

Dziś Widzew walczy w Pucharze Polski
Rafał Gikiewicz znów zagra w Łodzi? **str. 20**



FOT. KRZYSZTOF SZYM CZAK

Udar mózgu zdarza się u coraz młodszych osób. Sprawdź, jakie mogą być jego pierwsze objawy **STR. 12**

STRONA
ZDROWIA

Dziennik ŁÓDZKI

Środa,
29.10.2025

Wydanie A B C D
Nr 252 (27119)

www.dziennikłódzki.pl
Cena 5,20 zł (w tym 8% VAT)

KOŚCIÓŁ KS. MICHAŁ MISIAK SŁYNIE Z NIEBANALNYCH POMYSŁÓW

Kontrowersyjny ksiądz zamienił kościół w gospodę

Matylda Witkowska
Łódź

Ksiądz Michał Misiak ma swój kościół. Zamienił dawny kościół protestancki przy ulicy Sierakowskiej na Bałutach w Łodzi w... Gospodę u Ojca.

- To miejsce duchowego rozwoju, miejsce akceptacji i miłości. Wszyscy, którzy mają przejęcia, trudności, tutaj poczuć się jak u siebie w domu. Bo tam, gdzie jest Bóg, jest totalna miłość, totalne przyjęcie i wielka gościnność - zachęca ks. Michał Misiak w mediach społecznościowych. W każdą niedzielę od godz. 19 ks. Misiak odprawia tam msze święte. Jak przyznaje, msze te czasem mogą potrwać trochę dłużej niż standardowa godzina.

- To nie jest msza dla tych, którzy by chcieli „zaliczyć” mszę świętą. To msza

dla pasjonatów, naśladowców Jezusa, prawdziwie wierzących - podkreśla.

Zachętą dla wiernych jest parking z... wolontariuszem, który pomaga w parkowaniu samochodów osobom, które mają problemy z manewrowaniem autem.

Projekt Gospody u Ojca nie jest przedsięwzięciem łódzkiej kurii, ale własną inicjatywą duchownego, który od wielu tygodni pozostaje bez oficjalnego zajęcia w strukturach archidiecezji łódzkiej. Ks. Michał Misiak do końca sierpnia był kapłanem w szpitalu Ojców Bonifratrów w Łodzi, został jednak zwolniony z pracy i do tej pory nie otrzymał nowego dekretu od kardynała Grzegorza Rysia kierującego go do kolejnej funkcji.

Łódzka kuria nie komentuje nowego przedsięwzięcia ks. Misiaka. - Ksiądz Michał Misiak jest księdzem archidiecezji łódzkiej i może nadal odpra-

wiać msze święte - mówi jedynie ks. Paweł Kłys, rzecznik prasowy kurii. Także ks. Misiak nie chciał wypowiadać się w mediach.

Pochodzący z Tomaszowa Mazowieckiego ks. Michał Misiak jest jednym z najbardziej rozpoznawalnych łódzkich duchownych. Słynie z niebanalnych pomysłów ewangelizacyjnych dla młodzieży. Prowadził m.in. chrystoteki, czyli dyskoteki ewangelizacyjne, spowiedź podczas spacerów i różne grupy dla młodzieży. Skutecznie wypędził z Pabianic sprzedawcę dopalaczy, ustawiając przed drzwiami sklepu grupę modlących się babć, a w Łodzi w ramach kołody odwiedził agencję towarzyską. Jest też jednak duchownym kontrowersyjnym - przed laty z powodu chrztu w rzece Jordan z rąk protestanta zaciągnął na siebie ekskomunikę, a potem ogłosił, że szuka żony.



Kilkanaście lat temu ksiądz Michał Misiak zorganizował w Łodzi pierwszą w Polsce chrystotekę

FOT. KRZYSZTOF SZYM CZAK (ARCHIWUM)

W weekend sklepy będą nieczynne
Trzeba zrobić zapasy i szykować się na dwa dni bez handlu **str. 2**

Utrudnienia na Pabianickiej
Kolejny odcinek ulicy do remontu **str. 4**

Żołnierze nauczą, co zrobić z dronem
„Edukacja z wojskiem” dla uczniów z naszego regionu **str. 2**

Nr ISSN 2353-6187

Nr indeksu 350-044



44



FOT. DARIUSZ SMIGIELSKI/ARCHIWUM

ZAWIESZENI ZA DZIAŁKI POD CPK

Robert Telus i Rafał Romanowski złożą wyjaśnienia specjalnemu zespołowi, który zostanie powołany w PiS **str. 6**

Wpadł na strychu u konkubiny

Policjanci wytropili w województwie łódzkim ponad 120 osób poszukiwanych przez wymiar sprawiedliwości, jeden z uciekinierów skrył się na strychu i schował schody **str. 4**

Komiks „Asteriks w Luzytanii” właśnie debiutuje, a my tuż po premierze rozmawiamy z jego twórcami **str. 10**

Emigracja Polacy na dobre zdomowili się w Irlandii i nie zamierzają wracać **str. 11**

Jutro w naszej gazecie Pod paragrafem

● W mieszkaniu trzymał dziesiątki kotów i pasjami oglądał filmy o Jamesie Bondzie. Szpiegowskie ścieżki Romana Czerniawskiego.

Zamów prenumeratę

Dziennik Łódzki ☎ 42 715 80 68
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.dzienniklodzki.pl



Znicze w dni świąteczne będzie można kupić najwyżej pod cmentarzami. Sklepy i galerie będą zamknięte

Przez cały weekend sklepy będą nieczynne. Trzeba zrobić zapasy

Magdalena Jach
Łódzkie

**W najbliższy weekend
wszystkie sklepy i galerie
handlowe będą zamknięte.
W sobotę przypada dzień
Wszystkich Świętych,
a po nim następuje niehan-
dlowa niedziela.**

1 listopada zamknięte będą wszystkie duże sieci handlowe i galerie. Zakaz handlu obejmuje także wszystkie duże markety i dyskonty spożywcze, takie jak Biedronka, Lidl, Carrefour, Auchan, Kaufland, Netto, Stokrotka i Aldi. Dodatkowo 2 listopada przypada w niedzielę niehandlową. Klienci ponownie zrobią zakupy dopiero w poniedziałek, 3 listopada.

Zakaz handlu nie dotyczy m.in.: stacji benzynowych; ap-

tek i punktów aptecznych; kwaciarni; saloników prasowych; placówek pocztowych; sklepów na dworcach, lotniskach i w szpitalach; piekarni, cukierni i lodziarni; punktów gastronomicznych.

Otwarte będą również małe sklepy osiedlowe, w których za ladą staną właściciele, a także sklepy franczyzowe, takie jak Żabka, Carrefour Express – o ile prowadzą je właściciele osobiście.

Sieć Biedronka, aby ułatwić klientom przygotowania do świąt, wydłuży godziny otwarcia sklepów w tygodniu poprzedzającym 1 listopada. Od poniedziałku do piątku (31 października) ponad 3000 sklepów w całej Polsce będzie czynnych co najmniej do godz. 23.30, a część nawet dłużej.

©©

Panie Żołnierzu, co mam robić, gdy znajdę dron lub rakietę?

Sławomir Sowa
Łódzkie

Rosyjski dron lub szczątki rakiet na polu to już nie hipotetyczna sytuacja, ale rzeczywistość. Dlatego rozpoczynająca się właśnie czwarta edycja programu „Edukacja z wojskiem” obejmuje nowe zagadnienie – co zrobić w przypadku odnalezienia niezidentyfikowanego przedmiotu?

To już czwarta edycja „Edukacji z wojskiem” – wspólnego programu Ministerstwa Edukacji Narodowej i Ministerstwa Obrony Narodowej realizowanego w szkołach od wiosny 2024 roku. Jest on adresowany do szkół podstawowych i ponadpodstawowych, ale tylko tych, które same się zgłoszą.

Zajęcia obejmują 3 lekcje, z których każda trwa 45 minut. Dodatkowo dla chętnych szkół ponadpodstawowych organizowane są spotkania z żołnierzami weteranami.

Specjalnie opracowane zajęcia proobronne prowadzą żołnierze Wojska Polskiego. Głównym celem programu jest podniesienie świadomości dzieci i młodzieży w obszarze bezpieczeństwa i obronności oraz kształtowanie podstawowych umiejętności z zakresu obrony i ochrony ludności, a także odpowiednich zachowań w sytuacjach kryzysowych.



To już czwarta edycja projektu „Edukacja z wojskiem” realizowanego przez resorty edukacji i obrony

3-lekcyjne szkolenia łączą teorię i praktykę. Zawierają treści z pogranicza wojskowości, obronności, bezpieczeństwa, pomocy medycznej oraz obrony cywilnej. Uczniowie zapoznają się m.in. z zasadami alarmowania, sposobami szukania i wzywania pomocy, podstawami ewakuacji i schronienia i technikami udzielania pomocy.

Jak nas poinformowało Ministerstwo Obrony Narodowej, w tym roku po raz pierwszy do zajęć wprowadzono zasady zachowania w przypadku znalezienia niezidentyfikowanego przedmiotu. To efekt nalotu rosyjskich dronów na Polskę w nocy z 9 na 10 września tego roku. Spośród około 20 dronów jeden spadł w województwie łódzkim w okolicach Mniszkowa w powiecie opoczyńskim. Wcześniej, w kwietniu 2023 roku, przypadkowo osoba natknęła się w le-

sie pod Bydgoszczą na szczątki rosyjskiej rakiety manewrującej klasy powietrze-ziemia.

Założenie jest takie, że wojskowi przełączą wiedzę w sposób ciekawy, praktyczny, dostosowany do wieku dzieci i młodzieży. W szkołach ponadpodstawowych możliwe będzie także spotkanie z weteranem misji poza granicami państwa.

Zgłoszenia do programu trwały do 10 października. Zajęcia w szkołach odbywają się od 27 października do 19 grudnia.

Do tej pory w ramach trzech edycji „Edukacji z wojskiem” żołnierze odwiedzili blisko 7 tys. szkół, gdzie przeszkolili ponad 200 tys. uczniów i uczennic.

Jak to wygląda w województwie łódzkim? Z informacji przekazanych „Dziennikowi Łódzkiemu” przez Ministerstwo Edukacji Narodowej wyłania się następujący obraz.

● I edycja – wiosna 2024 – w zajęciach wzięło udział 5955 uczniów z 202 szkół;

● II edycja – jesień 2024 – w zajęciach wzięło udział 2391 uczniów z 90 szkół;

● III edycja – wiosna 2025 – w zajęciach wzięło udział 4953 uczniów ze 188 szkół;

● IV edycja – jesień 2025 – udział w zajęciach zadeklarowało 8740 uczniów ze 197 szkół.

Jak łatwo zauważyć, w bieżącej edycji „Edukacji z wojskiem” w województwie łódzkim weźmie udział rekordowa liczba uczniów.

Z informacji uzyskanych z MEN wynika też, że rośnie zainteresowanie uczniów spotkaniami z żołnierzami weteranami. Jesienią ubiegłego roku w szkołach regionu łódzkiego odbyły się spotkania z 19 weteranami, wiosną tego roku z 28, teraz ma być ich 31. ©©

Pogoda w regionie

Dzisiaj



Dzień
11°C
Noc
7°C

Barometr
1012 hPa
Wiatr
22 km/godz.
Biomet
korzystny

Jutro

Dzień
13°C
Noc
8°C

Piątek

Dzień
12°C
Noc
5°C

Sobota

Dzień
16°C
Noc
7°C

Jeśli sprawdzą się prognozy, w sobotę 1 listopada będzie słonecznie i ciepło.

29 PAŹDZIERNIKA 2025

Dzisiaj 302. dzień roku.
Do sylwestra zostały 63 dni.

Wschód słońca w Łodzi
o godz. 6.27, zachód słońca
o godz. 16.12. Dzień
jest dłuższy od najkrótszego
dnia w roku o 2 godziny
i 2 minuty oraz krótszy
od najdłuższego dnia w roku
o 7 godzin.

Dzisiaj imieniny obchodzą:
Dalia, Narcyz, Teodor,
Wioletta.

Przysłowie na dziś:
W październiku ciepło chadza,
w lutym mrozy naprowadza.

KALENDARIUM

1863

Powstańcy styczniowi
gromią Rosjan
pod Grabowem koło Łęczycy.

1890

Szpital im. małżeństwa
Poznańskich
przyjął pierwszych
pacjentów.



FOT. GRZEGORZ GALASIŃSKI

1942

Niemcy likwidują getto
w Piotrkowie Trybunalskim
i wywożą Żydów do obozów
śmierci.

1914

Legiony Piłsudskiego
walczą z rosyjską
kawalerią w powiecie
poddębickim.

2009

Franciszek Smuda
(na zdjęciu) został
selekcjonerem piłkarskiej
reprezentacji Polski.

MATERIAŁ INFORMACYJNY VOLVO MASZyny BUDOWLANE POLSKA SP. Z O.O.

0011411425

60 lat tradycji spotyka przyszłość.

Lider przemysłu cementowego stawia na zieloną rewolucję z pierwszą w Polsce elektryczną ładowarką Volvo L120 Electric!

Trębaczew, województwo łódzkie. Od ponad 60 lat Cementownia „Warta” S.A. to więcej niż zakład przemysłowy – to serce regionu, które pompuje życie w lokalną gospodarkę. To tutaj powstawały osiedla, szkoły i przedszkola. To stąd wyrósł jeden z największych producentów cementu w Polsce. Dziś, w 2025 roku, „Warta” pisze kolejny rozdział swojej historii – tym razem w kolorze zielonym. Pierwsza w Polsce, w pełni elektryczna ładowarka Volvo L120 Electric właśnie rozpoczęła pracę na terenie zakładu. To nie tylko maszyna. To symbol transformacji, która pokazuje, że tradycja i innowacja mogą iść ramię w ramię.

Ta nowoczesna ładowarka nie tylko eliminuje emisję CO₂, ale także radykalnie ogranicza hałas i koszty operacyjne, udowadniając, że nawet w tak wymagającej, ciężkiej branży można połączyć wydajność z troską o planetę.

Od dziedzictwa do ekologii

Cementownia Warta S.A. to nowoczesny i duży zakład, który wytwarza m.in. klinkier portlandzki i różne typy cementów. Od lat jest zaangażowana w ochronę środowiska, działając w oparciu o system zarządzania środowiskowego zgodny z normą ISO 14001. To właśnie to zaangażowanie skłoniło firmę do poszukiwania ekologicznych technologii, które pozwolą zmniejszyć negatywny wpływ procesów produkcyjnych na otoczenie. Podjęcie współpracy z Volvo Maszynami Budowlanymi i wdro-



żenie do pracy maszyny elektrycznej to strategiczny krok w kierunku ograniczenia oddziaływania na środowisko.

Bohater na prąd: Volvo L120 Electric

Przez ostatnie dwa miesiące, w ramach kampanii #wolevolvo, w Cementowni użytkowana jest elektryczna ładowarka Volvo. Jarosław Gałka, kierownik Zakładu Transportu w Cementowni Warta S.A., podkreśla, że celem było sprawdzenie możliwości maszyny w codziennych, wymagających warunkach.

„Zależy nam na rozwiązaniach, które są nie tylko wydajne i bezpieczne, ale także przyjazne środowisku” – mówi Jarosław Gałka.

Wydajność elektrycznego olbrzyma robi wrażenie: maszyna wyposażona jest w silnik elektryczny o mocy 228 kW, a jej tyżka mieści

aż 5,5 m³ materiału. Kluczowym elementem są baterie o pojemności 282 kWh, które pozwalają na przepracowanie półtorej zmiany bez konieczności ładowania.

„L120 Electric to odpowiedź na konkretne wymagania Klienta. Razem z zespołem Cementowni „Warta” stworzyliśmy rozwiązanie szyte na miarę: zero emisji, drastyczna redukcja hałasu i niższe koszty eksploatacji – bez kompromisów w wydajności. Taka współpraca pokazuje, że zielona transformacja w przemyśle ciężkim jest nie tylko możliwa, ale i opłacalna” – mówi Łukasz Gawin, menedżer ds. zarządzania produktami z Volvo Maszyn Budowlanych Polska.

Tam, gdzie był hałas – teraz cisza

Pierwsze wrażenia operatorów, którzy prze-



siadali się z tradycyjnych maszyn na elektryczną nowość, są bardzo pozytywne. To właśnie oni, pracując bezpośrednio z ładowarką, najbardziej docenili rewolucyjne zmiany.

Jak sami podkreślają, maszyna jest niezwykle cicha, a przy tym utrzymuje pełną moc, idealnie wpisując się w zakładowe działania na rzecz ograniczenia emisji dwutlenku węgla. Co więcej, operatorzy szybko zaadaptowali się do nowej technologii, doceniając prostą obsługę oraz wysoki komfort pracy.

Właśnie mniejsze drgania i niższy hałas – w porównaniu z pojazdami spalinowymi – sprawiają, że operatorzy są mniej zmęczeni, co bezpośrednio przekłada się na spadek ryzyka wypadków i lepszą komunikację na placu budowy. Czystsze powietrze, wolne od zanieczyszczeń

emitowanych przez silniki wysokoprężne, jest również nieocenioną zaletą dla zdrowia i dobrego samopoczucia pracowników.

Biznes bez hałasu

Zyski płynące z elektryfikacji floty nie ograniczają się jedynie do ekologii. Jak podkreśla Jarosław Gałka: „Volvo L120 Electric to nasz krok w stronę cichego, czystego i bardziej odpowiedzialnego transportu, który łączy nowoczesność, ekologię i ekonomię”.

Elektryczna ładowarka to inwestycja, która zwraca się szybciej, niż można by sądzić. Brak kosztów paliwa, minimalne serwisowanie i zerowy bieg jałowy oznaczają nie tylko niższe rachunki, ale przede wszystkim wyższą efektywność operacyjną. Maszyna pobiera energię tylko wtedy, gdy faktycznie pracuje – nie

marnuje jej na postoju, nie zużywa podzespołów w bezczynności. Dla zakładu przemysłowego to oszczędności, które realnie wpływają na rentowność.

Przyszłość należy do czystego transportu

Wybór elektrycznych maszyn budowlanych jest odpowiedzią na globalne dążenie do osiągnięcia neutralności węglowej. Elektryczne pojazdy budowlane oferują niemal identyczne specyfikacje, jak ich odpowiedniki z silnikami wysokoprężnymi, zapewniając równie wysoką wydajność.

Co więcej, zasilanie akumulatorowe zwiększa precyzję sterowania i manewrowania, co skutkuje natychmiastową reakcją na polecenia operatora, a tym samym wyższą efektywnością i produktywnością.

Ta zeroemisyjna i niemal bezgłośna technologia otwiera również zupełnie nowe możliwości biznesowe. Maszyny, które nie emitują spalin i nie generują hałasu, mogą pracować w miejscach, które były niedostępne dla diesla – na przykład w strefach zerowej emisji, wewnątrz budynków, a nawet w systemie zmianowym nocą, bez przeszkadzania mieszkańcom.

Cementownia Warta udowadnia, że za sprawą dostępu do najnowszej technologii Volvo, nawet w tak wymagającej i ciężkiej branży, jest możliwa transformacja w stronę cichego, czystego i odpowiedzialnego zarządzania flotą.



Kierowcy nieprędko zapomną o utrudnieniach na ulicy Pabianickiej

Jacek Zemła
Łódź

To jeszcze nie koniec utrudnień na ulicy Pabianickiej w Łodzi. Kolejny fragment ulicy idzie do remontu. Tym razem przy samym rondzie Lotników Lwowskich.

Kierowcy odetchnęli z ulgą, gdy zakończyły się prace na Pabianickiej pomiędzy placem Niepodległości a ulicą Cieszyńską. Szczególnie zauważalną poprawę przejezdności w tym rejonie miasta przyniosło oddanie do użytku skrzyżowania Pabianickiej z Bednarską i Wólczańską, które jest jednym z newralgicznych miejsc na Górnjej. To jednak nie koniec robót. Miasto ogłosiło, że rozszerza zakres remontu Pabianickiej o kolejny odcinek. Tym razem ekipy drogowców zajęły fragment od Cieszyńskiej do ronda Lotników Lwowskich.

- Większość z zaplanowanych prac na ul. Pabianickiej została już wykonana. Dzięki zwiększonemu zakresowi prac nowa nawierzchnia pojawi się także przy samym rondzie Lotników



Są już barierki na kolejnym fragmencie Pabianickiej

Lwowskich. Drogowcy już rozpoczęli wymianę zniszczonej nawierzchni jezdni pomiędzy ul. Cieszyńską i rondem Lotników Lwowskich. Prace prowadzone są połówkami na obu jezdniach tak, aby możliwy był przejazd w każdym kierunku. Zachowany został ruch po Pabianickiej z ograniczeniem do jednego pasa, jednak należy spodziewać się większych utrudnień w okolicy samego ronda - informuje Wiktor Stańczyk, rzecznik Zarządu Dróg i Transportu w Łodzi.

Zdybali 123 osoby, a szukali nawet na strychu u konkubiny

Wiesław Pierzchała
Łódzkie

Wielka akcja policji w Łódzkiem. W jej ręce wpadło ponad 120 ściganych osób. Niektóre z nich miały takie kryjówki, jak... strych u konkubiny.

W trakcie trwającej dwa dni operacji policjanci wytropili w województwie łódzkim 123 osoby, które były poszukiwane przez wymiar sprawiedliwości. Z tego grona 100 osób zostało zatrzymanych, zaś w pozostałych 23 przypadkach stróże prawa jedynie ustalili ich miejsca pobytu - na przykład w celu wezwania do sądu jako świadków. Niektórzy zostali ujęci poza terenem naszego województwa.

Wśród zatrzymanych 25 było ściganych listami gończymi, jak pewien 40-latek, który był tropiony za kradzież i przestępstwa narkotykowe. Sądy w Łodzi i Łasku wydały za nim trzy listy gończe. Prześciga ukrywał się od 2012 roku, co rusz zmieniając adresy



W trakcie trwającej dwa dni operacji policjanci wytropili w województwie łódzkim 123 osoby, które były poszukiwane przez wymiar sprawiedliwości

i myląc tropy. Był nieuchwytny. Do czasu.

Ukrył się na strychu i wciągnął za sobą schody

Stróże prawa z Komendy Wojewódzkiej Policji w Łodzi wytropili go we Włocławku.

Gdy rano weszli do jego mieszkania był szczerze zdumiony ich widokiem. Po przesłuchaniu w Łodzi trafił do zakładu karnego, w którym spędzi ponad cztery lata.

- Niektórzy poszukiwani próbują ukrywać się w nietypowych miejscach, tak jak to

miało miejsce w przypadku 40-letniego mężczyzny z Opoczna. Schował się na strychu u swojej konkubiny licząc, że uniknie odpowiedzialności. Pomimo, że mężczyzna wciągnął schody prowadzące na strych, chcąc zmylić funkcjonariuszy, ci nie dali się zwieść i dostali się na górę, gdzie zatrzymali ukrywającego się mężczyznę - informuje komisarz Edyta Machnik z zespołu prasowego KWP w Łodzi.

Ukrywał się pod szyldem dostawcy pizzy

Inni ścigani zostali zatrzymani w miejscach pracy, jak pewien 41-latek z Rawy Mazowieckiej, który pracując jako dostawca pizzy został zatrzymany przez policjantów w Warszawie. Zdarza się też, że osoby poszukiwane same pojawiają się w komendach, by załatwić inną sprawę. Tak było w przypadku 28-latka z Tomaszowa Mazowieckiego, który został rozpoznany i zatrzymany przez czujnych policjantów.

AUTOREKLAMA

0011423016

**W ŚR.
O
DEK**

**nowy videocast
Roberta Felusia**



**Spójrz w środek wydarzeń
regionalnych i ogólnopolskich
na poważnie i z odrobiną humoru**

Co tydzień w środę od 12.00 na

i.PL

Gala Jazzowa Grand Prix Jazz Melomani upamiętni „Kowala”

Dariusz Pawłowski
Muzyka

33. Wielka Gala Jazzowa Grand Prix Jazz Melomani 2024 odbędzie się w czwartek w łódzkim Teatrze Wielkim. Wydarzenie będzie poświęcone pamięci Ireneusza Kowalewskiego, twórcy imprezy.

Ireneusz Kowalewski, wieloletni prezes łódzkiego Stowarzyszenia Jazzowe „Melomani”, zmarł w lutym ubiegłego roku. Był pomysłodawcą wręczania statuetek Grand Prix Jazz Melomani - dorocznych nagród przyznawanych w kilku kategoriach, a określanych mianem „Kowalów Jazzowych”. Przygotowywana przez niego gala wręczenia statuetek Stowarzyszenia Jazzowego „Melomani” należy do najważniejszych i najstarszych cyklicznych wydarzeń artystycznych w Łodzi.

Tegoroczna, już 33. Wielka Gala „Melomanów” rozpocznie się o godz. 19. Wieczór rozpocznie koncert Tribute To Kowal, w którym zagrają łódzcy muzycy: Michał Kobjek, Piotr Krze-



Gwiazdą wieczoru będzie pochodzący z Węgier skrzypek Roby Lakatos, który w swojej twórczości łączy jazz, muzykę klasyczną oraz węgierską muzykę romską

miński, Przemysław Kuczyński, Marta Sobczak, Wojtek Stanisław, Małgorzata Hutek.

W drugiej części wydarzenia zabrzmie słynny polski zespół jazz-rockowy - istniejące od roku 1970 Laboratorium. Formacja zaliczana jest do pionierów łączenia jazzu z rockiem na polskim rynku, jej muzyka posłu-

żyła za inspirację wielu późniejszym wykonawcom. Artyści zagrają w znakomitym składzie: Janusz Grzywacz, Marek Strykowski, Krzysztof Ścierański, Marek Raduli, Marcin Ścierański.

Widzowie usłyszą też Roby Lakatos & Szymon Klima Quartet w programie „Gypsy Love”. Roby Lakatos to pochodzący

z Węgier wyśmienity skrzypek, który w swej twórczości łączy jazz, muzykę klasyczną oraz węgierską muzykę romską. Na scenie towarzyszyć mu będą polscy muzycy dowodzeni przez kłamecistę Szymona Klimę.

Uroczystość poprowadzą Magdalena Michalak-Szwarc i Robert Gonera.

Rozpoczął się plebiscyt Muzeum Miasta Łodzi – Łodzianka Inicjatorka

Dariusz Pawłowski
Wydarzenie

Kapituła konkursu o nagrodę Łodzianka Inicjatorka, organizowanego przez Muzeum Miasta Łodzi, ogłosiła nazwiska pięciu finalistek plebiscytu. Głosowanie potrwa do 21 listopada.

Plebiscyt Łodzianka Inicjatorka to nowa inicjatywa - w tym roku odbywa się pierwsza edycja przedsięwzięcia.

- Dostaliśmy dokładnie 92 zgłoszenia - wyjaśnia Magdalena Komarzeniec, dyrektorka Muzeum Miasta Łodzi. - Część nazwisk się powtarzała, więc ostatecznie wybieraliśmy spośród 61 kandydatek. Wybór był bardzo trudny, bo większość zgłoszonych łodzianek zasługiwała na tytuł Inicjatorki. Finalistki reprezentują różne środowiska i obszary działalności.

Kapituła konkursu wyłoniła jedną laureatkę i pięć kobiet, spośród których internauci wybiorą zdobywczynię tytułu publiczności. Ostatecznie w gronie finalistek znalazły się: Joanna

Paduszyńska - założycielka i prezeska Fundacji Słonie na balkonie, zapewniającej dzieciom i młodzieży bezpłatną opiekę psychologiczną i psychiatryczną; Sława Lisiecka - tłumaczka literatury niemieckojęzycznej, przybliżająca polskim czytelnikom twórczość między innymi Friedricha Schillera, Josepha Rotha, Hanny Arendt, Karla Dedeciusa i Thomasa Bernharda; Grażyna Posmykiewicz - przez ponad 26 lat dyrektorka Teatru Muzycznego w Łodzi, wprowadzająca na jego scenę światowe musicale i liczne projekty artystyczne; Marta Zdanowska - literaturoznawczyni, redaktorka, współzałożycielka Fundacji Łódzki Szlak Kobiet, przywracająca pamięć o zapomnianych łodziankach oraz Anna Januszkiewicz - przedsiębiorczyni, ekspertka w zakresie marketingu i strategii wizualnych, działaczka społeczna i mecenas kultury. Na swoją faworytkę można już głosować na stronie muzeum-lodz.pl.

Nazwiska obu nagrodzonych poznamy podczas gali 28 listopada w Muzeum Miasta Łodzi.

The Offspring w Atlas Arenie: Stan czystej radochy z grania

Dariusz Pawłowski
Muzyka

Punkrockowe granie jako dobra zabawa z niegłupim przesłaniem. Amerykańska formacja The Offspring zagrała znakomity koncert w łódzkiej Atlas Arenie.

Pochodząca z Kalifornii grupa nie najmłodszych już punków (w ubiegłym roku The Offspring świętowała czterdziestolecie istnienia) udowodniła, że pozostawanie wiernym swoim założeniom oraz wypracowanej stylistyce i energii przynosi zwycięstwa i efekty. Zespół ma fanów doskonale znających wszystkie piosenki, nie musi niczego udawać, łączy mocny wokół Dextera Hollanda z czystością i prostotą muzyki. Obdarza to propozycje Offspring niezmienną świeżością i siłą.

W Łodzi Amerykanie zagraли dokładnie to, czego oczekiwali od nich uczestnicy koncertu. Jak to na promocyjnej trasie, zaprezentowali ostatnią (jedyną studyjną), wydaną w minionym roku płytę „Supercharged”, utworami „Looking Out for #1” czy „Make It All Right”, by jednak nacieszyć przede wszystkim zestawem klasy-



Zespół The Offspring podczas koncertu w łódzkiej Atlas Arenie – nie zabrakło znakomitej oprawy wizualnej

ków. Świetnie zabrzmiało balladowe „Gone Away”, do zagrał którego Dexter zasiadł przy fortepianie, a później porwały wszystkich do wspomnień i pełnej uśmiechu balangi takie hiciory, jak „Why Don't You Get a Job?”, „Pretty Fly (for a White Guy)” i „The Kids Aren't Alright”.

Muzycy z łatwością nawiązują kontakt z publicznością, ta oddaje artystom energię, bawi się również niezmiennym „fuck ya!” wyśpiewywanym przez gitarzystę Noodlesa podczas każdego koncertu. Nie zabrakło też

muzycznego fragmentu, który był hołdem dla Ozzy'ego Osbourne'a, efektownego perkusyjnego solo Brandona Pertzborna i wyśmienitej, doskonale pasującej do propozycji zespołu oprawy wizualnej i świetlnej - łącznie z fajerwerkami, wielkimi piłkami i sterowcem krążącym nad publicznością.

Występ The Offspring - zorganizowany przez agencję Live Nation Polska - był jednym z tych koncertów, po których wraca się do domu w prześwietnym nastroju. Punk rock się po prostu nie starzeje.

MATERIAŁ INFORMACYJNY NFZ

Rak piersi może być zapisany w naszych genach

Gdy kobieta dziedziczy skłonności do raka piersi potrzebne są dodatkowe działania.

Mogą to być badania genetyczne, częstsza kontrola stanu zdrowia, a nawet profilaktyczna mastektomia połączona z rekonstrukcją piersi. W uzasadnionych przypadkach wszystkie te działania refunduje Narodowy Fundusz Zdrowia.

Wiele kobiet ma w bliskiej rodzinie osoby chore na raka piersi. Gdy nowotwór dotyczy babcię, mamę lub siostrę pojawiają się obawy o możliwość odziedziczenia predyspozycji do tej choroby. Szacuje się, że około 5-10 proc. raka piersi ma podłoże genetyczne - najczęściej u osób, które mają uszkodzone geny BRCA1 i BRCA2. Szacuje się, że kobieta z taką mutacją na 50-80 proc. w ciągu życia zachoruje na raka piersi, ma też duże ryzyko innych nowotworów. U takiej osoby raka leczy się też trudniej, jest też większe ryzyko nawrotów.

Pojedyncze zachorowania w rodzinie u starszych osób zwykle nie oznaczają dziedziczenia.

Ale jeśli wśród bliskich pacjentki wiele osób miało lub ma raka, choruje ciężko lub w młodym wieku to warto to sprawdzić. Jeśli lekarz nie proponuje badania, pacjentka powinna zgłosić się do lekarza POZ, ginekologa lub onkologa. Lekarz przyjrzy się historii chorób w rodzinie i w razie potrzeby wystawi skierowanie do poradni genetycznej. W regionie takie badania wykonują trzy placówki w Łodzi: szpital im. Kopernika, Salve Medica i Instytut Centrum Zdrowia Matki Polki. Badanie jest refundowane przez NFZ.

Decyzję o badaniu musi podjąć kobieta. Ale nie powinna się bać. Potwierdzenie skłonności do raka piersi to wstęp do dbania o siebie i zapobiegania chorobie. Dlatego osoby z wykrytą mutacją mają dostęp do częstszych bezpłatnych badań takich, jak mammografia czy rezonans piersi.

Nową metodą profilaktyki dla osób z mutacjami jest pre-

wencyjna mastektomia połączona z rekonstrukcją piersi - zabieg, z którego zasłynęła Angelina Jolie. Polega na tym, że kobieta ma profilaktycznie odjętą pierś, a w jej miejsce dostaje nową, zrekonstruowaną na bazie implantów lub własnych tkanek. Zabieg ten jest refundowany przez NFZ, w Łódzkiem w tym roku wykonało go już 46 pań.

Wątpliwości wywołane nowotworami w rodzinie może rozwiązać nowy portal tematyczny www.onkologia.gov.pl

Ten portal gromadzi najważniejsze przygotowane przez ekspertów informacje na temat różnych nowotworów. Portal powstał z myślą o różnych osobach, ich potrzebach - od tych, które dopiero myślą o badaniach, po te, które szukają wsparcia po zakończonej terapii. Można też zadzwonić na infolinię onkologiczną NFZ 800 190 500, wybierając tonowo „1” a później „3”.

NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia
Łódzki Oddział Wojewódzki w Łodzi

KRÓTKO

WARSZAWA

Jaka jakość życia w gminach?

Sopot, Mińsk Mazowiecki, Bolesławiec, Pabianice – to tylko niektóre z gmin, które znalazły się w ścisłej czołówce najnowszego ogólnopolskiego rankingu jakości życia przygotowanego przez Algolytics Technologies we współpracy z Agencją Badawczą SW Research i partnerami. Raport „Gdzie żyje się najlepiej?” zestawia 90 wskaźników opisujących każdą lokalizację: od zdrowia, przez edukację, transport, dostępność usług, aż po warunki ekonomiczne i środowisko. Każdy wskaźnik ma

przypisaną wagę, a ranking prezentuje dwie perspektywy: ekspercką oraz ankietową, bazującą na wynikach reprezentatywnego badania opinii dorosłych Polaków. Wysokie miejsca w rankingu zajmują duże miasta (Warszawa, Kraków, Gdańsk) oraz mniejsze ośrodki (Legionowo, Świdnica, Chrzanów). Liderów łączy wysoka jakość infrastruktury, sprawna komunikacja, oferta edukacyjna i kulturalna oraz skuteczne działania na rzecz bezpieczeństwa i zdrowia mieszkańców. oprac. WS|PAP

OLSZTYN

Wybito ponad 100 tysięcy ptaków



W powiecie iławskim w ostatnich dniach wykryto trzy ogniska ptasiej grypy, co skutkowało wybicciem ponad 31 tys. indyków oraz 72 tys. brojlerów. Powiat jest drobiarskim zagłębiem regionu – funkcjonuje tu ponad 100 ferm. Od początku 2025 roku w woj. warmińsko-mazurskim stwierdzono 22 ogniska ptasiej grypy.

WYRYKI

MON oferuje zadośćuczynienie

– MON zaproponowało rodzinie z uszkodzonego rakietą domu w Wyrykach dodatkowe 200 tys. zł zadośćuczynienia. Czekamy na jej odpowiedź – przekazał wiceszef MON Cezary Tomczyk. Dodał, że poszkodowana rodzina wyraziła wolę budowy nowego domu, nie zaś remontowania uszkodzonego. Tomczyk przekazał w Radiu Zet, że rodzina otrzymała już

zadośćuczynienie oraz lokal zastępczy o powierzchni około 80 mkw. W nocy z 9 na 10 września polską przestrzeń powietrzną naruszyły drony w trakcie ataku Rosji na Ukrainę. Drony, które stanowiły zagrożenie, zestrzeliło polskie i sojusznicze lotnictwo. W Wyrykach-Woli zniszczony został dach domu i uszkodzony samochód. oprac. WS|PAP

WARSZAWA

We wtorek przed posiedzeniem rządu premier Donald Tusk odniósł do informacji o przejęciu kluczowej dla CPK działki za rządów PiS. Jak poinformował, ówczesny pełnomocnik rządu ds. CPK Marcin Horała dostał 24 listopada 2023 roku pismo od ówczesnego prezesa CPK, „że dzieje się skandal”. – Nie zareagował. Może dlatego, że tak wielu ludzi z PiS było zaangażowanych w ten proceder – powiedział Tusk.

Dziennik Łódzki
Środa, 29.10.2025

„

Nie będę już używał skrótu CPK do opisanie inwestycji. Dzisiaj wszyscy odczytują ten skrót jako „cały PiS kradnie”

Donald Tusk, premier RP

Zawieszeni za działki pod CPK. PiS chce wyjaśnić sprawę samo

oprac. Anna Nagel
Warszawa

Szef klubu PiS Mariusz Błaszczak poinformował, że w partii zostanie powołany specjalny zespół, któremu posłowie Robert Telus i Rafał Romanowski złożą wyjaśnienia ws. sprzedaży działki pod CPK.

W poniedziałek „WP” podała, że Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi – tuż przed utratą władzy przez PiS w grudniu 2023 roku – wydało zgodę na sprzedaż 160-hektarowej działki wiceprezesa prywatnej firmy – spółki Dawtona. Do sprzedaży doszło mimo sprzeciwu władz Centralnego Portu Komunikacyjnego, dla budowy którego działka była kluczowa, ponieważ przez ten grunt – w Zabłotni pod Grodziskiem Mazowieckim – ma przebiegać linia kolei dużej prędkości z Warszawy do CPK.

Działka należała wówczas do Krajowego Ośrodka Wsparcia Rolnictwa (KOWR), którą właściciele Dawtony dzierżawili od 2008 r., a wcześniej ubiegali się o jej wykup. Według „WP” w 2023 r., ale jeszcze przed transakcją sprzedaży, firmę odwiedził ówczesny minister rolnictwa Robert Telus.

Formalnie do sprzedaży doszło 1 grudnia 2023 roku. Cena działki wyniosła 22,8 mln zł, a obecnie jej wartość może wielokrotnie wzrosnąć – szacuje się, że nawet do 400 mln zł. W tle pojawiają się też wątki manipulacji przy dokumentach Wód Polskich, które tuż przed sprzedażą przekwalifikowały ciek wodny na rów melioracyjny, co umożliwiło transakcję.



Resort rolnictwa, kierowany wówczas przez Roberta Telusa, wydał zgodę na sprzedaż działki w Zabłotni

Mariusz Błaszczak, pytany we wtorek w radiu TOK FM o tę sprawę, zapewniał, że należy ją wyjaśnić. – I my to wyjaśnimy – zadeklarował szef klubu PiS.

Błaszczak dopytywany, czy zawieszeni posłowie mieli okazję do złożenia wyjaśnień, odparł, że „cały proces wyjaśnienia tej sprawy będzie polegał na tym, że zostanie powołany zespół i parlamentarzyści złożą

swoje wyjaśnienia”. – Zespół tę sprawę niejako rozsądzi i przedstawi swoje stanowisko – zaznaczył szef klubu PiS.

Z kolei były pełnomocnik rządu ds. CPK, obecny poseł PiS Marcin Horała, we wtorek w programie „Super Ring” odniósł się do tej sprawy. – Ja sam oczywiście jestem wkurzony. Ta sprawa musi być wyjaśniona, i to w obydwu jej aspektach – stwierdził.

– To znaczy, kto dokładnie odpowiadał za to, że tę działkę sprzedał, choć nie powinien tego robić, i to jest po stronie jeszcze naszych rządów. No

i dlatego przez następne półtora roku CPK i obecny rząd nic w tej sprawie nie zrobił, a mógł – ocenił poseł.

Horała dopytywany był też o to, jak to możliwe, że mimo jego uczestnictwa przy tej inwestycji Robert Telus i Rafał Romanowski pozwolili na sprzedaż tej działki bez jego wiedzy.

– Ja też tego nie potrafię zrozumieć, to powinno być wyjaśnione. Dlatego zostali oni zawieszeni w prawach członka PiS do wyjaśnienia tej sprawy. Trzeba sprawdzić, czy np. ktoś ich nie wprowadził w błąd, coś może zataił, czy to jednak jest ich jest bezpośrednia odpowiedzialność. No wtedy pewnie nie skończy się jedynie na zawieszeniu – ocenił były pełnomocnik ds. CPK.

W tej sprawie śledztwo prowadzi Prokuratura Okręgowa w Warszawie, która bada, czy doszło do przekroczenia uprawnień i działania na szkodę interesu państwa w celu osiągnięcia korzyści majątkowej, co może grozić karą do 10 lat więzienia. Zawiadomienie złożyła spółka CPK.

Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa zadeklarował pełną współpracę z prokuraturą w celu wyjaśnienia okoliczności transakcji i ujawnienia ewentualnych czynów zabronionych, które mogłyby stanowić podstawę do unieważnienia sprzedaży. PAP

Zbigniew Ziobro miał kierować zorganizowaną grupą przestępczą. Jest wniosek o uchylenie immunitetu

oprac. Karolina Wrońska
Warszawa

– Były minister sprawiedliwości miał pełną świadomość nieprawidłowości przy przyznawaniu dotacji z Funduszu Sprawiedliwości – podkreśliła rzeczniczka Prokuratora Generalnego.

Prok. Anna Adamiak na konferencji prasowej przekazała, że prokurator prowadzący śledztwo ws. Funduszu Sprawiedli-

wości „ustalił w oparciu o dowody, że Ziobro założył i kierował zorganizowaną grupą przestępczą”.

– Prokurator przyjął dostatecznie uzasadnione podejrzenie popełnienia przez pana Zbigniewa Ziobro przestępstwa z artykułu 258, paragraf 3 Kodeksu Karnego, to jest założenia i kierowania zorganizowaną grupą przestępczą – podkreśliła.

Wśród popełnionych przestępstw – jak przekazała rzeczniczka PG – znalazły się również

przywłaszczenie pieniędzy, które stanowiły środki z Funduszu Sprawiedliwości, a także poświadczanie nieprawdy w dokumentach.

Według prok. Adamiak grupa założona przez Ziobrę składała się z urzędników Ministerstwa Sprawiedliwości oraz osób pełniących funkcje publiczne w ministerstwie, a także z osób, które były powiązane z podmiotami beneficjentami uzyskanych środków z Funduszu Sprawiedliwości.

– Ustalono, że w ramach tych 26 czynów (...) przywłaszczone ponad 150 mln zł środków z Funduszu Sprawiedliwości – dodała.

Minister sprawiedliwości, prokurator generalny Waldemar Żurek przekazał do Sejmu wniosek o wyrażenie zgody na pociągnięcie Zbigniewa Ziobry do odpowiedzialności karnej, który dotyczy także zatrzymania i aresztowania byłego ministra sprawiedliwości. PAP

Huragan groźny dla 1,5 mln ludzi. Melissa nad Jamajką

oprac. Karolina Wrońska
Kingston

Melissa, której towarzyszy wiatr wiejący z prędkością 280 km/godz., może okazać się najpotężniejszym huraganem w historii wyspy.

Szef delegacji Międzynarodowej Federacji Stowarzyszeń Czerwonego Krzyża i Czerwonego Półksiężycza (IFRC) na Karaiby Necephor Mghendi poinformował we wtorek, że huragan Melissa może dotknąć nawet ponad 1,5 miliona mieszkańców Jamajki.

- Dachy zostaną poddane ciężkiej próbie, poziom wody powodziowej wzrośnie, a wiele miejsc zostanie boleśnie odciętych od świata - zaalarmował.

Dodał, że dla osób ewakuowanych z najbardziej dotkniętych obszarów utworzono ponad 800 tymczasowych miejsc zamieszkania. - Głównym priorytetem było zapewnienie ludziom bezpiecznego schronienia, aby zmniejszyć liczbę ofiar - zapewniał Mghendi.

Światowa Organizacja Meteorologiczna (WMO) przekazała, że specjaliści spodziewają się katastrofalnej sytuacji na Jamajce. - Należy oczekiwać porywów wiatru sięgających 300 km/h, gwałtownych powodzi błyskawicznych i osuwisk - powiedziała Anne-Claire Fontan, specjalistka WMO ds. cyklonów tropikalnych, na konferencji prasowej w Genewie. - Dla



Trzech mieszkańców Jamajki zginęło jeszcze przed uderzeniem huraganu Melissa. Ofiary starały się zabezpieczyć swoje domy i ścinały niebezpieczne gałęzie

Jamajki z pewnością będzie to burza stulecia - ostrzegła.

We wtorek Melissa powoli sunęła w kierunku Jamajki, nie przekraczając prędkości 7 km/h - powiadomił portal telewizyjny Al Dżazira. Zdaniem meteorologów jest to szczególnie niebezpieczne: huragan nie przemienia się szybko, ale dłużej pozostaje nad jednym regionem, który tym samym jest dłużej poddawany niszczycielskiej sile wiatru.

W ostatnich latach badacze odnotowali, że od połowy XX wieku huragany częściej przemierzają się powoli i dłużej

pozostają w rejonach przybrzeżnych - przypomniał serwis internetowy katarskiej stacji.

Zdaniem ekspertów częstotliwość występowania bardzo silnych huraganów, takich jak Melissa, wzrasta i ta tendencja będzie utrzymywać się w miarę

Huragan może spowodować zniszczenia na skalę porównywalną z huraganem Katrina, który przed 20 laty spustoszył Nowy Orlean

ocieplania się klimatu. Międzynarodowy Zespół ds. Zmian Klimatu (IPCC) zaalarmował w swoim najnowszym raporcie, że „wraz z (globalnym) ociepleniem najprawdopodobniej wzrośnie, w skali świata, udział cyklonów tropikalnych kategorii 4-5” - podkreślił portal brytyjskiej BBC.

Jednym z największych zagrożeń ze strony huraganu Melissa będzie sztorm z falami sięgającymi od 2,7 do 4 metrów wysokości, które mogą uderzyć w południowe wybrzeże Jamajki - oceniła CNN.

PAP

„Unikatowa broń, której nikt nie posiada”. Fakty i mity o rakiecie Buriewiestnik

Grzegorz Kuczyński
Moskwa

Władimir Putin znów pochwalił się swoją „cudowną bronią” - rzekomo udanym testem pocisku manewrującego o napędzie atomowym.

Nawalniki (Hydrobatidae) to rodzina niedużych ptaków z rzędu rurkonosych. Występują na oceanach półkuli północnej. Rosyjska nazwa tego gatunku wiąże się z tym, że po ich zachowaniu marynarze mogli przewidzieć nadchodzący sztorm („buriewiestnik” - dosłownie „zwiastujący sztorm”).

Tak Rosjanie nazwali też swój nowy pocisk, mający rzekomo radzić sobie z obroną amerykańską, latając godzinami, a nawet dniami, szukając luk w sieci systemów antyrakietowych. W niedzielę 26 października Kreml



Według Moskwy nowy pocisk jest niewykrywalny

opublikował film wideo ze spotkania Putina z szefem sztabu generalnego Walerijem Gierasimowem, które miało miejsce w centrum dowodzenia połączonych sił zbrojnych. Gierasimow powiedział, że test odbył się pięć dni wcześniej, kiedy to pocisk,

który według Moskwy nie może zostać wykryty przez żaden system obronny, przeleciał 14 000 kilometrów i pozostawał w powietrzu przez około 15 godzin. Putin określił ją jako „unikatową broń, której nikt inny na świecie nie posiada”.

Jednak po raz pierwszy resort obrony Rosji pokazał zdjęcia z miejsc produkcji Buriewiestnika już 19 lipca 2018 r. Zaś do kolejnego testu, tym razem „częściowo udanego”, doszło 29 stycznia 2019 roku na poligonie Kapustin Jar. To był już 13. testowy lot Buriewiestnika - i narażenie nie widać końca fazy prób pocisku w dokumentach amerykańskich służb specjalnych oznaczanego jako SSC-X-9 Skyfall („X” oznacza, że broń jest wciąż w fazie eksperymentalnej).

Z kolei w sierpniu 2019 roku na poligonie wojskowym

pod Siewierodwińskiem, w pobliżu miejscowości Nionoksa (obwód archangielski), doszło do wybuchu. Zaraz po tym incydencie w regionie odnotowano krótkotrwałe wzrosty promieniowania, a mieszkańcy okolicznych obszarów zgłaszali silny huk i następujące po nim wydzielanie dymu.

Ministerstwo obrony i korporacja Rosatom oświadczyły wówczas, że na poligonie eksplodował silnik odrzutowy, w którym wykorzystywano radioizotopowe źródło zasilania.

We wrześniu 2024 roku dwóch amerykańskich badaczy ogłosiło, że zidentyfikowało prawdopodobne miejsce umieszczenia rosyjskiej rakiety skrzydlatej 9M730 Buriewiestnik. Naukowcy przypuszczają, że to magazyn głowic nuklearnych „Wologda-20” - 475 km na północ od Moskwy. PAP

AUTOREKLAMA

Wspomnienia.
Te najważniejsze...

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

0011423527

Pani
Annie Smusz

wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

Mamy

składają

Dyrekcja oraz pracownicy
MZPR w Zgierzu

0011423359

Z głębokim smutkiem
przyjęliśmy wiadomość o śmierci

Marka Budzisa

Radnego Rady Miasta Zgierza II kadencji.

Łączymy się w bólu
z Rodziną i Bliskimi

Łukasz Wróblewski
Przewodniczący
Rady Miasta

Przemysław Staniszewski
Prezydent
Miasta Zgierza

0011423058

Z głębokim żalem żegnam
śp

dr. Macieja Adamkiewicza

Współwłaściciela i Prezesa Zarządu Adamed Pharma S.A., wizjonera polskiego przemysłu farmaceutycznego, człowieka z ogromną wiedzą, pasją i zaangażowaniem w rozwój nauki oraz innowacji w Polsce. Jego odejście to wielka strata dla polskiej medycyny, gospodarki oraz wszystkich, którzy mieli zaszczyt Go znać i z Nim współpracować.

Rodzinie, Bliskim i całej Społeczności Adamed składam wyrazy szczerego współczucia i wsparcia w tym trudnym czasie.

Jolanta Zięba-Gzik
Poseł na Sejm RP

Ukraińcy mówią: specjalna operacja informacyjno-psychologiczna, my: wojna hybrydowa, dezinformacja. Wiadomo, jaka jest skala tego zjawiska?

Zadam kontrpytanie: O co pani konkretnie pyta? O Polskę? O Europę? O świat? Tutaj nie ma jednej odpowiedzi.

Zacznijmy od Polski.

Skala zjawiska dezinformacji rosyjskiej w Polsce jest bardzo duża. My sobie z tego do końca nie zdajemy sprawy, ale choćby sytuacja z dronami z 9 na 10 września pokazuje, z czym mamy do czynienia. Narracja, która wtedy de facto wygrała w serwisach społecznościowych mówiła o tym, że były to ukraińskie drony. To dowód na to, jak silnie dezinformacja rosyjska jest obecna w Polsce, jak jest podgrzewana przez niektóre konta, jak mocno wykorzystywane są algorytmy i boty, jak tak na dobrą sprawę wykorzystuje pewne cechy naszego społeczeństwa. A w naszym wypadku jest to rosnąca i coraz bardziej widoczna niechęć do wsparcia Ukrainy i do samej obecności Ukraińców w Polsce.

Mam rozumieć, że w Europie, na świecie to działa w bardzo podobny sposób?

Działa w sposób i podobny, i różny. Dlaczego? Dlatego że każde społeczeństwo jest inne, każde ma swoje podatności, swoją historię, każde społeczeństwo ma sytuację, których może się w swojej historii wstydzić. Więc mimo wszystko rosyjska propaganda będzie działała nieco inaczej w Polsce, nieco inaczej w Niemczech, jeszcze inaczej we Francji, a zupełnie inaczej będzie oddziaływać na przykład na państwa postkolonialne, zwłaszcza w Afryce. Nie ma jednego schematu dezinformacji - te schematy są przez Rosję tworzone dla poszczególnych społeczeństw, poszczególnych państw z wykorzystaniem ich słabości, ich naturalnych procesów politycznych, z wykorzystaniem ich historii. Jeżeli możemy się dopatrywać pewnych podobieństw, to mamy do czynienia z szerokim wykorzystaniem nowoczesnych środków związanych właśnie z botami, z algorytmami, z aktywnością w przestrzeni internetowej. I to zapewne jest pewien wspólny mianownik, który łączy rosyjską dezinformację. I znów - inne będą cele Rosji na przykład w stosunku do państw NATO, w stosunku do państw, które wspierają Ukrainę, a inne będą cele Rosji w stosunku do państw afrykańskich, państw Bliskiego Wschodu czy państw Azji.

Właśnie, bo mówi się, że Rosja na dezinformację wydaje rocznie 4 do 6 miliardów dolarów.

– Chodzi o to, żeby wywołać strach, który sparaliżuje. Przestraszone społeczeństwo będzie wywierało presję na rządzących, aby ci zaakceptowali w końcu rosyjskie żądania, bo jeżeli tego nie zrobią, to grozi nam wojna.

Widzimy próbę zasiania takiego myślenia, zasiania strachu, który spowoduje, że wywiesimy białą flagę, a nie będziemy myśleć, jak uzbroić się po zęby, by odstraszyć Rosjan – mówi Anna Maria Dyner, analityczka PISM

Dorota Kowalska



Dyner: Informacje propagandowe mają na celu wywołać u nas wzburzenie, zanim jeszcze pomyślimy

Anna Maria Dyner: Rosyjska dezinformacja żywi się emocjami

Ale jak jest zorganizowana? Szerzą ją farmy trolli? Jak to działa tak naprawdę?

Na dobrą sprawę to, co identyfikujemy, to pewien wierzchołek góry lodowej. W tę dezinformację zaangażowane są rosyjskie służby specjalne, farmy trolli, grupy APT, które są związane z konkretnymi służbami specjalnymi - czy to ze Służbą Wywiadu Zagranicznego, czy z FSB. Więc tak naprawdę machina propagandowa jest bardzo mocno rozkręcona. Warto zwrócić uwagę, że Rosjanie nie do końca uderzają w ciemno. Oni prowadzą rozpoznanie psychologiczne, starają się zidentyfikować bolączki poszczególnych państw, ich słabości, wykorzystać naturalną walkę polityczną, która w poszczególnych krajach ma miejsce. Rosjanie czasami testują pewne narracje, sprawdzają, czy jakiś wątek - jak to się mówi w języku medialnym - „zażre”, czy będzie popularny. Jeśli będzie popularny, będą w niego inwestować, jeśli nie, mogą taką narrację zarzucić i do niej albo wrócić w dalszej przyszłości, albo zupełnie ją wykreślić. To się też zmienia z czasem, bo nasze podatności się zmieniają, co pokazuje choćby historia prawie czterech lat wojny w Ukrainie i podejścia polskiego społeczeństwa do wsparcia Ukrainy. Rosjanie bardzo wnikliwie śledzą wszystkie trendy i potem starają się precyzyjnie uderzać, żeby osiągać swoje cele. W przypadku państw zachodnich chodzi o rozbijanie zachodniej jedności, wywoływanie strachu, paraliżującego strachu, a nie strachu, który motywuje do działania. I nawet ta kwota, o której pani wspomniała, w stosunku do potencjalnych zysków, które Rosja może osiągnąć przez wojnę hybrydową, to mimo wszystko „orzeszki”.

No dobrze, ale z tego, co Pani mówi, wynika, że w akcję dezinformacji zaangażowanych jest tysiące ludzi. Skoro rozpracowywany jest każdy kraj, badany pod kątem historii, psychologii społeczeństwa, to z tego wynika, że nad kreowaniem i szerzeniem dezinformacją pracują tłumy!

Zgadza się, ale też w skali Rosji to nie jest aż tak duży wysiłek. Jeżeli weźmiemy pod uwagę, że w tego rodzaju działania dodatkowo zaangażowane są środki w postaci informatyków, botów, algorytmów, cała sieć tak zwanych użytecznych idiotów albo wręcz wprost agentów prorosyjskich, to nadal to nie jest bardzo duża skala zaangażowania. Nawet jeśli przyjmujemy, że w te działania zaangażowanych jest kilka tysięcy osób, to warto zwrócić uwagę, ile setek osób ginie codziennie na froncie w Ukrainie. Kiedy porównamy te dwie skale, to okaże się, że tak na-

prawdę, to biorąc pod uwagę olbrzymie terytorium i cały potencjał Federacji Rosyjskiej, te siły i środki nie są aż tak duże.

Są jakieś fale dezinformacji, czy ona jest po prostu stała? Czy na przykład generują ją pewne wydarzenia?

Propaganda nie jest stała. Ona oczywiście opiera się na wydarzeniach, bo wydarzenia dają paliwo propagandzie. I tak jak już wspomniałam, choćby atak dronowy w Polsce – w zasadzie od momentu, kiedy pierwsze drony przekroczyły naszą granicę, można było zaobserwować falę dezinformacji w serwisach społecznościowych. To pokazuje, że są historie, które powodują, iż bardzo łatwo rozsiewać propagandę; to mogą być różnego rodzaju spory polityczne między poszczególnymi państwami, szczyty, konferencje, protesty społeczne, które mają miejsce choćby w krajach Unii Europejskiej. Wszystko to jest zarzewiem do kolejnych fal dezinformacji. Dlaczego? Bo dezinformacja żywi się emocjami, a protesty społeczne, wybory, o których jeszcze nie wspomniałam, to elementy życia publicznego, które właśnie wywołują emocje. Na nich jest bardzo łatwo budować strategię dezinformacyjną. Pandemia COVID-19 pokazała, ile dezinformacji było wywołanej strachem, zwłaszcza w początkowych tygodniach zamknięcia się poszczególnych państw i niewiedzy co do tego, jak bardzo groźny to wirus. Więc wszystkie sytuacje, które oddziałują na społeczeństwo, są tematami rozmów – one będą przez propagandę wykorzystywane.

Wydaje się, że cele dezinformacji są jasne. Chodzi o to, żeby zniechęcić społeczeństwa europejskie i światowe do Ukrainy, do wojny w Ukrainie. Ale chyba to nie jest jedyny cel, prawda? Chodzi też o sianie chaosu, strachu. Tak jak już wspomniałam, oczywiście że chodzi o sianie strachu, wątpliwości. W przypadku Polski to z jednej strony bardzo silne staranie, aby podważyć zdolności sił zbrojnych, podważyć zasady, na których opiera się Sojusz Północno-atlantyczny. Mamy przecież słynną narrację, że sojusznicy nas zdradzają jak w 1939 roku, niezależnie od tego, jak bardzo warunki z 1939 roku i obecnie się różnią. Chodzi o to, żeby wywołać strach, który sparaliżuje. Przestraszone społeczeństwo będzie wywierało presję na rządzących, aby ci zaakceptowali w końcu rosyjskie żądania, bo jeżeli tego nie zrobią, to grozi nam wojna. Widzimy próbę zasiania takiego myślenia, zasiania strachu, który spowoduje, że wywiesimy białą flagę, a nie będziemy myśleć, jak uzbroić się po zęby, by odstraszyć Rosjan. To, co jest

też bardzo ważne, to kreowanie chaosu na tyle poważnego, żeby rządzący musieli się nim na bieżąco zajmować, a nie myśleć o kwestiach strategicznych. To takie przepalanie wyśiłku na bieżące protesty, na łagodzenie czy próbę łagodzenia polaryzacji społecznej, na różnego rodzaju z pozoru drobne rzeczy. Potem nie ma już sił i środków, a czasami nie starcza woli politycznej, aby wspólnie zastanowić się nad strategicznymi priorytetami danego państwa.

Są jakieś wiodące narracje w wojnie hybrydowej?

To też zależy: inne będą narracje wiodące w państwach europejskich, nieco inne w Stanach Zjednoczonych, a jeszcze inne, tak jak wspomniałam, choćby w Afryce. Jeśli chodzi o państwa europejskie, to gdybyśmy mieli szukać wspólnego mianownika, to jest nim narracja, że wsparcie dla Ukrainy przedłuża tę wojnę, co generuje bardzo poważne koszty po stronie europejskiej i bardzo obniża bezpieczeństwo kontynentu.

Tym językiem propagandy bardzo często mówią sami politycy!

Nie chciaabym się do tego odnosić.

Dobrze, ludzie ulegają dezinformacji. Tak jak Pani wspomniała, część polskiego społeczeństwa uwierzyła, że to drony ukraińskie wleciały do Polski. Dlaczego? Bo jesteśmy za mało wyedukowani, bo nie sprawdzamy informacji, bo ich nie pogłębiany? Co sprawia, że w fake newsy po prostu wierzymy?

Myślę, że przede wszystkim częściowo wpływa na to brak komunikowania strategicznego. Do zdarzenia w tym konkretnym wypadku doszło nocą. Algorytmy i boty zapracowały w taki sposób, że rano, kiedy ktoś otwierał jakiś serwis społecznościowy, miał zalew informacji właśnie pod tytułem, że to ukraińskie drony wleciały do Polski. Zanim dokopał się do innego źródła informacji i stwierdził, jak było naprawdę, mógł pomyśleć, że skoro tak dużo mówi się i pisze o tym w sieci, to zapewne jest w tym jakaś prawda. To jeden element. Drugi – informacje propagandowe są bardzo silnie nacechowane emocjonalnie, mają na celu wywołać w nas wzburzenie, zanim jeszcze pomyślimy. Mamy zareagować emocjonalnie, wydać osąd, być gotowym do działania, do krytyki, zanim przyjdzie refleksja. Do tego dochodzi kwestia braku weryfikacji źródeł informacji, braku zastanowienia się. Ale znowu – to element psychologiczny, propaganda najpierw działa na emocje.

Pojawiają się głosy, że wojnę dezinformacyjną czy hybry-

dową Rosja w Polsce już wygrała, bo jesteśmy społeczeństwem podzielonym i wzrasta niechęć do Ukrainy. Rzeczywiście badania wykazują, że jesteśmy coraz bardziej sceptyczni wobec Ukraińców?

Jeśli spojrzeć na badania, to obserwowany jest spadek poparcia dla wsparcia dla Ukrainy. Czy rosyjska propaganda wygrała? Myślę, że Rosjanie częściowo wygrali, ale tak naprawdę bazują na bardzo wielu elementach życia społecznego, które istniały wcześniej. Przecież gdyby między Polską i Ukrainą nie było sporów historycznych, a kwestie historyczne były wyjaśnione i rozwiązane już lata temu, to nie byłby element, na którym można grać. Teraz na przykład Rosjanie do spółki z częścią establishmentu białoruskiego próbują wykorzystywać hasło, że II RP okupowała zachodnie ziemie Białorusi w okresie międzywojennym. To przykład próby sztucznego wywołania sporu wokół historii. Natomiast w przypadku Ukrainy taki spór już istniał. Do tego wszystkiego doszła analiza ze strony rosyjskiej bólczek polskiego społeczeństwa, czyli tego, że generalnie narzekamy na długie kolejki do lekarzy, na jakość edukacji publicznej, na brak miejsc w przedszkolach. Jak to wykorzystać? Budować narrację, że przyjęliśmy tysiące uchodźców, a to oznacza, że te kolejki jeszcze się zwiększą, a nasze dzieci nie dostaną się do przedszkoli. To połączenie stałych bólczek z tymi, które można dodatkowo wygenerować, wykorzystując właśnie obawy, stereotypy, czasami brak elementarnej wiedzy. A wszystko to musi być nacechowanie emocjonalne.

Ucieka Pani od odpowiedzi na to pytanie, ale zadam jej może ogólniej: dlaczego elity europejskie, światowe, nie tylko polscy politycy, mówią językiem rosyjskiej propagandy? Czy to wynika z niewiedzy? Z poglądów? A może mamy wśród polityków rosyjskich agentów?

Na to ostatnie pytanie na pewno nie odpowiem, to nie jest pytanie do analityka takiego jak ja. Natomiast jeśli chodzi o prorosyjską propagandę, niekoniecznie politycy będą świadomi tego, że operują hasłami, które są suflowane ze strony Kremla – to pierwsza rzecz. Druga – skoro na przykład w jakimś społeczeństwie mamy rosnącą naturalną z pozoru niechęć do wsparcia Ukrainy, to siłą rzeczy część polityków będzie chciała to wykorzystać do budowania swojej pozycji i do podkręcania swojej popularności. Jeżeli decydent uważa, że jest jakiś trend w społeczeństwie, to chętnie się pod ten trend podepnie.

Oczywiście nie chcę bronić wszystkich polityków, można długo rozmawiać na temat tego, jak Rosjanie byli aktywni, wspierając czy to skrajną prawicę, czy skrajną lewicę w różnych państwach, zwłaszcza zachodnioeuropejskich. Zostawiłabym to z boku, ale na tym też częściowo Rosjanie bazują. Tak jak wspomniałam, jest bardzo różnie w różnych państwach, ale czasami wystarczy wykreować czy podkreślić pewne oczekiwania społeczne, a politycy za nimi pójdą.

Dezinformacja w jaki sposób się zmienia? Zauważyli państwo, że jest, nie wiem, coraz lepsza, coraz lepiej zorganizowana? Jak to wygląda?

Już rozmawialiśmy o tym: ona się zmienia, nie jest cały czas taka sama. Tak na dobrą sprawę szalenie trudno na to pytanie odpowiedzieć, bo czasami wydawałoby się, że jakieś wydarzenie będzie samograjem dla Federacji Rosyjskiej, a nie przynosi efektu, a czasami jakaś sytuacja, które teoretycznie nie powinna przynieść efektów, przynosi. Weźmy choćby ten kryzys z dronami: większość spodziewałaby się, że to oczywiste, że to nie Ukraina nas atakuje, tylko rosyjskie drony. Tym bardziej że wszystkie media podawały, jaki to typ dronów, których Ukraina nie produkuje, ale mimo to udało się wykreować inną narrację. Więc do pewnego stopnia był to rosyjski sukces. Tylko znów – są sukcesy krótkoterminowe, które albo mogą stać się dla Rosji sukcesami długoterminowymi, albo w zależności od reakcji obronnej danego państwa mogą się stać porażką, bo na chwilę narracja społeczna wychyli się w jedną stronę, ale będą podjęte działania, które tę narrację społeczną naprostują, a to wywoła efekt odwrotny od zamierzonego przez Rosjan.

Biorąc pod uwagę fakt, że cały świat, a zwłaszcza Europa, jest wojną w Ukrainie zmęczona, dezinformacja pada na bardzo podatny grunt, prawda?

Oczywiście, że tak. Ale to nie jest tak, że chodzi wyłącznie o Ukrainę, bo znów, jak już mówiłam, wykorzystywane są bólczki różnych państw, na przykład te związane z niedoskonałością służby zdrowia czy niedoskonałością systemu edukacji. Więc to nie tylko jest kwestia samej Ukrainy. Czasami powiedziałabym nawet, że antyukraińska narracja jest wręcz schowana.

Ale czemu to służy?

Tak jak już wspomniałam: chodzi o zaangażowanie poszczególnych rządów w bieżące zarządzanie chaosem, brak strategicznego myślenia, podziały wewnątrzpolityczne, polaryzację, podział między państwami zachodnimi. To jest

całe spektrum, które osłabia państwa zachodnie. I z tego korzysta Rosja.

Dobrze, ale jak z tym skutecznie walczyć?

Trudno jest z tym skutecznie walczyć. Nawet zaryzykuję tezę, że w zasadzie jest to niemożliwe. Oczywiście należy przede wszystkim myśleć o edukacji, i to od przedszkola, pokazującej, czym jest dezinformacja, uczącej, jak odróżniać dezinformację od informacji prawdziwych, gdzie należy szukać właściwych źródeł. Ważne są kampanie informacyjne prowadzone przez instytucje państwowe odpowiedzialne za komunikowanie strategiczne czy fragmenty tego komunikowania. Ale tutaj dochodzimy trochę do ściany, dlatego że z punktu widzenia prawa państw demokratycznych dezinformacja nie jest nielegalna.

I myślę, że jest część osób w każdym społeczeństwie, która będzie wierzyła w jakieś teorie spiskowe czy właśnie w dezinformację.

To jedna rzecz, a druga jest taka, że to jest też szalenie trudna sprawa, jak wyważyć chęć ewentualnego prawnego walczenia z dezinformacją, z wolnością słowa, z prawem do swobody przekonań i ze wszystkimi demokratycznymi prawami, które są immanentną częścią państw zachodnich. To wcale nie jest łatwe i proste do zdefiniowania. I to też wykorzystuje Federacja Rosyjska, traktuje jako pewną słabość państw zachodnich, bo one bardzo trzymają się prawa, nie chcą ograniczać wolności i swobod jednostek, nie chcą narzucać silniejszej kontroli społecznej. To właśnie powoduje, że różnego rodzaju historie, które dla większości zdroworozsądkowo myślących ludzi nie mają racji bytu, mimo wszystko jakoś tam w różnych społeczeństwach rezonują.

Wychodzi na to, że zostaje nam edukacja.

Tylko i wyłącznie tak naprawdę.

I polityka informacyjna rządu.

Nie tylko rządu, powiedziała-bym, że instytucji państwowych. Na przykładzie Wojska Polskiego, jeżeli wojsko – a robi to coraz lepiej – komunikuje jasno i wyraźnie, że są takie a takie ćwiczenia, będą się przemieszczały kolumny wojskowe, nie ma powodu do obaw – to już powoduje, że narzucana jest pewna narracja. Trudniej siać strach – to pierwsza rzecz. I druga rzecz jest tego rodzaju, że tam, gdzie nie ma informacji, natychmiast pojawiają się fake newsy.

Bo nie ma co liczyć na to, że Rosja z wojny hybrydowej w końcu się wycofa?

Absolutnie nie – ona będzie ją kontynuować. To z jej perspektywy bardzo efektywne kosztowo, niezależnie od tego, że nam może się wydawać, że angażuje w tę wojnę duże siły i środki. Nie, to nie są duże siły i środki w skali całego państwa rosyjskiego, a przynoszą efekty. Przynoszą poważne reperkusje społeczno-polityczne w niektórych państwach. I w zasadzie to jest ten element, którym Rosja będzie chciała rozmiękczać państwa zachodnie, co jest zresztą zgodne z jej myśleniem wojuskowym. Walery Gerasimow od 2013 roku jasno wskazywał, w którą stronę będą prowadzone rosyjskie działania i z wykorzystaniem jakich elementów.

Niektórzy mówią, że większe sukcesy Rosja osiąga właśnie w wojnie hybrydowej niż w wojnie stacjonarnej, czyli na terenie Ukrainy.

Trudno to tak naprawdę ocenić, bo nie znamy ostatecznych efektów wojny w Ukrainie. Trzeba je będzie przeanalizować, kiedy działania zbrojne się skończą. Nie wiemy też, jakie będą długotrwałe efekty społeczne tej wojny.

Widzi Pani jakąś szansę na zakończenie wojny w Ukrainie w ciągu najbliższych tygodni, miesięcy?

Tygodni na pewno nie, czy miesięcy – powiem szczerze, trudno to sobie wyobrazić. Teoretycznie wydawało się, że Donald Trump jest coraz bardziej poirytowany brakiem działań ze strony Federacji Rosyjskiej, że koniec wojny może być bliski; teraz okazało się, że niekoniecznie. Oczywiście zobaczymy, co przyniesie ewentualne spotkanie Trumpa z Putinem w Budapeszcie. Natomiast powiem tak: nawet jeżeli zostaną zakończone działania zbrojne, to my z efektami tej wojny zostaniemy na bardzo długo, zwłaszcza biorąc pod uwagę imperialną politykę Federacji Rosyjskiej.

CV



Anna Maria Dyner
Analityczka ds. wschodnich i polityki bezpieczeństwa Federacji Rosyjskiej w programie „Bezpieczeństwo Międzynarodowe” w Polskim Instytucie Spraw Międzynarodowych.

Asteriks wybiera się do Luzytanii, ale wkrótce być może odwiedzi Polskę

27 października ukazał się kolejny komiks o sympatycznych Galach. Tuż po światowej i polskiej premierze komiksu „Asteriks w Luzytanii” mamy dla Was rozmowę z jego twórcami. O niezwyklej podróży Galów do Portugalii opowiadają nam Fabrice Caro oraz Didier Conrad

Rozmawiał: Bartłomiej Romanek

Twórcy kultowego komiksu w rozmowie z „Dziennikiem Zachodnim” opowiadają o kulisach powstania tego tomu i nie wykluczają, że Galowie kiedyś odwiedzą Polskę. - Absolutnie nie wykluczam tego w przyszłości - mówi Fabcaro, dodając, że jego zdaniem Polacy są podobni do Portugalczyków (Luzytańczyków). - Jesteście tak samo melancholijni - twierdzi scenarzysta.

W tomie „Asteriks w Luzytanii” powraca motyw podróży dzielnych Galów. Tym razem odwiedzają Portugalie. Skąd wziął się pomysł na kierunek wyprawy?

Fabcaro: To niepisana tradycja serii o Asteriksie, że naprzemiennie mamy tomy, które dzieją się w wiosce Galów oraz te związane z podróżą. Wydawca powiedział mi, że bym robił, co chcę, niczego mi nie narzucał, bo uznał, że ważniejszy od dotrzymania tradycji jest dobry pomysł na album. Sam miałem jednak ochotę trzymać się tego zwyczaju i nie odchodzić od reguły. Zrobiłem listę krajów, które były już odwiedzane przez Asteriksa i Obeliksa. Okazało się, że bardzo blisko położona Galii Luzytania nigdy jeszcze nie występowała w żadnym z komiksów o Asteriksie. Poza tym byłem spragniony słońca, atmosfery wakacji i wypoczynku, dlatego wydało mi się, że Luzytania to idealna miejscówka na kolejny album.

Czy na liście krajów, które odwiedzi Asteriks, znajdzie się Polska?

Fabcaro: Trochę to przypadek, ale kilka dni temu rozmawiałem z Anne Goscinny, córką Rene Goscinnego, który był Polakiem, a ona ma polskie korzenie. Ona również zasugerowała mi, że bardzo fajnie byłoby, gdyby któryś z kolejnych albumów miał się w Polsce. Absolutnie nie wykluczam tego



Fabrice Caro

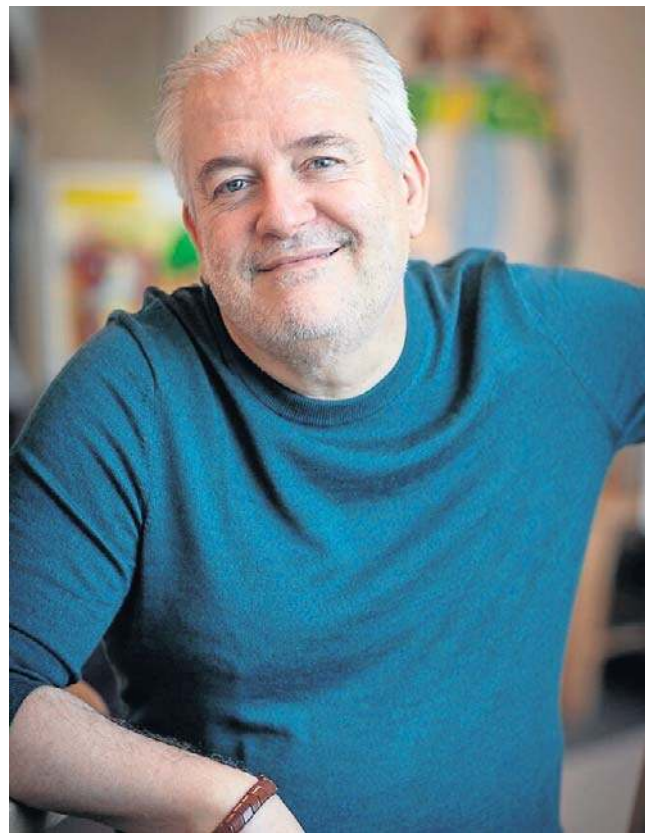
w przyszłości, ale są dwie rzeczy, na które musiałbym się przygotować. Po pierwsze nie znam historii antycznej Polski, musiałbym się zagłębić w ten temat. Poza tym chciałbym uniknąć sytuacji, w której powtarzam pewne motywy. W „Asteriksie w Luzytanii” uwypuklona została melancholia Portugalczyków. Moim zdaniem Polacy są równie melancholijni. Nie chciałbym pokazywać nacji o podobnym nastawieniu, musiałbym znaleźć w Polakach jakąś inną charakterystyczną cechę. To jednak nie oznacza, że w niedalekiej przyszłości taki komiks nie powstanie.

Portugalczycy Pana zdaniem przypominają Polaków, a Luzytańczycy przypominają Galów?

Fabcaro: Odległość między Francją a Portugalią nie jest duża, ale natury Portugalczy-

ków, czyli Luzytańczyków, i Francuzów, czyli Galów, są różne. Galowie, mówiąc z lekkim przymrużeniem oka, są bardziej arogancyjni i ekstrawertyczni. Patrzą bardziej w przyszłość. Natomiast Luzytańczycy są melancholijni, spokojni, introwertyczni. Obie nacje wiele różni, co pokazaliśmy w albumie. Mimo że geograficznie mieszkamy blisko siebie, nie widziałem między nimi wielu podobieństw. Didier Conrad: Podejście Portugalczyków do życia jest bardziej nostalgiczne, częściej rozpatrują, co się stało w przeszłości, natomiast Francuzi są bardziej skoncentrowani na tym, co się stanie, nie rozgrzebują przeszłości. Żyją tym, co się dzieje tu i teraz, nie myśląc, że zaraz może się coś złego wydarzyć.

Didier, calcada portuguesa, portugalska sztuka zdobienia



Didier Conrad

chodników i ulic, jest jednym z ważniejszych motywów rysunkowych, które przewijają się w tym albumie.

Didier Conrad: Podczas prac nad rysunkami mocno opierałem się na designie i sztuce portugalskiej, nie tworzyłem niczego od podstaw. Wszystko musi być odpowiednio skomponowane i spójne z kulturą kraju, który odwiedza Asteriks. To zostało w komiksie dokładnie odwzorowane, na poszczególnych obrazkach są autentyczne wzory z portugalskich ulic.

Kiedy rysownik - jak w tym przypadku - otrzyma wiele zdjęć przedstawiających miejsce, w którym rozgrywa się komiks, to ma łatwiej? Czy lepiej jest rysować to, co się widziało na własne oczy?

Didier Conrad: To dwa różne aspekty. Jeśli chcemy dokładnie pokazać dane miejsce

na planszach, to najlepiej bazować na zdjęciach, bo wtedy mamy dużo szczegółów, które można odwzorować. Należy jednak pamiętać, że rysunki powinny również ukazywać atmosferę danego miejsca, a tego nie da się zrobić na podstawie samych zdjęć. Jeśli chodzi o album „Asteriks w Luzytanii”, to odwiedzałem już Portugalie i pamiętam atmosferę tamtego miejsca, dlatego było mi dużo łatwiej ją narysować.

Seria o Asteriksie opowiada o antycznej historii, ale zawsze podążała za trendami sztuki komiksowej. W jakim kierunku podąża obecnie francuski czy europejski komiks?

Fabcaro: Jeśli chodzi o francuski komiks, to pod względem artystycznym dostrzegam ciągły rozwój. Na rynku wciąż pojawiają się nowe komiksy czy powieści graficzne, które coraz częściej są wydawane. Mam

bardzo dużo ciekawych, nowych publikacji, ale jeśli chodzi o aspekt rynkowy, ekonomiczny, to z powodu tak dużej liczby nowych tytułów niestety mogą przetrwać tylko te najbardziej znane lub wydawane przez największe wydawnictwa. Pod względem artystycznym przemysł komiksowy jest bardzo płodny, ale z punktu widzenia ekonomii przetrwają tylko ci najbardziej umocowani na rynku.

Obeliks to, wiadomo, miłośnik dobrej kuchni. Portugalska kuchnia przypadnie mu do gustu?

Fabcaro: Obeliks w tym albumie jest bardzo nieszczęśliwy. Albumy podróżnicze często wykorzystują stereotypy związane z danym krajem czy narodem. W najnowszym albumie tym stereotypem jest to, że w Portugalii je się tylko i wyłącznie suszonego dorsza (bacalhau). Pojawia się on wszędzie, a Obeliks jest wielkim fanem mięsa, zwłaszcza dziczyzny. To album, w którym Obeliks przeżywa prawdziwe kulinarne katusze.

Jakie są Wasze najbliższe plany artystyczne? Jest pomysł na kolejny tom Asteriksa, a może pracujecie nad innymi projektami?

Didier Conrad: Odpoczywam i czekam na kolejny tom Asteriksa, czekam na to, co Fabrice wymyśli. Fabcaro: Mam dużo pracy i pomysłów. Pracuję dla wielu różnych czasopism, ale tworzę również nieco mniejszy komiks dla kameralnego wydawnictwa. Rozpocząłem też pisanie powieści, mam również pomysły dotyczące kolejnych przygód Asteriksa, ale nie ma jeszcze decyzji, czy będę tworzył kolejny tom. Poprzedni scenarzysta (Jean-Yves Ferri - przyp. autora) zrobił sobie przerwę i nie wiadomo, czy wróci już do pracy nad kolejnym albumem, czy ta przerwa będzie dłuższa.

OGŁOSZENIA

Dziennik
ŁÓDZKI

dodatek bezpłatny

Środa, 29.10.2025
Nr 1497

Potrzuje

MEBLE pokojowe, kuchenne, sprzęt AGD i RTV - nieodpłatnie, 661-027-265

Hobby

ANTYKI

MEBLE obrazy porcelanę szkło lampy szable bagnety medale odznaczenia starocie kupię, 608-207-652

PRL - Zabawki, autka, żołnierzyki, koleжки, komiksy, płyty, znaczki, monety, banknoty kupię, 608-207-652

Mieszkania

BLOKI KUPIĘ

KAWALERKĘ kupię, 573-915-715

DO WYNAJĘCIA

Kawalerka, Górna, 665-600-247

M2 z aneksem kuchennym i łazienką, samodzielne 1300zł z opłatami + energia, 727-906-066

M3, 2 pokoje, 31m², blok, Bałuty, 1200zł + czynsz 700zł, 691-373-615

Mieszkanie Górna 665-600-247

Pokoje Piękna 665-600-247

Lokale użytkowe

DO WYNAJĘCIA

LOKAL 10 m², Rojna/Rydzowa (Malus), 880-899-869

LOKAL użytkowy, kompletnie umeblowany, 65m², 3 pokoje + socjal, w centrum Łodzi - na kancelarię lub małe biuro, 602-312-648

Działki

SPRZEDAM

3 x 1530 m² pod zabudowę z zezwoleniami, położone obok siebie, przy lesie. WZ, Grabiszew, pow. Poddębice. Blisko termy Uniejów, Poddębice, 661-458-304

BUDOWLANE, Tuszyn, 695-864-032

KONSTANTYNÓW, bud, 883-937-566

ŻELECHLINEK, bud., 604-382-610

KUPIĘ

1200 - 6000m² działki pod budowę domów kupię w Łodzi i okolicach, 573-915-715

DO WYNAJĘCIA

DZIAŁKĘ 600m na autokup, autokomis, itp., 795-904-590

Sprzęt domowy

MEBLE

STÓŁ + krzesła - 200 zł, komoda, szafa, witryna po 130 zł/szt, ławostół, fotele po 50 - 70 zł/szt., 785-971-061

WERSALKĄ, sofa, fotel 1-2 osobowy, rozkładany po 120 - 150 zł/ szt., szafki kuchenne po 30 - 50 zł/szt., kanapa rogowa - 200 zł, 785-971-061

DYWANY

DYWANY różne, chodniki, 785-971-061

AGD

NOWY piecyk gazowy, terma, Saunier Duval - 600 zł, 883-253-628, Łódź

Komputery

NAPRAWA PC taniutko, 733-955-881

Budowlane

MATERIAŁY

KRUSZYWA drogowe z dostawą, 605-231-441

Różne

INNE ROZMAITOŚCI

MONETY BANKNOTY

PRL i inne, starocie kupię, 884-312-678

Handlowe

Drewno kominkowe, 502-061-012, 513-149-330

SKUP złomu, druki, met. kol. Dojazd. Gotówka, 505-854-654

SPRZEDAM korale naturalny turkus 200 zł, 42-207-66-43

WIERTARKE, szlifierkę kątową, poziomice, narzędzia sprzedam, 660-925-055

WYPOSAŻENIE piekarni, cukierni, gastronomii. Piec do wypieków sprzedam, 605-982-276

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

DUŻY kombajn KP3 najazdowy, zbiera cały rząd porzeczek, aronii., 604-844-769

KOMBAJN połówkowy AREK 3 z obniżonymi otrząsaczami: do zbioru małych i dużych krzaków porzeczek, agrestu..., pierwszy właściciel, stan dobry, 604-844-769

ORKAN, Trak piłowy, prasa zwijka rozrzutnik, lej 500-3000 zł, 883-937-566

PLODY ROLNE

SIANO, słoma, kostki, bele - 10zł, 883-937-566

RÓŻNE

NAWOZY NPK, MG, S, N 6%, P 16%, K 28%, S 9%, MG 7% Cena 2.150 zł/tona, 500-669-621

USŁUGOWY zbiór kamieni polnych - maszynowo, 605-231-441

WAPNO nawozowe - sprzedaż, dostawa, rozsiew, 605-231-441

Zamienię

PRALKĄ automatyczną, kuchnia gaz., lodówka, zamrażarka, grzejnik elektryczny, drobne AGD na inną rzecz, 785-971-061

WYCINAK do kisonki, przyczepa zbierająca kostki, sieczkarnia, siewnik do kukurydzy na busa, 883-937-566

Usługi

BUDOWLANE

BUDOWY pod klucz, wykończenie wnętrz, 603-844-327

CIESIELSTWO - więźby od 10zł, 796-184-162

DACH tanio solidnie VAT, 787-337-426

DACHY blachodachówka 8zł, ceramika 12zł, papy termo 8zł, 796-184-162

DACHY krycie, naprawy, docieplenia, obróbki blacharskie, 602-281-064

DEKARSTWO, termozgrzewalna - tanio, solidnie, 667-191-588

GLĄDZIE, malowanie, 503-835-202

GLĄDZ, mal. glazura, 510-322-848

MALUJĘ i nie tylko, 506-177-580

PAPY termozgrzew. 8zł, 796-184-162

ZŁOTA rączka, wszystko, 884-083-106

MONTAŻOWE

Żaluzje. Rolety. Moskitiery. Producent. Tania. Solidnie, 509-190-833

INSTALACYJNE

Elektryk uprawnienia, tanio, solidnie, 509-275-480, 42-672-06-20

Hydraulika - awarie, 509-721-995

AUTOREKLAMA

Polecamy →

sk strona
KOBIEC



O kobietach i dla kobiet

stronakobiet.pl

REKLAMA

0011405858



BOTANIC
PARK

Nowe mieszkania
w Łodzi
ul. Konstantynowska 64 C

Powierzchnie
od 29 m² do 105 m²

GETMAR
Firma Budowlana

tel. 785 400 542, 601 858 400
mieszkania@getmar.com.pl

O dwóch takich, co gotują dla Brytyjskich lordów

Jacek Drost
jacek.drost@polskapress.pl

Bielszczanie Artur Michalak i Krzysztof Drost w Wielkiej Brytanii przeszli całą kucharzką drogę: od zmywaka, przez pracę w różnych lokalach, a na ekskluzywnej restauracji w Pałacu Westminsterskim skończywszy. Dotarli tam dzięki pracowitości, determinacji, a przede wszystkim pasji do gotowania

Fajne patrzeć, jak historia dzieje się na moich oczach, że ważne wydarzenia są na wyciągnięcie ręki - mówi 40-letni Artur Michalak z Bielska-Białej, szef kuchni w restauracji Barry Room w brytyjskiej Izbie Lordów w Londynie.

Sytuacje

Taka sytuacja: między godz. 15 a 16 Artur ma przerwę w pracy, pije kawę, przegląda komórkę; w tym czasie była premier Wielkiej Brytanii Teresa May udziela wywiadu. Dwie godziny później Artur serwuje jej kolację.

Albo taka, sprzed ponad miesiąca: do Pałacu Westminsterskiego przyjeżdża kawalkada samochodów, mnóstwo ochroniarzy, wysiada prezydent Francji Emmanuel Macron.

Artur pracuje w kuchni. W tym czasie prezydent Francji przemawia w stylowej sali Izby Lordów.

- Pracując w brytyjskim parlamencie, cały czas masz świadomość, że robisz w ważnym, prestiżowym miejscu - podkreśla 48-letni Krzysztof Drost (zbieżność nazwisk nieprzypadkowa - prywatnie to mój brat), również bielszczanin, także kucharz pracujący w restauracji Barry Room.

Dla obu przygotowują posiłki dla brytyjskich lordów, baroness, polityków z pierwszych stron gazet czy celebrytów jak Angelina Jolie, Hugh Grant, Jeremy Clarkson czy tenisistka Coco Gauff, którzy wpadli do Barry Room coś przekąsić, to codzienność.

- Przyzwyczailiśmy się, że co drugi polityk, którego widzimy w wiadomościach, co jakiś czas przychodzi do nas zjeść - mówi Artur.

Miejsce

- Mija już ósmy rok, odkąd tu pracuję. Powinno mi się to miejsce znudzić. Mógłbym myśleć: „Znowu muszę iść do roboty”. Nic podobnego. Przychodzę do pracy z wielkim zadowoleniem, z dumą, bo to niesamowite miejsce - zapewnia Artur.



Artur Michalak i Krzysztof Drost pracują w kuchni Barry Room w Pałacu Westminsterskim

- Idę tu zawsze z bardzo dobrym nastawieniem. Naprawdę! To najlepsza robota w moim życiu - nie ukrywa Krzysztof, pracujący w Barry Room od niespełna roku.

Brasserie Barry Room to ekskluzywna restauracja w Izbie Lordów w Pałacu Westminsterskim. Może pomieścić ponad 60 osób. Długo była dostępna tylko dla członków Izby Lordów, ich gości i pracowników parlamentu. W ostatnich latach otworzyła drzwi także dla szerszej publiczności.

Wnętrze Barry Room emanuje elegancją i historycznym urokiem. Zachowane w stylu neogotyckim, z bogato zdobionymi sufitami i witrażami, tworzy atmosferę sprzyjającą zarówno formalnym spotkaniom, jak i kameralnym kolacjom.

Krótko mówiąc: to jedno z najbardziej prestiżowych miejsc gastronomicznych w UK.

Struktura

Restauracja, w której pracują Artur i Krzysztof, jest jedną z kilku działających w Pałacu Westminsterskim. Przełożonym Artura, szefem szefów kuchni w House of Lords, jest Gary Devereaux. Jego zespół liczy 55 kucharzy, którzy co-

dziennie przygotowują posiłki dla około 2 tys. osób, w tym członków Izby Lordów, pracowników parlamentu, dziennikarzy i gości. Sam Devereaux zarządza dwiema głównymi kuchniami i kilkoma kuchniami satelitarnymi, obsługującymi różne usługi gastronomiczne - od eleganckich kolacji po bufety i bankiety.

- To bardzo znana postać w Wielkiej Brytanii - podkreśla Artur.

Praca

- Na czym polega twoja praca? - pytam szefa kuchni Barry Room.

- Na prowadzeniu restauracji, pisaniu przepisów. Muszę walczyć z wszystkimi przygodami, jakie przydarzają się nam w ciągu dnia. Czasami na serwisie wyłączy się prąd. Kiedyś, nim dostałem nową kuchnię, wyłączał się gaz. Mam 60 gości w restauracji, a tu ktoś nie przyszedł do pracy, ktoś się spóźnił. To są małe problemy, które tak naprawdę są bardzo ważne podczas prowadzenia dobrej restauracji. Muszę je rozwiązywać - opowiada Artur.

Krzysztof rzuca lakonicznie, trochę z żartem, jak to on, że jego praca polega na... gotowaniu.

- Pracuję na grillu, jestem prawą ręką Artura - dodaje.

Obaj przyznają, że w tej pracy nie ma chodzenia na skróty, miejsca na prowizorkę, bylejakosć. Wszystko musi działać jak w szwajcarskim zegarku - na starter klient czeka do 10 minut, na danie maksymalnie do 15.

- Czasami zdarza się, że czekają dłużej, ale z chłopakami naprawdę jesteśmy przygotowani na każdy serwis i nie ma niespodzianek. Serwis ma być szybki, sprawny i bardzo dobry. I to za każdym razem. Nie jest ważne, czy mamy na sali 12, czy 78 osób. Jakbym chodził na skróty, to mogę oddać zapasową kucharkę, może oddać kaszule i zostać ochroniarzem w Lidlu. Tu nie ma miejsc na kombinowanie, żeby było szybciej, łatwiej - mówi Artur, dla którego dobry kucharz powinien być czysty, szybki i zorganizowany.

Menu

Restauracja Barry Room oferuje menu łączące tradycyjne brytyjskie smaki z nowoczesnymi technikami kulinarnymi. Takie dania jak pieczony dorsz z Shetlandów, jagnięcina z Cambridgeshire czy halibut z Kornwalii w curry są przygotowywane z najwyższej jakości skład-



ników. Restauracja serwuje także wyborne wina.

Artur mówi, że parę miesięcy temu do menu dołączyli dużo steków z grilla, czego wcześniej nie mieli w karcie.

- Dbamy o naszych lordów, więc musimy przygotować piękne jedzenie. Oni nie przychodzą po doświadczenie, ale by wspaniale spędzić kilkunastogodzinny wieczór. Jesteśmy dla nich taką kantyną, miejscem pracy. Chcą zjeść szybko i dobrze. Jeśli jest dobra ryba w menu lub dobra selekcja grillowanych mięs, to dla naszych lordów wystarczy. I oczywiście mamy tradycyjne klasyczne angielskie dania jak pie (kawałki wołowiny i nerek, np. jagnięcych, zapiekanych pod warstwą ciast - red.) czy rybę z frytkami. Serwujemy wszystko: od nowoczesnych, wykwindnych dań po proste angielskie klasyki - opowiada Artur.

Krzysztofowi podoba się sposób podania. Jest bowiem duży nacisk, by pokazywać klientowi, iż jest to House of Lords. - Są takie małe smaczki, jak serwetki z logo House of Lords czy logo zrobione posypką na ciastkach z mięsem. Klient dokładnie wie, gdzie jest. Wie, że to kuchnia na wysokim poziomie - podkreśla Krzysztof.

Kreacja

- Co trzy, cztery tygodnie zmieniamy menu w oparciu o produkty, jakie są w danym sezonie - mówi Artur.

Nie jest łatwo ciągle coś zmieniać, wymyślać: to już było, tamto też, tego nie wypada powtórzyć.

- Czasami mam pomysły, czasami ich brakuje. Bywa że siedzę godzinami i nic... Czytam jakieś książki, patrzę na inne menu, kombinuję. Mija kilka dni i otwiera się jakaś klapka, pomysły zaczynają się pojawiać. Jestem trochę jak artysta - mówi Artur.

Jakiś czas temu wpadł na pomysł, żeby zgłębić starsze przepisy z lat 80. ub. wieku schowane w archiwum Pałacu Westminsterskiego. Poprosił o stosowne zgody, poszedł do archiwum, przestudiował stare menu. Parę rzeczy wpisał do karty.

- Czasami wracamy do tych klasyków. Bywają wielkie niespodzianki dla lordów - mówi.

- Starasz się serwować coś z kuchni polskiej? - pytam Artura. - Oczywiście. Na przykład niedawno wrzuciłem do menu polskie pierogi, tylko nie nazwałem ich pierogami, lecz po angielsku pork dumping, czyli kluskami wieprzowymi ze

smażoną cebulką. Podawałem je z ziemniakami purée i gęstym sosem na czerwonym winie. Przygotowaliśmy ponad 200 pierogów. Po pięć, sześć na porcję. Zamroziłem je i pomyślałem, że na dwa tygodnie wystarczą. Byłem ciekaw, jak im będzie smakowało. Zaczęliśmy je wydawać w poniedziałek, a w środę już się skończyły - wspomina Artur.

Goście

- Karmimy lordów - śmieje się Krzysztof, kiedy pytam, kim są goście ich restauracji. I dodaje: Czasami przychodzą sami, często ze swoimi gośćmi. Lubią, jak spełnia się ich życzenia. Jak lord chce zjeść omlet z pomidorem, to robimy omlet, mimo że nie ma go w karcie - mówi.

Artur uważa, że lordowie to klasyczni Anglicy. - Ktoś mógłby pomyśleć, że są zarozumiali i niemili, ale tak nie jest. To bardzo uprzejmi, inteligentni i kulturalni ludzie. Nigdy nie było z ich strony, że coś im nie smakuje. Jeśli mają jakieś sugestie, to zawsze w bardzo delikatny sposób je wyrażają. Nie mówią: „To ma być w następnym menu”. Zawsze grzecznie sugerują, czy kucharz mógłby przygotować na przykład pasztet z wątróbek kurczaka, bo był dwa miesiące temu i bardzo im smakował - mówi Artur. I dodaje: Już mniej więcej wiemy, co lubią. Szanujemy ich sugestie, bo gotujemy dla nich. Słuchamy też, co mówią kelnerom. Parę razy zdarzyło mi się, że jakaś pani baronowa lub pan lord po spróbowaniu mojego jedzenia przyszedł i powiedział, że przychodzą tu od kilkunastu lat, ale to był najlepszy obiad czy kolacja, jaką kiedykolwiek jedli. To daje niesamowitą satysfakcję - mówi Artur.

Przyznaje, że nigdy nie miał okazji obsługiwać angielskiej królowej czy angielskiego króla. - Przyjeżdżają raz w roku na inaugurację parlamentu, przemawiają na górze i wracają do pałacu Buckingham, ale to i tak jest niesamowity dzień, do którego przygotowujemy się przez miesiące - mówi szef kuchni w Barry Room.

Presja

Według Artura kucharz zawsze pracuje pod presją. - Nieważne, czy robisz w małej kafejce przy stacji, czy w restauracji w Izbie Lordów: presja zawsze jest, bo gotujemy przecież dla ludzi. U nas jeszcze dochodzi to, że przygotowujemy dania dla lordów, więc zawsze chcemy zrobić coś fajnego - mówi Artur.

Krzysztof widzi to trochę inaczej. Uważa, że po latach pracy nie ma już presji, stresu. - Jeśli jesteś dobrym rzemieślnikiem, to robisz swoje. I tyle. Błędy raczej ci się nie zdarzają, a jeśli już, to takie, na które nie masz wpływu, bo czasami nie masz wpływu na jakość mięsa czy innych produktów. Wtedy jesteś w stanie zminimalizować błąd, ale z trampka zupy nie ugotujesz. Nawet jeśli zastosujesz takie czy owakie

metody, to kiepskie mięso będzie kiepskim mięsem. Musi być dobrej jakości, żebyś mógł go połączyć ze swoimi umiejętnościami - dzieli się swoimi przemyśleniami.

Benefity

Rozmawiając o pracy, nie sposób nie zejść na temat zarobków, premii, plusów i minusów tej roboty. Artur jest zadowolony; doceniają go, dostaje podwyżki. Mówi, że wypłata starcza na fajne, spokojne życie.

- Siedem lat temu wypłata tutaj była mniejsza niż w restauracjach, gdzie pracowałem, ale chciałem zrobić coś ważnego, mieć taką swoją prywatną satysfakcję, by gotować dla ludzi ważnych, a nie tylko dla ludzi, którzy mają pieniądze - mówi Artur.

Krzysztof, który całe życie pracował w prywatnych restauracjach, docenia stabilizację w Barry Room, osłonę socjalną. - Tutaj nie musisz martwić się o to. Masz wszystkie prawa pracownicze. Nie zwolnią cię z dnia na dzień. A jak robisz w prywatniarzu, to nagle możesz zostać na ulicy, bo zamyka interes. Tutaj każdy jest odpowiedzialny za swój obszar, odpowiedzialność jest rozłożona na kilka osób. To duży zespół, który wspiera się nawzajem. To mi się podoba. W prywatnym sektorze tego nie ma. Tam szef kuchni jest w pewnym sensie współwłaścicielem: musi robić wszystko i o wszystkich się martwić - opowiada Krzysztof.

Emigracja

Do Wielkiej Brytanii Artur i Krzysztof wybrali się za chlebem, lepszym życiem. - Lądowanie na Wyspach było bardzo ciężkie - mówi Artur.

Decydując się na emigrację, miał już spore doświadczenie zawodowe, praktykował u kilku świetnych kucharzy w Bielsku-Białej i okolicy. Tymczasem na Wyspach trafił do sieciówki, gdzie połowa dań była odgrzewana, a dwie trzecie załogi to nie byli kucharze z krwi i kości, tylko przypadkowi ludzie. Miał do wyboru: albo powrót, albo rozwój. Wybrał to drugie.

- Początki w Anglii? Piekalnie trudne. Z kucharza rozpoznawalnego w Bielsku-Białej, szefa kuchni w dwóch restauracjach, musiałem zacząć wszystko od zera, wrócić do szkoły, czyli na zrywak. Powoli uczył się języka, powoli pięć się do góry - wspomina Krzysztof.

Rozwój

W ciągu 14 lat w Londynie Artur przeszedł pełną drogę od zmywaka do szefa kuchni. W 2016 r. wziął udział w szóstej edycji programu kulinarnego „Top Chef Polska”. Choć nie zdobył głównej nagrody i nie był zadowolony ze swojego występu, nie poddał się. Kontynuował naukę i doskonalenie fachu. - Dużo podróżowałem po świecie. Pracowałem w Belgii, poznawałem smaki kuli-

name w Japonii, Nowym Jorku, na Islandii. Chłonałem wiedzę, ale zacząłem być zmęczony. Nie chciałem gotować dla bogatych ludzi, którzy są w stanie wydać 400 funtów za kolację, ale nie doceniają naszej ciężkiej pracy. Chciałem gotować dla kogoś ważnego, postanowiłem więc wysłać papiery do brytyjskiego parlamentu - opowiada Artur.

Krzysztof także przeszedł w Londynie drogę od gościa na zmywaku do szefa kuchni w kilku restauracjach. Były wzloty, ale też upadki - ostatnia restauracja zamknęła się z dnia na dzień.

Rekrutacja

- Wydaje mi się, że moje doświadczenie, skończone studia w Wielkiej Brytanii i brytyjskie obywatelstwo dużo mi pomogły, żeby otrzymać tę pracę. Bo wiesz, do parlamentu nie jest łatwo dostać się na kierownicze, wyższe stanowisko. To duży wyzwanie - mówi Artur.

Podczas rozmowy kwalifikacyjnej - w obecności Wszystkich Ważnych Ludzi, czyli m.in. szefa kuchni i dyrektora działu - Artur miał przygotować coś fajnego, wywołać efekt wow. Na starter przygotował więc przegrzynki, jako danie główne samę i mus z białej czekolady, a na deser awokado. Później była jeszcze rozmowa, m.in. o tym, co by zrobił w takiej czy innej sytuacji. W końcu usłyszał upragnione: „Artur, witamy cię na pokładzie”.

- Bujałem się po różnych knajpach w Londynie. Dawno temu mówiłem sobie, że chciałbym przed powrotem do Polski pracować w brytyjskim parlamencie. Zawsze mi imponowało gotowanie w świetnym miejscu dla znanych ludzi. Jak powiesz komuś, że pracujesz w Ledbury, to na sto osób dwie będą wiedziały, że to restauracja, która ma trzy gwiazdki Michelin. Ale jak powiesz, że pracujesz w brytyjskim parlamencie, to każdy wie, o co chodzi. Stwierdziłem, że taka prestiżowa robota na sam koniec pobytu na Wyspach się przyda. Zdecydowałem się tym bardziej, że znam Artura - zwierza się Krzysztof.

Wziął więc udział w trial shiftcie, takim pokazowym gotowaniu dla kandydatów starających się o pracę w Barry Room. Brało o nim udział ze 20 osób. Przeszedł do dalszego etapu, a później trwający kilka miesięcy okres próbny. W końcu usłyszał: „Witamy na pokładzie”.

Moment

Artur mówi, że praca w brytyjskim parlamencie to jest to, co chciał osiągnąć. - To naprawdę duża satysfakcja gotować dla ludzi, którzy podejmują decyzje dla ponad 60-milionowego społeczeństwa. Dla kucharza taką wisienną na torcie byłoby otwarcie swojej restauracji, zostanie sławną osobą, ale ja tego nie chcę. Pracowałem z właścicielami, którzy prowadzili swoje restauracje i widziałem, jak

im życie przelatuje przez palce, będąc 6 czy 7 dni na kuchni, jak są tym zmęczeni, jak trudno znaleźć dobrych kucharzy, jak się ceny zmieniają, jak czynniki idzie w górę i jak tak naprawdę walczą o przetrwanie. Od siedmiu i pół roku jestem ojcem, mam syna. Ważne jest dla mnie, żeby mieć też czas wolny, a pracując na kuchni, nie ma się życia prywatnego. W parlamencie pracuję od poniedziałku do czwartku. Mam czas wolny dla siebie, dla rodziny. Dla mnie to już jest top of the top. Wyżej już nigdzie nie chcę iść - zapewnia Artur.

- W jakim jesteś momencie swojej drogi zawodowej? - pytam brata. Odpowiada - jak to on - pół żartem, pół serio: Ja? Końcówka. Pięćdziesiątka na karku. Jeszcze dotykać do emerytury i finito. Żartuję. Myślę, że jestem w odpowiednim miejscu i w odpowiednim czasie. To idealne miejsce dla 48-letniego kucharza, by doszlifować umiejętności. Moje wymagania zawodowe też są coraz niższe. Po tylu latach targania całymi zespołami ludzi i martwienia się za innych bardzo mi odpowiada pozycja, którą teraz mam. Wiem, że nie jestem sam. I jeszcze posłali mnie na studia... - mówi z nieukrywaną dumą.

Kumple

Artur z Krzysztofem znają się już dobre ponad 20 lat. Kiedyś, dawno temu, Krzysiek był szefem Artura. Teraz jest na odwrót. Współpracowali na różnych etapach swojego życia zawodowego. Uczyli się, wzajemnie inspirowali, wspierali. - Znamy się jak łyse konie - śmieje się Krzysztof.

Początek

Krzysztof chciał zostać cukiernikiem, ale na początku lat 90. ub. wieku ciężko było załatwić praktyki cukiernicze, więc zdecydował się uczyć za kucharza.

- Stwierdziłem, że to podobny zawód do cukiernika, a to przecież zupełnie inne profesje. Przekonałem się, że gotowanie łatwo mi idzie. Ludzie doceniają to, co robię, więc uznałem, że widocznie było mi to pisane, więc zostałem w zawodzie - wspomina.

Artur przyznaje, że to nie było tak, iż od małego kręcił z babcią makaron i gotowanie było jego wielką pasją. Nie było. Po prostu poszedł do bielskiego liceum gastronomicznego.

- Wszystko zaczęło się, kiedy poszedłem do pierwszej pracy w bielskiej w restauracji, gdzie poznałem Krzyśka. Jak poczułem tę presję, stres, długie godziny biegania i wreszcie satysfakcję, że coś kreujesz, że ktoś przyszedł do restauracji, bo ma urodziny czy jakiś inny specjalny dzień i dzięki tobie ten dzień jest jeszcze fajniejszy, bo zjadł twoje jedzenie, to wtedy poczułem, że jestem kucharzem - opowiada Artur.

Z kuponem rabatowym zawsze taniej!

Kupony prosimy realizować w dniach 29 października - 4 listopada 2025 roku

Hydraulika i awarie, 884-312-678

HYDRAULIKA tanio, 664-272-696

Przepychanie kanalizacji - kamera, 509-721-995

PORZĄDKOWE

Mycie okien, 518-926-402

MYCIE okien, 661-914-963

PLUSKWI karaluchy prusaki mrówki likwidujemy profesjonalnie, 730-770-870

Pranie dywanów, tapicerki, 792-038-112

SPRZĄTANIE komórek, garaży, terenów i po zmarłych - likwidacja mieszkań, 576-187-032

AGD NAPRAWY

Automatyczne pralki - dojazd gratis, 42-674-14-67

AGD, kuchnie, pralki, itp., 514-335-326

RTV NAPRAWY

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

TELE - audiovideo naprawa, 602-687-803

ANTENY

24h anteny serwis, nc+, Polsat, Cyfra +, naziemna, 506-592-529

ANTENY taniutko, 733-955-881

Anteny. Dekodery. Satelity. Serwis, 796-853-439

OGRODNICZE

CIĘCIE drzew - rębak, 789-605-290

Cięcie drzew owocowych. Fachowo, 605-307-582

POGOTOWIE ogrodnicze, 507-331-011

Praca

ZATRUDNIĘ

CHAŁUPNICZO szwaczki - kurtki, 602-270-746

CUKIERNIK, pomocnik, 501-445-051

DO sprzątania zakładu produkcyjnego w Strykowie ZPCZ zatrudni na umowę o pracę niepełnosprawnym oraz na umowę zlecenie osoby bez orzeczenia, (możliwość dowozu), 660-521-529

GOSPODARZA domu, sprzątanie posesji, 887-146-766

REKLAMA0011408229

ARTYKUŁY BHP I PPOŻ.
Łódź, ul. Przędzalniana 14
Tel. (42) 676-20-14, 676-72-54
sklep czynny pn. - pt.: 8.00 - 16.00
www.bhp-ppoz.com biuro@bhp-ppoz.com

OFERUJEMY:

- sprzęt ochrony osobistej
- odzież robocza i ochronną
- obuwie robocze i ochronne
- rękawice robocze i ochronne
- gaśnice, agregaty p. poż., koce
- armaturę hydrantową (szalki, węże, nasady, prądownice, zawory)

PEŁNE ROZMIARY UBRAN I BUTÓW
ubrania, spodnie, fartuchy, kombinezony:

- antyelektrostatyczne, trudnopalne
- kwasoodporne, dla spawacza

WYGODNY PARKING, PRZYMIERZALNIA

- instrukcje bhp i ochrony p. poż.
- znaki ewakuacyjne, bhp i p. poż.
- znaki oraz tablice budowlane, ADR
- znaki energetyczne i informacyjne
- apteczki z wyposażeniem,
- środki czystości, czyszciva, papiery sanitarne

POLECAMY GAŚNICE!

- *do pojazdów
- *do budynków
- *do domu
- *do firm
- *specjalistyczne

Z TYM KUPONEM 5% TANIEJ MOŻNA PŁAĆ KARTA

Artykuły wysyłamy również paczkami lub kurierem

KIEROWCĘ, 501-445-051

KIEROWCÓW kat. B. Praca na terenie Łodzi Tel. 665-020-455

KIEROWCÓW kat. C. Praca na terenie Łodzi Tel. 665-020-455

LAKIERNIKA i blacharza samochodowego, Aleksandrów Łódzki, 602-292-305

MECHANIKÓW samochodowych. Tel. 665-020-455

OSOBĘ do mycia okien, 502-145-900

PRASOWACZKĘ zatrudnię, 504-008-830

SOLIDNĄ, uczciwą Panią do sprzątania mieszkania, 793-153-722

SOLIDNEGO "złota rączka" - emeryt, rencista, 605-982-276

STOLARZA - zatrudnię, 608-502-044

Szwaczki. Prasowanie. Wzorcowe, 602-371-680

TYNKARZY i pracowników budowlanych, 609-733-547

ZATRUDNIĘ blacharza samochodowego, 600-945-554

0011242692
OGŁOSZENIA DROBNE na TELEFON
800 472 852
42 647 28 52

SZUKAM PRACY

ZAOPIEKUJE się osobą starszą, doświadczenie, 500-580-343

Medycyna

STOMATOLOGIA

BEZPŁATNE protezy zębowe - w ramach NFZ. Zgierz, 42-717-17-04, 510-231-468

Pozostałe

Dół - nowy cmentarz - nowe piwnice, place ziemne - ul. Smutna 12. Rezerwacje. Najniższe ceny, 42-678-58-67, 502-658-548

20 lat temu - dokładnie wtedy, czyli krótko po wejściu naszego kraju do Unii Europejskiej, wyjechało za chlebem do Irlandii najwięcej Polaków. Poleciałam do Dublina zobaczyć, jak im się teraz żyje na „Zielonej Wyspie”.

Dzisiaj są to osoby grubo po czterdziestce, 50 plus czy także 60 plus. Zdecydowanie mniej mieszka tam trzydziślatków, choć i rodaków w tym wieku można, oczywiście, spotkać na ulicy. Masowa migracja trwała około dekady, do 2014 roku, kiedy Irlandia przestała być zarobkowym rajem. Celtycki Tygrys stracił kilka zębów.

Do Dublina dowiesz się „latający tramwaj”

Byłam w Dublinie 20 lat temu oraz w tzw. międzyczasie i niedawno znów wybrałam się w taką podróż z Bydgoszczy „latającym tramwajem” - jak nazywają samolot linii Ryanair Polacy, z którymi rozmawiałam na „Zielonej Wyspie”.

Wyspa cały czas jest tak samo pięknie zielona, co Irlandia zawdzięcza umiarkowanemu klimatowi morskiemu z wysokimi opadami i dużą wilgotnością, a to w połączeniu z niewysokimi temperaturami tworzy idealne warunki do rozwoju bujnej roślinności.

A czy żyje się tam na podobnym poziomie, jak 20 lat temu?

- Gdy wtedy przyleciałam do Irlandii, bezrobocie w Polsce sięgało 18 procent - wspomina 50-letni Marcin, który dziś mieszka w Lucan (dzielnica Dublina). - Byłem młody, świeżo po studiach na UMK w Toruniu, a mój kraj nie miał mi wówczas nic do zaoferowania, zwyczajnie kopnął mnie w d... Na początku pomogli znajomi z Polski, którzy przybyli do Irlandii rok wcześniej. W ciągu tygodnia znalazłem pracę w markecie budowlanym, w Irlandii mnóstwo się wtedy budowało. Pamiętam, że zarabiałem coś około 9 euro na godzinę. Wynajmłem pokój, stać mnie było na wiele rzeczy i jeszcze odkładałem pieniądze. To trwało dobre kilka lat, a potem, jak w innych państwach, nastąpił kryzys gospodarczy.

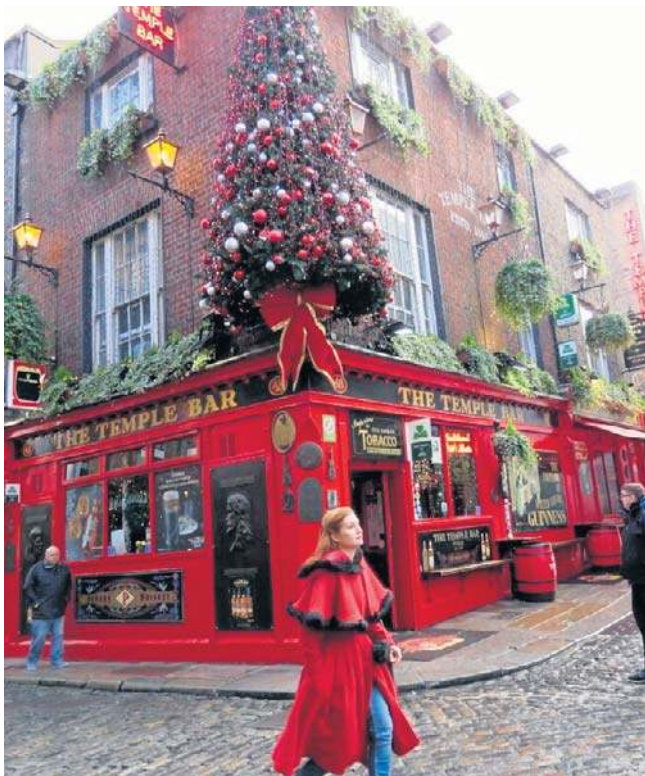
Skutkowało to załamaniem sektora bankowego i budowlanego, gwałtownym wzrostem bezrobocia, a także głębokim kryzysem fiskalnym dla państwa.

- W telewizji mówili, że Irlandia stała się jednym z najbardziej dotkniętych kryzysem krajów w Europie, co wymagało nawet międzynarodowej pomocy finansowej. Straciłem robotę i przez kilka miesięcy byłem na zasiłku. Później kolega załatwił mi kolejną pracę, jednak cięższą i gorzej płatną, w magazynie. Przez chwilę, w 2015 roku, myślałem nawet o powrocie do Polski, kilku moich przyjaciół wyjechało, a rodzice mówili, że polska gospodarka rośnie w siłę, są miejsca pracy, le-

Raj się skończył, ale nie wyjadą. Chcą żyć w Irlandii

Choć Celtycki Tygrys stracił kilka zębów, Polacy na dobre zadomowili się w Irlandii. Nie paraliżują ich nawet ceny mieszkań za pół miliona euro, bo mogą liczyć na lokal od państwa. „Jednak on nigdy nie będzie naszą własnością, a w Polsce ludzie przez 20 lat płać kredyt na domy”

Agnieszka Domka-Rybka



Przez lata Polacy byli największą mniejszością narodową w Irlandii, ale po wybuchu wojny w Ukrainie dziś to obywatele tego kraju stanowią na wyspie większość obcokrajowców. Rozbudowany system socjalny działa, bo są na to pieniądze w kraju z nadwyżką budżetową - w Dublinie siedziby mają m.in. takie firmy, jak Google, Amazon, Microsoft czy Apple

piej się zarabia. Jednak w Irlandii poznałem żonę, Polkę, urodziła się nasza córka i, ostatecznie, zostaliśmy. Nie żałujemy. Obecnie pracuję w budżetówce, czasami podejmuje jakieś płatne zajęcia - mówi Marcin.

Więcej o irlandzkim socjalu opowiada nam Mariola, mieszkanka innej dzielnicy Dublina, Ballymun, niedaleko lotniska Dublin Airport. Ma 49 lat, pochodzi z Koszalina.

- Na początku pracowałam w obsłudze znanej irlandzkiej firmy komputerowej, a teraz, jak Marcin, mam etat w budżetówce i zarabiam podobnie jak

on. Tak mi się życie ułożyło, że zostałam samotną matką, mam 14-letnią córkę. Jednak państwo tutaj pomaga realnie takim osobom, jak ja - twierdzi Mariola. - Moja kuzynka w Polsce też sama wychowuje dziecko i, jak jej opowiadałam, jak to działa w Irlandii, robi wielkie oczy. Przede wszystkim można liczyć na mieszkanie. Przez kilka lat w kryzysie mniej się tutaj budowało, ale teraz powstają wielkie socjalne osiedla. Ja 10 lat temu złożyłam wniosek o mieszkanie od państwa - wtedy wynajem komercyjny kosztował 1200 euro miesięcznie. Zwyczajnie, nie było mnie stać. W związku z tym, że mało się budowało, brakowało lokali socjalnych, państwo płaciło mi za wynajem domu, w którym mieszkałam z córką. Teraz znów buduje się

w Irlandii na potęgę. Rok temu zadzwonili do mnie z opieki, że niedługo oddadzą do użytku nowy blok, w którym będę mieszkać. Wprowadziłam się w styczniu tego roku - cieszy się Polka.

Oglądaliśmy mieszkanie socjalne made in Irelandia. Znajduje się na pierwszym piętrze, ma prawie 90 metrów - aż tyle na dwie osoby! Miesięczny czynsz to 10 procent zarobków lokatora. Wszystko pachnie nowością, nowoczesna łazienka, kuchnia - trzeba było tylko dokupić sprzęt AGD, meble, dekoracje. Są dwie sypialnie z ogromnymi oknami, każda ma małą garderobę; wspomniana łazienka, duży salon razem z kuchnią i tzw. pomieszczenie gospodarcze, w którym można postawić pralkę i inne rzeczy,

aby nie zagracać mieszkania, m.in. suszarkę, kosz na brudną odzież czy półkę na ręczniki.

- Oczywiście, żeby dostać taki przydział, nie można przekroczyć limitu dochodowego, ale jeśli ktoś zarabia więcej, może liczyć na tani wynajem od państwa, bo na komercyjny nie wszystkich stać - to teraz aż 1600 euro miesięcznie. Mieszkanie na własność, gdy średniej jakości lokal kosztuje 500 tys. euro, mało kto może kupić. Deweloperzy mają umowy z państwem i budują socjalne osiedla.

Setki takich mieszkań oddano niedawno np. winnej dublińskiej dzielnicy - Clondalkin. Kolejne bloki są w budowie, co można poznać po budowlanych żurawiach. Powstaje tu jakby nowe miasteczko: cała infrastruktura drogowa, szkoły, sklepy, od niedawna

działa nowy parking przy stacji kolejowej.

- Na razie ludzie w okolicy zostawiają tutaj swoje samochody, bo z parkowaniem ogólnie jest koszmarnie. Za mało jest takich miejsc! Ciekawe, jak to będzie, gdy zamkną ten kolejowy parking i będzie tylko na bilety - zastanawia się Ola, od miesiąca mieszkanka Clondalkin. W kraju mieszkała we Włocławku.

„Plusy dodatnie i ujemne” na wyspie

- Aż mi się nie chce wierzyć, że tak wyglądają mieszkania socjalne! - wzdycham, rozmawiając z Olą.

- Tak, ale wiesz, to mieszkanie nigdy nie będzie moje, nie będę go mogła przekazać dzieciom (jest mamą 16-letnich bliźniaków). A w tym czasie, jak mnie nie ma w Polsce od 20 lat, moi znajomi stamtąd kupili mieszkania i domy. Nawet jeśli były na kredyty, to oni już je spłacili. Czyli są plusy dodatnie i ujemne życia w Irlandii - śmieje się Ola i od razu dodaje, że nie planuje wracać do Polski, choć... - Służba zdrowia jest tutaj doniczego. Narzekacie na polską, zapraszam do Irlandii... Kilka lat temu była afera w Dublinie, bopomylono wyniki cytologii wielu kobiet i te z rakiem nie dowiedziały się o swojej chorobie. Myślały, że są zdrowe. Niektóre umarły. Ten przykład dobitnie pokazuje, jak tu działa opieka medyczna.

Pytam Polaków w Irlandii, co to dziś znaczy być ustawionym na emigracji. Odpowiedź totalnie mnie zaskoczyła.

Od dwóch osób usłyszałam: „Ustawiony Polak w Irlandii to taki, który ma jakąś nieruchomości w Polsce, po babci, rodzicach czy kupił z oszczędności. I jakby co... ma do czego wracać”.

„Zielona Wyspa” ma rozbudowany system wsparcia, bo, trzeba sobie to jasno powiedzieć, państwo na to stać. Deficyt budżetowy np. w Polsce, zgodnie z ustawą budżetową na rok 2025, ma wynieść 289 mld zł. Natomiast w Irlandii nie ma żadnego deficytu, a - według Chartered Accountants Ireland - prognozowana jest nadwyżka budżetowa w wysokości 5,1 miliarda euro. Pieniądze mogą pochodzić m.in. z bogactw tych firm, bo widziałam w Dublinie siedziby dużych przedsiębiorstw, takich jak np. Amazon, Google, Microsoft, Apple i Airbnb, a nawet Temu.

W Republice Irlandii cały czas rośnie liczba mieszkańców - dziś jest ich około 5,3 miliona obywateli, a dwadzieścia lat temu nie było 4 mln. Wtedy największą mniejszością narodową byli Polacy, a dziś są to obywatele Ukrainy - z wiadomych przyczyn.

Ceny są wysokie, ponieważ - jak wszędzie - wszystko drożeje. I dla własnego zdrowia psychicznego... lepiej nie przelecieć na złotówki. Usłyszałam: „Nowy Polak przelicza przez pierwsze dwa lata, a potem przestaje”.

©©

strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

W NUMERZE: Ta dieta chroni przed COVID-19

O diecie wzmacniającej odporność myślimy zwykle dopiero wtedy, gdy padamy ofiarą infekcji oddechowej. Chcemy wtedy wiedzieć, co jeść, by

szybciej wyzdrowieć. Tymczasem jedyną skuteczną metodą to odpowiednia dieta stosowana wcześniej. W obronie organizmu przed koronawirusem może pomóc dieta o działaniu przeciwzapalnym i regulującym funkcje układu immunologicznego.

ZA TYDZIEŃ:

- Pierwsze objawy raka jądra? Wykryjesz je dzięki prostemu badaniu, które możesz przeprowadzić samodzielnie
- Jak dostać pokój jednoosobowy w sanatorium?



FOT. GETTY IMAGES

Udar mózgu zdarza się u coraz młodszych osób. Znajomość objawów obowiązkowa!

Anna Rokicka-Żuk
redakcja@stronazdrowia.pl

Przy udarze mózgu liczy się każda minuta, by ratować zdrowie i życie. Dlatego tak ważna jest znajomość objawów tego stanu, który wynika z niedokrwienia albo wylewu krwi do mózgu.

Udar mózgu to w około 85 procent przypadków jego postać spowodowana niedokrwieniem, czyli udar niedokrwieniny. Jest on wywołany ogniskowym niedokrwieniem mózgu w jego konkretnym obszarze, co może być spowodowane zwężeniem światła lub niedrożnością tętnic domózgowych lub wewnątrzmożgowych.

Rzadziej pojawia się udar krwotoczny, którego przyczyną jest wylew krwi do mózgu. Zarówno krwotok śródmózgowy, jak i krwotok podpajęczynówkowy pojawia się na skutek pęknięcia ściany tętnicy wewnątrzmożgowej. Do takiego incydentu może doprowadzić m.in. tętniak czy wieloletnie nadciśnienie tętnicze. Udar mózgu stanowi bezpośrednie zagrożenie życia, a objawy przepowiadające udar powinny skłonić do natychmiastowego wezwania karetki pogotowia. Objawy udaru w dużej mierze zależą od obszaru, którego dotknęły jego skutki.

Dolegliwości te są jednak na tyle charakterystyczne, że można łatwo je rozpoznać. Ponieważ jednak często zdarza się, że chory myli je ze zwykłym pogorszeniem samopoczucia, warto zapamiętać, na co warto zwrócić szczególną uwagę.

Udar – objawy przepowiadające

Przy udarze liczy się szybka i trafna interpretacja jego symptomów. Wystąpienie objawów, które mogą świadczyć o udarze, powinny skłonić do natychmiastowego wezwania pomocy medycznej, każdy udar mózgu może bowiem doprowadzić do śmierci.

Jeżeli chory szybko trafi do szpitala (maksymalnie w ciągu godziny od wystąpienia symptomów), istnieje duża szansa, że



FOT. GETTY IMAGES

Udar mózgu jest częstą przyczyną zgonów. Więcej epizodów udarowych mają kobiety i rzadziej w pełni wracają po nich do zdrowia

choroba nie wywoła wielu trwałych lub długotrwałych skutków.

Po czym poznać, że zbliża się udar? Oto wczesne objawy, które powinny zwrócić naszą uwagę.

- W pierwszej kolejności u chorego pojawia się mrowienie głowy i twarzy, a w niektórych przypadkach całego ciała. Charakterystyczne jest osłabienie siły mięśniowej, objawiające się pod postacią lekkiego niedowładu, najczęściej po jednej stronie ciała.

- W niektórych przypadkach dochodzi do całkowitej utraty wzroku w jednym oku.

- Kolejny objaw to problemy z wymową. Przed udarem chory mówi powoli i niewyraźnie, ruch

warg wiąże się ze znacznym wysiłkiem.

- Pojawia się utrata świadomości – osoba chora nie rozumie tego, co mówią do niej inni, ma problemy z wykonywaniem poleceń i nie może zrozumieć stanu, który się u niej rozwija.

Alarmowe objawy

U osoby zagrożonej udarem pojawiają się też objawy w postaci problemów z utrzymaniem równowagi. Chory chodzi chwiejnie, niepewnie, często potyka się o własne nogi. Dla osoby postronnej może to wyglądać jak chód

Pierwszym objawem udaru może być mrowienie głowy lub całego ciała. Pojawiają się także problemy z widzeniem i mową

człowieka w stanie upojenia alkoholowego. Problemy z równowagą są spowodowane drętwieniem kończyn i drżeniem mięśni, nad którym nie da się zapanować. Mogą temu towarzyszyć zawroty głowy, silny ból głowy oraz nudności. Objawy udaru zależą od tego, która część mózgu uległa uszkodzeniu. Może się zdarzyć, że chory nie ma problemów z wymową, nie traci też świadomości, a nagle zaczyna mieć problemy z utrzymaniem równowagi.

Często zdarza się, że występujące symptomy są ignorowane: początkowo chory może myśleć, że po prostu gorzej się poczuł. To błąd, bowiem w przypadku leczenia udaru kluczowa jest każda minuta.

Czy to udar mózgu?

W przypadku braku pewności, czy pogorszenie samopoczucia osoby, z którą przebywamy,

wskazuje na zbliżający się udar, można przeprowadzić prosty test. Najpierw należy poprosić, żeby chory się uśmiechnął. Jeżeli unosi się tylko jeden kącik ust, może to wskazywać na porażenie jednej części twarzy.

- Kolejny etap testu polega na uniesieniu obu rąk nad głowę. Jeżeli chory nie może wykonać polecenia, wystąpił niedowład połowy ciała.

- Warto też poprosić chorego o powtórzenie dowolnego zdania. Jeżeli mówi niewyraźnie, powoli lub nie może zrozumieć polecenia, należy niezwłocznie wezwać pomoc medyczną.

Czynniki ryzyka

Istnieje kilka czynników, które mogą zwiększyć prawdopodobieństwo wystąpienia udaru. W wielu przypadkach przyczyną udaru mózgu jest zaniedbane nadciśnienie tętnicze. Ryzyko

wystąpienia udaru mózgu u osoby, u której ciśnienie przekracza 140/90 mm Hg, jest aż 6-krotnie wyższe niż u osoby w tym samym wieku, u której ciśnienie utrzymuje się w granicach prawidłowej wartości. W grupie podwyższonego ryzyka (prawdopodobieństwo wystąpienia udaru zwiększa się 3-krotnie) znajdują się też mężczyźni ze zdiagnozowanymi schorzeniami serca, z cukrzycą i palacze (dym tytoniowy doprowadza do uszkodzenia naczyń krwionośnych, wpływa na zwiększenie krzepliwości krwi i doprowadza do obkurczenia naczyń). Należy podkreślić, że nałóg tytoniowy nie tylko zwiększa prawdopodobieństwo wystąpienia udaru mózgu, ale także doprowadza do obniżenia wieku, w którym może dojść do rozwoju schorzenia. Na wystąpienie udaru najbardziej narażeni są nałogowi palacze z nadciśnieniem.

Dieta, która chroni przed COVID-19. Jedz te produkty, by zmniejszyć ryzyko infekcji



Jaka dieta jest skuteczna przeciw COVID-19? Taka, którą stosuje się zanim jeszcze dojdzie do zakażenia koronawirusem

Marta Siesicka-Osiak
marta.siesicka-osiak@polskapress.pl

O diecie wzmacniającej odporność myślimy, gdy padamy ofiarą infekcji. Chcemy wiedzieć, co jeść, by szybciej wyzdrowieć. Jednak jedyna skuteczna metoda to dieta stosowana wcześniej.

W obronie organizmu przed koronawirusem może pomóc dieta o działaniu przeciwzapalnym i regulującym funkcje układu immunologicznego. Największy wpływ mamy jednak na samo ryzyko zakażenia, bo gdy już do niego dojdzie, zdrowe menu nie jest już tak skuteczne. Wskazują na to wyniki badania omówione w piśmie „PLOS One”, którego autorami są indonezyjscy naukowcy z Uniwersytetu Sumatry Północnej.

Zdrowa dieta ma niebagatelny wpływ na działanie komórek w obronie organizmu przed koronawirusem i to, jak zachowuje się on w organizmie. COVID-19 powoduje stan zapalny, którego nasilenie ma ważną rolę w rozwoju choroby i jej nasileniu. Najbardziej niebezpieczną sytuacją podczas infekcji jest silna odpowiedź przeciwzapalna układu odpor-

nościowego ze zwiększoną produkcją białek cytokin. Tak zwana burza cytokinowa może przyczynić się do ciężkich zakażeń i poważnych powikłań.

W swoim przeglądzie systematycznym badań naukowcy skupili się na wpływie diety w stylu śródziemnomorskim

WARTO WIEDZIEĆ

Dieta śródziemnomorska

Badanie obejmujące Grecję, Japonię, Finlandię, byłą Jugosławię, Włochy, USA i Holandię dostarczyło informacji, że dieta śródziemnomorska jest modelem żywieniowym, który zapobiega zawałowi serca. Założenia diety śródziemnomorskiej są proste, a potrawy bardzo smaczne i aromatyczne. Charakteryzuje się dużym spożyciem świeżych lub grillowanych warzyw i świeżych owoców. Wskazane są produkty dostarczające węglowodanów złożonych i błonnika pokarmowego, a te zawarte są w pełnoziarnistych produktach zbożowych i nasionach roślin strączkowych.

na ryzyko rozwoju COVID-19, jego objawy i to, jak ciężka jest infekcja. Uwzględnione dane pochodziły z lat 2020-2023 od prawie 55,5 tysiąca osób i zawierały ocenę stopnia przestrzegania zaleceń diety.

Ze względu na jakość prac z ponad dwustu wybrano sześć. W czterech z nich wykazano znaczący związek między dość skrupulatnym stosowaniem diety śródziemnomorskiej i obniżonym zagrożeniem zachorowania na COVID-19, w jednej uznano tę zależność jako nieznaczącą.

Ponadto w jednym badaniu udokumentowano ważny związek między przestrzeganiem diety i lżejszymi objawami infekcji, ale w trzech nie były one znaczące. W jednym udokumentowano też zmniejszone prawdopodobieństwo zachorowania na ciężki covid, choć dwa inne na ten temat uznały te wnioski za niespójne.

Co jeść, żeby nie chorować na COVID-19?

Autorzy pracy przyjrzyli się kwestionariuszom osób, które najbardziej stosowały się do diety w stylu śródziemnomorskim. Stwierdzili, że działa ona ochronnie, gdy zawiera:

- większe ilości oliwy z oliwek;
- mniej czerwonego mięsa;
- mniej płatków zbożowych;
- więcej orzechów;
- więcej owoców;
- umiarkowane porcje wina.

Natomiast spożywanie większych ilości w posiłkach owoców, warzyw, orzechów, nasion roślin strączkowych, ryb i pełnych ziaren zbóż wiązało się ze mniejszym nasileniem infekcji koronawirusem. Ważne jednak, by dostarczać je sobie codziennie możliwie w każdym posiłku.

Wymienione składniki to bogate źródło składników o potwierdzonym działaniu wspierającym obronę przed wirusem, takie jak witamina C, flawonoidy, jedno- i wielonienasycone kwasy tłuszczowe.

Stosowanie tej zdrowej i bogatej odżywczo diety to jedna ze strategii ochrony organizmu przed zakażeniem wirusem SARS-CoV-2, choć jej wpływ podczas infekcji pozostaje kwestią nierozstrzygniętą. Lepiej jednak zapobiegać niż leczyć, a model menu w stylu śródziemnomorskim to skuteczna ochrona również przed wieloma innymi chorobami i zdrowsza dieta na świecie roku 2024, ale także z lat poprzednich.

Czy Polacy są gotowi na NoLo? Zaskakujące dane

Marta Siesicka-Osiak
marta.siesicka-osiak@polskapress.pl

Suchy rok zamiast suchego stycznia? Wygląda na to, że to możliwe. Według najnowszych danych aż 55 proc. Polaków ogranicza spożycie alkoholu, a aż 21 proc. deklaruje całkowitą abstynencję.

W ostatnich miesiącach w związku z pilotażowym wprowadzeniem nocnej prohibicji w warszawskim Śródmieściu i na Pradze-Północ wróciła dyskusja związana z problematyką alkoholu w naszym kraju. Wbrew powszechnej opinii, wielu Polaków to świadomi konsumenci, którzy mając dobre alternatywy i dostęp do wiedzy, zaczęli już sami zmniejszać spożycie alkoholu.

NoLo trenduje na całym świecie. A co z Polską?

Trend NoLo (z ang. no alcohol - low alcohol) oznacza świadome ograniczenie spożycia alkoholu lub zupełną z niego rezygnację oraz częstsze sięganie po napoje „zero procent”. Tendencję tę obserwuje się zarówno w Europie, jak i w USA od kilku lat. Polacy też coraz częściej podążają za tym światowym nurtem, co znajduje odzwierciedlenie w najnowszych badaniach:

55 proc. Polaków stara się ograniczyć spożycie alkoholu, a dla 64 proc. piwo bezalkoholowe to dobra alternatywa dla napojów alkoholowych - wynika z raportu „Piwo bezalkoholowe - opinie, postrzeganie, zwyczaje” opracowanego przez prof. Dominikę Maison na zlecenie WEI.

Widać to także po półkach sklepowych, na których obok piwa bezalkoholowego pojawia się coraz więcej produktów „alcohol free”. Jak podaje z kolei raport „Zerówki” zmieniają rynek piwa, przygotowany przez Browary Polskie, przez ostatnie 10 lat rynek piw 0,0% urosł dziesięciokrotnie wolumenowo, osiągając blisko 6,5 proc. w całym rynku piwnym.

Biorąc pod uwagę obserwowany od kilku lat systematyczny spadek sprzedaży piw alkoholowych, możemy założyć, że 1,94 mln hektolitrow „zerówek” kupionych przez polskich konsu-

mentów w 2024 roku to o 1,94 mln hektolitrow mniej wypitego piwa z alkoholem.

Powód? Większa świadomość i dbałość o zdrowie

Coraz więcej osób sięga po napoje bezalkoholowe z różnych powodów, jednak najważniejszym z nich są rosnąca troska o zdrowie i dobre samopoczucie. W ostatnich latach popularność trendu NoLo napędzają głównie młodsze pokolenia, które są bardziej świadome negatywnych skutków nadmiernego spożycia alkoholu.

Jak mówiła w rozmowie z Katarzyną Wąs-Zaniuk psychoterapeutka Magdalena Drzyzga, obserwujemy rosnącą świadomość zdrowotną - młodzi ludzie coraz częściej interesują się zdrowym stylem życia, dbają o kondycję fizyczną, dietę i dobrostan psychiczny.

Zmiana kulturowa widoczna jest także w sposobie postrzegania osób, które nie piją alkoholu. Zanikła presja społeczna, by sięgać po napoje alkoholowe, a wybór piwa bezalkoholowego zamiast tradycyjnego coraz częściej kojarzy się z odpowiedzialnością, dbałością o zdrowie oraz wyższym statusem społecznym i świadomym stylem życia.

Wśród osób, które świadomie ograniczają spożycie alkoholu i wybierają trunki „zero”, pojawiają się takie opinie: „smakuje tak samo, a nie ma tego efektu”, „dla mnie ważne, żeby to było zero, bo inaczej nie mogę potem prowadzić”, „mam alternatywę, mogę pić coś bezpieczniejszego”. Ich motywacją do sięgania po piwo bezalkoholowe są zazwyczaj takie powody: chcą ugasić pragnienie, a nie mam ochoty na alkohol (68 proc.), mam ochotę na piwo, ale nie chcę pić alkoholu (66 proc.), chcę unikać alkoholu, gdy jestem kierowcą (59 proc.) i mam ochotę się zabawić, ale nie chcę pić alkoholu (58 proc.).

Wniosek nasuwa się jeden: trend NoLo ma szansę być nie tylko sezonową modą, ale nowym sposobem funkcjonowania polskiego społeczeństwa. Krokiem w stronę zdrowia i zadbania o swoją kondycję psychiczną i fizyczną.



39 proc. ankietyowanych Polaków dostrzega trend NoLo

Ponad połowa Polaków uważa, że ma zdrowe jelita. Eksperci ostrzegają: To może być złudne



Nawet wśród osób przekonanych, że ich jelita funkcjonują prawidłowo, 22 procent doświadcza dolegliwości trawiennych co najmniej raz w miesiącu. Nie powinno się ich lekceważyć

Gabriela Fedyk
gabriela.fedyk@polskapress.pl

Ponad połowa Polaków uważa, że ich jelita są w dobrej kondycji. Niestety, wyniki pokazują także niepokojący rozdźwięk między deklaracjami a rzeczywistym stanem zdrowia.

Ponad połowa badanych Polaków (57 proc.) ocenia stan swoich jelit jako dobry lub bardzo dobry, szczególnie osoby młodsze – w wieku 25-34 lat. Seniorzy są bardziej sceptyczni wobec kondycji swojego układu trawiennego. Wyniki raportu „Stan jelit Polaków” pokazują wyraźny związek między ogólnym samopoczuciem a zdrowiem jelit: im lepsza samoocena zdrowia, tym lepsza opinia o „drugim mózgu”.

Jednak co dziesiąty Polak ma zdiagnozowaną przewlekłą chorobę jelit, a kolejne 10 proc. nie potrafi powiedzieć, czy kiedykolwiek ją zdiagnozowano. W dodatku nawet wśród osób przekonanych, że ich jelita funkcjonują prawidłowo, 22 proc. doświadcza dolegliwości trawiennych co najmniej raz w miesiącu. Co jeszcze znalazło się w raporcie?

Eksperci ostrzegają, że optymizm Polaków może być złudny. – Aż 22 procent osób oceniających swoje jelita jako zdrowe doświadcza dolegliwości co najmniej raz w miesiącu, co grozi bagatelizowaniem objawów i opóźnioną

diagnozą – mówi dr Anna Tutowska, gastroenterolog.

Lekarka podkreśla, że szczególną uwagę należy zwrócić na objawy alarmowe, takie jak utrata masy ciała, krew w stolcu, gorączka, niedokrwistość czy nocne dolegliwości – wszystkie wymagają pilnej konsultacji z lekarzem.

Dr Tutowska zwraca również uwagę na związek między stylem życia a ryzykiem raka jelita grubego. – 9 na 10 zachorowań na raka jelita grubego jest związanych z trybem życia. To nieodpowiednia dieta, bogata w tłuszcze (zwłaszcza tłuszcze nasycone) i cholesterol, dieta wysokokaloryczna, spożywanie czerwonego mięsa (wołowiny, wieprzowiny, cielęciny, dziczyzny, jagnięciny) – wymienia ekspertka. – Podczas trawienia mięsa czerwonego powstają związki, które mogą inicjować rozwój raka jelita grubego oraz wpływać na zmianę składu bakteryjnego flory jelitowej. Dodatkowo uszkadzają na błonę śluzową działa alkohol oraz palenie papierosów – dym tytoniowy uszkadza DNA.

Dane z raportu „Stan jelit Polaków” są niepokojące, na co wskazuje Iga Rawicka, prezes fundacji EuropaColon Polska. – Raport dostarcza informację, iż co 10. Polak ma zdiagnozowaną przewlekłą chorobę jelit. A to oznacza, że mówimy o ponad 3,5 milionach Polaków, którzy zmagają się z przewlekłymi chorobami jelit, takimi jak choroba Leśniowskiego-Cro-

hna, wrzodziejące zapalenie jelita grubego, zespół jelita drażliwego, choroba uchyłkowa czy celiakia – zaznacza.

Jak podkreśla, objawy jelitowe są często bagatelizowane – nawet co piąta osoba uważa swoje jelita za zdrowe, regularnie doświadczając różnych dolegliwości.

Rawicka apeluje o większą czujność i świadomość – długo-

trwałe problemy trawienne, wzdęcia, bóle brzucha czy zmiany rytmu wypróżnień powinny skłonić do wizyty u specjalisty.

Z raportu wynika, że najczęściej zgłaszane dolegliwości to gazy (57 procent), wzdęcia (55 proc.), bóle brzucha (44 proc.) oraz biegunki (37 proc.). Kobiety częściej niż mężczyźni skarżą się na zaparcia i nieregularne wypróżnienia, natomiast panowie częściej doświadczają biegunek.

Polacy wiedzą, że styl życia ma znaczenie. 85 proc. deklaruje, że wpływa on na kondycję jelit, jednak niemal połowa przyznaje, że sięga po wysoko przetworzoną żywność przynajmniej raz w tygodniu. Badania naukowe nie pozostawiają złudzeń: każde dodatkowe 10 proc. udziału żywności ultraprzetworzonej w diecie zwiększa ryzyko przedwczesnej śmierci o 3-10 proc.

Choć większość Polaków deklaruje, że wie, jak ważne są jelita, tylko 37 proc. zna pojęcie „bariery jelitowej”, a 16 proc. uważa, że dieta nie wpływa na ich kondycję. Co trzeci badany przyznaje też, że problemy jelitowe to dla niego wstydlivy temat.

Eksperci podkreślają, że edukacja zdrowotna i profilaktyka mają kluczowe znaczenie. Regularne posiłki, ograniczenie stresu, lepszy sen i wsparcie mikrobioty jelitowej – np. przez naturalne produkty, jak colostrum – mogą przynieść realną poprawę.

Ukryte objawy osteoporozy, które łatwo przeoczyć. Subtelne zmiany mogą być bagatelizowane

Marta Siesicka-Osiak
marta.siesicka-osiak@polskapress.pl

rozpoczęcia leczenia osteoporozy.

Ciche objawy osteoporozy mogą pojawiać się, zanim dojdzie do pierwszych złamań. Są to subtelne zmiany, które często są przez nas bagatelizowane, związane ze starzeniem lub mylone z inną chorobą.

Osteoporoza potrafi rozwijać się w ukryciu. Często nie daje żadnych wyraźnych sygnałów, dlatego bywa nazywana „cichą chorobą”.

Osteoporoza rozwija się po cichu

Nie daje typowych objawów, które zwykle ostrzegają nas, że coś jest nie tak, nie powoduje dolegliwości bólowych. Najczęściej pierwszym sygnałem jest złamanie kości po niewielkim upadku lub drobnym urazie, który normalnie nie wyrządziłby krzywdy.

Dlatego warto zwrócić uwagę nawet na subtelne zmiany w ciele, które mogą świadczyć o osłabieniu kości.

„Kurczysz się”? Uważaj! To pierwszy z objawów osteoporozy

Zmniejszenie wzrostu to jeden z sygnałów ostrzegawczych, że w ciele może się dzieć coś nieprawidłowego. To, że osoba staje się trochę niższa, może być efektem osłabienia struktury kości i kompresji kręgow.

Innym objawem związanym z sylwetką jest charakterystyczna pochylona, przygarbiona postawa – delikatne zaokrąglenie pleców, które jest stopniowe i niezauważalne na co dzień. Jeśli pojawianie się garbu towarzyszy utracie wzrostu, warto skonsultować się z lekarzem w celu oceny gęstości kości i ewentualnego

Bóle pleców lub stawów

Bóle świadczące o rozwijającej się osteoporozie są zazwyczaj lekkie, ale przewlekłe. Mogą pojawiać się nawet bez wyraźnego urazu. Około 25 proc. chorych na osteoporozę kręgosłupa odczuwa przewlekły ból pleców. Jest on zazwyczaj wynikiem osłabienia, kompresji lub złamań kompresyjnych kręgów kręgosłupa, typowych dla osteoporozy.

Przewlekły ból pleców, zwłaszcza u osób po 50. roku życia, nie powinien być bagatelizowany, ponieważ może być pierwszym sygnałem osłabienia kręgosłupa związanego z osteoporozą.

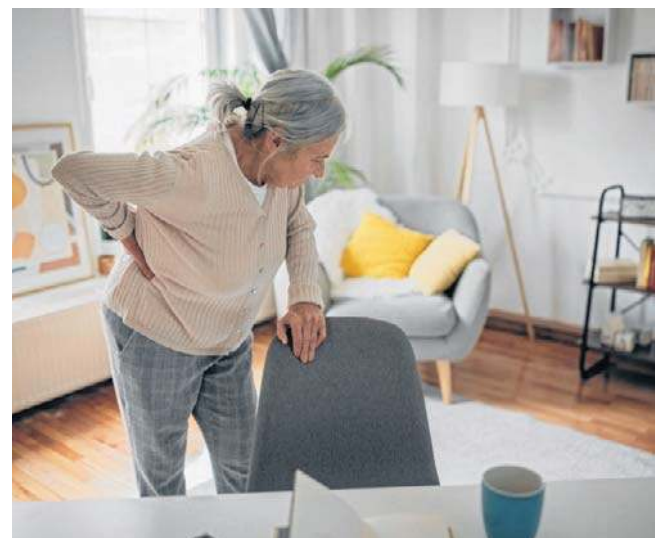
Kruche paznokcie i łamiące się zęby to zły znak

Łamliwość paznokci lub zębów może w niektórych przypadkach wskazywać na osteoporozę. Kruche paznokcie mogą być jednym z wczesnych objawów niedoboru wapnia i innych składników mineralnych oraz osłabienia kości. Osteoporoza może również powodować ubytki w kości szczęki, co skutkuje rozchwianiem i utratą zębów, a także problemami z implantami.

Choć kruche paznokcie i łamliwe zęby mogą wydawać się błahymi problemami, w rzeczywistości często są pierwszym ostrzeżeniem, że w organizmie dzieje się coś poważniejszego.

Takie objawy mogą sygnalizować niedobory minerałów lub rozwijającą się osteoporozę.

Wczesne wykrycie osteoporozy pozwala spowolnić jej rozwój i skutecznie chronić układ kostny przed poważnymi złamaniami.



Ból pleców jest jednym z symptomów osteoporozy. Często pojawia się przed rozpoznaniem choroby

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

KAWA Z GRZYBAMI

Czym jest kawa grzybowa i jak smakuje?

Kawa grzybowa (mushroom coffee) to po prostu kawa parzona z dodatkiem grzybów: suszonych i sproszkowanych w przypadku kawy mielonej, ew. wyciągu, jeśli mówimy o kawie rozpuszczalnej. Stosunek tych składników w przypadku kawy rozdrobnionej zwykle wynosi 1:1, co oznacza, że kawy jest o połowę mniej. Chociaż taki napój dostarcza mniej kofeiny, której nadmiar jest niekorzystny, wciąż działa stymulująco i energetyzująco. To również zasługa grzybowych dodatków. Smak grzybowej kawy jest bardzo podobny do tej klasycznej, ponieważ ich ziemiste nuty dobrze komponują się z walorami „małej czarnej”.

Picie naparu z grzybów nie jest przy tym niczym nowym, bo stosowano go w Finlandii jako substytut prawdziwej kawy podczas II wojny światowej, gdy brakowało ziaren. Grzyby do celów spożywczych i leczniczych stosowano też od stuleci w Chinach, gdzie obecnie najbardziej docenia się ich niezwykłe właściwości. Adaptogenne składniki tego typu występują także w Ajurwedzie.

Jakie grzybki do kawy?

Do kawy stosuje się zwykle grzyby lecznicze, najczęściej azjatyckie. Są uważane za środki wzmacniające organizm i nieprzeznaczone do spożycia, tylko leczenia. Są wśród nich też jednak grzyby jadalne, jak np. shiitake. Sprawdzają się ponadto szlachetne grzyby krajowe.

Do najpopularniejszych gatunków grzybów dodawanych do kawy należą:

- reishi, czyli lakownica żółta, w TCM lingzhi (*Ganoderma lucidum*);
 - grzyby chaga, czyli błyskoporek podkorowy (*Inonotus obliquus*);
 - soplówka jeżowa, czyli lwia grzywa (*Hericium*);
 - shiitake, czyli twardziak bądź twardnik japoński (*Lentinula edodes*);
 - kordyceps, czyli maczuźnik (*Cordyceps*);
 - rośniak różnobarwny, nazywany ogonem indyka (*Trametes versicolor*).
- Warto wiedzieć, że picie kawy z grzybami to gorący trend od 2024 roku, który będzie widoczny w kawiarniach i na sklepowych półkach. Już

teraz można kupić ją w sklepach internetowych, przy czym jej cena jest średnio dwukrotnie wyższa niż regularnego produktu. To jednak dlatego, że grzyby lecznicze należą do drogich składników, zwłaszcza w postaci wysuszonej.

Na co pomaga kawa grzybowa?

Kawa grzybowa jest uważana za zdrowszą alternatywę dla zwykłej kawy. Do najczęściej deklarowanych efektów jej picia, zauważalnych jednak po co najmniej kilku tygodniach, jest zmniejszony poziom niepokoju i poprawa odporności organizmu. Ponieważ kawa z grzybami ma mniej

kofeiny, występuje też zmniejszone ryzyko wystąpienia objawów wrażliwości na ten związek (zależy od dawki). To m.in. niepokój, zaburzenia żołądkowe, palpacje serca czy zaburzenia snu. Unikatowe właściwości kawy z grzybami leczniczymi wynikają głównie z obecności ich związków aktywnych. Mają one działanie adaptogenne, czyli zwiększające możliwości adaptacji (przystosowania się) organizmu do warunków stresu fizycznego i psychicznego. Nie działają przy tym kosztem innych funkcji, jak robi to kofeina. Podobny efekt do grzybów wywiera stosowany czasem razem z nimi korzeń ashwagandhy, zwanej indyjskim żeń-szeniem. Potwierdzono m.in., że grzyby stymulują układ immunologiczny przez mikrobiom jelitowy, wywierając na organizm działanie przeciwzapalne,

przeciwnowotworowe, antywirusowe, a także poprawiające metabolizm. Dla stosowanych grzybów udowodniono także efekt wspomagający leczenie pacjentów z rakiem, które zmniejsza nudności i wymioty przy chemioterapii. Mogą też chronić przed powstawaniem wrzodów, łagodzić objawy alergii i zmniejszać ryzyko rozwoju chorób serca. Adaptogeny pomagają obniżyć poziom stresowego hormonu, kortyzolu, co również wspiera prewencję chorób cywilizacyjnych. Grzyby do kawy to na pewno wartościowy dodatek, ale ich działanie w tej formie nie zostało zbadane ani w żaden sposób potwierdzone. Dostępne badania dla różnych gatunków bez dodatku kawy przeprowadzono w laboratorium, nie na ludziach, więc korzyści z picia ich w napoju muszą jeszcze zostać przebadane.

Migrena to nie tylko ból głowy

Gabriela Fedyk
gabriela.fedyk@polskapress.pl

Nie każda liderka nosi gamitur - czasem zakłada opaskę na oczy i zasłania okna, by przetrwać napad bólu. Migrena to nie słabość, lecz realna choroba, z którą codziennie mierzą się tysiące kobiet.

Migrena, często mylona ze zwykłym bólem głowy, jest w rzeczywistości poważną chorobą neurologiczną, która dotyka przede wszystkim kobiety. Dla wielu lidererek biznesu to podwójne wyzwanie - zmagają się z ogromnym bólem, a jednocześnie wstydzą się do niego przyznać, ponieważ migrena wciąż jest bagatelizowana.

W społeczności przedsiębiorczyń temat zdrowia powraca bardzo często. Wśród dolegliwości, o których mówi się z trudem, jest migrena. Zdarza się, że silny ból uniemożliwia dotarcie na spotkanie, ponieważ - jak podkreśla Dorota Czekaj, prezeska Sieci Przedsiębiorczych Kobiet - „to choroba, która potrafi całkowicie wyłączyć liderki z codziennego funkcjonowania nawet na kilka dni”.

Rola pracodawczyń i lidererek we wspieraniu osób zmagających się z migreną jest kluczowa. Wdrożenie prostych i elastycznych rozwiązań może realnie poprawić komfort i efektywność pracowników. Należą do nich między innymi:

- możliwość elastycznego czasu pracy;
- praca zdalna w dniach ataku;
- stworzenie warunków biurowych, które nie nasilają objawów, np. odpowiednie oświetlenie.



Migrena to nie tylko ból głowy - to choroba, która potrafi całkowicie wyłączyć z życia zawodowego

Odpowiedzialność za stwarzanie przestrzeni do otwartej komunikacji o problemach zdrowotnych leży po stronie firmy. Pracodawcy powinni edukować zespół, pokazując, że migrena to choroba, a nie wymówka. Zbudowanie kultury organizacyjnej opartej na zrozumieniu i empatii to inwestycja, która przynosi korzyści obu stronom.

Końcówka roku bywa szczególnie wymagającym czasem zawodowym dla kobiet zmagających się z migreną. To okres wzmożonego stresu i przemęczenia, które są jednymi z najczęstszych czynników wyzwalających napady bólu głowy. Dlatego tak ważne jest, by właśnie wtedy zadbać o higienę pracy i świadomie planować swoje działania.

Pomóc w tym mogą proste zasady:

- planuj zadania z wyprzedzeniem - rozkładaj obowiązki równomiernie, aby uniknąć spiętrzenia pracy i nadmiernego stresu;
- dbaj o regularny sen - staraj się kłaść i wstawać o stałych porach, ponieważ zaburzenie rytmu dobowego to jeden z najczęstszych wyzwalaczy migreny;
- rób przerwy w pracy - nawet kilka minut w ciszy, z zamkniętymi oczami, może złagodzić pierwsze objawy ataku;
- komunikuj swoje potrzeby - jeśli napad wymaga zmiany trybu pracy, np. zdalnej, warto otworzyć zakomunikować to współpracownikom lub klientom;
- pamiętaj o posiłkach i nawodnieniu - miej zawsze pod ręką

wodę i zdrowe przekąski, aby uniknąć spadku energii i głodu, które mogą wywoływać ból głowy.

Skuteczne radzenie sobie z migreną to nie tylko leczenie bólu, ale także świadome, proaktywne zarządzanie tym złożonym schorzeniem neurologicznym. Fundamentem jest zmiana stylu życia, której celem jest wprowadzenie regularności i unikanie czynników wyzwalających ataki.

U podłoża migreny leży nadwrażliwość układu nerwowego, dlatego kluczem do zmniejszenia częstotliwości napadów jest dążenie do stabilizacji i unikanie gwałtownych zmian, które dla zdrowego organizmu są neutralne. Podstawą jest utrzymanie stałego rytmu dobowego - regularne pory snu (także w weekendy), stałe godziny posiłków zapobiegające wahaniom poziomu cukru we krwi oraz zrównoważony harmonogram pracy i odpoczynku. Równie niezbędna jest identyfikacja indywidualnych czynników wyzwalających, tzw. triggerów. Należą do nich m.in. niektóre produkty spożywcze (np. sery pleśniowe, czerwone wino, czekolada), bodźce środowiskowe (intensywne światło, hałas, silne zapachy) oraz stres.

Warto pamiętać, że atak jest często wynikiem przekroczenia indywidualnego „progu migrenowego”, czyli skumulowania się kilku czynników naraz. Związek wysiłku fizycznego z migreną także jest złożony - intensywny trening może wywołać atak, jednak regularna, umiarkowana aktywność jest

ważnym elementem profilaktyki.

Zalecane są formy ruchu takie jak joga (z unikaniem pozycji odwróconych), spacer czy rekreacyjny sport, które nie prowadzą do przetrenowania.

Aby spersonalizować strategię radzenia sobie z bólem, kluczowe jest prowadzenie dzienniczka bólów głowy - w formie tradycyjnej lub przy użyciu aplikacji mobilnych, jak Kompas Migreny.

Systematyczne notatki pozwalają zidentyfikować własne wzorce i trigger, co jest nieocenioną pomocą w rozmowie z neurologiem. Takie zintegrowane podejście, łączące edukację, świadome zarządzanie stylem życia i sam monitoring, pozwala pacjentkom odzyskać kontrolę nad chorobą, znacząco zredukować jej wpływ na życie zawodowe i prywatne, i stać się aktywnym menedżerem własnego zdrowia.

Należy stanowczo podkreślić, że migrena jest chorobą neurologiczną, którą można i należy skutecznie leczyć. Fundamentem powrotu do normalnego funkcjonowania jest wizyta u lekarza neurologa. To specjalista, który posiada odpowiednią wiedzę,

aby nie tylko zdiagnozować migrenę, ale przede wszystkim precyzyjnie określić jej typ. Rozpoznanie jest kluczowe, ponieważ różne postacie migreny mogą wymagać innego podejścia terapeutycznego.

Dzięki postępom w medycynie pacjenci mają dziś dostęp do szerokiej gamy nowoczesnych i skutecznych terapii. Dostępne są zaawansowane leki profilaktyczne, których celem jest zapobieganie napadom i zmniejszenie ich częstotliwości oraz intensywności. Terapie te są bardzo zróżnicowane i mogą być w pełni dopasowane do trybu życia pacjenta. Co więcej, pacjent w porozumieniu z lekarzem może wybrać najwygodniejszą dla siebie formę podania leku, na przykład tradycyjną doustną lub w postaci zastrzyków.

Warto również wiedzieć, że wiele z tych nowoczesnych i skutecznych metod leczenia migreny jest w Polsce refundowanych, co znacząco ułatwia pacjentom dostęp do najlepszej możliwej opieki. Podjęcie leczenia pod okiem specjalisty to szansa na odzyskanie kontroli nad swoim życiem zawodowym i prywatnym.

AUTOREKLAMA

strona
zdrowia
Czytaj dla zdrowia
stronazdrowia.pl

REKLAMA

0011369366

PSYCHIATRA
GABINET,
WIZYTY DOMOWE
ŁÓDŹ, UL. RADWAŃSKA 19
TEL. 604-406-067

Ten świat jest źle urządzony przez ludzi, których my wybieramy

Piotr Rogucki z zespołu Coma na koncercie „Światło i mRock” Fot. Jakub Steinborn



Z ŻYCIA GWIAZD

Sylvia Bomba pokazała różnice

Celebrytka podzieliła się z internautami nagraniem, na którym pokazuje, jak makijaż zmienia jej wygląd. Na jednym zdjęciu zaprezentowała się w pełnym make-upie, a na drugim bez. Pod nagraniem pojawiło się mnóstwo pozytywnych komentarzy od internautów. „Piękna w każdej wersji” – orzekli fani.

Blanka Lipińska wystawi kamerę

Celebrytka nie należy do entuzjastek halloween. Ostatnio fani zapytali ją, jak zamierza bronić się przed maluchami pukającymi do drzwi. „Wystawię kamerę na zewnątrz, to w razie czego będę wiedziała, które dzieci mi coś zniszczyły i odpowiedzialność finansowa spadnie na ich rodziców” – napisała.

Agnieszka Kaczorowska tańczy na swoich zasadach

Werdykt siódmego odcinka „Tańca z Gwiazdami” zaskoczył wszystkich. Z programem pożegnali się Agnieszka Kaczorowska i Marcin Rogacewicz. Tancerka pożegnała się z widzami łamiącym się głosem. – Możemy schować się wreszcie przed całym tym hejtem, którego doświadczyliśmy. Ludzie, bądźcie dla siebie życzliwi. Mówcie dobrze o innych, zwłaszcza że nie macie o nas zielonego pojęcia (...). Można tańczyć według własnej melodii, na własnych zasadach – powiedziała Kaczorowska. (GZL) Fot. Jakub Steinborn



W TELEWIZJI



W sieci kłamstw TVN 7, 20:00

Roger Ferris (Leonardo DiCaprio) jest młodym idealistą, ale również najlepszym agentem CIA na Bliskim Wschodzie. Prowadzi akcję, której celem jest zlokalizowanie i unieszkodliwienie grupy terrorystów. Jednak sposób działania Ferrisa i jego priorytety zdecydowanie różnią się od tych, które ma Ed Hoffman (Russell Crowe), jego szef...

Blackshore BBC First, 21:00

W związku z przewinieniem w dublińskiej jednostce detektywka Fia Lucey zostaje przekierowana do w rodzinnego miasta. Bada sprawę zaginięcia osoby związanej z jej traumatyczną przeszłością.

Kokainowy raj TVP Dokument, 21:15

Dziennikarze badają austriacki łańcuch dostaw kokainy, rozmawiają z handlarzami, importerami, dilerami i wysokimi rangą członkami karteli na temat dynamicznie rozwijającej się tu branży.

Podróżnik 13 Ulica, 22:00

Ściganie morderców, aby pomóc rodzinom wymierzyć sprawiedliwość, to dla Thomasa Bareskiego (Eric Cantona), emerytowanego detektywa, coś więcej niż praca – to obowiązek. Bareski jest nie tylko wyjątkowym człowiekiem, ale także niezwykłym gliniarzem gotowym zmienić styl życia, aby wypełnić swoją misję.

KRZYŻÓWKA NR 167

Poziomo:

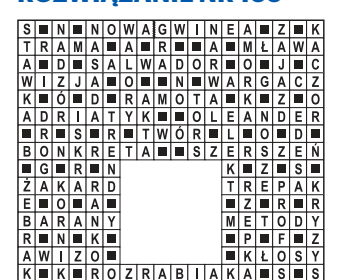
- 1) Beata, współzałożycielka grupy Bajm,
- 5) miłosne spotkanie, randka,
- 9) Laura, aktorka z serialu „Klan”,
- 10) łóżko w okrętowej kajucie,
- 12) wonny olejek z lawendy,
- 14) mierzona na przegubie ręki,
- 15) materiał wybuchowy w minie morskiej,
- 16) jeden z rodzajów literackich,
- 17) skacze na pochyłe drzewo,
- 18) pole leżące odłogiem,
- 19) skrzyżowanie nitek,
- 22) alfa i omega, koneser,
- 23) graficzna w czasopiśmie,
- 28) odpad przy obróbce drewna,
- 29) wypływa z Alp Szwajcarskich,
- 30) dotkliwe cierpienie, katusze,
- 31) owijany wokół rany,
- 34) roślina oleista, kapusta abisyńska,
- 38) mała, płaskodenna łódź azjatycka,
- 39) wydeptana ścieżka polna,
- 40) najstarsze fińskie miasto,
- 41) marek wśród nietoperzy,
- 42) osoba odpowiadająca na pytania ankiety.

Pionowo:

- 1) kolczasta roślina w doniczce,
- 2) klub sportowy z Zielonej Góry,
- 3) napój leczniczy, wywar,
- 4) mówienie nieprawdy, łganie,
- 5) rasa psa, ... monachijski,
- 6) Władysław, generał spod Monte Cassino,
- 7) ogrodzenie z kolczastych gałęzi wokół osady w Afryce,
- 8) wielka flota wojenna,
- 11) muzyka z Nowego Orleanu,
- 13) roślina wodna, wodorost,
- 20) zakładka na sukni,
- 21) „Tajemniczy ...”, film w reżyserii Agnieszki Holland,
- 24) zakłócenie porządku, dezorganizacja,
- 25) tropikalna roślina warzywna, kalebasa,
- 26) przepowiada przyszłość,
- 27) oczko w głowie dziadka,
- 31) element średniowiecznych fortyfikacji,
- 32) pokoje w hotelu Mercure,
- 33) ozdoba na lampę,
- 35) słowna zniewaga, ubliznienie,
- 36) okrągłe okno w gotyku, rozeta,
- 37) opiekunka dziecka, pias-tunka.



ROZWIĄZANIE NR 166



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Odważ się na nowy krok. Horoskop dzienny zapowiada, że zmiana, której się boisz, przyniesie więcej dobra niż sądzisz. Działaj.

Ryby (19.02 - 20.03)

Zaufaj intuicji. Horoskop na dziś wyraźnie wróży, że sprawy finansowe ułożą się pomyślnie, jeśli nie dasz się zbyttno ponieść emocjom. Baran (21.03 - 19.04) Twoje słowa będą miały dużą moc. Horoskop dzienny na środę mówi, że to co powiesz może stworzyć ich serca lub zranić.

Byk (20.04 - 20.05)

Czas zadbać o siebie. Horoskop dzienny to wskazówka, by odciąć się od chaosu i odnaleźć spokój w prostych, codziennych chwilach.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)

Twoja energia będzie przyciągać uwagę. Nie bój się błyszczeć, ale horoskop na dziś radzi pamiętać, że pokora też jest siłą. Rak (22.06 - 22.07) Nie wszystko da się zaplanować. Ale horoskop dzienny na środę uspokaja, że drobny chaos może przynieść inspirację i nowe możliwości.

Lew (23.07 - 22.08)

Równowaga wróci, gdy przestaniesz wszystkich zadowalać. Horoskop dzienny wyraźnie przypomina, że Twoje potrzeby też są ważne.

Panna (23.08 - 22.09)

Emocje buzuja, ale to dobry znak - wokół Ciebie coś się zmienia. Horoskop na dziś radzi zaufać procesowi i nie cofać się ani o krok. Waga (23.09 - 22.10) Wyruszyć w podróż - dosłowną lub duchową. Horoskop dzienny wyraźnie zapowiada, że nowe doświadczenia odświeżą Twoje spojrzenie.

Skorpion (23.10 - 21.11)

Wytrwałość przyniesie pożądane owoce. Nie zrażaj się drobnymi porażkami. Horoskop dzienny przypomina, że sukces dojrzewa powoli...

Strzelec (22.11 - 21.12)

Twoje pomysły mogą zaskoczyć otoczenie. Horoskop na dziś to wskazówka, by nie bać się mówić głośno tego, co inni tylko czują. Koziorożec (22.12 - 19.01) Twoje marzenia nabierają kształtu. Horoskop dzienny na środę stanowczo radzi zrobić pierwszy krok, a los dopisze resztę drogi.

ŁKS Łódź zawiódł jesienią. Ma jeszcze szansę na ekstraklasę

Dariusz Piekarczyk
dariusz.piekarczyk@polskapress.pl

PIĘKA NOŻNA. Do końca rundy jesiennej pozostały jeszcze tylko trzy kolejki, choć jeśli będzie to możliwe, pierwszoligowcy mają w planach jeszcze dwie serie spotkań z rundy wiosennej.

O bezpośrednim awansie do PKO Ekstraklasy, a przypominamy, że taki był przedsezonowy cel zespołu trenera Szymona Grabowskiego, nie ma raczej co marzyć. Do drugiego miejsca, zajmowanego przez Śląsk Wrocław, a premiowanego bezpośrednią promocją do elity, drużyna z alei Unii 2, traci dziewięć punktów, a do liderującej Wisły Kraków aż 17. Do szóstego natomiast, ostatniego dającego prawo gry w barażach, traca łódzianie za ledwie trzy punkty. To niewiel. Warto jednak pamiętać, że baraż to loteria. W najbliższy poniedziałek łódzianie zmierzą się na swoim stadionie ze spadkowiczem z elity Śląskiem Wrocław, który prowa-



Elkaesiacy zmierzą się w najbliższy poniedziałek na swoim stadionie ze Śląskiem Wrocław

dzi Słoweniec Ante Šimundža. Szkoleniowiec przełużył niedawno kontrakt z klubem ze stolicy Dolnego Śląska do końca czerwca 2026 roku. Prowadzona przez niego drużyna wygrała w tym sezonie osiem ligowych pojedynków, trzy zremisowała i trzy razy schodziła z placu gry pokonana. Na wyjazdach wrocław-

wianie nie błyszczą - triumfowali dwukrotnie, jeden pojedynek zremisowali, ale przegrali trzy. Przypomnijmy, że zespół trenera Szymona Grabowskiego na alei Unii2 porażki nie doznał - czterokrotnie wygrał, a dwa razy zremisował. Czy ŁKS jest faworytem pojedynku? Naszym zdaniem to mecz na remis. ©©

I LIGA

Plan 15. kolejki. Piątek (31 października): Górnik Łęczna - Polonia Warszawa (18), Ruch Chorzów - Tychy (20.30). **Niedziela (26 listopada):** Chrobry Głogów - Wisła Kraków (14.30), Miedź Legnica - Wierzyca Kraków (20.15), Polonia Bytom - Znicz Pruszków (17), Stal Rzeszów - Pogoń Siedlce (12). **Poniedziałek (31 listopada):** ŁKS Łódź - Śląsk Wrocław (18.45), Pogoń Grodzisk Mazowiecki - Odra Opole (18.45), Puszcza Niepolomice - Stal Mielec (18.45).

Dziennik Łódzki
Środa, 29.10.2025

Nie samą ligą kibic żyje. Czas Pucharu Polski

Dariusz Piekarczyk
dariusz.piekarczyk@polskapress.pl

PIĘKA NOŻNA. W decydującą fazę wkraczają rozgrywki Pucharu Polski na szczeblu etapów łódzkiego, piotrkowskiego, sieradzkiego oraz skierniewickiego.

Przypominamy, że po dwa najlepsze zespoły z wymienionych okręgów wywalczą awans na wiosenny szczebel wojewódzki. Cennego trofeum broni natomiast trzecioligowa Lechia Tomaszów Mazowiecki, która wygrała we wtorkowe popołudnie z Concordią Piotrków 3:1 (1:0). Przypomnijmy, że triumf na tym szczeblu jest jednocześnie przepustką do rozgrywek ogólnopolskich. Zwycięzca może także liczyć na premię w wysokości 50 tys. zł. ©©

OKRĘGOWY PUCHAR POLSKI

Etap łódzki. Piąta kolejka. Środa (29 października): Włókniarz Zgierz - Zjednoczeni Stryków (13.30), LZS Justynów - Widzew Łódź (13.30), Włókniarz II Pabianice - AKS SMS Łódź (17), Włókniarz Pabianice - Termy Poddebice (20). **Etap piotrkowski. Piąta kolejka. Środa (29 października):** RKS Radomsko - Stal Niewiadów (13), RKS Rzeszcza - Polonia Piotrków Trybunalski (13), PGE GIEK GKS Bełchatów - GUKS

Gorzkowice (13). **Etap sieradzki. Piąta kolejka. Środa (29 października):** Pogoń Zduńska Wola - Korab Łask (19.30). Olimpia Zduńska Wola - Złoczewia Złoczew (18.30). 31 października (piątek) rozegrany ma być mecz Ekologa Wojsławice z WKS 1957 Wieluń (13.30). Na 5 listopada (środa) przełożono pojedynek GKS Orkan Buczek - Warta Sieradz (18). **Etap skierniewicki. czwarta kolejka. Czwartek (30 października):** Unia II Skierniewice - Pelikan Łowicz (19). Na 4 listopada (wtorek) przełożono spotkanie Victoria Bielawy - Zryw Wygoda (19.30).

EKSTRAKLASA FUTSALU

Widzew Łódź trenera Marcina Stanisławskiego zremisował na wyjeździe ze Śląskiem Wrocław 5:5 (2:3) w meczu dziewiątej kolejki. Bohaterem spotkania był strzelec czterech goli dla łódzian Dami Moren. Jedną bramkę zdobył Dmytro Rybickij. **Pozostałe wyniki 9. kolejki ekstraklasy futsalu:** Rekord Bielsko-Biała - Red Dragons Priewy 2:2, AZS UŚ Katowice - Piast Gliwice 1:7, Construct Lubawa - Dreman Opole Komprachcice 9:0, Legia Warszawa - Eurbus Przemyśl 4:10, Futsal Świecie - FC Kamienica Królewska 3:1, Ruch Futsal Chorzów - Futsal Leszno 0:7, FC Toruń - BŚF Bochnia 2:1. Liderem tabeli jest Eurbus Przemyśl - 24 punkty, przed Piastem Gliwice - 22, Construct Lubawa - 21. Widzowiacy mają na koncie siedem punktów, co daje imi w ligowej tabeli 14, czyli spadkowe, miejsce.

Decathlon Klasa A. Kibice w Wygodzie zobaczyli aż 14 goli, a w Kutnie oraz Placencji po 13. Bez strat tylko PTC Pabianice

Dariusz Piekarczyk
dariusz.piekarczyk@polskapress.pl

PIĘKA NOŻNA. Drużyny rywalizujące w ośmiu grupach Klasy A rozegrały kolejne mecze o punkty. To przedostatnia w hierarchii naszego regionu liga seniorska. Niżej jest tylko Klasa B, w której grają zespoły w 10 grupach.

Jedynym zespołem w tej lidze, który wygrał wszystkie mecze jest, prowadzony przez trenera Jarosława Maćczaka PTC Pabianice, który tym razem pokonał na wyjeździe GLKS Dłutów 5:0 (1:0). Gole: Adam Patora 2, Igor Śmiechura, Mateusz Biełliński, Eryk Bomba. Tym razem rekor bramkowy w Wygodzie, gdzie Zryw II rozbił KP Byszewy 13:1. ©©

DECATHLONKLASA A

Grupa I. Wyniki 11. kolejki: Termy Uniejów - SAP Parzęczew 2:1, Kolejarz Łódź - Kotan Ozorków 5:1, Górnik Łęczysca - Mianów 0:2, Magnat Sierpów - Sazan Pęczniew 1:4, Kobra Leżnica Wielka - Termy II Poddebice 2:5, Rosa Rosanów - Ostrowia Ostrowy 7:9, MKP-Boruta II Zgierz - GLKS Samów/Dalików 6:0.

1. MKP-Boruta II Zgierz	11	31	75-11
2. Sazan Pęczniew	11	25	43-13
3. Rosa Rosanów	11	25	38-18

4. Termy II Poddebice	11	22	32-16
5. MKS Mianów	11	21	27-20
6. SAP Parzęczew	11	19	37-19
7. Kobra Leżnica Wielka	11	19	23-19
8. Termy Uniejów	11	18	30-41
9. Kolejarz Łódź	11	15	37-30
10. Magnat Sierpów	11	12	22-40
11. Samów/Dalików	11	8	14-31
12. Górnik Łęczysca	11	4	9-36
13. Kotan Ozorków	11	3	13-57
14. Ostrowia Ostrowy	11	3	10-58

Grupall. 11. kolejka: Dłutów - PTC Pabianice 0:5, Victoria Szadek - AKS SMS III Łódź 3:4, Victoria Rąbień - Pogoń II Zduńska Wola 1:3, Orzeł Kazimierz - LKS Kwiatkowie 1:2, Korab II Łask - Teofiliek Łódź - meczu nie rozegrano Ner Łódzki - Victoria Łódź 0:2, Włókniarz II Pabianice - Włókniarz Konstany-nów 5:6.

1. PTC Pabianice	11	33	50-2
2. Teofiliek Łódź	10	25	31-15
3. GLKS Dłutów	10	24	24-18
4. LKS Kwiatkowie	11	22	28-23
5. AKS SMS III Łódź	11	21	41-29
6. Włókniarz Konstanytnów	11	21	31-21
7. Victoria Rąbień	11	17	25-22
8. Włókniarz II Pabianice	11	16	39-33
9. Korab II Łask	9	10	13-19
10. Victoria Szadek	11	10	14-27
11. Victoria Łódź	11	9	10-27
12. pogoń II Zduńska Wola	11	8	14-35
13. Orzeł Kazimierz	11	2	8-25
14. Ner Łódzki	11	1	8-40

Grupa III. Wyniki 11. kolejki: Czarnocin - Pionier Baby 2:5, Białaczów - Radzice 3:1, KS Paradyż - Zawisza II Rzgów 3:1, IKS Inowłódz - RKS Rzeszcza 4:3, Szczurbiel Wolbórz -

Olimpia Wola Zależna 1:1, Lubochnia - Inter Sławno 3:3. Pauza: Pionier Baby.

1. Szczurbiel Wolbórz	11	28	42-12
2. Olimpia Wola Zależna	10	22	36-10
3. KS Paradyż	10	21	24-15
4. Jagiellonia Tuszym	10	20	18-11
5. LKS Lubochnia	10	19	25-14
6. Inter Sławno	10	17	25-17
7. IKS Inowłódz	11	15	22-28
8. LKS Białaczów	10	12	21-26
9. RKS Rzeszcza	10	11	24-25
10. Zawisza II Rzgów	10	10	15-29
11. LKS Radzice	10	5	12-32
12. LKS Czarnocin	10	4	17-33
13. Pionier Baby	10	4	16-45

Grupa IV. Wyniki 11. kolejki: PGE GIEK GKS III Bełchatów - Skalniki II Sulejów 2:1, Czarni Rozprza - Piast Gmina Lgota Wielka 4:1, Mierzyn - Zapal Krzetów 2:0, Pilica Przebrór - Start Niechcice 2:3, Dobryszce - LUKS Gomuńce 1:3,

Grabka Grabica - RKS II Radomsko 1:8. Pauza: Świt Kamieńsk.

1. Piast Gmina Lgota Wielka	11	27	37-20
2. Świt Kamieńsk	11	22	31-12
3. Czarni Rozprza	10	19	22-21
4. RKS II Radomsko	11	17	25-23
5. Skalniki II Sulejów	10	16	25-16
6. PGE GKS III Bełchatów	10	15	23-21
7. LUKS Gomuńce	10	15	19-20
8. Zapal Krzetów	10	13	19-20
9. LKS Mierzyn	10	13	9-16
10. Start Niechcice	10	12	23-27
11. Grabka Granica	10	12	27-36
12. Pilica Przedbórz	10	9	20-33
13. LKS Dobryszce	10	4	13-28

Grupa V. 13. kolejka: Piast Białzki - Chartupia Mała 3:3, Centra Walichnowy - Iskra Stolec 3:0, Orzeł Wola Wązowa - Sędziejowice 1:2, GKS Gruszczyce - KS Osiek 2:2, Ustków - Proсна Wyszczanów 2:2, Sokół Goszczanów - Kalinowa 4:1, Zapole - Widawia

Widawa 3:0. Tym razem pauzowała drużyna Jagi Lututów.

1. LKS Zapole	11	25	28-12
2. Piast Białzki	13	25	31-20
3. GKS Sędziejowice	12	23	31-23
4. UKS Ustków	12	21	28-20
5. Iskra Stolec	12	20	27-26
6. LGKS Chartupia Mała	12	19	36-32
7. Proсна Wyszczanów	12	18	27-19
8. Centra Walichnowy	12	18	26-29
9. Widawia Widawa	13	17	24-27
10. KS Osiek	12	16	26-24
11. Sokół Goszczanów	12	15	25-26
12. Orzeł Wola Wązowa	12	11	22-22
13. GKS Gruszczyce	11	11	18-22
14. LKS Kalinowa	12	9	20-38
15. Jagi Lututów	12	5	11-40

Grupa VI. 11. kolejka: Orion Olewin - Radoszewice 3:0, Wierchlas - Biała 6:2, Warta Osjaków - LKS Kiełczygłów 7:1, Staw - Słowian Dworszowice 3:0 (walkower, goście nie przyjechali), Siemkowice - Kurów 7:3, Victoria Skomlin - Start Łubnice 2:1, Czastary - Łaszew 3:3.

1. LZS Staw	11	29	39-7
2. LKS Wierchlas	11	25	38-18
3. Warta Osjaków	11	23	22-9
4. KS Radoszewice	11	19	23-17
5. Victoria Skomlin	11	18	19-17
6. Start Łubnice	11	17	19-18
7. GKS Czastary	11	15	27-22
8. LZS Łaszew	11	15	21-28
9. GKS Siemkowice	11	14	14-27
10. GLKS Biała	11	12	16-22
11. Orion Olewin	11	10	15-23
12. Słowian Dworszowice	11	8	16-29
13. KKS Kurów	11	7	19-37



Pomeczowa radość piłkarzy Victorii Skomlin (grupa szósta), po wygranej na własnym boisku ze Startem Łubnice 2:1

Piłkarze Concordii, Włókniarza i ŁKS z mistrzami dryblingu

Dariusz Kuczmera
d.kuczmera@dziennik.lodz.pl

Za nami Finał Ogólnopolski III edycji 4 MOVE 1x1 Cup - turnieju organizowanego przez Polski Związek Piłki Nożnej oraz Wojewódzkie Związki Piłki Nożnej.

Turniej wyłonił najlepsze dryblerki i dryblerów w kraju. Na najwyższym stopniu podium stanęli: Magdalena Uchacz (rocznik 2015), Maria Michałek (rocznik 2014), Wiktor Kowalczyk (rocznik 2015), Marcel Lewandowski (rocznik 2014).

Oprócz nagród rzeczowych, triumfatorzy otrzymali również zaproszenie do udziału w obłudzie podczas spotkania Polska-Holandia - informuje Malwina Kozłowska-Prokopowicz, Departament Komunikacji i Mediów PZPN.

Miejsca zawodników z województwa łódzkiego:

3. Anna Kołek, UKS Concordia Piotrków Trybunalski 1909 (rocznik 2014)

3. Marek Jasiński, ŁKS Łódź (rocznik 2015)

5. Julia Bednarek, MUKS Włókniarz Pabianice (rocznik 2015)

5. Aleksander Zgoda, ŁKS Łódź (rocznik 2014)

Na murawie Superauto.pl Stadionu Śląskiego, na której dzień wcześniej grali reprezentanci Polski z Nową Zelandią, piłkarze i piłkarze z całej Polski



Najlepiej dryblujące piłkarki na Stadionie Śląskim w Chorzowie

rywalizowali o miano najlepszych dryblerów w kraju. Spośród blisko 50 tys., biorących udział w kwalifikacjach klubowych, do Chorzowa przyjechało 64 zwycięzców finałów wojewódzkich w rocznikach 2013 i 2014. Triumfatorami III edycji 4MOVE 1x1 Cup zostali: Magdalena Uchacz (woj. zachodniopomorskie, rocznik 2015), Maria Michałek (woj. mazowieckie, rocznik 2014), Wiktor Kowalczyk (woj. pomorskie, rocznik 2015), Marcel Lewandowski (woj. kujawsko-pomorskie, rocznik 2014).

- Przede wszystkim czuję ogromną dumę i wzruszenie. Niesamowicie, że się udało. Dla mnie wszystkie moje zawod-

niczki są najlepsze, ale czułam, że dziś będzie dobrze - mówi Kamila Ścigajło, trenerka LFA Szczecin, której podopieczna zwyciężyła w III edycji 4MOVE 1x1 Cup. - Zagrać na tej samej murawie, na której dzień wcześniej wystąpiła reprezentacja Polski, to dla młodych zawodniczek ogromne przeżycie i motywacja. Wiele z nich marzy, by wrócić tu kiedyś w barwach profesjonalnej drużyny. Gra jeden na jednego to fundament współczesnej piłki. Od najmłodszych lat uczymy dzieci odwagi i podejmowania pojedynków - wszystkiego innego można nauczyć później. Zmaganiom przyglądali się, m.in. Marcin Kasprzowicz (se-

lekcjoner reprezentacji Polski dziewcząt do lat 19), Rafał Lasocki, (selekcjoner kadry chłopców do lat 16), Katarzyna Barlewicz (selekcjonerka reprezentacji Polski dziewcząt do lat 15), Dariusz Gęsior (selekcjoner reprezentacji Polski do lat 15) oraz Sławomir Kopczewski, wiceprezes PZPN ds. szkoleniowych i Maciej Mateńko, prezes Zachodniopomorskiego ZPN.

- Turniej jeden na jednego to wyjątkowa lekcja emocji - zarówno dla dzieci, jak i rodziców. Młodzi zawodnicy mierzą się tu nie tylko z rywalami, ale też z własnymi emocjami: uczą się oswajać stres, presję i porażkę - mówi Karolina Baran, psycholog sportu. ©

Koniec rundy zasadniczej Bilardowej Ekstraklasy. Strefa Łódź w półfinale

Dariusz Kuczmera
d.kuczmera@dziennik.lodz.pl

Ciekwy był III zjazd tego-rocznej Bilardowej Ekstraklasy, w wyniku którego wyłoniony został komplet czterech zespołów, które już w drugi weekend listopada zagrają w Kielcach o złoto.

Dzięki результатам uzyskanym w Galerii Libero Katowice poznaliśmy również dwóch spadkowiczów - informuje Maciej Urban, Rzecznik Prasowy Polskiej Ligi Bilardowej.

Finałowy zjazd FINAL 4 odbędzie się w dniach 7-8 listopada w Galerii Echo w Kielcach, a pary półfinałowe tworzą:

FORTIS BILARD Kielce vs STREFA Łódź

GKS Katowice vs Europool Arkadia Tczew

W 7 kolejce: BS w Sokółce LP Sokółka - Strefa Łódź 3:12.

Zdecydowanie więcej emocji można było zaobserwować w starciu potencjalnych spadkowiczów - Zakręconej Bili Poznania oraz Akademii Bilardowej Rokietnica. Klub ze stolicy Wielkopolski musiał wygrać, by nadal marzyć o pozostaniu w elicie i te nadzieje podtrzymał, gdyż zdołał zwyciężyć 12:11. Rokietnicy pozostało poszukać punktów w ostatniej kolejce. Starcie na pełnym dystansie punktowym rozegrali także Europool Arkadia Tczew i Strefa Łódź. Reprezentanci największego bilardowego klubu w Europie wygrali 12:11 czym zapewnili sobie awans do Final4 Bilardowej Ekstraklasy.

Na koniec kampanii 2025 z elitą pożegnała się Arkadia II Tczew, do której po latach gry na najwyższym szczeblu rozgrywek dołączyła Zakręcona Bila Poznań. ©



Mecze Bilardowej Ekstraklasy dostarczają widzom nie lada emocji

Maja Borowiec z Klubu Judo Heros z brązem

Dariusz Kuczmera
d.kuczmera@dziennik.lodz.pl

Ten dzień zapisze się na kartach historii klubu, ponieważ nasza zawodniczka Maja Borowiec wywalczyła trzecie miejsce w najważniejszej imprezie krajowej w kategorii wiekowej młodzików.

To jedyny medal z tej imprezy dla naszego województwa.

Jak czytamy na profilu Klubu Judo Heros Łódź na Facebooku, praca, którą Maja wykonała przez 6 lat z trenerem Patrykiem Leśniakiem dzisiaj przyniosła nam bardzo dużo szczęścia! Maja stoczyła pięć walk i we wszystkich pokazała charakter i wolę zwycięstwa!

Patryk Leśniak informuje: Dziękujemy najlepszemu dietetykowi Sebastianowi Kujaśowi za pomoc w procesie robienia wagi, psychologowi Marcinowi Bazanowi za popro-



Nasza medalistka Maja Borowiec (pierwsza od prawej)

wadzenie Mai w ostatnim etapie przygotowań. My także dołączamy się do gratulacji.

Klub Judo Heros Łódź to profesjonalny klub sportowy z licencją Polskiego Związku Judo. Siedziba główna: ul. Podgórna 74 Łódź. Trenerzy zapraszają na zajęcia judo dla dzieci i dorosłych na terenie województwa łódzkiego. Można się wiele cie-

kawego nauczyć. Mistrzostwa Polski Młodzików i Młodzików oraz Mistrzostw Polski U16 rozgrywano w Lublinie, a nosiły imię Haliny Konopackiej. Dla wielu uczestników mistrzostw te zawody na stałe zapadną w pamięć. Jedną z takich właśnie zawodniczek jest brązowa medalistka Maja Borowiec z Klubu Judo Heros Łódź. ©

Punkty rugbistów Budowlanych

Dariusz Kuczmera
d.kuczmera@dziennik.lodz.pl

Reprezentacja Polski pokonała w meczu wyjazdowym w Szawłach Litwę 41:8 (29:3) w swoim pierwszym w sezonie 2025/2026 meczu Rugby Europe Trophy.

W drużynie grali rugbiści KS Budowlani Wizja Med: Jakub Małecki, Kacper Palamarczuk, Lucas Niedzwiecki, Alexander Niedzwiecki. Po 5 punktów zdobyli: Jakub Małecki i Lucas Niedzwiecki. Punkty Polska: Daniel Gdula 11 (4pd, K), Mateusz Plichta 5 (P), Jakub Małecki 5 (P), Vaha Halaifonua 5 (P), Łukasz Korneć 5 (P), Kacper Wróbel 5 (P), Lucas Niedzwiecki 5 (P).

Jak informuje portal polskierugby.pl, Daniel Gdula (Pogoń Siedlce), zdobywca 11 punktów w meczu jest obecnie na dwunastym wśród najlepiej punk-

tujących zawodników, awansował tym spotkaniem z miejsca szesnastego. Lider rankingu, Dawid Banaszek (Arka Gdynia) z 249 punktami na koncie w tym meczu nie grał więc nie powiększył swojego dorobku. Pozostali punktujący Vaha Halaifonua (Pogoń Siedlce) ma 30 punktów na koncie, Mateusz Plichta (Ogniwo Sopot), Łukasz

Korneć (Pogoń Siedlce) i Kacper Wróbel (Orkan Sochaczew) po 25 punktów, natomiast Jakub Małecki i Lucas Niedzwiecki (obaj Budowlani Łódź) zdobyli punkty po raz pierwszy zostając 265 i 266 punktującymi w historii

8 listopada w Siedlcach Polacy zagrają z Danią i 22 listopada w Gdyni z Czechami. ©



Rugbiści Budowlanych Wizja Med są widoczni w kadrze

SPORT

www.sportowy24.pl

Siatkarki drużyny ŁKS Commercecon walczyły dzielnie, ale nie dały rady...

Dariusz Kuczmera
d.kuczmera@dziennik.lodz.pl

SIATKÓWKA. Radomka, która w dwóch wcześniejszych meczach nie straciła seta, była rywalem siatkarek ŁKS Commercecon.

Mecz w Sport Arenie był wyrównany. Radomianki wygrały pierwszego seta. Łodzianki wyrównały, trzeciego też zdobyły goście, ale czwarty znów należał do Łódzkich Wiewiór. Konieczny był piąty set.

W wyrównanym tie-breaku żadna z drużyn nie mogła osiągnąć większej przewagi niż jeden punkt. Dopiero siatkarki z Radomia odskoczyły od gospydny na 8:6.

Dwupunktowa przewaga utrzymywała się długo: 9:11, 10:12, 11:13. Po ataku Julie Lengweiller radomianki wywalczyły piłkę meczową (11:14). Następna akcja, długo rozgrywaną, wygrały łodzianki, ale przy stanie 12:14 Weronika Szlagowska zakończyła mecz. Szkoda, wygrana była blisko.

- Troszkę rozczarowujące jest to, że mimo wracaliśmy do gry po przegranych setach, to jednak finalnie, ten decydujący tie-break był nieudany - mówiła siatkarka ŁKS Commercecon Anna Obiała, cytowana przez tauronliga.pl. - Nasza gra bardzo falowała. Zabrakło nam emocji i siły. Trzeba pamiętać, że zmagaliśmy się

z chorobami. Cieszę się, że wygrałyśmy jakieś pojedyncze sety, dwa po przegranych. Cieszy to, że potrafiłyśmy powrócić, ale na ten moment nasza gra za bardzo faluje. Trzeba pokładać niektóre rzeczy, trzeba skupić się na dokładności na niektórych elementach i myśle, że następne mecze pójdą nam już dużo łatwiej.

W drużynie ŁKS Commercecon panował wirus, pojawiły się kontuzje. Trener łodzianek Adrian Chyliński nie był w stanie wystawić jednej szóstki do poprzedniego meczu, stąd gra została przełożona. Te zawirowania na pewno miały wpływ na postawę drużyny.

- Na szczęście to wszystko jest już za nami - dodaje Anna Obiała. - Dzisiaj miałyśmy już pełny skład. Wracamy do coraz intensywniejszych treningów. Będziemy mocniej pracować.

W piątek o 17.30 PGE Budowlani grają w Łodzi z Chemikiem, a w niedzielę o 17.30 ŁKS Commercecon wystąpi w Nowym Dworze Mazowieckim. Rywalki siatkarek ŁKS wygrały w trzech meczach zaledwie jednego seta.

ŁKS Commercecon - Radomka 2:3 (17:25, 25:20, 23:25, 25:16, 12:15)

ŁKS Commercecon: Anna Obiała 11, Angelika Gajer 4, Mariana Brambilla 17, Sonia Stefanik 10, Anastazja Hryshchuk 11, Regiane Bidas 25, Anna Pawłowska (I) oraz Wiktoria Kowalczyk, Thana Fayad 1, Daria Szczyrba. Trener: Adrian Chyliński. ©©



Siatkarki ŁKS Commercecon są niepokieszone, włożyły w mecz wiele serca, ale zdobyły tylko jeden punkt

IGA ŚWIĄTEK NA KONIEC ROKU BĘDZIE DRUGA

Kazaszka Jelena Rybakina awansowała na szóste miejsce w najnowszym notowaniu rankingu tenisistek. W ścisłej czołówce nie nastąpiły zmiany. Prowadzi Białorusinka Aryna Sabalenka, przed Igą Świątek i Amerykanką Coco Gauff. Sabalenka jest już pewna, że pierwszą pozycję utrzyma do końca roku, a Świątek na pewno będzie druga. Przed nami turniej WTA Finals w Rijadzie (1-7 listopada). **DK**



FOT. SYLWIA DĄBROWA

REKORD MARKANENA
Fin gwiazdą w NBA

Lauri Markkanen zdobył 51 punktów dla Utah Jazz w meczu z Phoenix Suns (138:134). Ostatnim zawodnikiem tego klubu, który przekroczył granicę 50 punktów był Karl Malone w 1998 r. **DK**

Czy Robert Dobrzycki powinien rozgrzeszać piłkarzy Widzewa?

Dariusz Kuczmera
d.kuczmera@dziennik.lodz.pl

Dziś piłkarze Widzewa zagrają mecz o awans do 1/8 finału Pucharu Polski. O godz. 17.30 podejmować będą drużynę Zagłębia Lubin.

Mecz będzie transmitowany w TVP Sport. Jak informuje Gazeta Wrocławska, dodatkowym smaczkiem jest fakt, że bardzo szybko na stadion Widzewa wróci Rafał Gikiewicz. 38-letni bramkarz w nie najlepszych okolicznościach rozstawał się z Widzewem. Wydawało się, że ostatecznie zostanie w klubie, ale ostatecznie - wobec poważnej kontuzji Dominika Hładuna - na zasadzie transferu medycznego przeniosł się do Zagłębia. W poprzedniej kolejce i meczu Zagłębia z Termalicą nie zagrał, ale istnieje spora szansa, że zadebiutuje w barwach miedziowej jedenastki właśnie w Łodzi. Dla tego doświadzonego bramkarza to będzie na pewno wielkie przeżycie.

Widzew musi się zrehabilitować po ostatniej wpadce w ligowym meczu z Motorem (0:3). Uważamy, że niepotrzebnie przed spotkaniem właściciel Widzewa Robert Dobrzycki rozgrzeszył swoją drużynę. W programie Futbol Totalny właściciel Widzewa powiedział m.in.: „Oczywiście, nie od razu się stworzy drużynę, ale oczekiwania są - po tych naszych ruchach - że to będzie bardzo



FOT. KRZYSZTOF SZYMCAK

Dla takich uroczych kibiców piłkarze Widzewa powinni wychodzić ze skóry na boisku. Jesteśmy pewni, że zrobią tak w śródownym pucharowym starciu z Zagłębiem Lubin

a Widzew na dopiero dwunastym.

W poprzedniej rundzie Pucharu Polski obie drużyny wyeliminowały rywali z ekstraklasy - Widzew po karnych Termalikę Nieciecza, a Zagłębie po dogrywce Radomiaka.

Widzew musi się zrehabilitować po ostatniej wpadce w ligowym meczu z Motorem (0:3). Uważamy, że niepotrzebnie przed spotkaniem właściciel Widzewa Robert Dobrzycki rozgrzeszył swoją drużynę. W programie Futbol Totalny właściciel Widzewa powiedział m.in.: „Oczywiście, nie od razu się stworzy drużynę, ale oczekiwania są - po tych naszych ruchach - że to będzie bardzo

szybko. Niestety, to tak nie jest. Trzeba się uzbroić w cierpliwość. Są zawodnicy, którzy jeszcze nie są drużyną, ale powoli, powoli, moim zdaniem ta drużyna będzie się zgrywała. Będzie grała coraz stabilniej i mam nadzieję, że będzie coraz lepiej”.

Bogatemu nikt niczego nie zabroni, ale mówienie takich słów sprawia, że piłkarze są w komfortowej sytuacji. Nie sądzę, że za czasów Zbigniewa Bońka czy Włodzimierza Smolarka mówiono w Widzewie w stylu „nic się nie stało”.

Kibice nie rozgrzeszają tak łatwo piłkarzy. Na Facebooku pod postem dotyczącym pucharowego meczu komentują:

Rafał Jaliński: My będziemy na trybunach. Pytanie czy piłkarze dojadą na mecz

Adrian Augustynowicz: Rafał Jaliński ważne że wypłaty im dojadą

Maciej Małek: Puchar to prawdopodobnie jedyna szansa na jakieś emocje w tym sezonie, bo liga... cóż...

Robert Lipiński: Pewnie ostatni mecz w Pucharze w tym sezonie.

Tom Ber: Zarabiają tyle, że nie muszą grać.

Jak widać niektóre komentarze są złośliwie i ociekające jadem, ale kibice płacąc za bilety mają do tego prawo. Niech dziś piłkarze Widzewa zamkną wszystkim usta... ©©

Symbole ŁKS oraz Widzewa na grobie legendy

Dariusz Kuczmera
d.kuczmera@dziennik.lodz.pl

Święto Zmarłych coraz bliżej. Grupa Elkaesiak odnowiła groby zasłużonych ludzi ŁKS.

- Na odnowionym przez Grupę Elkaesiak grobowcu rodziny Leszka i Henryki Jezierskich są symbole i pałają się znicze obu łódzkich klubów ŁKS i Widzewa - informuje Jacek Bogusiak, kustosz tradycji ŁKS oraz inicjator wielu akcji Grupy Elkaesiak. - Popularny Napoleon

rozstał w całej Polsce nasze kluby i kibice o tym pamiętają.

Leszek Jezierski (ur. 12 maja 1929 w Lublinie, zm. 12 stycznia 2008 w Sokolnikach-Lesie) wraz ze Stefanem Wrońskim i Ludwikiem Sobolewskim wprowadził Widzew do ekstraklasy. W 1993 roku wrócił na sześć meczów do Widzewa, zastępując na stanowisku trenera Władysława Żmudę. Aż czterokrotnie podejmował pracę w ŁKS. Największy sukces odniósł z Ruchem Chorzów, z którym w 1979 roku zdobył mistrzostwo Polski. ©©



FOT. JACEK BOGUSIAK

Na grobie Henryki i Leszka Jezierskich pojawiły się symbole ŁKS oraz Widzewa. Zapalono też znicze

NAD WARTĄ

www.dzienniklodzki.pl

Nr 44



WIELUŃ
PIĘKNY
JUBILEUSZ
I WSPANIAŁY
BAL
ABSOLWENTA
ZESPOŁU
SZKÓŁ NR 1
str. 7

FOT. MARCIN STADNICKI

O TYM SIĘ MÓWI



76-letni mieszkaniec
powiatu poddębickiego
został zagryziony przez psy.
Potwierdziła to sekcja zwłok
str. 4

FOT. ISTOCK

Sekcja zwłok potwierdziła najgorsze

Jest kolejny krok w sprawie wyjaśnienia okoliczności śmierci 76-letniego mieszkańca powiatu poddębickiego. Jak poinformowała Prokuratura Okrę-

gowa w Sieradzu, wstępne wyniki sekcji zwłok wykazały, że rany kłane mają charakter przyżyciowy, co oznacza, że psy zaatakowały pokrzywdzo-

nego: - Pobrano od zwierząt próbki śliny i krwi do koniecznych badań DNA porównawczych ze śladami zabezpieczonymi na ciele i odzieży

ofiary. W śledztwie gromadzona jest dokumentacja z Urzędu Gminy co do kontroli i inwentaryzacji stanu zwierzęcego u właściciela posesji,

na której zabezpieczono psy pod kątem występowania wcześniej działań interwencyjnych, czy też zabezpieczających zwierzęta.

GMINA BRZEŹNIO

Szczeniak z wrośniętym w szyję łańcuchem dzielnie walczy o powrót do zdrowia **str. 2**

WIELUŃ

Wieluń wśród 48 placówek w kraju, w których otwarto SOWA **str. 3**

WIELUŃ

„Wieczna Miłość” z Wielunia rusza w świat – nowy znaczek Poczty Polskiej z dziełem Wojciecha Siudmaka **str. 3**

SIERADZ

Na pilne leczenie 9-latka potrzeba aż 2,5 mln zł. Ruszyła internetowa zbiórka **str. 6**

KRÓTKO

GMINA OSTRÓWEK

Kierowca ranny po zderzeniu z jeleniem

Do wypadku z udziałem dzikiej zwierzyny doszło w niedzielę 26 października około godziny 18.20 w miejscowości Piskornik w gminie Ostrówek. Jak ustalili policjanci wprost pod nadjeżdżającego citroena wbiegł jeleni.

-Kierowca nie zdążył wyhamować i doszło do zderzenia. Autem podróżowały łącznie trzy osoby. 52-letni kierowca z obrażeniami ciała trafił

do szpitala - relacjonuje asp. sztab. Katarzyna Grela, oficer prasowy Komendanta Powiatowego Policji w Wieluniu.

Poszkodowany kierowca był trzeźwy. Okoliczności wypadku wyjaśniają policjanci z komisariatu w Osjakowie. Policja apeluje do kierowców wjeżdżających w tereny leśne o zachowanie szczególnej ostrożności.

Marcin Stadnicki



FOT. MACIEJ MAŁCHROWSKI

SKOMLIN

Zderzenie osobówek na łuku drogi

Do zderzenia dwóch samochodów osobowych doszło w czwartek 23 października po godzinie 15. na ul. Parkowej w Skomlinie w powiecie wieluńskim.

-Ze wstępnych ustaleń wynika, że 39-latek kierujący pojazdem volvo, na łuku drogi zjechał na przeciwny pas ruchu, gdzie zderzył się z daewoo matizem, którym kierował 88-letni mężczyzna. W wyniku zderzenia kierowca matiza został przewieziony do szpitala na badania. Obaj uczestnicy byli trzeźwi. Dokładne okoliczności i przyczyny zdarzenia wyjaśniają policjanci z wieluńskiej komendy - informuje asp. sztab. Katarzyna Grela, oficer prasowy Komendanta Powiatowego Policji w Wieluniu. Na miejscu zdarzenia pracowali także strażacy z Wielunia, Wichernika i Skomlina.

WIELUŃ

Nowy komendant straży powołany

W poniedziałek 27 października w siedzibie Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Wieluniu odbyła się uroczysta zbiórka z okazji powołania bryg. Piotra Gzika na stanowisko komendanta wieluńskiej straży.

Gzik w trakcie uroczystości oddał honor sztandarowi Komendy Powiatowej PSP

w Wieluniu, ucałował płat sztandaru, a następnie złożył meldunek Zastępcy Łódzkiego Komendanta Wojewódzkiego PSP w Łodzi st. bryg. Mariuszowi Wojcieszko o objęciu obowiązków Komendanta.

Na stanowisku zastąpił st. bryg. Karola Bednarskiego, KP PSP Wieluń

Szczeniak bestialsko potraktowany przez opiekuna walczy o powrót do zdrowia

Paweł Gołąb
Brzeźnio

Krok po kroku ku szczęśliwemu finałowi zmierza dramatyczna historia szczeniaka, którego przed tygodniem znaleziono pod Sieradzem z wrośniętym w szyję łańcuchem.

Wstrząsająca historia psiaka ujrzała światło dzienne przed tygodniem. Około sześciomiesięcznego szczeniaka z głęboko wrośniętym w szyję łańcuchem zabezpieczono na terenie gminy Brzeźnio. Z informacji wynikało, że piesek prawdopodobnie zdołał się sam zerwać z uwięzi, do której był przywiązany i w takim stanie błąkał się po okolicy.

Małuch bestialsko potraktowany przez swojego „opiekuna” trafił pod opiekę Schroniska Funny Pets w Czątkach oraz Gabinetu Weterynaryjnego MAGvet w Sieradzu. Natychmiast rozpoczęła się walka o powrót do zdrowia przerażonego psiaka, któremu nadano imię Farcik. Piesek, który sporo wycierpiał jest już bezpieczny,



FOT. FUNDACJA FUNNY PETS

Szczeniak z wrośniętym w szyję łańcuchem znaleziony pod Sieradzem dostał już imię. Piesek wabi się Farcik.

pod stałą opieką profesjonalistów.

-Dzielnie walczy o powrót do zdrowia. Każdego dnia robi małe kroki do przodu, a jego ogonek powoli zaczyna merdać - podkreślają z satysfakcją obecni opiekunowie.

Kolejnym krokiem będzie znalezienie prawdziwego domu dla psiaka. Te starania ruszą jednak dopiero po zakończeniu terapii związanej z leczeniem Farcika.

Historia poszkodowanego szczeniaka wstrząsnęła społecznikami, którzy pospieszili zwierzakowi na pomoc. - Widok był dramatyczny, rana zakażona, a piesek przerażony. Zwierzę zostało zgłoszone przez urzędnika gminy Brzeźnio i zabezpieczone w miejscowości Kliczków Wielki. Ponieważ bało się ludzi i nie pozwalało się do siebie zbliżyć, nasz ratownik zwierząt Jacek musiał użyć żywołapki, by bezpiecznie

go złapać. Po zabezpieczeniu trafił pod opiekę Gabinetu Weterynaryjnego MAGvet w Sieradzu, gdzie otrzymał natychmiastową pomoc - relacjonowała Marta Szturma, kierownik Schroniska Funny Pets w Czątkach. Na otoczeniu szczeniaka opieką społeczniczy sprawy nie zakończyli. Sprawa została zgłoszona policji.

- To nasz moralny obowiązek wobec każdego zwierzęcia, które cierpi w ciszy. Takie sytuacje nie mogą się powtarzać. Będziemy o tym głośno mówić, reagować i walczyć o losy tych, którzy sami nie mogą tego zrobić - zaznacza stanowczo Juliusz Pająk z Fundacji Funny Pets.

Miłośnicy zwierząt z Czątek apelują: - Jeżeli ktokolwiek z Państwa rozpoznaje tego psa, widział go wcześniej lub posiada jakiegokolwiek informacje mogące pomóc w ustaleniu jego oprawcy, to Schronisko Funny Pets w Czątkach prosi o kontakt mailowy: schronisko@funny-pets.pl Każda, nawet pozornie drobna wskazówka, może przyczynić się do wyjaśnienia tej sprawy.

ZDJĘCIE DNIA



FOT. WCR SIERADZ

Podczas uroczystej zbiórki z okazji Święta Terenowych Organów Wykonawczych MON wyróżniono żołnierzy i pracowników Wojskowego Centrum Rekrutacji w Sieradzu, a szef WCR w Sieradzu ppłk Dominika Kwaczyńska odebrała z rąk Szefa Ośrodka Zamiejscowego w Łodzi Centralnego Wojskowego Centrum Rekrutacji płk. Artura Świątka gratulacje z okazji mianowania na wyższy stopień wojskowy. Święto było także okazją do wyróżnienia instytucji i osoby szczególnie zaangażowane we współpracę z TOW.

Dariusz Piekarczyk

SOWA w II LO oficjalnie otwarta. To jedno z niespełna 50 takich miejsc w Polsce

Daniel Sibiak
Wieluń

Wyjątkowe miejsce zostało w poniedziałek oficjalnie otwarte w Wieluniu. To Strefa Odkrywania, Wyobraźni i Aktywności.

Na mapie Wielunia pojawiło się wyjątkowe, inspirujące miejsce. To SOWA - Strefa Odkrywania, Wyobraźni i Aktywności, nazywana potocznie Mini Centrum Kopernik oraz finansowemu wsparciu Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego.

Na przestrzeń SOWA składają się dwie strefy: sala ekspozycyjna - przestrzeń wystawiennicza i majsternia - miejsce przeznaczone do zajęć warsztatowych i eksperymentowania.

- SOWA to miejsce, w którym nauka spotyka się z zabawą, a kreatywność i ciekawość świata grają pierwsze skrzypce. Znajdują się tu inte-



W poniedziałek otwarto Strefę Odkrywania, Wyobraźni i Aktywności, jedno z 48. takich miejsc w całej Polsce.

raktywne ekspozyty i stanowiska, które pozwalają eksperymentować, doświadczać i samodzielnie odkrywać zjawiska naukowe. To przestrzeń stworzona zarówno dla dzieci, jak i dorosłych - bo nauka nie ma wieku - mówią Magdalena Wicher, dyrektor Powiatowej Biblioteki Publicznej w Wieluniu i Renata Tatała, dyrektor II LO w Wieluniu.

Uroczyste otwarcie Strefy Odkrywania, Wyobraźni i Ak-

tywności, które powstało w II LO odbyło się 27 października. Wzięli w nim udział m.in. przedstawiciele Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego oraz Robert Firmhofer, dyrektor naczelny Centrum Nauki Kopernik.

Strefa Odkrywania, Wyobraźni i Aktywności prowadzona jest przez Powiatową Bibliotekę Publiczną w Wieluniu mieszczącą się pod adresem Śląska 23a, funkcjonuje jako je-

den z działów biblioteki, dział na terenie II Liceum Ogólnokształcącego im. Janusza Korczaka w Wieluniu, przy ul. Piłsudskiego 6.

- Projekt jest realizowany w ramach programu Społeczna Odpowiedzialność Nauki, którego celem jest upowszechnianie wiedzy oraz promowanie badań naukowych w społeczeństwie. SOWA stanowi element wzmacniania lokalnych środowisk edukacyjnych - szczególnie w mniejszych miastach i na terenach wiejskich - poprzez tworzenie nowoczesnych przestrzeni sprzyjających nauce, kreatywności i aktywności.

Działalność SOWA umożliwia uczniom rozwój kapitału naukowego i dostęp do innowacyjnych form uczenia się - przestrzeń wystawiennicza oraz Majsternia - miejsce przeznaczone do zajęć warsztatowych i eksperymentowania - dodaje Magdalena Wicher, dyrektor Powiatowej Biblioteki Publicznej w Wieluniu, która od początku realizacji projektu aż do jego zakończenia koordynowała projekt. ©©

Poddębickie seniorki i cyfrowe warsztaty

Paweł Gołąb
Poddębice

Seniorki wzięły udział w cyfrowych warsztatach w Poddębickim Domu Kultury i Sportu. 17 pań zdobyło cenne umiejętności.

Niecodzienne zajęcia pozwalające na zdobycie cennych umiejętności odbyły się w Poddębickim Domu Kultury i Sportu.

Przeprowadzono tu ciekawe warsztaty cyfrowe w ramach projektu Aktywni+ realizowanego ze Stowarzyszenia Ludzi

Aktywnych. W warsztatach brało udział 17 seniorek..

- Na początku odbyła się gra zapoznawcza za pomocą kart z gry Dixit. Następnie seniorki zostały zapoznane z sztuczną inteligencją, chatem gpt oraz jak z nich korzystać w bezpieczny i przydatny sposób - relacjonuje PDKiS.

Panie wyszukiwały propozycji na ćwiczenia kręgosłupa, ciekawych miejsc do zwiedzania w okolicach Poddębic, a nawet szukały inspiracji na przygotowanie obiadu z przypadkowych składników.©©



Uczestniczki niecodziennych warsztatów w pałacu PDKiS zgłębiały m.in. tajniki sztucznej inteligencji.

Dzieło wieluńskiego artysty rusza w świat

Daniel Sibiak
Wieluń

W poniedziałek do obiegu wprowadzono znaczek pocztowy z reprodukcją obrazu Wojciecha Siudmaka, który posłużył za inspirację do stworzenia rzeźby „Wieczna Miłość”.

Wieczna Miłość z Wielunia rusza w świat - nowy znaczek z dziełem Wojciecha Siudmaka.

Na tysiącach listów pojawi wyjątkowy znaczek pocztowy z obrazem Wojciecha Siudmaka - pierwowzorem rzeźby zdobiącej Wieluń, rodzinne miasto mistrza. Poczta Polska coraz częściej sięga po dzieła wybitnych polskich artystów, a emisja znaczków z grafikami Wojciecha Siudmaka to wyjątkowy hołd dla jego twórczości.

Gratka nie tylko dla filatelistów

To, że jednym z motywów jest „Wieczna Miłość”, której rzeźba stoi w Wieluniu, dodaje całemu wydarzeniu szczególnego znaczenia - łączy świat sztuki, miasta rodzinnego artysty i codzienność ludzi, którzy

będą wysyłać listy ozdobione tymi małymi dziełami sztuki.

Cztery znaczki z cyklu „Fantastyczne Światy” to prawdziwa gratka nie tylko dla filatelistów, ale też dla wszystkich, którzy cenią sobie piękno i wyobraźnię.

- „Wieczna Miłość” jako znaczek pocztowy może trafić do najdalszych zakątków

świata. A rzeźba, dla której obraz był pierwowzorem stoi w naszym mieście. To doskonała promocja twórczości Wojciecha Siudmaka, ale też samego Wielunia. Rzeźba Wieczna Miłość i jej otoczenie stało się prawdziwą wizytówką. Mam nadzieję, że stanie się jeszcze bardziej rozpoznawalna a jej przesłanie ponadczasowe - mówi Magdalena Kopańska, prezes Towarzystwa Przyjaciół Wielunia.

Warto dodać, że Wojciech Siudmak został w tym roku uhonorowany tytułem Wybitny Polak podczas 35. Gali edycji Konkursu Teraz Polska.

Odlana z brązu rzeźba przedstawia zawieszoną w kosmosie, zbliżone do siebie dwie planety - twarze kobiety i mężczyzny, które łącząc się orbitami tworzą znak nieskończoności.

Przesłanie harmonii i pojednania

Zgodnie z ideą Wojciecha Siudmaka, pomnik niesie ze sobą przesłanie harmonii i pojednania na świecie. O założeniach Światowego Projektu Pokoju „Wieczna Miłość” można przeczytać na postumencie znajdującym się przy ul. Królewskiej.©©



Nowy znaczek pocztowy z reprodukcją dzieła Wojciecha Siudmaka jest już w obiegu.

Audycje muzyczne dla najmłodszych

Marcin Stadnicki
Gmina Mokro

W Muzeum Wnętrz Dworskich w Ożarowie wypełniły „Dźwięki znad Renu i Dunaju”, a to za sprawą dwóch audycji muzycznych.

W sobotę 24 października w Muzeum Wnętrz Dworskich w Ożarowie zorganizowano w godzinach 9.00 - 9.50 i 10.00 - 10.50 dwie audycje muzyczne pt. „Dźwięki znad Renu i Dunaju”.

Wystąpili: Dawid Chraczyński, Katarzyna Szymonik, Julia Łyczba i Magdalena Mirowska.

W programie znalazły się utwory: L. van Beethoven - Oda do radości, J. S. Bach - Aria na strunie, D. J. Ivanovici, F. Schubert - Pstrąg, R. Wagner - Marsz weselny, J. Haydn - Andante s Symfonii 94, W. A. Mozart - Aria.

Wykonano utwory przedstawiające twórczość kompozytorów niemieckich i austriackich oraz obrazujące możliwości instrumentów smyczkowych i dętych.

Omówiona została ich historia i możliwości muzyczne,



Dzieci poznały możliwości i historię instrumentów.

w szczególności: skrzypiec, fletu i trąbki.

-Całość audycji dostosowana była do możliwości percepcyjnych młodych słuchaczy. - relacjonuje Sebastian Janicki z Muzeum Ziemi Wieluńskiej.

A młodymi słuchaczami muzycznych audycji w ożarowskim muzeum były przedszkolaki z Przedszkola nr 2 w Wieluniu oraz uczniowie szkół podstawowych z Wierzbia, Przedmościa, Gorzowa Śląskiego oraz Zespołu Szkół i Przedszkola w Klonowej.©©

Wypadek z udziałem ładowarki i citroena

Paweł Gołąb
Zadzim

Do niecodziennego wypadku doszło dzisiaj w powiecie poddębickim. W gminie Zadzim doszło do zderzenia dostawczaka z ładowarką. Jedna osoba została ranna.

Do nietypowego zdarzenia drogowego doszło w czwartek 23 października przed godziną 8 rano na drodze powiatowej w miejscowości Nowy Świat w gminie Zadzim. „Dostawczak” zderzył się z ładowarką.



W gminie Zadzim doszło do zderzenia samochodu dostawczego z koparką. Jedna osoba została ranna.

Wypadek spowodował kierowca drugiego z pojazdów. - Kierujący ładowarką marki Volvo 41-letni mieszkaniec powiatu pabianickiego wyjeżdżając z drogi podporządkowanej doprowadził do zderzenia z samochodem marki Citroen Jumper, którym kierował 44-letni mieszkaniec gminy Zadzim. Prowadzący citroena został przetransportowany do szpitala. Kierowcy zostali przebadani na zawartość alkoholu - byli trzeźwi - informuje mł. asp. Alicja Bartczak, oficer prasowy KPP w Poddębicach.

Wstępne wyniki sekcji zwłok 76-letniego mężczyzny potwierdziły pogryzienie

Paweł Gołąb
Poddębice

Sieradzka prokuratura poinformowała, że wstępne wyniki sekcji zwłok 76-latka z gminy Poddębice wykazały, że został on zaatakowany przez psy. Właściciele zwierząt grozi do 5 lat więzienia.

Jest kolejny krok w sprawie wyjaśnienia śmierci 76-letniego mieszkańca powiatu poddębickiego. Jak poinformowała Prokuratura Okręgowa w Sieradzu, wstępne wyniki sekcji zwłok wykazały, że rany kłbane mają charakter przyżyciowy, co oznacza, że psy zaatakowały pokrzywdzonego.

Jak informuje Jolanta Szkilnik, rzecznik prasowy Prokuratury Okręgowej w Sieradzu, zabezpieczone psy poddane są obserwacji weterynaryjnej. Od zwierząt pobrano próbki śliny i krwi

Będą testy DNA
Wykonane zostaną badania DNA porównawcze ze śladami, na ciele i odzieży 76-latka. W śledztwie gromadzona



FOT. ARCHIWUM NASZEMIASTO

Mieszkaniec powiatu poddębickiego został pogryziony przez psy, co potwierdziły wstępne wyniki sekcji zwłok.

jest dokumentacja z Urzędu Gminy co do kontroli oraz inwentaryzacji stanu zwierzęcego u właściciela posesji, na której zabezpieczono psy pod kątem występowania wcześniej działań interwencyjnych, czy też zabezpieczających zwierzęta.

- Gromadzona jest także dokumentacja dotycząca przebiegu obowiązkowych szczepień na wściekliznę oraz ew. działań weterynaryjnych po-

dejmowanych wobec zwierząt na terenie posesji, na której zabezpieczono psy. Przesłuchani będą specjaliści ze schroniska, w którym aktualnie przebywają zabezpieczone psy, co do ich poziomu agresji, specyfiki i występowania cech ras niebezpiecznych, oraz zdrowia i chorób u zwierząt. Powołani zostaną biegli dla uzyskania opinii o zachowaniach stadnych psów, przyczyn ataku na człowieka w tym konkret-

nym przypadku, a także co do pokrewieństwa zabezpieczonych psów - informuje Jolanta Szkilnik.

Jak zapowiada, przy zgromadzeniu materiału dowodowego wykazującego, że psy ustalonej osoby zaatakowały człowieka i zadały śmiertelne rany kłbane zostanie właścicielce ogłoszony zarzut tego, że nie zachowała ostrożności w chowaniu psów, które przemieszczały się poza terenem posesji bez możliwości ich kontroli w wyniku czego zaatakowały pokrzywdzonego, powodując liczne rany kłbane i w ten sposób naraziła Pana Jerzego na utratę życia i nieumyślnie spowodowała jego śmierć.

Podejrzanej grozi do 5 lat pozbawienia wolności.

Ustawodawca nałożył obowiązek uzyskania opinii o stanie zdrowia psychicznego osoby podejrzanej, co do której występuje wątpliwość czy zdolność rozpoznania znaczenia czynu lub kierowania swoim postępowaniem nie była w czasie czyn wyłączona lub w znacznym stopniu ograniczona.©©

REKLAMA 0011422317

OGŁOSZENIE Burmistrza Błazsek

Na podstawie art. 37 ust. 1, art. 38 ust. 1 i 2, art. 39 art. 1, art. 40 ust. 1 pkt 1, art. 67 ust. 2 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (t.j. Dz.U. z 2024 r. poz. 1145 z późn. zm.) oraz Rozporządzenia Rady Ministrów z 14 września 2004 r. w sprawie sposobu i trybu przeprowadzenia przetargów oraz rokowań na zbycie nieruchomości (t.j. Dz.U. z 2021 r. poz. 2213 z późn. zm.)

o g ł a s z a m

I. Drugi ustny nieograniczony przetarg na sprzedaż nieruchomości położonej w obrębie geodezyjnym Stok Polski.

Lp.	Położenie nieruchomości	Nr ewidencyjny działki	Powierzchnia działki w m ²	Nr księgi wieczystej	Cena nieruchomości w zł	Przeznaczenie nieruchomości	Forma sprzedaży	Wysokość wadium w zł
1.	Stok Polski	397/2	6541	SR1S/00079203/1	89.500,00	nieruchomość niezabudowana	własność	10.000,00

1. Działka nr ewidencyjny 397/2, położona w miejscowości Stok Polski nie jest objęta miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego ani decyzją o warunkach zabudowy. Stanowi obszar zadrzewiony, niezabudowany. Posiada dostęp do dróg publicznych o nawierzchni bitumicznej. W sąsiedztwie ww. działki znajdują się tereny zabudowy wielorodzinnej, mieszkaniowo-usługowej i siedliskowej oraz grunty o funkcji rolnej.

Przetarg odbędzie się w dniu 2.12.2025 r. o godz. 10.00 w siedzibie Urzędu Miejskiego w Błazskach.

- Warunkiem uczestnictwa w przetargu jest wpłacenie wadium w wysokości wskazanej w ogłoszeniu na konto Bank Spółdzielczy w Błazkach, nr 20 9245 0002 0000 0202 2000 0090, nie później niż do **26.11.2025 r.**
- wadium może być wnoszone w pieniądzu, obligacjach Skarbu Państwa lub papierach wartościowych dopuszczonych do obrotu publicznego,
- W przetargu mogą brać udział osoby fizyczne po przedłożeniu komisji przetargowej dowodu tożsamości i osoby prawne po przedłożeniu aktualnego wypisu z rejestru.

Wpłacone wadium przez uczestnika, który przetarg wygra, zostanie zaliczone na poczet ceny nabycia nieruchomości, pozostałym uczestnikom przetargu wadium zwraca się nie później niż przed upływem 3 dni od dnia odpowiednio: a) odwołania, b) zamknięcia, c) unieważnienia, d) zakończenia przetargu wynikiem negatywnym.

Przetarg jest ważny bez względu na liczbę uczestników, jeżeli przynajmniej jeden uczestnik zaoferuje co najmniej jedno postąpienie powyżej ceny wywoławczej. O wysokości postąpienia decydują uczestnicy przetargu, z tym że postąpienie nie może wynosić mniej niż 1% ceny wywoławczej, z zaokrągleniem w górę do pełnych dziesiątek złotych. Jedynym czynnikiem decydującym o wyborze oferenta jest najkorzystniejsza cena, jaką zaoferuje w przetargu. Wylicytowana cena nie podlega negocjacom.

Wylicytowana cena sprzedaży ustalona w przetargu zostanie pomniejszona o wpłacone wadium i podlega zapłacie nie później niż do dnia zawarcia umowy przenoszącej własność.

Protokół z przeprowadzonego przetargu stanowić będzie podstawę do zawarcia umowy sprzedaży wykonanej w formie aktu notarialnego.

Jeżeli osoba ustalona jako nabywca nieruchomości nie stawia się bez usprawiedliwienia w miejscu i terminie podanym w zawiadomieniu, organizator przetargu może odstąpić od zawarcia umowy, a wpłacone wadium nie będzie podlegało zwrotowi. Burmistrz Błazsek zastrzega sobie prawo odwołania przetargu z uzasadnionej przyczyny, informując niezwłocznie o tym zainteresowanych w formie właściwej dla ogłoszenia przetargu.

Dodatkowych informacji odnośnie działki i przetargu można uzyskać w siedzibie Urzędu Miejskiego w Błazkach (pokój nr 18), telefon 43 829 09 44.

Baby z Potencjałem z Rychłocic zaprosiły na imprezę integracyjną

Daniel Sibiak
Rychłocice

Grupa nieformalna Baby z Potencjałem oraz KGW w Rychłocicach zaprosiły na uroczyste przecięcie wstęgi przy skwerku, gdzie stała altana.

Gości i mieszkańców zgromadzonych przed budynkiem OSP Rychłocice witała Jolanta Mitka, radna powiatu wieluńskiego, która aktywnie działa w grupie Baby z potencjałem i KGW w Rychłocicach. Zaprosiła ich na skwer, gdzie wspólnie z wójtem Jackiem Kurowskim, sołtysiem Andrzejem Mielczarkiem, Anną Krześniak i Ewą Mielczarek, prezesem KGW w Rychłocicach przecięli wstęgę przed placem, gdzie postawiono altanę i dokonano nasadzeń.

Po krótkim spacerze uczestników uroczystości i zaproszonych gości zaproszono na poczęstunek do sali OSP. Tam podsumowania projektu „Baśniowe ogrody - warsztaty tworzenia przydomowych ogrodów przyjaznych naturze”, na który dofinansowanie z Cen-

trum Promocji i Rozwoju Inicjatyw Obywatelskich OPUS sfinansowanych przez Narodowy Instytut Wolności- Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego ze środków Rządowego Programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich dokonała jego koordynatorka Anna Krześniak.

- W ramach projektu zorganizowaliśmy wyjazd do Afloparku w Pabianicach, który był inspiracją do zagospodarowania domowych ogrodów. Mieśliśmy również bardzo ciekawe warsztaty ogrodnicze oraz two-

żenia dekoracji ogrodowych. A ostatnim etapem jest dzisiejsza impreza integracyjna. Dziękujemy, że jesteście z nami - mówiła Anna Krześniak.

Chwilę później uczestników do wspólnej zabawy zaprosił Panagiotis Stogidis, pasjonat kultury bałkańskiej, który wraz ze swoją taneczną partnerką pokazał na czym polega taniec w kręgu.

Wystarczyło zaledwie kilka pokazowych tańców, aby na parkiet tanecznym krokiem weszli wszyscy uczestnicy spotkania.©©



FOT. DANIEL SIBIAK

Przecięcie wstęgi przy skwerze, gdzie stała altana.

Trzecie spotkanie największej sieradzkiej rodziny za nami

Paweł Gołąb
Sieradz

Wielki zjazd rodu Pertkiewiczów - Najstarszej i Największej Rodziny Sieradzkiej - odbył się po raz trzeci w Sieradzu. W spotkaniu uczestniczyło ponad 60 osób.

Spotkanie to efekt wyteżonej pracy Przemysława Pertkiewicza, który już od 20 lat dokumentuje historię rodu. Inicjator nie krył wzruszenia, że jego wysiłek został doceniony, o czym świadczyło zainteresowanie udziałem w zjeździe.

- Jest to dla mnie wspaniałe udekorowanie tyłu lat pracy. Tym bardziej, że traktuję ją nie jako przymus, a prawdziwą przyjemność. Bardzo się cieszę, że na kolejny zjazd dołączyły nowe miasta jak Radom czy Warszawa. Moim marzeniem jest, by kiedyś na 198 wysłanych zaproszeń przyjechało tyle właśnie osób. Dzisiaj mamy ponad 60 przedstawicieli naszej rodziny, ale już jestem w pełni szczęśliwy.

A wśród nowych gości rodzinnego zjazdu znaleźli się prawie stuletnia Stanisława Pertkiewicz z d. Rólka ze Zduńskiej Woli oraz architekt Maciej Pertkiewicz, który występuje w programie „Nasz nowy dom” prowadzonym przez Katarzynę Dowbor.

- Podziwiam cierpliwość pana Przemysława i jestem pełen uznania za jego determinację w dokumentowaniu histo-



Najstarsza rodzina sieradzka spotkała się po raz trzeci. Historia rodu jest doskonale udokumentowana.

rii swojej rodziny, prawie już 500-letnich korzeni, co wymagało nie lada wysiłku - podkreśla prezydent Sieradza Paweł Osiewała, uczestniczący w wyjątkowym spotkaniu. - Widać, że cieszyć się swoją obecnością, co w dzisiejszych czasach ma ogromną wartość i bardzo dziękuję za to świadectwo, które dajecie.

Pertkiewicz w swoich badaniach dziejów rodu dotarł aż do 1580 roku, co oznacza dzieje sięgające 13 pokoleń wstecz, ale jest na dobrej drodze, by przesunąć ją jeszcze o kolejne kilkadziesiąt lat. To za sprawą gałęzi litewskiej rodu, którą sprawdza w dokumentach sprzed wieków. - Mam następne kilkadziesiąt nazwisk z tej strony do sprawdzenia, co oznacza cofnięcie się o kolejne pokolenia wstecz. Przejrzałem już z tamtej strony setki akt, siedemnaście ksiąg

aktów urodzin, ślubów i zgonów od roku 1540 do roku 1800, ale muszę wykluczyć rodziny, które piszą się bardzo podobnie, ale z nami nie mają już związku. Nie chcę popełnić żadnego błędu - wyjawia.

Jak mozolną i wielką pracę wykonał Przemysław Pertkiewicz świadczy imponujące drzewo genealogiczne, które wykonał na przestrzeni ostatnich lat. Dość powiedzieć, że starannie wykonane dzieło, pisane gotykiem i ozdobione mnóstwem zdjęć, ma już prawie 25 metrów długości.

Od ostatniego spotkania powiększyło się o dwa metry, bo udało się odkopać kolejne gałęzie rodziny, m.in. z Wróblewa. Określenie Najstarszej i Największej Rodziny Sieradzkiej dla rodu Pertkiewiczów - jak podkreśla - nie jest na wyrost i jest w pełni udokumentowane. ©©

Tłumy na Sieradzkich Smaczkach. Klasztor urszulanek wypełniony!

Dariusz Piekarczyk
Sieradz

Rekord frekwencji na ostatnim tegorocznym spotkaniu z cyklu „Sieradzkie smaczki”. Świątynia poddominikańskiego klasztoru sióstr urszulanek pękała w szwach.

Spotkanie, w którym udział wzięło około 400 osób poprowadził sieradzki historyk-regionalista Jan Pietrzak, który ze swadą, ale i znawstwem tematu opowiadał o historii zespołu klasztornej oraz wydarzeniach mających wpływ nie tylko na historię naszego miasta, regionu, ale i Ojczyzny.

Poddominikański klasztor sióstr urszulanek w Sieradzu to miejsce szczególne. W świątyni



W spotkaniu wzięło udział przynajmniej 400 osób.

klasztornej, pod wezwaniem św. biskupa Stanisława, dokonano w roku 1383 elekcji Jadwigi na króla Polski. Dodajmy, że w ostatnich latach zespół klasztornej, głównie dzięki staraniom siostry Aliny Kulik oraz

obecnej matki przełożonej Anny Papierz przeszedł generalny remont.

Zespół klasztornej Ojców Dominikanów w Sieradzu powstał na początku XIV wieku. Dominikanów do Sieradza sprowadził w roku 1260 książę Kazimierz, syn Konrada Mazowieckiego. W skład zespołu klasztornej wchodzi także kościół pod wezwaniem św. Stanisława Biskupa.

- To tu w Sieradzu, właśnie w tym kościele, a nie gdzieś na Wawelu wybrano świętą Jadwigę na króla Polski. - To jest pewnik - mówi sieradzki historyk-regionalista Jan Pietrzak. - W kościele świętego Stanisława Męczennika dokonano elekcji Jadwigi na króla Polski. Było to 28 marca 1383 roku. ©©

REKLAMA

0011420101

OBWIESZCZENIE STAROSTY PODDĘBICKIEGO z dnia 21 października 2025 roku

Zgodnie z art. 11f ust. 3 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (t.j. Dz. U. z 2024 r., poz. 311) oraz art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (t.j. Dz. U. z 2024 r., poz. 572 ze zm.)

Starosta Poddębicki

zawiadamia, że w dniu **20 października 2025 r.** na wniosek z dnia 25 lipca 2025 r. złożony przez **Wójta Gminy Wartkowice, ul. Targowa 25, 99-220 Wartkowice**, została wydana decyzja o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej **nr 7/2025** znak: BI.6740.2.7.2025 polegającej na: „Rozbudowie drogi gminnej w miejscowości Kiki”.

Lokalizacja inwestycji obejmuje następujące nieruchomości:

Inwestycja drogowa przewidziana jest do realizacji na działkach oznaczonych numerami ewidencji gruntów:

- obręb 0010 Kiki: dz. 93/4, 101, 91, 2/9, 2/13, 89 (89/2 i 89/1), 83 (83/2 i 83/1), 82 (82/2 i 82/1), 81 (81/2 i 81/1), 78 (78/2 i 78/1), 76 (76/2 i 76/1), 3/2 (3/7 i 3/6), 321 (321/2 i 321/1), gm. Wartkowice. (oznaczenie: przed nawiasem podano nr działki ulegającej podziałowi; w nawiasie numer po podziale; tłustym drukiem zaznaczono działki przeznaczone pod inwestycje)

Jednocześnie zawiadamia się strony postępowania, że w terminie 14 dni od daty ukazania się niniejszego zawiadomienia można zapoznać się z dokumentacją i podjętym rozstrzygnięciem, a także składać ewentualne odwołania.

Dokumentacja dotycząca ww. decyzji jest dostępna w Wydziale Budownictwa, Starostwa Powiatowego w Poddębicach przy ul. Łęczyckiej 16 w godzinach urzędowania.

Niniejsze obwieszczenie zostaje podane do publicznej wiadomości w drodze obwieszczeń na tablicach ogłoszeń w Urzędzie Gminy Wartkowice (właściwym ze względu na przebieg drogi) i Starostwa Powiatowego w Poddębicach, na stronie internetowej Gminy Wartkowice - www.wartkowice.pl i Starostwa Powiatowego w Poddębicach - www.poddebice.biuletyn.net oraz w prasie lokalnej.

REKLAMA

0011420658

Sieradz, dnia 29.10.2025 r.

OGŁOSZENIE

Prezydenta Miasta Sieradza

o przystąpieniu do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla obszaru położonego w rejonie ulic: Armii Krajowej, Grzesika i Piwnika oraz Jana Pawła II w Sieradzu i rozpoczęciu strategicznej oceny oddziaływania na środowisko

Na podstawie art. 17 pkt 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2024 r. poz. 1130), a także art. 39 ust. 1, w związku z art. 46 ust. 1 pkt 1 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2024 r. poz. 1112)

zawiadamiam

o podjęciu przez Radę Miejską w Sieradzu uchwały Nr XXII/180/2025 z dnia 25 września 2025 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla obszaru położonego w rejonie ulic: Armii Krajowej, Grzesika i Piwnika oraz Jana Pawła II w Sieradzu. Opracowanie projektu planu miejscowego obejmować będzie przeprowadzenie strategicznej oceny oddziaływania na środowisko ww. dokumentu.

Zainteresowani mogą składać wnioski do wyżej wymienionego planu miejscowego w terminie do dnia 28 listopada 2025 r.

Wnioski należy składać za pomocą formularza pisma dotyczącego aktu planowania przestrzennego, wprowadzonego Rozporządzeniem Ministra Rozwoju i Technologii z dnia 13 listopada 2023 r. w sprawie wzoru formularza pisma dotyczącego aktu planowania przestrzennego (Dz. U. z 2023 r. poz. 2509), zamieszczonego w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Miasta Sieradza w zakładce „Zagospodarowanie przestrzenne” (pod adresem: <https://bip.umsieradz.pl/bipkod/31094864>).

Wnioski należy składać w postaci papierowej na adres i w siedzibie Urzędu Miasta Sieradza, Plac Wojewódzki 1, 98-200 Sieradz lub w formie elektronicznej, w tym za pomocą środków komunikacji elektronicznej w szczególności poczty elektronicznej na adres e-mail: um@umsieradz.pl lub adres elektronicznej skrzynki podawczej ePUAP: /o2a501rrak/SkrytkaESP lub e-Doręczenia: AE:PL-32134-77694-IWUFT-25.

Składający wniosek podaje swoje imię i nazwisko albo nazwę oraz adres zamieszkania albo siedzibę oraz adres poczty elektronicznej, o ile taki posiada, a także wskazuje czy jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym nieruchomości objętej wnioskiem. Wnioskodawca może także podać dodatkowe dane do kontaktu takie jak adres do korespondencji lub numer telefonu.

Stosownie do art. 39, art. 40 oraz art. 54 ust. 2 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko zainteresowani mogą składać wnioski do strategicznej oceny oddziaływania na środowisko, w tym prognozy oddziaływania na środowisko, w terminie do dnia 28 listopada 2025 r.

Wnioski do prognozy oddziaływania na środowisko mogą być wnoszone w formie pisemnej na adres: Urząd Miasta Sieradza, Plac Wojewódzki 1, 98-200 Sieradz, usłusze do protokołu w Urzędzie Miasta Sieradza lub za pomocą środków komunikacji elektronicznej bez konieczności opatrywania ich kwalifikowanym podpisem elektronicznym (e-mail: um@umsieradz.pl, ePUAP: /o2a501rrak/SkrytkaESP, e-Doręczenia: AE:PL-32134-77694-IWUFT-25).

Jednocześnie informuję o możliwości zapoznania się z niezbędną dokumentacją sprawy w Urzędzie Miasta Sieradza, Plac Wojewódzki 1, pokój nr 32, w godz. od 8⁰⁰ do 15⁰⁰.

W przedmiotowej sprawie postępowanie o transgranicznym oddziaływaniu na środowisko nie jest prowadzone.

Organem właściwym do rozpatrzenia wniosków jest Prezydent Miasta Sieradza.

Wnioski niespełniające wymogów formalnych pozostawione zostaną bez rozpatrzenia.

Informacja związana z przetwarzaniem danych osobowych zamieszczona jest na stronie BIP Urzędu Miasta Sieradza w zakładce „Ochrona danych osobowych”.

**Prezydent Miasta
Paweł Osiewała**

Kierowca bez prawka sprawcą wypadku

Paweł Gołąb
Gmina Zadzim

Do wypadku z udziałem dwóch samochodów doszło w gminie Zadzim. Na skrzyżowaniu osobówka uderzyła w dostawczaka. Sprawca nie posiadał uprawnień do kierowania pojazdami.

W poniedziałek 27 października po godz. 6 rano w miejscowości Nowy Świat w gminie Zadzim 33-letni mieszkaniec tej gminy, który kierował pojazdem marki Mitsubishi Colt nie ustąpił pierwszeństwa prawidłowo jadącemu 32-latkowi kierującemu Oplem Movano.

-W wyniku zdarzenia kierowca Opla zjechał z jezdni i uderzył w drzewo - relacjo-

nuje mł. asp. Alicja Bartczak, oficer prasowy Komendy Powiatowej Policji w Poddębicach. - W zdarzeniu nikt nie odniósł obrażeń. Obaj uczestnicy zdarzenia zostali poddani badaniu trzeźwości - byli trzeźwi. Po sprawdzeniu w policyjnych systemach okazało się, że sprawca zdarzenia nie posiada uprawnień do kierowania pojazdami. Mężczyzna został ukarany mandatem karnym, a ponadto odpowie przed sądem za kierowanie pojazdem bez wymaganych uprawnień.

Jak uzupełnia poddębicka Państwowa Straż Pożarna, w akcji ratunkowej wzięły udział 2 zastępy Jednostki Ratowniczo-Gaśniczej PSP w Poddębicach oraz OSP Zadzim, OSP Zygy i OSP Sikory.



FOT. PSP PODDĘBICE

W poniedziałek doszło do wypadku z udziałem dwóch pojazdów. Sprawca nie miał uprawnień do kierowania.

Trwa walka o czas dla 9-letniego Mikołaja zmagającego się z dystrofią mięśniową

Paweł Gołąb
Sieradz

Każdy dzień to dla Mikołaja Janiaka z Sieradza walka z chorobą, która powoli odbiera mu siłę i samodzielność. Rodzice chłopca proszą o pomoc.

Mikołaj Janiak, ma zaledwie dziewięć lat, a już zmagają się z dystrofią mięśniową Duchenne'a - postępującą, nieuleczalną chorobą genetyczną, która stopniowo niszczy mięśnie, a w końcu atakuje serce i płuca. Rodzice chłopca, Weronika i Mariusz, robią wszystko, by zatrzymać jej postęp. Dziś proszą o pomoc, bo czas działa przeciwko nim.

- Mikołaj to nasze jedyne, ukochane dziecko. Jego rozwój fizyczny od początku przebiegał nieprawidłowo. Lekarze uspokojał nas, że przesadzamy i Mikołaj z czasem nadgoni rówieśników - wspomina rodzice chłopca, Weronika i Mariusz Janiakowie. - Ale w głębi serca wiedzieliśmy, że coś jest nie tak.

Po wielu wizytach u specjalistów i miesiącach niepewności, rodzina usłyszała diagnozę, która wywróciła ich świat do góry nogami: dystrofia mięśniowa Duchenne'a. To choroba, która nie daje wytchnienia - każdego dnia osłabia mięśnie chłopca, odbierając mu możliwość poruszania się, a z czasem także oddychania o własnych siłach.



FOT. MATERIAŁY PRYWATNE

9-letni Mikołaj Janiak potrzebuje pilnego, ale kosztownego leczenia. Potrzebne jest aż 2,5 mln zł. Ruszyła internetowa zbiórka. Rodzice chłopca proszą o wsparcie.

Mikołaj chodzi, ale coraz trudniej mu wstawać z podłogi, wchodzić po schodach czy nadążać za rówieśnikami. Nie może biegać ani grać w piłkę - choć bardzo by chciał.

- Czasem pyta: „Mamo, dlaczego mam takie głupie nogi? Dlaczego inni mi uciekają?” - mówi jego mama. - Nie ma słów, które nie złamałyby serca w takiej chwili.

Życie Mikołaja od najmłodszych lat podporządkowane jest rehabilitacji i leczeniu. Codziennie ćwiczy, bierze sterydy i liczne suplementy, a jego rodzice wożą go na terapie i konsultacje do specjalistów w całej Polsce, a nawet za granicą -

do Belgii, gdzie szukają nadziei na spowolnienie choroby. - Robimy wszystko, co możemy, ale koszty leczenia są ogromne. Bez pomocy innych nie damy rady - przyznają rodzice.

Na leczenie 9-letniego Mikołaja prowadzona jest zbiórka internetowa na stronie: siepomaga.pl/mikolaj-janiak.

Medycyna daje dziś szansę na spowolnienie dystrofii. Mikołaj kwalifikuje się do nowego leczenia, które może spowolnić postęp choroby - ale nie jest ono refundowane w Polsce. Pierwszy z potrzebnych leków to specjalny steryd, który nie powoduje powikłań kostnych, jakie już pojawiły się u Miko-

łaja. Koszt jednej butelki to jednak przytłaczające 18 tysięcy złotych.

Drugi - innowacyjny preparat, który chroni mięśnie i zachowuje ich funkcję - kosztuje jeszcze więcej - 20 tysięcy euro za opakowanie. Dla rodziny to suma nieosiągalna, a czas nagli. Leczenie działa tylko u dzieci, które jeszcze chodzą. Mikołaj wciąż może chodzić - ale z każdym miesiącem choroba odbiera mu tę możliwość.

Rodzice chłopca nie tracą nadziei. Chcą, by ich syn mógł dalej się śmiać, budować z klocków LEGO, śpiewać i marzyć o przyszłości. Każda wpłata to realna pomoc.

REKLAMA 0011422178

OGŁOSZENIE

BURMISTRZ BŁASZEK

podaje do publicznej wiadomości,

iż na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miejskiego w Błazkach **od dnia 29 października 2025 r. do dnia 19 listopada 2025 r.** wywieszony będzie wykaz nieruchomości przeznaczonej do oddania w dzierżawę:

- nieruchomość położona w Morawkach, wchodząca w skład działki nr ewidencyjny 135/1, obejmująca część gruntu o pow. 440 m², zabudowana boksami garażowymi.

Informacja dotycząca wykazu: Urząd Miejski w Błazkach, pokój nr 17 (I piętro), tel. 43 829 09 52.

REKLAMA 0011420637

SPRZEDAM

W DOBREJ CENIE

pomieszczenia po byłych Zakładach Dzierwiarskich „SIRA”.

Powierzchnia 3500 m², nadające się na magazyny lub produkcję.

Informacje pod nr tel.

609 521 210

REKLAMA 0011422834

BURMISTRZ MIASTA ŻŁOCZEWA

informuje,

że stosownie do art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami, na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miejskiego w Żłoczewie (ul. Szkolna 16) oraz na stronie internetowej i w Biuletynie Informacji Publicznej na okres 21 dni, tj. **od 29.10.2025 r. do 19.11.2025 r.** został zamieszczony **wykaz nieruchomości przeznaczonych do zbycia.**

REKLAMA 0011422171

Zarząd Sieradzkiej Spółdzielni Mieszkaniowej zaprasza do udziału w przetargu pisemnym na ustanowienie odrębnej własności **lokalu mieszkalnego nr 52 przy ul. Adama Mickiewicza 21 w Sieradzu**, o powierzchni użytkowej **28,6 m²**, położonego w II klatce na II piętrze. Wartość rynkowa lokalu stanowiąca podstawę do przetargu wynosi **182.000,00 zł** (słownie: sto osiemdziesiąt dwa tysiące złotych 00/100), wymagane do przetargu wadium w kwocie **18.200,00 zł** (słownie: osiemnaście tysięcy dwieście złotych 00/100).

Wymagane do przetargu wadium należy uiścić na rachunek bankowy Spółdzielni **nr 75 9267 0006 0000 8136 2000 0030** w terminie **do dnia 12 listopada 2025 r.** Za datę wpłaty wadium uznaje się dzień wpływu środków na rachunek bankowy Spółdzielni.

Oferty należy składać na dziennik podawczy Sieradzkiej Spółdzielni Mieszkaniowej, ul. Marszałka Józefa Piłsudskiego 5b w Sieradzu, w terminie **do dnia 13 listopada 2025 r. do godz. 13.00.**

Szczegółowe warunki, jakie powinna spełniać oferta, wykaz załączników, sposób złożenia oferty, kryteria decydujące o rozstrzygnięciu przetargu, obowiązki osoby, na rzecz której zostanie rozstrzygnięty przetarg, określa Specyfikacja zamieszczona na stronie www.ssmsieradz.pl oraz dostępna w siedzibie Spółdzielni - sala obsługi interesantów.

Lokal można oglądać w dni robocze **w godz. od 9.00 do 14.00** po wcześniejszym uzgodnieniu godziny - tel. 43 826 62 96.

Zarząd Spółdzielni zastrzega sobie możliwość unieważnienia przetargu bądź odstąpienia od przeprowadzenia przetargu na każdym jego etapie bez podania przyczyny. Regulamin przetargu dostępny w siedzibie Spółdzielni (sala obsługi interesantów) oraz na stronie internetowej Spółdzielni www.ssmsieradz.pl.

Wszelkie informacje dotyczące przetargu można uzyskać w siedzibie Spółdzielni, w dni robocze, w godz. od 7.00 do 15.00, tel. 43 826 62 96 lub 43 826-65-70. O rozstrzygnięciu przetargu uczestnicy zostaną powiadomieni na piśmie.

AUTOREKLAMA

strefa BIZNESU.pl

Know-how w dobrym biznesie

strefabiznesu.pl

DROBNE Jak zamieścić ogłoszenie drobne?
Telefonicznie: 800 472 852, 42 647 28 52
Przez internet: ibo.polskapress.pl

Motoryzacja	Rolnicze
OSOBOWE KUPIĘ	MASZYNY ROLNICZE
12h autokup, 664-040-076	KUPIĘ ciągniki, przyczepy, maszyny rolne. Tel. 535135507.
ROLNICZE SPRZEDAM	INNE
OKAZJA pług obrotowy Lenken, n w oryginale. Obsypnik do pryzm nowy. Zgrabiak karuzelowy. Sprzęt bez wkładu finansowego od rolnika, 785-755-645	NAWOZY NPK, MG, S, N 6%, P 16%, K 28%, S 9%, MG 7% Cena 2.150 zł/ tona, 500-669-621

80-lecie Zespołu Szkół nr 1 w Wieluniu. Była uroczysta gala i bal absolwenta

Marcin Stadnicki
Wieluń

Największa wieluńska szkoła ponadpodstawowa obchodzi 80-lecie istnienia. Z tej okazji świętowano przez dwa dni.

Zespół Szkół nr 1 w Wieluniu świętuje 80-lecie istnienia.

Z okazji jubileuszu zorganizowano dwa wielkie wydarzenia. Pierwszym była uroczysta

gala, która odbyła się w piątek 24 października. Przybyli na nią liczni absolwenci szkół wchodzących w skład zespołu oraz byli dyrektorzy i nauczyciele „ekonomika” i „budowlanki”. Dzień później, w sobotę w Malinowym Dworze odbył się bal absolwenta, w którym udział wzięło blisko sto osób. Bal rozpoczął się od zatańczenia poloneza, a jego uczestnicy mieli okazję poczuć się tak, jak na własnych studniówkach.



Uroczystość rozpoczęła się od krótkiego wystąpienia Elżbiety Urbańskiej - Golec, dyrektorki Zespołu Szkół.



Młodzi artyści z Powiatowego Młodzieżowego Domu Kultury i Sportu zadbali o oprawę artystyczną święta.



Uczestnicy balu absolwenta w sobotni wieczór bawili się doskonale. Do tańca nie trzeba było ich zachęcać.



Absolwenci i nauczyciele szkoły w sobotę mogli poczuć się jak na własnych studniówkach na balu absolwenta.



Sobotni bal absolwenta rozpoczął się od zatańczenia poloneza. Do tańca ruszyli niemal wszyscy obecni.



Uczestnicy balu absolwenta chętnie pozowali do zdjęć na ścianie, by uwiecznić to wyjątkowe wydarzenie.



W piątek 24 października od uroczystej gali rozpoczęło się świętowanie jubileuszu 80-lecia Zespołu Szkół nr 1 w Wieluniu. W uroczystości wzięli udział liczni absolwenci, dla których była to okazja do spotkania po latach.

Warta Sieradz przegrała w Płocku z Wisłą II. GKS Orkan Buczek zremisował w Radomsku. W Wojśławicach remis

Dariusz Piekarczyk
dariusz.piekarczyk@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Warta Sieradz po raz raz trzeci w tym sezonie zeszła z boiska pokonana w III lidze. Drużyna trenera Marka Przybyła uległa na sztucznym boisku w Płocku Wiśle II 1:2 (1:0).

Do 85 minuty sieradzanie prowadzili w Płocku z rezerwami ekstraklasowej Wisły, w meczu 14. kolejki grupy pierwszej III ligi 1:0. I wtedy zaczął się dramat sieradzan. W 85 minucie Oskar Dari potężnym strzałem wpakował piłkę pod poprzeczkę i było 1:1. Wcześniej Jakub Mielczarek nie wykorzystał znakomitej okazji na strzelenie gola. W 89 minucie miejscowi trafili w poprzeczkę. Już w doliczonym czasie gry piłka trafiła z kolei w rękę Szymona Sadzińskiego, który znajdował się we własnym polu karnym, a wszedł na boisko kilka minut wcześniej i sędzia wskazał na „wapno”. Piotr Krawczyk nie pomylił się trzecia w tym sezonie ligowa porażka sieradzan stała się faktem.

W najbliższy piątek sieradzanie zmierzą się na stadionie MOSiR z GKS Wiekielec. Początek meczu, przy jupiterach, zaplanowano na godzinę 19. Warta, naszym zdaniem, jest zdecydowanym faworytem tego starcia.

III LIGA (GRUPA 1.)

Wisła II Płock - Warta Sieradz 2:1 (0:1). 0:1 - Piotr Mielczarek (36), 1:1 - Oskar Dari (85), 2:1 - Piotr Krawczyk (90+5, rzut karny).
Warta: Mykyta Zelenski - Jakub Murat, Piotr Mielczarek (86, Dawid Owczarek), Artur Sójka (73, Bartłomiej Maćczak), Jakub Piela (88, Szymon Sadziński) - Mateusz Lis, Olek Trubnikow (86, Kacper Drzazga), Damian Ślesicki, Duilio - Oskar Kacperski (73, Michał Przybył), Bartłomiej Kręćchowski. Trener: Marek Przybył.

Pozostałe wyniki meczów 14. kolejki: Widzew II Łódź - PGE GIEK GKS Belchatów 3:0 (1:0), Lechia Tomaszów Mazowiecki - KS CK Troszyn 1:2 (1:0), Wiekielec - Legia II Warszawa 0:2 (0:1), Znicz Biała Piska - Wasilków 1:0 (1:0), Jagiellonia II Białystok - Mławianka Mława 3:2 (2:0), Wigry Suwałki - Olimpia Elbląg 4:1 (3:1), ŁKS Łomża - Świt Nowy Dwór Mazowiecki 3:0 (2:0), Broń Radom - Żąbkovia Żąbki 3:2 (1:1).

Plan 15. kolejki. Czwartek (30 października): Wigry Suwałki - Wasilków (17). **Piątek (31 października):** Żąbkovia - Biała Piska (13), Warta Sieradz - Wiekielec (19), Świt Nowy Dwór Mazowiecki - Lechia Tomaszów Mazowiecki (14), Troszyn - Jagiellonia II Białystok (14). **Niedziela (2 listopada):** Olimpia Elbląg - Wisła II Płock (12), Legia II - Broń Radom (12), Mławianka - Widzew II (13.30), Belchatów - Łomża (15).

1. Żąbkovia Żąbki	14	31	48-24
2. Legia II Warszawa	13	31	34-19
3. Warta Sieradz	14	31	26-12
4. ŁKS Łomża	13	29	31-12
5. Wigry Suwałki	14	24	24-19
6. Broń Radom	14	23	23-19



W efektywnej akcji Dawid Owczarek z Warty Sieradz. W trwającym obecnie sezonie 21-latek wystąpił we wszystkich 13 rozegranych meczach o punkty w grupie pierwszej III ligi, strzelając jednego gola

7. Wisła II Płock	14	23	24-21
8. Świt Nowy Dwór Mazow.	14	22	24-26
9. Widzew II Łódź	14	18	28-31
10. Lechia Tomaszów Maz.	14	17	24-21
11. PGE GKS Belchatów	14	16	24-34
12. KS CK Troszyn	14	15	31-27
123. Olimpia Elbląg	14	15	22-27
14. GKS Wiekielec	14	13	14-22
15. Jagiellonia II Białystok	14	13	15-24
16. KS Wasilków	14	13	14-30
17. Mławianka Mława	14	11	22-31
18. Znicz Biała Piska	14	5	11-40

BETCRIS IV LIGA

GKS Buczek (trener Marcin Węglewski) wywalczył punkt na boisku lidera, czyli RKS Radomsko, remisując 2:2 (1:2). Goście mieli szansę na zwycięstwo, ale Norbert Dregier nie wykorzystał rzutu karnego. Swoje mecze przegrały drużyny z Łasku i Poddębic. Korab (trener Dawid Wnuk) uległ innemu beniaminkowi Stali Niewiadów 1:3 (1:1), natomiast poddębiczanie (trener Patryk Ożadowicz) przegrali w Głownie ze Stalą 0:2 (0:0). Gospodarze tego spotkania, to także czwartoligowy nowicjusz. ©©

RKS Radomsko - GKS Orkan Buczek 2:2 (1:2). 0:1 - Kamil Mizera (15), 1:1 - Adam Olejnik (20), 1:2 - Mikołaj Piszczalka (38), 2:2 - Bartłomiej Wysocki (61).
W 31 minucie Norbert Dregier z Orkana nie wykorzystał rzutu karnego. Piłkarz nie trafił w bramkę.
Stal Niewiadów - Korab Łask 3:1 (1:1). 1:0 - Alan Grochowalski (15), 1:1 - Igor Świątkiewicz (24), 2:1 - Mateusz Marusik (75), 3:1 - Natan Meto (90+2).

Stal Głowno - Termy Poddebice 2:0 (0:0). 1:0 - Mateusz Lubczyński (51), 2:0 - Mateusz Lubczyński (71).
Wyniki pozostałych meczów 14. kolejki: KS Kutno - Pelikan Łowicz 3:6 (3:3), MKP-Boruta Zgierz - Ceramika Opoczno 0:3 (0:2), ŁKS III Łódź - Mazovia Rawa Mazowiecka 7:2 (3:2), Zryw Wygoda - Omega Kleszczów 0:1 (0:1), (90+2), Zjednoczeni Stryków - AKS SMS Łódź 1:0 (0:0), Polonia Piotrków Trybunalski - Sokół Aleksandrów 0:1 (0:1).

Plan 15. kolejki. Sobota (8 listopada): Sokół Aleksandrów - Zjednoczeni Stryków (13), Kutno - Korab Łask (13), Omega Kleszczów - Stal Głowno (14), Mazovia Rawa Mazowiecka - MKP-Boruta Zgierz (14), Ceramika Opoczno - Stal Niewiadów (14), Termy Poddebice - RKS Radomsko (15), Pelikan Łowicz - Polonia Piotrków Trybunalski (13). **Niedziela (9 listopada):** UKS SMS Łódź - Zryw Wygoda (12), Orkan Buczek - ŁKS III Łódź (14).

Klasyfikacja skutecznych. Liderem jest Mateusz Bialek (Mazovia) - 14 goli. Dalsza kolejność: 2. Tomasz Dąbrowski (Pelikan) - 12, 3. Damian Warnecki (Radomsko), Mateusz Lubczyński (Stal Głowno) - po 9, 4. Jakub Cieśliski (AKS SMS Łódź), Kamil Mizera (Orkan Buczek) - po 8.

1. RKS Radomsko	14	30	37-16
2. Ceramika Opoczno	14	29	36-21
3. Pelikan Łowicz	14	27	40-20
4. GKS Orkan Buczek	14	26	36-25
5. Sokół Aleksandrów	14	26	32-21
6. AKS SMS Łódź	14	26	30-23
7. Stal Głowno	14	24	29-21
8. Polonia Piotrków Tryb.	14	23	33-19
9. MKP-Boruta Zgierz	14	22	26-27
10. Zjednoczeni Stryków	14	19	20-25
11. KS Kutno	14	18	24-28
12. ŁKS III Łódź	14	17	30-29
13. Mazovia Rawa Mazow.	14	16	31-38
14. Zryw Wygoda	14	15	22-27
15. Stal Niewiadów	14	14	20-33

16. Omega Kleszczów	14	12	21-48
17. Korab Łask	14	9	20-47
18. Termy Poddebice	14	7	17-36

DECATHLON KLASA OKRĘGOWA

Hitowy mecz 13. kolejki rozegrano w Wojśławicach, gdzie zmierzyły się niepokonane w tym sezonie w lidze drużyny, czyli miejscowy Ekolog oraz Warta II Sieradz. Pojedynek zakończył się remisem 3:3 (2:1). Gole: Dawid Kepniak 2, Filip Zawiasa (rzut karny) - Wiktor Płaneta 2 (oba z rzutów karnych), Jakub Janiszewski. Pod koniec meczu czerwoną kartą (druga żółta) upomniany został Dawid Koźłowski z Ekologa.

Niepodzianka w Galewicach, gdzie miejscowy UKS wygrał ze spadkowiczem z Betcris IV ligi WKS 1957 Wieluń aż 3:0 (1:0). Dwa gole strzelił Mateusz Grzesiuk, jednego Sebastian Smolis. Złoczewia Złoczew tylko zremisowała na swoim boisku z beniaminkiem Płomieniem Makowiska 2:2 (2:1). Gola nma wagę punktu goście strzelili tuż przed końcowym gwizdkiem sędziego, a jego autorem był Carlos Punjaero. Wcześniej na listę strzelców wpisał się Adrian Kula. Bramki dla Złoczewii: Łukasz Piątek, Jakub Fabrowski.

Zawiodła Pogoń Zduńska Wola, przegrywając z MLKS Konopnica 1:2 (1:0). Gole: Dominik Janeczek - Marcin Roszczyk, Mateusz Kaźmierczak.

Grupa III. Wyniki 13. kolejki: Olimpia Zduńska Wola - Zawisza Pajęczno 2:0, Galewice - WKS Wieluń 3:0, Jutrzenka Warta - Hetman Rusiec 3:2, Złoczewia - Płomień Makowiska 2:2, Janiszewice - Balucz 1:2, Pogoń Zduńska Wola - Konopnica 1:2, Wojśławice - Warta II Sieradz 3:3, Warta Działoszyn - Proсна Wieruszów 6:1.

Plan 14. kolejki (przedostatnia runda jesiennej), Sobota (8 listopada): Olimpia Zduńska Wola - Galewice (18.30), WKS Wieluń - Jutrzenka Warta (17), Hetman Rusiec - Złoczewia (14), LUKS Balucz - Pogoń Zduńska Wola (14), Konopnica - Ekolog Wojśławice (13), Zawisza Pajęczno - Proсна Wieruszów (14). **Niedziela (9 listopada):** Warta II Sieradz - Warta Działoszyn (13), Płomień Makowiska - Janiszewice (14).

1. Ekolog Wojśławice	13	35	55-16
2. Warta II Sieradz	13	33	42-11
3. WKS 1957 Wieluń	13	28	39-20
4. Pogoń Zduńska Wola	13	27	43-28
5. LUKS Balucz	13	23	46-23
6. Złoczewia Złoczew	13	23	28-19
7. UKS Galewice	13	19	38-26
8. Proсна Wieruszów	13	19	24-31
9. Jutrzenka Warta	12	18	21-20
10. Warta Działoszyn	12	17	28-36
11. Hetman Rusiec	13	16	29-38
12. Olimpia Zduńska Wola	13	12	23-47
13. MLKS Konopnica	13	9	20-39
14. TS Janiszewice	13	7	22-49
15. Płomień Makowiska	12	7	16-51
16. Zawisza Pajęczno	12	4	22-42

DECATHLON KLASA A

O punkty rywalizowały drużyny Klasy A. Zespoły naszego regionu grają w grupach drugiej, piątej i szóstej.

Grupa II. 11. kolejka: Dłutów - PTC Pabianice 0:5, Victoria Szadek - AKS SMS III Łódź 3:4, Victoria Rąbier - Pogoń II Zduńska Wola 1:3, Orzeł Kazimierz - LKS Kwiatkiwice 1:2, Korab II Łask - Teofilek Łódź

meczu nie rozegrano Ner Łódźki - Victoria Łódź 0:2, Włókniarz II Pabianice - Włókniarz Konstantynów 5:6.

1. PTC Pabianice	11	33	50-2
2. Teofilek Łódź	10	25	31-15
3. GLKS Dłutów	10	24	24-18
4. LKS Kwiatkiwice	11	22	28-23
5. AKS SMS III Łódź	11	21	41-29
6. Włókniarz Konstantynów	11	21	31-21
7. Victoria Rąbier	11	17	25-22
8. Włókniarz II Pabianice	11	16	39-33
9. Korab II Łask	9	10	13-19
10. Victoria Szadek	11	10	14-27
11. Victoria Łódź	11	9	10-27
12. pogoń II Zduńska Wola	11	8	14-35
13. Orzeł Kazimierz	11	2	8-25
14. Ner Łódźki	11	1	8-40

Grupa V. 13. kolejka: Piast Błazski - Charkupia Mała 3:3, Centra Walichnwy - Iskra Stolec 3:0, Orzeł Wola Wiązowa - Sędziejowice 1:2, GKS Gruszczyce - KS Osiek 2:2, Ustków - Proсна Wyszczanów 2:2, Sokół Goszczanów - Kalinowa 4:1, Zapole - Widawia Widawa 3:0. Pauza: Jaga Lututów.

1. LKS Zapole	11	25	28-12
2. Piast Błazski	13	25	31-20
3. GKS Sędziejowice	12	23	31-23
4. UKS Ustków	12	21	28-20
5. Iskra Stolec	12	20	27-26
6. LGKS Charkupia Mała	12	19	36-32
7. Proсна Wyszczanów	12	18	27-19
8. Centra Walichnowy	12	18	26-29
9. Widawia Widawa	13	17	24-27
10. KS Osiek	12	16	26-24
11. Sokół Goszczanów	12	15	25-26
12. Orzeł Wola Wiązowa	12	11	22-22
13. GKS Gruszczyce	11	11	18-22
14. LKS Kalinowa	12	9	20-38
15. Jaga Lututów	12	5	11-40

Grupa VI. 11. kolejka: Orion Olewin - Radoszewice 3:0, Wierchlas - Biała 6:2, Warta Osjaków - LKS Kielczygłów 7:1, Staw - Słowian Dworsowice 3:0 (walkower, goście nie przyjechali), Siemkowice - Kurów 7:3, Victoria Skomlin - Start Łubnice 2:1, Czastary - Łaszew 3:3.

1. LZS Staw	11	29	39-7
2. LKS Wierchlas	11	25	38-18
3. Warta Osjaków	11	23	22-9
4. KS Radoszewice	11	19	23-17
5. Victoria Skomlin	11	18	19-17
6. Start Łubnice	11	17	19-18
7. GKS Czastary	11	15	27-22
8. LZS Łaszew	11	15	21-28
9. GKS Siemkowice	11	14	14-27
10. GLKS Biała	11	12	16-22
11. Orion Olewin	11	10	15-23
12. Słowian Dworsowice	11	8	16-29
13. KKS Kurów	11	7	19-37
14. LKS Kielczygłów	11	5	18-32

PUCHAR POLSKI

Przed nami mecze piątej rundy Pucharu Polski na szczeblu etapu sieradzkiego. Przypominamy, że dwadzie najlepsze drużyny etapu sieradzkiego awansują do zaplanowanego na wiosnę, finału wojewódzkiego. Cennego trofeum broni trzecioliigowa Lechia Tomaszów Mazowiecki.

Plan piątej rundy Pucharu Polskie tapusieradskiego. 29 października (środa): Pogoń Zduńska Wola - Korab Łask (13.30, sztuczne boisko Stadionu Miejskiego), Olimpia Zduńska Wola - Złoczewia (18.30). **31 października (piątek):** Ekolog Wojśławice - WKS 1957 Wieluń (13.30). **5 listopada (środa):** Orkan Buczek - Warta Sieradz (18).