Leszek Wójcik



Wyniki pokazują, że inwestowanie w rozwój szkolnictwa przynosi efekty



UPTURYSTYKA

OBOZY MŁODZIEŻOWE

Sezon wakacyjny 2026 uważamy za otwarty!
Zapisz się na nasze obozy już teraz!



01.07 - 10.07.2026

Kalamos / Agioi Apostoloi

**Obóz młodzieżowy
„GRECKI VIBE”**

NOWOŚĆ
2026



26.07 - 4.08.2026

Neapol / Positano / Amalfi /
Pompeje / Wezuwiusz

**Obóz młodzieżowy
„WŁOSKA PRZYGODA”**

NOWOŚĆ
2026



29.06 - 8.07.2026

05.07 - 14.07.2026

Costa Brava / Calella / Malgrat de Mar

**Obóz młodzieżowy
„BARCELONA”**

NASZ
BESTSELLER!



28.06 - 07.07.2026

07.07 - 16.07.2026

Bory Tucholskie

**Obóz młodzieżowy
„EXTREME CAMP”**

NASZ
BESTSELLER!

**ZAREZERWUJ
JUŻ TERAZ!**



+48 571 510 511



biuro@wycieczkiskolne.szczecin.pl

Rekrutacja do szkół ponadpodstawowych 2026/2027. Kiedy wyniki?

Trwa rekrutacja do szkół ponadpodstawowych 2025/2026. Kiedy będą wyniki rekrutacji? Mniej więcej od połowy lipca uczniowie dowiedzą się, czy dostali się do wybranych szkół. Jak wygląda postępowanie rekrutacyjne? Kiedy składa się podania? Ile szkół można wybrać po 8. klasie?

Rekrutacja do szkoły ponadpodstawowej składa się z kilku etapów. Najpierw uczniowie składają wnioski, następnie uzupełniają je o dokumenty wymagane przy rekrutacji do liceum (lub też innej szkoły średniej), a później także o dane z wynikami egzaminu ósmoklasisty. Po opublikowaniu listy osób zakwalifikowanych uczniowie muszą jeszcze złożyć wniosek o potwierdzenie woli przyjęcia do szkoły, który jest jednoznaczny z zapisem do danej placówki. Terminy rekrutacji podstawowej i uzupełniającej są różne w zależności od regionu, jednak zazwyczaj zapisy rozpoczynają się już w maju i trwają

do końca lipca. Najważniejszy dla uczniów jest termin wyników rekrutacji. Zazwyczaj pojawiają się one mniej więcej w połowie lipca (13 lipca - woj. zachodniopomorskie). Wnioski do szkoły średniej można składać od 7 maja do 12 czerwca.

Zapisy do szkół ponadpodstawowych przebiegają zgodnie z następującymi etapami: składanie wniosków (najczęściej w systemie elektronicznym), uzupełnianie wniosku o dane ze świadectwa ukończenia szkoły oraz dostarczenie świadectwa do szkoły pierwszego wyboru, uzupełnianie wniosku o wyniki z egzaminu ósmoklasisty, odbiór zaświadczenia o wynikach z egzaminu ósmoklasisty ze szkoły podstawowej, dostarczenie świadectwa zaświadczenia o wynikach z egzaminu ósmoklasisty do szkoły pierwszego wyboru, wyniki rekrutacji, potwierdzanie woli podjęcia nauki, ostateczne wyniki rekrutacji - publikacja list przyjętych.

Dokumenty wymagane przy rekrutacji do liceum, technikum czy innej szkoły średniej to: wniosek o przyjęcie do szkoły, zaświadczenie o wynikach egzaminu ósmoklasisty, świadectwo ukończenia szkoły podstawowej. Dodatkowo niektórzy uczniowie (np. ze szkół branżowych) w zależności od kwalifikacji są zobowiązani do złożenia dodatkowych dokumentów.

Ile szkół można wybrać po 8. klasie? W większości miejsc uczniowie mogą złożyć podanie do maksymalnie trzech szkół ponadpodstawowych, chyba że dany samorząd podejmie inną decyzję. W niektórych regionach nie było górnego limitu.

Do ilu oddziałów w szkole można składać wnioski? Uczniowie w ramach jednej szkoły mogą złożyć wniosek do więcej niż jednej klasy pierwszej. Na przykład: 1 klasa (ta, do której rzeczywiście uczeń chce się dostać); 2 klasa (ta, które też jest w porządku); 3 klasa (ta, która jest ostatecznością). Zdarza się, że jeśli uczeń nie dostał się do wymarzonej klasy, na przykład o profilu matematyczno-fizycznym, ale uzyskana liczba punktów pozwoliła mu na przyjęcie do innego oddziału w tej samej szkole, decyduje się pozostać w placówce, wybierając dostępny profil.

Ostateczne wyniki naboru poznamy 16 lipca.

Magdalena Konczal



FOT. SEIDLER SŁAWOMIR / POLSKA PRESS

Postępowanie uzupełniające do szkół ponadpodstawowych będzie prowadzone od 17 lipca

Czternastka liceum na językach



KLASA WSTĘPNA HISZPAŃSKA

Z INTENSYWNYM PROGRAMEM
NAUKI JĘZYKA OBCEGO



KLASA MATEMATYCZNO -TECHNOLOGICZNA

KLASA MEDYCZNA

KLASA DWUJĘZYCZNA ANGIELSKA



JĘZYKI OBCE
NA WYSOKIM POZIOMIE



100% ZDAWALNOŚĆ
EGZAMINÓW MATURALNYCH



DOBRA I PRZYJAZNA
ATMOSFERA



BEZPIECZNY KLIMAT
– BRAK AGRESJI



DOBRA LOKALIZACJA
W CENTRUM MIASTA



OTWARTOŚĆ NA INDYWIDUALNE
ZAINTERESOWANIA

WSPIERAMY UCZNIÓW

W ZDOBYWANIU WIELU
CERTYFIKATÓW JĘZYKOWYCH

- ✗ Cambridge Assessment English (CAE)
- ✗ International English Language Testing System (IELTS)
- ✗ Diploma de Español como Lengua Extranjera (DELE)

📍 ul. Kopernika 16A, Szczecin
✉ sekretariat@lo14.szczecin.pl ☎ 91 48 95 310

www.lo14.szczecin.pl



Nowy trend może zaskoczyć. Zmiany w rekrutacji do szkół ponadpodstawowych

Coraz więcej uczniów wybiera szkoły techniczne i branżowe. Z danych VULCAN wynika, że liczba kandydatów do techników wzrosła o 4 punkty procentowe, a licea, choć nadal najpopularniejsze, straciły nieco na znaczeniu.

Według analiz z systemu VULCAN, w poprzedniej rekrutacji szkoły techniczne wybrało 37 proc. kandydatów do szkół ponadpodstawowych, a w tym było to już 41 proc. Z kolei licea ogólnokształcące, dotąd pewny lider, straciły część swojej przewagi - ich udział spadł z 50 proc. do 47 proc. Szkoły branżowe cieszą się podobną popularnością - w tym roku zdecydowało się na nie blisko 13 proc. uczniów. Zdaniem ekspertów, wybory ósmoklasistów pokazują, że młodzi coraz lepiej rozumieją realia rynku pracy. Dostrzegają, że droga do stabilnego i dobrze płatnego zatrudnienia nie musi prowadzić przez mury uczelni wyższej, ponieważ często wyższy popyt jest dziś na specjalistów z wykształceniem technicznym i zawodowym.

- Patrząc na wybory uczniów w ubiegłym roku, widzimy z jednej strony utrzymujące się za interesowanie liceami, co pokazuje, że wielu młodych myśli o studiach, a z drugiej - rosnącą popularność techników i szkół branżowych. To wyraźny sygnał, że nauka zawodu i szybkie wejście na rynek pracy zyskują w Polsce na znaczeniu. Niestety, szkoły nie zawsze nadążają za tym trendem, dlatego tak ważne jest dostosowanie oferty edukacyjnej i inwestowanie w dobre podręczniki oraz materiały szkoleniowe, które pomogą kształcić praktyczne umiejętności potrzebne w zawodzie - podkreśla Dorota Kędzierska, ekspertka ds. rekrutacji, VULCAN.

Szkoły kształcące zawodowo są szczególnie popularne na Śląsku, co może być związane z regionalnym zapotrzebowaniem na wykwalifikowanych pracowników. Tutaj technika i szkoły branżowe wybrało aż blisko 60 proc. uczniów. Z kolei licea cieszyły się największym zainteresowaniem w województwie mazowieckim - ponad 50 proc. wyborów kandydatów oraz w największych miastach wojewódzkich - średnio 60 proc. wyborów. Popularność liceów ogólnokształcących może świadczyć o wciąż silnym zainteresowaniu dalszą edukacją akademicką wśród młodych Polaków.

Wyniki analizy firmy VULCAN pokazują, że - 17 proc. kandydatów do szkół ponadpodstawowych wybrało tylko jedną szkołę, a 19 proc. uczniów dwie szkoły w procesie rekrutacji. Na złożenie podania do trzech placówek zdecydowało się jednak aż 42 proc. ósmoklasistów, co oznacza wzrost o 4 p.p. r/r. Pozostali wybierali więcej niż trzy szkoły w samorządach, gdzie jest większy limit lub go nie ma go wcale. W pojedynczych przypadkach kandydaci wskazywali dziesiątki, a nawet ponad setkę szkół.

- To złożony, kilkuetapowy proces, dotyczący setek tysięcy młodych ludzi. Najwięcej placówek wskazywano w dużych aglomeracjach, gdzie konkurencja jest największa, a uczniowie chcą zwiększyć swoje szanse dostania się do wybranej szkoły - zaznacza Dorota Kędzierska.

Magdalena Ignaciuk



Zmiany w wyborach edukacyjnych. Technika zyskuje na popularności wśród uczniów

FOT. KAROLINA MISZAL



III Liceum Ogólnokształcące w Szczecinie zaprasza

Wybierając nasze Liceum:

- stawiasz na miejsce, w którym możesz rozwijać swoje talenty, zdobywać wiedzę na wysokim poziomie i przygotować się do przyszłości,
- zwiększasz swoje szanse na wysoki wynik na egzaminie maturalnym,
- uczysz się pod okiem ambitnych, otwartych nauczycieli – egzaminatorów OKE,
- rozwijasz swoje zainteresowania, umiejętności i pasje,
- masz możliwość osiągnięcia sukcesów w olimpiadach i konkursach przedmiotowych,
- doświadczasz kameralnej, przyjaznej atmosfery, która daje poczucie bezpieczeństwa i sprzyja budowaniu trwałych relacji koleżeńskich,
- możesz skorzystać z przygotowywanych na miejscu, smacznych obiadów,
- zyskujesz dogodny i sprawny dojazd zarówno z Prawobrzeża, Lewobrzeża, jak i z okolicznych miejscowości.



Oferta szkoły na rok 2026/2027

KLASA HUMANISTYCZNA O PROFILU:

ARTYSTYCZNYM

Przedmioty rozwijające kreatywność i zainteresowania: zajęcia artystyczne, edukacja medialna.

PRAWNYM

KLASA BIOLOGICZNA O PROFILU:

MEDYCZNYM

Przedmioty rozwijające kreatywność i zainteresowania: fizyka medyczna, zasady racjonalnego żywienia.

PSYCHOLOGICZNYM

KLASA EUROPEJSKA

Przedmioty rozwijające kreatywność i zainteresowania: realizownawstwo.

III LO im. Mikołaja Kopernika
ul. Pomorska 150
70-812 Szczecin
lo3@miasto.szczecin.pl
tel. 91 460 00 93

LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE MISTRZOSTWA SPORTOWEGO SZCZECIN

KLASY PIERWSZE 2026/2027

KLASA	PROFIL	PATRONAT	ROZSZERZENIE
1N	Piłka nożna dziewcząt Piłka nożna chłopców	Pogoń Szczecin	J. angielski, Biologia
1P	Pływanie, Boks	MKP Szczecin, PGE BKS Skorpion Szczecin	J. angielski, Matematyka
1S LOMS	KLASA INTERDYSCYPLINARNA DLA SPORTOWCÓW Z KAŻDEJ DYSCYPLINY!	TRENUJ W SWOIM KLUBIE DOWOLNĄ DYSCYPLINĄ SPORTOWĄ.	J. angielski, Matematyka

DOŁĄCZ DO SZKOŁY MISTRZÓW SPORTU!

KLASA 1S LOMS

INTERDYSCYPLINARNA

Zapraszamy uczniów trenujących
różne dyscypliny w swoich klubach!



PLAN UMOŻLIWIAJĄCY
TRENINGI W GODZINACH
POPOŁUDNIOWYCH



ZAJĘCIA Z PSYCHOLOGII
I FIZJOLOGII SPORTU



WSPIERAMY TWOJE PASJE
I SPORTOWE AMBICJE!



TERMIN SKŁADANIA WNIOSKÓW
do klasy 1S: 7.05 – 12.06.2026 r.

elektronicznie poprzez stronę: nabor.pcss.pl/szczecin/

ROZWIJAJ PASJĘ • TRENUJ • OSIĄGAJ WIĘCEJ!



cms.szczecin

Resort edukacji wskazuje zawody przyszłości. Te zawody będą poszukiwane

Na liście zawodów o szczególnym znaczeniu dla kraju pojawił się debiutant – technik gospodarki nieruchomościami. Ministerstwo Edukacji ogłosiło listę 34 profesji, na które będzie szczególne zapotrzebowanie w najbliższych latach.

Resort edukacji opublikował najnowszą „Prognozę zapotrzebowania na pracowników w zawodach szkolnictwa branżowego na krajowym i wojewódzkim rynku pracy”. Dokument zawiera 34 zawody, dla których prognozuje się szczególne zapotrzebowanie.

Pełna lista zawodów o szczególnym znaczeniu dla rozwoju państwa: automatyk, betoniarz-zbrojarz, cieśla, dekarz, elektromechanik, elektryk, kierowca mechanik, mechanik-monter maszyn i urządzeń, mechatronik, monter izolacji przemysłowych, monter konstrukcji budowlanych, monter nawierzchni kolejowej, monter stolarki budowlanej, operator maszyn i urządzeń do robót ziemnych i drogowych, operator maszyn

i urządzeń w gospodarce odpadami, opiekun w domu pomocy społecznej, operator obrabiarek skrawających, technik automatyk, technik automatyk sterowania ruchem kolejowym, technik budowy dróg, technik dekarstwa, technik elektroenergetyk transportu szynowego, technik elektromobilności, technik elektryk, technik energetyk, technik gospodarki nieruchomościami (nowość), technik gospodarki odpadami, technik izolacji przemysłowych, technik mechanik, technik mechatronik, technik montażu i automatyki stolarki budowlanej, technik robotyk, technik spawalnictwa oraz technik transportu kolejowego.

W porównaniu do ubiegłego roku z wykazu krajowego zniknęły dwa zawody: operator maszyn i urządzeń do przetwórstwa tworzyw sztucznych oraz opiekun osoby starszej. Zastąpił je m.in. technik gospodarki nieruchomościami, który pojawił się na liście po raz pierwszy. Prognoza zawiera również wykazy wojewódzkie – zawody o szczególnie istotnym, istotnym lub umiarkowanym zapotrzebowaniu w regionach.

Co oznacza lista dla szkół i samorządów? Lista zawodów wpływa na finanse i decyzje dotyczące kształcenia zawodowego. Jak zaznaczono w obwieszczeniu: „Zawody, dla których – ze względu na znaczenie dla rozwoju państwa – prognozowane jest w 2026 r. szczególne zapotrzebowanie na pracowników na krajowym lub wojewódzkim rynku pracy, uzasadniają zwiększenie kwot podziału potrzeb oświatowych między poszczególne jednostki samorządu terytorialnego na 2027 rok oraz zwiększenie wysokości kwoty dofinansowania kosztów kształcenia jednego młodocianego pracownika.”

W 2025 roku po raz pierwszy na liście zawodów znalazły się profesje związane z opieką nad osobami starszymi. Była to odpowiedź na rosnące zapotrzebowanie na specjalistów w tej dziedzinie, co zostało podkreślone w raporcie „Branżowy bilans kapitału ludzkiego dla opieki zdrowotnej i pomocy społecznej”. Raport +Branżowy bilans kapitału ludzkiego dla opieki zdrowotnej i pomocy społecznej+ wskazuje na rosnące zapotrzebowanie na specjalistów świadczących usługi asystenckie i opiekuńcze.

Magdalena Konczal



FOT. TOMASZ KAWIAT/POLSKA PRESS

Kogo będzie potrzebować rynek? Oto lista zawodów o szczególnym znaczeniu dla rozwoju kraju



ZESPÓŁ SZKÓŁ NR 6

im. Mikołaja Reja w Szczecinie



ATRAKCYJNE WARUNKI KSZTAŁCENIA



nowoczesne pracownie
wypożyczone w profesjonalny
sprzęt i pomoce dydaktyczne



wykwalfikowana kadra
nauczycielska z doświadczeniem
zawodowym



praktyki zawodowe w renomowanych
hotelach, restauracjach i firmach
turystycznych



współpraca z pracodawcami
i organizacjami branżowymi



udział w projektach, konkursach
i wydarzeniach branżowych



przyjazna atmosfera i wsparcie
w rozwoju pasji oraz kompetencji

NAJLEPSZE TECHNIKA

Perspektywy

WYBRANA PRACA 2026



KIERUNKI KSZTAŁCENIA:



TECHNIK ŻYWIENIA
I USŁUG GASTRONOMICZNYCH



TECHNIK HOTELARSTWA



TECHNIK ORGANIZACJI TURYSTYKI



KUCHARZ



CUKIERNIK

*Zainwestuj w swoją
przyszłość już dziś!*



ul. Gen. Sowińskiego 3
70-236 Szczecin



tel. (091) 4-333-520



www.zs6.szkolnastrona.pl

EUROSPEC

szkoły w Szczecinie

KOŃCZYSZ WŁAŚNIE ÓSMĄ KLASĘ?

SZKOŁY EUROSPEC W SZCZECINIE ZAPRASZAJĄ

BRANŻOWA SZKOŁA I STOPNIA

FOTOGRAF

FRYZJER

MAGAZYNIER – LOGISTYK

SZKOŁY
BEZPŁATNE

TECHNIKUM

TECHNIK LOTNISKOWYCH SŁUŻB
OPERACYJNYCH

TECHNIK FOTOGRAFII I MULTIMEDIÓW

TECHNIK USŁUG FRYZJERSKICH

TECHNIK RACHUNKOWOŚCI

TECHNIK LOGISTYK

TECHNIK REKLAMY



KSZTAŁCIMY
SPECJALISTÓW

ZAJĘCIA
PRAKTYCZNE
W PRACOWNIACH
SZKOLNYCH

91 35 00 646

eurospect.edu.pl

Szkoły już to widzą. Ten zawód wychodzi z cienia i może być tym najpewniejszych

Polskie szkolnictwo branżowe coraz wyraźniej reaguje nie tylko na potrzeby przemysłu, transportu czy budownictwa, ale także na zmiany demograficzne.

W kolejnych latach coraz większe znaczenie będą mieć zawody związane z opieką i wsparciem osób starszych, chorych oraz niesamodzielnych. To sygnał istotny nie tylko dla szkół, ale też dla samorządów, uczniów i pracodawców. „Prognoza zapotrzebowania na pracowników w zawodach szkolnictwa branżowego” przygotowana dla szkolnictwa branżowego, ma służyć dostosowywaniu oferty edukacyjnej do potrzeb rynku pracy. Autorzy podkreślają, że analizują nie tylko bieżące zapotrzebowanie, ale też kierunek zmian w perspektywie 3-5 lat, relację liczby wolnych miejsc pracy do liczby absolwentów oraz znaczenie danej branży dla rozwoju gospodarki i regionów. Innymi słowy, chodzi nie

tylko o to, gdzie dziś brakuje rąk do pracy, ale także o to, gdzie ten deficyt będzie narastał.

W publikacji wprost wskazano, że wzrost zapotrzebowania na pracowników w branży pomocy społecznej jest ściśle związany ze starzeniem się społeczeństwa. Rosnąca liczba osób starszych, przewlekle chorych i niesamodzielnych ma przekładać się na coraz większe potrzeby w zakresie usług opiekuńczych i wsparcia społecznego.

Jednocześnie autorzy zwracają uwagę na niedobór kadr w zawodach opiekuńczych i zaznaczają, że w kolejnych latach branża ta będzie odgrywać ważną rolę dla spójności społecznej i bezpieczeństwa socjalnego.

To nie jest już więc wyłącznie temat polityki społecznej czy ochrony zdrowia. Coraz mocniej staje się także tematem edukacyjnym. Jeżeli państwo i samorządy chcą przygotować kadry do opieki nad starzejącym się społeczeństwem, szkoły muszą zacząć traktować ten obszar jako jeden z istotnych kierunków kształcenia.

Widać to także w konkretnych wskazaniach. Na krajowej liście zawodów szkolnictwa branżowego o szczególnie istotnym zapotrzebowaniu znalazł się opiekun w domu pomocy społecznej. Z kolei wśród dziesięciu zawodów wskazanych przez ekspertów w badaniu delfickim jako szczególnie ważne w perspektywie 3-5 lat pojawił się opiekun osoby starszej.

Publikacja pokazuje też szerszy kontekst. W prognozie popytu na pracę do 2029 roku wśród czołowych średnich grup zawodowych znaleźli się pracownicy opieki osobistej w ochronie zdrowia i pokrewni. Oznacza to, że wzrost zapotrzebowania dotyczy całego szerszego segmentu usług opiekuńczych i zdrowotnych.

Na ten obraz nakładają się dane o inwestycjach. W zestawieniu branż z największą liczbą projektów inwestycyjnych wysoko znalazły się zarówno opieka zdrowotna, jak i pomoc społeczna. W przypadku tej drugiej mowa o 556 projektach inwestycyjnych. To ważne, bo pokazuje, że rosnące zapotrzebowanie na kadry nie jest wyłącznie teoretyczną prognozą opartą na trendach demograficznych, lecz wiąże się także z realnym rozwojem infrastruktury i usług.

Katarzyna Mazur



FOT. FREEPIK

Dla szkół branżowych oznacza to potrzebę przeglądania się zawodom opiekuńczym



Technikum Łączności i Multimediów Cyfrowych w Szczecinie

*Łączność, Programowanie, Multimedia
Zapraszamy do przyjaznej szkoły!*

TECHNIK TELEINFORMATYK

Kwalifikacje

INF.07 Montaż i konfiguracja lokalnych sieci komputerowych

oraz administrowanie systemami operacyjnymi

INF.08 Eksploatacja i konfiguracja oraz administrowanie sieciami rozległymi

TECHNIK FOTOGRAFII I MULTIMEDIÓW

Kwalifikacje:

AUD.02 Rejestracja, obróbka i publikacja obrazu

AUD.05 Realizacja projektów graficznych i multimedialnych

TECHNIK PROGRAMISTA

Kwalifikacje

INF.03 Tworzenie i administrowanie stronami

i aplikacjami internetowymi oraz bazami danych

INF.04 Projektowanie, programowanie i testowanie aplikacji



www.tlimc.szczecin.pl

[facebook.com / TLiMCwSzczecinie](https://facebook.com/TLiMCwSzczecinie)

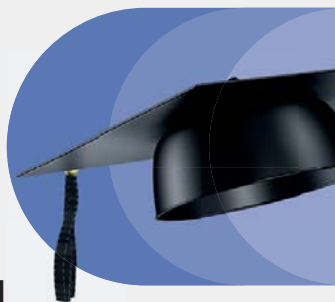
71-080 Szczecin, ul. Ku Słońcu 27-30



Polecamy →



strefa
EDUKACJI



Edukacja w najwyższym stopniu

strefaedukacji.pl

Te zawody napędzą szkolnictwo branżowe. Będą szczególnie znaczące

Z prognozy przygotowanej przez Instytut Badań Edukacyjnych wynika, że rynek pracy coraz wyraźniej premiuje zawody techniczne, związane zarówno z transformacją przemysłu i energetyki, jak i z procesami demograficznymi.

Badanie delfickie przeprowadzone w 2025 r. wskazało listę branż i zawodów, które w perspektywie trzech do pięciu lat będą miały szczególne znaczenie w skali kraju. Zestaw pokazuje, że szkolnictwo branżowe musi odpowiadać na coraz nowsze wyzwania związane z technologią, logistyką i starzeniem się społeczeństwa.

Z opisu branż ujętych w publikacji wynika, że jednym z najsilniejszych motorów zmian będzie sektor elektroenergetyczny. Wzrost zapotrzebowania na pracowników ma być związany z transformacją energetyczną, rozwojem odnawialnych źródeł energii, modernizacją sieci elektroenergetycznych, a także rosnącym znaczeniem magazynów energii i infrastruktury dla elektromobilności. To przekłada się przede wszystkim na większe zapotrzebowanie na elektryków i techników elektryków.

Podobny kierunek widać w branży elektro-niczno-mechanicznej. Jej rozwój ma być odpowiedzią na postępującą automatyzację i robotyzację procesów produkcyjnych. Coraz szersze stosowanie inteligentnych systemów sterowania, robotów przemysłowych i zintegrowanych układów elektronicznych zwiększa zapotrzebowanie na specjalistów o interdyscyplinarnych kompetencjach. W praktyce oznacza to wzrost znaczenia takich zawodów jak mechatronik, technik elektroniki czy elektroniki.

Prognoza pokazuje też, że nie słabnie znaczenie branży budowlanej. W kolejnych latach zatrudnienie ma tu rosnąć wraz z intensyfikacją inwestycji mieszkaniowych, komercyjnych i infrastrukturalnych. Szczególne znaczenie będą mieć umiejętności związane z konstrukcją, obsługą maszyn specjalistycznych, nowoczesnymi technologiami projektowymi oraz rozwiązaniami energooszczędnymi i ekologicznymi. To tłumaczy wysoką pozycję technika budownictwa wśród zawodów wskazanych przez ekspertów.



FOT. FREEPIK

Budownictwo i transport nadal będą potrzebować fachowców

Silną pozycję zachowuje również branża transportu drogowego. Według opisu zawartego w publikacji odpowiada za to zarówno wzrost przewozów towarowych, jak i zmiany w europejskich łańcuchach logistycznych oraz rozwój sektora e-commerce. Dodatkowo nowe potrzeby kadrowe mają tworzyć pojazdy elektryczne i hybrydowe, których obsługa wymaga połączenia kompetencji mechanicznych i elektrycznych. Stąd wysokie miejsce kierowcy mechanika na krajowej liście zawodów przyszłości.

W zestawieniu zwraca uwagę także obecność opiekuna osoby starszej. To sygnał, że prognozy dla szkolnictwa branżowego coraz mocniej uwzględniają nie tylko potrzeby gospodarki, ale też zmiany społeczne i demograficzne. Z opisu branży pomocy społecznej wynika, że rosnąca liczba osób starszych będzie zwiększać zapotrzebowanie na usługi opiekuńcze.

Katarzyna Mazur



**SZCZECIN
INTERNATIONAL
SCHOOL**

IB WORLD SCHOOL NO. 002275

**The First
The Only
The Best**

Pierwsza szkoła International Baccalaureate w Szczecinie.

Jedyna szkoła z trzema programami IB w regionie.

Najlepsza edukacja na międzynarodowym poziomie.



DLACZEGO WARTO WYBRAĆ SIS?

- Wszystkie zajęcia prowadzone **w języku angielskim**
- **Międzynarodowa matura International Baccalaureate** – uznawana na całym świecie, w tym również w Polsce
- Najlepsza droga na **studia za granicą**
- Kameralne, **międzynarodowe środowisko**
- Profesjonalna kadra pedagogiczna, w tym **native speakerzy**
- Ponad **20 lat doświadczenia** w międzynarodowej edukacji (od 2002 roku)
- Akademickie przygotowanie na **najwyższym** poziomie
- Jedyna szkoła **IB WORLD SCHOOL CONTINUUM** w województwie zachodniopomorskim



Rekrutacja do LICEUM IB trwa!

Dowiedz się więcej

[**www.sis.info.pl**](http://www.sis.info.pl)

Jak wybrać szkołę średnią? Liceum ogólnokształcące czy technikum?

Uczniowie ósmych klas już czekają na wyniki egzaminu ósmoklasisty. Od tego, jak im poszło, zależy do jakiej szkoły średniej się dostaną. To dobry czas, by zastanowić się, jaką szkołę wybrać. Nie jest to prosty wybór, ponieważ istnieją trzy możliwości: liceum ogólnokształcące, technikum lub szkoła branżowa.

Liceum ogólnokształcące, jak sama nazwa wskazuje, przekazuje wiedzę ogólną. Uczeń po skończeniu tego rodzaju szkoły średniej przystępuje do matury i po zdanym egzaminie może kontynuować naukę na studiach. W liceum ogólnokształcącym uczniowie mają do wyboru różne profile klas. Są to między innymi:

- **Klasa matematyczno-fizyczna lub matematyczno-informatyczna:** rozszerzone są przedmioty takie jak: matematyka, fizyka, informatyka. To profil dobry dla osób, które mają umysł ścisły

i chcą kontynuować naukę na uczelniach politechnicznych;

- **Klasa biologiczno-chemiczna:** tutaj możemy spodziewać się rozszerzonej biologii, chemii, czasem fizyki. To kierunek dobry dla osób, które swoją przyszłość wiążą z medycyną.

- **Klasa humanistyczna:** to klasa z rozszerzonym polskim, historią, wiedzą o społeczeństwie. Ten profil przeznaczony jest dla osób, które w przyszłości chciałby studiować kierunki filologiczne, filozoficzne, historyczne, społeczne.

- **Klasa językowa:** tutaj znajdziemy rozszerzone języki obce, różne w zależności od konkretnej szkoły. Kierunek idealny dla osób, które lubią uczyć się języków i chciałby w przyszłości studiować kierunki filologiczne.

- **Klasa mundurowa lub wojskowa:** to klasa dla osób, które dobrze czują się uprawiając sport i w przyszłości chciałby pracować w policji, wojsku czy straży.

Uczeń w liceum ogólnokształcącym jest przygotowywany do matury i posiada wykształcenie średnie. Ma wiedzę ogólną i nie ma wyuczonego zawodu. Może podjąć naukę w szkole policealnej lub na studiach.

Nauka w technikum trwa 5 lat. Uczniowie mają w technikum przedmioty ogólnokształcące, jak i zawodowe. Absolwenci mogą zdawać egzamin zawodowy i uzyskać kwalifikacje zawodowe oraz zdać maturę, a następnie iść na studia, do szkoły policealnej lub rozpocząć karierę zawodową.

Do technikum kierować powinny się osoby, które wiedzą, jaki zawód chciałby wykonywać w przyszłości, planują zdać maturę i chcą mieć otwartą drogę na studia.

Najpopularniejsze kierunki w technikum to: Technik informatyk; Technik logistik; Technik żywienia i usług gastronomicznych; Technik ekonomista; Mechanik pojazdów samochodowych; Technik usług kosmetycznych; Technik hotelarstwa; Technik administracji; Technik bezpieczeństwa i higieny pracy; Kucharz.

Powstaje coraz więcej nowych kierunków, w których uczniowie mogą rozwijać swoje pasje takie jak: fotografia, robotyka, fryzjerstwo, grafika komputerowa.

Magdalena Ignaciuk



FOT. ELEMENTS DIGITAL / UNSPLASH.COM

Warto dobrze przemyśleć wybór profilu w liceum i sprawdzić, które przedmioty są rozszerzone



ZOO Ueckermünde nad Zalewem Szczecińskim

 *Majestatycznie ryczące lwy, rude pandki, zuchwałe małpy magoty, jaskraworóżowe flamingi, wyjące wilki, lemury katta i czarno-białe wari – to tylko niektórzy z 1192 zwierzęcych mieszkańców ZOO Ueckermünde, codziennie wyglądających swoich gości.*

 *Możliwość głaskania i karmienia zwierząt w Małym Zoo z kózkami karłowatymi, w Ogrodzie Jeleni z danielami, muflonami i jeleniami oraz w wolierze papużek falistych.*

 *Farma przygód z przejażdżkami traktorami, interaktywne place zabaw oraz drewniane wózki do ciągnięcia dzieci lub plecaków.*

 *Gdy głód dopadnie, Małpia Karczma na łonie natruy, chatką grillową i sklepik regionalny zapraszają na ciepłe posiłki.*

 *Codziennie liczne pokazowe karmienia.*

 *Informacje w języku polskim.*



ZOO UECKERMÜNDE

czynne codziennie od godz. 10



[tierpark.ueckermuende](https://www.tierpark.ueckermuende)

Te narzędzia mogą być przydatne. Jak pomóc uczniom zaplanować przyszłość?

Jak pomóc uczniom odnaleźć się w gąszczu zawodów, kwalifikacji i ścieżek edukacyjnych? Instytut Badań Edukacyjnych przekazał szkołom zestaw narzędzi wspierających doradztwo zawodowe. Nauczyciele i doradcy mogą z nich korzystać i testować je w praktyce.

Proponowane rozwiązania mają różnorodne funkcje i przeznaczenie - od wsparcia nauczycieli w planowaniu lekcji, po aplikację, które samodzielnie może przeglądać uczeń, szukając pomysłów na własną przyszłość. Ich wspólnym celem jest wspieranie świadomych decyzji edukacyjnych i zawodowych.

IBE proponuje m.in. przewodnik po Zintegrowanym Rejestrze Kwalifikacji - narzędzie, które pozwala uporządkować i zrozumieć, jak łączyć pasje z potrzebami rynku pracy. Dla osób preferujących bardziej bezpośrednią interakcję przygotowano czatbota Zeterkę - wirtualną asystentkę, która odpowiada na pytania i pomaga odnaleźć się w świecie kwalifikacji. Z myślą o uczniach i nauczycielach powstało także „Małe ZRK”, które nie tylko podpowiada, jakie kwalifikacje mogą rozwijać młodzi ludzie, ale również udostępnia gotowe scenariusze lekcji. Z kolei portal „Wiem, co umiem” koncentruje się na wzmacnianiu samoświadomości uczniów - pomaga im zauważać i nazywać własne kompetencje oraz budować indywidualne portfolio.

Osobną kategorię tworzą narzędzia skierowane do starszych uczniów i dorosłych. „Kompas szkolnictwa branżowego” pozwala zapoznać się z ponad dwustoma zawodami z systemu edukacji zawodowej, prezentując je w czytelnej formie zgodnej z podstawami programowymi. Natomiast aplikacja „Kompas” to kompleksowe narzędzie dla wszystkich, którzy chcą się przekwalifikować, zdobyć nowe umiejętności lub po prostu lepiej zrozumieć dostępne możliwości rozwoju - niezależnie od wieku i miejsca w życiu zawodowym.

Każde z tych narzędzi można nie tylko wypróbować w pracy z uczniami, ale też ocenić i zgłosić sugestie dotyczące jego funkcjonalności. To propozycja szczególnie cenna w czasie, gdy szkolne doradztwo zawodowe wciąż szuka swojego kształtu. Kwalifikacje jutra - przewodnik po ZRK ułatwiający planowanie ścieżek edukacyjnych



FOT. FREEPIK

Cyfrowe narzędzia mogą pomóc w poznaniu swoich mocnych stron i kwalifikacji

i zawodowych. Chatbot Zeterka - wirtualna asystentka pomagająca w poruszaniu się po systemie kwalifikacji. Małe ZRK - narzędzie z odznakami, kwalifikacjami i scenariuszami lekcji dla uczniów i nauczycieli. Wiem, co umiem - portal wspierający rozwój samoświadomości uczniów i budowanie ich portfolio. Kompas szkolnictwa branżowego - przegląd zawodów branżowych dostępnych w systemie oświaty. Kompas - aplikacja dla osób planujących rozwój, zmianę zawodu lub zdobycie nowych kwalifikacji.

Wybór szkoły ponadpodstawowej to jedno z najważniejszych decyzji w życiu młodego człowieka. Dlatego doradztwo zawodowe to jej kluczowy element. Jednym z najważniejszych zadań doradcy jest diagnozowanie zainteresowań i mocnych stron uczniów. Wykorzystuje się do tego rozmowy indywidualne, testy, ćwiczenia oraz analizę osiągnięć.

Katarzyna Mazur



PORADNIA PSYCHIATRYCZNO-PSYCHOLOGICZNA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

MakMentis® kids to placówka oferująca świadczenia psychologiczne, psychiatryczne oraz diagnostyczne dla dzieci, młodzieży i ich rodzin. Zakres działalności obejmuje konsultacje, diagnozę i terapię w obszarze zdrowia psychicznego oraz rozwoju dzieci i młodzieży, a także konsultacje dla rodziców.



PSYCHIATRA DZIECI I MŁODZIEŻY

KONSULTACJE PSYCHOLOGICZNE

PSYCHOTERAPIA

DIAGNOSTYKA PSYCHOLOGICZNA

- ADHD
- spektrum autyzmu (ADOS)
- intelekt (test Bineta)

KONSULTACJE RODZIELSKIE

TERAPIA GRUPOWA



ul. Niemcewicza 15H, Szczecin • tel. **510 064 605** • e-mail: kontakt@makmentis.pl

www.makmentis.pl

epresa.pl add6dc8e78

Umiejętności i aktywność społeczna. Tego będą się uczyć na nowym przedmiocie

Od 1 września 2025 r. do szkół ponadpodstawowych wkroczyła edukacja obywatelska, nowy przedmiot, który zastąpi historię i terazniejszość. Jego celem jest przygotowanie do świadomego i odpowiedzialnego zaangażowania w społeczeństwie demokratycznym m.in. poprzez działania obywatelskie i projekty edukacyjne.

Edukacja obywatelska jest nauczana w szkołach ponadpodstawowych od roku szkolnego 2025/2026 w klasie II liceum ogólnokształcącego, technikum i branżowej szkoły I stopnia. W kolejnych latach nauczana będzie w klasach II i III liceum, klasach II-IV technikum i w klasach II i III branżowej szkoły I stopnia. W liceum edukacja obywatelska będzie nauczania w wymiarze dwóch godzin tygodniowo w klasie II i jednej godziny tygodniowo w klasie III, w technikum - w wymiarze w wymiarze jednej godziny tygodniowo w klasach II-IV, a w branżowej szkole I stopnia - w wymiarze 1 godziny tygodniowo w klasach II i III.

„Wprowadzenie nowego przedmiotu edukacja obywatelska wynika z potrzeby przygotowania uczniów (...) do świadomego i odpowiedzialnego zaangażowania obywatelskiego w społeczeństwie demokratycznym” - czytamy w uzasadnieniu do projektu nowelizacji rozporządzenia w sprawie podstawy programowej kształcenia ogólnego. Zaznaczono, że w odróżnieniu od przedmiotu historia i terazniejszość, który był realizowany głównie w sposób teoretyczny - nowy przedmiot ma kłaść nacisk na kształtowanie u uczniów praktycznych umiejętności i kompetencji. Celami edukacji obywatelskiej - wskazanymi w podstawie programowej - są: rozumienie sfery publicznej (najważniejszych zjawisk oraz procesów społecznych i politycznych, a także zasady nimi rządzących), rozumienie oraz poszanowanie wartości i zasad demokracji, zainteresowanie sferą publiczną i posiadanie własnych opinii, poszanowanie opinii innych osób, zaangażowanie obywatelskie oraz wpływanie na władze publiczne i interakcje państwo - obywatel (chodzi m.in. o umiejętność załatwiania wybranych spraw urzędowych, rozumienie mechanizmów i form uczestnictwa obywatelskiego oraz odpowiedzialne ich wykorzystanie). Trzema równo-



FOT. IZBAF

W nauczaniu powinien znaleźć się również czas na wizyty w instytucjach publicznych

ważnymi elementami przedmiotu mają być: wiedza i umiejętności zawarte w wymaganiach szczegółowych, działania obywatelskie oraz projekt edukacyjny.

Podstawa programowa składa się z 45 wymagań szczegółowych oraz dodatkowych 7 wymagań fakultatywnych, które wybierze nauczyciel. W przypadku szkół branżowych I stopnia będzie to natomiast 31 obowiązkowych wymagań i 7 z 27 fakultatywnych.

Wymagania szczegółowe dzielą się na działy: ja i społeczeństwo, szkoła jako wspólnota, społeczność lokalna i regionalna, demokracja i prawo, Polska - władza, świat polityki i sfera publiczna, Polska w Europie, świat globalnych zależności. Ponadto każdy uczeń liceum i technikum będzie musiał w ramach przedmiotu wybrać i zrealizować cztery, a w przypadku szkół branżowych trzy, działania obywatelskie.

Magdalena Ignaciuk

XVIII LO

IM. JÓZEFA WYBICKIEGO
W SZCZECINIE



PROPONOWANE KLASY W ROKU SZKOLNYM 2026/2027

18LO	KLASA	ROZSZERZENIA	PRZEDMIOTY DODADKOWE
	1A PROFIL SPORTOWY	BIOLOGIA GEOGRAFIA JĘZYK ANGIELSKI	• TRENING MENTALNY W SPORCIE • HISTORIA SPORTU
	1B PROFIL TEATRALNO - MEDIALNY	JĘZYK POLSKI WOS JĘZYK ANGIELSKI	• WARSZTATY TEATRALNO-MEDIALNE
	1C PROFIL BIOTECHNO- LOGICZNY	BIOLOGIA CHEMIA JĘZYK ANGIELSKI	• PODSTAWY BIOTECHNOLOGII • RATOWNICTWO MEDYCZNE
	1D PROFIL BiZNESOWY	GEOGRAFIA BIZNES I ZARZĄDZANIE JĘZYK ANGIELSKI	• JĘZYK ANGIELSKI W BIZNESIE

ul. Hoża 3, 71-699 Szczecin, tel.91 44 20 901



cosinusYoung 15+

BEZPŁATNE SZKOŁY DLA MŁODZIEŻY

cosinusYoungART



cosinusYoung 15+



cosinusYoung 15+



BEZ
PŁA
TNE
SZKOŁY

Liceum Sztuk Plastycznych Technikum | Szkoła Branżowa



tablet
dla
każdego
ucznia

darmowe
pakiety
książek
i zeszytów



praktyczna
nauka
zawodu



bezpłatne
plenery
artystyczne



Zapisy wyłącznie w sekretariacie szkoły

Szczecin, ul. Andrzeja Antosiewicza 2 ☎ 508 079 588 | cosinusyoung.pl

eprasa.pl add6dc8e78



Nasza oferta