



STRONA ZDROWIA

OD PONAD 100 LAT LECZĄ TU PŁUCA

PORÓWNUJEMY SIĘ DO INNYCH I TO NAS NISZCZY – Str. 12 - 15

Nr ISSN 0137-9259

Nr indeksu 350370



www.nowosci.com.pl

Nr 174 (17068) | Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

NOWOŚCI

DZIENNIK TORUŃSKI

Środa, 29.07.2026

59 lat

O usunięciu członków Rozwoju Plus zdecydował Komitet Polityczny Prawa i Sprawiedliwości. Kto do niego należy? Partia opublikowała jego skład na swojej stronie internetowej.
– Str. 8

Torunianie nie będą mile wspominać wizyty w Bydgoszczy Policjanci na ulicy Fordońskiej w Bydgoszczy zatrzymali seata. To był początek kłopotów. – Str. 3

Relaks

Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV



Inwestycje

Czy na ulicę Lipową dotrze komunikacja miejska?

Ograniczona dostępność komunikacji miejskiej nie może być barierą dla potencjalnych najemców i inwestorów.

– Str. 6

Transport

Szybka kolei CPK może zahaczyć również o Toruń lub jego okolice

Analizowane są cały czas różne warianty przebiegu tras. Wskazano na objęcie obsługą również aglomeracji toruńsko-bydgoskiej.

– Str. 5

Badania, transfer wiedzy i komercjalizacja nauki

W Toruniu powstała nowa prestiżowa instytucja naukowa. – Str. 3

Z górki na Jarze da się zjechać również latem

Nowa zjeżdżalnia ma powstać jeszcze w tym roku w ramach Budżetu Obywatelskiego. – Str. 4



FOT. MAREK NIENARTOWICZ

Wschód Torunia

W statystykach przestępczość spada, ale nie rośnie poczucie bezpieczeństwa

Małgorzata Oberlan

Mieszkańcy Rubinkowa skarżą się na burdy koło „Paluszka”, ich sąsiedzi ze Skarpy też narzekają na stan bezpieczeństwa. Władze miasta w odpowiedzi pokazują statystyki: przestępczość spada. – Statystyki to jedno, a ludzkie poczucie bezpieczeństwa to drugie – punktuje radny Piotr Lenkiewicz (KO).

To właśnie radny Piotr Lenkiewicz (KO) na początku lipca – w imieniu proszących go o pomoc mieszkań-

ców – wnioskował do prezydenta Torunia Pawła Gulewskiego (KO) o zwiększenie liczby patroli na osiedlach Rubinkowo i Na Skarpie.

W pierwszej kolejności przekazywał skargi dotyczące sklepu „Paluszek” – m.in. na nietrzeźwych ludzi zaczepiających przy nim klientów i przechodniów. W drugiej jednak wskazywał szerzej na brak poczucia bezpieczeństwa Torunian mieszkających na obu wielkich osiedlach.

„Nowości” pisały o tym 10 lipca. Odzew Czytelników był szeroki. Nam także zgłaszali sygnały dotyczące „Paluszka”.

– Ciągłe zaczepki pijaków. Wymuszanie pieniędzy „na bułkę”. Strach dziecko wysłać tam po zakupy, strach samej przechodzić, szczególnie wieczorem – skarży się pani Iwona z Rubinkowa.

Teraz w „Nowościach” wracamy do tematu, bo na wniosek radnego o więcej patroli oraz informację na temat stanu bezpieczeństwa na Rubinkowie i Skarpie odpowiedziały władze miasta. Konkretnie – wiceprezydent Rafał Pietrucień.

Wiceprezydent przytacza policyjne statystyki i optymistyczny wniosek: przestępczość na obu osiedlach systematycznie spada. Cho-

dzi o przestępstwa takie jak: kradzież z włamaniem, kradzież zwykła, niszczenie cudzego mienia oraz bojki i pobicia. W całym kraju ta grupa przestępstw określana jest jako „mająca bezpośredni wpływ na poczucie bezpieczeństwa mieszkańców”.

– Statystyki to jedno, a ludzkie poczucie bezpieczeństwa to drugie. Liczby w tabelkach cieszą, ale problem nie znika. Na pewno będę dążył do spotkania mieszkańców z przedstawicielami policji i Straży Miejskiej – mówi radny Piotr Lenkiewicz.

– Str. 6



Ochrona zdrowia

Lidia Jaskulska-Grzechowiak dyrektorem MPS w Toruniu

Małgorzata Oberlan

Prezydent Paweł Gulewski wręczył Lidii Jaskulskiej-Grzechowiak akt powołania na stanowisko dy-

rektora Miejskiej Przychodni Specjalistycznej w Toruniu na kolejnych sześć lat. Dotychczasowa dyrektorka w konkursie pokonała silnych konkurentów.

Można zatem stwierdzić, że wygrała opcja „znana, sprawdzona i doświadczona”, ponieważ Lidia Jaskulska-Grzechowiak kierowała MPS w Toruniu również

w latach 2020-2026. Posiada 37-letni staż pracy oraz wieloletnie doświadczenie w zarządzaniu jednostkami ochrony zdrowia.©©

– Str. 3

POLECAMY

JUTRO: Seniorze, nie daj się oszukać! Najpopularniejsze metody naciągaczy

29.07.2026

Środa

Dziś imieniny: Aureliusz, Bertold, Celestyn, Celia
Telefon alarmowy: 112

Komentarz dnia



Janusz Michalczyk:

Andy i Zohran. Czyli jest nadzieja dla lewicy

Publicysta

Skrajna prawica prze do władzy - alarmują od jakiegoś czasu komentatorzy, wskazując zwłaszcza na sondaże w Niemczech i we Francji, ale rzeczywistość jest bardziej skomplikowana, bo politycy o lewicowym nastawieniu zyskują popularność w USA czy Wielkiej Brytanii. Premierem tego ostatniego państwa został właśnie Andy Burnham z Partii Pracy, dotychczasowy burmistrz Manchesteru. Nadzieje z nim związane są duże, bo gospodarka tego miasta rozwijała się w ostatnich latach w tempie dwukrotnie szybszym niż całego kraju, przynosząc nowe miejsca pracy i wzrost dochodów mieszkańców. Oczywiście, Andy nie jest cudotwórcą, lecz zręcznym politykiem, który z jednej strony cofnął prywatyzację usług publicznych, przywracając kontrolę władz lokalnych na nimi (np. komunikacja autobusowa), a z drugiej - znakomicie dogadywał się z inwestorami, usuwając różne bariery administracyjne.

Coś podobnego robi Zohran Mamdani, burmistrz Nowego Jorku, któremu polityczni przeciwnicy przyklejali łatkę „komunisty”, bo zapowiadał m.in. rozwijanie budownictwa społecznego, zamrożenie czynszów czy darmowy transport miejski. Pół roku po objęciu stanowiska Zohran zaskoczył wszystkich, wciągając do współpracy potężnych deweloperów. Obiecał im poluzowanie restrykcyjnych przepisów i liczy na to, że szybko zamienią stare biurowce na lokale mieszkalne.

Co łączy tych dwóch polityków? Nie tylko działania ułatwiające życie niezamożnym ludziom, ale przede wszystkim pragmatyzm, elastyczność, nieszablonowe myślenie. Ciekawo, ile zdolają osiągnąć...

©P

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj
 „Nowości
 Dziennik
 Toruński”

tel. 56 451 91 04
 bok.prenumerata@polskapress.pl
 prenumerata.nowosci.com.pl

POGODA



dzisiaj
 27°C/15°C



jutro
 34°C/19°C



Redaktor naczelna
 Alicja Polewska
Z-cy redaktor naczelnej
 Justyna Wojciechowska-Narloch
 Lucyna Talaśka-Klich
 Jakub Stykowski
Wydawca dnia
 Waldemar Piorkowski

www.nowosci.com.pl

Polska Press
Makroregion Wielkopolska
Kujawsko-Pomorskie
Redakcja ul. Grudziądzka 46-48,
 87-100 Toruń, tel. 56 611 81 33
 redakcja@nowosci.com.pl
Prezes Makroregionu
 Marek Ciesielski
Dyrektor reklamy
 Agnieszka Perlińska
Dyrektor marketingu
 Katarzyna Jabłońska
Druk
 Polska Press Oddział Poligrafia,
 85-438 Bydgoszcz,
 ul. Grunwaldzka 229



Wydawca Polska Press Sp. z o.o.
 ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa,
 tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10
Prezes Zarządu Polska Press Grupy
 Zenon Nowak
Redaktor naczelny Polska Press Grupy
 Marek Twaróg
Projekt graficzny, dyrektor artystyczny PPG
 Tomasz Bocheński
Dyrektor kolportażu PPG Tomasz Osoliński
Biuro Konsumenta PPG
 biurokonsumenta@polskapress.pl, tel. 12 688 85 10



©P - umieszczenie takich dwóch znaków przy Artykule, w szczególności przy Aktualnym Artykule, oznacza możliwość jego dalszego rozpowszechniania tylko i wyłącznie po uiszczeniu opłaty zgodnie z cennikiem zamieszczonym na stronie www.nowosci.com.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

EDUKACJA

Sukces UMK: pięć dziedzin z kategorią A+! Bydgoskie uczelnie bez najwyższej oceny

Adam Willma

Pięć dyscyplin Uniwersytetu Mikołaja Kopernika otrzymało kategorię A+. To trzeci wynik wśród polskich uniwersytetów, po Uniwersytecie Warszawskim i Uniwersytecie Jagiellońskim.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego ogłosiło wyniki ewaluacji działalności naukowej za lata 2022-2025. Od przyznanej kategorii zależą m.in. uprawnienia do nadawania stopni doktora i doktora habilitowanego, możliwość prowadzenia szkół doktorskich oraz część pieniędzy otrzymywanych z budżetu. Wynik ma też znaczenie dla naukowej pozycji uczelni i jej zdolności do przyciągania badaczy.

Ocena ministerialna objęła 1241 „podmiotodyscyplin” w 280 uczelniach i instytutach. Kategorię A+ przyznano 106 razy, A- 392, B+ - 607, B - 120, a C - 16 razy. UMK jako jedyna uczelnia w województwie otrzymała kategorię A+. Ma ich pięć, o jedną więcej niż po poprzedniej ewaluacji. Zwiększyła się także liczba kategorii A - z 12 do 13.

Pięć najmocniejszych dyscyplin UMK

Na UMK oceniono 30 dyscyplin. Kategorię A+ otrzymały archeologia, historia, nauki fizyczne, nauki o polityce i administracji oraz nauki teologiczne. Trzynastę dyscyplin uzyskało A, dziesięć B+, a dwie B.

Więcej najwyższych ocen wśród polskich uniwersytetów mają tylko Uniwersytet Warszawski, który otrzymał dziewięć kategorii A+, oraz Uniwersytet Jagielloński z sześcioma. UMK znalazł się przed innymi dużymi uniwersytetami, w tym uczelniami z Poznania, Wrocławia, Łodzi, Gdańska i Katowic.

Wynik jest lepszy od ostatecznego bilansu poprzedniej ewaluacji za lata 2017-2021. Wówczas UMK miało cztery kategorie A+, 12 kategorii A i 13 kategorii B+. Najwyższą ocenę otrzy-



FOT. GRZEGORZ OLKOWSKI

UMK jako jedyna uczelnia w województwie otrzymała kategorię A+. Ma ich pięć

mały wtedy nauki biologiczne, nauki chemiczne, nauki teologiczne oraz sztuki plastyczne i konserwacja dzieł sztuki. Łącznie oceniono 29 dyscyplin. Jedynie teologia utrzymała kategorię A+. Teraz do najwyższej grupy awansowały archeologia, historia, nauki fizyczne oraz nauki o polityce i administracji. Nauki biologiczne i chemiczne otrzymały obecnie B+, a sztuki plastyczne i konserwacja dzieł sztuki - A.

W Collegium Medicum nauki medyczne i nauki o zdrowiu otrzymały kategorię B+, a nauki farmaceutyczne - B. Kategorię B+ ma również weterynaria. Żadna z trzech dyscyplin Collegium Medicum nie uzyskała A ani A+.

Drugą kategorię B otrzymały nauki socjologiczne. Pozostałe 28 dyscyplin UMK znalazło się na poziomie B+ lub wyższym.

UKW utrzymał trzy kategorie A

Na Uniwersytecie Kazimierza Wielkiego oceniono 20 dyscyplin. Kategorię A otrzymały literaturoznawstwo, nauki o kulturze i religii oraz nauki o Ziemi i środowisku. Trzynastę dyscyplin uzyskało B+, a cztery B. W kategorii B znalazły się inżynieria materiałowa, nauki biologiczne, nauki o komunikacji społecznej i mediach oraz nauki prawne. Pozostałe dyscypliny, w tym historia, językoznawstwo, matematyka, nauki fi-

zyczne, pedagogika i psychologia, otrzymały B+.

Liczba kategorii A na UKW się nie zmieniła, ale zmienił się skład tej grupy. Nauki o polityce i administracji spadły do B+, a nauki o Ziemi i środowisku awansowały do A. UKW nie ma kategorii C, którą otrzymał w poprzedniej ewaluacji, ma jednak cztery kategorie B zamiast jednej. Nie ma więc podstaw do mówienia o jednoznacznej awansie całej uczelni. W poprzedniej ewaluacji UKW miał trzy kategorie A, 14 kategorii B+, jedną B i jedną C. Ostateczne wyniki ustalono po odwołaniach.

Politechnika z nową kategorią A w medycynie

Na Politechnice Bydgoskiej oceniono 11 dyscyplin. Kategorię A otrzymały nauki chemiczne, nauki medyczne oraz sztuki plastyczne i konserwacja dzieł sztuki. Siedem dyscyplin uzyskało B+, a inżynieria lądowa, geodezja i transport - B.

Nowością są nauki medyczne z kategorią A. Dyscyplina nie była oceniana w poprzedniej ewaluacji, dlatego nie można mówić w tym przypadku o awansie. Słabiej wypadła inżynieria lądowa, geodezja i transport, która przeszła z B+ do B. W poprzedniej ewaluacji uczelnia była oceniana w dziesięciu dyscyplinach. Kategorie A otrzymały nauki chemiczne, rolnictwo i ogrodnictwo oraz zootechnika i rybactwo. Pozostałych siedem dyscyplin miało B+.

Akademia Muzyczna w Bydgoszczy otrzymała kategorię A w sztukach muzycznych. Taki sam wynik miała po ewaluacji za lata 2017-2021. Na tle innych akademii muzycznych jest to wynik wysoki, ale nie najwyższy. Kategorie A+ otrzymały uczelnie muzyczne w Gdańsku, Katowicach i Wrocławiu. Akademia w Łodzi, podobnie jak bydgoska, uzyskała A.

Wyniki opublikowano również dla uczelni niepublicznych w naszym regionie. Akademia Jagiellońska w Toruniu otrzymała B+ w naukach o polityce i administracji oraz pedagogice. ©P

OCHRONA ZDROWIA

W rywalizacji o fotel szefa Miejskiej Przychodni Specjalistycznej dyrektorka pokonała księgową

Małgorzata Oberlan

**Prezydent Paweł Gu-
lewski wręczył Lidii Ja-
skulskiej-Grzechowiak
akt powołania na stano-
wisko dyrektora Miejskiej Przychodni Specjalistycznej w Toruniu na kolejnych sześć lat. Dotychczasowa dyrektorka w konkursie pokonała silnych konkurentów.**

O stanowisko dyrektora Miejskiej Przychodni Specjalistycznej w Toruniu rywalizowali w konkursie naprawdę silni kandydaci. Komisja konkursowa odbyła rozmowy z czterema kandydatami.

Byli to: dotychczasowa dyrektorka miejskiej przychodni Lidia Jaskulska-Grzechowiak (już po jednej sześćdziesięcioletniej kadencji), główna księgowa w tej przychodni

Wioletta Bulińska (wcześniej 25 lat pracująca w toruńskim szpitalu miejskim), Tomasz Ławrynowicz ze spółki Nowy Szpital oraz Marta Roszkowska, znana w Toruniu doświadczona farmaceutka, ale także psycholog kliniczna i socjoterapeutka (prowadzi własną działalność, ma MBA).

- W ramach konkursu kandydaci przedstawili koncepcje funkcjonowania i rozwoju Miejskiej Przychodni Specjalistycznej. Podczas rozmów odpowiadali także na pytania dotyczące m.in. roli dyrektora samorządowej placówki medycznej, kluczowych wskaźników oceny jej działalności, działań na rzecz pozyskiwania pacjentów oraz strategii pozyskiwania i utrzymania kadry medycznej - objaśnia Magdalena Dębczyńska-Wróblewska z Urzędu Miasta Torunia.

Kto oceniał kandydatów? Komisja konkursowa była siedmioosobowa. Ze strony organu prowadzącego przychodnię, czyli miasta, zasiadało w niej sześć osób. Byli to: wiceprezydent miasta Dagmara Zielińska; lekarz Siergiusz Sowiński, dyrektor ds. leczenia szpitala miejskiego w Toruniu; sekretarz miasta Przemysław Kuczkowski, radny Zbigniew Fiderewicz (klub Wspólny Toruń) oraz radne Karolina Krajewska i Anna Szytniewska (Koalicja Obywatelska), obie pracujące w służbie zdrowia. Tzw. stronę społeczną natomiast reprezentował w komisji Marian Frąckiewicz, przewodniczący rady społecznej MPS.

Członkowie komisji oddali ostatecznie głosy w tajnym głosowaniu. Wygrała dotychczasowa dyrektorka przychodni Lidia Jaskulska-Grzechowiak. Otrzymała pięć z siedmiu oddanych głosów. Można zatem stwierdzić, że wygrała opcja „znana, sprawdzona i doświadczona”. Przypomnijmy, że Lidia Jaskulska-Grzechowiak kierowała MPS w Toru-



O stanowisko dyrektora Miejskiej Przychodni Specjalistycznej w Toruniu rywalizowali silni kandydaci

niu również w latach 2020-2026. Posiada blisko 37-letni staż pracy oraz wieloletnie doświadczenie w zarządzaniu jednostkami ochrony zdrowia. Jest magistrem administracji, ukończyła studia MBA w ochronie zdrowia

oraz liczne studia podyplomowe z zakresu zarządzania, finansów, rachunkowości i zasobów ludzkich. Posiada również kwalifikacje głównego księgowego oraz specjalisty ds. rachunkowości.

Nie jest tajemnicą, że najciekawszym aspektem tej rywalizacji było starcie wizji i strategii dotychczasowej pani dyrektorki oraz Wioletty Bulińskiej, głównej księgowej MPS w Toruniu.

- Jednym z głównych punktów mojej strategii był rozwój przychodni, reaktywacja zamkniętych poradni, zatrudnienie lekarzy. Nie ma lekarzy - nie ma pacjentów - mówi „Nowościom” Wioletta Bulińska, która podkreślała też silnie wartość, jaką stanowią fachowi pracownicy z długim stażem i doświadczeniem zawodowym. Tacy ludzie to skarb każdego pracodawcy.©©

INNOWACJE

MICHa PAN: badania, transfer wiedzy, komercjalizacja nauki

RED

Międzynarodowy Instytut Chemii Analitycznej (MICHa) Polskiej Akademii Nauk to nowa prestiżowa instytucja naukowa z siedzibą w Toruniu, działająca jako ośrodek badawczo-wdrożeniowy w dziedzinie zdrowia, ochrony środowiska i bezpieczeństwa żywności.

- Nauka jest motorem rozwoju gospodarczego. Utworzenie instytutu jest odpowiedzią na rosnące znaczenie chemii analitycznej i jej zastosowań we współczesnym świecie. Ta dziedzina odgrywa kluczową rolę między innymi w rozwoju technologii biomedycznych oraz farmacji i inżynierii materiałowej, wypracowuje też nowoczesne metody analiz i pomiarów dla ochrony środowiska i bezpieczeństwa żywności. Cieszę się, że nowa jednostka ma swoje miejsce właśnie w Toruniu.

To prestiż i zobowiązanie - podkreślał podczas uroczystej inauguracji marszałek województwa kujawsko-pomorskiego Piotr Całbecki.

Marszałek Piotr Całbecki i prezes PAN prof. Marek Konarzewski złożyli podpisy na porozumieniu o współpracy na rzecz rozwoju nauki, badań naukowych i prac badawczo-rozwojowych oraz transferu wiedzy i komercjalizacji wyników badań naukowych w dziedzinach, które łączą się z misją MICHa PAN.

W praktyce oznacza to m.in. ścisłe współdziałanie MICHa z marszałkowskim Centrum Naukowo-Technologicznym im. Jana Ciochalskiego, w tym wykorzystanie zaplecza badawczego Centrum Czochochalskiego, obecnego i przyszłego.

Instytut - który będzie prowadził interdyscyplinarne badania m.in. w zakresie ochrony środowiska, bezpieczeństwa żywności

i innowacji biomedycznych - będzie działał w modelu sieciowym (centrala w Toruniu i jednostki w Gdańsku, Białymstoku, Warszawie, Łodzi, Lublinie, Krakowie, Wrocławiu i Poznaniu). Docelowo zatrudni pół setki pracowników naukowych.

Dyrektor MICHa - prof. Bogusław Buszewski - to związany z naszym regionem wybitny uczony, specjalista w dziedzinie chemii analitycznej uważany za twórcę polskiej szkoły chromatografii (jednej z technik analitycznych), jest znakomitością naukową o międzynarodowej renomie.

Przez wiele lat kierował stworzoną przez siebie od podstaw Katedrą Chemii Środowiska i Bioanalityki oraz Centrum Edukacyjno-Badawczym Metod Separacyjnych i Bioanalitycznych toruńskiego Uniwersytetu Mikołaja Kopernika. Należy do najczęściej cytowanych polskich chemików. ©©

PRZESTĘPCZOŚĆ

Po tej kontroli Torunianie nie będą mile wspominać wizyty w Bydgoszczy

Adam Szczęśniak

Policjanci z bydgoskiej „drogówki” zatrzymali do kontroli kierującą Seatem Leonem za przekroczenie prędkości. Okazało się, że to był dopiero początek jej kłopotów, a także jej towarzysząca podróż...

Kilka dni temu po godz. 12 patrol wydziału ruchu drogowego bydgoskiej komendy kontrolował prędkość pojazdów na ulicy Fordońskiej. Pomiar prędkości nadjeżdżającego Seata Leona pokazał, iż kierująca nim przekroczyła dopuszczalną w tym miejscu o 25 km/h.

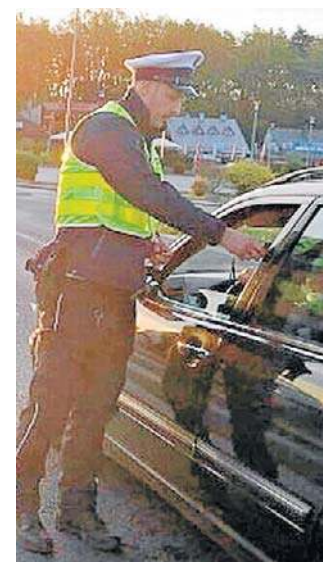
Podczas kontroli drogowej, sprawdzeniu dokumentów pojazdu i danych w policyjnych systemach okazało się, że ma on założone tablice rejestracyjne od innego auta. Na dodatek Seat w ogóle nie był zarejestrowany, co świadczyło o niedopuszczeniu go do ruchu na terenie kraju. Wo-

bec 27-latkę będzie prowadzone prokuratorskie śledztwo. Grozi jej od 3 miesięcy do 5 lat pozbawienia wolności. Mieszkancka powiatu toruńskiego odpowie również za przekroczenie prędkości na drodze.

Razem z nią podróżował 33-latek. Również on został wylegitymowany przez policjantów. Jak się okazało, podawał nieprawdziwe personalia. Mimo tego funkcjonariusze ustalili jego faktyczne dane w policyjnych systemach. Wyszło na jaw, że mieszkaniec Torunia był poszukiwany listem gończym przez Sąd Rejonowy w Siedlcach i nakazem Sądu Rejonowego w Toruniu w celu doprowadzenia do więzienia i odbycia zasądzonej kary.

„Inny patrol policji przewiózł zatrzymanego do komisariatu, gdzie zostały z nim wykonane dalsze czynności związane z wykroczeniem dotyczące podania legitymującego go funkcjonariuszowi nieprawdziwych danych.

W sprawie tego wykroczenia policjanci sporządzili dokumentację do skierowania wniosku o ukaranie do sądu. Teraz 33-latek czeka wielomiesięczna odsiadka oraz kolejne konsekwencje prawne” - wyjaśnia nadkom. Lidia Kowalska z Zespołu Komunikacji Społecznej KMP w Bydgoszczy.©©



Zaczęło się od... prędkości

Toruń

PRAWO

Wyrok skazujący na więzienie zapadł dwa dni po zatrzymaniu kierowcy

Małgorzata Oberlan

Pijany kierowca Kamil Ś. wpadł w Toruniu w ręce policji. Jechał tak już kolejny raz i miał też już w przeszłości sądowy zakaz kierowania, który łamał. Teraz osądzony został w trybie przyspieszonym.

Kilka dni temu Kamila Ś. zatrzymała policja przy ul. Poznańskiej w Toruniu. Mundurowych intuicja nie pomyliła: mężczyzna prowadził citroena pijany. W pierwszym badaniu alkomat wskazał na ponad 1,6 promila alkoholu, w kolejnym - na ponad 1,4.

Ale to nie wszystko. Policjanci szybko ustalili, że mają do czynienia z poważniejszym przypadkiem. Jak się bowiem okazało, Kamil Ś. był już wcześniej prawomocnie skazany

przez Sąd Rejonowy w Bydgoszczy za pijaną jazdę. Miał orzeczony sądowo zakaz kierowania wszelkimi pojazdami, ale go łamał. Za to nie stosowanie się do zakazu skazany był już w przeszłości przez Sąd Rejonowy w Toruniu.

Taryfy ulgowej wobec niego żadnej nie było. Wypadki potoczyły się błyskawicznie. Już następnego dnia, Komisariat Policji Toruń - Rubinkowo skierował do Sądu Rejonowego w Toruniu wniosek o rozpoznanie sprawy tego kierowcy w postępowaniu przyspieszonym.

Rozprawa w sądzie odbyła się dwa dni po zatrzymaniu. Na sali obecny był Kamil Ś. doprowadzony przez policjantów oraz prokurator Prokuratury Rejonowej Toruń - Wschód w Toruniu. Oskarżony przyznał się do jazdy „na podwójnym gazie”.

- Sąd uznał Kamila Ś. za winnego zarzucanego mu czynu i wymierzył karę 5 miesięcy pozbawienia wolności, świadczenie pieniężne w wysokości 10 000 zł na rzecz Funduszu Pomocy Pokrzywdzonym oraz Pomocy Postpenitencjarnej, dożywotni zakaz prowadzenia wszelkich pojazdów mechanicznych oraz przepadek pojazdu - przekazuje prokurator Izabela Oliver, rzeczniczka toruńskiej prokuratury.

Nietrzeźwi kierowcy to nadal wielki problem na polskich drogach. Jak pokazują policyjne statystyki, tylko w roku ubiegłym (2025) funkcjonariusze ujawnili ponad 95 tys. takich przypadków. ©©



W Toruniu nie ma taryfy ulgowej dla nietrzeźwych kierowców

ATRAKCJE

Z górki na Jarze da się zjechać również latem

Marek Nienartowicz

Urząd Miasta szuka firmy, która zainstaluje na Jarze najdłuższą w mieście zjeżdżalnię.

Zjeżdżalnia na Jarze ma powstać w ramach zadania Budżetu Obywatelskiego Torunia na rok 2026.

- Wraz z wnioskodawcą oraz Wydziałem Środowiska i Ekologii UMT ustaliliśmy, że najlepszą lokalizacją będzie górka saneczkowa - mówi Łukasz Niewiadomski, dyrektor Wydziału Inwestycji i Remontów UMT.

Na skraju parku

Górka saneczkowa znajduje się po drugiej stronie głównej drogi na Jarze, czyli ulicy Watzenrodego. Położona jest na skraju znajdującego się tu parku.

„Teren wybrany pod inwestycję ma odpowiednią wysokość i spadek, co zostało skonsultowane z wykonawcą podobnych instalacji. Sama zjeżdżalnia jest bezpieczna i zachęca do aktywności fizycznej, jaką jest podchodzenie pod wysoką górkę. Dzięki tej inwestycji małe dzieci szybciej wieczorem zasnąć dając rodzicom chwilę wytchnienia, a starsze dzieci i nastolatki będą mogły rozładować swoją energię i poprawić kondycję” - napisano w dotyczącym zjeżdżalni na Jarze zgłoszeniu do BOT 2026.

Górka saneczkowa na Jarze w zasadzie wykorzystywana bywa tylko



Wizualizacja zjeżdżalni na Jarze stworzona przez AI

zimą i tylko wtedy, gdy spadnie śnieg. O obecnej porze roku mocno zarasta zielenią.

Mega atrakcyjna zjeżdżalnia zostanie zamontowana na zboczu górki saneczkowej. Znajdzie się w innej jego części niż miejsce służące do zjazdów na sankach. Ma to być nie tylko atrakcją dla dzieci z Jaru, ale też z innych części Torunia.

Wydział Inwestycji i Remontów UMT poprzez tak zwane zapytanie ofertowe szuka wykonawcy, który dostarczy i zamontuje zjeżdżalnię. Wybrana firma będzie działać na bazie projektu budowlanego, opracowanego przez architekta Piotra Wiorka.

W projekcie przewidział on montaż ślizgawki tubowej z nierdzewnej stali. Tylko jej końcowy fragment będzie otwarty. Zjeżdżalnia będzie długa na około 11 metrów. Jej wysokość całkowita to 685 centymetrów.

Korzystać z niej będą mogły dzieci w wieku od 3 do 12 lat. Na szczyt górki będą oczywiście wchodzić - tak jak osoby zjeżdżające zimą na sankach - schodami znajdującymi się na jej zboczu.

Wydział Inwestycji i Remontów UMT do 10 sierpnia czeka na oferty firm zainteresowanych montażem zjeżdżalni.

Jeszcze w tym roku

- Jeśli wszystko będzie przebiegać zgodnie z planem, ze zjeżdżalni na górze będzie można korzystać jeszcze w obecnym roku - zapowiada dyrektor Łukasz Niewiadomski.

Zgodnie z zapisem z zapytania ofertowego, wybrana przez UMT firma będzie miała osiem tygodni od podpisania umowy na wywiązanie się z zadania. Wartość zamówienia została oszacowana na 170 tysięcy złotych netto. ©©

AKCJA CHARYTATYWNA

0011544848



TRANSPORT

Szybka kolej może przebiegać przez Toruń

PAP

Spółka CPK poinformowała, że obecnie analizowane są możliwe warianty przebiegu magistrali w ramach sieci Kolei Dużych Prędkości w rejonie Torunia. Po zakończeniu analiz możliwe będzie wskazanie ostatecznego wariantu oraz opracowanie harmonogramu dalszych prac.

Spółka Centralny Port Komunikacyjny zaktualizuje przebieg linii CMK-Północ, aby zapewnić obsługę aglomeracji bydgosko-toruńskiej. Zmiany obejmą przede wszystkim środkowy odcinek magistrali między Lipnem a Grudziądzem - poinformowało PAP biuro prasowe CPK.

Celem jest utrzymanie atrakcyjnego czasu przejazdu między Warszawą a Gdańskiem, zbliżonego do 100 minut.

CMK-Północ jest jedną z trzech strategicznych i priorytetowych inwestycji kolejowych realizowanych w ramach programu Port Polska. Dwie pozostałe to linia „Y” War-

szawa - nowe lotnisko - Łódź - Poznań/Wrocław oraz połączenie Katowice - granica państwa - Ostrawa. Zakończenie realizacji obu tych inwestycji planowane jest na 2035 r.

Jak wskazano, wnioski z projektu Zintegrowanej Sieci Kolejowej potwierdziły zasadność budowy linii kolejowej na odcinku Warszawa - Gdańsk. Przyjęte rozwiązania zostały zweryfikowane na podstawie analiz transportowych, przestrzennych i ekonomicznych przeprowadzonych dla całej sieci kolejowej w Polsce.

Jednocześnie wskazano na potrzebę objęcia obsługą również aglomeracji bydgosko-toruńskiej, co oznacza aktualizację przebiegu CMK-Północ względem dotychczasowych ustaleń projektowych. Obecnie magistrala ta rozumiana jest jako odcinek Warszawa - nowe lotnisko krajowe - Płock - Lipno - Grudziądz - Gdańsk.

Aktualizacja obejmie przede wszystkim środkowy odcinek linii, w przybliżeniu między Lipnem a Grudziądzem. Jej celem jest także powiązanie magistrali z Toruniem, które pozwoli zachować atrakcyjny czas przejazdu pomiędzy Warszawą



FOT. ALEKS WITWICKI/ILUSTRACJY

Analizowane są warianty przebiegu magistrali w rejonie Torunia

a Gdańskiem zbliżony do 100 minut.

Spółka CPK poinformowała, że obecnie analizowane są możliwe warianty przebiegu magistrali w ramach sieci Kolei Dużych Prędkości w rejonie Torunia. Po zakończeniu analiz możliwe będzie wskazanie ostatecznego wariantu oraz opracowanie harmonogramu dalszych prac. Dotychczasowe ustalenia i uzgodnienia pozostają w mocy i będą stanowiły materiał wyjściowy do dalszych opracowań studialnych i analitycznych.

Zgodnie z założeniami Zintegrowanej Sieci Kolejowej linia CMK-

Północ ma przebiegać możliwie najbliżej Torunia, w zależności od wybranego korytarza transportowego. Nadrzędnym celem jest zapewnienie mieszkańcom Torunia jak najdogodniejszego dostępu do magistrali. Przebieg linii w pobliżu Torunia, w powiązaniu z aglomeracją bydgoską, ma uczynić ją kluczowym połączeniem kolejowym między centralną Polską a Kujawami i Pomorzem.

Plany budowy linii kolejowej CMK Północ to północne przedłużenie istniejącej Centralnej Magistrali Kolejowej, która zaczyna się

w okolicach Zawiercia i obecnie kończy się w rejonie Grodziska Mazowieckiego. Koncepcja powstała na początku lat 70. XX wieku. Pierwotny plan zakładał stworzenie szybkiej osi kolejowej z Górnego Śląska bezpośrednio do portów w Gdańsku i Gdyni.

Projekt Zintegrowanej Sieci Kolejowej jest realizowany na zlecenie Ministerstwa Infrastruktury przez spółki Centralny Port Komunikacyjny i PKP Polskie Linie Kolejowe przy wsparciu Instytutu Rozwoju Miast i Regionów. Jego celem jest opracowanie spójnego, długoterminowego planu rozwoju infrastruktury kolejowej w Polsce po 2035 r., uwzględniającego potrzeby transportowe regionów, gospodarki oraz bezpieczeństwa państwa.

CPK należy w 100 proc. do Skarbu Państwa; odpowiada za przygotowanie inwestycji Port Polska, w ramach której ma powstać m.in. system Kolei Dużych Prędkości i centralne lotnisko zlokalizowane pomiędzy Warszawą i Łodzią. Budowa portu ma rozpocząć się w 2026 r., a w 2032 r. ma on zostać oddany do użytku. ©

TRANSPORT

Mała rewolucja na dwóch kółkach. Na dobre stawiamy na miejskie rowery elektryczne

Łukasz Lipiński

Podsumowano pierwszy miesiąc nowego sezonu Toruńskiego Roweru Miejskiego. Okazał się sukcesem frekwencyjnym. Z liczbą ponad 10 tysięcy wypożyczeń i 46 tysięcy przejechanych kilometrów, miasto wyraźnie daje sygnał: chcemy ekologicznej mobilności. Motorem napędowym tej zmiany stają się rowery elektryczne.



FOT. JACEK SMARZ

46,5 procent badanych ocenia e-rowery pozytywnie

Rowery elektryczne przestały być traktowane w Polsce jako technologiczna ciekawostka dla nielicznych. Stały się już realną, pełnoprawną odpowiedzią na rosnące

potrzeby mieszkańców, którzy od miejskiej infrastruktury oczekują przede wszystkim wygody, dostępności i bezkompromisowej ekologii.

Jak wynika z najnowszego raportu EKObareometr 2026, przygotowanego przez agencję SW Research we współpracy z operatorem Nextbike, e-rowery cieszą się po-

zytywną opinią aż 46,5% Polek i Polaków. Użytkownicy dostrzegają w nich nie tylko korzyści środowiskowe, ale również bardzo wymierne aspekty praktyczne i finansowe.

Kluczem do sukcesu roweru elektrycznego jest wbudowany silnik, który płynnie wspomaga użytkownika podczas całej podróży. Pozwala to zachować wszystkie uroki i wrażenia z tradycyjnej jazdy, jednocześnie eliminując zmęczenie. To doskonałe rozwiązanie dla osób powracających do formy, seniorów oraz tych, którym kontuzje lub przewlekłe choroby utrudniały dotychczas korzystanie z klasycznego jednośladu.

Co istotne, analizy naukowe z 2021 roku potwierdzają, że nawet krótki dojazd e-rowerem w pełni wpisuje się w normy WHO dotyczące zalecanej dziennej aktywności fizycznej. Regularna jazda wspiera układ krążenia, wzmacnia

mięśnie, redukuje stres, poprawia jakość snu oraz odporność psychiczną. Warto przy tym dodać, że korzystanie z e-rowerów nie wymaga posiadania żadnych dodatkowych uprawnień czy prawa jazdy.

System Toruńskiego Roweru Miejskiego oferuje niezwykle prosty i przystępny mechanizm rezerwacji tych nowoczesnych pojazdów. Rower elektryczny można zabezpieczyć na dwa wygodne sposoby. Przez internet, czyli wypełniając formularz na stronie rezerwacja roweru niestandardowego - Toruński Rower Miejski lub telefonicznie - dzwoniąc na dedykowaną infolinię pod numer +48 22 123 05 72.

Koszt udostępnienia tego zaawansowanego technologicznie środka transportu jest wyjątkowo atrakcyjny dla portfela i wynosi zaledwie 20 zł za każdy rozpoczęty tydzień użytkowania. To doskonały powód, by przesiąść się na ekologiczny, szybki i zdrowy e-rower. ©

AKCJA CHARYTATYWNA

0111544820



INWESTYCJE

Ciąg dalszy zmian przy Lipowej. Czy powstanie tam przystanek miejskiej komunikacji?

Marek Nienartowicz

Komercjalizacja istniejącego budynku oraz „wyjście” z ziemi na powierzchnię budowy nowego - tak wygląda krajobraz przy ulicy Lipowej w Toruniu.

Lipowa to nowa ulica w Toruniu, w północno-wschodniej jego części. Jej budowa zakończyła się w marcu obecnego roku. Powstała w związku z inwestycjami realizowanymi przez prywatny biznes na gruntach kupionych od samorządu Torunia.

Jednym z przedsięwzięć jest Lipowa Vita. Będzie to nowoczesne centrum usług pro-zdrowotnych i beauty.

- Prace budowlane idą pełną parą. Mamy już za sobą kluczowy moment. Oficjalnie zamknęliśmy tzw. etap zero, a nasze działania wyszły już ponad poziom gruntu - mówi Marek Kaliński, prezes KLN Partners.

Termin oddania centrum Lipowa Vita to pierwszy kwartał 2027 roku.

Obok miejsca, w którym powstaje Lipowa Vita, od marca funkcjonuje Lipowa Office Park. To biuro-



Przy ulicy Lipowej budowane jest centrum Lipowa Vita. Powstaje na tyłach sklepu „Agata”

wiec Grupy Folga, będącej wielką agencją pracy, świadczącej usługi w zakresie rekrutacji i zatrudnienia. Ma tu swoją główną siedzibę. Spora część obiektu jest na wynajem. Lipowa Office Park to jeden z najnowocześniejszych biurowców w Toruniu.

- Jesteśmy na etapie komercjalizacji budynku - mówi Hubert Ostrowski z Grupy Folga. - W związku z dynamicznym rozwojem miejskich terenów inwestycyjnych przy ulicy Lipowej zwróciliśmy się z prośbą o przedłużenie w ten rejon linii autobu-

sowej nr 40 lub innej z pętli „Bielawy” oraz utworzenie przystanku autobusowego na ulicy Lipowej. Ruch, który wygeneruje budynek, będzie więc kilkukrotnie większy niż obecnie. Do tego dojdą pacjenci i pracownicy budowanego właśnie kompleksu medycznego Lipowa Vita. Liczymy na przychyłność Urzędu Miasta Torunia wobec naszej prośby. Ograniczona dostępność komunikacji miejskiej nie może być barierą dla potencjalnych najemców i inwestorów. ©©

Z PIERWSZEJ STRONY

Ludzie się skarżą, a władze podają liczby

Małgorzata Oberlan

Według władz Torunia na Rubinkowie i Skarpie jest bezpiecznie (statystycznie), a liczba patroli, kamer i innych działań jest odpowiednio duża.

Wiceprezydent przytacza policyjne statystyki i optymistyczny wniosek: przestępczość na obu osiedlach systematycznie spada. Chodzi o przestępstwa takie jak: kradzież z włamaniem (art. 279 kk), kradzież zwykła (art. 278 kk), niszczenie cudzego mienia (art. 288 kk) oraz bojk i pobicia (art. 158 kk). W całym kraju ta grupa przestępstw określana jest jako „mająca bezpośredni wpływ na poczucie bezpieczeństwa mieszkańców”.

Na Rubinkowie tych przestępstw łącznie w 2023 roku było 82, w kolejnym roku - 39, w ubiegłym - 48, a do szóstego lipca bieżącego roku - 13. Na osiedlu Na Skarpie natomiast, analogicznie, odnotowano tych przestępstw: 102 (rok 2023), 122 (rok 2024), 49 (rok ubiegły) i 33 (obecnie).

Spadła też w ostatnich latach liczba kradzieży na obu



Mieszkańcy skarżą się na to, co dzieje przy „Paluszku”.

osiedlach (głównie sklepowych) oraz wykroczeń drogowych.

Te statystyki także wiceprezydent Rafał Pietrucień odpowiadając radnemu Lenkiewiczowi przekazał. Do wniosku radnego o zwiększenie liczby patroli policji i Straży Miejskiej wiceprezydent miasta wprost się nie odniósł. Ani nie obiecał ich wzrostu, ani nie odmówił wprost.

Radny Piotr Lenkiewicz (KO) odpowiedział wiceprezydentowi średnio jest usatysfakcjonowany. Skoro jest tak dobrze, to dlaczego ludzie się skarżą?

- Z jednej strony rozumiem, że statystyki to dla miasta tzw. twarde dane. Mieszkańcy jednak się skarżą, a przekazuje mi to także przewodniczący Rady Okręgu - podkreśla radny.

Jak zapowiada, zamierza doprowadzić do spotkania mieszkańców i przedstawicieli rady okręgu z policją i municypalnymi. - Bo skoro np. liczba patroli jest wystarczająca, to może ich jakość lub terminy są nieodpowiednie. Co innego patrolować okolicę wspomnianego „Paluszka” o godzinie 9, a co innego o 21 - zauważa radny. ©©

REKLAMA

0011550896



NIEZWYKŁA POLSKA!

Interaktywny Przewodnik Turystyczny Lato 2026

Odkryj wyjątkowe zakątki w letniej odsłonie

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



CZYTAJ na:
stronapodrozy.pl/przewodnik



GŁÓWNY PARTNER
STRATEGICZNY



WOJEWÓDZTWO
ŚWIĘTOKRZYSKIE

TV TORUŃ

ŚRODA, 29 LIPCA

10.00 Aktualności Toruńskie
10.20 Pogoda dla Torunia
10.25 Rozmowa dnia
10.40 Serwis sportowy
10.45 Złote godziny - lipiec
11.05 7 dni sportu
11.25 ZUS dla Ciebie (11)
11.40 Fitness - Marta Wirzchowska (6)
12.00 Powtórka programu
14.00 Oferty TV Toruń
16.00 Entr'acte (6)
17.00 Anioly z brązu
17.45 Aktualności Toruńskie
18.05 Pogoda dla Torunia
18.10 Rozmowa dnia
18.25 Serwis sportowy
18.30 Ludzie Filmu Kujaw i Pomorza - Helena Grossówna
19.15 7 dni sportu
19.35 Złote godziny - lipiec
20.00 Aktualności Toruńskie
20.20 Pogoda dla Torunia
20.25 Rozmowa dnia
20.40 Serwis sportowy
20.45 Ludzie Filmu Kujaw i Pomorza - Helena Grossówna
21.30 Śniadanie na trawie
21.45 Aktualności Toruńskie
22.05 Pogoda dla Torunia
22.10 Rozmowa dnia
22.25 Serwis sportowy
22.35 Anioly z brązu
23.15 Oferty TV Toruń



Po wojnie kino o niej niestety zapomniało

„Śladami Heleny Grossówny” to film dokumentalny o gwiazdzie polskiego kina, pochodzącej z Torunia. Film opowiada też o działalności konspiracyjnej aktorki w czasie II wojny światowej i jej udziale w powstaniu warszawskim.

Najpierw była „girlsą” w teatrze w Toruniu potem gwiazdą i legendą przedwojennej polskiej komedii.

W 1934 roku mawiano, że „gdyby nie Grossówna i powódź, nie byłoby o czym pisać w prasie”. Ale po wojnie kino o niej zapomniało.

Program TV Toruń dostępny jest w sieciach kablowych TVK Toruń, Multimedia Polska, Vectra Toruń oraz na stronie tvtorun.pl.

INFORMATOR

WAŻNE TELEFONY

Policja **997 lub 112**
Straż Pożarna **998 lub 112**
Pogotowie Ratunkowe **999 lub 112**
Straż Miejska **986**
Pogotowie Energetyczne **991**
Pogotowie Wod.-Kan. **994**

SZPITALE

Wojewódzki Szpital Zespolony im. L. Rydygiera w Toruniu: Szpital Wielospecjalistyczny,
ul. św. Józefa 53,
- Szpitalny Oddział Ratunkowy, tel. 56 679 51 12;
- rejestracja punktu przyjęć planowanych, tel. 56 679 31 28;
- izba przyjęć położnicza, tel. 56 679 31 35;
- izba przyjęć zakaźna, tel. 56 679 55 47;
- izba przyjęć psychiatryczna, tel. 56 679 57 44;
Centrum Zdrowia Psychicznego
- punkty zgłoszeniowo-koordynacyjne, tel. 56 679 58 11, 56 679 58 62, 56 679 57 01
Szpital Specjalistyczny dla Dzieci i Dorosłych,
ul. Konstytucji 3 Maja 42
- izba przyjęć, tel. 56 679 45 85
- nocna i świąteczna opieka zdrowotna, rejestracja, tel. 56 679 40 40
Regionalne Centrum Stomatologii,
ul. Konstytucji 3 Maja 42
- rejestracja, tel. 56 679 47 02,

56 679 47 03
Stacja Pogotowia Ratunkowego,
ul. Grudziądzka 47,
tel. 56 56 623 35 48
Specjalistyczny Szpital Miejski
ul. Batorego 17,
tel. 56 610 02 09
Specjalistyczny Szpital Matopat,
ul. Storczykowa 8,
tel. 56 659 48 00
Miejska Przychodnia Specjalistyczna,
ul. Uniwersytecka 17,
tel. 56 611 99 00

POLICJA

Komenda Miejska Policji,
ul. Grudziądzka 17,
tel. 47 754 28 11
Komisariat Toruń-Śródmieście,
ul. PCK 2,
tel. 47 754 24 52
Komisariat Toruń-Rubinkowo,
ul. Dziewulskiego 1,
tel. 47 754 25 71
Komisariat Toruń-Podgórz,
ul. Poznańska 127,
tel. 47 754 24 71
Komisariat Policji w Dobrzejewicach,
Dobrzejewice 65,
tel. 47 754 29 00
Komisariat w Chełmży,
ul. Sądowa 2,
tel. 47 754 42 11

NA POMOC

Niebieska linia - pogotowie dla ofiar przemocy w rodzinie:
tel. 801 120 002
Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży,
tel. 116 111,
poniedziałek - niedziela, godz. 12-02
Telefon zaufania w Miejskim Ośrodku Pomocy Rodzinie,
tel. 56 622 00 00, poniedziałek-piątek, godz. 19-21.
Telefon zaufania HIV/AIDS,
tel. 801 888 448, 22 692 82 26, poniedziałek-piątek i każda trzecia sobota miesiąca, godz. 9-21.

INFORMACJE

Ośrodek Informacji Turystycznej w Toruniu,
ul. Szeroka 43, tel. 56 621 09 31, visito-run.com
Informacja kolejowa, tel. 19 757
Intercity: tel. 703 200 200
Przewozy Regionalne, tel. 703 202 020
Arriva, tel. 703 302 333

INFOLINIA KOLEJOWA

dla osób niepełnosprawnych,
tel. 800 022 222 (stacjonarne),
tel. 22 47 32 354 (komórkowe).

NASZA AKCJA

Ty też możesz dołożyć swój wagonik do Pociągu Marzeń!

Ruszyła kolejna edycja naszej wakacyjnej akcji. Zanim jednak Pociąg Marzeń zabierze dzieci na upragniony wypoczynek, wspólnymi siłami musimy go rozpedzić.

„Pociąg Marzeń” to ogólnopolska akcja, która od lat przynosi uśmiech na dziecięcych twarzach. Pomagamy podopiecznym wybranych fundacji i stowarzyszeń, dzieciom z rodzin w trudnej sytuacji i małym pacjentom szpitali i hospicjów. W ramach tej pomocy finansujemy im letnie wyjazdy, podczas których wiele z nich po raz pierwszy w życiu widzi polskie morze lub spędza czas w górach. Finansujemy również sprzęt sportowy, rehabilitacyjny i wszelką niezbędną pomoc, której potrzebują.

Jednak, aby nasz pociąg mógł wyruszyć w podróż, potrzebuje wagoników. A te przyłączane są do niego dzięki firmom i partnerom - darczyńcom decydującym

się na pomoc. Im jest ich więcej, tym więcej potrzebujących zostanie objętych akcją.

W ramach podziękowania, na wykupionym wagoniku umieszczamy logotyp firmy. Pociąg z doczepionymi wagonikami symbolicznie przejeżdża przez całą Polskę - pojawia się na łamach dzienników regionalnych oraz lokalnych serwisów internetowych należących do Polska Press Grupy, dzięki czemu jest widoczny dla milionów naszych czytelników. To nie tylko nasz ukłon w stronę darczyńców, ale także zachęta dla innych przedsiębiorców, by dołączali do naszego łańcucha dobra.

Za nami organizacja wielu edycji „Pociągu Marzeń”, które przyniosły w sumie ponad 3 mln złotych na wsparcie działań realizowanych przez fundacje. Dzięki tym pieniądzom setki dzieci mogły wyjechać na wakacje. Dla wielu z nich były to pierwsze wakacje w życiu! Był to też finansowy zastrzyk pozwalający

zakupić fundacjom niezbędny sprzęt rehabilitacyjny, sportowy, czy medyczny.

Kujawsko-Pomorski oddział Polska Press Grupy już od lat wspiera podopiecznych Fundacji „Okruszek Szcześcia” z Lubicza Dolnego, działającej na rzecz dzieci, młodzieży, potrzebujących rodzin i osób niepełnosprawnych. Jej działalność nie ogranicza się wyłącznie do udzielania pomocy - fundacja tworzy przestrzeń do rozwoju, integracji i budowania relacji między mieszkańcami regionu.

W ubiegłym roku dzięki środkom przekazanym przez naszych sponsorów, podopieczni fundacji mogli wyjechać na wypoczynek w polskich górach. Tegoroczna zbiórka pomoże zrealizować im kolejne wakacyjne marzenia!

Osoby pragnące dołączyć się do akcji mogą kontaktować się z jej koordynatorem pod numerem 605 651 968.

AUTOREKLAMA

0011554213

FOKUS

• **40 procent Polaków** sprzeciwia się członkostwu Ukrainy w UE, co jest najwyższym wynikiem w historii badań CBOS

POLITYKA

O usunięciu członków Rozwoju Plus decydował Komitet Polityczny PiS

Komitet Polityczny PiS miał zatwierdzić decyzję o usunięciu z szeregów partii tych członków, którzy nie podpisali oświadczeń o lojalności wobec PiS. Kto należy do Komitetu Politycznego?

Alina Mazurska

Decyzję o tym, że politycy PiS, którzy nie podpisali oświadczeń o wystąpieniu ze stowarzyszeń, zostają usunięci z partii, ogłosił w piątek, 24 lipca, prezes partii Jarosław Kaczyński. Chodzi o osoby związane ze stowarzyszeniem Rozwój Plus Mateusza Morawieckiego.

Jak powiedział lider partii, brak podpisania dokumentu oznacza, że „działacze ci sami zrezygnowali z członkostwa”.

– Około 30 posłów naszej partii zrezygnowało z członkostwa. We wtorek Komitet Polityczny zatwierdzi tę decyzję – mówił Kaczyński.

W międzyczasie jeden z tych polityków, poseł Grzegorz Lorek, podpisał oświadczenie i odszedł ze stowarzyszenia, o czym poinformował rzecznik PiS Rafał Bochenek.

Z kolei portal Wirtualna Polska napisał o tym, że oświadczeń nie złożyli dwaj europosłowie partii, Mariusz Kamiński i Maciej Wąsik, co potwierdziły władze PiS. Sprawa nie ma jednak mieć związku z działalnością Rozwoju Plus. – Oni się wkurzyli, że ktoś każe im jakieś lojalności podpisywać. Wedle mojej wiedzy to nie chodzi o to, że chcą do nas dołączać – mówi cytowany przez WP polityk związany z ruchem Morawieckiego.

Politycy związani z Morawieckim podkreślają, że nie zrezygnowali



FOT. RADEK PIETRUSZKA

Mateusz Morawiecki zapowiadał już wcześniej, że w przypadku usunięcia członków stowarzyszenia z PiS założą klub parlamentarny

z członkostwa w PiS, a oświadczenie nie dotyczyło przynależności do partii. Morawiecki i jego stronicy twierdzą, że to „intryganci” chcą „wypchnąć” ich z PiS.

Komitet Polityczny PiS zatwierdzi usunięcie

Statut PiS mówi, że członkostwo w partii może ustać między innymi z powodu „członkostwa w organizacji, której cele są sprzeczne z celami, zasadami ideowymi, programem lub interesem PiS albo czynnego

wspierania takiej partii lub organizacji” (art. 6 ust. 3).

Usunięcie z szeregów PiS czy, jak powiedział Kaczyński „rezygnację” członków stowarzyszenia Rozwój Plus, na czele z byłym premierem Mateuszem Morawieckim, ma zatwierdzić jedno z ciał statutowych partii – Komitet Polityczny.

Art. 19 ust. 3 statutu partii wskazuje, że „Prezes PiS może podjąć decyzję w sprawach niecierpiących zwłoki, przypisanych do kompetencji Komitetu Politycznego. Dla jej dal-

szej ważności wymagane jest jej zatwierdzenie przez Komitet Polityczny na najbliższym jego posiedzeniu”. Miało to nastąpić właśnie we wtorek, 28 lipca, około godziny 17.

Kto należy do Komitetu Politycznego PiS?

Prawo i Sprawiedliwość opublikowało skład Komitetu Politycznego na swojej stronie internetowej oraz w Biuletynie Informacji Publicznej. Jednak oba te źródła różnią się liczbą jego członków: na stronie PiS podana jest liczba 55 osób, a w BIP – 53.

Wśród członków są także osoby, które są związane z ruchem Mateusza Morawieckiego, jak i sam były premier, są jednak w zdecydowanej mniejszości.

Co ciekawe, na obu listach wciąż znajduje się Janusz Kowalski, który odszedł z Prawa i Sprawiedliwości.

Założą własny klub parlamentarny

Mateusz Morawiecki zapowiedział, że po posiedzeniu Komitetu Politycznego PiS odbędzie się spotkanie stowarzyszenia Rozwój Plus. Dodał też, że – w przypadku usunięcia członków stowarzyszenia z PiS – założą oni klub parlamentarny.

Klub w Sejmie może utworzyć co najmniej 15 posłów. Obecnie klub sejmowy Prawa i Sprawiedliwości liczy 186 posłów. PAP

KRÓTKO

Orzeczenie

Transkrypcja aktów małżeństw nielegalna

Trybunał Konstytucyjny orzekł, że rozporządzenie ministra cyfryzacji, umożliwiające transkrypcje aktów małżeństw jednopłciowych, jest niezgodne z konstytucją. Decyzja zapadła jednogłośnie – była rozpoznana w trzyosobowym składzie, na czele z szefem TK Bogdanem Świączkowskim. PAP

Polityka

Morawiecki zrezygnuje z funkcji szefa EKR

Były premier Mateusz Morawiecki zapowiedział, że zrezygnuje z funkcji szefa partii Europejskich Konserwatystów i Reformatorów (EKR). Zastrzegł jednocześnie, że – jeśli zostanie poproszony o pozostanie na stanowisku – to rozważy „co dalej”. Jak tłumaczył, rola przewodniczącego partii EKR została „przypisana do drugiej największej partii (PiS) w ramach EKR-u”. Nawiązał do powołanego przez niego stowarzyszenia Rozwój Plus. – Nasza delegacja, jeśli taką założymy, na pewno nie będzie drugą największą, więc warto w takich sytuacjach zachować się honorowo – zaznaczył. PAP

Śląskie

Przerabiał bony towarowe i płacił nimi ponownie

Śląscy policjanci zatrzymali 46-latkę z Rudy Śląskiej, który przez kilka lat zacierał ślady wcześniejszego wykorzystania bonów towarowych, a następnie płacił nimi w placówkach handlowych w całym regionie. Mężczyzna przerobił tysiące bonów – straty oszacowano na co najmniej 800 tys. zł. Mężczyzna odpowie za przerabianie dokumentów i użycie ich jako autentyczne oraz liczne oszustwa. Za popełnione przestępstwa może mu grozić do 12 lat więzienia. PAP

SEJM

Wybór wicemarszałka z PiS we wrześniu

Alina Mazurska

– **Kwestia wyboru nowego wicemarszałka dla PiS zostanie poruszona na jednym z wrześniowych posiedzeniach Sejmu – zapowiedział we wtorek marszałek Sejmu Włodzisław Czarzasty.**

Szef klubu PiS Mariusz Błaszczak w poniedziałek przekazał dziennika-

rzom, że poinformował marszałka Sejmu, iż jego partia złoży wniosek o uzupełnienie Prezydium Sejmu o kandydata swojego klubu na wicemarszałka Sejmu – posła Marcina Ociepę. Jak podkreślił Czarzasty, Sejm zajmie się tą sprawą na jednym z dwóch wrześniowych posiedzeń.

Kandydatura Ociepy została zaproponowana przez klub PiS po ponad dwóch i pół latach od momentu, w którym odrzucona przez Sejm została kandydatura Elżbiety Witek. Przedstawiciele klubu PiS zapowiedzieli wtedy, że nie zgłoszą nikogo innego, gdyż pozostałe kluby nie mogą im dyktować, kogo mają wystawić. PAP

SĄD

Daniel Obajtek odmówił składania wyjaśnień

Karolina Wrońska

Europoseł PiS, b. prezes Orleń Daniel Obajtek po usłyszeniu w prokuraturze zarzutów poinformował, że nie przyznał się do winy i odmówił składania wyjaśnień.

Prokuratura Okręgowa w Warszawie wezwała na wtorek Obajtka, aby przedstawić mu zarzuty w łącznie

dwóch sprawach: wycofania w marcu 2023 r. (gdy był prezesem Orleń) ze wszystkich punktów sprzedaży Orleń jednego z numerów tygodnika „Nie” oraz podejrzenia składania fałszywych zeznań przed sądem dotyczących jego znajomości z dziennikarzem Piotrem Nisztorem.

– Oczywiście odmówiłem składania wyjaśnień, nie przyznaję się do zarzucanych mi czynów. Podkreślam, że jeden zarzut związany z panem redaktorem Nisztorem nie ma żadnego uzasadnienia – mówił Obajtek, dodając, że jego zdaniem zarzut ten jest „niepoważny”. W kontekście zarzutu dotyczącego tygodnika „Nie” powiedział, że jest z niego „dumny”.



FOT. GOVPL

Decyzja dotycząca stałej bazy wojsk amerykańskich w Polsce jest możliwa prawdopodobnie jesienią. Jeśli baza powstanie, to prawdopodobnie w zachodniej Polsce

MARCIN BOSACKI, wiceminister spraw zagranicznych

JAPONIA

Silne trzęsienie ziemi w Japonii. Dziesiątki rannych i uszkodzenia infrastruktury

Grzegorz Kuczyński

Silne trzęsienie ziemi o magnitudzie 7,1 nawiedziło we wtorek prefekturę Kumamoto na południowym zachodzie Japonii.

Główne wstrząsy wystąpiły tuż przed godziną 16.30 czasu lokalnego (godz. 9.30 w Polsce). Epicentrum zlokalizowano na głębokości 10 km.

Według danych Japońskiej Agencji Meteorologicznej (JMA) w regionie Kumamoto, około 900 km na południowy zachód od Tokio, odnotowano najwyższy, siódmy stopień w japońskiej skali intensywności sejsmicznej.

JMA odwołała alert przed tsunami dla rejonów cieśnin Ariake i Yatsushiro nad Morzem Wschodniochińskim niespełna dwie godziny po jego ogłoszeniu. Wcześniej ostrzegano przed falami sięgającymi wysokości jednego metra. – Wciąż oceniamy skalę obrażeń i strat materialnych; poinformowano mnie, że jest już wielu rannych. W niektórych rejonach występują przerwy w dostawie prądu i pożary, uszkodzone zostały drogi i mosty, a budynki uległy zawaleniu – oświadczyła premier Japonii Sanae Takaichi podczas konferencji prasowej.

Do szpitala w mieście Hikawa w prefekturze Kumamoto przetransportowano co najmniej 50 osób poszkodowanych w wyniku kataklizmu, nie sprecyzowano jednak, w jakim są

stanie. W mieście Kashima w tej samej prefekturze doszło do „eksplozji” w centrum handlowym, w wyniku której zawaleniu uległa część budynku. Według lokalnej straży pożarnej pod gruzami może znajdować się wiele osób. Służby wydały nakaz ewakuacji dla ponad 61 tysięcy mieszkańców w prefekturach Kumamoto, Fukuoka i Nagasaki.

Lokalne media informują o poważnych uszkodzeniach w infrastrukturze. W wielu miejscach doszło do wybrzuszeń jezdni i uszkodzeń, w tym zawalenia wiaduktów. Na stacji Yatsushiro wykoleił się i przewrócił pociąg towarowy; jego maszynista nie odniósł obrażeń. Częściowo zawałił się kamienny mur historycznego zamku Kumamoto. PAP



Informacje o trzęsieniu ziemi są wiadomością numer 1 w japońskich mediach

NIEMCY

Policja wzmocni ochronę Parady Równości w Hamburgu

Karolina Wrońska

Po ataku na Paradę Równości w Berlinie policja w Hamburgu wzmocnia ochronę uczestników parady w tym mieście, która odbędzie się 1 sierpnia – przekazał rzecznik hamburskiej policji. Organizatorzy spodziewają się 250 tys. osób.

– Przed demonstracją, w jej trakcie czy po niej będziemy bardzo widoczni i dostępni dla uczestniczek i uczestników – powiedział cytowany przez agencję DPA rzecznik policji w Hamburgu. Nie podał jednak konkretnej liczby funkcjonariuszy, którzy zabezpieczą paradę.

Jak podkreślił, policja stoi murem po stronie społeczności queer i wnosi swój wkład w to, by Parada Równości i wszystkie wydarzenia Tygodnia

Dumy (Pride Week) mogły odbyć się bezpiecznie.

Według policji nie ma konkretnych przesłanek o zagrożeniu dla uczestników sobotniego wydarzenia w Hamburgu. – Policja korzysta ze swojej sprawdzonej koncepcji działania. Ważnymi jej elementami są ochrona trasy oraz techniczne bariery zabezpieczające przed wjechaniem pojazdu – zaznaczył rzecznik policji.

Po ataku na Paradę Równości w Berlinie, w którym zginęła jedna osoba, a 29 zostało rannych, w wielu miejscach publicznych w całych Niemczech wywieszono tęcze flagi, będące symbolem społeczności LGBT+, w geście solidarności z nią.

Tęcze flagi na polecenie burmistrza Monachium Dominika Krausego zawisły przed ratuszem w tym mieście na południu Niemiec.

PAP

USA

Zelenski z wizytą w USA. Zapadną decyzje ws. wojny?

Grzegorz Kuczyński

Prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski oświadczył po przybyciu do Stanów Zjednoczonych, że priorytetem w jego rozmowach z prezydentem Trumpem będzie obrona przeciwraкетowa i strategiczna współpraca. Wizyta ma trwać jeden dzień.

– Jesteśmy już w Stanach Zjednoczonych. W planie są spotkania z prezydentem Trumpem, jego zespołem oraz z osobami, które mogą wesprzeć naszą obronę. Priorytetem numer jeden jest obrona przeciwraкетowa przed pociskami balistycznymi oraz strategiczna współpraca ze Stanami Zjednoczonymi. Pokój musi być bliżej – napisał Zełenski w serwisach społecznościowych.

W trakcie wizyty ukraiński prezydent weźmie udział w ceremonii pogrzebowej republikańskiego senatora Lindsey'ego Grahama, jednego z najbardziej konsekwentnych zwolenników Ukrainy na Kapitolu.

Pierwszym punktem programu wizyty będzie spotkanie Zełenskiego z Trumpem w Gabinetcie Ovalnym. Rozmowy odbędą się za zamkniętymi drzwiami – bez udziału prasy. Spotkanie potrwa nie dłużej niż dwie godziny, ponieważ zaraz po wyjściu prezydenta Ukrainy, w Białym Domu oczekiwany jest premier Izraela Benjamin Netanjahu.

Wśród głównych tematów rozmów przywódców USA i Ukrainy znajdzie się współpraca w dziedzinie obronności. W szczególności chodzi o możliwość produkcji rakiet do systemów Patriot na Ukrainie, a także o projekt ustawy Grahama-Blumenthala dotyczący wzmocnienia sankcji wobec Rosji i krajów, które nadal



Prezydent Zełenski opublikował w mediach społecznościowych zdjęcia z lądowania w Waszyngtonie

kupując rosyjskie surowce energetyczne.

Wizyta Zełenskiego zakończy się w Kongresie spotkaniem z ustawodawcami pracującymi nad projektem ustawy sankcyjnej. Na to spotkanie zaproszono wszystkich senatorów – donosi portal The Hill.

Co z sankcjami na Rosję?

Na początku kwietnia 2025 roku do Senatu USA wniesiono projekt ustawy o nowych sankcjach wobec Rosji, przewidujący wprowadzenie 500-procentowego cła na import towarów z krajów, które nadal kupują rosyjską ropę i inne surowce. Później współautor projektu ustawy, Lindsey Graham, oświadczył, że Senat planuje wkrótce przyjąć tę ustawę.

W czerwcu 2025 roku „The Wall Street Journal” pisał, że administracja Trumpa próbuje przekonać Grahama do złagodzenia projektu ustawy.

14 lipca Trump oświadczył, że do projektu ustawy mogą zostać dodane sankcje wobec Iranu i Hezbolahu, jednak senator Blumenthal nalegał: „Musimy kontynuować prace nad tym projektem ustawy, a nie otwierać go na inne potencjalne cele”. 17 lipca dokument uzyskał niezbędne poparcie w Senacie.

Ukraina punktuje w obozie rządzącym USA

Zełenski ma obecnie niezłą pozycję, zauważa „The Wall Street Journal”. Przynajmniej Trump nie uważa już, że Ukraina przegrywa wojnę, a wręcz przeciwnie – jest pod wrażeniem jej wytrwałości i dalekosieżnych ataków na obiekty w rosyjskim tyłku.

Amerykański prezydent szczególnie ceni ukraińską produkcję dronów oraz organizację obrony przeciwlotniczej przeciwko dronom, podobnym do tych, z którymi walczą Stany Zjednoczone w wojnie z Iranem.

UKRAINA

Ekshumacja na Wołyniu. Wydobyto szczątki 49 ofiar

Alina Mazurska

– Podczas prac ekshumacyjnych w Woli Ostrowieckiej i Ostrówkach na Wołyniu wydobyto szczątki 49 ofiar rzezi wołyńskiej – poinformował zastępcą prezesa IPN Karol Polejowski. Na 30 sierpnia na pobliskim cmentarzu zaplanowano uroczystość pogrzebową.

– Po dwóch tygodniach prac ekipy Instytutu Pamięci Narodowej wydobyliśmy szczątki 49 osób – poinformował

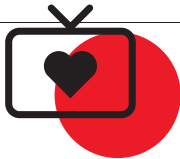
karol Polejowski podczas konferencji prasowej w miejscu trwających prac. – Ogólna liczba odnalezionych szczątków w trakcie trwających obecnie prac przekroczyła już 50 – w kolejnej jamie grobowej odnaleziono co najmniej cztery ofiary. – W dalszym ciągu tutaj brakuje nam prawie 300 ofiar i ich będziemy oczywiście szukać – zadeklarował Polejowski.

Poinformował też, że strona polska podjęła starania, by 30 sierpnia – w rocznicę ludobójstwa w Woli Ostrowieckiej i Ostrówkach z 1943 r.

– na pobliskim Cmentarzu Ofiar UPA przeprowadzić uroczystości pogrzebowe. Strona ukraińska musi wydać na to odpowiednie pozwolenie.

Jak zaznaczył Polejowski, obecnie trwają oględziny wydobytych szczątków. Dodał, że na bieżąco pobierany jest z nich też materiał genetyczny. Zaaapelował do krewnych ofiar z Ostrówek i Woli Ostrowieckiej, by zwracali się do IPN, aby oddać swój materiał genetyczny, co może ułatwić ustalenie tożsamości ofiar. Prace w Woli Ostrowieckiej i Ostrówkach potrwają do 7 sierpnia. PAP

SERIALOWO



G. 16:00

Dziedzictwo

TVP 1

Poyraz ratuje Nanę oświadczając, że strzeliła przypadkiem, będąc pod wpływem podanego jej narkotyku. Po powtórzeniu badań krwi prokurator oddala akt oskarżenia. Nana opiekuje się mężem w szpitalu ku wielkiemu niezadowoleniu Cennet. W tym samym czasie Isil kontynuuje swoje intrygi przeciwko Aynur i sprowadza do domu byłą dziewczynę Sinana, Ezgi. Sinan pozostaje jednak zdystansowany i daje jej do zrozumienia, że przeszłość została już zamknięta. Szantażowany Semih postanawia zastawić na pułapkę na swojego oprawcę.

G. 17:20

Panna młoda

TVP 2

Cihan otrzyma radosne wieści w najmniej oczekiwanym momencie. Będąc w szpitalu, lekarz wyjawia mu, że Hancer nosi dziecko pod sercem! To dopiero mu da do myślenia... Kłopot w tym, że Hancer chce wyjechać ze Stambułu. W realizacji tego planu pomóc deklaruje Melih. Cihan zabiera Beyzę i jej dziecko do rezydencji. W międzyczasie Yonca, wycieńczona trudnym porodem, ale uratowana przez Deryę i Tayyara, odzyskuje przytomność.



G. 18:25

Akcyjowa 38

TVP 1

Flora uratuje El Peñę z rąk Hindusa w typowym dla siebie stylu i z wrodzoną subtelnością. Słowem: dzieli go patelnią w głowę! Zrobi to tak mocno, że mężczyzna półżywy trafi do szpitala... To zaś oznacza, że Flora musi pozostać w mieście do wyjaśnienia sprawy. Kłopoty ma także Ramon. Opanowanie napisanej przez Trini i Lolitę w języku Cabrahigo mowy herolda przychodzi mu z dużym trudem. Antonio z kolei rozmyśla nad produkcją domowego ekspresu do kawy i kamizelki kuloodpornej. Czy z tych szalonych pomysłów tym razem coś wyniknie? Samuel przypomina sobie, że już po zniknięciu ojca przycisk do papieru został uwieczniony na fotografii, zatem nie mógł być narzędziem zbrodni. Liberto kradnie to zdjęcie z domu Ursuli. Ktoś podrzuca pod drzwi pułkownika list pożegnalny od Silvii. Wszyscy domyślają się, że został napisany pod przymusem.



G. 20:15

Na Wspólnej

TVN



Basię dopada Gwiazda w sprawie romansu Marceliny i Krzysztofa. Doprowadza do konfrontacji i Smolny mówi prawdę o handlu dyplomami i udziale jej byłego męża. Igor umawia córkę do psychologa, a ona wyciąga kolejne pieniądze na używki. Bergową odwiedza kuratorka. Jarek jest na randce z Wrońską, która widzi jego roztarżnienie, bo czeka na wiadomość od Elizy. Czy to zniechęci Martynę?

G. 22:25

RANCZO

TVP Seriale

Fani „Rancza” mają powody do radości. Trwają intensywne prace nad 11. sezonem uwielbianej produkcji. Do premiery jednak trochę czasu i warto wykorzystać go m.n. na przypomnienie sobie poprzednich sezonów. W tym odcinku zobaczymy, jak Kazia Solejukowa sobie tylko znanym sposobem osiąga wymarzony cel i zostaje nauczycielką filozofii w wilkowyjskim gimnazjum. Solejuk nie jest zachwycony karierą żony, ale koledzy z ławeczki wskazują mu jasne strony tej sytuacji. Klaudia porzuca terapię Kusego i rzuca się w wir działalności społecznej. W dworcu niespodziewanie pojawia się matka Kingi. Jej córka, która zna swoją matkę na wylot, jest pełna podejrzeń.



G. 14:00

Splątane losy

TVP 1

Po wyczerpującym dyżurze Burak odwozi Yasemin do domu i zaprasza ją na kawę. To nie umyka uwadze Kerema, który widzi ich razem i aż się gotuje z zazdrości. Tymczasem Halil odkrywa, że Pakize była dwukrotnie zamężna, a Yasemin jest córką z jej pierwszego małżeństwa. Ayfer przypadkiem zdradza rodzinny sekret, ujawniając, że Mine jest wnuczką Münevver. Po incydencie ze złodziejem Şengül przypomina Yasemin o zasadach obowiązujących personel szpitala.

G. 15:05

La Promesa – pałac tajemnic

TVP 2

Kolacja z okazji urodzin Manuela, na której tak bardzo zależy Cruz, niestety kończy się fiaskiem. Petra, którą awansowano, wciąż wyżywa się na służbie. W szczególności znęca się nad Pią, której nigdy nie darzyła sympatią. Ricardo prosi ją, żeby zmieniła swoje postępowanie. Szanse, że go posłucha, są jednak znikome... Lope ma niespodziewaną i przykrą jednocześnie wizytę. Jana szuka pocieszenia i pisze listy do Manuela. Do Lorenza przychodzi ważna wiadomość z frontu.

KRZYŻÓWKA NR 115

- Poziomo:**
- 3) w bajce spełniała trzy życzenia,
10) alkaloid w liściach herbaty,
11) wpisana do dzienniczka ucznia,
12) alpejska kraina we Francji,
14) z kołowrotkiem i haczykiem,
15) ... lekarski, nazywany dmuchawcem,
16) ryba gotowa do rozrodu, ikrzak,
19) pożywka z krasnorostów,
23) roślina na kompot, rzewień,
27) rzymskie bóstwo górskich lasów,
28) w parze ze zmiotką,
29) na serdecznym palcu małżonki,
30) polowanie z nagonką,
33) należy do bliskiej rodziny,
37) dział klubu sportowego,
38) zachęta do działania, bodziec,
39) narzędzie służące do trasowania,
40) praca zarobkowa za granicą,
41) testuje nowe samoloty.

- Pionowo:**
- 1) „... większa niż życie”, serial wojenny,
2) praktyczna lub teoretyczna,
3) barwi lakmus na niebiesko,
4) droga ciała niebieskiego,
5) uprzywilejowany kolor w kartach,
6) broniona przez Wojciecha Szczęsnego,
7) kierował kwadrygą,
8) mieszkaniec Pomorza Gdańskiego,
9) gruby flamaster w piórniku

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

34

35

36

37

38

39

40

41

AUTOPROMOCJA

0110990324

Tvoja gazeta
w prenumeracie
z Tele
Magazynem

© 56 451 91 04

- ucznia,
13) ... Sowizdrzał, złośliwy błazen-psotnik,
17) narzędzie do przesiewania ziarna,
18) włoska rzeka uchodząca do Morza Liguryjskiego,
20) kozłarż czerwony lub borowik,
21) włókno z liści palmy,
22) metalowa łuska naboju,
24) ćwikłowy lub cukrowy,
25) argumenty dowodzące słuszności poglądu,
26) pętla do chwytania koni,
30) futerał na pistolet przy siodle,
31) święty patron lekarzy, malarzy i notariuszy,
32) ćwiczy na poligonie,
34) skalne rumowisko przykrywające górotwór,
35) rodzaj spinki do włosów,
36) dawna rosyjska miara długości.

ROZWIĄZANIE NR 114

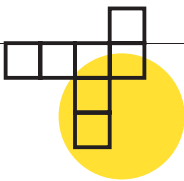
R	M	B	L	O	K	O	W	I	S	K	O	K	Z
O	K	A	P	I	D	D	K	N	I	O	B	E	
Z	K	B	O	M	B	A	W	G	O	R	E	Z	S
W	I	L	N	O	O	O	O	R	T	R	U	S	T
O	E	S	W	I	A	N	E	K	E	C	A		
D	U	R	S	Z	L	A	K	T	A	L	K	S	H
M	Z	I	R	Y	B	A	I	L	B				
M	I	E	L	O	N	K	A	P	O	D	W	O	Z
M	A	E	D							E	I	O	
B	R	A	M	K	A					R	A	K	A
A	R	I								F	L	D	
S	T	O	L	E	K					Ś	R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

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA

uderza z jasnego nieba	rzeka w Wenezueli	część uprząży alkaloid w opium	przychyłość para dla męża	zbiór, komplet	wierszowana zagadka	bohater filmu „Matrix”	sejsmiczna fala	odmiana utworu muzycznego
konwersacja				ekspert od sztuki				
			chrust na podpałkę			pasza jak choroba		
policyjny szpaler			strój mecenasa	himalajski ssak znój		odgłos rozmów		kamień ozdobny
przyrząd do mierzenia	pokład statku	legenda, podanie	mieszkaniec Kazania			gruba kość		
gra towarzyska z mydłem				... kul-szowa		ciężar ciała		
			antylopa z Afryki		„Noc listopadowa”			
morski drapieżnik stora				skaza moczowa		imię Hayworth, aktorki		

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

ROZWIĄZANIE: MEDIATOR.



HOROSKOP

- Wodnik (20.01 - 18.02)**
Czas ruszyć z miejsca. Horoskop dzienny zapowiada, że odważne decyzje przyniosą efekty.
- Ryby (19.02 - 20.03)**
Pośpiech Ci nie służy. Horoskop na dziś to wyraźna wskazówka, by dzielić ten czas z bliskimi.
- Baran (21.03 - 19.04)**
Horoskop dzienny na środę radzi nie bać się dzielić swoimi marzeniami i spostrzeżeniami.
- Byk (20.04 - 20.05)**
Dom i bliscy dziś na pierwszym miejscu. Małe gesty ciepła będą miały ogromną moc.
- Bliznięta (21.05 - 21.06)**
Zabłyśniesz w towarzystwie, ale pamiętaj również o pokorze. Nie wszystko kręci się wokół Ciebie.
- Rak (22.06 - 22.07)**
Horoskop dzienny na środę radzi zatrzymać się na chwilę i pomyśleć, czego naprawdę Ci potrzeba.
- Lew (23.07 - 22.08)**
Czas na odważną decyzję. Horoskop dzienny zapowiada, że serce podpowie Ci, co robić.
- Panna (23.08 - 22.09)**
Horoskop na dziś podpowiada, by uważać, komu zwierzasz się ze swoich uczuć oraz tajemnic.
- Waga (23.09 - 22.10)**
Horoskop dzienny na środę zapowiada, że nowe doświadczenia poszerzą Twoje horyzonty.
- Skorpion (23.10 - 21.11)**
Dziś daj sobie luz. Horoskop radzi zadbać o zdrowie i nie zapominać, że odpoczynek też jest produktywny.
- Strzelec (22.11 - 21.12)**
Horoskop na dziś wróży, że Twoje pomysły zaskoczą wszystkich. Kreatywność to Twój największy atut.
- Koziorożec (22.12 - 19.01)**
Daj sobie przestrzeń na emocje. Horoskop dzienny na środę mówi, że ktoś z bliskich potrzebuje wsparcia.

STRONA ZDROWIA

ROZMOWA

Porównujemy się do innych i to nas niszczy

Trener mentalny Damian Abramowicz tłumaczy, jakie proste zmiany możesz wprowadzić w swojej rutynie, żeby polepszyć cały swój dzień, nastawienie do życia, a także relacje z ludźmi w domu i pracy.

Emil Hoff

„Słoneczna strona życia” to tytuł książki, w której dzieli się Pan poradami nt: jak osiągnąć szczęście i dobrostan mentalny, jak pokonać traumę. Pan nauczył się tego z życia. Czyba nie było łatwo dzielić się tą historią z czytelnikami?

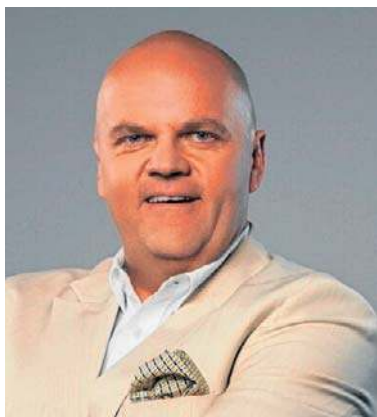
Opowiedziałem swoją historię w książce po to, by mieć mandat do mówienia o wychodzeniu z traumy i sięgania po szczęście. Ale chciałem też pokazać, że osiągnięcie szczęścia jest możliwe, nawet jak się nie pochodzi z dobrego domu i nie ma worków pieniędzy, mieszkania i fajnego auta, podarowanych przez tatusia. Wtedy jest łatwo mówić o pozytywnych stronach świata. Chciałem pokazać, że warto o nich mówić także wtedy, gdy jest trudno.

Na czym polegały trudności?

U mnie w domu nie było kolarstwa. Wychowywałem mnie bardzo przemocowy ojciec, który prawie codziennie katował mnie emocjonalnie, często też „rozmawiał” ze mną za pomocą paska czy kabla. Wychowywałem się w biedzie, w szarej rzeczywistości lat 80. i 90. w Polsce. Tak było przez pierwszych 18-19 lat mojego życia. Potem problemy wcale się nie skończyły. Zdarzyły mi się dwa bankructwa, jedno na starcie, a drugie po 10 latach. Właśnie o tym jest pierwsza połowa książki, o wychodzeniu z traumy i niepoddawaniu się. Spisałem swoje doświadczenia, żeby pokazać, że można wyjść z dołka, można pokonać przeciwności, i każdy czytelnik, niezależnie od tego, w jakim kryzysie się teraz znajduje, też może to zrobić. Kluczem jest praca nad własną głową, a nie dobry start, nie te wspomniane pieniądze od tatusia. Myślę, że dzięki swoim doświadczeniom bardzo dobrze rozumiem ludzi w kryzysie i właśnie dlatego kieruję do nich swoje rady, staram się do nich dotrzeć.

Czy to się udaje?

Z reakcji czytelników wiem, że to działa, że moja historia pokazuje im, że da się wyjść z bagna na prostą. Wyczuwają autentyczność. Pewne procesy łatwiej jest przepracować



FOT. DAMIAN ABRAMOWICZ, MAT. PRAS.

wspólnie, gdy się wzajemnie rozumiemy. Moja historia pokazuje czytelnikom, że rozumiem ludzi, których spotkało nieszczęście, którzy są nieszczęśliwi, i mogę im pomóc, bo sam sobie pomogłem. Teraz mogę się zmierzyć z historią każdego człowieka i powiedzieć mu: rozumiem cię, ale to już przeszłość, teraz skupmy się na tym, co jest i będzie. Chciałbym napisać więcej książek, poradników tego, jak chodzić po słonecznej stronie życia. Ale w tej pierwszej musiałem powiedzieć prawdę o tym, skąd się wywodzę i co przeszedłem, bez ozdóbek i bajerowania, jak to jest modne u influencerów.

Jakiego rodzaju sposoby czy techniki wykorzystał pan, by przejść przez trudne lata?

W dzieciństwie uciekałem do świata fantazji, np. pisałem wiersze, a potem darłem kartki i wyrzucałem. Potem nauczyłem się zawsze patrzeć na jaśniejszą stronę życia. Muszę powiedzieć, że w moim życiu, na mojej drodze, nigdy nie było jakiegoś jednego, przełomowego momentu, po którym postanowiłem: od tej pory wszystko zmieniam. Ale w głębi serca i głowy zawsze miałem właśnie to mocne przeświadczenie, że musi istnieć lepsza, jaśniejsza strona życia. Szukałem tej jaśniejszej strony i czekałem na nią. To mi pomagało przetrwać nawet najgorszy horror. Kiedy ojciec okładał mnie pasem po tyłku aż do krwi, ja zawsze wiedziałem, że to się zaraz skończy, że cierpienie jest tylko chwilowe – i już byłem myślami gdzie indziej, w przyszłości, po końcu cierpienia. To mi zostało do dzisiaj. Zawsze pamiętałem, że stres i cierpienie kiedyś się skończy, i trzeba patrzeć

przed siebie, gdzie już ich nie ma. Często powtarzam: na końcu sprawy zawsze układają się dobrze. Jeśli jeszcze nie jest dobrze, to znaczy, że nadal się układają. Takie podejście pomaga mi zarówno przy najdrobniejszych, jak i najpoważniejszych wyzwaniach życiowych. Mówię sobie: no dobrze, teraz wszystko jest w totalnej rozsypance, ale to dlatego, że trwa proces układania się spraw. Być może czasem wszystko musi się najpierw zawalić, żeby mogło ułożyć się na nowo.

Ludziom raczej trudno przychodzi pogodzenie się z sytuacją, kiedy życie im się wali.

Tak, to prawda. Często na siłę próbujemy coś zbudować na zgłiszczach, niby coś nowego, ale według starych wzorców. Nie zauważamy tego, że o wiele mniej czasu, energii i też kosztowałoby nas odpuszczenie tych ruin, pogodzenie się z końcem i rozpoczęcie czegoś nowego, na lepszym fundamencie. Kiedy ktoś jest właśnie w środku kryzysu, to moje słowa mogą brzmieć dla niego jak mrzonki, ale gdy przeanalizuje się wszystko na spokojnie, po fakcie, to rzeczywiście tak jest. Układanie swojego życia można rozpocząć na nowo dowolną ilość razy. Nikt tego przecież nie sprawdza. Odpuszczanie daje poczucie wolności. Mogę dać przykład z dwóch swoich związków, które skończyły się rozstaniem. Ostatniego dnia zawsze oddawałem partnerce wszystkie rzeczy, które nagromadziliśmy w czasie wspólnego życia. Dzięki temu odpuszczeniu, przecięciu, czułem się naprawdę wolny. Owszem, raz musiałem spać na dywanie, bo oddałem też łóżko, ale miałem poczucie pełnej wolności i mogłem budować na nowo, jak to mówią: czerpać z wanny, ale małą łyczką. Ten system u mnie zawsze się sprawdzał i może jeszcze się sprawdzi. Dziś jestem w zupełnie innej sytuacji życiowej, ale ta moja sytuacja też nie jest dana raz na zawsze, też może się zmienić. Dzisiaj mogę podróżować, odwiedzać kilkadziesiąt krajów w ciągu roku, ale jutro może mi nawalić zdrowie i kolejny rok spędzę, biegając po lekarzach. Więc muszę być gotowy na to, by odpuścić, pogodzić się ze zmianą. Po prostu trzeba pamiętać o tym, że wszystko się zmienia. Nazywam to

uziemiением. Trzeba zawsze chodzić po ziemi, nie dać się ponieść nawet sukcesom. Chodzi o to, żeby doceniać dobre okresy, przeżywać je świadomie i uczyć się z nich, żeby mieć gotowe narzędzia, gdy przyjdzie zmiana.

Jak można to robić?

Na przykład przedsiębiorcom odnoszącym sukcesy polecam prowadzić dziennik pozytywnych rzeczy: niech piszą, co im się udaje i dlaczego. To będą dla nich wskazówki, co robić, gdy przyjdzie odmiana losu. Działa to trochę jak punkt odzyskiwania systemu w komputerze. Gdy pójdziesz gdzieś za daleko, gdy zaatakuje wirus, zawsze możesz cofnąć się do miejsca, w którym wszystko było dobrze, i wznowić pracę. Stracisz może 5 czy 10 proc. postępu, ale 90 proc. odzyskasz. Większość osób tak nie robi, tylko idzie przez życie i gdy tylko stanie się coś złego, fiksuje się na tym. Myślę i mówię tylko o nieszczęściach. Jak ich pytam: co słychać? To słyszę „stara bieda”, „zależy, gdzie ucho przyłożysz”, „raz lepiej, raz gorzej”. Ja odpowiadam w stylu „u mnie raz lepiej, raz lepiej” albo „raz na wodzie, raz na wozie”, albo „nieustające pasmo sukcesów”. Kto mnie zna, nie dziwi się, ale ci, którzy mnie nie znają, i słyszą takie teksty, myślą, że jestem jakimś wariatem.

Czyba niewiele osób może uczciwie powiedzieć, że odnosi sukces za sukcesem.

Bo tu nie chodzi o obiektywne fakty, tylko o podejście, o mindset. a sam mówię o tym pasmie sukcesów często właśnie wtedy, gdy trwa u mnie jakaś wojna, czy to w firmie, czy w relacjach. Ale chodzi o takie właśnie podejście: szukanie dobrego. Kto szuka dobrego, ten je znajduje i nie trzeba wcale pasma wielkich zwycięstw. Nasz mózg łatwo oszukać. Mózg nie wie, czemu się uśmiechasz, to znaczy, że masz powód do zadowolenia. I kiedy tak uśmiechasz się do wyzwań i problemów, to prawdopodobieństwo tego, że sobie z nimi poradzisz, wzrasta. A jeśli dajesz się przytłoczyć, opuszczasz ramiona, widzisz wszystko w ciemnych barwach – to wyjście z kłopotów będzie trudniejsze.

W Polsce chyba trudno o taki mindset.

My niestety uwielbiamy babrać się w nieszczęściach, skupiać na porażkach. To nam bardzo zaburza perspektywę. Wystarczy, że mamy złe 15 minut dnia, i już to za nami chodzi do wieczora, i gdy kładziemy się do łóżka, to nam się wydaje, że cały dzień był zły. A wystarczy spojrzeć na to z boku i widzieć, że ten nieprzyjemny epizod to był moment. Dlatego często radzę ludziom: spróbuj raz wyolbrzymić szczęście, zamiast tylko nieszczęścia. Spróbuj się skupić na tym, co ci się udało, co było dobre, pochodź wokół tego, nacieszyć się tym. Jeśli sądzisz, że nic takiego się nie zdarzyło, to jesteś w błędzie, bo chodzisz i oddychasz, a Bóg wie, ilu ludzi nie miało dziś takiego szczęścia, nie wstało już z łóżka, nie zaczerpnęło już tchu. Uważam, że warto skupiać się właśnie na takich codziennych rzeczach, na tym, że możemy rano otworzyć oczy, zaczerpnąć tchu, zobaczyć żonę, męża, dzieci, ponarzekać na bałagan. To uczy dostrzegania i doceniania tego, co w życiu dobre. Zamiast skupiać się na brakach, powinniśmy dostrzec i docenić to, ile świetnych rzeczy jest w naszym życiu.

Coraz więcej mówi się o zdrowiu psychicznym i o tym, że pod tym względem Polacy wcale nie wypadają dobrze. Jakie są palące problemy mentalne toczą nasze społeczeństwo?

Myślę, że głównym problemem jest to, że zastąpiliśmy proste przyjemności, jak spacer na łonie natury, scrollowaniem telefonu. I w tym telefonie, w mediach społecznościowych widzimy cudze życie, wyreżyserowane i pełne fałszu, ale jednak imponujące nam. Porównujemy nasze życie z tym przedstawieniem na Instagramie i od razu czujemy się źle. Porównywanie się to nasz naturalny odruch, który dawniej napędzał postęp, kiedy np. ktoś porównywał się do sąsiada, albo jedna wioska do drugiej wioski. Ale dziś media społecznościowe każą nam się porównywać do miliardów ludzi na całym świecie i to nas niszczy. **Więcej: stronaздrowia.pl**

UZDROWISKA

Te uzdrowiska od ponad stu lat specjalizują się w leczeniu płuc, oskrzeli i zatok

O skuteczności leczenia uzdrowiskowego decydują nie tylko zabiegi, ale także klimat, jakość powietrza i naturalne surowce lecznicze.

Ola Głowacka

W Polsce kilka uzdrowisk specjalizuje się właśnie w leczeniu chorób płuc, oskrzeli i alergii.

Rabka-Zdrój – polska stolica leczenia chorób układu oddechowego

Jeśli wskazać jedno uzdrowisko najbardziej kojarzone z leczeniem schorzeń oddechowych, byłaby to Rabka-Zdrój. Miejsowość od końca XIX wieku rozwijała się jako uzdrowisko dziecięce, a jej renomę budowało leczenie gruźlicy oraz chorób płuc. Do dziś podstawowy profil leczniczy obejmuje choroby układu oddechowego, alergię, astmę oskrzelową i przewlekłe infekcje dróg oddechowych. O wyjątkowości Rabki decyduje połączenie górskiego mikroklimatu i silnych solanek jodkowo-bromowych wykorzystywanych do inhalacji, kąpieli oraz kuracji pitnych. Uzdrowisko podkreśla, że inhalacje rabczańską solanką wspomagają drogi oddechowe i odporność organizmu. Dodatkowym atutem jest obecność Instytutu Gruźlicy i Chorób Płuc oraz wyspecjalizowanych sanatoriów dla dzieci i dorosłych.



Rabka wyspecjalizowała się w leczeniu chorób układu oddechowego ze względu na mikroklimat i unikalne wody

Szczawnica – idealna dla alergików i osób z astmą

Drugim uzdrowiskiem, które od lat znajduje się w czołówce ośrodków leczących choroby układu oddechowego, jest Szczawnica. Uzdrowisko wykorzystuje również lecznicze wody mineralne, tzw. szczawy. Część z nich jest tradycyjnie stosowana w profilaktyce i leczeniu schorzeń dróg oddechowych oraz astmy. Placówki uzdrowiskowe w Szczawnicy prowadzą leczenie przewlekłych nieżytów nosa, gardła i zatok, alergicznych chorób dróg oddechowych oraz astmy oskrzelowej. Na miejscu wykonywane są inhalacje, nebulizacje i zabiegi wykorzystujące miejscowe wody lecznicze.

Ustka – lecznicza moc morskiego klimatu

Wśród uzdrowisk nadmorskich szczególnie wyróżnia się Ustka. Status uzdrowiska zawdzięcza m.in. wyjątkowemu klimatowi morskemu, bogatemu w aerozol zawierający jod oraz inne minerały. Specjaliści wskazują, że przebywanie nad morzem może wspierać oczyszczanie dróg oddechowych, nawilżanie śluzówek oraz poprawę wydol-

ności oddechowej. Dlatego do Ustki często kierowani są pacjenci z astmą, przewlekłym zapaleniem oskrzeli, alergiami i POChP.

Leczenie uzupełniają inhalacje, zabiegi fizjoterapeutyczne, balneoterapia oraz wykorzystanie lokalnych borowin i solanek.

Jakie zabiegi warto wybrać przy chorobach układu oddechowego?

Skuteczność leczenia uzdrowiskowego zależy nie tylko od klimatu, ale również od odpowiednio dobranych zabiegów.

W Rabce-Zdroju szczególnie znaczenie mają inhalacje i wzięwania z wykorzystaniem miejscowych solanek jodkowo-bromowych. Stosuje się je m.in. u osób z astmą oskrzelową, nawracającymi infekcjami dróg oddechowych, przewlekłym zapaleniem oskrzeli i alergiami. Uzupełnieniem kuracji są zabiegi klimatoterapii.

W Szczawnicy podstawę leczenia stanowią inhalacje, nebulizacje oraz zabiegi wykorzystujące miejscowe wody mineralne. Są one stosowane m.in. w przewlekłych nieżytach nosa i gardła, zapaleniach zatok, schorzeniach aparatu głosowego, alergicznym nieżycie nosa oraz astmie oskrzelowej. Uzdrowisko prowadzi również rehabilitację oddechową, a jego górski mikroklimat wspomaga regenerację górnych dróg oddechowych.

Osoby wybierające Ustkę mogą skorzystać przede wszystkim z naturalnej klimatoterapii wykorzystującej bogaty w jod aerozol morski. Regularne spacery brzegiem morza działają jak naturalna inhalacja, wspierając oczyszczanie i nawilżanie dróg oddechowych. W sanatoriach dostępne są ponadto inhalacje lecznicze, zabiegi fizjoterapeutyczne oraz balneoterapia stanowiące wsparcie dla osób z astmą, POChP, przewlekłym zapaleniem oskrzeli czy alergiami wziewnymi.

Lekarze uzdrowiskowi podkreślają, że rodzaj zabiegów powinien być zawsze dobierany indywidualnie. Inhalacje i nebulizacje najczęściej zalecane są przy astmie, przewlekłych zapaleniach zatok i oskrzeli, natomiast klimatoterapia przynosi korzyści osobom z alergiami, POChP oraz nawracającymi infekcjami układu oddechowego.



Wirusowe zapalenie wątroby prowadzi do powiększenia tego narządu. Pojawiają się objawy, takie jak tkliwość, ból, wzdęcia

CHOROBY

Wirusowe zapalenie wątroby nie zawsze daje objawy. Jak je rozpoznać?

Anna Rokicka-Żuk

Wirusowe zapalenie wątroby to choroba, która może doprowadzić do niewydolności wątroby i śmierci, jeśli nie uda się przeszczepić tego narządu. Choć ma wiele typów oznaczanych pierwszymi literami alfabetu, większość objawów jest wspólnych.

Wirusowe zapalenie wątroby (WZW) to stan zapalny tego narządu, który jest efektem zakażenia jednym z pięciu typów wirusa WZW, oznaczanych literami od A do E. Zapalenie wątroby mogą wywoływać także inne wirusy, m.in. Epstein-Barra (EBV), który jest też przyczyną rozwoju mononukleozy.

W Polsce najczęściej chorobę wywołuje typ wirusa WZW A, B i C, rzadziej D. To odpowiednio wirusy: HAV, HBV, HCV, HDV. Najpowszechniej występuje WZW B. Warto wiedzieć, że przed wersjami wirusa A i B można chronić się za pomocą szczepionek. WZW może mieć postać ostrą i przewlekłą. Ostra postać WZW zwykle rozpoczyna się nagle i trwa przez kilka tygodni. Większość infekcji przechodzi sama, jednak nawet w przypadku braku objawów mogą one prowadzić do choroby przewlekłej. Przebieg WZW może być bezobjawowy, bywa, że pojawiają się dolegliwości grypopodobne, jednak symptomy mogą być także dotkliwe i prowadzić do uszkodzenia wątroby, niewydolności, marskości wątroby czy raka tego narządu, oraz śmierci.

Najbardziej odczuwalne objawy mogą dotyczyć ostrej postaci WZW. Jej przebieg zależy zarówno od typu wirusa, jak i indywidualnej reakcji na infekcję.

Możliwe objawy WZW: ● brak apetytu, ● nudności i wymioty,

- wstręt do tytoniu u osób palących,
- niska gorączka, ● wzdęcia, ● ból w górnej prawej części brzucha,
- zmęczenie, ● świąd skóry, ● żółtaczka – żółtolenie skóry i białek oczu,
- bóle mięśni, stawów, pokrzywka skórna (zwłaszcza przy WZW B),
- ciemny kolor moczu i białe stolce,
- pogorszenie funkcji psychicznych.

Jak różnią się infekcje zależnie od typu wirusa?

- Postać ostrą najczęściej wywołuje wirus WZW A, rzadziej WZW B.
- W przypadku WZW B lub WZW C mogą nie wystąpić objawy, wciąż jednak zarażenie się grozi powikłaniami.
- Łagodne objawy najczęściej występują przy zakażeniu WZW A i WZW C.
- Ciężkie symptomy towarzyszą częściej infekcji WZW B i WZW E.
- Dotkliwe skutki mogą mieć koinfekcje – jednoczesne zakażenie typem B i D, przy czym WZW D zagraża jedynie osobom z WZW B.

Na wirusowe zapalenie wątroby mogą wskazywać opisane objawy, lecz potwierdzeniem są badania krwi – serologiczne i molekularne. Oznacza się różne markery w postaci antygenów i przeciwciał. Badanie na obecność HCV jest refundowane przez NFZ. Leczenie stosuje się w przewlekłej postaci choroby, przy czym istnieje lek na WZW B, ale zakażenia nie da się całkowicie wyleczyć. Dostępne jest ponadto leczenie przeciwko WZW C (terapia bezinterferonowa w ramach programu lekowego B.71).

Zakażeniom sprzyja brak należytej higieny. WZW A najczęściej rozprzestrzenia się drogą pokarmową. Do zarażenia dochodzi poprzez kontakt z krwią i kontakty seksualne. Zagrożenie stwarza m.in. przerwanie ciągłości tkanek, m.in. zabiegi medyczne, poród, ale także zabiegi u dentysty, kosmetyczki itp.

DPS



Ceny za pobyt w DPS mogą zaskoczyć wiele rodzin. W 2026 roku miesięczny koszt pobytu w Domu Pomocy Społecznej wynosi od około 6 tys. zł do nawet ponad 30 tys. zł

Nawet 30 tys. zł miesięcznie za pobyt w DPS. Rodzina nie zawsze musi pokrywać całość

Ile kosztuje pobyt w Domu Pomocy Społecznej w 2026 roku? W niektórych placówkach kwoty mogą zaskoczyć, tak samo jak zasady finansowania.

Ola Głowacka

W 2026 roku miesięczny koszt pobytu w Domu Pomocy Społecznej wynosi od około 6 tys. zł do nawet ponad 30 tys. zł, w zależności od lokalizacji placówki, standardu oraz zakresu świadczonej opieki.

Przykładowe stawki miesięczne:
 • 5,9–6,7 tys. zł – najtańsze DPS-y (m.in. Toruń, Suwałki, Wrocław),
 • 8–10 tys. zł – placówki w średnich miastach,
 • 12–13 tys. zł – część warszawskich DPS-ów,
 • ponad 30 tys. zł – specjalistyczne, nowoczesne placówki zapewniające indywidualną opiekę (np. Centrum Wsparcia Społecznego „Na Targówku” w Warszawie).

Na koszt utrzymania mieszkańca składają się m.in. całodobowa opieka, wyżywienie, opieka medyczna, wynagrodzenia personelu, koszty energii i utrzymania budynków, zajęcia terapeutyczne i rehabilitacja.

Zasady pokrywania kosztów pobytu w DPS reguluje ustawa o pomocy społecznej. Obowiązuje jasno określona kolejność płatników:

1. Mieszkaniec DPS

W pierwszej kolejności płaci sam mieszkaniec placówki – maksymalnie do 70 proc. swojego dochodu, np. emerytury lub renty. Nie może to być więcej, nawet jeśli koszt pobytu jest wyższy.

2. Rodzina

Jeśli dochód mieszkańca nie wystarcza na pokrycie pełnych kosztów, dopłatę wnoszą małżonkowie, następnie dzieci i wnuki, na końcu – rodzice.

Rodzina nie zawsze musi płacić. Obowiązek zależy od dochodów – jeśli po wniesieniu opłaty dochód na osobę w rodzinie nie przekracza 300 proc. kryterium dochodowego, członkowie rodziny mogą zostać całkowicie lub częściowo zwolnieni z opłat.

W 2026 r. kryterium to wynosi ok. 3030 zł – dla osoby samotnej, ok. 2469 zł – na osobę w rodzinie.

3. Gmina

Jeżeli ani mieszkaniec, ani rodzina nie są w stanie pokryć kosztów, brakującą

część dopłaca gmina, z której dana osoba została skierowana do DPS.

Z DPS mogą skorzystać osoby, które: • wymagają całodobowej opieki z powodu wieku, choroby lub niepełnosprawności, • nie są w stanie samodzielnie funkcjonować, • nie mogą uzyskać wystarczającej pomocy w miejscu zamieszkania, np. w formie usług opiekuńczych.

Domy Pomocy Społecznej są przeznaczone m.in. dla: • osób w podeszłym wieku, • osób przewlekle somatycznie chorych, • osób przewlekle psychicznie chorych, • osób z niepełnosprawnością fizyczną lub intelektualną, • dorosłych oraz dzieci i młodzieży z niepełnosprawnościami.

Jak wygląda procedura przyjęcia do DPS?

Wniosek składa się w lokalnym ośrodku pomocy społecznej (MOPS/GOPS lub Centrum Usług Społecznych) właściwym dla miejsca zamieszkania osoby wymagającej opieki. Pracownik socjalny przeprowadza wywiad środowiskowy oraz analizuje sytuację zdrowotną, rodzinną i finansową.

To gmina wydaje decyzję o skierowaniu do DPS oraz ustala wysokość odpłatności. Jeśli czas oczekiwania w najbliższym DPS-ie przekracza 3 miesiące, na wniosek zainteresowanego możliwe jest skierowanie do innej placówki tego samego typu, gdzie kolejka jest krótsza. Co do zasady wymagana jest zgoda osoby zainteresowanej lub jej przedstawiciela ustawowego. W wyjątkowych sytuacjach sprawa może trafić do sądu.

DIETA

Biegunka, uszkodzenie nerek. Zła ryba ze smażalni to murowany kłopot

Emil Hoff

Które ryby rzeczywiście warto jeść, a których lepiej unikać? Zanim zamówisz coś ze smażalni w czasie urlopu nad Bałtykiem, sprawdź, czy przypadkiem na talerzu nie dostaniesz także pestycydów, rtęci i metali ciężkich.

Jak wiadomo, ryby są bardzo zdrowe. Zawierają m.in. kwasy omega-3, jod, selen i wiele witamin. Mają dobry wpływ na kondycję naszego mózgu i układu nerwowego, na pracę serca. Niestety, niektóre ryby mogą szkodzić – zwłaszcza małym dzieciom, seniorom, kobietom w ciąży i osobom o wrażliwych żołądkach.

Bałtyk niestety nie należy do najczystszych mórz. Trafiają do niego śmieci, chemikalia i nawozy z rzek, a nawet przesączają się powoli różnego rodzaju bronie chemiczne z czasów II wojny światowej, do tej pory znajdujące się na pokładach zatopionych statków. Wody Bałtyku zawierają też tzw. PFAS, czyli syntetyczne związki chemiczne, które nie rozkładają się w środowisku. Morski Instytut Rybacki – Państwowy Instytut Badawczy wymienia np.: pestycydy chloroorganiczne, polichlorowane bifenyle – PCB, metale toksyczne – Cd, Pb, Hg, dioksyny i dioksynopodobne polichlorowane bifenyle – dl-PCB, histaminę i wielopierścieniowe węglowodory aromatyczne (WWA). Do tego dochodzą jeszcze rtęć, metale ciężkie i mikroplastiki.

Wszystkie te substancje kumulują się w tłuszczu i mięsie niektórych gatunków ryb i mogą prowadzić do zatrucia.

Jako potencjalne skutki oddziaływania wyżej wymienionych chemikaliów na organizm człowieka wymienia się m.in.:

- rak nerek, wątroby, jąder;
- uszkodzenia nerek, wątroby, tarczycy;
- zaburzenia hormonalne.

Szczególnie narażone są kobiety w ciąży, młodsze dzieci i seniorzy.

Jak uniknąć zatrucia toksynami? Trzeba pamiętać, że kumulują się one przede wszystkim w rybach dużych i długo żyjących, drapieżnych, przydennych i tłustych. W Bałtyku to śledź, łosoś, węgorz i dorsz. Gatunki spoza Bałtyku to np. męcznik i tuńczyk wielkooki (oba gatunki zawierają dużo metylortęci).

Na ryby kupowane na wakacjach trzeba też uważać z innego powodu:

nierzadko zamiast świeżej ryby dostajemy na talerzu tak naprawdę odgrzewane mrożonki. Dają one mniejsze korzyści dla zdrowia niż świeże ryby, a u niektórych osób mogą wywołać niestrawność.

Jakie gatunki ryb to u nas najczęściej mrożonki? Oczywiście te, które muszą być importowane, jak np. dorsz (ten bałtycki jest objęty ochroną), mintaj, panga, halibut, tilapia i morskusz.

Jak rozpoznać, że podano ci mrożoną rybę? Takie ryby mają tendencję do rozpadania się na kawałki, często też bywają zasłonięte dużą ilością panierki. By upewnić się, że ryba jest świeża, zamawiaj gatunki występujące w Bałtyku, najlepiej podawane z pieca albo z grilla.

Jeśli chodzi o ryby importowane, niektóre mogą ci zaszkodzić nie tylko dlatego, że są odmrażane. Szczególnie musisz uważać na dania z tzw. ryby maślanej. To nie nazwa gatunkowa, lecz handlowa, pod którą mogą kryć się bardzo różne gatunki ryb. Dwa z nich – kostropak i eskolar – to ryby zawierające w swoim tłuszczu estry woskowe, których ludzkie żołądki nie trawia. Zjedzenie zbyt dużej ilości tych ryb może wywołać niestrawność, ból brzucha, wymioty i biegunkę.

Zaleca się, by w przypadku zatrucia estrami woskowymi przede wszystkim dbać o uzupełnianie płynów. Jeśli objawy nie ustąpią po dwóch dniach, musisz udać się do lekarza.

Nie dajmy się jednak zwariować. Europejska Rada Informacji o Żywności (EUFIC) zapewnia, że w rybach dopuszczonych do spożycia po spełnieniu norm stężenie substancji chemicznych nie zagraża życiu człowieka, a korzyści płynące z jedzenia ryb znacznie przeważają potencjalne szkody dla naszego zdrowia.

Trzeba jednak zachować umiar w jedzeniu ryb. Dietetycy sugerują, że można bezpiecznie jeść około dwóch porcji ryb w tygodniu po ok. 100–150 g.



PROFILAKTYKA

Wakacyjna beztroska może się skończyć tragicznie. Sprawdź, jak uniknąć czerniaka

Zanim wybierzesz się na weekendową wycieczkę, urlop czy rodzinne wakacje, by skorzystać ze słonecznej pogody, sprawdź, jak chronić skórę przed promieniowaniem, które może wywołać nowotwór.

oprac. Emil Hoff

Według zapowiedzi IMGW Polskę zaleje kolejna fala upałów. W kolejnych dniach temperatury mogą przekroczyć 30 str. C. Dla wielu to doskonała wiadomość – powrót dobrej pogody to szansa na opaleniznę, zabawę nad wodą i ogólnie udany weekend, urlop lub wakacje. Słońce ma też swoje bardzo złe strony. Nadmierna ekspozycja na promieniowanie słoneczne może prowadzić do czerniaka – groźnego nowotworu skóry.

Dane NFZ są alarmujące: co roku diagnozuje się w Polsce ok. 4 tys. przypadków czerniaka, z których 1,4 tys. kończy się zgonem. Co więcej, eksperci prognozują, że liczba przypadków podwoi się w ciągu dekady.

Wszyscy powinni unikać zbyt długiego przebywania na słońcu, ale niektórych czerniak może dopaść szybciej i łatwiej. Największe ryzyko zachorowania na ten nowotwór mają osoby:

- o jasnej karnacji;
- o jasnych lub rudych włosach;
- o niebieskich albo zielonych oczach;
- ze skórą skłoną do oparzeń słonecznych;
- po poważnych oparzeniach słonecznych w dzieciństwie lub wieku nastoletnim;



FOT. GETTY IMAGES

W Polsce na ten nowotwór choruje coraz więcej osób. Największe ryzyko jest właśnie latem

- z dużą liczbą znamion na skórze, szczególnie atypowych;
- często korzystające z solarium;
- z historią zachorowań na czerniaka i inne nowotwory skóry w rodzinie.

Najpopularniejszą formą ochrony przed rakotwórczym promieniowaniem słonecznym jest stosowanie kremów SPF. Trzeba jednak wybrać odpowiedni krem i umiejętnie go stosować, by zapewnić sobie pełnię ochrony przeciwsłonecznej.

– W praktyce rekomenduję dziś minimum SPF 30 do codziennej

ochrony oraz SPF 50 podczas intensywnej ekspozycji na słońce, szczególnie nad wodą czy w górach – mówi Jowita Dejewska, dermatolożka Estell. – Warto pamiętać, że filtr SPF 50 nie oznacza pełnej blokady promieniowania UV, ale zapewnia wyższy poziom ochrony niż SPF 10 czy 15, które obecnie uznawane są za zbyt niskie przy silnym nasłonecznieniu.

Ekspertka podkreśla, że stosowanie kremu z filtrem nie należy ograniczać tylko do plaży i czasu wakacji. Na promieniowanie słoneczne jesteśmy narażeni także w czasie krótkich

spacerów czy jazdy samochodem. Warto pamiętać, że promieniowanie UVA przenika przez chmury i szyby okienne.

– Co istotne, nawet najlepszy krem nie działa cały dzień, bo filtr należy regularnie dokładać, zwłaszcza po kąpieli, wysiłku fizycznym czy intensywnym poceniu się – zaleca dermatolożka.

Największą skuteczność daje łączenie kilku metod ochrony przed promieniowaniem UV. Obecnie wybór jest spory. Naszym standardowym wyposażeniem na lato powinny być:

- kapelusz z rondem;
- okulary przeciwsłoneczne z filtrem UV.

Coraz częściej można też spotkać inne środki ochronne, takie jak:

- odzież z oznaczeniem UPF 50+;
- parasole przeciwsłoneczne;
- lekkie, składane namioty oraz osłony z filtrami UV dla dzieci.

– W krajach azjatyckich coraz większą popularność zdobywają również rękawiczki UV oraz rękawki ochronne używane m.in. podczas prowadzenia samochodu czy dłuższego przebywania na słońcu. Warto pamiętać, że w przypadku tego typu akcesoriów należy sprawdzać oznaczenia i certyfikaty potwierdzające realną

ochronę przed promieniowaniem UV – mówi Jowita Dejewska.

Przeciwsłoneczne ubrania czy parasole możemy coraz częściej spotkać na ulicach miast, w parkach, ogrodach i na placach zabaw. Wydaje się, że coraz więcej osób zdaje sobie sprawę z tego, że ochronę przed słońcem należy zapewniać sobie stale, a nie tylko na urlopie.

– Ochrona przeciwsłoneczna powinna dziś być traktowana nie jako element wakacyjnej kosmetyczki, ale codziennej profilaktyki zdrowotnej – podsumowuje dermatolożka.

Ochrona przeciwsłoneczna jest ważna, ale trzeba też regularnie kontrolować jej skuteczność i poddawać się badaniom profilaktycznym pod kątem nowotworów skóry.

– Czerniak wykryty odpowiednio wcześniej jest jednym z najlepiej rokujących nowotworów skóry. W przypadku zmian rozpoznanych na wczesnym etapie szanse na całkowite wyleczenie przekraczają 90 proc. Dlatego regularna kontrola znamion i szybka reakcja na wszelkie niepokojące zmiany mają ogromne znaczenie – zachęca Jowita Dejewska.

Kontrolę znamion powinno się wykonywać minimum raz w roku, a częściej w przypadku pojawienia się zmian na skórze.

REKLAMA

0011560000

Prezydent Miasta Torunia

informuje, że zostały podane do publicznej wiadomości obwieszczenia o przeznaczeniu do sprzedaży w przetargach ustnych nieograniczonych następujących nieruchomości:

- 1) nieruchomości zabudowanej, stanowiącej własność Gminy Miasta Toruń, położonej w Toruniu przy ul. Prostej 29, oznaczonej geodezyjnie jako działka numer 115 o powierzchni 0,0124 ha, w obrębie nr 15, zapisanej w księdze wieczystej KW nr TO1T/00001169/9,
- 2) nieruchomości gruntowej, stanowiącej własność Gminy Miasta Toruń, położonej przy ul. Karola Stamirowskiego 9 w Toruniu, oznaczonej geodezyjnie jako działka 1/144 o powierzchni 2,3987 ha, w obrębie 75, zapisanej w księdze wieczystej TO1T/00118975/5,
- 3) nieruchomości gruntowej położonej w Toruniu w obrębie nr 22, stanowiącej własność Gminy Miasta Toruń, oznaczonej geodezyjnie jako działka nr 134/8 o powierzchni 1,2162 ha położona przy ul. Szosa Bydgoska 73, dla której Sąd Rejonowy w Toruniu prowadzi księgę wieczystą TO1T/00035395/9 oraz działka nr 127/3 o powierzchni 0,6000 ha położona przy ul. Szosa Bydgoska 77, dla której Sąd Rejonowy w Toruniu prowadzi księgę wieczystą TO1T/00054865/4.

Obwieszczenia zostały wywieszone na tablicy ogłoszeń w siedzibie Wydziału Gospodarki Nieruchomościami Urzędu Miasta Torunia, ul. Grudziądzka 126b, II piętro oraz zamieszczone na stronie internetowej Urzędu Miasta Torunia www.bip.torun.pl w zakładce: nieruchomości. Kontakt w sprawie: Iwona Więckowska, tel. 56 61-18-401, e-mail: i.wieckowska@um.torun.pl

REKLAMA

0011546786

„ALPA”

Zakład i Dom Pogrzebowy

Nowa Główna Siedziba:
Toruń: ul. M. C. Skłodowskiej 41
ul. Podgórna 16
ul. Okólna 30

tel. 56/62-226-59

fax 56/66-11-239

CAŁĄ DOBĘ www.alpa.com.pl

- Transport ciała na terenie kraju i Europy;
- Załatwianie formalności pogrzebowych;
- Kremacje, ekshumacje;
- Odzież i dewocjonalia
- Wierce i wiązanki
- Sprzedaż nagrobków;
- Możliwość wyboru kolorystyki strojów żałobników;
- Z szacunkiem i zaangażowaniem spełniamy ostatnią posługę.

REKLAMA

0111542994

REZONANS MAGNETYCZNY

• 7 dni w tygodniu

• Odpłatnie i w ramach NFZ*

LUXMED
DIAGNOSTYKA

Rejestracja i szczegóły: **56 621 43 21**
LUX MED Diagnostyka
ul. Kościuszki 71, 87-100 Toruń

*Badania NFZ wymagają ważnego skierowania

REKLAMA

0011546120

strefa AGRO

Grunt to biznes.

strefaagro.pl

REKLAMA

0011546120

PRYWATNA SPECJALISTYCZNA

PRAKTYKA LEKARSKA

GABINET

PSYCHIATRYCZNY

ARKADIUSZ SZMANDA

87-100 Toruń,

ul. Stefana Srebrnego 1

rejestracja

tel. 56 62 10 811, 516 138 555

wizyty domowe 601 959 392

DROBNE

Zdrowie

STOMATOLOGIA

NAPRAWA Protez Wyszyńskiego
11A/61 tel. 56 645 45 72

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

BUDOWY i remonty, budowy domów.
608-071-593, Toruń i powiat

KOMPUTEROWE

514-042-236. Informatyk z dojazdem.

Turystyka

KRAJ - MORZE

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

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne
w Twojej gazecie przez
Internetowe Biuro Ogłoszeń.
Bez wychodzenia z domu.

ibo.polskapress.pl



Sport

SIATKÓWKA

Dwa miesiące ciężkiej pracy, po to by potem w lidze grało się łatwiej

Dariusz Knopik

Trzynastu zawodników wzięło udział w pierwszym treningu CUK Aniołów Toruń, który inaugurował przygotowania do nowego sezonu w Tau-ron 1. Lidze

W hali SP 28 Przy Skarpie zabrakło tylko libero Łukasza Tyneckiego. Pozostałym dopisywały humory. Trener Marcin Kryś przedstawił plan pracy na najbliższe tygodnie.

- Początkowo będziemy pracowali trzy razy w tygodniu w siłowni oraz codziennie w hali - tłumaczy szkoleniowiec. - Potem będziemy z obciążen schodzili. Będą dwa zajęcia w siłowni tygodniowo plus oczywiście treningi w hali.



Humory dopisywały na pierwszym treningu Aniołów

KRÓTKO

Piłka nożna

Lech i Górnik grają o Ligę Mistrzów

Dzisiaj rozegrane zostaną mecze rewanżowe drugiej rundy eliminacji Ligi Mistrzów. O godz. 19 Lech Poznań podejmie duński Aarhus GF. Mistrzowie mają pokazać zaliczkę z pierwszego meczu (4:1) i powinni przyklepać awans. A tam czeka lepszy z pary Sabah Baku/Kuopion Palloseura (pierwszy mecz - 1:0). Spotkania do obejrzenia w TVP Sport.

Mamy zaplanowany udział w trzech turniejach w Grodzisku Mazowieckim, Bydgoszczy i u nas. Zagramy także sparingi z zespołami z Płocka i Poznania - dodaje trener Kryś.

Przez pierwszy tydzień zajęcia będą prowadzone pod jego wodzą. Potem kontrolę przejmą jego asystenci Łukasz Detmer i Oliwier Michalak, bo pierwszy szkoleniowiec musi wrócić do pracy w reprezentacji Słowacji jako jeden z asystentów Michała Masnego.

Ze względu na jego obowiązki reprezentacyjne dwa pierwsze mecze CUK Aniołów w lidze zostały przełożone. Torunianie zmagania rozpoczną od spotkania wyjazdowego z Mickiewiczem Kluczbork 26 września. ©©

KOSZYKÓWKA

Twarde Pierniki rosną w siłę. Anwil ma prawie gotowy skład

Dariusz Knopik

Coraz bardziej konkretnie prezentują się zespoły z Torunia i Włocławka przed nowym sezonem Orlen Basket Ligi

Wydarzeniem jest powrót po rocznej przerwie do Twardych Pierników Viktora Gaddeforsa. Przypomnijmy, że podczas poprzedniego pobytu w Toruniu reprezentant Szwecji przyczynił się do awansu do play offów. Po tamtym udanym sezonie otrzymał intratne propozycje z wielu klubów. Wybrał grę w lidze tajwańskiej. Tam średnio notował 13,9 punktów, 9,5 zbiórek i 3,1 asysty. Teraz wraca do Torunia. Kontrakt został podpisany na sezon 2026/27 z opcją przedłużenia o kolejny rok.

Innym nowym zawodnikiem Twardych Pierników jest Bennet Vander Plas. Amerykański skrzydłowy jest bardzo dobrze znany z krajowych parkietów, bo ostatni



Viktor Gaddefors (z piłką) był jednym z liderów Twardych Pierników w sezonie 2024/25

sezon spędził w Dzikach Warszawa, z którymi wywalczył brązowy medal.

Przypomnijmy, że drużynę ponownie poprowadzi Srdjan Subotić. W składzie prócz Gaddeforsa i Plasa są także: Damian Kulig, Luka Sakota, Kristaps Kilps, Maksymilian Wilczek i Isaiah Cousins. To jeszcze nie koniec transferów.

Z kolei nową postacią w Anwile jest Lennard Freeman. To 31-letni center, który mierzy 203 cm wzrostu. Ostatni sezon spędził w izraelskim Maccabi Ra'anana. Jest absolwentem Uniwersytetu Stanowego Karoliny Północnej.

Po zakończeniu gry w NCAA przeniósł się do Europy. Grał w klubach z Turcji,

Belgii, Rumunii i Izraela. Zaliczył też dwa sezony w Korei Południowej. Jego dane z ostatniego sezonu w Maccabi są następujące: 25 meczów i średnio: 25.4 minut, 9.6 punktów, 6.5 zbiórek, 1.2 asysty i 0.8 przechwyty.

Warto dodać, że Freeman współpracował już z trenerem Vedranem Bosnkiem w sezonie 2019/20 w belgijskim Mons-Hainaut.

- Lennard jest dokładnie tym, czego ta drużyna potrzebuje zwłaszcza pod koszem. Dobrze zbiera na obu tablicach, jest dobrym obrońcą i bardzo mobilnym zawodnikiem w akcjach pick and roll - powiedział trener Anwila cytowany przed stronek klubową.

Kontrakt został podpisany na cały sezon 2026/27.

Nowy sezon w Orlen Basket Lidze rozpoczyna się 3 października. Anwil zagra u siebie z Górnikiem Wałbrzych, a Twarde Pierniki podejmą Kinga Szczecin. ©©

PIŁKA NOŻNA

- Zabrakło nam decyzyjności - mówi Michał Cywiński z Zawiszy Bydgoszcz

Dariusz Knopik

Na inaugurację Betclit 2. Ligi Zawisza zremisował z Sokołem Kleczew 1:1. Po spotkaniu rozmawialiśmy z Michałem Cywińskim, pomocnikiem niebiesko-czarnych

Jakie wrażenia po inauguracji?

Trzeba szanować punkt, bo mogliśmy mieć trochę mniej szczęścia i wszystko skończyłoby się inaczej i przegralibyśmy to spotkanie. Brakowało nam finalizacji w trzeciej tercji. Mieliśmy sporo kontaktów w polu karnym i zabrakło nam trochę decyzyjności w decydujących mo-



Michał Cywiński (z piłką) jeden z liderów Zawiszy

mentach, by oddać strzał na bramkę. Jeśli chodzi o sam przebieg spotkania, to mieliśmy optyczną przewagę i dłużej utrzymywaliśmy się przy piłce, ale zabrakło finalizacji. Jak się nie strzela goli, to się nie wygrywa.

Możecie chyba przede wszystkim żałować, że dobrej gry w pierwszej połowie nie udokumentowaliście golem.

Tak, to prawda. Zabrakło mi także trochę szczęścia, bo piłka po moim strzale zatrzy-

mała się na poprzeczce. Wszyscy mamy niedosyt, że to się tak potoczyło, bo tych sytuacji jednak trochę było. Z drugiej strony nie ma co przeżywać. Ten mecz już za nami i trzeba myśleć o kolejnym. Musimy podtrzymać dobrą grę i skupić się na lepszej finalizacji swoich okazji.

Rywal był dla was zagadką, bo mocno się zmienił?

Zawsze tak jest w pierwszych meczach nowego sezonu, że przeciwnik jest pewnego rodzaju niewiadomą. Dziś też do końca nie wiedzieliśmy czego się po nich spodziewać. Jednak my zawsze musimy wyjść ze swoim pomysłem i go realizować bez względu na to z kim będziemy grać. Wiadomo, że zawsze analizuje się przeciwnika, ale najważniejsze jest to, co my chcemy robić. ©©

extra

tylko dla
prenumeratora!

NOWOŚCI

DZIENNIK TORUŃSKI

Nr 101

lipiec 2026

KULTURA

Tomasz Karolak: pozbywam się napięć i dzisiaj głównie dziękuję. Wszystkim za wszystko

Z aktorem i reżyserem w rozmowie o spektaklu „Meczycho” Juliusza Machulskiego, piłce nożnej, dzieciństwie, Łodzi sprzed lat i obecnej oraz graniu komediowym

Dariusz Pawłowski

Spektakl „Meczycho” Juliusza Machulskiego, który Pan reżyseruje w Teatrze Powszechnym w Łodzi, to opowieść rodzinna. Mecz pomiędzy trzema pokoleniami. Jaki będzie jego wynik?

Wynik meczu będzie jedynym z możliwych. Ale, co może być podpowiedzią i takie sformułowanie pada w tym tekście, piłka nożna jest jedyną dziedziną sportu, w której remis może dać komuś zwycięstwo. Nie ma czegoś takiego w tenisie, koszykówce czy siatkówce. Piłka nożna jest ważna w tym przedstawieniu, choć rzecz jasna nie najważniejsza. Ale chciałbym, żeby widzowie się zastanowili, jak bardzo zjawisko pod nazwą piłka nożna nas otacza. Piłka nożna stała się częścią popkultury, związane z nią emocje weszły w nasze życie, czy tego chcemy czy nie. Jak zawsze w swoich działaniach, dążę do zgody, w spektaklu również tej wielopokoleniowej, i do wyjaśniania zaległych spraw. Naszym zadaniem – a pretekstem staje się oglądanie meczu polskiej reprezentacji – jest przeprowadzenie tego procesu na scenie tak, żebyśmy wyszli z siebie, ujrzeeli się trochę z boku. I zoba-

czyli, że my dostajemy szalę właściwie nie wiadomo dla czego i po co. Widzimy 22 facetów, którzy biegają za kul-ką po trawie, uczestniczymy w jakimś szaleństwie, które ogarnęło cały świat, zapominając nieco, że jest to po prostu ogromny przemysł, niezależny, do którego już nawet poszczególne narody nie mogą się wtrącać, bo FIFA to państwo nad innymi państwami.

Pan też uczestniczy w tym szaleństwie i pasjonuje się piłką nożną?

Unikam piłki nożnej jak ognia, także dlatego, że jestem wychowany na boisku. Mój ojciec był sędzią piłkarskim. Co ciekawe, doznałem déjà vu, kiedy przyjechałem do Łodzi na pierwszą próbę „Meczycha” i zobaczyłem, że sala Pieter Smit, gdzie powstaje spektakl, jest tuż za stadionem Widzewa. I nagle uświadomiłem sobie, że w dzieciństwie, w komunie, moim najwspanialszym trofeum był wpinany w klapę znaczek RTS Widzew, który był metalowy, kolorowy i stanowił dla mnie jakąś świętość. Jednocześnie jednak moje dzieciństwo kojarzy mi się z nudą, siedzeniem w samochodzie i czekaniem na ojca, bo ileż tych meczów można oglądać.

Nie doceniałem wtedy, że oglądałem w akcji wielkie gwiazdy polskiej piłki nożnej, od Lubańskiego po Smolarka, bo byłem chłopakiem, miałem 5-6 lat i mnie to nie za bardzo interesowało. Wołałem w niedzielę spędzać czas z kolegami, niż po raz kolejny jechać z ojcem na mecz. Piłka nożna stała się więc dla mnie traumą. I w życiu dorosłym zorientowałem się, że choć cieszę się, kiedy polska reprezentacja i inne nasze drużyny osiągają sukcesy, to im dalej w las, tym bardziej tego fenomenu nie rozumiem. Nie pojmuję też tych kolosalnych zarobków, pomników budowanych w świecie, który ma dziś tyle innych potrzeb.

Zostawmy piłkę nożną. Reżyseruje Pan komedię, czyli gatunek, który w Polsce wciąż traktuje się niepoważnie, uznając, że nie jest on przeznaczonej do istotnych rozważań. Czy chce Pan się takiemu myśleniu przeciwstawić?

Jestem uczniem Mikołaja Grabowskiego i cudowny czas zespołowego teatru miałem w Łodzi, kiedy po studiach, w 1999 roku, znalazłem się w Teatrze Nowym, którego dyrektorem objął właśnie Mikołaj

Grabowski. I wtedy repertuar tej sceny był naszpikowany spektaklami reprezentującymi gatunek, który moglibyśmy nazwać tragicomedią. To jest bardzo trudna dziedzina teatralnej twórczości, ale prowadząc widza w pewnej sinusoidzie – raz poważniej, raz śmieszniej – rzeczywiście najlepiej wzbudza jego emocje. To doświadczenie tkwi we mnie głęboko i dziś wspólnym celem moim oraz aktorów „Meczycha” jest osiągnięcie takiego, tragicomicznego efektu. Jestem przy tym wrogiem tak zwanego grania komediowego. Nawet nie rozumiem, co to jest. Gram w serialu „Rodzinka.pl”, który jest komedią, ale proszę zauważyć, że nie gram tam komediowo i nikt aktorów do takiego grania tam nie nakłania. Moim zdaniem granie komediowe zaczyna być mylone z wygłupem aktora na scenie. Uważam, że to raczej kabaret teatralny, nie moja bajka. Wydaje mi się, że komediowość – i nie mówię o farsach, które są komedią omyłek – osiąga się poprzez kontekst, w jakim funkcjonują bohaterowie. Tak konstruujemy nasz spektakl. Co więcej, namawiałem aktorów do filmowego grania. Takiego, że najważniejszy jest temat, który

Dokończenie na str. 3



„Alternatywy 4”. Sąsiedzki tygiel made in PRL

Str. 13



Martyna Wojciechowska: Znacznie trudniej zejść ze szczytu, niż na niego wejść

Str. 14-15



Mnich ma ponad dwa tysiące siekier. Każda naostrzona i gotowa do pracy

Str. 16



Czeski Krumlow. Piękniejszy na żywo niż na Instagramie

Str. 4

Wieści o znanych i lubianych

Grażyna Szapołowska Dokazuje na plaży

Gwiazda polskiego kina spa-
kowała walizki i wybrała się
do słonecznego Alicante. Do-
kumentuje teraz swe wakacje
w internecie. Oglądając zdję-
cia, które umieściła na Insta-
gramie zaskakuje fakt, że wy-
brała się nad morze w błysz-
czącej sukni, obsypanej mie-
niącymi się w słońcu cekina-
mi. Na jednym z opublikowa-
nych ujęć widzimy, jak wygi-
na się na drewnianej balustra-
dzie kładki prowadzącej
na plażę, wymachując bosy-
mi stopami. Na kolejnych fo-
tografiach leży w wieczoro-
wej sukni na piasku, strojąc
śmieszne miny do obiektywu.
W hiszpańskiej wyprawie ak-
torce towarzyszy jej córka,
Katarzyna Jungowska, która
z kolei zapozowała w bikini
na tle napływających na brzeg
fal. Szapołowska podpisała
zdjęcia: „Matka i córka”.

Roksana Węgiel Szybko wyfrunęła z gniazda

Młodziutka piosenkarka wy-
szła za mąż w 2024 roku, ma-
jąc zaledwie 19 lat. Jej wy-
brankiem okazał się starszy
od niej o 8 lat Kevin Mglej.
Podczas niedawnego wywia-
du dla „Vivy” opowiedziała
o tym, jak jej rodzice zareago-
wali na to, że tak młodo wy-
chodzi za mąż. – Na początku
też nie byli zadowoleni z ta-
kiego obrotu spraw. Nie dzi-
wię im się, przecież mieli oba-
wy, czy to dobra relacja, czy
poważna, czy się nie rozmy-
śli. Musieli sobie pewne rze-
czy poukładać, a przede
wszystkim zrozumieć, że nie
jestem już małą dziewczynką.
Nie spodziewali się, że tak

szybko wyfrunę z gniazda, bo
przecież zawsze mówiłam, że
będę z nimi długo mieszkała,
bo nigdzie mi się nie spieszy
– wyznała.

Maria Prażuch-Prokop Wierzy w prawdziwą miłość

Była żona popularnego pre-
zentera przez wiele lat pozo-
stawała w jego cieniu. Kiedy
tylko jednak doszło do rozwo-
du, nagle stała się prawdziwą
celebrytką. W miniony wtorek
Polsat ogłosił, że Maria Pra-
żuch-Prokop zostaje prezen-
terką stacji. „Poznajcie prowa-
dzącą nowy program „Wielka
Miłość w Małym Mieście”! To
Maria Prokop – i to jej telewi-
zyjny debiut! Po latach w kor-
poracji zmieniała życie o 180
stopni: dziś dzieli czas między
Polską a Teneryfą, prowadzi
jogę i wspiera kobiety w roz-
woju” – napisano w komunika-
cie. „Wierzę w prawdziwą
miłość, a ten program daje
uczestnikom odwagę, by ot-
worzyć nowy rozdział w swo-
im życiu” – dodała celebrytka.

Sandra Kubicka Zachwyciła się masażem

Celebrytka jest związana
od dwóch miesięcy z Ada-
mem Zaorskim. Wspólną pa-
sją zakochanych są podróże.
W ciągu ostatniego miesiąca
zawitali na Mazury i udali się
na kilkudniowe wakacje
do Włoch. Teraz para wybrała
się do greckiego Rodos. Para
zatrzymała się w hotelu,
w którym w ten weekend
trzeba zapłacić 2148 zł
za noc. Obiekt oferuje także
apartament z prywatnym ba-
senem, a wówczas cena
wzrasta do 3190 zł.

KUCHNIA



FOT. STANISŁAW ROMEK

Owoce Biskoptowe ciasto migdałowe z czereśniami

Czereśnie to nie tylko walory
smakowe, ale i wiele właści-
wości odżywczych. Składają
się w około 80 procentach
z wody, a 100 g czereśni do-
starcza nieco ponad 60 kcal.
Są bogatym źródłem witami-
ny C, witamin z grupy B (B1,
B2, B6), witaminy E, witami-
ny K czy witaminy A.
Zawierają również jod, potas,
fosfor, wapń czy magnez,
które mają znaczny wpływ
na prawidłowe funkcjonowa-
nie naszego organizmu.

Składniki na formę do pie- czenia 20 cm

150 g czereśni
90 g mielonych migdałów
30 g mąki ziemniaczanej
75 g drobnego cukru do wy-
pieków
3 jajka
1/2 łyżeczki bezglutenowego
proszku do pieczenia
cukier puder do posypania

Umyć i wydrylować czere-
śnie. Możemy to zrobić
za pomocą drylownicy lub
wydrążyć pestki nożykiem.
Po pozbawieniu czereśni pe-

stek rozgrzać piekarnik
do 175 stopni (grzałka gó-
ra/dół bez termoobiegu).
Oddzielić żółtka od białek.
Białka odłożyć, natomiast
żółtka utrzeć razem z cu-
krem aż do momentu kiedy
masa jajeczno-cukrowa bę-
dzie puszysta i jasna. Nastę-
pnie do masy wsypać zmie-
lone migdały, przesianą mąkę
i proszek do pieczenia. Wszys-
tko wymieszać do połącze-
nia składników. Jeżeli nie ma-
cie mielonych migdałów, to
można zemleć całe w blen-
derze – najlepiej razem z mą-
ką, żeby migdały zbiły się jak
najmniej przez wydzielający
się z nich tłuszcz podczas
mielenia. Po wymieszaniu
masy ubić białka na sztywno.
Następnie w dwóch/trzech
porcjach dodawać je do mi-
gdałowej masy i delikatnie
wymieszać do połączenia
składników. Masa migdałowa
będzie gęsta, ale po dodaniu
białek powinna się zrobić
na tyle luźna, że będzie się
powoli wylewać z misy
do formy. Dodać połówki
czereśni i wszystko razem
delikatnie wymieszać, żeby
białka nie opadły. Piec
do „suchego patyczka”.

**Przepis Magdaleny
i Stanisława Romków**

Warzywa Sałatka z bobem, roszponką i boczkiem

Bób to warzywo, którym mo-
żemy cieszyć się dosyć krót-
ko, zwykle sprzedawane
w półkilogramowych pacz-
kach. Ten młody da się jeść
na surowo, ale najbardziej
popularny jest w formie go-
towanej, jedzony bez łusek.
Ta roślina strączkowa ma
wiele wartości odżywczych
– zawiera dużo białka, sód,
potas i rozpuszczalny błon-
nik.

Jest to niskokaloryczne wa-
rzywo (w 100 g ugotowane-
go bobu znajduje się około
76 kcal), bogate w białko ro-
ślinne, błonnik i kwas folio-
wy. Wspiera odchudzanie,
obniża cholesterol, reguluje
ciśnienie krwi i chroni
przed anemią. Zawiera lewo-
dopę, wspiera układ nerwo-
wy i łagodzi objawy choroby
Parkinsona.

Mimo wielu zalet, nie jest
wskazany dla każdego. Po-
winny na niego uważać m.in.
osoby zmagające się dną
mocznową i problemami
żołądkowo-jelitowymi.
Jeżeli znudził się Wam sam
bób, proponujemy dodać go
do sałatek. Będzie pysznie!

Składniki

300-350 g bobu
3-4 garści roszponki
250 g wędzonego boczku
1 pęczek szczypiorku
2-3 łyżki prażonych
migdałów w płatkach
1 łyżka octu balsamicznego
1 łyżka oliwy trufłowej
1 łyżeczka miodu
pieprz, sól

Bób ugotować w lekko oso-
lonej wodzie do czasu, aż
będzie miękki. Wystudzić
i obrać ze skórki.
Boczek pokroić w kostkę,
wrzucić na suchą patelnię
i usmażyć, tak żeby był
chrupki.

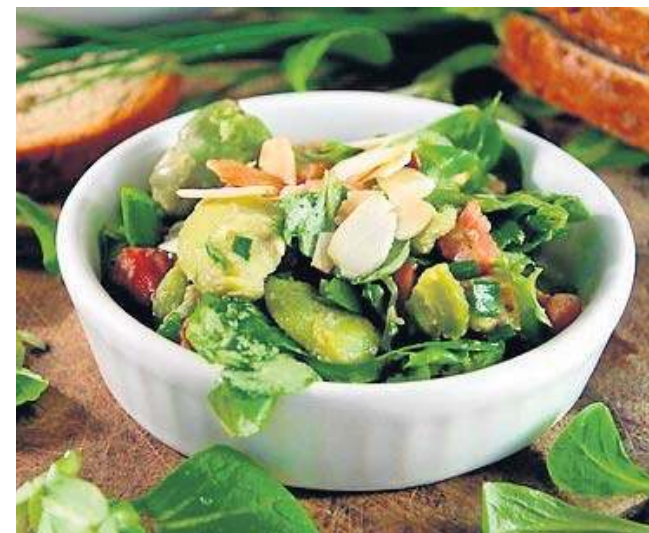
Usmażony boczek odsączyć
z nadmiaru tłuszczu na pa-
pierowym ręczniku.
Szczypiorek drobno posie-
kać.

Do dużej miski wrzucić
roszponkę, bób, boczek
i szczypiorek.

Z octu balsamicznego, oli-
wy trufłowej i miodu przy-
gotować sos. Polać nim sa-
łatkę i dokładnie wymie-
szać.

Doprawić do smaku solą
i pieprzem, a po wierzchu
posypać uprażonymi mi-
gdałami w płatkach.

Przepis Anny Loski



FOT. ANNA LOSKA

AUTOPROMOCJA

0010464774

Jesteśmy na Facebooku



NOWOŚCI
DZIENNIK TORUŃSKI



facebook.com/NowosciTorun

KULTURA

Dokończenie ze str. 1

niosę, a nie to, czy ja dobrze gram lub czy to się podoba publiczności. Wbrew pozorom to nie jest łatwe. Sam jestem aktorem i wiem, że publiczność ma oczekiwania, kusi aktora, by zrobił coś pod nią. Tymczasem chodzi o to, by się temu nie poddawać. Najciekawsze jest takie budowanie roli, oparte na intymnym procesie, który polega na połączeniu mojej własnej, prywatnej prawdy z obcym tekstem. Wtedy powstaje taka iluzja, że oto znam jakiegoś aktora, ale jednocześnie go nie znam, bo on wypowiada z przekonaniem zaskakujące teksty, niesie inny światopogląd. To jest nasz cel: nie wygłupiać się na scenie, rozśmieszyć widza ujęciem tematu, często trudnego.

A jakie to tematy?

Podstawowym jest rodzina, ale przecież opowiadamy tutaj chociażby o Litzmannstadt, czyli o Łodzi z czasów okupacji. Opowiadamy o tym, kim są dla nas Niemcy. To jest taki temat, który myślałem, że już nigdy nie wypłynie, a tu proszę bardzo – są politycy, którzy nam co jakiś czas przypominają o tym, że Niemiec czyha na nas za Odrą i nie wypłacił reparacji. Moim zdaniem to wracanie do stereotypów, o których chcielibyśmy już zapomnieć. Mamy też postać, jaka myślałem, że już nie istnieje, czyli Cypriana, który nienawidzi Niemców, dziadka, którego zagorzały antyfaszyzm przemienia w szowinistę. Tymczasem, gdy pokazałem ten tekst jednemu z przyjaciół, to on stwierdził, że to jest o jego ojcu.

Ciekawe, co by się w Polsce działo, gdyby PZPN, wzorem związków z innych krajów, uczynił trenowaniem polskiej reprezentacji Niemca lub Rosjanina...

Nie chcę nawet o tym myśleć. W naszym przedstawieniu jest taka fantastyczna scena, w której córka pyta swego ojca, który jest też wspomnianym dziadkiem, co u taty stało w garażu przez wiele lat. On mówi: samochód. A jaki? Niebieski. Mercedes stał. Bo te Teutony to tylko



Karolak: granie komediowe zaczyna być mylone z wygłupem aktora. To raczej kabaret teatralny, nie moja bajka

umieją robić maszyny, bomby V1 i V2. Ciągłe pokutuje nasze stereotypowe pojmowanie niemieckości. Jest o czym gadać.

Czy w kontekście Pana doświadczeń z Łodzią ma znaczenie to, że ten spektakl powstaje właśnie w Łodzi?

Ależ niebagatelne! Ewę Pilawską, która jest dyrektorką Teatru Powszechnego, pamiętam jeszcze z czasów, kiedy byłem w Teatrze Nowym. To pani dyrektor złożyła mi propozycję wyreżyserowania „Meczycha”, za co jej bardzo dziękuję. I kiedy pomyślałem sobie, gdzie ja miałbym zaczynać moją poważną reżyserską przygodę, to w Łodzi. To Łódź dała mi wzorzec zespołu teatralnego. Swoją Teatr Imka w Warszawie założyłem przecież z tęsknoty za tym, co tu się działo. Za tym, jaki to był zbudowany zespół, jak zespół łódzko-krakowski się zintegrował, jak aktorzy byli precyzyjnie prowadzeni przez dyrekcję, że powstały realizacje nowych dramatów, na które przyjeżdżała cała Polska. W Łodzi doszło do mojego spotkania z Kazimierzem Dejmkiem, którego byłem asystentem przy realizacji „Snu pluskwy”. Łódź w moim życiu teatralnym jest ogromnie ważna. Tak samo jak Kraków, w którym zaczynałem, gdzie grałem w Teatrze Starym, Słowackiego, Stu i gdzie poznałem Krystiana Lupe, Mikołaja Grabowskiego czy

Jerzego Jarockiego. Łódź jest niesamowitym miejscem, niezwykle inspirującym. Gdy padła propozycja reżyserowania w Łodzi, nie wahałem się nawet chwili, mimo że jestem cały czas w zdjęciach do serialu, mam swoje zobowiązania. Udało mi się to wszystko pogodzić.

Cisną się do głowy wspomnienia?

To jest dla mnie niesamowite. Jeżdżę łódzkimi ulicami, patrzę na dobrze znane, stare kąty, idę do Łodzi Kaliskiej, gdzieś kiedyś przesiadywali dniami i nocami. Przypominają mi się spektakle z tamtych lat – „Prorok Ilja”, w którym grałem, „Kadisz” w reżyserii Remigiusza Brzyka, przedstawienia z Teatru Jaracza. To jest dla mnie tym ważniejsze, że ja tak naprawdę nie mogę się odnaleźć w środowisku teatralnym Warszawy. Są w stolicy instytucje, które są moimi ukochanymi miejscami, ale w większości, muszę to powiedzieć, mam wrażenie, że ludzie nie za bardzo interesują się aktorstwem teatralnym i tym, co się dzieje na scenie. Raczej walczą o widza. Konrad Swinarski powiedział kiedyś, sam tego doznaję, że do Warszawy przyjeżdża się do teatru zwiędzać twarz. W Łodzi jestem bardzo podekscytowany, bo trafiam na kolegów, którzy nie grają w serialach i w filmach, założyli tutaj rodziny i ten teatr, dla którego poświęcili swoje życie, jest dla nich miejscem świętym.

Natychmiast złapaliśmy ze sobą wspólny język i mogę cieszyć się ich profesjonalizmem, jak w teatralnym przysłowiu: przychodzę na trzecią próbę, a wszyscy umieją tekst. W Warszawie jest to właściwie nie do użyskania. W Łodzi odzyskuję spokój, czuję się przez to miasto utulony.

Rzeczywiście są w Łodzi miejsca, w których niewiele się zmienia – idziemy do Łodzi Kaliskiej, a tam za barem ciągle Łukasz...

No właśnie!

Ale czy od momentu pierwszego przyjazdu do Łodzi do dziś zmieniło się Pana postrzeganie samego miasta, relacje z jego mieszkańcami?

Przyjechałem do Łodzi w 1999 roku, wyjechałem w roku 2003, czyli 23 lata temu. Patrzę jak Łódź się rozwija, ciągle mam tu swoich znajomych, z którymi jestem w dobrych relacjach. Pamiętam lekki ostracyzm łódzkiego środowiska teatralnego, kiedy pojawiliśmy się w Teatrze Nowym jako słynna dziś „trzynastka” z Krakowa. Ale w cztery lata – i to przecież nie sami, tylko z Łódzianami – zrobiliśmy tu jeden z najlepszych teatrów w kraju. Wsparli nas Jan Peszek i Jan Frycz, kierował nami Mikołaj Grabowski, ale tworzyliśmy całym zespołem, z pracującymi tu wtedy Wojtkiem Walasiakiem, którego już z nami nie ma, Barbarą Dębińską, Mirką Olbińską, Dymkiem Hołówko. Oni wszyscy przecież zabawili się razem z nami w ten teatr. A Łódź? Zmieniła się bardzo, idzie cały czas do przodu, wyładniała w wielu kwartałach. Przecież wtedy nie było Manufaktury, Piotrkowska inaczej wyglądała. Nie było nowego dworca Fabrycznego, nowego centrum. Wydaje mi się również, że polepsza się samopoczucie Łódzian. To nie jest już miasto, które mimo że leży w środku Polski, to jest jednak gdzieś z boku.

Czy jest Pan takim reżyserem, w którym podczas pracy budzi się aktor i wyrывa do tego, żeby pokazać innym aktorom, jak mają zagrać?

Robię wszystko, by tego nie robić, dwa razy w ciągu naszej pracy nastąpiła taka sytuacja. Próby w Teatrze Powszechnym zaczęły się od tego, że powiedziałem: proszę państwa, ja wiem, co to są próby w teatrze i że jest to długa, znużająca i nudna robota. Bo na czym polega istota aktorstwa? Podam osobisty przykład. Grając kilka lat temu, z wybitnym aktorem, w hitowym przedstawieniu, które jest opowieścią o trudnej relacji między ojcem a synem, ja nie mogłem tego konfliktu grać. Musiałem być sobą w tej awanturze, także ze względu na doświadczenia związane z moją relacją z ojcem. Mózg aktora to mózg człowieka; mózg, który nie wie, że aktor gra. Mózg myśli, że to się dzieje naprawdę. Konsekwencją jest późniejsze odchorowanie tego, co się wydarzyło, w domu. Pewnego dnia poczułem na scenie, że choć osoby na widowni mnie słuchają, oglądają, identyfikują się ze mną i prezentowanymi przeze mnie problemami, to ja zacząłem nie lubić tej sytuacji. Obnażenie mojego wnętrza przy ludziach nagle wydało mi się czymś za dużo. Kto mi dał takie prawo, ba, dlaczego ja sam je sobie dałem, żeby uzewewnętrznić się przed takim gremium. Co mi to daje? Skąd to się wzięło? Bo to nie jest normalne. Przecież panu takie wystąpienie nie byłoby do czegośkolwiek potrzebne. A ja muszę wychodzić i mówić do publiczności. Czym się różnią ludzie tacy jak pan i inni, którzy nie muszą wychodzić na scenę, od nas, którzy pchamy się przed kamerę i na scenę? I oczywiście odkryłem, że wszystko jest w dzieciństwie. Uważam, że wszyscy, którzy wychodzimy na scenę, cały czas – i to jest specjalnie dobrane słowo – zebrzemy o akceptację i miłość ludzi. Dlaczego? Dlatego, że zaistniała najprawdopodobniej w naszym dzieciństwie jakaś sytuacja, w której postępowanie rodziców lub osób z najbliższego otoczenia, zinterpretowaliśmy jako brak akceptacji i miłości. Co w dodatku często nie musi być prawdą. Uświadomienie tego sobie było dla mnie niezwykle silnym doznaniem. Rozumiałem, dlaczego robimy coś tak trud-

nego, jak wychodzenie na scenę, poddawanie się obserwacji i jeszcze wydobywanie z siebie autentycznych emocji. Oczywiście, nie mają z tym problemu aktorzy, którzy nie są prawdziwi, ale ci, którzy są szczerzy w tym zawodzie, poruszają ukryte w sobie struny, pokazują swój wewnętrzny ból i pragnienie akceptacji, przeżywają wszystko po wielokroć i męczą się z tym. No to ja zacząłem od stwierdzenia: wiem, że wy się tu męczycie, będziecie, że wam będzie strasznie, ale zrobimy to tak, żeby było nam jak najprzyjemniej. I kto wymyślił na to rozwiązanie? Kazimierz Dejmek. Przerwa na papierocha, kawę, herbatę co pięćdziesiąt minut. Nie ma „międolenia” godzinami. Często zostawiałem aktorów samych na próby tekstowe, żeby słuchali siebie. I oni się zbierali, na początku czytali tekst, recytowali go, a potem zaczęli nim rozmawiać. Bardzo to ukróciło uciążliwość prób. Narzuciłem też przedstawieniu bardzo wyraźną, formalną wizję. Ona okazała się kluczem do całości. Ale to już trzeba zobaczyć w teatrze.

Czy od początku się wie, że w tym gronie, z tym materiałem, w tym zestawie aktorów, uda się zrobić spektakl, czy też dopiero w pewnym momencie wydarza się coś takiego, że całość „zaskoczy”?

Ja przystępuję do pracy zawsze z wielką wiarą w efekt. Nie znałem aktorów, obsada została zaproponowana przez panią dyrektorkę Ewę Pilawską. Co się okazuje potem w trakcie pracy? Że oni są idealnie obsadzeni. Poznają ich jako ludzi, ich charaktery, nagle widzę, że to są dokładnie te osoby, o które chodziło. Gdy wsłuchałem się w to, jak oni rozmawiają ze sobą, szybko pojąwiło się przekonanie, że poniżej pewnego poziomu wypowiedzi teatralnej nasza praca nie spadnie. Bo oni są tak zestawieni ze sobą, że musi zaiskrzyć – ten rywalizuje z tym, ten lubi tego, ten jest mistrzem dla tego, a ci są liderami. To ich ciągnęło i wszystko się poskładało.©©

TURYSTYKA

Piękniejszy na żywo niż na Instagramie

Gdyby leżał w Europie Zachodniej – to tam woziliby pierwszych masowych turystów Thomas Cook. Gdyby leżał w Polsce – biłby popularnością na głowę Kazimierz Dolny

Szymon Paż

Gdybyśmy niczym ptak wlecieli do Czeskiego Krumłowa od południa, zobaczylibyśmy wznoszące się na wysokiej skale miasto, ze strzelistą wieżą gotyckiego kościoła. Przelatując nad nim ukazałby się naszym oczom ogromny zamek Rožmberków, jego podgrodzie i wielki kompleks klasztorno-pałacowo-browarny. W tle wznosiłaby się niemal 1100-metrowa, porośnięta lasem Klef. Jesteśmy 140 km na południe od Pragi, 55 km na północ od austriackiego Linzu; niemal u stóp dzikiego i odludnego pasma Szumawy.

Niektórzy twierdzą, że to jedno z tych miejsc, które na Instagramie wygląda gorzej, niż w rzeczywistości. Ale przede wszystkim to jedno z tych miejsc, gdzie na zdjęciach w Internecie nie zobaczymy zawsze tych samych 5 kamieniczek i jednego widoku na zamek. Każdy zaułek, każdy zakręt ulicy wśród setek malowniczych, zabytkowych kamienic odsłania nowy, zachwycający widok.

Co zobaczyć?

Imponujący zamek Rožmberków, drugi największy w Czechach po praskim Hradzie, z połowy XIII w. i rozbudowywany przez kolejnych właścicieli, w tym. Habsburgów i Schwarzenbergów aż do XVIII w., wznosi się na stromej skale nad Wełtawą. W swojej głównej części renesansowy, zachwyca m.in. zachowanymi malowidłami elewacyjnymi z końca XVI w. Dobudowany w drugiej połowie XVIII w. zamkowy teatr jest jedną z najlepiej zachowanych barokowych scen w Europie. W komnatach zamku mieści się muzeum, w którym można podziwiać m.in. złotą karocę z końca XVII w. Za teatrem rozciąga się wieli park w stylu francuskim ze sceną teatralną, gdzie latem niemal codziennie grane są spektakle.

U stóp zamku rozciąga się podgrodzie – Latrán – z wyjątkowo malowniczą uliczką



Bez wojen, bez pożarów i innych katastrof. Historyczne centrum Krumłowa wraz z zamkiem jest na liście UNESCO



Czeski Krumlow to setki kilkusetletnich kamienic

prowadzącą od Bramy Budziejowickiej na północy do mostu na Wełtawie prowadzącego do Wewnętrznego Miasta. Z jednej strony wznosi się zamek, z drugiej rozciąga się d. klasztor minorytów (w średniowiecznych wnętrzach mieści się m.in. muzeum) i kompleks pałacowo-browarny. Oba połączone są dużymi, otwartymi ogrodami. W renesansowym pałacu i części budynków browaru mieści się centrum kulturalne Port 1560. W innym budynku browaru wciąż warzy się lokalne piwo.

Wewnętrzne Miasto, czyli właściwe stare miasto wznosi się na skale nad niemal pełnym zakolem Wełtawy. Nad rzeką rozgościły się młyny i browary, nieco wyżej mieszczą się domy, które przetrwały w niemal niezmienionym kształcie do dziś. Ratusz przy rynku jest skromny – za renesan-

sową fasadą kryją się połączone gotyckie kamienice. Najbardziej monumentalne budowle rozgościły się na szczycie – gotycki, świetnie zachowany kościół św. Wita, sąsiadujące z nim gotyckie probostwo i szkoła parafialna, barokowa prałatura i renesansowe kolegium jezuitów. Z tarasu widokowego obok muzeum regionalnego rozciąga się spektakularny widok na Wełtawę, podgrodzie, stare miasto i zamek.

Idąc dalej, po przejściu przez wysoki most nad kanałem młyńskim, znajdziemy się na historycznym przedmieściu za Bramą Górną. Możemy stąd wejść do sanktuarium na Górze Krzyżowej, skąd rozciąga się piękna panorama Krumłowa. Idąc wzdłuż Wełtawy, wśród domków zbudowanych na wysokim klifie, możemy przejść na przedmieście Plešivec. Znajdziemy tu m.in.



Spływ Wełtawą to doskonały sposób na wypoczynek

bardzo przyjemny park miejski nad Wełtawą, krumłowska synagoga i domek-atelier malarza Egona Schielego. Warty uwagi jest też małe miasteczko-wiejski pleśzywiecki rynek, z którego możemy podejść do zamkowych ogrodów.

Co zobaczyć wokół?

Czeski Krumlow jest nieduży. Spiesząc się turysta obejdzie miasto w pół dnia i zdąży jeszcze zasiąść w czeskiej gospodzie. Ci, którzy chcą tam spędzić więcej czasu, zwiedzić zamek czy inne muzea, obejrzeć plenerowy spektakl czy dłużej odpocząć, mogą z łatwością znaleźć w pobliżu miasta wiele innych miejsc wartych zobaczenia.

Na pewno jest nim przełom Wełtawy wijącej się malowniczo przez Szumawę i jej podgórze. Spływając rzeką (to bardzo popularne – na kajakach, pontonach, tratwach)

od Zbiornika Lipnowskiego warto zatrzymać się w Wyższym Brodzie, z majestatycznym opactwem cysterskim, Rožmberku nad Wełtawą, czyli miniaturką Krumłowa z kolejnym zamkiem potężnego rodzaju. Płynąc dalej z Krumłowa warto zwrócić uwagę na gotycki klasztor cysterski w Złotej Koronie i ruiny gotyckiego zamku na Kamieniu Dziewicy. Na całej długości rzeki jest wiele przystani, kempingów i punktów gastronomicznych.

Miłośnicy górskich wędrówek mogą wybrać się m.in. na szczyt Klef (około 2,5 godziny w jedną stronę), prowadzą tam też kolej linowa z Krasetina.

Zaledwie 30 minut jazdy od Krumłowa leżą Czeskie Budziejowice – stolica Kraju Południowoczeskiego ze średniowiecznym centrum (większym niż w Poznaniu) i zabytkami wysokiej klasy

(m.in. barokowym ratuszem, gotyckim klasztorem dominikanów i licznymi zabytkowymi kamienicami). Perełką są też Holaszowice – średniowieczna wieś wpisana na listę UNESCO. Dla fanów historii i wojskowości (i gry Kingdom Come: Deliverance) atrakcją będzie wizyta w skansenie w Trocnowie; tam urodził się Jan Žižka.

Auto, z pewnością wygodne, nie jest niezbędne. Do większości tych miejsc dojedziemy komunikacją publiczną, choć konieczne mogą być przesiadki. Bardzo dobry, rozbudowany rozkład jazdy można znaleźć na stronie idos.cz.

Co i gdzie zjeść?

W rejonie Krumłowa dość silne są wpływy austriackie i niemieckie, warto więc wziąć pod uwagę sznycle (cz. řízek), wywar wołowy z knedlem wątrobowym (cz. hovězí s játrovými knedlíčky), knedle z morelami, a na słodkie – strudle. Lokalne pochodzenie ma kulajda – grzybowa z ziemniakami. Na śniadanie warto rozejrzeć się za typowymi dla Czech kanapkami z obkładem (cz. chlebičky), które można znaleźć w delikatesach (cz. lahůdky), piekarniach i sklepach spożywczych.

Sam polecam w Krumłowie trzy miejsca: kawiarnię Caffé Klášter (także na śniadania), Bistro Na Krajičku (z kuchnią czeską nieco „na nowo”) oraz restaurację Švejk. Wszystkie znajdują się na Latránie.

Jak się dostać?

Z Poznania do Krumłowa jedziemy samochodem w około 8 godzin. Wyprawa pociągiem, z przesiadkami w Pradze i Czeskich Budziejowicach, zajmie co najmniej 9,5 godziny. Bilety na całą trasę można kupić na stronie Kolei Czeskich, ceny zaczynają się od 160 zł w jedną stronę. Najszybszym i często najtańszym sposobem jest lot z Poznania do Pragi (ceny od 70 zł), a następnie przejazd autobusem Regiojet (ceny od 41 zł). Taką podróż można odbyć w 5-6 godzin.

[illegible]

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 22 utworzą rozwiązanie: myśl Epikura.

ROZWIĄZANIE: MIARA PRAWDY JEST UCZUCIE.

krzyżówka panoramyczna: „Moje Bieszczady”; krzyżówka z hasłem: Natura nie znośi próżni; duet: „Titanic”; „Serce na temblaku”; logogrify: „Życie to nie teatr”; krzyżówka: Ankara; krzyżówka A-Z: finalista.

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 27 utworzą rozwiązanie: myśl Karla Krausa.

Krzyżówka panoramiczna

minerał z grupy
fyszczyków

dział medycyny

przy-
stań
arki
Noego

rwetes,
hałas

roślina
wodna

gra liczbowa
obertas
dziadka

Krzysztof,
prezenter
Polsatu

czeski
Star

potocznie
o narcie

narzuta
na
tapczan

widli-
szek

słomiana
ple-
cionka

imię
Lasko-
wika

taktyka
walki

złot cza-
rownic

3

8

„kocie
tby”

7

zakli-
nacz
deszczu

6

np.
Jurand
ze Spy-
chowa

9

obiek-
t dla
dozorcy

mruczek

początek
dnia

8

scheda,
suk-
cesja

odmiana
czerwieni
jak roślina

1

teatr
jednego
aktora

zero,
nic

cyrkowy
klaun

do towa-
rzystwa

drapieźnik
o cennym
futrze

koniec
biegu

dawna
nazwa
czołgu

„Orbit”
do
żucia

4

2

dywanik
na
ścianie

kuzynka
kruka

reka
lub
noga

1

2

3

4

5

6

7

8

9

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 9 utworzą rozwiązanie: dokończenie dowcipu z okienka.

Krzyżówka A-Ż

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

- A) poprzedza Boże Narodzenie (6).
- B) instrument muzyczny z grupy membranofonów (5).
- C) chwianie się łódki na fali (6).
- D) mocne ścięcie piłki tenisowej (5).
- E) legendarna kraina złota (8).
- F) płat ryby oczyszczony z ości (5).
- G) osłania dłoń szermierza (5).
- H) „... traw”, powieść Trumana Capote (5).
- I) komedia Gabrieli Zapolskiej (3,6).
- J) spis potraw w barze (9).
- K) nie pasuje do kożucha (7).
- L) kwiatowy odcień wśród barw (7).
- Ł) polowanie na grubego zwierza (4).

Ż

A

1

2

3

4

5

6

7

8

9

- M) zwierzę morskie w kształcie parasola (6).
- N) zdolność intuicyjnego orientowania się w sytuacji (5).
- O) „Tajemniczy ...”, film Agnieszki Holland (5).
- P) niewielka ilość kosmetyku do testowania (6).
- R) drapieżna ryba morska (5).
- S) marka hiszpańskich samochodów (4).
- T) chrześna lub mięksiszowa (6).
- U) ozdobny krzew doniczkowy, fuksja (6).
- W) taniec towarzyski z wieńskich parkietów (4).
- Z) mały, zwykle młody las (8).
- Ż) gad z wyspy Galapagos (4).

Krzyżówka z hasłem

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

9

Litery z pól ponumerowanych w prawym dolnym rogu od 1 do 16 utworzą rozwiązanie: myśl Fiodora Dostojewskiego.

- Poziomo:
- 1) polski trunek jak brandy,
- 2) ... Michałkow, reżyser,
- 3) kraj z Tyrolem,
- 4) żołnierze Mieszka,
- 5) pocisk do strzelby,
- 6) cierpienie, udręka,
- 7) osesek z żeremia,
- 8) owoce palmy,
- 9) w środku awokado,
- 10) ryba łososiowata,
- 11) dietetyczna potrawa,
- 12) naczynie laboratoryjne,
- 13) stolica nad Dunajem,
- 14) ostrze golarki,
- 15) szkrab, berbeć,
- 16) poniesiony wydatek,
- 17) wierzb szara,
- 18) oprawa książki,
- 19) wojenne trofea,
- 20) pierwsza dama opery,
- 21) roślina wodna, glon.
- Pionowo:
- 1) pomocnik proboszcza,

Male
na Atlan-
tyku

rodzaj
masy
cukier-
niczej

podatek
pośredni

głęboka
misa
gliniana

instru-
ment
szarpany

WIRÓWKA
PANORAMICZNA

groźna
w
górach

...
sodu,
N₂CO₃

publiczne
zieleńce

żywy
taniec
rosyjski

Włochy
dla
tuziemca

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

Duet jolek

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

S

E

P

G

I

L

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 11 utworzą rozwiązanie: tytuł wiersza.

- W przypadkowej kolejności:
- cienka, sucha kielbasa
- żeglarz lub wioślarz
- żartobliwie o lekarzu
- wartość banknotu
- nauczyciel, wychowawca
- towarzyska afery
- ciężar trudny do udźwignięcia
- prysznic, tusz
- mięsny cymes w miodowej marynacie
- graniczy z San Francisco
- afrykański kraj z Jaunde
- Federico, włoski reżyser

Logogryf

1

2

3

4

5

Litery w polach z kropką czytane kolumnami utworzą rozwiązanie: tytuł filmu.

- 1) wypłaca gotówkę,
- 2) sportowa rezygnacja,
- 3) masyw górski w Bułgarii,
- 4) cięta odpowiedź,
- 5) Mars lub Jowisz.

8

2

11

3

4

1

7

10

5

6

9

12

14

13

Szyfr

Litery z pól od 1 do 14 utworzą rozwiązanie: tytuł filmu.

- Poziomo:
- 11) szklana tafla,
- 6) duma lisicy.
- Pionowo:
- 8) wstrząs psychiczny,
- 2) widzi we mgle.

Krzyżówka

1

2

3

4

5

1

Litery z pól ponumerowanych, w prawym dolnym rogu, od 1 do 5 utworzą rozwiązanie.

- Poziomo:
- 1,4,5) rodzaj tańca.
- Pionowo:
- 1) węgierski step,
- 2) rozpaczliwe zawrozenie, żałosne jęki,
- 3) miłośnik, hobbysta.

Rozwiązania

Krzyżówka panoramiczna: ... marzenia; krzyżówka: rumba. ka siostra”; „krzyżówka A-Ż: „skompilowane”; „szyfr”: „Bryd- „Płacie radio”; „logogryf”: „To Piękno zbawi świat”; „duet jolek: „na”; „krzyżówka z hasłem: ramiczna: „leka kawał- zebrałkiem: „włóćka pano- Krzyżówka panoramiczna: ...

chroń
obszar
leśny

sprzęt
fil-
mowca

wyższa
izba
parla-
mentu

dawniej
sławna
aktorka

zega-
rowa
melodia

dawny
poeta
i wo-
jownik

wbija
zęby
w glebę

miesz-
kanka
Kataru
ma
szczęble

spec od
budowy
orga-
nizmu

włókno
synte-
tyczne
pantera

ptak
afry-
kański

meta-
lowy
pieniądz

lilia
afry-
kańska

postać
z opery
„Strasz-
ny
dwór”

część
nogi

łzawnik
par-
mezan

Jan Chry-
zostom

okrywa
pień
lipy

film Kuro-
sawy

wygnany
z raju

zardca,
dyspon-
ent

krzew
na
używkę

19

należy do zakonu
kontemplacyjnego
żeglar-
ska lina

gruby
sznur

„Niech
żyje ...”,
pio-
senka

rozkład
zajęć

w parze
z
butanem

„reka”
ow-
czarka

14

przyspie-
szenie
przed
metą

imię
Pascchal-
skiej

biblijny
prorok

wysoki
męż-
czyzna

jedno-
stka
miary
ilości
pa-
piero

Connery
zbiór
zasad

główna
w
sztuce

wyrób
z
cukierni

23

osłania
głowę
statek
rzeczny

1

przyspie-
szenie
przed
metą

18

dokuczliwy
owad
w ekwipunku
taternika

Pakula
lub
Alda

instru-
ment
Erato

geolo-
giczny
stopień

uchwyt
przy
tokarce

drobina
żaru

przemysł
i
sztuka
filmowa

mart-
wica
wapien-
na

24

ważna
w
historii

brat
Abla

koronko-
wa
ozdoba
sukni

bryła
skałna

3

ptasie
amory

staro-
żytne
liczydło

turecki
gmach
rządowy

krótka
wycie-
czka

stru-
mien,
ruczaj

francu-
ski
kreator
mody

trój-
kątna
ryba
akwa-
riowa

Janek
z załogi
„Rudego”

lądowy
skoru-
piak

5

bankiet
w kon-
sulacie

islamski
du-
chowny

wiejski
fartuch

kończą grecki
alfabet

stodki
lub
gorzki

ciężkie
nie-
bieskie

strój
sędzięgo
sedno
sprawy

15

maść
konia
azotan
srebra

hisz-
pański
bur-
mistrz

duża
kość

indiań-
ski
namiot

... nie
woda

17

pod
opieką
bacy

10

ciężka
ripo-
sta

Sidney,
reżyser
filmowy

12

na trasie
Lublin-
Bia-
łystok

20

brak
napiecia
mięś-
niowego

gwiezda
opery

tarcza
Zeusa

grecka
litera

dach
nad pe-
ronem

taniec
kabare-
towy

przy-
jacieł
Portosa

arkty-
czny
ptak

pospo-
lite
oszu-
stwo

Dostarczamy codziennie do Twojego domu

Zamów prenumeratę

56 451 91 04

od poniedziałku do piątku w godz. 9:00-15:00

prenumerata.torun@polskapress.pl

NOWOŚCI

DIENNIK TORUŃSKI

prenumerata.nowosci.com.pl

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

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 25 utworzą rozwiązanie – myśl Józefa Bułatowicza.

ROZWIĄZANIE: SŁODKIE ŻYCIE SŁONO KOSZTUE.

eprasa.pl ccafad00c5

douczanie, do-kształcanie	rywalka wyrób z tartaku	budynek gospo-darczy	rodzaj słodkie-go sosu zaworek	miasto z fabryką autobusów	rodzaj zapiecia kurtki	fartuch ochronny
kontroler pu-blikacji				żyzna gleba		
6		12	3		7	
Octavia lub Yeti			krewny po kądzieli		15	miała randki pod jaworem
blankiet lotto			wiszący kawał lodu			
poetycki początek		5	rzadki, kowalny metal			8
				1:1000 na mapie	rzeka w Azji jak ryba	resztki na dnie butelki
16			14			
uko-chana mężusia	kraina w Gruzji	mielony lub scha-bowy	ryżowy trunek z Azji			
			opiekun prawny	wielka ilość		
zapis księ-gowy		11		imię Thur-man, aktorki		miasto nad jeziorem Necko
			udzie-lana przez lekarza			
odłam reli-gijny			13	Uśmiechnij się! – Mój dziadek był na „Titanicu”. Godzinę przed tragedią zaczął ostrzegać wszystkich, że statek zatonie. – I co? – ... 		
proszek kosme-tyczny	komedia Zapoł-skiej	portu-galskie wyspy	10			
„Kiwi” w tubce	pusto-rozec z Hima-lajów	król sa-wanny	4			
			9			
model Fiata						
miesz-kanie Baku	miejsce daleko od skupisk ludzkich		2	1		

Krzyżówka A-Ż

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

-
- The grid world environment is a 10x10 grid. The robot is located at (1, 1) and the goal is at (10, 10). Obstacles are located at (1, 3), (1, 4), (1, 5), (1, 6), (1, 7), (1, 8), (1, 9), (1, 10), (2, 1), (2, 2), (2, 3), (2, 4), (2, 5), (2, 6), (2, 7), (2, 8), (2, 9), (2, 10), (3, 1), (3, 2), (3, 3), (3, 4), (3, 5), (3, 6), (3, 7), (3, 8), (3, 9), (3, 10), (4, 1), (4, 2), (4, 3), (4, 4), (4, 5), (4, 6), (4, 7), (4, 8), (4, 9), (4, 10), (5, 1), (5, 2), (5, 3), (5, 4), (5, 5), (5, 6), (5, 7), (5, 8), (5, 9), (5, 10), (6, 1), (6, 2), (6, 3), (6, 4), (6, 5), (6, 6), (6, 7), (6, 8), (6, 9), (6, 10), (7, 1), (7, 2), (7, 3), (7, 4), (7, 5), (7, 6), (7, 7), (7, 8), (7, 9), (7, 10), (8, 1), (8, 2), (8, 3), (8, 4), (8, 5), (8, 6), (8, 7), (8, 8), (8, 9), (8, 10), (9, 1), (9, 2), (9, 3), (9, 4), (9, 5), (9, 6), (9, 7), (9, 8), (9, 9), (9, 10), (10, 1), (10, 2), (10, 3), (10, 4), (10, 5), (10, 6), (10, 7), (10, 8), (10, 9), (10, 10). A spring is located at (5, 5).

- M) Jacek Malczewski lub Juliusz Kossak (6).
N) zasada, reguła (5).
O) śródziemnomorski tłuszcz roślinny do sałatek (5).
P) potocznie o człowieku niskiego wzrostu (6).
R) żartobliwie o zdradzonym mężu (6).
S) zarzucana przez rybaka (4).
T) kraina historyczna w Azji z Lhasą (5).
U) Julian ... Niemcewicz, powieściopisarz (5).
W) energia życiowa, żywotność (8).
Z) zatopienie w myślach (6).
Ż) najwyższej jakości naturalne włókno ze strzyżonych owiec (4,5).

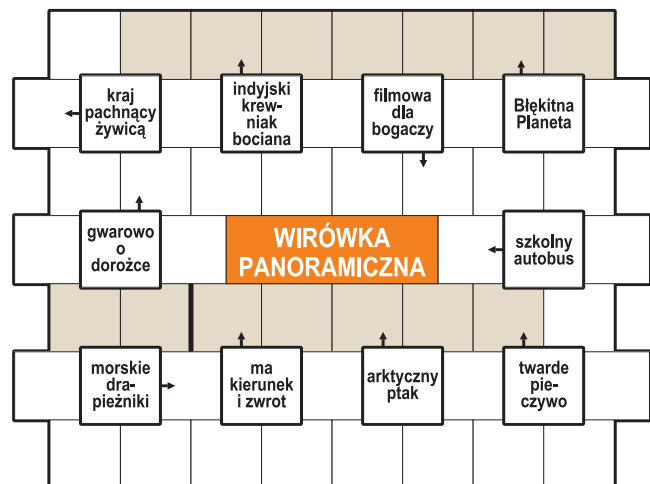
1		2				3				4		5		6
		3							7			4		
8	11												12	13
		20							9		10		11	
12						16			1					
						14								
						15			13					5
		14			15		16		9					
17		8					18		19		20			21
						7						2		6
22									18		10			
								23		17				

Poziamo:

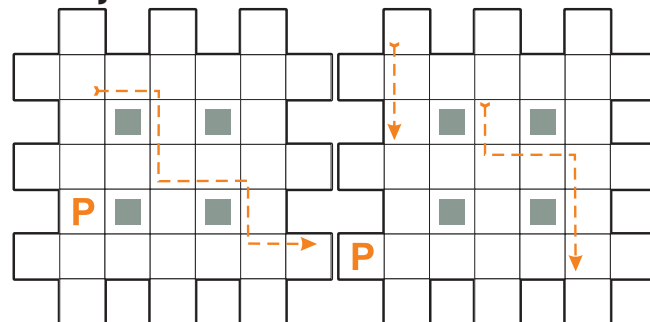
- 1) cecha herosa,
- 7) mały flet,
- 8) arktyczna formacja roślinna,
- 9) dostarczana przez kuriera,
- 12) tajny spisek,
- 13) afrykański czarownik,
- 15) madejowe – niewygodne,
- 17) obciąża sumienie,
- 18) miękka tkanina,
- 22) strój maskaradowy,
- 23) „... o dobrej robocie”.

Pionowo:

- 1) zamieszanie, chaos,
- 5) „... marymoncka”, powieść,
- 3) marchew lub ogórek,
- 4) część „Chłopów”,
- 5) węgierski powóz konny,
- 6) wierzba szara,
- 9) skórzany z klamrą,
- 10) „... wuja Toma”,
- 11) ochronny kolor munduru,
- 14) za sterami Airbusa,
- 15) płochy ssak leśny,
- 16) ozdoba bluzki z tiulu,
- 19) wynik dodawania,
- 20) krzew na wianki,
- 21) wypiek dla jubilat.



Duet jolek

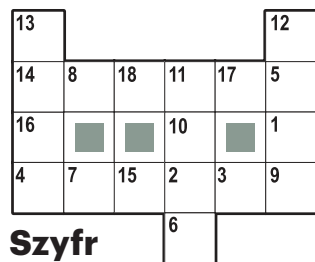


W przypadkowej kolejności:

- odmiana czerwieni
- przeszukanie przez celnika
- pachnące na łące
- drapieżna ryba z Amazonki
- drewniany rzemieślnik
- kraj z Gaskonia
- zachęta, impuls
- część firmy, instytucji
- belgijski port handlowy
- podpora stropu w kopalni
- uczulenie na pyłki
- najradkalniejszy wśród francuskich rewolucjonistów

1						
2						
3						
4						
5						

- 1) amerykański stan z Salem,
- 2) atrybut hetmana,
- 3) Krakowska lub Plater,
- 4) herb Zagłoby,
- 5) koń jasnobrzowy.



Poziomo:
14) kuratela, dozór,
4) element łożyska ślizgowego.

Pionowo:
13) religijna dieta,
12) „Zbrodnia i ...”,
11) hebrajski raj.

Poziomo:

- 4) grupa zaprzyjaźnionych ludzi,
- 5) rewia, popis,
- 6) amerykański kuzyn świni,
- 7) otoczka schabowego.

Pionowo:
1, 2, 3)
do kupienia w zieleniaku.

krzywizna panoramizyczna:
Wyrci||l go z kina; witówka
panoramizująca: "Narodziny
Venus"; krzywówka z hasłem:
Piękno nie męczy wzroku;
logofry: "Reguła milcze-
nia"; szfry: "Rejtan — upadek
Polski"; krzywówka: czośnek;
duet joiek: "Tolerancja",
"jak dzieci"; krzywówka A-Z:
kronikarz.

rodzaj techniki graficznej

nogi bielaka

mąż Anny Jagielonki

nieżyty kolarz duchownego

część kończy dolnej

złwisa z kar-nisza

gra liczbowa

imię Przemysław

nadrzewny ssak

grecka wyspa w Cykladach

dawna kurtka woj-skowa

metro-polia Macedonii Północnej

trudny wybór

w portfelu Czeszki

poręcz-cielka pożyczki

spiekota, upał

część wagi

żałobny utwór liryczny

wydział uniwer-sytetu

futrzana narzuta

taniec prowansalski

obłoki na niebie

zbiornik na paliwo

miłoś-niczka, zwolen-niczka

model poloneza morski dra-pieżnik

małe dziecko

miała randki pod jaworem

małpa wąskonosą

owoc po-ludniowy

duże pomiesz-czenie

łączy krokwie dziecięcy kurot

insekt, prusak

zmora debiutanta

miejsce akcji powieści „Dżuma”

mieszanina cementu, kruszywa i wody

siatka węd-ka

część kwa-dratu

grecka wyspa typ Volk-swagena

pirat w służbie władzy

obszar, okręg

solistka grupy Maanam

ptak śmieszka

podróż stat-kiem

Łódzka lub Łużycka

pod-mokle lub uprawne

partia towaru

zdrowe warzywo

gaz szła-chetny

„... orla”, polski serial

jedzie w żółtej koszulce

duży garnek

tereno-we auto

tylna część szyi

czółg pod Verdun

pieje o świcie

splaca weksel cią-gniony

... Penn, aktor z filmu „Rzeka tajem-nic”

chrust na pod-parkę

piłka poza bo-iskiem

rodzaj czworo-kąta

port nad Wogłą

dzieło karto-grafa

tropi-kałne pnącze

czystka żaru

oznaka smutku lub radości

trunek z Nipponu

... Reno, aktor z Francji

umiar w zachowaniu

su-miasty pod nosem

wykop z wodą

ptak wodny

zespół 8 mu-zyków

dąsy, grymasy

alarm dla harcerzy Kulesza

bohater spod Troi owad z żądłem

machina obłęż-nicza

gliniany dzbanek

gór-nicze ruszto-wanie

29

9

19

4

18

5

26

20

6

25

28

12

21

22

23

17

13

7

8

11

15

10

16

14

1

27

2

Dostarczamy codziennie do Twojego domu

Zamów prenumeratę

56 451 91 04

od poniedziałku do piątku w godz. 9:00-15:00

prenumerata.torun@polskapress.pl

prenumerata.nowosci.com.pl

NOWOŚCI

DIENNIK TORUŃSKI

SŁOWNIK: FRARANDOLA, LORI, OTROK, RACEMAT, TWIER.

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 29 utworzą rozwiązanie – myśl Eurypidesa.

ROZWIĄZANIE: DOBRO I ZŁO ZAWISZE ZE SOBĄ GRANICZĄ.

eprasa.pl ccafad00c5

krzywoporańcowa: „Siedmiu
... o grze na bebnie; wów-
ka panoramiczna”, krzywówka z ha-
samurajów”, krzywówka z ha-
siem: Serce ma swoją pamięć;
krzywówka: potok; szyfr: Anita
Sokołowska; logogrify: „Po-
chodnie Nerona”, duet jolek:
jedwabny szlak; krzywówka
A-Z: firmament.

KULTURA

„Alternatywy 4”. Sąsiedzki tygiel made in PRL

Jak przedstawić zbiorowy portret mieszkańców kraju na Wistą schyłku PRL-u, ich przywary, słabości, ale i śmieszności? Stanisław Bareja miał na to odpowiedź – wszak można ich na przykład umieścić w jednym bloku i wyposażać w skrajnie różne cechy, zachowania czy zawody. Wkrótce minie 40 lat od premiery serialu „Alternatywy 4”

Wojciech Obremski

Wydawałoby się, że fabuła serialu nie jest zbyt skomplikowana – oto poznajemy nieznaną sobie wcześniej ludzi (czasami całe wręcz rodziny), które wyczekują od lat dawno upragnionego mieszkania. Trafiają pod tym samym adresem, na warszawskim Ursynowie, konkretnie w nowo wybudowanym bloku przy ulicy Alternatywy 4. W kolejnych odcinkach obserwujemy ich zmagania związane z niedotrzymaniem terminu oddania budynku do użytku, partactwem robotników czy cwaniactwem urzędników. W tle zaś kolejki po mięso, problemy z prądem, historyczne nawiązania (nie zawsze wygodne ówczesnej władzy), a to wszystko podane w sposób, który nie tylko dawał do myślenia, ale i przede wszystkim bawił. Ot, typowy obraz minionej epoki, odpowiednio odbity w krzywym, barejowskim zwierciadle. Tym razem jednak w formie serialu, co dawało reżyserowi większe pole do popisu. Ale i cenzurze, lecz o tym później.

„Nad wszystkim czuwa gospodarz domu”

Sami mieszkańcy? Mamy tu ich cały wachlarz, na tyle różny pod względem charakterów, wykształcenia, a nawet wieku, że nie mogło zabraknąć między nimi okazji do komicznych (ale i dramatycznych) interakcji. Palmę pierwszeństwa dzierży jednak relacje lokatorów z gospodarzem domu Stanisławem Aniołem, który, przy pomocy sprytnych machinacji, podporządkowuje sobie mieszkańców bloku, sprawując nad nimi realną władzę. Anioł to człowiek, któremu spore ambicje niespecjalnie się spełniły, co próbuje wyładować na sąsiadach i początkowo mu się to nawet udaje. Nie przewidział tylko tego, że

jego „podwładni”, jak na Polaków przystało, w obliczu tyranii potrafią się zjednoczyć, zostawiając za sobą wszystkie dotychczasowe niesnaski.

Pomysł na „Alternatywy 4” narodził się jesienią 1979 roku, kiedy to przyszły scenarzysta serialu Maciej Rybiński (felietonista i dziennikarz) odbierał klucze do swojego nowego lokum na warszawskim Okęcu. Wiele do życzenia pozostawiała zarówno jakość wykończonych wnętrz, jak i sami sąsiedzi oraz ich wzajemne relacje. Te obserwacje posłużyły Rybińskiemu do stworzenia scenariusza serialu, zaś wspierał go Janusz Płoński, kolega z redakcji czasopisma „ITD” (oba mieli już na koncie m.in. jeden z odcinków Teatru Sensacji „Kobra”).

– Odpowiedź na nasz pomysł dostaliśmy po dwóch latach. Zamówiono scenariusz, dali nam reżysera, żeby nam pomógł ze scenariuszem. Ale po pierwszym spotkaniu wiedzieliśmy, że ten człowiek, którego nazwiska nie pomnę, jest pozbawiony poczucia humoru. Postawiliśmy się w telewizji. Efekt był taki, że dali nam Bareję. Wtedy już wszystko weszło na dobre tory. Bareja nas uczył pisania scenariusza. On rozumiał ideę tej historii. Pisaliśmy uniego w domu. Napisaaliśmy sześć odcinków. Serial był kręcony w stanie wojennym, co zapewniło „Alternatywowi” świetną reklamę. Pakowaliśmy dużo scen ryzykownych, bo wiedzieliśmy, że nawet jeśli cenzura część wykreśli, to sporo z nich zostanie. Telewizja to łyknięta i na szczęście zapłaciła – wspominał Janusz Płoński.

Początkowo serial miał nosić tytuł „Nasz dom”, a jego realizacji podjął się Stanisław Bareja, któremu Telewizja Polska, po sukcesie „Misia”, zezwoliła na reżyserię. Reżyser zaczął od przygotowania scenopisu (opierając się o tekst Rybińskiego i Pło-

skiego), zmienił również tytuł serialu na „Stanisław Anioł”. Zamiast zakładanych najpierw sześciu, mniej więcej półgodzinnych odcinków, ostatecznie nakręcono dziewięć, a każdy trwa około godziny. Po raz kolejny, już na dobre, zmodyfikowano tytuł, tym razem na „Alternatywy 4”. Skąd ta zmiana? Jak tłumaczył Bareja Rybińskiemu, Polska, jako „kraj na rozstaju dróg”, ma cztery alternatywy (lewo – prawo – góra – dół).

Postać dozorcę, ironicznie nazwanego Aniołem, była uosobieniem wszechobecnej kontroli obywateli przez państwo, zresztą nie od dziś wiadomo, że gospodarze domów w owym czasie nierzadko współpracowali z milicją czy Służbą Bezpieczeństwa. A pierwowzorem samego Anioła był niejaki Albin Siwak, komunistyczny aparatczyk, wywodzący się z frakcji moczarowców, pnący się błyskawicznie po szczeblach kariery.

Początkowo Bareja chciał, by w Anioła wcielił się Krzysztof Kowalewski (odmówił, twierdząc, że rola jest... cieniutka), Ludwik Pak (nakręcono z nim już nawet kilka scen) lub Stanisław Tym, lecz drugi reżyser Andrzej Swat optował za obsadzeniem w tej roli Romana Wilhelmięgo (Swat podziwiał jego grę w „Kariere Nikodema Dyzmy”). Będąc przy Paku trzeba dodać, że Bareja typował go również do roli Balcerka (ostatecznie został nim Witold Pyrkosz), jednak plan ten pokrzyżowała choroba alkoholowa aktora.

Plejada gwiazd, robot i striptizerka

Blok, który widzimy w serialu, znajduje się przy ulicy Grzegorzewskiej 3 w Warszawie, ale ujęcia jego wnętrza wstawiały już w hali zdjęciowej. Jednak nadszedł 13 grudnia 1981 roku i atelier stało się jednostką zmilitaryzowaną.

Pracę trzeba było przerwać. Mimo że ekipa powróciła na plan już w 1982 roku (pod ostrą kontrolą władz), to pojawił się kolejny problem – trzeba było ubłagać „Solidarność” o pozwolenie na zwolnienie aktorów z bojkotu telewizji. Udało się. Dzięki temu w „Alternatywach 4” widzimy całą plejadę gwiazd ówczesnego srebrnego (i nie tylko) ekranu; prócz Wilhelmięgo mamy tutaj: Bożenę Dykiel, Kazimierza Kaczorę, Halinę Kowalską, Jerzego Turka, Mieczysława Voita, Janusza Gajosa, Wiesława Gołasa, Jerzego Kryszaka i wielu innych. W roli czarnoskórego doktoranta Harvardu Lincoln reżyser obsadził pokrytego ciemną substancją Ryszarda Raduszeńskiego. Zaś w robotę kolejowego Ewy-1 wcieliła się Wanda Kozera-Hyży, aktorka teatru pantomimy Studia Kineo.

– Słyszałem, że scenarzyści wymyślili motyw z robotem kolejowym przypadkowo. Przeczytali jakąś informację w prasie o facecie, który na Ursynowie zbudował w czteropokojowym mieszkaniu w bloku samolot, tylko nie był go w stanie stamtąd wynieść. Wpadli na pomysł wprowadzenia do serialu wynalazcy robota stojącego w kolejkach bardziej potrzebnego w ówczesnym codziennym życiu – mówił Jerzy Bończak na łamach „Faktu”, czyli serialowy wynalazca Manc. Dodajmy, że jego sympatię Ewę, która była grana przez Hannę Bieniusewicz, raz zastąpiła dublerka.

– W scenie, kręconej w restauracji Kongresowa w Pałacu Kultury, miałam dublerkę, Mariolkę. Była profesjonalną striptizerką, która opracowywała ze mną ten taniec, a przy okazji się zakumpłowałyśmy. W serialu miałam tańczyć do rozchylenia się sukienki, zrobić obrót i od tego momentu miał być widoczny szeroki plan, a w nim – już tylko Mariolka.



„Alternatywy 4” tak naprawdę doceniono po przełomie ustrojowym, a serial z czasem zyskał status kultowego

Niestety, sukienka spadła. Została w samych majteczkach, z nagimi piersiami. Widownia konała ze śmiechu na widok piskzącej, wstydlivej striptizerki – śmiała się aktorka.

Bareja w na swój sposób odwodził się „Solidarności”, wpłatając sprytnie zawołane aluzje i żarty polityczne. Przykład? Mający konszachty z opozycją profesor Dąb-Rozwadowski mówi w pewnym momencie do słuchawki: „Adam, spokojnie, nie jękać się, co się stało?”

Kolaudacja serialu nastąpiła jeszcze pod koniec 1982 roku, lecz jej wynikiem była długa lista z rzeczami do poprawki (bądź wyrzucenia).

Cenzura i lewe kasety

Decydemtom nie przypadła do gustu scena, w której towarzyszył Winnicki opowiadał o parówce w d... nie spodobało się także zakładanie podsłuchu u profesora czy (niesławny) klub lokatora. Cenzorów uwierał też moment, w którym Winnicki daje sąsiadom wykład o sposobach manipulacji przy użyciu mediów, ponadto chciano, by Bareja dodał... zakończenie z morałem.

Co ciekawe, nie doszukanego się faktu, że postacie grane przez Wiesława Gołosa i Mieczysława Voita podczas swoich dysput rozmawiają o zbrodni katyńskiej czy niechlubnej roli Armii Czerwonej w powstaniu warszawskim.

Koniec końców batalia z cenzorami trwała aż do jesieni 1986 roku, gdy wyemitowano pierwszy odcinek.

Wcześniej jednak serial krążył w podziemnym obiegu na kasetach VHS, skopio- wany po cichu przez pracowników telewizji, co paradoksalnie ponoć przyspieszyło decyzję o oficjalnej emisji.

Po premierze, jak to często bywało z produkcjami Stanisława Barei, na głowę reżysera posypały się gromy. Ze słabą konstrukcją fabuły, że chaotyczny montaż, że brak spójności itd. Nie przeszkadzało to w świetnym odbiorze serialu przez widzów – oglądalność sięgała 75 procent.

Niesławna kartą w historii serialu jest... jego kontynuacja, nosząca tytuł „Dylematu 5”, której pierwszy odcinek nadano 1 maja 2007 roku. Reżyserem miał być Wojciech Smarzowski, ostatecznie został nim Grzegorz Warchoła (w oryginalnych „Alternatywach 4” grał reżysera). Występuje tu wielu aktorów znanych z oryginału, lecz serial zebrał tak złe recenzje i miał do tego stopnia druzgocący odbiór, że zakończono jego emisję na zaledwie trzech odcinkach.

„Alternatywy 4” tak naprawdę doceniono po przełomie ustrojowym, a serial z czasem zyskał status kultowego. 13 września 2014 roku cykl ponownie zagościł w telewizji, tym razem w wersji zrekonstruowanej cyfrowo i uzupełnionej o usunięte przez cenzurę sceny, które odnaleziono w archiwach Telewizji Polskiej. Dzięki temu produkcja może nadal pełnić rolę swoistej kroniki tamtych, nie tak bardzo przecież szarych, czasów. ©

OSOBOWOŚCI

Anita Czupryn

Dwadzieścia lat temu zdobyłaś Mount Everest i napisałaś o tym książkę „Przesunąć horyzont”. Niedawno wydałaś „Przesunąć horyzont. 20 lat później”. Czy to wciąż ta sama historia?

Fakty są niezmiennie. Zdobylam Mount Everest 18 maja 2006 roku.

O godzinie 9.02.

Dokładnie. Natomiast dzisiaj, z perspektywy czasu, całą tę historię widzę już inaczej. Wiem, że tak naprawdę nie chodziło o zdobycie Everestu, choć tym kończyła się książka, którą napisałam 20 lat temu, „Przesunąć horyzont”. Przez ten czas dowiedziałam się, że możemy mieć w życiu wiele Everestów. Że wiele razy możemy przesunąć swoje horyzonty. Dowiedziałam się też, że Everest tak naprawdę nie jest najwyższą górą na świecie i że znacznie trudniej jest z tego szczytu zejść, niż na niego wejść. I o tym chciałam opowiedzieć w tej książce. O tym, jak dzisiaj widzę tamte wydarzenia, co mnie ukształtowało, a także o tym, co doprowadziło do tego, że miałam w sobie dość siły i odwagi, żeby w jednym z najtrudniejszych momentów mojego życia podjąć takie wyzwanie.

W książce pokazujesz drogę, która doprowadziła Cię do Everestu. Zaczęło się od wypadku na Islandii, w którym zginął Twój operator, Rafał Łukaszewicz. Co bardziej dziś pamiętasz: jego śmierć czy jego życie?

Dużo nas łączyło zawodowo, ale i prywatnie był mi bliskim człowiekiem. Kawalek naszego życia podróżowaliśmy razem, odkrywaliśmy nowe kultury. Ponad 20 lat temu wyglądało to inaczej niż teraz. Podróżowanie nie było tak dostępne, internet nie był tak rozpowszechniony, więc to była prawdziwa przygoda. Mam bardzo dużo wspomnień z Rafałem. Ale przez wiele lat jego śmierć bardziej zdominowała moje wspomnienia i moje postrzeganie wszystkiego, co się z nim wiązało. Dzisiaj mam już gotowość, żeby przejść na drugą



Martyna Wojciechowska: Nie chcę już kontraktu z patriarchatem. Odbywało się to u mnie w sposób bardzo nieświadomy

Martyna Wojciechowska: Znacznie trudniej zejść ze szczytu, niż na niego wejść

Po 20 latach wraca do historii, którą opowiedziała w książce „Przesunąć horyzont”. Dziś Martyna Wojciechowska mówi nie tylko o Evereście, ale też o traumie, macierzyństwie, zdrowiu psychicznym i cenie bycia kobietą, która „zawsze daje sobie radę”

stronę. Żeby uczynić z jego śmierci pewien element naszej historii, ale też żeby lepiej pamiętać go jako człowieka. Także przez jego rodzinę i dzieci, z którymi jestem blisko. Zaprzyjaźniłam się z Alicją, żoną Rafała. Jego dzieci poznałam już po jego śmierci. Wówczas bliźniaki Julka i Kuba miały trzy lata, dzisiaj mają 25. Są dorosłymi ludźmi, którym staram się towarzyszyć na różnych etapach ich życia. Czuję się za nich odpowiedzialna, w jakimś sensie myślę o nich jak o moich dzieciach. Zresztą Kuba zawsze mówi do mnie, że jestem drugą mamą. I to jest moja rodzina z wyboru. Więc dzisiaj, z perspektywy tych 20 lat doświadczeń, naszej wspólnej historii z rodziną Rafała, ważniejsze

jest dla mnie jego życie. Ale też to, jak on żyje w naszym życiu. Jak jest obecny w życiu nas wszystkich.

Śmierć Rafała zmieniła Twój sposób patrzenia na ludzi i na dziennikarstwo?

Zdecydowanie. Często powtarzam, że tamte wydarzenia bardzo mnie zmieniły, myślę, że byłabym dzisiaj innym człowiekiem. Chciałabym też bardzo jasno powiedzieć, że śmierć, szczególnie w tak młodym wieku, zawsze jest pozbawiona sensu. Szczególnie że Rafał miał wspierać rodzinę i bardzo mu tego żałowałam. W książce jest taki fragment, kiedy rozmawiamy, a ja mówię o tym, co jeszcze przede mną. Że chcę podróżować, zdobywać

świat. A Rafał wraca myślami do swojej rodziny, to dzięki bliskim miał korzenie, był mocno osadzony. To była jego baza. Wtedy tego nie rozumiałam. Nie rozumiałam, jakie to ważne. Po śmierci Rafała przez wiele lat obsesyjnie próbowałam uzasadnić sam fakt, że ja przeżyłam. Potraktowałam to jako zobowiązanie. Jako źródło niezwykłej motywacji, żeby robić dwa razy więcej. Żeby wypełnić moje życie sensem i treścią. Także życie zawodowe. Żeby wykorzystać warsztat dziennikarski do mówienia o rzeczach ważnych. Żeby inspirować ludzi, robić coś dla innych. Uważałam, że skoro ja ocalałam, a Rafał zginął, to powinienam jakoś spłacić ten dług. Przekulałam swoje poczucie bezsilności w działanie.

Wszystko ma swoją cenę. Jaką Ty zapłaciłaś?

Kosztowało mnie to bardzo dużo. Dopiero dzisiaj, z perspektywy czasu, umiem to ocenić. Fakt, że zdecydowałam się wspinać na Mount Everest, był jedynym znanym mi wtedy sposobem przetrwania – ucieczką do przodu. Sięgnęłam po rozwiązania, które stosowałam wcześniej nieświadomie. Kiedy mierzyłam się z dużymi wyzwaniami, zawsze patrzyłam na horyzont i zastanawiałam się, co jest dalej. I miałam odwagę, żeby za ten horyzont ruszać. Wtedy wydawało mi się to jedynym sposobem, żeby utrzymać się na powierzchni, znaleźć motywację, znaleźć w ogóle powody, żeby żyć dalej. Wierzyłam, że Everest będzie takim momentem przejścia. Że po nim wszystko będzie już inaczej. Oczywiście okazało się, że tak nie jest.

Kiedy po 20 latach wróciłaś do swojej książki i czytałaś dawną siebie, co poczułaś?

Zakładałam, że dojdzie do wznowienia tej książki, być może z jakimś epilogiem, który dopełni opowieść. Nie przewidywałam, że napiszę nową książkę na bazie tamtego tekstu. Prawie dwa razy dłuższą. Taką, która będzie tłumaczyła kontekst pewnych wydarzeń i w której na bieżąco, szczerze i uczciwie, z perspektywy kobiety 20 lat starszej, skomentuję to, co wtedy czułam, co dzisiaj o tym myślę i jakie decyzje wówczas podjęłam. To jest bez wątpienia zupełnie inna książka. Szczególnie, że dopisałam też wydarzenia, które miały miejsce przez ostatnich 20 lat, już po zdobyciu Everestu. Ale kiedy czytałam tamtą książkę, zobaczyłam, jak bardzo byłam wyczerpana. Jak bardzo potrzebowałam usystematyzowania swoich myśli. Także wsparcia psychologicznego, po które wówczas nie sięgnęłam.

Piszesz, że w 2006 r. język traumy, żałoby i kryzysu psychicznego był uboższy. Co straciła tamta Martyna przez to, że nie miała tych słów?

Wówczas wydawało mi się, że pracuję coraz więcej,

robię coraz więcej i pędzę coraz bardziej, bo właśnie tego potrzebuję. I rzeczywiście, żeby przetrwać, potrzebowałam tego. Ale dzisiaj rozumiem swoje motywacje. Ja po prostu bardzo nie chciałam spotkać się z pewnymi emocjami i bardzo nie chciałam pewnych rzeczy nazwać po imieniu. Nie miałam też możliwości sięgnąć po takie wsparcie, bo ponad 20 lat temu naprawdę nie było powszechnie dostępnej takiej wiedzy. Przyznaję, że jestem jedną z tych osób, które kiedyś mówiły, że psychoterapia to jest dzielenie włosów na czworo i po co to komu. Przecież świetnie dam sobie ze wszystkim radę sama. Lepiej lub gorzej próbowałam wcielać to w życie. Dzisiaj wiem, że mogłam zrobić to mądrzej i sięgnąć po pomoc. Z drugiej strony mam poczucie, że ten czas chyba był mi potrzebny. Dlatego dzielę się tym doświadczeniem. Wiem, że książka „Przesunąć horyzont” była dla wielu osób bardzo ważna. Wiem, że wielu osobom pomogła.

Ja po przeczytaniu Twojej nowej książki też mogę powiedzieć, że jestem jedną z tych osób.

Takie słowa zawsze mnie wzruszają. Poczułam więc, że może warto o tym opowiedzieć. Że są już inne sposoby, z których można skorzystać, żeby uczynić swoje życie lepszym. Także poczucie odpowiedzialności wobec moich czytelników, wobec moich widzów, poczucie odpowiedzialności wobec drugiego człowieka stoi za tym, że przepisałam tę książkę i opowiedziałam tę historię na nowo.

Pytanie: „Dlaczego przeżyłam?” jeszcze do Ciebie wraca?

To tak bardzo zdefiniowało moje życie przez ponad 20 lat, że skłamałabym, gdybym powiedziała, że zamknęłam ten rozdział. Dzisiaj widzę to oczywiście inaczej, ale to nie znaczy, że te myśli, te wspomnienia, te flashbacki, które chyba czuć w tej książce, już do mnie nie wracają. One wracają w różnych momentach.

Czym po 20 latach jest dla Ciebie wyprawa na Mount Everest? Zdobylaś dach świata

WYWIAD

jako trzecia i najmłodsza Polka. W książce piszesz o tym z dystansem.

Ten cel, ta motywacja, którą znalazłam wysoko, najwyżej jak się dało, sprawiły, że byłam w stanie przesunąć horyzont. Że byłam w stanie popatrzeć dalej. Czy dzisiaj sięgnęłabym po takie samo narzędzie? Nie wiem. Wtedy chciałam też czuć, że nie wypadam z gry. Góry zdobywałam wcześniej. Chodziłam po górach i kochałam to. Tam czułam się szczęśliwa i spełniona. To jest jakiś rodzaj fizycznego osadzenia się. Więc w górach szukałam ratunku dla siebie. Zdobylam Mount Everest, a potem kolejne góry w ramach realizacji projektu Korona Ziemi, czyli najwyższych wierzchołków na wszystkich kontynentach. Na tym etapie bardzo nie chciałam się zatrzymać. Zatem wtedy Mount Everest bez wątpienia uratował mi życie, ale potem wpadłam w spiralę osiągania, przesuwania kolejnych horyzontów i zdobywania kolejnych Everestów. W książce szczerze mówię też o tym, że po raz kolejny życie uratowało mi macierzyństwo. Kiedy poczułam prawdziwą tęsknotę, kiedy zrozumiałam, co to znaczy bezwarunkowa miłość. Oczywiście nie chcę powiedzieć, że każda kobieta ma być matką. Absolutnie nie. To kwestia wyboru. Ale w moim przypadku zadziało to tak, że ja się zatrzymałam.

Piszesz, że macierzyństwo to najtrudniejsza podróż bez mapy. Jest też rozdział „Najgorsza matka świata”. Kobieta odważna może być podziwiana tylko do momentu, w którym zostaje matką, bo wtedy ta sama odwaga bywa nazywana egoizmem?

Dobrze to ujęłaś. Ale wówczas mnie to zdziwiło. I znów myślę, że to jest dowód kolejnej zmiany, która się dokonała. 18 lat temu wyjeżdżałam na Antarktydę, żeby wspinać się na kolejny szczyt w ramach projektu Korona Ziemi. Zdecydowałam, że zostawię Marysię pod opieką jej taty, mojej mamy, mojego taty, czyli dziadków Marysi, i babci Marysi; mnóstwa kochających i wspierających osób. Jednak kiedy pojecha-

łam wspinać się na Antarktydę, nie miałam pojęcia, jak odnaleźć się w tej nowej roli. To jest doświadczenie wielu kobiet. I naprawdę szczerze się tym doświadczeniem dzielę, bo uważam, że gdybyśmy więcej o tym mówiły, byłoby nam po prostu łatwiej. Zostałam nazwana najgorszą matką świata i rozliczona z tego, co zrobiłam. Nie odczytano tego jako próby zawalczenia o siebie, wytrwałości czy także próby ocalenia się w tamtym momencie. Odebrano to jako wyraz największego egoizmu. Nagłówki gazet były bezlitosne. A ja po raz kolejny doświadczyłam depresji, dzisiaj to wiem. Przez wiele lat musiałam potem przekonywać świat, że nie można oceniać matki, żadnej z nas, w ogóle kobiet, a matek szczególnie, w zero-jedynkowy sposób. To było dla mnie bardzo ważne doświadczenie. A dzisiaj ważne jest dla mnie, żeby uczciwie dzielić się z kobietami taką wiedzą: że to jest bardzo trudne - być równolegle mamą, pracować, bo musiałam pracować i zarabiać, realizować jakąś pasję i pozostać w zgodzie ze sobą. Myślę, że w byciu mamą najważniejsze jest dawanie przykładu własną postawą życiową. To była dla mnie niezwykle ważna droga.

Córka nauczyła Cię takiego rodzaju odwagi, którego Everest nie mógł Cię nauczyć?

Córka i bycie jej mamą nauczyły mnie, że nie ma nic ważniejszego niż odpowiedzialność za drugiego człowieka. Nie ma nic ważniejszego niż bezwarunkowa miłość, uczucie więzi i bliskości, Macierzyństwo obudziło we mnie ogromne pokłady wrażliwości, cierpliwości i empatii wobec innych kobiet. I to spowodowało, że również zupełnie zmieniłam ścieżkę zawodową. Dopiero w tym momencie poczułam więź z innymi kobietami. Zauważyłam, jak wiele jest podobieństw między nami w skali całego świata, niezależnie od tego, w jakim zakątku globu się urodziłyśmy, gdzie się wychowujemy, jaką wyznajemy religię i w jakiej kulturze wyrosłyśmy. Zaowocowało to nie tyle programem telewizyjnym „Kobieta na krańcu

świata”, ile misją mówienia o prawach człowieka, szczególnie o prawach kobiet i prawach dzieci. A to z kolei sprawiło, że stworzyłam fundację. I w tej fundacji w jednym z obszarów, którymi się zajmujemy, sięgnęłam do czegoś, co znałam bardzo dobrze, czyli do tematu zdrowia psychicznego. Znałam go z własnego doświadczenia, z obserwacji, ale też z kształcenia się, bo jestem w nieustannym procesie uczenia się od ekspertów i specjalistów, z którymi pracujemy w Fundacji UNAWEZA i w projekcie MŁODE GŁOWY. Mogę powiedzieć, że dopiero na tym etapie mojego życia wszystkie puzzle trafiły na swoje miejsce. Dokładnie tak się teraz czuję.

Chcę zapytać o odwagę, bo z nią jesteś bardzo mocno kojarzona. Czym ona jest dla Ciebie dzisiaj? W książce pokazujesz też koszt bycia tą, która zawsze daje sobie radę.

Myślę, że jest bardzo dużo kobiet, które dają sobie radę, delikatnie mówiąc. Znam wiele bohaterek dnia codziennego. Dają radę. Z partnerem albo bez, czasami walcząc o to, żeby wystarczyło do pierwszego, żeby najlepiej jak potrafią wychować dzieci, żeby cały czas być kapitaną własnego okrętu. I nawet jeśli tak o sobie nie myślą, absolutnie są heroskami. Może nie każda z nich trafia na pierwsze strony gazet i nie każdej historię możemy poznać, ale głęboko wierzę, że jest mnóstwo niesamowicie odważnych kobiet, które nie mówią o sobie w tych kategoriach, bo myślą, że nie miałyby w sobie dość szaleństwa, żeby wspinać się na Mount Everest. Otóż nie każdy musi się wspinać na te prawdziwe Everesty. Wielu z nas zdobywa znacznie wyższe szczyty każdego dnia. To mogą być bardzo różne doświadczenia. Utrata pracy, trudny rozwód, wychowywanie dziecka z niepełnosprawnością, choroba, śmierć kogoś bliskiego. Są sytuacje, które wymagają znacznie więcej odwagi niż zdobycie tego prawdziwego Mount Everestu. Bardzo bym chciała, żeby wszyscy, ale kobiety szczególnie, o tym pamiętały. Oczywiście

ście Everest jest jakimś rodzajem symbolu. Trzeba mieć dużo odwagi, żeby porwać się na coś takiego. Ale dla mnie podjęcie różnych fizycznych wyzwań, jak wspinaczka, głębokie nurkowanie, skakanie ze spadochronem, nigdy nie było aż takim wyzwaniem. Nie wiem, czy to kwestia tego, jak mam zorganizowany mózg...

... czy tego, że po prostu jesteś nieustraszona?

Ale ja też wielu rzeczy się boję i wiele razy się przewróciłam, dosłownie i w przenośni. Wiele razy upadłam na kolana i zastanawiałam się, jak się podnieść. W moich różnych wyzwaniach, życiowych, sportowych i zawodowych, było sporo takich momentów. Nie boję się tych upadków.

W książce piszesz też, że aby traktowano Cię poważniej, musiałś robić więcej, mocniej, szybciej niż mężczyźni. Przyszedł moment, w którym pomyślałaś: nie chcę już tego kontraktu z patriarchatem?

Ładne zdanie. Tak, nie chcę już kontraktu z patriarchatem. Odbywało się to u mnie w sposób bardzo nieświadomy. Nie umiałam nazwać tego, że jestem feministką, bo w ogóle nie miałam takiego słowa w swoim języku. Kiedy miałam 10 lat, zdecydowałam, że będę wyścigowym kierowcą motocyklowym. Nawet feminitwy na to nie miałam, bo nie wiedziałam, że można być kierowczynią.

Dopiero od niedawna wiemy.

Miałam silną niezgodę na to, ale nieznane były mi sformułowania takie jak patriarchat, równouprawnienie, wyzwolenie kobiet. Poruszałam się w tym bardzo intuicyjnie. Po prostu czułam, że to nie jest okej, ale czułam się też bardzo sama w tej drodze, bo niewiele było osób, na których mogłabym się wzorować. Obserwowałam moje idolki, takie jak Wanda Rutkiewicz czy Elżbieta Dzikowska. Miałam więc jakieś przykłady ze świata i z Polski, ale czułam, że to bardzo trudna droga. Może tak akurat wyszło, że to ja będę przebijając kolejny szklany sufit? I tak

się stało. Przyznaję też bardzo szczerze, że długo czułam się w tej drodze osamotniona.

Kto bardziej Cię ukształtował: ci, którzy mówili, że „Baba się nie nadaje”, czy ci, którzy mówili: „Jak nie ty, to kto”?

Akurat dla mnie mówienie mi, że coś jest niemożliwe albo że jako baba się nie nadaje, potrafi wyzwolić dodatkową energię. Więc takie bycie w kontrze na pewno było mi potrzebne i chyba wciąż potrafię z tego czerpać. Natomiast nie ukrywam też, że wielkim wsparciem byli dla mnie rodzice. Wspierali mnie, nawet jeśli nie rozumieli moich wyborów. Stali za mną murem. To jest rodzaj liny poręczowej, którą się ma. Nie trzeba z niej korzystać, ale zawsze wiesz, że ona jest, a to daje dużo odwagi do działania. O tym też mówimy w projekcie MŁODE GŁOWY. Otwieramy rozmowę o zdrowiu psychicznym i o tym, jak ważni są dorośli w życiu dziecka. Jeśli zbudują dobry fundament, dziecko, niezależnie od przeciwności losu, ma szansę i ma jakieś kompetencje, żeby po prostu lepiej poradzić sobie z różnymi wyzwaniami. Dla mnie bez wątpienia rodzice byli kimś takim. Mama wspierała mnie bardziej, tata częściej stawiał mi wyzwania i pewnie przez jakiś czas żyliśmy w konfliktach, które też mnie ukształtowały. Natomiast to jest do dzisiaj ogromna siła, którą mam. Naprawdę bezwarunkowa miłość i wiara we mnie. Każdemu tego życzę. Wiem, że niestety nie każdy ma takie szczęście w życiu. Dlatego mówiąc o młodym pokoleniu, o kryzysie zdrowia psychicznego, często wracam do tego, jak ważni są mężczyźni, dojrzały, odpowiedzialni dorośli. Czasem to nie jest rodzic. Czasem rodzic staje się źródłem jeszcze większego cierpienia dla młodego człowieka. Tak bywa. Ale to może być ciocia, sąsiadka, trener, jakkolwiek odpowiedzialna dorosła osoba, która pozwoli młodemu człowiekowi mocniej stanąć na nogach i rozwinąć skrzydła.

Co jest Ci bliższe: po tych 20 latach: chęć przesuwania hory-

zontu czy prawo do powiedzenia: „Już dalej nie muszę”?

Wierzę w przesuwanie horyzontu. I to mi się w ogóle nie nudzi. To jest rodzaj dziecięcej ciekawości, która towarzyszyła mi, kiedy stałam przed największym wzniesieniem, jaki widziałam wówczas w okolicy mojego domu. Na początku książki piszę o tym, jak jako dziecko uparłam się, że niezależnie od konsekwencji koniecznie wdrapię się na tę górę. Pamiętam wiele takich momentów z dzieciństwa czy wczesnego okresu dojrzewania, kiedy byłam po prostu ciekawa. Chciałabym, żeby każdy z nas miał w sobie ten rodzaj emocji, to dziecko, które jest ciekawe, ekscytuje się, chce zobaczyć, co jest dalej, co jest głębiej. Cały czas mam w sobie radość i ciekawość, żeby patrząc na horyzont, nie traktować go jak czegoś skończonego, tylko zastanawiać się: a co jest tam dalej? Właśnie wyjeżdżam z ekipą programu „Kobieta na krańcu świata” do Mongolii. To będzie moja trzecia wizyta w tym kraju. Cieszę się, bo wiem, że każdego dnia, stojąc tam na pustyni Gobi, będę czuła tę samą ekscytację co lata temu, kiedy jako młoda osoba ruszałam pierwszy raz na wycieczkę za miasto, z Warszawy. To jest we mnie głęboko, coś takiego, co najchętniej bym pomnażała i rozdawała innym. A może raczej: przypominała im, że każdy ma tę ciekawość, tylko z różnych powodów ją zagłuszyliśmy.

Jest w Tobie jeszcze potrzeba kolejnego wyzwania? Chciałabyś coś sobie albo światu udowodnić?

Nie robię tego, żeby sobie coś udowodnić, bo ja już wiem, na co mnie stać. Taki rodzaj myślenia jest mi już obcy. Już tego nie potrzebuję. Mam różne rzeczy, które planuję, i takie, o których marzę. Mo plany i marzenia to są różne rzeczy. Ale sama myśl o nich, o realizacji tych wyzwań, sprawia mi wielką radość i szalenie mnie ekscytuje. Nie myślę już w kategoriach udowadniania czegoś sobie albo innym. Są po prostu takie cele, plany i marzenia, które sprawiają, że mam motyle w brzuchu. I że znowu chce mi się przesunąć jakiś kolejny horyzont.©©

PASJE

Mnich ma ponad dwa tysiące siekier

Siekier fińskie, amerykańskie, japońskie i australijskie. Kowalskie, ciesielskie, obosieczne i topory. W sumie ponad dwa tysiące eksponatów można znaleźć w Muzeum Siekier w Wojtówce w gm. Knyszyn. Każdy z nich jest naostrzony i gotowy do pracy

Magda Ciasnowska

Po przekroczeniu progu niewielkiego, drewnianego budynku ma się wrażenie, że siekiery są dosłownie wszędzie. Zakrywają ściany od podłogi aż po sufit, tworząc niezwykłą ekspozycję. Dopiero po chwili okazuje się, że część tych ścian to w rzeczywistości ukryte drzwi. Gdy zostają otwarte, oczom zwiedzających ukazują się kolejne rzędy eksponatów zawieszonych na następnych ścianach. Każde otwarcie odsłania następne skarby kolekcji, sprawiając, że muzeum okazuje się być znacznie większe, niż można przypuszczać na pierwszy rzut oka.

– Na początku trzymałem te siekiery w garażu w Białymstoku, ale kiedy zgromadziłem ich około 1500, garaż był już całkowicie zastawiony – wspomina Krzysztof Mnich, twórca Muzeum Siekier. – Wymyśliłem więc system, który pozwolił mi w Wojtówce trzykrotnie zwiększyć powierzchnię ekspozycyjną. Niektórzy mówią, że jest to dom z największą liczbą drzwi. W sumie jest ich tu czternaście.

Zaczęło się od dawnych narzędzi

Krzysztof Mnich to pasjonat dawnych narzędzi i kolekcjoner, który od lat rozwija swoją wyjątkową kolekcję. Muzeum Siekier mieści się na terenie Wioski Mnicha w Wojtówce. To zespół zabytkowych, drewnianych zabudowań, które właściciel samodzielnie odrestaurował i przystosował do nowych funkcji.

Początki muzeum nie były jednak związane z siekierami. Najpierw powstała stolarnia, a wraz z nią kolekcja odnowionych narzędzi rzemieślniczych. Wśród zgromadzonych przedmiotów znalazły się m.in.: strugi, piły ręczne, świdry, młotki, poziomice, ręczne wiertarki, śrubokręty, dłuta, ośniki. Brakowało tylko siekier.

– Pamiętam tę pierwszą. To była niemiecka, bardzo ładnie wykonana siekierka, zrobiona na trzonku z maho-

nia azjatyckiego. Nawet chwaliłem się nią w Sylwestra 2021 roku. I to był moment, kiedy zacząłem interesować się siekierami lepszych marek – wspomina pan Krzysztof.

W internecie Podlasiąnin trafił na grupę poświęconą tematowi siekier. Okazało się, że tak jak niektórzy zbierają znaczki czy monety, wielu ludzi poświęca swój czas i środki właśnie na siekiery. Za pośrednictwem sieci się nimi chwala, wymieniają się, sprzedają i kupują kolejne wyjątkowe egzemplarze. Mentalnie wciągnęło to pana Krzysztofa i jego zainteresowanie szybko przerodziło się w pasję, a następnie w kolekcję o imponujących rozmiarach. Dziś jego zbiory liczą ponad dwa tysiące egzemplarzy pochodzących z różnych części świata. Wśród nich są siekiery z krajów skandynawskich, Wielkiej Brytanii, Ameryki Północnej, Australii, Nowej Zelandii, Japonii, Chin, Niemiec, Francji, Hiszpanii, Portugalii, Polski i wielu innych państw. Kolekcja jest stale uzupełniana o nowe okazy.

Na bierzmowaniu przyjął imię Józef, a Józef był cieślą

Zwiedzając muzeum, można zobaczyć wiele różnych siekier. Do najcenniejszych należy amerykański Black Raven, którego wartość kolekcjonerska sięga dziś kilku tysięcy dolarów.

Każdy, kto tu wejdzie, zobaczy nie tylko mnóstwo marek, ale także wiele typów siekier, z których każda ma konkretne zastosowanie.

– Siekiera do łupania powinna stopniowo się rozszerzać. Mam model, który według mnie jest najlepszą siekierą do rozszczepiania drewna. Gdy wejdzie głębiej w pień, skutecznie go rozłupuje, a później łatwo ją wyjąć – opowiada właściciel kolekcji.

W zbiorach znajdują się także siekiery typu double bit, czyli z podwójnym ostrzem.

– Jedni używali ich dlatego, że dwa ostrza oznaczały dwa



– Mówią, że to największa taka kolekcja w Europie, a może nawet na świecie. Co prawda są osoby, które mają więcej siekier, ale często są to same główce leżące gdzieś w piwnicach albo magazynach – mówi Krzysztof Mnich

razy więcej pracy bez ostrzenia. Inni zaś jedno ostrze przeznaczali do okrzyszowania drzew, a drugie do wykonywania podcięć przy ścinaniu pni – wyjaśnia Krzysztof Mnich.

Są też stuletnie ośniki służące do korowania bali, fińskie siekiery wojskowe, siekiery dachowe czy specjalne modele racingowe, wykorzystywane podczas zawodów drwali.

Nie brakuje również egzemplarzy wyprodukowanych wiele dekad temu, które nigdy nie trafiły do użytku.

– Są też tak zwane leżaki magazynowe – siekiery mające 80 czy 100 lat, ale nigdy nieużywane. Leżały w magazynach albo nie zdążono ich osadzić na trzonkach. Takie egzemplarze są szczególnie cenione przez kolekcjonerów. Dopóki mają fabryczne naklejki nie zostały ani razu naostrzone i użyte, mają wielką wartość – tłumaczy pan Krzysztof.

Jest także spora kolekcja siekier ciesielskich, które właściciel tego niezwykłego muzeum darzy szczególną sympatią.

– Może dlatego, że na bierzmowaniu przyjąłem imię Józef, a Józef był przecież cieślą – śmieje się kolekcjoner.

Mam około dwustu siekier ciesielskich i bardzo je lubię. Patrząc też na ogrom pracy, jaką trzeba było włożyć w ich wykonanie.

Podlaskie muzeum jest znane pasjonatom tematu na całym świecie.

– Mówią, że to największa taka kolekcja w Europie, a może nawet na świecie. Co prawda są osoby, które mają więcej siekier, ale często są to same główce leżące gdzieś w piwnicach albo magazynach – mówi Mnich.

Ta rozpoznawalność sprawia, że do pana Krzysztofa coraz częściej zgłaszają się kolekcjonerzy, którzy chcieliby się pozbyć swoich kolekcji.

– Dwa lata temu pojechalismy do Helsinek po 170 siekier. Właściciel kolekcji powiedział, że sprzeda je tylko mnie, bo wiedział, że trafią do muzeum i będą dostępne dla zwiedzających. Nie chciał rozsprzedawać ich pojedynczo różnym kolekcjonerom. Teraz podobna sytuacja jest w Szwecji. Jeden z kolekcjonerów przygotował dla mnie 50 stuletnich, nieużywanych siekier z zachowanymi naklejkami – zdradza Podlasiąnin.

Kolekcja pana Krzysztofa jest niezwykle cenna nie tylko kolekcjonersko.

– Siekierę można kupić za 50 czy 100 euro. Jeśli model jest rzadki, trzeba zapłacić 200–300 euro. A jeśli mówimy o najrzadszych egzemplarzach, jak Black Raven, ceny są już znacznie wyższe – przyznaje kolekcjoner.

Pan Krzysztof egzemplarzy z całego świata szuka w internecie. Kiedy siekierą, bądź niekiedy całą kolekcją siekier już do niego trafi, nie od razu ładuje na ścianie.

– Wszystkie są czyszczone i odnawiane. Część z nich musi otrzymać nowe trzonki – opowiada. – Zależy mi przede wszystkim na tym, żeby siekiery nie rdzewiały. Zarówno trzonki, jak i główce zabezpieczam olejem lnianym.

Jednak po tym wszystkim siekiery nie stają się zwykłymi, kurzącymi się eksponatami muzealnymi.

– Filozofia tego miejsca jest taka, że te narzędzia mają żyć. Przychodzę tutaj z synami, biorę siekiery, każdemu daję po jednej i rąbamy. Jeśli trzeba przeciąć gałąź, po prostu biorę siekierę ze ściany i idę do pracy. Wszystkie są naostrzone i przygotowane do użycia – podkreśla kolekcjoner.

Oczywiście są też bardzo stare egzemplarze, nawet

dwustuletnie, które nie są poddawane zbyt mocnej odnowie. – Nie ostrzę ich i zostawiam w bardziej muzealnym stanie. Ale nawet wtedy staram się założyć odpowiedni trzonek, żeby odwiedzający mogli wziąć taką siekierę do ręki i poczuć, jak korzystano z niej przed laty – zaznacza. Muzeum Siekier można zwiedzać po wcześniejszym umówieniu terminu. Wizytę w nim można połączyć z poznawaniem Wioski Mnicha, warsztatami stolarskimi czy wizytą w kuźni, gdzie promowana jest praca ręczna i rozwijanie praktycznych umiejętności. Jak podkreśla Krzysztof Mnich, wizyta nie ogranicza się jedynie do oglądania eksponatów. – Jeśli jestem na miejscu, oprowadzam osobście. Zdejmujemy siekiery ze ścian, bierzemy je do ręki, a czasem nawet idziemy coś porąbać. Chcę, żeby ludzie mogli poczuć, jak pracuje takie narzędzie – mówi właściciel kolekcji.

Na odwiedzających czekają również tory do rzucania siekierami.

Muzeum odwiedzają zarówno osoby indywidualne, jak i grupy zorganizowane.

– Dopiero kiedy ludzie widzą setki różnych wzorów, zaczynają dostrzegać, że za każdą siekierą stoi konkretna historia i przeznaczenie – podkreśla Krzysztof Mnich.

A jak zaznacza kolekcjoner, ta historia ciągle trwa.

– Siekiera przez wieki towarzyszyła człowiekowi. Była jednym z najważniejszych narzędzi codziennego życia. Ostatnio ktoś zapytał mnie, po co dziś jeszcze komuś siekiery, skoro są piły spalinowe i inny nowoczesny sprzęt. A przecież nawet teraz, podczas wojny na Ukrainie, nikt nie odpalał piły tam, gdzie trzeba było zachować ostrożność. Piła jest głośna, wytwarza ciepło i wymaga paliwa. Siekierą można po cichu przygotować drewno, rozpałić ognisko czy zadbać o podstawowe potrzeby rodziny. To wciąż narzędzie, które ma swoje bardzo ważne zastosowanie. ©©